



وزارت صحت عامه

ریاست عمومی وقایه و کنترول امراض
ریاست مراقبت های صحت اولیه
آمریت صحت روانی و سوء استفاده مواد

بسته آموزشی مشاوره روانی-اجتماعی حساس خشونت مبتنی بر جنس





وزارت صحت عامه
ریاست عمومی پلان و پالیسی
ریاست جندر

مادیول ۱: دانستن خشونت مبنی بر جندر

فهرست مطالب

1.....	معرفی مادیول ۱
1.....	دانستن خشونت مبنی بر جندر (جی بی وی)، یک مسئله مغلق
1.....	زمینه:
1.....	انعکاس خودی:
2.....	موضوع ۱: مرور کلی مفاهیم اساسی:
2.....	مرور کلی:
2.....	مفاهیم اساسی:
3.....	حقوق بشر:
3.....	خشونت:
3.....	• خشونت، جبر، سو استفاده، فشار، یا زور
3.....	• خشونت:
3.....	• جبر:
3.....	• سو استفاده:
3.....	• زور:
3.....	• رضایت:
3.....	• خشونت جنسی:
4.....	• تهاجم جنسی:
4.....	• تجاوز جنسی:
5.....	خشونت مبنی بر جندر:
6.....	آزمون دانش شما – خشونت
7.....	قدرت
7.....	قدرت
7.....	آسیب:
7.....	استگما:
7.....	مفاهیم اساسی و تعریف خشونت مبنی بر جندر
7.....	جندر -
7.....	خشونت
7.....	قدرت -
7.....	نقض حقوق بشر
7.....	تعریف خشونت مبنی بر جندر:
8.....	موارد بیشتر در مورد تعاریف
8.....	یک دیدگاه بین المللی
8.....	آزمون دانش شما - مفاهیم و اصطلاحات خشونت مبنی بر جندر
9.....	موضوع ۲: شیوع و انواع خشونت مبنی بر جندر
9.....	این تنها یک موضوع محلی نیست

9	خشونت مبنی بر جندر در سراسر جهان
9	خشونت مبنی بر جندر در تمام جاها
10	جمعیت متأثر شده از باعث منازعات مسلحانه
10	خشونت جنسی
10	قاچاق انسان ها:
10	مرگ از باعث خشونت مبنی بر جندر:
10	شیوع خشونت مبنی بر جندر در افغانستان:
11	خشونت مبنی بر جندر و مراقبت های صحی :
11	حالات اضطرار انسانی و محیط آسیب پذیر
12	مراحل حالات اضطرار:
12	مرحله 1 وقایه و فرونشانی:
12	2.کار نمودن با اشخاصیکه در معرض خطر اند
12	5.ذخیره سازی منابع تدارکاتی
12	مرحله 2 واکنش سریع:
12	مرحله 3 تداوم آرامش:
12	مرحله 4 اعاده و بازسازی:
12	خشونت مبنی بر جندر و محیط آسیب پذیر (شکند)
12	انواع خشونت مبنی بر جندر موجود در هنگام بحران، قبل از جنگ
13	انواع خشونت مبنی بر جندر که در هنگام جنگ موجود است
13	انواع خشونت مبنی بر جندر که در مکانهای بیجا شده موجود میباشد:
13	خشونت مبنی بر جندر در جریان مراحل زندگی:
13	انواع خشونت ها موجود در مرحله شیرخوارگی:
14	انواع خشونت ها موجود در مرحله دختری :
14	انواع خشونت ها موجود در جوانان:
14	انواع خشونت ها موجود در زمان بارداری:
14	انواع خشونت ها موجود در زمان کهولت
15	شجر خشونت مبنی بر جندر:
15	برگ ها از نتایج خشونت مبنی بر جندر، فامیل و جوامع نمایندگی میکنند
16	خانواده:
16	آزمون مادیول ۱ – تحلیل ضیه مورد مطالعه:
18	کلید جوابات مادیول ۱
18	آزمون دانش شما - خشونت

معرفی مادیول ۱

دانستن خشونت مبنی بر جندر (جی بی وی)، یک مسئله مغلق

محتویات مادیول

این مادیول در مورد ماهیت خشونت مبنی بر جندر و همچنان انواع و اسباب مختلفه ان معلومات فراهم میکند، دانستن اینها بنیاد متباقی بخش های کورس را تشکیل میدهد

این مادیول بخش های زیر را تحت پوشش قرار میدهد:

- دانستن اینکه منظور ما از خشونت مبنی بر جندر چه است
- شیوع و انواع خشونت مبنی بر جندر
- اسباب، فکتور های اشتراکی و نتایج خشونت مبنی بر جندر

در ختم این مودیول اشتراک کننده گان قادر خواهند بود :

- خشونت مبنی بر جندر را تعریف کنند
- دریافت های اساسی در رابطه به خشونت مبنی بر جندر را تشریح کنند
- کتگوری های عمومی را لیست کنند
- اسباب اصلی خشونت مبنی بر جندر را شناسایی نمایند
- نتایج ممکنه خشونت را شناسایی نمایند

زمینه :

خشونت مبنی بر جندر و پاسخ به ان مجموعه از مداخلاتی را در بر میگیرد که باید خوب برنامه ریزی و هماهنگ شده باشند بهر حال، قبل از اینکه شما این مداخلات را آغاز کنید باید مشکل را خوب بدانید، و شما دانش، نگرش و باور خود را در مورد تمام قضایای مربوط به جندر، حقوق بشری، تجرید و خشونت مبنی بر جندر خوب انعکاس داده بتوانید

این مادیول شما در قسمت دانش سازی و فهمیدن خشونت مبنی بر جندر، اسباب ان و نتایج ان کمک خواهد کرد تا شما بتوانید از دانش خویش برای انکشاف مداخلات موثر برای وقایه و پاسخ به خشونت های مبنی بر جندر در حالات اضطرار استفاده نمایید.

انعکاس خودی:

به ارتباط آغاز هدفگیری موثر این قضایا اول ما باید از باور های قبلی خود در مورد خانم ها ، دختران، مرد ها و پسران در حالات اضطرار آگاه باشیم. قبل از ینکه ما آغاز گر شویم یک دقیقه نگرش اصلی خود را درین مورد منعکس بسازیم

هر یکی از جملات زیر را بخوانید و بگویید که موافق هستید، نا موافق هستید و یا هم نمیدانید.

1. در حالات بحرانی مرد ها نسبت به زنان در تصمیم گیری خوبتر اند
2. مرد ها در واقعات عاجل مسئول اند تا از خانم ها و اطفال خود محافظت نمایند
3. در واقعات اضطراری (بیجا شدن ها) خانم ها باید همیشه تصامیم شوهر و دیگر اقارب مرد خویش را رعایت نمایند که چه وقت برگشت به خانه یا جای اصلی مناسب است
4. مرد ها باید نان آور اصلی خانواده باشد، خصوصاً در مواقع بیجا شدن ها
5. مرد ها باید قادر به اجرای هر کار باشند و ضعیف نشوند، حتی اگر در جریان بحرانات صدمه هم میبینند
6. تمرکز پروگرام وقایوی ما با مرد ها منحیث اولین مرتکبین خشونت های مبنی بر جندر باید بر اصلاح نگرش و رفتار آنها باشد

موضوع ۱: مرور کلی مفاهیم اساسی:

مرور کلی:

تقریباً در هر روز منازعه و کشمکش‌های امروزی گزارش‌های خشونت‌های مبنی بر جندر نشان می‌دهند که در حالات بحرانی آسیب‌پذیری سو استفاده در میان مردم که از قبل عمیقاً از اثر حوادث ناگوار زیان دیده‌اند به طریق مختلف از دیاد می‌یابد. هر روز گزارش رسانه‌ها در مورد خشونت مبنی بر جندر که به چه پیمان‌ه رخ می‌دهد غیر قابل تصور است

مفاهیم اساسی:

به ارتباط آغاز هدف‌گیری موثر و پایدار این قضایا ما باید قبل از همه مفاهیم اساسی را که تعریف خود ما را از خشونت مبنی بر جندر را تشکیل می‌دهد کاوش نماییم

خشونت مبنی بر جندر و حتی اصطلاح خشونت مبنی بر جندر یک موضوع مغلق بوده و مجموعه اصطلاحات و مفاهیم مختلف را در بر می‌گیرند. این بسیار مهم است تا درک ابتدایی این اصطلاحات و مفاهیم را انکشاف بدهیم، بنا شما می‌توانید ارزیابی، طرح برنامه‌ها، عرضه خدمات، هماهنگی با دیگران و بررسی یا مانیتور و ارزیابی مداخلات خشونت مبنی بر جندر راه اندازی نمایید.

از طریق فهمیدن این مفاهیم اساسی شما قادر خواهید شد تا دیگران را نیز در فهماندن این مسائیل کمک نمایید و در پهلوی آن شما را کمک خواهد کرد تا در مورد خشونت مبنی بر جندر توام با احتیاط و احترام بدون بکارگیری کلمات گیج‌کننده صحبت نمایید.

ما اکنون هر مفاهیم اساسی را که اینجا لیست شده‌اند و ما را به یک تعریف کارای خشونت مبنی بر جندر رهنمایی خواهد کرد کاوش خواهیم نمود.

- **جندر و جنسیت: جندر عبارت از تفاوت‌های اجتماعی میان زن و مرد میباشد**
- **جندر:**

"جندر" به شکل فرق‌های اجتماعی بین زنان و مردان در تمام جوامع تعریف میشود، اگر چه کلمه جنس و جندر اکثراً بصورت متناوب استفاده میگردد اما تفاوت‌های این هر دو باید بصورت بسیار واضح فهمیده شوند،

جندر: به شکل فرق‌های اجتماعی بین زنان و مردان تعریف میشود / جنس: عبارت از تفاوت‌های بیولوژیکی و ذاتی بین مردان و زنان میباشد

جندر توسط فکتورهای اجتماعی مثل تاریخ، عنعنات، رسم و رواج‌ها، ارزش‌های اجتماعی، و مذهب مشخص میگردد / جنس توسط ماهیت بیولوژیکی افراد مشخص میگردد

جندر: به تفاوت‌های اجتماعی میان زنان و مردان که عمیقاً ریشه در فرهنگ دارد یادگیری شده است، گرچه جندر عمیقاً ریشه در فرهنگ دارد، اما این تفاوت‌های اجتماعی در سیر زمان قابل تغییر میباشد و نوه‌سانات متحولی در داخل و در میان فرهنگ‌ها دارد. جندر نقش، مسئولیت‌ها، فرصت‌ها، امتیازات، توقعات و محدودیت‌های مردان و زنان را در هر فرهنگ مشخص می‌سازد

حقوق بشر:

مفهوم حقوق بشر بیان میکند که هر انسان حق دارد که حقوق انسانی خویش را بدون هیچ نوع تبعیض نژادی، پوستی، جنسی، لسانی، مذهبی، و سیاسی و یا کدام فکتور دیگر مثل فکتور های ملی و اصلیت اجتماعی، سرمایه، پیدایش (تولد) و غیره داشته باشد.

حقوق بشر برای رعایت وقار و ارزش هر فرد بنیان گذاری شده حقوق بشر عالمگیر میباشد، به این معنی که میتوان آنرا بصورت مساوی و بدون کدام تبعیض برای تمام انبای بشر بکار برد، حقوق بشر جدا نا شذنی است، که به این صورت هیچکسی نمیتواند حق کسی (زن/مردی) را نادیده بگیرد مگر در شرایط خاص

خشونت:

• خشونت، جبر، سو استفاده فشار، یا زور

بسیاری از اشخاص لغت خشونت را همراه با خشونت فیزیکی و جبر ربط میدهند. ولی انواع دیگر خشونت هم موجود است. به مثال توجه کنید، خشونت عبارت از استفاده بعضی از انواع جبر و زور (وقتی از جبر و زور استفاده میشود، هیچ نوع رضایت در آن موجود نمیشود) میباشد

- **خشونت:** استفاده از زور برای کنترل شخص یا دیگران. خشونت میتواند شامل سو استفاده، جبر و اعمال فشار توسط قوه فیزیکی، روانی، اجتماعی و یا اقتصادی باشد، خشونت میتواند اشکارا بشکل تهاجم فیزیکی، یا تهدید با سلاح و یا بشکل مخفی مثل ترسانیدن، وارد نمودن فشار های روانی و یا اجتماعی باشد

- **جبر:** عبارت از اعمال فشار توسط قوه فیزیکی، اخلاقی (مثل پند و نصیحت) و یا از طریق روش های زیرکانه

- **سو استفاده:** استفاده غلط از قدرت سو استفاده شخص را از تصمیم های آزاد باز میدارد و آنها را مجبور میسازد که خلاف میل خود رفتارکنند اطفال و خانم ها بخاطر داشتن نیروی محدود در هر شرایطی بیشتر مواجه به سو استفاده هستند، اطفال همچنان به خاطر داشتن تجربه اندک به اسانی توسط فریب و حيله سراسیمه و گیج میشوند

- **زور:** وارد کردن فشار یا کوشش به آن از طریق تهدید، پافشاری لفظی، دست کاری یا جعل، فریب دادن، توقعات فرهنگی و توانمندی اقتصادی بالای یک شخص تا به آنچه که خلاف میل شان است وادار شوند

- **رضایت:** به موافقت کردن یا رضایت دادن خصوصا بعد از ملاحظات اندیشمندانه راجع میگردد " رضایت آگاهانه " زمانی صورت میگیرد که یک شخص کاملا از نتایج یک تصمیم آگاه شده و آنرا در فضای آزاد و عاری از جبر اتخاذ نماید. نبود رضایت آگاهانه یک عنصر در تعریف خشونت مبنی بر جندر است. در وضعیت هایکه هر نوع جبر و زور (خشونت فیزیکی، زور گویی و غیره) استفاده شده باشد میتواند رضایت موجود نباشد. "این زن نه نگفت" یک دفاع معمولی در مقابل عمل خشونت مبنی بر جندر است. در بسیار قضایا، او(زن) ممکن "بلی" بگوید یا "نه" نخواهد گفت بخاطریکه او (زن) ممکن بخاطر مصونیت، وضعیت اجتماعی و یا زندگی خود ترسیده یا تهدید شده باشد، این بیشتر دانسته شده است که اطفال (کمتر از 18 سال) قادر نیستند تا در مورد مسایلی مانند ازدواج و تحصیل کاملا بفهمند و انتخاب یا رضایت بدهند.

برای اطمینان از توافق در فهمیدن انواع مختلف خشونت مبنی بر جندر توسط متخصصین مراقبت های صحی در افغانستان تعریف های ذیل سازمان صحی جهان نیز استفاده خواهد شد

- **خشونت جنسی:** مطابق تعریف سازمان صحی جهان هر نوع عمل جنسی یا اقدام به اجرای آن که خلاف میل شخص باشد، اظهارات جنسی نا خواسته، پیشروی های جنسی یا حرکات داد و ستدی جنسی

که در عین حال بر خلاف تمایلات جنسی شخص بوده و به زور اعمال میگردد صرف نظر از اینکه قربانیت فرد با قربانی چه است و در کجا قرار دارد (نه تنها محدود به خانه یا ساحه کار) خشونت جنسی تلقی میگردد.

- **تهاجم جنسی:** یک بخش از خشونت های جنسی است که استفاده از قوت فیزیکی و یا فشار های دیگر را جهت دخول جنسی شامل میگردد این حالت تجاوزات جنسی را نیز شامل میگردد

تجاوز جنسی: مطابق قانون روم که توسط افغانستان نیز توشیح شده تجاوز جنسی میتواند طور ذیل تعریف شود¹:

1. مرتکب بدن شخصی را که منجر به دخول ، یا بهر حال هر بخشی از بدن قربانی یا مرتکب دارای عضو جنسی یا باز کردن مقعد و یا دستگاه تناسلی قربانی به هر منظوری و یا هر بخشی دیگر از عضویت وی را مورد تجاوز قرار میدهد
2. تهاجم توسط زور، یا توسط تهدید یا جبر و زورگویی، همچنان توسط ترس از خشونت، رفتار خشن و تند، توقیف، ستم روانی، سو استفاده از قدرت، در مقابل همان شخص یا شخص دیگر یا از طریق سود بردن از محیط اجباری، یا تهاجم در مقابل یک شخص فاقد ظرفیت رضایت دادن واقعی صورت گرفته باشد
3. **حمله فیزیکی:** شامل هر نوع عمل یا تهدید عمدی با استفاده از نیروی فیزیکی، سلاح جهت صدمه رساندن به خانم . مثال های آن شامل لت و کوب، زدن با سیلی، خفه نمودن، قطع اعضا، سوختاندن، با مرمی زدن، و یا استفاده از هر نوع سلاح دیگر، ریختاندن تیزاب، و یا هر عملی که سبب درد، ناراحتی و صدمه آنها گردد.
4. ازدواج اجباری عبارت از ازدواجی که خلاف میل شخص صورت گرفته، صرف نظر از اینکه کدام شکلی از خشونت بوده باشد . این میتواند خطر تزايد سو استفاده های فیزیکی، جنسی و روانی را افزایش دهد.
5. **رد منابع حیاتی مانند تغذیه و آب:** این کتگوری اقدامات عمدی تجرید از غذا و پناهگاه را منحیث تنبیه و نظم بر میگيرد
6. **سو استفاده هیجانی / روانشناختی:** عبارت از تحمیل نمودن درد و یا جروحات روانی یا هیجانی میباشد.
مثال ها :تهدید های خشونت فیزیکی یا جنسی، ترساندن، اهانت، تجرید اجباری، تعقیب های مخفی، تحقیر لفظی، نظر اندازی خلاف میل ، سخنان زشت، دست اندازی های بیجا، کلمات تحریری با محتوی جنسی، تخریب اشیای دوست داشتنی شخص. در افغانستان کارمندان صحتی باید تدای بازماندگان خشونت های خانوادگی به شمول سوختاندن ها، و قربانی های تجاوز جنسی را مد نظر بگیرند

مثال	پیشکش های ممکنه تدای
تجاوز جنسی بشمول تجاوز گروهی	مدیریت تجاوز جنسی- حمایت های رده اول- رجعت برای حمایت های صحت روانی
- تهاجم جنسی بشمول تجاوز جنسی - اظهارات جنسی یا پیشروی های جنسی خلاف میل طرف - عملکرد های داد و ستد جنسی	حمایت رده اول رجعت داده برای حمایت های صحت روانی

¹ The Elements of Crimes are reproduced from the Official Records of the Assembly of States Parties to the Rome Statute of the International Criminal Court, First session, New York, 3-10 September 2002 (United Nations publication, Sales No. E.03.V.2 and corrigendum), part II.B.

