

دليل الجيب للمحادثات المحترمة



VIOLENCE AGAINST WOMEN
**LET'S STOP IT
AT THE START**



Australian Government

دليل الجيب للمحادثات المحترمة

لا تؤدي كل أشكال عدم الاحترام تجاه النساء إلى العنف. لكن كل أشكال العنف ضد النساء تبدأ بسلوك عدم الاحترام.

تهدف حملة ضع حدًا له من البداية إلى إنهاء العنف ضد النساء. إن معظم ضحايا العنف العائلي والمنزلي والجنسي نساء، ومعظم أعمال العنف ضد المرأة يرتكبها رجال.

متى تتدخل

تحدث عن كيفية قيام الشباب بمعالجة المواقف بأنفسهم. اسألهم عمًا إذا كان هناك أشخاص بالغون آخرون يثقون بهم ويمكنهم التحدث إليهم. إذا شعرت بأن عليك أن تتدخل حتى عندما لا يريدونك أن تتدخل، تحدث معهم عن السبب.

يمكن في بعض الأحيان إن يكون التحلي بالثقة للبدء أصعب جزء.

اللغة

استخدم مع الشباب لغة شاملة ومحترمة وشجعهم على استخدامها تجاه الآخرين. يمكن أن تؤدي اللغة إلى الإساءة والتخويف والتحقير والعزل وإلى تعزيز الصور النمطية الضارة. أما اللغة الشاملة فإنها يمكن أن تجعل الناس يشعرون بأنهم جزء من كل وأنهم يحظون بالتقدير والتمكين.

مجالات المواضيع المقترحة

فكر في تجارب الشاب ومعرفته الحالية واحتياجاته. وعند بدء المحادثات، اجعل التركيز على المواضيع بناءً على سنّ الشاب ومدى نضجه وقدراته.

شرح الاحترام

- ما هو معنى الاحترام وما سبب أهميته
- الاحترام في العائلة وبين الأصدقاء
- احترام الذات
- الاحترام في مجال الرياضة وفي مكان العمل
- العلاقات المحترمة بين الناس على اختلاف أنواع جنسهم

يهدف دليل الجيب هذا إلى دعم البالغين في إجراء محادثات مع الشباب بشأن الاحترام والعلاقات المحترمة.

من خلال التفكير في ما تعتقده، وما قد تقوله، وكيفية إجراء محادثات إيجابية، يمكنك تحقيق أقصى فائدة من كل فرصة.

كن مستعدًا للتحدث مبكرًا وتكرارًا

كن مستعدًا للتحدث عندما ترى أو تسمع شيئًا لا تشعر بالارتياح تجاهه، أو عندما يطرح طفلك سؤالًا، أو عندما يريد الدردشة.

حاول الاستفادة من الفرص التي تبرز في مواقف الحياة اليومية، حتى تصبح المحادثات 'الصعبة' عادية.

عالج سلوكيات عدم الاحترام بسرعة وهدوء من خلال شرح السبب الذي يجعلها غير مناسبة وتأثيرها على الآخرين.

فكر في أمثلة

قد تجد أنه من المفيد استخدام أمثلة من التلفزيون أو الإنترنت أو من التجارب المشتركة للحديث عن الآراء غير الصحيحة التي تلقي اللوم على النساء لما يصيبنه من أذى على أيدي الرجال، أو للحديث عن أدوار الجنسين.

علمهم من خلال كونك قدوة

باعتبارك أحد الوالدين أو مقدم رعاية، أنت معلّم مهم للشباب الذين في حياتك. لا يتوقع منك أحد أن تكون مثاليًا، لكن من المهم أن تكون صادقًا ومنسجمًا مع نفسك وأن تستخدم أمثلة شخصية عند مناقشة كيفية عدم الاستجابة.

ابق على اتصال

يشارك الشباب في مجموعة واسعة من الأنشطة على الإنترنت.

ليس عليك أن تكون خبيرًا في أحدث التقنيات، ولكن من المهم أن تفهم المنصات التي يدخلون إليها. اسأل عن ما هو شائع على وسائل التواصل الاجتماعي ومع من يتفاعلون.