حمایت رده اول مدیریت زخمی شدن مدیریت سوختگی رجعت دهی به قدمه های بالای مراقبت رجعت دهی به حمایت های صحت روانی	- ضرب و شتم - لگد زدن - گزیدن یا گاز گرفتن - کش کردن مو ها - خفه کردن - زخم کردن - معلول کردن - سوختاندن	
رجعت دادن به سازمان های زنان و سایر خدمات برای همچو واقعات	- خرید و فروش زنان برای ازدواج - بد دادن - ازدواج جبری - ازدواج زیر سن	
حمایت رده اول مدیریت زخمی شدن مدیریت سوختگی رجعت دهی به قدمه های بالای مراقبت رجعت دهی به حمایت های صحت روانی	• بد گویی لفظی/تحقیر/ ترساندن - ازار جنسی و تعقیب نمودن - مجبور به سوختاندن - مجبور به خودکشی - مجبور به زهر خوردن	

خشونت مبنی بر جندر:

خشونت مبنی بر جندر عبارت از نقض حقوق جهانی انسان که توسط قوانین بین المللی حقوق بشر محافظت شده اند، بشمول حق امنیت شخص، حق دسترسی به بلند ترین ستندرد های صحت فیزیکی و روانی، حق رهایی از تداوی های شکنجه آمیز، ظالمانه، غیر انسانی و توهین آمیز و حق زندگی میباشد بصورت عموم در تمام جهان خشونت مبنی بر جندر تأثیرات عظیمی بالای خانم ها و دختران به تناسب مردان و پسران دارد. اصطلاح خشونت مبنی بر جندر بصورت متناوب با اصطلاح خشونت علیه زنان استفاده شده است. خشونت مبنی بر جندر اکثرا ابعاد جندر حرکات چنین خشونت را میرساند، یا بعباره دیگر، نسبت میان حالت مطیع بودن خانم ها در جامعه و ازدیاد آسیب پذیری آنها در قبال خشونت. این بسیار مهم است تا بخاطر باشد که پسران یا بعضی از مرد ها نیز قربانی خشونت های جنسی شده میتوانند

رهنمود IASC؛ مداخلات خشونت مبنی بر جندر در زمینه های انسانی ۲۰۰۵؛ خشونت مبنی بر جندر را اصطلاح چتر شکل که برای تمام انواع حرکات آسیب رسان که خلاف رضایت فرد صورت میگیرد، بکار میروند که اساس ان قایل شدن تفاوت های میان جنس زن و مرد در یک جامعه میباشد. (p.7)

تعریفات زیر از پروتوکول تداوی خشونت مبنی بر جندر برای فراهم کنندگان مراقبت های صحتی در افغانستان که در سال ۲۰۱۴ به نشر رسیده گرفته شده است. اینها بالنوبه از تعریفات پذیرفته شده بین المللی از-Inter

Law on the Agency Standing Committee و قانون افغانستان در زمینه رفع خشونت علیه زن

2. Elimination of Violence against Women (LEVAW) گرفته شده است

مطابق قانون خشونت علیه زن در افغانستان کار های ذیل بحیث خشونت علیه زن تلقی خواهد شد :

- تهاجم فیزیکی
 - فحاشی اجباری
 - ثبت هویت قربانی و نشر آن به طریقی که شخصیت قربانی را آسیب برساند
 - سوختاندن، با استفاده از مواد کیمیایی یا خطرناک
 - کسی را مجبور به سوختاندن یا وادار بخود کشی کردن یا استفاده از زهر یا سایر مواد خطرناک کردن
 - سبب زخم یا معلولیت شدن
 - لت و کوب
 - خرید و فروش زنان به مقصد یا بهانه ازدواج
 - بد دادن
 - ازدواج اجباری
 - مانع شدن از حق ازدواج یا حق انتخاب همسر
 - ازدواج زیر سن
 - سو استفاده ، تحقیر و ترساندن
 - اذیت و آزار جنسی و تعقیب کردن
 - تجرید اجباری
 - اعتیاد اجباری
 - محروم ساختن از میراث
 - ممانعت از دسترسی به جایگاه های شخصی
 - ممانعت از حق برای تحصیل کار و دسترسی به خدمات صحی
 - کار اجباری
 - ازدواج با بیشتر از یک خانم بدون رعایت ماده ۸۶ قانون مدنی و
 - انکار یا رد ارتباطات با نزدیکان (قرابت ها)
- در حال حاضر کدام تعریف واضح قانونی برای توضیح مفاهیم مختلف خشونت مبنی بر جنس که در فوق از آنها یاد شد در قانون وجود ندارد

آزمون دانش شما – خشونت

در خطوط زیر از شما پرسیده خواهد شد که چیزی را که شما در مورد خشونت و اصطلاحات مربوطه آن یاد گرفته اید بکار ببرید. اینجا ۳ سوال است.

(جوابات در اخر مادیول در قسمت کلید جوا بها موجود است)

1. در وضعیت های گه افراد مسلح با استفاده از منازعه و بی نظمی خانم ها را یکسره تجاوز میکنند آنها معمولاً خانم ها را خلاف میل شان وادار به عمل جنسی مینمایند.
این یک مثال (تمام موارد زیر را چک نمایید)
 - (a) نقض حقوق بشر
 - (b) سو استفاده
 - (c) رضایت آگاهانه
2. درست یا غلط: زمانیکه ما میگوییم خشونت هدف ما تنها خشونت فیزیکی است
 - ☐ درست
 - ☐ غلط
3. خشونت میتواند بطرق مختلف دریافت شود و شامل (تمام موارد زیر را چک کنید)
 - (a) تهاجم فیزیکی
 - (b) سو استفاده روانی یا هیجانی
 - (c) سو استفاده اقتصادی یا اجتماعی

² Law on Elimination of Violence against Women (EVAW), MINISTRY OF JUSTICE, ISLAMIC REPUBLIC OF AFGHANISTAN, 2009.

قدرت

سو استفاده قدرت در خشونت مبنی بر جندر دخیل است برای دانستن خطرات و آسیب پذیری های خشونت مبنی بر جندر این بسیار مهم است تا تحرکات قدرت را در جامعه ای که ما خدمت میکنیم بدانیم برای نشانه گیری موثر خشونت مبنی بر جندر شما باید ارتباط متقابل قدرت میان زنان و مردان، زنان و زنان، مردان و مردان، کاهلان و اطفال و میان اطفال را فهمیده و تحلیل نمایید

قدرت

قابلیت، مهارت یا ظرفیت تصمیم گیری و اقدام نمودن بزور یا قوت فزیزی را شامل میشود. استفاده از قدرت جنبه مهمی از ارتباطات است، تمام مناسبات از باعث استفاده از قدرت متأثر میگردد. داشتن قدرت بسیار زیاد چانس انتخاب ها بیشتر را به همان شخص میدهد. افرادی که قدرت کمتر دارند چانس انتخاب های کمتر داشته و بیشتر به سو استفاده معروض میباشند
بخاطر داشته باشید: مانند خشونت؛ قدرت هم همیشه فزیزی نیست؛

آسیب:

خشونت مبنی بر جندر سبب آسیب افراد میگردد. جروحات فزیزی شامل جروحات جنسی اکثرا واقع میگردد، سایر نتایج مضر میتواند شامل:

☐ صدمات هیجانی و فزیزی

☐ مشکلات اقتصادی

☐ طرد شدن یا استگمای اجتماعی

هر کدام از اینها میتواند نتایج بسیار مضر – مرگ از سبب جروحات، خودکشی یا قتل را سبب گردند
بخاطر داشته باشید که: هر بازمانده خشونت مبنی بر جندر اهمیت خاص خود را به تنهایی دارد، و آسیب های مختلف منحصر بخود را تجربه خواهد کرد

استگما: رفتار شدید و تقبیح کننده که در بین معیارات فرهنگی بفر باز و درست مطرح نشده، استگمای اجتماعی اکثرا سبب طرد (رد شدن) توسط خانواده و یا جامعه میگردد.

مفاهیم اساسی و تعریف خشونت مبنی بر جندر

پهلوی هم قرار دادن این مفاهیم اساسی اساس کار ما را در تعریف خشونت مبنی بر جندر تشکیل میدهد
جندر- کنش های خشونت مبنی بر جندر بر اساس جندر است که عبارت از نقش اجتماعی، توقعات، حقوق و امتیازات مردان و زنان در هر جامعه و معاشره است
خشونت- خشونت مبنی بر جندر استفاده از جبر و زور را در بر میگیرد- که شامل تهدید، زور گویی و سو استفاده است.

قدرت - خشونت مبنی بر جندر سو استفاده بعضی انواع از قدرت را بالای شخص دیگر در بر میگیرد
آسیب- تمام انواع خشونت مبنی بر جندر برای افراد، خانواده ها و اجتماعات مضر اند، هر بازمانده خشونت مبنی بر جندر یک فرد است و هر فرد آسیب را به شکل متفاوت تجربه خواهد کرد
نقض حقوق بشر- کنش های خشونت مبنی بر جندر عبارت از نقض حقوق ابتدایی بشر است.

تعریف خشونت مبنی بر جندر:

" اصطلاح چتری شکل که برای تمام انواع کنش های آسیب رسان که خلاف رضایت فرد صورت میگیرد، بکار میرود که اساس آن قایل شدن تفاوت های میان نقش زن و مرد (جندر) در یک جامعه میباشد " کنش های خشونت مبنی بر جندر تعدادی از حقوق بین المللی بشر را که توسط اسناد و میثاق های بین المللی حفاظت میشوند نقض میکند. تعداد زیاد - مگر نه تمام اشکال خشونت مبنی بر جندر در پالیسی ها و قوانین ملی غیر قانونی و کنش های جنایی هستند".

موارد بیشتر در مورد تعاریف

همانطوریکه مشاهده نمودید، تعاریفات مفاهیم اساسی را گرد هم میآورد. کنش های خشونت مبنی جندر مضر اند و حقوق بشری را نقض میکنند و سو استفاده از قدرت و زور گویی را شامل میگردند

یک دیدگاه بین المللی

تعریف خشونت مبنی بر جندر : تعریفی را که ما در فوق بکار بردیم و بشکل رسمی بالای آن توافق نموده ایم، تعریف خشونت مبنی بر جندر در زمینه های حالات اضطرار انسانی است، این تعریف در سال 2005 توسط یک گروپ از کارشناسان خشونت مبنی بر جندر زمانیکه رهنمود مداخلات خشونت مبنی بر جندر در حالات اضطراری توسط کمیته موظف بین الدفتری IASC (Inter-Agency Standing Committee) انکشاف داده میشد ساخته شد، این تعریف توسط نمایندگی های سازمان ملل متحد، بیشترین موسسات غیر دولتی انجمن های هلال احمر و صلیب سرخ و سایر سازمان های بین المللی ایکه در کار پاسخ به حالات اضطرار دخیل اند تایید شده است بخاطریکه این یک تعریف منظور شده از طرف IASC است

مردان و پسران و خشونت مبنی بر جندر : در سراسر جهان خشونت مبنی بر جندر تاثیرات عظیمی بالای خانم ها و دختران به تناسب مردان و پسران دارد. اولی این بسیار مهم است تا به خاطر داشته باشیم که مردان و پسران همچنان ممکن قربانی خشونت مبنی بر جندر باشند خصوصا خشونت جنسی. در حالی که شواهدی زیادی وجود دارد که خشونت جنسی علیه پسران بیشتر از آنچه قبلا در مورد آن دانسته شده بود واقع میشود، اما ما تا حال در قسمت خشونت جنسی در مورد مردان و پسران در هر مرکزی به شمول حالات اضطرار خیلی زیاد نمیدانیم

اگر چه مردان و پسران میتواند اکثرا یا مرتکب و یا قربانی خشونت مبنی بر جندر باشند، مردان و پسران اجزای متغییر و جنجالی تلاش های وقایوی خشونت مبنی بر جندر اند

آزمون دانش شما - مفاهیم و اصطلاحات خشونت مبنی بر جندر

با مرور آنچه شما در مورد مفاهیم و اصطلاحات خشونت مبنی بر جندر میدانید به سوالات زیر جواب بدهید

یک خانم بیجا شده با ۳ طفلش از یک منطقه منازعه فرار نموده و با یک مرد مسلح در محل تلاشی مواجه میشود این خام از باقی اعضای خانواده و جامعه خود جدا شده و میخواهد به انطرف محل تلاشی در یک منطقه آرام پناهگزين شود . مرد مسلح از خانم بخاطر عبور از پوسته وی مقداری پول تقاضا میکند ، (مطلب ازین مطالبه کدام حق الزحمه رسمی نه بلکه رشوه است) خانم برای فرد مسلح میگوید که او کدام پولی و یا چیز بها داری ندارد که برایش بدهد، مرد مسلح برای خانم میگوید که در اینصورت او بشرطی به وی اجازه عبور میدهد که او باوی تن به مقاربت جنسی بدهد. بعدا خانم موافق میشود و مرد مسلح با عجله و وارخطایی در حالیکه خانم حین دخول آلت احساس درد مینماید با وی مقاربت میکند. خانم کوشش میکند تا صدای گریه و ناله اش را در مقابل اطفالش نکشد

1. ایا این خانم به مقاربت جنسی رضایت داده بود؟ \

☐ بلی

☐ نخیر

2. ایا یک پیشامد خشونت مبنی بر جندر است؟

☐ بلی

☐ نخیر

3. چرا این یک پیشامد خشونت مبنی بر جندر است؟ (موارد زیر را ازمایش کنید)

a) این حالت بر اساس عدم توازن قدرت بین مرد مسلح و خانم بود

- (b) این برای خانم آسیب رسان بود
- (c) این حقوق انسانی خانم را نقض کرد
- (d) این خانم برای مقاربت جنسی رضایت داده بود
- (e) درین حالت استفاده از زور نقش داشت

موضوع ۲: شیوع و انواع خشونت مبنی بر جندر

اکنون که ما به مفاهیم اساسی نظر انداختیم و تعریف ما را از خشونت مبنی بر جندر تشکیل داد بیاید به انواع مختلف خشونت مبنی بر جندر و شیوع آنها در سراسر جهان خواه در جاهای که ثبات دارند یا خواه در جا های که در وضعیت اضطرار قرار دارند نظری بیندازیم

این بسیار مهم است تا خاطر نشان گردد که ما تنها تعداد کسانی را که خشونت مبنی بر جندر را گزارش نموده اند میدانیم نه تمام انانی را که خشونت مبنی بر جندر را تجربه نموده اند. معلومات در باره شیوع خشونت مبنی بر جندر بدلیل ماهیت پوشیده و گزارش نشدن واقعات، خیلی به مشکل بدست میآید

شیوع: شیوع یک حادثه یا کنش خشونت مبنی بر جندر منحصیث تعداد عمومی واقعات خشونت مبنی بر جندر در جمعیت عمومی در یک زمان داده شده تعریف شده است.

این تنها یک موضوع محلی نیست

این بسیار خوب مستند شده که خشونت مبنی بر جندر در سراسر جهان یک قضیه فراگیر صحت عامه و حقوق بشر بین المللی میباشد، و وقایع موثر و پاسخ های دارای کیفیت خوب و بالخاصه در بسیاری از کشور های جهان بسنده نمیشد
گرچه در اکثر ممالک تحقیقات کمی در مورد این مشکل راه اندازی شده اما ارقام دست داشته از سراسر جهان یک تخمین سطحی شیوع خشونت های مبنی بر جندر را به دست میدهد

خشونت مبنی بر جندر در سراسر جهان

یادداشت: با در نظر داشت مشکلات اخلاقی و مصوونی در قسمت جمع اوری ارقام در مورد این موضوع حساس حقایق و ارقام تخمین ها را در مورد ماهیت این مشکل پذیرفته و به جهانشمول بودن انرا نشان داده و روند های خاص ان را در حالات بحران و بعد از بحران برجسته ساخته است
این معلومات ممکن تلاش ها برای توجه دست اندرکاران در قسمت خشونت مبنی بر جندر را در عدم موجودیت ارقام مرتبط از هر جای خاص ان کمک نماید

خشونت مبنی بر جندر در تمام جاها

در سراسر جهان حد اقل ۱ خانم از هر سه خانم یا لت و کوب شده، یا مجبور به عمل جنسی شده و یا در طول عمر خود به سو استفاده معروض گردیده. در اکثر حالات سو استفاده کننده یکی از اعضای شناخته شده فامیل خانم بوده
48% دختر خانم ها در کاراییین در طی یک سروی راپور دادند که اولین عمل جنسی شان اجباری بوده است
اضافه از 90 میلیون خانم های افریقا قربانی ختنه و انواع دیگر بریدن (تحریف) اعضای جنسی میگردند
در افریقای جنوبی در هر 83 ثانیه یک خانم قربانی تجاوز جنسی میگردد. و فقط 20/1 این خانم ها به پولیس راپور میدهند
در زمبابوی در ولایت مدلند، 25% خانم ها قربانی تجاوز جنسی از طرف همسر محرم شان شده اند
بیشتر از ۷۰ میلیون دختران/ زنان از FGM/C در سراسر جهان رنج میبرند. هر سال بیشتر از ۲ میلیون دختران از بکار گرفته شدن درین نوع خشونت رنج میبرند

جمعیت متأثر شده از باعث منازعات مسلحانه

کارمندان امداد های بشری و نگهبانان صلح چند ملیتی دریافت نموده اند که زنان و اطفال مهاجر و بیجا شده در گانا، سیرا لیون، لیبیریا و جمهوری خلق گانگو، نیپال و سایر ممالک بهره کشی یا سو استفاده جنسی شده اند

کمبودیا : 75% خانم ها یکه در یک تحقیق در دهه 1990 اشتراک کرده بودند بازماندگان خشونت های خانوادگی بودند ، که اکثرا از طرف اعضای فامیل و شوهران شان با سلاح های صغیره که از جنگ با خود داشتند مورد خشونت قرار گرفته بودند

لیبیریا: به صورت عموم تعداد خانم های که خشونت توسط اعضای غیر از خانواده شان بالای آن صورت گرفته 10 بار بیشتر در دوره جنگ (1999-2003) نسبت به دوره بعد از جنگ راپور داده اند

افات و بلا یای طبیعی ذیل:

خشونت جنسی

تسونامی بحر هند 2004: بهره برداری های جنسی بعد از تسونامی به شکل وسیع راپور داده شده بود .

خشونت همسر محرم / خشونت خانوادگی : سونامی بحر هند 2004 : خشونت خانوادگی بعد از تسونامی به شکل وسیع راپور داده شده بود. یک موسسه غیر دولتی گزارش داد که یک افزایش سه برابر واقعات به آنها آورده شده بود

قاجاق انسان ها:

خانم ها ، دختران و پسران" از نظر جمعیت در بلایای طبیعی نا پدید میشوند. وضعیت نهایت شدید سانحه ، فقر، وابستگی و درماندگی فرصتی را برای قاجاق بران مساعد میسازند تا خانم ها و اطفال را فریب داده و از آنها بهره کشی نمایند

مرگ از باعث خشونت مبنی بر جنس:

بعضی از قربانیان خشونت مبنی بر جنس منحصراً نتیجه پیشامد حادثه باخطر مریضی، قتل، یا خودکشی میمیرند، گرچه احصاییه ها در مورد مرگ از باعث خشونت مبنی بر جنس نادر را نگهداری میشوند

بیشترین بازماندگان تجاوز جنسی در جریان قتل عام در رواندا ، فعلا ایچ آی وی مثبت اند و یا هم از سبب اختلالات ایدز از بین رفته اند

بیشتر از 5 میلیون خانم همه ساله قربانی قتل های ناموسی میشوند

بعضی خانم ها که از اثر زجرت هیجانی، روانشناختی و اجتماعی رنج میبرند و متهد به خود کشی میباشند، در تایلند، طبق UNHCR در بین نفوس مهاجرین برمیسی ، 2/3 هر خودکشی خانم است حالانکه در یک سروی ملی در تایلند یک زن در مقابل 3 مرد شامل راپور های خودکشی میباشد

بیشتر واقعات خودکشی ها قربانیان تجاوزات جنسی یا خشونت های خانوادگی بوده اند.

شیوع خشونت مبنی بر جنس در افغانستان:

طبق راپور سالانه UNHCR, UNAMA برای حقوق بشر، یک رقم تخمینی 1669 واقعه خشونت علیه خانم ها در 16 ولایت بحرانی نزد دپارتمنت امور زنان پولیس و وکلای مدافع ثبت شده است.

گزارش حاکی است که از جمله 1669 پیشامد ثبت شده خشونت علیه زنان تنها 109 قضیه (7%) این قضایا توسط سیستم قضایی مطابق قانون منع خشونت علیه زنان رسماً طی مراحل گردیده.

جرم های لت و کوب و زخمی ساختن زنان یکی از شایعترین نوع خشونت علیه زنان در میان سایر انواع خشونت های راجستر شده در طی زمان ذکر شده.

حقوق جهانی ملی 2008 ” 87 % خانم های مصاحبه شده در 4700 خانواده در 16 ولایت، حد اقل 1 نوع خشونت را متحمل شده اند. و 62% چندین نوع از خشونت ها را. 17% قربانی خشونت های جنسی، 11% تجاوز جنسی، 52% قربانی خشونت های فیزیکی، 59 % ازدواج های اجباری، و 74% هم قربانی های خشونت روانی-اجتماعی بوده اند.

کمیسون مستقل حقوق بشر در افغانستان راپور میدهد:
4154 قضیه خشونت خانم ها طی 1179 شکایت در دفاتر مختلف حقوق بشر در جریان 6 ماه 2013 ثبت شده است
1249 قضیه (30%) مربوط خشونت فیزیکی، 976 (24%) مربوط خشونت های لفظی و روانی، 862 قضیه (21%) خشونت های اقتصادی، 262 قضیه (6%) مربوط انواع مختلف خشونت های جنسی، و 805 (19.4%) انواع دیگر خشونت ها بوده است.

خشونت مبنی بر جنس و مراقبت های صحی :

در اواسط ۲۰۱۳ یک مطالعه در مورد دانش نگرش و عملکرد (KAP) study توسط UN Women and WHO به ارتباط کارمندان که در مدیریت واقعات خشونت مبنی بر جنس کار مینمایند در ۶ ولایات به هدف دریافت فهم بهتر در مورد ظرفیت عرضه کنندگان مراقبت های صحی برای شناسایی تداوی ثبت و راجستر و رجعت دهی بازماندگان خشونت های مبنی بر جنس راه اندازی گردید. مطابق به نتایج این مطالعه حد اوسط ۲۲ تن از بازماندگان خشونت مبنی بر جنس که طی یک ماه قبل از راه اندازی این مطالعه به تسهیل صحی امده بودند (۷۷٪ قربانی خشونت فیزیکی، ۸۳٪ خشونت هیجانی و ۲۹٪ خشونت جنسی) دریافت گردیدند.

تقریباً نیمی از کارمندان مراقبت های صحی که با آنها مصاحبه میشد از نتایج خشونت مبنی بر جنس خوب آگاهی داده شدند.

در حدود نیمی از پاسخ دهندگان اظهار داشتند که آنها مریضان را از احتمالات قربانی خشونت مبنی بر جنس بودن شان سوال نمودند اما خاطر نشان نمودند که موانع مختلف بر سر راه مصاحبه بالخاصه موجود است مثلاً محدودیت زمانی، نبود جای در کلینیک برای اطمینان از محرمانه بودن تسهیلات خدماتی برای قربانیان خشونت مبنی بر جنس در تسهیل صحی، تاکید بیشتر بالای بخش های دیگر صحی، ترس از طی مراحل از طرف پولیس، نبود آموزش ها برای کار با این قضایا و نبود تسهیلات رجعتی در ولایات برای قربانیان خشونت مبنی بر جنس.

نتایج این مطالعه KAP نشان داد که یک ضرورت عاجل برای شامل ساختن خشونت مبنی بر جنس در پالیسی های بخش صحی، انکشاف رهنمود های کار با خشونت مبنی بر جنس و تقویت ظرفیت متخصصین صحی در قسمت مدیریت واقعات خشونت مبنی بر جنس وجود دارد. این نتایج همچنان نشان داد که برای تقویت هماهنگی رابطه با سایر عرضه کنندگان خدمات غیر صحی، تسهیلات صحی مجهز و سازمان یافته و هدفگیری موانع فرهنگی و اجتماعی بسیار ضروری میباشد.

حالات اضطرار انسانی و محیط آسیب پذیر:

خشونت های جنسی و دیگر انواع خشونت های مبنی بر جنس در حوادث غیر مترقبه انسانی بروز میکند حوادث غیر مترقبه انسانی میتواند از باعث آفات طبیعی (آب و هوای نا متعادل و شدید، دخالت های جیولوژیکی مثل زمین لرزه ها) یا از فعالیت های انسانی (جنگ و آشوب های اجتماعی) و از بین رفتن محیط زیست به وجود آید. در جریان حالات اضطرار زنان و نوجوانان از خانواده ها و جوامع خویش جدا میشوند. آسیب پذیری آنان نسبت به حملات بیشتر میشود. بندمانی(توقف) در سیستم عدلی و قضایی و همچنان نورم های حفاظتی اجتماعی نیز درین سواستفاده سهم میگیرند

مراحل حالات اضطرار:

حالات اضطرار میتواند تاثیرات وسیعی بالای هردو: انسانها و محیط فیزیکی آنها داشته باشد، یگانه راه برای سازماندهی پاسخ شما به حالات اضطرار عبارت از اجرای آن توسط مراحل است:

مرحله 1 وقایه و فرونشانی:

توسط شرایط خراب اقتصادی و اجتماعی، شورش های مدنی، ویی ثباتی پیشرونده مشخص میگردد. و فعالیت های این مرحله شامل، وقایه بحران و کاهش تاثیرات سو آن میباشد، وقایه و فرونشانی میتواند شامل:

1. بررسی و جمع آوری معلومات تا پیش بینی بحران های مترقبه حمایت گردد،
2. کار نمودن با اشخاصیکه در معرض خطر اند
3. کمپاین های معلوماتی برای کمک جوامع تا بتوانند در مقابل بحران واکنش دهند، پلان گذاری احتمالی و آماده بودن به بحران،
4. انکشاف ظرفیت تمام دست اندر کاران، به شمول جوامعی که شاید متاثر شوند،
5. ذخیره سازی منابع تدارکاتی

مرحله 2 واکنش سریع:

اکثرا با هرج و مرج، فرار مردم به جا های امن، و جدا شدن فامیل ها و جوامع همراه است. دخالت های مثبت در این مرحله عبارت از حفظ حیات مردم، و تامین نیازمندی های اساسی جوامع متاثر میباشد

مرحله 3 تداوم آرامش:

در این مرحله، بحران های ابتدایی آرام شده است، مردم دوباره به فامیل ها و جوامع تنظیم شده اند، هرج و مرج کم است، ضروریات عمده مردم تامین شده. دخالت های مثبت در این مرحله بالای انکشاف ظرفیت جامعه مدنی و جمعیت متاثر شده، ایجاد دوباره سیستم های صحتی، برقراری قانون، حفاظت، از بین بردن کشمکش های جنگی و بازسازی متمرکز شده میتواند

مرحله 4 اعاده و بازسازی:

در جریان این مرحله آن عده اجتماعی که بیجا شده اند، ممکن دوباره به وطنیا جای آبابی خود برگشت نمایند. و یا هم یا بشکل آبی یا پلان شده به مملکت دیگر پناهنده گردند
این مرحله توسط بازسازی وادغام مجدد وسیع عودت کننده گان مشخص میگردد
دخالت های مثبت در این مرحله ممکن حمایت انتقال فعالیت ها از امداد رسانان بین المللی به دولت و یا جامعه مدنی میباشد

خشونت مبنی بر جندر و محیط آسیب پذیر (شکنند)

معلومات زیر انواع خشونت مبنی بر جندر را اکه در جریان مراحل مختلف حالت اضطرار دیده میشود نشان میدهد، خواه بخاطر منازعات مسلحانه باشد یا افات طبیعی.

انواع خشونت مبنی بر جندر موجود در هنگام بحران، قبل از جنگ:

- سو استفاده از طرف اشخاص قدرتمند
- تجارت جنسی
- بهره برداری جنسی و زور گویی توسط جنگجو ها

انواع خشونت مبنی بر جندر که در هنگام جنگ موجود است

- حملات جنسی، زورگویی توسط دزد ها، گارد های سرحدی، دزدان دریایی
- اختطاف و قاچاق
- اختطاف توسط اشخاص مسلح و سو استفاده به شکل بهره برداری جنسی، غلام گیری

انواع خشونت مبنی بر جندر که در مکانهای بیجا شده موجود میباشد:

- حملات جنسی، سو استفاده از طرف اشخاص قدرتمند
- سو استفاده جنسی اطفال
- خشونت خانوادگی
- بهره برداری جنسی در هنگام جمع آوری چوب و آب و غیره
- سکس برای بقا
- رسم و رواج های آسیب رسان عنعنوی ممکن در بیجا شدن ها از سر گرفته شود

انواع خشونت مبنی بر جندر موجود در هنگام برگشت به میهن

- سو استفاده جنسی، اطفال جدا شده
- سو استفاده توسط اشخاص قدرت مند
- حملات جنسی

انواع خشونت مبنی بر جندر موجود در هنگام استقرار مجدد:

- سو استفاده توسط اشخاص قدرت مند
- تجارت جنسی،
- بهره برداری جنسی زورگویی توسط جنگجو ها.

در بین جوامع بسیاری از خانم ها و دختران در تمام مراحل زندگی شان حتی بدون کدام نوع حالت اضطراب انسانی در معرض خطر بلند بسیاری از اشکال خشونت مبنی بر جندر قرار دارند حالات زیر نمونه ای از انواع مختلف خشونت مبنی بر جندر را که در مراحل مختلف زندگی خانم ها و دختران در جوامع واقع میشود نشان میدهد.

این بسیار مهم است تا خاطر نشان گردد که دختران جوان قادر به درک و تفاهم وضعیت های که آنها ممکن با آن مواجه شوند نبوده و کاهلان هم ممکن تمام ظرفیت خود را برای آن حالات اندوخته نداشته باشند

خشونت مبنی بر جندر در جریان مراحل زندگی:

انواع خشونت ها موجود در مرحله قبل از ولادت:

- سقط های انتخابی بخاطر جنسیت
- لت کوب در دوران حاملگی، که سبب تاثیرات منفی روانی و فیزیکی بالایی مادر شده و پروسه ولادت را مختل ساخته میتواند
- حاملگی اجباری، طور مثال در زمینه نسل کشی

انواع خشونت ها موجود در مرحله شیرخوارگی:

کشتن طفل نوزاد به اساس جنسیت آن

- سو استفاده هیجانی
- سو استفاده فیزیکی
- تفاوت دسترسی به غذا و مراقبت های طبی

انواع خشونت ها موجود در مرحله دختري :

- ازدواج اجباري
- سو استفاده جنسي توسط اعضاي فاميل و خویشاوندان
- دسترسي غير مساويانه به غذا و خدمات صحي
- فحاشي اجباري
- تجاوز جنسي
- قاچاق

انواع خشونت ها موجود در جوانان:

- ازدواج اجباري
- خشونت حين وعده ملاقات و معاشقه
- رابطه جنسي در مقابل خدمات و وسايل، يا پول. (sugar daddies)
- سو استفاده جنسي توسط اعضاي فاميل، بيگانگان، و آشنايان
- تجاوز جنسي
- آزار و اذيت جنسي
- عدم دسترسي به غذا و خدمات صحي
- فحاشي اجباري
- قاچاق زنان

انواع خشونت ها موجود در زمان بارداري:

- سو استفاده توسط همسر محرم
- تجاوز بعد از ازدواج
- خشونت توسط مهریه و قتل
- سو استفاده هاي جنسي در محل کار
- آزار و اذيت جنسي
- سو استفاده از خانم هاي که معيوبيت دارند

انواع خشونت ها موجود در زمان كهولت

- سو استفاده از بيوه ها
- سو استفاده خانم هاي مسن

بحث:

كدام يك از آنان تاثيرات وسيع صحت رواني و رواني-اجتماعي ميتوانند داشته باشند؟ با کدام بخش هاي ديگر آنها مرتبط خواهند بود؟ در بخش صحت رواني و رواني-اجتماعي کدام سطوح تخصصي در قضايات مختلف ايجاب مينمايد، ايا ما بايد براي حمايت هاي بيشتر تقاضا كنيم؟ اگر كنيم چه وقت؟

موضوع ۳ : اسباب و فكتور هاي دخیل در خشونت مبنی بر جنس:

اکنون که ما معنی خشونت مبنی بر جنس و همچنان انواع و شیوع خشونت مبنی بر جنس را در تمام مراکز و در تمام مراحل زندگی را کاوش نمودیم ما به ریشه، اسباب و فكتور هاي دخیل در خشونت مبنی بر جنس نظري خواهيم انداخت

شجر خشونت مبنی بر جندر:

یک شکل بهتر نشان دادن و فهمیدن خشونت مبنی بر جندر میتواند ترسیم کردن یک درخت باشد. این روش در جامعه و در ساحه بسیار مفید میباشد و یک راه ساده برای فهمیدن و درک خشونت مبنی بر جندر میباشد

تمام درخت از خشونت مبنی بر جندر نمایندگی میکند. ریشه عبارت از اسباب اساسی میباشد. آب، هوا و درجه حرارت عبارت از فکتور های دخیل آن میباشد، شاخه ها عبارت از بخش های مختلف آن میباشد برگ ها از نتایج خشونت مبنی بر جندر، فامیل و جوامع نمایندگی میکنند.