معايير نوع الجنس

- ما هي الصور النمطية المبنية على نوع الجنس
- ماذا يعني أن تكون صبيًا أو رجلاً، فتاة أو امرأة، أو متنوع أو مغاير الجنس
- ماذا تعني المساواة بين أنواع الجنس، وسبب أهميتها
- كيف يتم تصوير أنواع الجنس المختلفة في وسائل الإعلام

التعرّف على عدم الاحترام والعدائية

- التنمّر والمضايقة والشتم
- الشجار في الملعب أو سلوك عدم الاحترام في مجال الرياضة
- العنف والتحرّش على الإنترنت
- الترهيب والمضايقة العامة
- العنف الجسدي
- ملاحظة شخص ما أو إزعاجه باستمرار
- سلوك السيطرة أو الغيرة

الخصوصية الشخصية

- الحق في أن تكون لك خصوصيتك
- التقاط ومشاركة الصور، تصويرك
- مشاركة المحادثات الخاصة والدردشات مع الآخرين على الإنترنت
- إعطاء معلومات شخصية على الإنترنت
- وضع حدود على الانترنت
- التحرّش من خلال الرسائل النصّية أو المكالمات المتكررة

العلاقات المحترمة

- حرية الاختيار والاستقلالية
- الاعتراف بتجاوزك الحدود عندما يحصل ذلك والاعتذار عنه
- التواصل والاستماع
- كيفية معرفة ما إذا كانت العلاقة غير صحية أو متكافئة.

ما يمكننا فعله عندما نواجه عدم الاحترام أو نتعرّف عليه

- كيف نشير إلى وقوع عدم الاحترام
- التعرّف على الحالات التي يقول فيها المؤثرون على الإنترنت ويفعلون أشياء عديمة الاحترام
- أن نكون قدوة
- رفع الصوت والحصول على المساعدة

بدايات وجمل افتتاحية مقترحة

- كن على استعداد لاستكشاف المواضيع معًا. أوضح أنك موجود لمساعدتهم، قد لا تحصل على رد في البداية، ولا بأس بذلك. جرّب جملاً افتتاحية مختلفة عندما تشعر أن الوقت مناسب لذلك:
- إنني سعيد لأنك أتيت إلي، وهذا لن يوقعك في مشكلة، فأنا أريد مساعدتك.
- قد لا تريد أن تخبرني بكل شيء، لا بأس.
- أعدك بأن أستمع دون أن أحكم.
- قد تظن أنني لا أفهم، ولكنني أود حقًا أن أحاول. لماذا لا تخبرني بما يحدث؟

الاستجابة للحواجز أو الاستجابات السلبية من الأطفال

- يتردّد بعض الشباب في الحديث عن المواضيع الصعبة. هناك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لزيادة فرص إجراء محادثة أكثر انفتاحًا.
- انتبه إلى الإشارات الدلالية وكن مستعدًا للاستجابة لها.
- اعترف بأنه قد يكون من الصعب تحديد ما هو الشيء الصحيح.
- تحدث عن النجاحات، واستذكر وقتًا أظهر فيه الشاب الاحترام أو تفاعل مع الموقف بشكل إيجابي.
- دعه يعرف أن بإمكانه دائمًا أن يأتي إليك للتحدث.
- إذا كنت تتحدث إلى شاب عن سلوك غير محترم تعرّض له أو مارسه، كن واضحًا جدًا في قول إن ذلك غير مقبول. ناقش معه الطرق التي قد يستجيب بها بشكل مختلف لمواقف كهذا في المستقبل.
- مع الممارسة، تصبح هذه المحادثات أسهل.
- ومن خلال تحدي المواقف والسلوكيات بشكل إيجابي، وبكوننا مثالاً جيدًا، يمكننا منع العنف المبني على نوع الجنس قبل حدوثه.

اكتشف المزيد

قم بزيارة الموقع www.respect.gov.au/translated للحصول على المزيد من المعلومات أو الموارد بلغتك.