ریشه ها

ریشه عبارت از اسباب اساسی میباشد.

اسباب اساسی خشونت مبنی بر جندر عبارت از نگرش جامعه و عملکرد های تبعیض آمیز آنان نسبت به جندر است. این امر مرد ها و زن ها را در موقعیت های دشوار قدرت قرار داده و خانم ها را در یک موقعیت زیر دست نسبت به مردها قرار میدهد. نقش پذیرفته جندر و فقدان ارزش اجتماعی - اقتصادی فعالیت زنان این فرضیه ها را تقویت میکند که گویا مرد ها قدرت تصمیم گیری و کنترل خانم ها را داشته باشند. از طریق کنش های خشونت مبنی بر جندر مرتکبین تلاش میکنند تا امتیازات، قدرت، و کنترل خود را بالای دیگران ادامه بدهند. این عدم رعایت یا نبود آگاهی در مورد حقوق بشری، تساوی جندر، دموکراسی و عدم بکار گیری روش های غیر خشن برای حل مشکلات عدم تساوی را تمدید نموده و منجر به خشونت مبنی بر جندر میگردد.

آب و هوا و درجه حرارت

آب و هوا و درجه حرارت فکتور های دخیل اند که سبب بزرگ شدن درخت و قوت ریشه ها میگردد. عدم مساوات جندر و تبعیض اسباب عمده تمام انواع خشونت های مبنی بر جندر است. فکتور های زیاد است که سبب افزایش آسیب پذیری به خشونت های مبنی بر جندر میگردد، مثالها شامل:

- سیستم حمایتی اجتماعی و فامیلی از بین رفته.
- فامیل ها اکثرا جدا شده اند
- موسسات مثل پولیس و تسهیلات صحتی یا بدون کارمند اند و یا هم از بین رفته اند.
- یک اقلیم (آب و هوا) مساعد برای نقض حقوق بشر شامل بی قانونی، و معافیت قانونی موجود است.
- جمعیت های بیجا شده وابسته به کمک ها اند و مساعد به سو استفاده ها و نقض حقوق بشر
- اجتماعات موقتی و پناه گاه ها شاید محفوظ نبوده، مزدحم یا هم در مناطق دور افتاده واقع باشند، و یا هم خدمات و تسهیلات کافی ندارد.

شاخه ها

شاخه ها عبارت از بخش های مختلف خشونت مبنی بر جندر میباشد که میتوانند واقع شوند کنش های خشونت مبنی بر جندر میتواند به چهار گروپ عمده تقسیم شوند

- سو استفاده جنسی
- سو استفاده فیزیکی
- سو استفاده روانی و هیجانی
- سو استفاده اقتصادی

برگ ها

- برگ ها از نتایج خشونت مبنی بر جندر، فامیل و جوامع نمایندگی میکنند. نتایج و پیامد های آن مانند امراض ساری جنسی و یا هم حمل ناخواسته میباشد. نتایج هیجانی و روانی آن عبارت از احساس گناه و شرم است. تعداد کمی از نام های نتایج اجتماعی عبارت از تجرید و رد شدن از طرف جامعه میباشد.
- هر کدام از این نتایج خشونت مبنی بر جندر در مادیول ۴) پاسخ به خشونت مبنی بر جندر در حالات اضطرار) و منابع اضافی به اجزای حمایت های صحت روانی و مداخلات روانی-اجتماعی اختصاص داده خواهد شد. به تفصیل بحث بیشتر بحث خواهند شد

مطالعه قضیه مادیول ۱:

بیا با بکارگیری از مفاهیم این مادیول مطالعه قضیه را به آزمایش بگیریم. این بسیار آگوا کننده خواهد بود که فوراً در مورد راه های شناسایی خشونت مبنی بر جنس فکر کنیم. اما همانطوریکه شما قضیه مورد مطالعه را میخوانید در قدم اول کوشش کنید که قوه های متحرک وضعیت آزاده و خانواده او را در روشنی آنچه شما یاد گرفته اید را بفهمید

خانواده:

آزاده ۱۷ ساله است، تا روز های اخیر آزاده با والدین و همشیره های خورش در یک محیط نا امن زندگی میکردند. خانواده آزاده یک خانواده پدر سالار با پذیرش نقش عنعنوی جنس است. مادر آزاده مسئولیت امور خانه، آشپزی و مراقبت اطفال را بدوش دارد، و پدر او تصمیم گیر و اولین کمایی گر خانواده است. اگر چه این خانواده فقیر است، آزاده تصمیم گرفت با سایر اطفال خانواده های بیجا شده به مکتب برود. ۳ هفته قبل پدر آزاده برای وی گفت که او دیگر نمیتواند از وی مراقبت کند و او تدارک دیده که آزاده در یکی از خانواده های اقارب شان که در یک جای نسبتاً امن تر کشور موقعیت دارد برود و آنجا همراهی خانواده اقارب خود زندگی کند

پدر ۴۲ ساله ان خانواده ها اخیراً خانم خود را از دست داده و آنها به کسی ضرورت دارند که از اطفال و خانواده آنها مراقبت نماید، و در عین حال همراهی پدر آنها خوش باشد آزاده بزور دی به عقد این مرد آمد و او آزاده را بخانه خود که در حدود ۳ ساعت از خانه آنها فاصله داشت آورد، در شب اول این مرد آزاده را تجاوز کرد. او صبح روز بعد، شب بعدی و روز های بعد بازم او را تجاوز کرد، بعد از ۲ هفته زجرت، آزاده نامه ایرا به پدرش نوشت و از او درخواست کرد که او را دوباره بخانه شان در کمپ بیجا شدگان بر گرداند، آزاده در مقابل فقط یک جواب از پدر خود دریافت نمود.

آزاده عزیز من! من ازینکه نامه شما را دریافت کردم نهایت پریشان شدم، لطفاً دیگر این چیز ها را به من ننویسید. تو میدانی که درین جا نامه ها امکان دارد گم شود یا بدست دیگران (در خانه دیگران) بیافتد. موضوعی را که شما با من شریک ساختید موضوع داخل شما و شوهر شما ست، شما فعلاً یک خانم هستید که باید مسئولیت و دین خود را ادا کنید شوهر تان مرد خوبی است و میتواند بری شما مسکن و برای ما مقداری پول فراهم کند تا ما به زندگی خود ادامه داده بتوانیم، شما با ازدواج با این مرد خانواده خود را کمک بزرگی نمودید، آزاده لطفاً فامیل خود را با اینکار ها بی عزت نساز.

آزاده ترسیده و غمگین است. او را در خانواده ان مرد در دام افتیده فکر میکند و نمیداند چه باید بکند. او احساس میکند که دیگر هیچ گزینه ای برای انتخاب ندارد. که آزمایش نموده باشد

آزمون مادیول ۱ – تحلیل ضیه مورد مطالعه:

1. بیا با در نظر داشت مفهومی که ما در قسمت اول این مادیول مرور نمودیم قضیه مورد مطالعه آزاده را تحلیل نماییم، درین قضیه کدام یکی از مفاهیم خشونت مبنی بر جنس هویدا بود؟ موارد ذیل را به آزمایش بگیرید؟

- (a) رعایت (احترام) به حقوق انسانی آزاده
- (b) فشار اجتماعی
- (c) سو استفاده از قدرت
- (d) آسیب

2. بعداً، کتگوری خشونت مبنی بر جنس را در نظر گرفته که ما درین داستان بحث نمودیم، لطفاً تمام کتگوری های خشونت مبنی بر جنس را که در داستان آزاده بکار میرود انتخاب نمایید:

- (a) سو استفاده جنسی
- (b) سو استفاده فیزیکی
- (c) سو استفاده روانشناختی و هیجانی
- (d) سو استفاده اقتصادی

3. شما در مورد اسباب ریشه ای سو استفاده از آده چه فکر مینمایید
- (a) پس منظر مذهبی آزاده ریشه اساسی اسباب سو استفاده است؟
- (b) عدم تساوی جندر و نبود تعلیمات بالخاصه صحی
- (c) بیجا شدگی و کمی مکتب رفتن
4. درخت خشونت مبنی بر جندر برگ ها از نتایج ان نمایندگی میکند. تمام نتایج ممکنه سو استفاده آزاده را درین قضیه شناسایی نمایید؟
- a. بیرون داد های منفی صحی
- b. وابستگی اقتصادی وی به شوهرش
- c. حمل قبل از وقت
- d. افسردگی
5. درین قضیه مورد مطالعه، فکتور های مشترک موجود بود (که در درخت خشونت مبنی بر جندر توسط هوا و حرارت و غیره تمثیل میشدند) به قضیه مورد مطالعه مراجعه نموده و تمام آن چیز های را که به وضعیت ازاده جا میخورند نشانی کنید
- a. ظاهر جذاب ازاده
- b. وابستگی خانوادگی به کمک از موسسات
- c. محیط نامصون خانواده
- d. الگولیزم مرد ها
- e. عدم دانش ازاده در مورد حقوق انسانی وی (عدم مهارت در داد خواهی در خصوص حقوقش)

تبریک!

شما این مادیول را تکمیل نمودید.

شما باید حالا قادر باشید تا:

- خشونت مبنی بر جندر را تعریف کنید
- مفاهیم ابتدایی به ارتباط خشونت مبنی بر جندر را توضیح بدهید (مانند خشونت، آسیب، قدرت)
- کتگوری های معمول خشونت مبنی بر جندر را لیست نموده و انهای که افغانستان را متأثر ساخته است
- اسباب ریشه ای خشونت مبنی جندر را شناسایی کنید
- نتایج احتمالی خشونت مبنی بر جندر را شناسایی کنید

اکنون شما میتوانید به مادیول ۲ پیش بروید

کلید جوابات مادیول ۱

آزمون دانش شما - خشونت

1. در وضعیت های که افراد مسلح با استفاده از منازعه و بی نظمی خانم ها را یکسره تجاوز میکنند آنها معمولاً خانم ها را خلاف میل شان وادار به عمل جنسی مینمایند.
این یک مثال (تمام موارد زیر را چک نمایید)
(d) نقض حقوق بشر
(e) سو استفاده
(f) رضایت آگاهانه
جواب : این یک تمثال از نقض حقوق بشر و سو استفاده است

2. درست یا غلط: زمانیکه ما میگوییم خشونت هدف ما تنها خشونت فیزیکی است؟

☐ درست

☐ غلط

جواب: غلط خشونت میتواند فیزیکی، هیجانی، اجتماعی یا اقتصادی، سو استفاده، جبر یا فشار دادن باشد، خشونت میتواند در اشکال حمله و تهاجم فیزیکی یا تهدید بعضی ها با اسلحه اشکار باشد، و در بعضی حالات مانند تهدید ترسانیدن و یا سایر اشکال روانی یا فشار های اجتماعی بسیار پوشیده و مخفی باشد.

3. خشونت میتواند بطرق مختلف دریافت شود و شامل (تمام موارد زیر را چک کنید)

(a) تهاجم فیزیکی

(b) سو اسفاده روانی یا هیجانی

(c) سو استفاده اقتصادی یا اجتماعی

جواب: a, b, c - تمام این مثال ها راه های آن که خشونت میتواند ظاهر شود

آزمون دانش شما - مفاهیم خشونت مبنی بر جندر و اصطلاحات

با مرور آنچه شما در مورد مفاهیم و اصطلاحات خشونت مبنی بر جندر میدانید به سوالات زیر جواب بدهید

یک خانم بیجا شده با ۳ طفلش از یک منطقه منازعه فرار نموده و با یک مرد مسلح در محل تلاشی مواجه میشود این خانم از باقی اعضای خانواده و جامعه خود جدا شده و میخواهد به انطرف محل تلاشی در یک منطقه آرام پناهگزين شود. مرد مسلح از خانم بخاطر عبور از پسته وی مقداری پول تقاضا میکند، (مطلب ازین مطالبه کدام حق الزحمه رسمی نه بلکه رشوه است) خانم برای فرد مسلح میگوید که او کدام پولی و یا چیز بها داری ندارد که برایش بدهد، مرد مسلح برای خانم میگوید که در اینصورت او بشرطی به وی اجازه عبور میدهد که او باوی تن به مقاربت جنسی بدهد. بعدا خانم موافق میشود و مرد مسلح با ولع و وارخطایی در حالیکه خانم حین دخول آلت احساس درد می نماید با وی مقاربت میکند. خانم کوشش میکند تا صدای گریه و ناله اش را در مقابل اطفالش نکشد

4. آیا این خانم به مقاربت جنسی رضایت داده بود؟

نخیر : - این خانم رضایت نداده. دروضعیت هایکه تمام انواع جبر و زور (خشونت فیزیکی، زور و جبر و غیره) استفاده میشود رضایت در آن وضعیت ها موجود بوده نمیتواند

5. آیا یک پیشامد خشونت مبنی بر جندر است؟

بلی: این یک مثال از خشونت مبنی بر جندر است. آن مرد از قدرت خود استفاده سو نمود و خانم را مجبور کرد تا با وی سکس داشته باشد تااینکه خانم توانست از پسته بگذرد

6. چرا این یک پیشامد خشونت مبنی بر جندر است؟ (موارد زیر را آزمایش کنید)

a. این حالت بر اساس عدم توازن قدرت بین مرد مسلح و خانم بود

- b. این برای خانم آسیب رسان بود
 c. این حقوق انسانی خانم را نقض کرد
 d. این خانم برای مقاربت جنسی رضایت داده بود
 e. درین حالت استفاده از زور نقش داشت
- جواب: a, b, c, e - اساس این واقعه عبارت از عدم تساوی قدرت میان مرد مسلح و خانم است که سبب آسیب به خانم گردیده، و حقوق انسانی آن خانم را نقض کرده و نفوذ قدرت در آن دخیل است، خانم به سکس (مقاربت) با آن مرد رضایت نداده بود.

ازمون مادیول ۱ - تحلیل قضیه مورد مطالعه:

1. بیاید با در نظر داشت مفهومی که ما در قسمت اول این مادیول مرور نمودیم قضیه مورد مطالعه آزاده را تحلیل نماییم، درین قضیه کدام یکی از مفاهیم خشونت مبنی بر جندر هویدا بود؟ موارد ذیل را به آزمایش بگیرید؟
- a. رعایت (احترام) به حقوق انسانی آزاده
 b. فشار اجتماعی
 c. سو استفاده از قدرت
 d. آسیب
- جواب: b, c, d - درین قضیه مورد مطالعه حقوق انسانی آزاده احترام و رعایت نشد. آزاده فشارهای اجتماعی را بخاطر ازدواج با مرد مسن تجربه مینمود. آزاده همچنان با سو استفاده از قدرت توسط شوهر و پدرش مواجه بود. نهایتاً آزاده آسیب های فیزیکی، روانی (هیجانی) و روانی-اجتماعی را بدلیل تجاوز جنسی تجربه نمود.

2. بعداً، کتگوری خشونت مبنی بر جندر را در نظر گرفته که ما درین داستان بحث نمودیم، لطفاً تمام کتگوری های خشونت مبنی بر جندر را که در داستان آزاده بکار میرود انتخاب نمایید:
- a. سو استفاده جنسی
 b. سو استفاده فیزیکی
 c. سو استفاده روانشناختی و هیجانی
 d. سو استفاده اقتصادی

جواب: a, c - تجاوز جنسی یک شکل از سو استفاده جنسی است، آزاده هر روز توسط شوهرش تجاوز میشد. آزاده همچنان سو استفاده های هیجانی و فیزیکی را تجربه مینمود. او عروسی با آن مرد را نمیخواست، غمگین و ترسیده بود، و حالا در خانه آن مرد بند مانده بود، اگر چه ما میتوانیم که فرض کنیم که آزاده ممکن مورد سو استفاده فیزیکی قرار گرفته باشد اما این نوع سو استفاده درین قضیه توضیح داده نشده، اگر چه آزاده بخاطری به آن مرد فرستاده شده بود تا مشکلات مالی خانواده شان حل گردد اما در قضیه مورد مطالعه شواهدی که دلالت بر سو استفاده اقتصادی را تجربه نموده باشد موجود نیست

3. شما در مورد اسباب ریشه ای سو استفاده آزاده چه فکر مینمایید
- a. پس منظر مذهبی آزاده ریشه اساسی اسباب سو استفاده است؟
 b. عدم تساوی جندر و نبود تعلیمات بالخاصه صحی
 c. بیجا شدگی و کمی مکتب رفتن

جواب: b - نابرابری جنسیتی و عدم رعایت حقوق انسانی آزاده اسباب اساسی و ریشه ای سو استفاده آزاده استند

4. درخت خشونت مبنی بر جندر برگ ها از نتایج آن نمایندگی میکند. تمام نتایج ممکنه سو استفاده آزاده را درین قضیه شناسایی نمایید؟

- e. بیرون داد های منفی صحی
- f. وابستگی اقتصادی وی به شوهرش
- g. حمل قبل از وقت
- h. افسردگی

جواب: تمام آنها - تمام موارد بالا نتایج احتمالی منفی سو استفاده ازاده هستند.

5. درین قضیه مورد مطالعه، فکتور های مشترک موجو بود (که در درخت خشونت مبنی بر جندر توسط هوا و حرارت و غیره تمثیل میشدند) به قضیه مورد مطالعه مراجعه نموده و تمام آن چیز های را که به وضعیت ازاده جا میخورند نشانی کنید

- a. ظاهر جذاب ازاده
- b. وابستگی خانوادگی به کمک از موسسات
- c. محیط نا مصون خانواده
- d. الکولیزم مرد ها
- e. عدم دانش ازاده در مورد حقوق انسانی وی (عدم مهارت در داد خواهی در خصوص حقوق)

جواب: b, c, e- فکتور های اشتراک کننده که درین قضیه مورد مطالعه ذکر شده اند شامل:
وابستگی خانواده به کمک های بیرونی، محیط نا مصون خانواده، عدم دانش ازاده در مورد حقوق انسانی خودش (و عدم مهارت در قسمت دادخواهی برای حقوقش).



وزارت صحت عامه
ریاست عمومی پلان و پالیسی
ریاست جندر

مادیول ۲ : چارچوب کاری برای نشان یابی خشونت مبنی بر جندر در حالات اضطرار

فهرست مطالب

معرفی مادیول ۲.....	1
مادیول ۲ : چارچوب کاری برای نشان یابی خشونت مبنی بر جندر در حالات اضطرار	1
محتویات مادیول:.....	1
اهداف مادیول ۲:.....	1
زمینه:.....	1
بین المللی.....	1
افغانستان.....	2
موضوع ۱ چارچوب کاری برای مداخله:.....	2
راهبرد مبنی بر حقوق:.....	2
راهبرد مبنی بر حقوق:.....	2
راهبرد انکشاف جامعه.....	2
راهبرد بازمانده محور:.....	3
اساسات رهنمودی و راهبرد بازمانده محور.....	3
مصونیت.....	3
رازداری.....	3
احترام.....	4
عدم تبعیض.....	4
آزمایش دانش شما- راهبرد های نشانه گیری خشونت مبنی بر جندر.....	4
در یک منطقه متأثر از منازعه، یک راپور از طرف رسانه ها پخش میشود که دو دختر جوان در نزدیک چاه آب در بیرون منطقه کمپ بیجا شدگان مورد تجاوز جنسی قرار گرفته اند.....	4
موضوع ۲: وقایع و پاسخ:.....	4
وقایع و پاسخ در مداخلات چند سکتوری.....	4
حد اقل پاسخ دهی، رهنمود خشونت مبنی بر جندر ISAC.....	4
مرور دقیق رهنمود خشونت مبنی بر جندر IASC در عمل:.....	5
صحت:.....	5
خدمات جامعه.....	5
فعالیت های کلیدی خدمات صحتی و خدمات سطح جامعه مطابق رهنمود خشونت مبنی بر جندر ISAC.....	5
آب و سیستم زهکشی فاضلاب:.....	7
پناه گاه ها و پلان گذاری ساحوی:.....	8
غذا، امنیت، و تغذی.....	8
تعلیم.....	8
محافظت:.....	8
هماهنگی سراسری:.....	8
هماهنگی سراسری اکثرا بالای سطح ملی یا اقدام وسیع در بحران تمرکز نموده و شامل:.....	8
هماهنگی به سطح محلی :.....	8
هماهنگی قضایا.....	9
1.جامعه بین المللی:.....	9
2.حکومت یا دولت مربوطه:.....	9
3.جامعه مننی:.....	10
4.جامعه محلی:.....	10
تقویت مالکیت و رهبری محلی.....	10
آزمایش مادیول ۲:.....	10

معرفی مادیول ۲

مادیول ۲ : چارچوب کاری برای نشان یابی خشونت مبنی بر جندر در حالات اضطرار

حالا که ما مفاهیم اساسی ای را که فهم ما را در قسمت خشونت مبنی بر جندر در اضطرار شکل میدهد مرور نمودیم، بیایید کاوش یک چارچوب کاری و بعضی راهبرد های کلیدی را آغاز کنیم که ما به ارتباط تدوین مداخلات موثر وقایوی و بگونه پاسخ در حالات خشونت مبنی بر جندر به فهمیدن آن ضرورت داریم.

محتویات مادیول:

این مادیول سه راهبرد عمده را برای مداخلات موثر به بحث میگیرد: راهبرد های مبنی بر حقوق، انکشاف جامعه و بازمانده محور.

علاوه بر آن این مادیول یک مرور کلی مداخلات چندین سکتوری را با تمرکز بالای نقش سکتور صحت بطور عمومی، و نقش صحت روانی و حمایت های روانی-اجتماعی بطور اختصاصی پیشکش مینماید، و چشم براه مداخلات و هماهنگی های بین-الدفتری سیستم ها و ستندرد ها میبازد، همچنان این مادیول متوقع است تا اقدامات حد اقل همانطوریکه در رهنمود IASC بخاطر خشونت های مبنی بر جندر در حالات اضطرار انسانی و سایر اسناد قابل دسترس، و موادی دیگری که در افغانستان در مراحل بعدی انکشاف خواهند یافت صورت بپذیرد.

در نهایت این مادیول ۴ نگاه مختصری به مردم منحيث منابع کلیدی در ایجاد تغییرات لازمی برای حفاظت خانمها و دختران از خشونت های مبنی بر جندر با تاکید روی تقویت رهبری محلی و احساس مالکیت منطقه ای مینماید

اهداف مادیول ۲:

در ختم این مادیول اشتراک کننده ها قادر خواهند بود تا:

- شناسایی روش ها یا شیوه های اساسی که کار ما را جهت پاسخ و وقایه در رابطه به خشونت مبنی بر جندر در تمام سطوح و در تمام مراحل پاسخ به حالات اضطراری و مواقع آسیب پذیر، تحت تاثیر قرار میدهد.
- هدف هماهنگی خشونت مبنی بر جندر، و سهولت پذیری رهنمود IASC جهت حمایه کار های بین الدفتری (inter-agency) باید توضیح میدهد.
- هدف هماهنگی خشونت مبنی بر جندر و سودمندی رهنمود خشونت مبنی بر جندر IASC را جهت حمایت اقدامات بین الدفتری یا inter-agency تشریح میدارد.
- مفاهیم چارچوب کاری و راهبرد های آنرا در قضایای واقعی زندگی استفاده مینماید.

زمینه:

بین المللی

از زمان راپور تجاوزات جنسی گروهی در بوسنیا، رواندا و کوزووه در اوایل ۱۹۹۰ جامعه جهانی فعالانه به خشونت های مبنی بر جندر منحيث اجزای "تلاش های پاسخ بشری" واکنش نشان داده است. در نتیجه انکشافات چشمگیر در هردو سطح پالیسی و عملکرد درین ساحه بوجود آمده است. بسیاری از عمل کننده گان منابع شانرا جهت تحقیقات، داد خواهی شناسایی عملکرد ها و ستندرد های خوب، ایجاد رهنمود ها و ابزار کاری برای حمایت موثر وقایه و پاسخدهی درین بخش اعانه نموده اند.

افغانستان

گرچه تایید تعداد واقعات خشونت مبنی بر جندر در افغانستان مشکل می باشد اما بیشتر ریسرچ ها نشان میدهد که خشونت مبنی بر جندر بطور خاص خشونت علیه خانم ها و دختران بسیار گسترده است و تمام بخش های جامعه افغانی را شدیداً متأثر مینماید.

خشونت مبنی بر جندر ممکن اشکال مختلفی را بشمول خشونت های جسمی، روانی، جنسی، استثمار جنسی، خشونت خانوادگی و رواج های آسیب رسان فرهنگی که در سطح اجتماع اکثراً چشم پوشی- دریافت گردیده و نورم های عمیقاً تثبیت شده ای که خانم ها را به حالت تابعیت و پستی امر میکند به خود میگیرد.

در سطح جهان این تلاش ها منجر به چارچوب کاری، راهبرد ها و مدل های که عملکرد های مناسب را برای پاسخ به خشونت های مبنی بر جندر در حالات اضطرار و در زمینه های شکننده ای که نیازمند هماهنگی و تشریک مساعی بین الرشتوی اند فراهم میکند.

این چارچوب کاری بر اساس حقوق افراد و جوامع و اشتراک معنی دار شان در تلاش هاییکه برای دفاع و ارتقای حقوق شان است ترتیب شده است.

موضوع ۱ چارچوب کاری برای مداخله:

هدف گیری مثبت واقعات خشونت مبنی بر جندر در حالات اضطراری ایجاب مینماید تا عمل کننده گان:

- حقوق جمعیت متأثر شده را ارتقا داده و حفاظت نمایند (خصوصاً خانم ها و دختر ها)
- در صورت نقض این حقوق باید مداخله صورت بگیرد
- ارائه خدمات و معاونت به نیازمندی های هر دو حالت کسانی که متضرر شده و تحقق بخشیدن حقوق ان عده کسانی که خشونت را تجربه نموده اند

راهبرد مبنی بر حقوق:

تهداب چارچوب کاری بومی ما را یک سلسله راهبرد های وقایوی و پروگرام های پاسخی که مرتبط به هر سطح مداخله در تمام مراحل پاسخ اضطراری میباشد تشکیل میدهد. اولین راهبردی که ما در مورد ان بحث خواهیم نمود عبارت است از راهبرد مبتنی بر حقوق

یک راهبرد مبنی بر حقوق برای نشانه یابی خشونت های مبنی بر جندر در واقعات اضطراری حقوق زنان و دختران را به حیث حقوق بشر شناسایی نموده، و تمام دست اندر کاران را مکلف میسازد تا:

- حقوق زنان و دختران باید در هر نوع شرایط در آجندا بین المللی قرار داده شود. (به شمول حق زندگی بدون از هر نوع خشونت مبنی بر جندر)
- ارتقا، محافظت و بر آورده نمودن حقوق زنان و دختران

راهبرد مبنی بر حقوق:

- روی اساسات حقوق بشر بین المللی و قوانین انسانی استوار است.
- تعداد زیاد از عمل کنندگان و دست اندر کاران را شامل میشود
- ضرورت دارد تا معیارات و ارزش های سیاسی، قانونی، اجتماعی و فرهنگی که در یک مملکت یا جامعه کار نموده و انها را نشان یابی نماید
- راه های را جستجو مینماید تا بازماندگان و جوامع توانمند گردند

راهبرد انکشاف جامعه

راهبرد بعدی راهبرد انکشاف جامعه را به بحث میگیرد

- یک راهبرد انکشاف جامعه کوشش مینماید تا افراد و گروه های یک جامعه را از طریق فراهم نمودن دانش، منابع و مهارت های که آنها برای تغییر آوردن در ارتباطات اجتماعی و نقش جندر در جامعه های خود شان ضرورت دارند تقویه نماید، تا بتوانند خشونت های مبنی بر جندر را به شکل موثر نشان یابی نمایند.
- هدف عمده از راهبرد انکشاف جامعه عبارت از آوردن یک تغییر سرتاسری در جامعه و تامین عدالت میان جوامع از طریق کار کردن با ایشان میباشد.
- ضروریات، فرصت ها، حقوق و مسوولیت های ایشان در رابطه به نشان یابی خشونت مبنی بر جندر را شناسایی میکند.
- اقدامات عملی برای نشان یابی خشونت مبنی بر جندر شامل پلان گذاری، سازمان دهی را رویدست میگیرد.
- تاثیرات، و موثریت اقدام های انجام شده را ارزیابی مینماید.

راهبرد بازمانده محور:

- راهبرد نهایی راهبرد بازمانده محور در حالات خشونت مبنی بر جندر را به بحث میگیرد**
- یک راهبرد بازمانده محور، کوشش مینماید تا بازمانده خشونت مبنی بر جندر را از طریق قرار دادن وی در محراق پروسه کمک رسانی، توانمندی بدهد.
- راهبرد بازمانده محور، تمام جنبه های فیزیکی، روانی، هیجانی، معنوی و اجتماعی فرد را احتوا مینماید. همچنان تاریخچه فرهنگی و اجتماعی فرد را مد نظر گرفته و رویداد های را که پروسه شفایابی را تسهیل و حمایت کند، نیز در نظر میگیرد.
- راهبرد بازمانده محور تأیید میکند که:**
- هر شخص منحصر به فرد است.
 - هر شخص به مقابل خشونت مبنی بر جندر عکس العمل مختلف دارد و در نتیجه ضرورت های مختلف دارند.
 - هر شخص قدرت، منابع، و درجه های تحمل مختلف دارند.
 - هر شخص حق دارد که کی ها باید در مورد آنها بدانند و در قدم های بعدی چه واقع خواهد شد.

اساسات رهنمودی و راهبرد بازمانده محور

- راهبرد بازمانده محور به این معنی است که مطمئن شویم بازمانده به خدمات خوب، قابل دسترس و بالخاصه بشمول موارد زیر دسترسی داشته باشد:
- مراقبت صحی
 - حمایت روانشناختی و اجتماعی
 - امنیت
 - خدمات قانونی
- عرضه خدمات شایسته ایجاب مینماید کسانیکه مستقیماً با بازماندگان کار میکنند، دانش، مهارت و نگرش بالخاصه را داشته باشند. تطبیق راهبرد بازمانده محور ایجاب مینماید تا اساسات رهنمودی مصوونیت، رازداری، احترام و عدم تبعیض را بکار ببریم.

مصوونیت

- حفاظت و امنیت بازمانده و دیگران، از جمله اطفال و کسانیکه اورا معاونت کرده اند، باید اولویت تمام تطبیق کنندگان باشد. افرادی که واقعات خشونت مبنی بر جندر و یا تاریخچه خشونت و سو استفاده را مخفی نگه میدارند، عمدتاً در معرض خطر خشونت های بعدی از طرف مرتکب شونده گان یا اشخاص چهار اطراف خود میباشند.

رازداری

رازداری باوری را منعکس میسازد که افراد حق دارند انتخاب نمایند که با کی ها سرگذشت خود شریک بسازند یا نساوند. حمایت رازداری به این معنی است که هیچ وقت معلومات مربوط به شخص را برای هیچ نوع گروهی دیگر بدون رضایت آگاهانه شخص نباید افشا کرد. رازداری؛ مصوونیت، اعتماد و توانمندی را تقویت مینماید.

احترام

تمام اقدامات گرفته شده باید معرف احترام نسبت به انتخاب ها، خواست ها، حقوق و وقار بازمانده گان باشد.

عدم تبعیض

بازماندگان خشونت باید تداوی مناسب و مساوی را دریافت نمایند، بدون در نظر داشت سن، نژاد، مذهب، ملیت، قوم، جنس، و یا خصوصیات دیگر باید عرضه گردد.

آزمایش دانش شما- راهبرد های نشان‌ه گیری خشونت مبنی بر جندر

در یک منطقه متأثر از منزعه، یک راهبر از طرف رسانه ها پخش میشود که دو دختر جوان در نزدیک چاه آب در بیرون منطقه کمپ بیجا شدگان مورد تجاوز جنسی قرار گرفته اند.

چهار موسسه سازمان ملل متحد که بیشتر به فعالیت های خشونت مبنی بر جندر که در دور و پیش این کمپ دخیل اند فوراً جهت حمایت این دختران سرازیر میشوند هر کدام این دفاتر بصورت جداگانه به ملاقات این دو دختر میروند و هر کدام بصورت طولانی و تفصیلی با آن دو دختر در مورد اینکه چگونه این اتفاق رخ داد، صحبت میکنند. بعداً اینها در مورد انکشاف یک پلان عملی که از هر دو معاونت فوری و طولانی مدت، مراقبت های جامع برای این دختران در تمام سکتور های مربوط به پاسخ مطمئن شوند: صحت، روانی- اجتماعی، امنیت و حقوق با هم ملاقات نمودند.

درین سناریو، کدام یکی از راهبرد های مخاطب خشونت مبنی بر جندر در حالات اضطرار نقض شده اند:

1. راهبرد مبتنی بر حقوق
 2. راهبرد انکشاف جامعه
 3. راهبرد بازمانده محور
- (جواب: هر سه ان راهبرد ها نقض شده اند)

درین داستان نمایندگی های سازمان ملل حقوق این دختران را در نظر نگرفته بلکه در مقابل طوری حدس زدند که اینها از قبل نیازمندی های آنها را میدانستند، همینطور هیچ کسی با گروپ زنان یا سایر فعالین در جامعه بخاطر در نظر گرفتن اقدامات بخاطر نشانه گیری این وضعیت بشکل اقدام پایدار منحصراً برای هر دو: محافظت و مراقبت دختران و توانمند ساختن جوامع را در نظر نگرفتند. در نهایت، تقاضای چندین بار از دختران برای بیان سرگذشت شان نقض آشکار رازداری و نشان دهنده عدم احترام نسبت به خود ارادیت آنها بود، بنابر ان عناصر اساسی راهبرد بازمانده محور را زیر پا نمودند.

موضوع ۲: وقایه و پاسخ:

وقایه و پاسخ در مداخلات چند سکتوری

هدف قرار دادن خشونت مبنی بر جندر یک کار مغلق و چند بعدی است. سازمان دهی خشونت مبنی بر جندر موثر شامل موارد ذیل است:

- جلوگیری از خشونت از طریق هدف گیری فکتور های دخیل و خطرات ان صورت میگیرد.
- پاسخگویی به خشونت و نتایج ان تا به نیازمندی های قربانی رسیدگی گردد.

بهترین روش در این زمینه عملکرد چندین سکتوری میباشد. جاییکه تمام عمل کنندگان از وظایف مشخص خود در بخش خشونت های مبنی بر جندر به شکل واضح آگاه باشند. کارمندان صحتی نقش کلیدی در وقایه و همچنان پاسخی به شمول شناسایی، حمایت، و رجعت دهی قربانیان بازی میکنند.

حد اقل پاسخ دهی، رهنمود خشونت مبنی بر جندر ISAC

در مراحل مقدم حالت اضطرار انسانی، مداخلات برای وقایه خشونت مبنی بر جندر فراهم نمودن معاونت به بازمانده گان بر اساس رهنمود خشونت مبنی بر جندر IASC در تشکیلات بشری، میباشد. رهنمود مداخلات خشونت مبنی بر جندر در تأسیسات بشری: بالای وقایه و پاسخ به خشونت های جنسی در حالات اضطرار که در قبل از آنها ذکر شد تمرکز میکند، این رهنمود مجموعه ای حد اقل از اقدامات لازمه را

برای قادر ساختن عمل کنندگانیکه به حالات اضطرار پاسخ میدهند، بیرون نویس میکند، تا آنها پلان و مداخلات هماهنگ و چندین سکتوری وقایوی و پاسخدهی به خشونت های جنسی را در جریان مراحل ابتدایی حالات اضطرار رویدست گیرند.

این رهنمود ها میتوانند در زمینه های وسیعی غیر از حالات اضطرار استفاده گردند، اینها همچنان میتوانند منحنیث امادگی برای حالت اضطرار ناگهانی در یک مرکز مورد بررسی قرار گیرند.

رهنمود :

- بالای خشونت مبنی بر جندر تاکید میکند
- بالای وقایه و پاسخ دهی تاکید دارد
- کارکردهای فعلی را تقویت میکند
- بصورت عموم میتواند بدون کارمندان اضافی، آموزش اضافی و کمک مالی اضافی عملی گردد

این رهنمود مداخلات را در کار های روز مره تمامی سکتور ها و کارکنان حالات اضطرار، که وظیفه محافظت ، آبرسانی، حفظ الصحه، تهیه پناه گاه، برنامه های جانبی، توزیع مواد غیر غذایی و صحت (بشمول حمایت های روانی-اجتماعی و صحت روانی) خدمات جامعه و تعلیم و تربیه را دارند، مدغم مینماید .

مرور دقیق رهنمود خشونت مبنی بر جندر ISAC در عمل:

بعد از مدت کوتاهی از زلزله ویرانگر در جزیره کوچک ناخن، در انجا تعداد زیادی فعالیت های اضطراری در حال جریان است. نمایندگان سازمان ملل متحد و مؤسسات غیر دولتی بین المللی برای ارزیابی حکومت و جامعه محلی مدنی فرا رسیدند تا آنها خدمات انسانی حالات اضطرار را فراهم کنند. بیاید اقدامات حد اقل و محدودی را از رهنمود خشونت مبنی برجندر که باید در فعالیت های ستندرد و انی کارکنان مختلفه حالات اضطرار برای هر دو وقایه و پاسخ به خشونت های جنسی مدغم شوند کاوش کنیم.

صحت:

- از موجودیت پروتوکول ها، ادویه، منابع، و کارمندان آموزش دیده در کلینک های صحتی و شفاخانه ها برای مدیریت واقعات خشونت های جنسی وخشونت های مبنی بر جندر، مطمئن شوید
- فراهم نمودن معلومات و آموزش به جوامع درباره خشونت های جنسی و مبنی بر جندر و همچنان معلومات در باره خدمات قابل دسترس
- دسترسی به مراقبت های ابتدایی صحت روانی و صحت باروری در مراقبت های عمومی

خدمات جامعه

- ارائه خدمات روانی (کمک های اولیه) برای بازماندگان خشونت های مبنی بر جندر و خشونت های جنسی
- سیستم رجعت دهی فعال بین خدمات صحتی انفرادی/ مؤسساتی که حمایت های روانی را فراهم مینمایند.
- انکشاف مواد معلوماتی، تبلیغاتی و ارتباطاتی برای آماده ساختن جوامع برای وقایه و رجعت دهی خدمات خشونت مبنی بر جندر

فعالیت های کلیدی خدمات صحتی و خدمات سطح جامعه مطابق رهنمود خشونت مبنی بر جندر ISAC

اقدامات ذیل را در بخش خدمات صحتی و سکتور خدمات جامعه، برای تمام مؤسسات که خدمات صحتی و روانشناختی و / یا اجتماعی را تطبیق مینمایند، بکار ببرید.

خدمات صحتی و سطح جامعه هر کدام یک شخص مسئول یا (فوکال پابنت) را که بصورت منظم در گروپ های کاری خشونت مبنی بر جندر اشتراک نموده و از دستاورد های کلیدی سکتور صحت و جامعه در جدول اقدامات نشان داده شده راپور میدهند، شناسایی میکنند. خدمات صحتی و سطح جامعه هر کدام یک فوکال پابنت که بصورت منظم اشتراک نماید، شناسایی مینماید.

همچنان این شخص مسئول در جلسات گروپ فرعی و وظایف فراگیر (کراس کتنگ) که از طرف دفاتر هماهنگی خشونت مبنی بر جندر همانطوریکه در جدول اقدامات برای هماهنگی، ارزیابی و بررسی (مانیتورنگ)، منابع بشری معلومات، ارتباطات و آموزش راه اندازی میگردند، اشتراک مینماید.

1. شناسایی و بسیج ساختن منابع موجود در جامعه مانند دایه های محلی، گروپهای زنان، رهبران مذهبی و برنامه های خدمات سطح جامعه
 - قضایای خشونت های جنسی، نیازمندی های بازماندگان برای حمایت، ارزیابی افراد گروپ ها و سازمانهای موجود در جامعه برای اطمینان از اینکه ایشان با بازماندگان حمایت گر، دلسوز، غیر قضاوتی، راز دار و با احترام خواهد بود بحث نمایید،
 - تاسیس سیستم برای رجعت دهی محرمانه میان / بین منابع حمایت روانشناختی، منابع حمایت های اجتماعی، صحتی و خدمات جامعه، امنیت و سکتور عدلی-قضایی
 - تاسیس میکانیزم های هماهنگی و آشنایی شرکای همکار با آن
2. در تمام خدمات صحتی و جامعه، هر زمانیکه یک بازمانده تجارب خویشرا مبنی بر قربانی شدن در خشونت های جنسی بر ملا میساخت و یا به آن اشاره مینمود، بشنوید و برایش حمایت های عاطفی فراهم کنید، آگاهی بدهید و هر قدری که ضرورت بود با در نظر داشت موافقت بازمانده رجعت دهی نمایید.
 - به بازمانده گوش بدهید فقط سوالات غیر مداخلوی، مرتبط به موضوع و غیر قضاوتی را جهت روشن شدن موضوع بپرسید، وی را برای معلومات مزید که وی برای دادن آن آماده نیست تحت فشار نگیرید مانند (جلسه واحد برای کسب اطلاعات روانشناختی راه نیاندازید). بیاد داشته باشید که ممکن وی حوادث را بدون توالی و تسلسل بیان نماید و جزییات آن ممکن تغییر نماید چون وضعیت هیجانی بازمانده متغییر است. این وانمود نمیکند که گویا وی دروغ میگوید، بلکه نشان میدهد که وی جگرخون یا خفه است.
 - اگر یک بازمانده یا قربانی اظهار ملامت خودی میکند، ضرور است فراهم کننده مراقبت وی را محترمانه اطمینان دهد که در خشونت جنسی قصور همیشه از مرتکب است و هیچوقت تقصیر بازمانده/ قربانی نمیباشد.
3. نگرانی ها و نیازمندی های وی (خانم) را ارزیابی نمایید، به امنیت او توجه دقیق بخرچ دهید، اطمینان حاصل کنید که نیازمندی های اساسی وی تامین شده است: او را از آسیب بیشتر محافظت کنید و موجودیت یک پایواز یا فرد مهم و مورد اعتماد را بدون اینکه تحمیل نموده باشید تشویق نمایید.
 - از مصوونیت اطمینان حاصل کنید: در صورتیکه ضرورت باشد وی را در طرح یک برنامه واقعیهانه مصوونیتی کمک نمایید.
 - در مورد خدمات و تسهیلات موجود معلومات صادقانه و مکمل ارایه بدارید.
 - برای بازمانده نگویند چه باید کرد یا چه انتخابی را باید برگزید بلکه در عوض به او کمک کنید تا مشکلاتش از طریق واضح ساختن آنها حل کند، او را کمک کنید تا راه های بهتر سازش و انتخاب های خود را شناسایی کند، ارزش و نتایج انتخاب هایش را ارزیابی کنید، در قسمت رجعت دهی و خدمات اضافی انتخاب ها و آنچه را او ترجیح میدهد رعایت و احترام کنید
 - روش های سازشی مثبت را تشویق و به بحث بگیرید، که ممکن نظر به افراد و فرهنگ های مختلف باشد، باز پس گیری فعالیت های روزانه را تحریک کنید
 - سهمگیری فعال بازمانده/ قربانی را در فعالیت های خانوادگی و اجتماعی تشویق کنید، و روش های آرام سازی را برای وی یاد بدهید.
 - روش های منفی سازش را کاهش دهید: خصوصا استفاده الكل و ادویه را تشویق نکنید، زیرا خطر زیاد وجود دارد که نزد بازمانده گانیکه صدمه روانی دیده اند مشکلات سو استفاده مواد انکشاف نماید.
 - حمایت اعضای خانواده را در صورتیکه عملی باشد بحث کنید. خانواده ها (انهایکه مرتکب نیستند) میتوانند بازمانده / قربانی را حمایت هیجانی و عملی نمایند بطور مثال: اینها ممکن است بازمانده / قربانی را در باز پس گیری فعالیت های روزانه (مراقبت اطفال، کار های خانه، مکتب) بعد از شفایابی فزیک خشونت جنسی کمک نمایند، برعکس خانواده ها میتوانند در ازدیاد صدمه هیجانی از طریق ملامت نمودن قربانی بخاطر سوء استفاده، طرد کردن، یا قهر بالای وی بخاطر صحبت نمودن در مورد خشونت جنسی اشتراک کنند،
4. نشانه گیری نیازمندی های خاص اطفال:

- شخصیکه بازماندگان اطفال/نوجوانان را مصاحبه میکند باید دارای دانش ابتدایی انکشاف اطفال و خشونت جنسی اطفال باشد.
 - روش های خلاقانه (مانند بازی، قصه گویی رسامی) را برای قرار دادن اطفال جوان به طریق آسان تسهیل و مفاهمه نمایید،
 - زبان و اصطلاحات متناسب به سن را استفاده نمایید،
 - زمانیکه لازم بود، اعضای قابل اعتماد و خاصاً فامیل را برای اطمینان ازینکه اطفال و نوجوانان برای برگشت به زندگی نارمل باور، حمایت و معاونت دریافت نمایند شامل بسازید.
 - اطفال را به ارتباط تدای شان از مراقبت های خانواده هایشان دور نسازید (تا وقتیکه بخاطر محافظت شان از سوء استفاده و غفلت صورت نگیرد)
 - هیچ وقت یک طفل را که شما باور دارید خشونت جنسی را تجربه نموده، محدود و مجبور نساخته و فریب ندهید، اجبار، فریب، تحمیل خصوصیات و نشانه های سوء استفاده اند و کمک کننده ایکه ازین روش ها استفاده مینمایند به طفل آسیب بیشتر خواهد رسانید.
 - همیشه در مسیریکه بیشترین منافع اطفال را نشان بدهد، رهنمایی کنید .
5. (فقط برای عرضه کنندگان مراقبت های صحی) در مورد تدای بازماندگان/ قربانیان با ادویه روانگردان، تنها در واقعات استثنایی ادویه را فراهم نمایید. بخش ششم مدیریت کلنیک بازماندگان تجاوز جنسی را برای رهنمایی ببینید، بیاد داشته باشید که بنزودیاپین ها ممکن سریعاً نزد بازماندگان با صدمه روانی سبب وابستگی – مصرف مقدار بیشتر شود بنا احتیاط لازم است.
6. حمایت های روانشناختی و اجتماعی را بشمول فعالیت های ادغام مجدد اجتماعی تنظیم کنید.
- جهت اقدامات همیشه با اساسات رهنمودی وصل باشید.

- ✓ از مصونیت و امنیت مطمئن شوید
- ✓ رازداری را تضمین نمایید
- ✓ خواستها، انتخاب ها و وقار قربانیان / بازماندگان را رعایت و احترام نماید
- ✓ از عدم تبعیض مطمئن شوید
- ✓ هر آموزشی که در عرضه های روانشناختی / مشاوره روانی-اجتماعی صورت میگیرد باید با نظارت تعقیب و پیگیری شوند
- ✓ در صورتیکه بازمانده رضایت آگاهانه بدهد در بخش های صحی، اجتماعی، عدلی قضایی و امنیتی به نفع بازماندگان/ قربانیان دادخواهی نمایید، زمانیکه لازم باشد بدرقه محرمانه را برای هر نوع خدماتیکه ضرورت باشد تنظیم نمایید.
- ✓ در جامعه جرو بحث های را بخاطر بلند بردن آگاهی انها در مورد اینکه خشونت جنسی هرگز تقصیر بازمانده/ قربانی نمیباشد و راه های حل از بین بردن به اصطلاح اختلالات، طرد کردن دسته جمعی و منزوی سازی راه اندازی نمایید.
- ✓ جامعه را در قسمت خشونت های جنسی و خدمات موجود آگاه سازید.
- ✓ حمایت های مادی را همنقدری که ضرورت است از طریق خدمات صحی یا سایر خدمات در سطح جامعه فراهم نمایید.
- ✓ اشتراک و ادغام بازماندگان را به جامعه تسهیل نمایید، اینها ممکن از طریق فعالیت های مشترک المنافع هدفمند، محکم (مانند پروژه های کمک، تعلیمات اطفال) و فعالیتهای که کفایت خودی را بلند میبرند عملی باشند.
- ✓ در صورتیکه عملی باشد استفاده از منابع عنعنوی بالخاصه را تشویق نمایید، با شفا دهندگان عنعنوی و افراد روحانی بالترتیب یعنی کسانیکه مراسم تطهیر کردن یا عبادات را برای خشونت های جنسی قربانیان / بازماندگان تشریک مساعی نمایید
- ✓ بسیار ازین روش ها میتوانند بسیار مفید باشند، بهر حال ، مطمئن شوید که ایشان ملامت نمودن قربانی یا بعباره دیگر سهمگیری در آسیب رسانی بیشتر را به قربانی/بازمانده تمدید نمیکند.
- ✓ با بخش های دیگر از طریق ارتباطات تغییر رفتار، معلومات، تعلیمات و ارتباطات ارتباط برقرار نمایید

آب و سیستم زهکشی فاضلاب:

- به خانم ها و دختران منطقه در قسمت برنامه های اختصاص دادن موقعیت های دسترسی به آب، تشناب ها، حمام ها، و دستشوها ها باید به شکل فعال سهم داد

پناه گاه ها و پلان گذاری ساحوی:

- به سفارشات خانم در قسمت اختصاص دادن محلات مصوون، مناسب و امن پناهگاه ها و بیجا شدگی ها گوش نموده و انرا عملی نمایید.

غذا، امنیت، و تغذی

- سهم دادن فعال به خانم ها و دختران منطقه و اطمینان از سهم ساختن حد اقل 50% زنان در کمیته های غذایی
- از خانم ها در توزیع مواد غذایی استفاده کنید تا در پروسه توزیع کمک اعظمی نمایند

تعلیم

- ستراتیژی های را استفاده کنید که دختران به مکتب رفتن ادامه دهند
- تسهیل برنامه های آموزشی در مورد وقایه از بهره برداری جنسی، سوء استفاده جنسی و انکشاف طرز العمل برای معلمین

محافظت:

- مسائل خشونت های مبنی بر جندر و خشونت های جنسی را در ستراتیژی های نظارتی امنیتی شامل کنید، تا به تهدید های امنیتی جواب مناسب داده شود.
- ترویج پولیس های طبقه اناث و مامورین امنیتی اناث را تشویق نمایید

موضوع ۳: هماهنگی:

سکتور های چندگانه و انواع مختلف مداخلات معین و مصروفیت بازیگران متنوع را در وقایه و پاسخ خشونت مبنی بر جندر دخیل سازید، هیچ یک از سازمانها، گروهی از مسوولین امور و نمایندگی منفرد به تنهایی دارای تعهد ظرفیت یا منابع برای نشان یابی خشونت مبنی بر جندر نمیباشد، هماهنگی برای نشانه گیری خشونت های مبنی بر جندر حیاتی میباشد

هماهنگی کلی و موثر ، هماهنگی محلی فعالیت ها و خدمات، و هماهنگی انفرادی قضایا تماما اشکال اساسی هماهنگی ها میباشد.

هماهنگی سراسری:

هماهنگی سراسری اکثرا بالای سطح ملی یا اقدام وسیع در بحران تمرکز نموده و شامل:

- پلان گذاری ستراتیژیک
- تسهیل نمودن پروسه جمع آوری معلومات، مانیتورینگ، و شریک سازی معلومات و داد خواهی
- بسیج نمودن منابع و اطمینان از شفافیت.
- موزون نمودن بخش های کارای امور
- مذاکره و تمدید اقداتی که روی استندرد ها و کارکردگی های خوب استوار است.
- تامین رهبری برای برنامه ریزی و تطبیق پروگرام های پایدار.

هماهنگی به سطح محلی :

هماهنگی در بین عمل کننده گان چندین سکتوری و موسساتی که در بخش خشونت های مبنی بر جندر کار می نمایند و شامل:

1. واضح ساختن تعهدات، نقشها و مسولیت هاییکه در مورد انواع خدمات روی ان توافق صورت گرفته است،
2. روی پوشش جغرافیای خدمات در مناطق خاص باید بحث شود.
3. انکشاف و تطبیق پروتوکول های رجعتی برای عرضه خدمات
4. جمع آوری، سازماندهی، تحلیل و استفاده سطوح خدمات و سایر معلومات در قسمت پلانگذاری، حمایت یابی و ابتکارات استفاده از خدمات بشمول ارزیابی های مشترک ، شریک ساختن معلومات و دانش
5. پلانگذاری های مرتبط تطبیق و بررسی اهتمامات متمم وقایه و پاسخ دهی
6. حمایت یابی اشتراکی

7. تعلیمات و اطلاع رسانی مشترک برای جامعه

Sub-Cluster خشونت مبنی بر جنس

Sub cluster خشونت مبنی بر جنس در افغانستان منحصراً ارگان هماهنگ کننده ملی برای وقایع و پاسخ دهی واقعات خشونت های مبنی بر جنس تشکیل شده تا فعالیت ها و کوشش های شرکای جنس را در وقایع و پاسخ دهی در خشونت های مبنی بر جنس تقویت و بهبود ببخشد اهداف آن عبارت اند از توحید ، هماهنگی ، و حمایت فعالیت های تمام دست اندر کاران در وقایع و پاسخ خشونت های مبنی بر جنس و اقدامات بشری در افغانستان میباشد. سبب کلستر یا بخش فرعی خشونت مبنی بر جنس در میان تسهیلات بشری قضایای خشونت مبنی بر جنس مربوط به گروپ های آسیب پذیر و متأثر شده را اولویت بندی و نشانه گیری مینماید .

- اعضای گروه حمایتی در هر دو سطح ملی و حوزوی با هم ملاقات مینمایند.
 - UNFPA (United Nations Population Fund) در رأس این گروه حمایتی، و آکسفام به حیث معاون گروه حمایتی قرار دارد.
- اعضای آن:

- موسسات دولتی مربوطه
 - نماینده های TF/Sub-Cluster's
 - موسسات غیر دولتی
 - موسسات غیر دولتی ملی/ موسسات غیر دولتی ولایتی.
- لایحه وظایف سبب کلستر خشونت مبنی بر جنس به هردو زبانهای دری و انگلیسی موجود میباشد.
- محافظت بازماندگان و جامعه منحصراً ارتباط بین البینی بین بخشهای مشاوره روانی-اجتماعی ، صحت، عدلی-قضایی و امنیت دانسته شده
- در مرحله وقایع مشاوره روانی-اجتماعی و حمایت جامعه به آگاهی دهی و تغییرات رفتار ربط میگيرد شبکه روانی-اجتماعی و افراد مسلکی آموزش دیده بخشی از مسیر رجعت دهی در مرحله پاسخ میباشد

هماهنگی قضایا

هماهنگی قضایا به شکل انفرادی:

1. هماهنگی قضایا به شکل انفرادی مشتمل بر ارائه خدمات بازمانده محور به شکل همه جانبه باشد،
2. بر اساس ضروریات فرد استوار باشد که به موسسات و سکتور های خصوصی به هدف کمک و همکاری مراجعه میکنند.

عمل کنندگانیکه خشونت مبنی بر جنس را نشانه گیری میکنند:

انواع مداخلات وقایع و پاسخی خشونت مبنی بر جنس ، چوکات زمانی برای اقدام، و مسنولین عمل کننده بسته به زمینه و مراحل حالت اضطرار میباشد، عمل کنندگان ممکنه که خشونت مبنی بر جنس را وقایع و به آن پاسخ میدهند به 4 گروپ بزرگ تقسیم شده اند.

1. جامعه بین المللی:

عمل کنندگان جامعه بین المللی شامل:

- ملل متحد و دفاتر آن
- موسسات و نهاد های حوزوی
- تمویل کنندگان یا کمک کنندگان دولت های خارجی
- کمیته بین المللی صلیب سرخ، و هلال احمر
- نهاد های غیر دولتی بین المللی
- و جامعه مدنی بین المللی

2. حکومت یا دولت مربوطه:

موسسات حمایتی و حکومتی ایکه بالای یک منطقه یا نفوس حاکمیت دارند.

3. جامعه مدنی:

جامعه مدنی عموماً مشتمل است بر تعداد متنوعی از فعالین نهاد ها، که در درجه رسمیت، استقلالیت، و قدرت خویش از هم مختلف میباشند، جامعه های مدنی اکثراً از نهاد های خیریه راجستر شده، نهاد های غیر دولتی، گروه های اجتماعی، نهاد های زنان، گروه های خودیاری، نهاد های مبنی بر عقاید، انجمن های مسلکی، اتحادیه های تجاری، تحریک های اجتماعی، انجمن های تجاری، ائتلاف ها و گروه های حمایتی ساخته شده اند.

4. جامعه محلی:

اینجا واژه جامعه راجع میشود به گروهی از مردم که در یک منطقه عام زندگی میکنند. یک روش مبنی بر حقوق نقش یک اداره، افراد و جامعه ای که مدعی عملی نمودن حقوق شان هستند را نمایندگی و بازتاب میدهد، پس خود جامعه یک گروه غیر فعال در به دست آوردن یا مستفید شدن نمی باشند، بلکه یکی از فعالین کلیدی در سعی و تلاش کمک های انسانی اند، که خشونت مبنی بر جنس را خود شان در یک سناریوی انسانی یا عادی هدفگیری میکنند.

تقویت مالکیت و رهبری محلی

تقویت و ارتقای احساس مالکیت محلی سهمگیری، توانمندی، ظرفیت سازی عمل کنندگان محلی را در کار مداخلات خشونت مبنی بر جنس از نقطه بسیار آغازین سبب میشود. تلاش ها برای نشانه گیری خشونت مبنی بر جنس باید قوت، جهندگی (انعطاف پذیری) میکانیزم های سازشی و وساطت افراد و جوامع متأثر شده را بازتاب دهد. راهکار ها برای تقویت احساس مالکیت و رهبری محلی مداخلات خشونت مبنی بر جنس شامل:

- حمایت نمودن ابتکارات و ساختار های از قبل موجود در محلات تا ایجاد ابتکارات موازی
- ایجاد شراکت حقیقی با عمل کنندگان محلی متصف با شفافیت و ارتباطات خوب با آنها
- اطمینان از سهمگیری فعالین محلی در تمام ابعاد ارزیابی مشکلات و تحلیل، تدوین برنامه ها، تطبیق و ارزیابی نهایی پروگرام ها
- با فعالین و عمل کنندگان محلی قبل از مرحله مداخلات فوری بشری پلان های راهبردی جهت نهادینه ساختن اقدامات اجتماعی و سیاسی ای که خشونت مبنی بر جنس را وقایع مینماید
- آموزش و ظرفیت سازی برای انشکاف شایستگی، بشمول مهارت برای رهبری، داد خواهی، هماهنگی و ایجاد شبکه ارتباطی

آزمایش مادیول ۲:

آمنه یک ناظر جامعه وزارت صحت عامه افغانستان است که در یک موقعیتی که یک موسسه غیر دولتی ملی یک مرکز حمایتی را اداره نموده، کار مینماید. این موسسه حمایت های روانی - اجتماعی سطح جامعه را در ساحه ای که بیشترین عودت کنندگان در آن برگشت مینمایند عرضه مینماید، یک خاتم ۴ بار به وی گزارش داد که طی ۸ ماه قبل که آنها دو باره به وطن بازگشت نموده اند توسط شوهرش سو استفاده میشود، هر بار آمنه به وی در مورد موجودیت مرکز حمایتی مصوون آگاهی داده و در مورد پیامد ها و نتایج سو استفاده بالای او و ۵ طفلش معلومات میدهد، اما در عوض همیشه خانم بخانه خود رفتن را انتخاب مینماید، آمنه عمیقاً در مورد این وضعیت پریشان است و احساس درماندگی میکند که ازین بیشتر چیزی کرده نمیتواند. سوپروایزر آمنه اخیراً به او در مورد موجودیت یک گروه که ماه یک بار با هم میبینند و روی قضایای مغلق بحث و نظریات خود را جهت تدابیر با همدیگر شریک میسازند گفت. آمنه هرگز در چنین گروه هماهنگی اشتراک ننموده بود، اما اینطور احساس میکند که گویا این میتواند یک قدم خوب برای این باشد تا کوشش کند بفهمد که چگونه قضیه مشکل خود را مدیریت کند.

اکنون بایاید از طریق چارچوب کاری بومی (وطنی) به وضعیت آمنه ببینیم، لطفاً سطحی را که وضاحت خوبتر در مورد اینکه آمنه در کار خود برای نشانه گیری خشونت مبنی بر جنس با آن کار مینماید، انتخاب نمایید.

- انفرادی

- جامعه
- معاشره (مجموع جوامع)

(جواب : انفرادی)

سوال ۱: آمنة مستقیماً برای بازماندگان خشونت مبنی بر جنس به سطح انفرادی حمایت فراهم میکند تا برای آنها بهبودی از خشونت را تسهیل نماید.

سوپروایزر آمنة پیشنهاد نمود که وی در گروپ هماهنگی قضایا اشتراک نماید. در جریان اولین مجلس "مایا" داستان های مشابهی از سایر ناظران جامعه و همچنان از نرسان و مشاورین روانی-اجتماعی شنید، در میان سایر موارد گروپ تصمیم گرفت تا رهبران محلی را نشانه قرار دهند تا مشخص بسازند که چگونه ایشان میتوانند مکانیزم های سطح جامعه را که در وقایع خشونت های خانوادگی رول دارند انکشاف داده /یا حمایت نمایند.

لطفاً سطحی را که این مداخلات را خوب تعریف مینماید انتخاب نمایید.

- انفرادی
- جامعه
- معاشره (مجموع جوامع)

(جواب: جامعه)

سوال ۲: گروپ مداخلات سطح جامعه را در نظر گرفت. در سطح جامعه مداخلات عبارت اند از تمرکز بالای انکشاف سیستم و حمایت نمودن میکانیسم های جامعه برای پیگیری، وقایع و پاسخ به خشونت مبنی بر جنس را هبرد های نشانه گیری خشونت مبنی بر جنس که در مادیول بحث شد منحیث اقدامات آمنة در نظر گرفته شد. بطور مثال اگرچه آمنة نمیتواند با خانم در قسمت برگشت نزد شوهرش موافق شود. او نمیتواند وی را مجبور به قبول نظرش کند یا انتخاب خانم را مورد قضاوت قرار دهد.

لطفاً یکی از راهبرد های را که توسط این اقدام آمنة خوب تعریف شده بتواند انتخاب نمایید

1. راهبرد مبتنی بر حقوق
 2. راهبرد انکشاف جامعه
 3. راهبرد بازمانده محور
- (جواب: راهبرد بازمانده محور)

سوال ۳: آمنة از طریق نشان دادن احترام به انتخاب مراجعه کننده خود راهبرد بازمانده محور را پیش میگیرد، گرچه او برای مراجعه کننده خود معلومات در مورد گزینه های مراقبت پیشکش میکند، "مایا" او را به تحمیل نظرش بالای مراجعه کننده اش مجبور نمیسازد و نه وی را مشوره میدهد که چیزی را که وی لازم میبیند بهترین مسیر اقدام است

در جریان مجلس هماهنگی قضایا ، یکی از دفاتری که به تازگی در مجلس اشتراک نموده بود فوتوکاپی دوسیه های قضایا را جهت بحث پیشکش نمود، اگرچه هیچ اسمی روی دوسیه ها دیده نمیشود اما دوسیه حاوی معلومات در مورد سن ، قومیت موقعیت حادثه و همچنان تاریخ و زمان پیشامد میباشد این نقض کدام یک از اساسات رهنمودی میباشد؟ (در صورت درست بودن هر 4 را انتخاب کنید)

1. مصونیت
2. رازداری
3. احترام
4. عدم تبعیض

(جواب: 1، 2، 3)

سوال ۴: این کار کرد میتواند اساسات رهنمودی مصونیت، رازداری و احترام را نقض کند. حتی حمل دوسیه های قضایای مراجعین میتواند قویا مصونیت و رازداری بازماندگان را نقض کند. بطور مثال اگر دوسیه ها در مسیر راه بیجا یا دزدیده میشدند. مگر اینکه مراجعه کننده به کارمند اجتماعی میگفت که تا این سطح جزییات قضیه وی را میتواند با دیگران شریک بسازد. این بصورت عموم بخاطر آشکار ساختن جزییات قضیه مراجعه کننده عملکرد خراب و یک نوع نقض احترام نسبت به بازمانده پنداشته شده است

تبریک!

شما این مادیول را تکمیل نمودید و اکنون شما میتوانید قادر به :

- راهبرد های اساسی را شناسایی کنید که کار ما را تحت تاثیر قرار داده و یا خشونت مبنی بر جندر را در هر سطح با تمرکز بالای صحت و خدمات جامعه وقایه و پاسخ ده باشد
- هدف هماهنگی خشونت مبنی بر جندر و مفیدیت رهنمود IASC خشونت مبنی بر جندر را برای حمایت اقدامات بین الدفاتر را توضیح نمایید
- میکانیزم های هماهنگی و پروسیجر های ستندرد عملیاتی یا SOPs را با در نظر داشت ارتباط متقابل صحت و صحت روانی، حمایت های روانی-اجتماعی در افغانستان شناسایی نمایید.
- مفهوم این چوکات کاری و راهبرد ها را در مطالعه قضایای زندگی واقعی بکار ببرید

اکنون شما میتوانید به مادیول ۳ بروید



وزارت صحت عامه
ریاست عمومی پالیسی و پلان
ریاست جندر

مادیول ۳: تاثیرات خشونت مبنی بر جندر- فهمیدن پیامد ها و شناسایی پاسخ ها

فهرست مطالب

مادیول ۳: تاثیرات خشونت مبنی بر جندر - فهمیدن پیامد ها و شناسایی پاسخ ها

- 1..... راهنمای استادان
- 1..... هدف:
- 1..... اهداف خاص:
- 1..... زمان تخمینی ۱۲.۵ ساعت
- 1..... مادیول ۳ در یک نگاه
- 2..... جلسه ۳.۱: تاثیرات فیزیکی، هیجانی و اجتماعی خشونت مبنی بر جندر
- 2..... اهداف:
- 2..... فعالیت ها:
- 2..... آمادگی ها:
- 2..... مواد درسی:
- 2..... مواد ممد درسی: فلپ چارت و مارکر
- 2..... ۳.۱.۱. فعالیت: گوش دادن درست
- 3..... ۳.۱.۱. جلسه: ابزار ۳.۱.۱: گوش دادن درست
- 3..... گواهی نامه رنا، ۱۶ ساله
- 3..... 1. شاملین را برای این سرگذشت آماده کنید:
- 4..... خوب است بدانید
- 5..... ۱.۲.۳ بحث: فشار روانی، زجرت و اختلال
- 6..... بخاطر داشته باشید:
- 7..... خوب است بدانید!
- 7..... ۳.۱.۳: تاثیرات – ما بعد
- 8..... جلسه ۳.۲: پاسخ به خشونت مبنی بر جندر
- 9..... راهبرد ابتدایی
- 9..... راهبرد های پیشرفته:
- 10..... بازمانده را کمک کنید تا با خانواده خویش بپیوندد / بکه فامیلی و سایر حمایت های اجتماعی
- 10..... ۳.۲.۱ تمرین: اساسات رهنمودی برای کمک به بازمانده گان
- 11..... خوب است بدانید!
- 11..... ۳.۳.۲: فکتور های که شفایابی، مقاومت و سازش را ارتقا میدهند
- 12..... کلمات جوهره و متناظر:
- 12..... خوب است بدانید!
- 13..... ۳.۲.۳ تمرین: موانع فرا راه کمک
- 13..... توضیح دهید که:
- 14..... توضیح دهید:
- 14..... پاسخ مهم و ممکن:

- 14..... هدف
- 14..... فعالیت ها: ۳.۳.۱ بحث: فهمیدن عکس العمل های اطفال
- 15..... آمادگی ها: /
- 15..... مواد درسی:
- 15..... مواد ممد: /
- 15..... ۳.۳.۱ بحث: فهمیدن نتایج و میکانیسم های سازشی
- 15..... اطمینان حاصل که موارد زیر را بر جسته ساخته اید:
- 16..... مروری بر خشونت مبنی بر جندر نزد اطفال:
- 16..... a) تشوشات هیجانی
- 16..... b) تشوشات رفتاری
- 16..... c) احساس گناه و مسوول بودن در خشونت مبنی بر جندر
- 16..... d) مشکلات در مکتب
- 16..... e) مشکلات در روابط با همتایان
- 16..... ۳.۳.۲. لکچر: فراهم نمودن ابزار برای حمایت اطفال
- جلسه ۳.۴: صحت روانی و مشاوره روانی-اجتماعی بخشی از راهبرد های چندین سکتوری به خشونتهای مبنی بر جندر
- 18.....
- 18..... اهداف
- 18..... فعالیت ها:
- 18..... مواد درسی: /
- 18..... مواد ممد درسی: چوکی
- 18..... ۳.۴.۱ بحث: مرور خدمات حد اقل بازمانده (پاسخ)
- 19..... پاسخ باید شامل موارد زیر باشد:
- 19..... صدمه نرساندن در یک نگاه:
- 19..... ۳.۴.۲ نمایش/بحث: تقویت ضرورت خدمات پاسخی چندین سکتوری
- 20..... خوب است بدانید!
- 20..... ۳.۴.۳ تمرین: نقشه کشی خدمات در سطح جامعه - ۱۰ تخم
- 22..... مادیول ۳: تاثیرات خشونت مبنی بر جندر - فهمیدن پیامد ها و شناسایی پاسخ ها
- 22..... رهنمای شاملین
- 22..... جلسه ۳.۱ - مواد درسی ۳.۱.۲ فشار روانی، زجرت و اختلال
- 22..... تعریف فشار روانی:
- 22..... تعریف زجرت و زجرت شدید:
- 22..... هر شخص در مقابل فشارهای شدید و زیاد عکس العمل مختلف از خود نشان میدهد:
- 23..... تعریف اختلال روانی:
- 23..... جلسه ۳.۱ - مواد آموزشی ۳.۱.۳: تاثیرات مابعد
- 23..... تاثیرات مابعد و نتایج ان

- 23.....صحت: در تمام انواع خشونت های مبنی بر جنسیت نتایج صحتی تهدید کننده حیات دیده میشود.....
- 24.....هیجانی – روانشناختی - اجتماعی.....
- 24.....جلسه ۳.۲: مواد درسی ۳.۲.۱ – اساسات رهنمودی.....
- 25.....اساسات رهنمودی :
- 25.....1.اطمینان از مصونیت فیزیکی قربانی (قربانیان) ، بازمانده (بازماندگان)
- 25.....1.تضمین رازداری.
- 25.....3.اطمینان از عدم تبعیض:.....
- 25.....جلسه ۳.۲ – مواد درسی ۳.۲.۲ (۱) : سازش با نتایج خشونت مبنی بر جنسیت.....
- 27.....جلسه ۳.۲ – مواد درسی ۳.۲.۲(۲): عواملی که سازش مقاومت و شفایابی را بالا میبرند
- 27.....تعاریفات:.....
- 27.....ظرفیت های انفرادی بازماندگان.....
- 27.....عوامل محیطی:
- 28.....میکانیسم های سازشی
- 29.....زنان را در مقابله و سازش با احساسات منفی یاری رسانید.....
- 29.....سازش با نتایج - جوابات مواد درسی.....
- 35.....جلسه ۳.۲ – مواد درسی ۳.۲.۳: موانع فرا راه کمک. سرگذشت ملالی.....
- 36.....جلسه ۳.۳ – مواد درسی ۳.۳.۱ : فهمیدن نتایج و میکانیسم های سازشی.....
- 36.....نتایج خشونت مبنی بر جنسیت با تمرکز بالای خشونت های جنسی و سو استفاده بالای اطفال.....
- 36.....عکس العمل های رفتاری معمول:.....
- 37.....تر ساختن / کثیف ساختن:
- 37.....کابوس
- 37.....درد دوامدار (Persistent Pains).....
- 37.....چسبندگی Clinginess:.....
- 37.....پرخاشگری Aggression:.....
- 38.....سایر نتایج خشونت مبنی بر جنسیت نزد اطفال:.....
- 38.....میکانیسم های سازشی اطفال (مواد درسی ۳.۲.۲(۲) را نیز ببینید)
- 38.....ظرفیت های انفرادی اطفال:.....
- 38.....حمایت فامیلی و اجتماعی:.....
- 39.....جامعه، فرهنگ و مذهب:.....
- 39.....چند مثالهای محدود:.....
- 39.....روش های ممکن برای حمایت اطفال.....
- 39.....پیشنهاد مصونیت:
- 40.....پیشکش نمودن امکانات برای اظهار نگرانی ها، احساسات و افکار :
- 40.....پیشکش نمودن حمایت:
- 41.....بعضی نکنید ها:.....

مادیول ۳: تاثیرات خشونت مبنی بر جندر- فهمیدن پیامد ها و شناسایی پاسخ ها

راهنمای استادان

هدف:

این مادیول به شاگردان کمک خواهد کرد تا فهم شان در قسمت حلقه وسیعی از نتایج خشونت مبنی بر جندر- و خشونت جنسی بطور خاص - و تاثیرات فوری و طولانی مدت ان بالای بازماندگان فامیل های آنان و جوامع بلند برود. علاوه بر آن، این مادیول برای شاملین یک چوکات کاری را پیشنهاد مینماید تا مطابق ان به سطح انفرادی، جامعه و سطح خدمات پاسخ بدهند. و ضمناً توجه خاص بالای رعایت ان توسط افراد مسلکی طبی مبذول خواهد شد.

اهداف خاص:

در خاتمه این مادیول شاملین باید به اجرای موارد زیر قادر باشند:

- شناسایی عکس العمل های فوری فزیکي و روانشناختی
- شناسایی تاثیرات - مابعد: اثرات طولانی مدت فزیکي و روانی-اجتماعی و تاثیرات ان بالای خانواده و جامعه
- شناسایی ظرفیت ها و نیازمندی های بازماندگان
- شناسایی عواقب و نیازمندی های اطفال
- فهمیدن، تشریح و عملی کردن اساسات رهنمودی برای مراقبت بازمانده گان
- فهمیدن اهمیت روش های سازشی و ظرفیت بازمانده گان، فکتور های که شفایابی را ارتقا داده و موانعی که بر سر راه کمک موجود اند، یادگرفتن اینکه یک فرد یا جامعه برای کمک به بازماندگان چه کرده میتوانند.
- تشریح ارتباط میان عواقب/ بعد- حادثه ، نیازمندی های بازمانده و خدمات پاسخ دهند
- شناسایی خدمات حد اقل پاسخ سفارشی که باید قابل دسترس بوده و عواقب آسیب زاء را کاهش داده و آسیب ها و جروحات بیشتر را وقایه نماید.
- شناسایی هر دو، خدمات حمایتی رسمی و غیر رسمی ایکه از قبل در جامعه موجود بوده و میتواند حمایت و کمک به بازماندگان را فراهم کند.

زمان تخمینی ۱۲.۵ ساعت

مادیول ۳ در یک نگاه

زمان	مواد درسی	
جلسه ۳.۱ : تاثیرات فزیکي، هیجانی و اجتماعی خشونت مبنی بر جندر	۳.۵ ساعت	ابزار ۳.۱.۱: گوش دادن درست مواد درسی ۳.۱.۲: فشار روانی، زجرت و اختلال مواد درسی ۳.۱.۳: تاثیرات ما بعد و برون داد خشونت مبنی بر جندر
جلسه ۳.۲: پاسخ به خشونت مبنی بر جندر	۴.۵ ساعت	۳.۲.۱ تمرین: گوش دادن درست ۳.۱.۲ بحث: فشار روانی، زجرت و اختلال ۳.۱.۳ لکچر: تاثیرات – ما بعد ۳.۲.۱ تمرین: اساسات رهنمودی برای کمک به بازماندگان ۳.۲.۲ تمرین: فکتور های که میکانیزم های سازشی مقاومت و شفایابی را ارتقا میدهد ۳.۲.۳ تمرین: موانع فرا راه کمک
۲.۵ ساعت	۳.۳: نتایج خشونت مبنی بر جندر، سو استفاده جنسی و / یا خشونت برای اطفال	

۳.۳.۱ بحث: فهمیدن نتایج و روش های سازشی ۳.۳.۲ لکچر: فراهم نمودن ابزار برای حمایت اطفال		
جلسه ۳.۴: صحت روانی و مشاوره روانی- اجتماعی منحصی بخشی از پاسخ چندین سکتوری ۳.۴.۱ بحث: مرور حد اقل خدمات برای بازمانده ۳.۴.۲ تماس/ بحث: تقویت دوباره نیاز برای خدمات پاسخی چند سکتوری ۳.۴.۳ تمرین: ترسیم خدمات در سطح جامعه	۲ ساعت	
جلسه ۳.۱: تأثیرات فزیک، هیجانی و اجتماعی خشونت مبنی بر جندر		
اهداف:		
• شناسایی فوری عکس العمل ها و تأثیرات فزیک، هیجانی و اجتماعی • شناسایی تأثیرات- مابعد: نتایج طولانی مدت فزیک، روانی- اجتماعی و تأثیر ان بالای خانواده و اجتماع • موافقت روی تعریف های معمول و اصطلاحات مورد استفاده برای سطوح مختلف فشار و اختلال		
فعالیت ها:		
۳.۱.۱ تمرین: درست گوش دادن ۳.۱.۲ بحث: فشار، زجرت و اختلال ۳.۲.۳ لکچر: تأثیرات - مابعد زمان کلی: ۳.۵ ساعت		
امادگی ها:		
• آماده نمودن سرگذشت بازمانده "رنا" در ابزار ۳.۱.۱ • بروی یک صفحه فلپ چارت ۵ ستون را با عناوین ذیل ترسیم نمایید: عکس العمل های بدن، هیجان، افکار، رفتار، عکس العمل های اجتماعی • شما ممکن از یکی از شاملین تقاضا نمایید تا شما را در جمع بندی بحث همکاری نماید و کلمات محلی و اظهارات را نوشته کنید		
مواد درسی:		
ابزار ۳.۱.۱: گوش دادن درست (به قسمت اخر این مادیول مراجعه کنید) مواد درسی ۳.۱.۲: فشار روانی، زجرت و اختلال مواد درسی ۳.۱.۳: تأثیرات-مابعد و بیرون داد خشونت مبنی بر جندر		
مواد ممد درسی: فلپ چارت و مارکر		

۳.۱.۱^۱. فعالیت: گوش دادن درست

مواد ممد: فلپ چارت و مارکر امادگی ها: گواهی نامه ابزار ۳.۱.۱ بازمانده را دریابید. مواد درسی: ابزار ۳.۱.۱: گوش دادن درست (به اخر همین مادیول رجوع کنید) اندازه گروپ: تمام گروپ زمان: یک ساعت

¹ Exercise based on "Debriefing the Accused" activity.

۱.۳.۱. جلسه: ابزار ۱.۱.۳: گوش دادن درست

گواهی نامه رنا، ۱۶ ساله

زمانیکه مردان مسلح جای مخفی شدن ما را یافتند من همراه با والدین و دو خانم کهن سال دیگر در بین بته ها پنهان بودیم، من یگانه خانم جوان در بین شان بودم، انجا ۱۰ مرد مسلح موجود بودند، بشمول ۴ طفل، که با اسلحه AK-47 مسلح بودند. مردان مسلح در حالیکه سر و روی شان پوشیده بود نام های واقعی خود را بکار نمی بردند. مردان مسلح گفتند که انها میخواهند مرا همراهی خود شان ببرند، مادر من همراهی شان به دعوا پرداخت، و میگفت که من یگانه فرزند وی هستم و مرا بگذارند که با او باشم، مردان مسلح گفتند: "اگر ما دختر تو را نبریم، در همین جا به او تجاوز خواهیم کرد یا هم او را خواهیم کشت."

مردان مسلح بالای والدین من و ان دو خانم کهن سال دیگر امر کردند که از اینجا دور شوند. بعداً برای من گفتند که لباس های خود را بیرون آر. و من توسط ان ده مرد یکی پی دیگر مورد تجاوز قرار گرفتم. یکی از ان مردان مسلح در حدود 12 سال، سه تای ان در حدود 15 سال داشتند، و انها مرا تهدید کردند، در صورتیکه من گریه و سر و صدا کنم مرا خواهند کشت.

والدین من، همه چیز هایی را که واقع میشد می شنیدند، اما هیچ چیزی از دست شان نمی امد تا مرا در مقابل انها محافظت کنند. من از نظر فیزیکی جراحت برداشته بودم. مادرم مرا توسط اب گرم و نمک شست اما من تا مدت زیادی خونریزی داشتم. ما تا انوقت در بین بته ها پنهان ماندیم، که مردان مسلح شهر ما را ترک کردند. زمانیکه ما از بین بته ها بیرون آمدیم، حتی کلان ها میخواستند از من دور بگریزند و از نان خوردن با من ابا میورزیدند بخاطریکه من بطور بدی متعفن شده بودم. من خوابهای ترسناک (کابوس) داشتم و احساس دلسردی میکردم
Adapted from: IASC Caring for Survivors of Sexual Violence in Emergencies. Training Guide

1. اشتراک کنندگان را برای این سرگذشت آماده کنید:

"قبل از اینکه ما به سرگذشت رنا گوش بدهیم. من از شما میخواهم که توجه شما را به وضعیت موجود بدن شما جلب کنم که درین وقت چه قسم است. از نوک سر الی شست پای خود را چک کرده و حالت عضلات خود را فهرست کنید. حال به وضعیت داخلی بدن، احساسات و افکار خود متوجه شوید. قامت شما چگونه است؟ شما در چوکی خود چگونه قرار گرفته اید؟ و تظاهرات چهره شما چگونه است؟"

2. اشتراک کنندگان را اطمینان دهید که شما میدانید که گوش دادن به سرگذشت میتواند مشکل باشد، برای شان بگویید که اگر ضرور بود انها گوش دادن را متوقف کنند یا از اتاق خارج شوند
3. سرگذشت را بخوانش بگیرید.

4. برای چند دقیقه سکوت اجازه دهید، بعد از شاملین بخواید تا دوباره وضعیت بدن، افکار، احساسات خود را چک کنند و در باره عکس العمل خود صحبت نمایند. و عناوین روی فلپ چارت را تعقیب نمایید (عکس العمل های بدنی، هیجانات، افکار، رفتار، عکس العمل های اجتماعی) و جوابات شانرا بروی فلپ چارت در ستون های مربوطه بنویسید.

• مثال های از سوالات برای حاصل کردن جواب:

1. عکس العمل های بدنی:

- "انچه بدن شما احساس میکند توضیح دهید؟"
 - "انچه شما در معده و دیگر اعضای داخلی خود احساس میکنید توضیح دهید (درد، دلبدی و غیره)"
 - "انچه را بازو ها و پا های شما احساس میکند توضیح دهید؟"
 - "پا عضلات شما چه واقه شد؟" (سخت شدن گلو، سختی الاشه ها و غیره)
2. هیجانات:
- " شما چگونه احساس مینمایید؟" (قهر، خشم، آزدگی، درماندگی، غضب)
3. "افکار شما چیست؟". "یا شما کدام افکار را دارید؟"
4. پاسخ رفتاری:

- " شما درست همین حالادر اتاق میخوابید چکار کنید؟" (مثلا بر میخیزید و از اتاق بیرون میروید، از بعضی ها منتظر میشوید و غیره) یا
 - "شما چه کردید بخاطریکه شما یکی از شنوندگان این سرگذشت بودید؟" (بقرار بودید، تغییر دادن وضعیت در چوکی؛ به شنیدن توجه نکردید، مشت های خود را گره کردید، بازو های خود را بهم بسته نمودید و غیره) ؟
 - 5. تاکید کنید که مشابهت های بین عکس العمل های ما و بازمانده زمانیکه به قصه ای گوش میدهم و یا ویدیوی را تماشا میکنیم وجود دارد
 - 6. بعدا بالای عکس العمل های اجتماعی تمرکز کنید.
- عکس العمل های اجتماعی عکس العمل های مردم دور و پیش بازمانده، و همچنان تغییرات تعاملات و ارتباطات میان بازمانده و محیط وی است. در اکثر حالات این تغییرات توسط هیجانات، شناخت ها، عکس العمل های رفتاری بازمانده ماشه (رها) میشود (مانند احساس شرم، گناه، ترس، صرف نظر کردن)، و همچنان توسط عکس العمل های محیطی (احساس شرم و گناه توسط خانواده و / یا نگرش ملامت کننده قربانی، استگمای اجتماعی و رد شدن توسط خانواده و جامعه)

پیرسید:

- 0 کدام عکس العمل های اجتماعی در بیان سرگذشت رنا وجود داشت ؟ افراد دور و بر وی چگونه عکس العمل نشان دادند؟ چگونه عکس العمل های وی و محیط وی تغییرات را بوجود میاورند ؟
- 0 رنا گفت " زمانیکه وی از لابلای بته ها بیرون آمد حتی کلان ها از وی دوری نمودند و از خوردن نان همراهی وی ابا ورزیدند" شما در مورد اینکه این عکس العمل های اجتماعی کدام تأثیری بالای وضعیت، افکار، هیجانات و رفتار وی داشته چه فکر مینمایید ؟ (عکس العمل های اجتماعی مانند اجتناب از قربانی دلالت به انزوای اجتماعی میکند، و احساس شرم، گناه درماندگی، نفرت در مورد خود و جسم وی را افزایش میدهد، و او ممکن به فکر کردن اینکه در نهایت همه تقصیر از خودش است آغاز کند، که در نتیجه ممکن ارتباطات و علایق با جامعه تغییر نماید)
- 0 " تصور کنید که عکس العمل های اجتماعی ممکن بعد از حوادث متفاوت باشد، چگونه این عکس العمل ها بالای افکار، هیجانات، رفتار تأثیر خواهد داشت؟"
- اگر افراد دور و بر پذیرش، فهم حمایت اجتماعی نشان بدهند ممکن برای وی آسان باشد تا:

- هیجانات و افکار خود را بیان نماید
- احساس کند که این تقصیری نیست
- خواهان کمک شود
- اعتماد به نفس خود را پس گیرد
- با احساس شرم و گناه خود مقابله نماید
- جایگاه خود را در جامعه دوباره بگیرد

- 7. همچنان تذکر دهید که ظرفیت و مکانیزم های سازشی رنا تأثیر زیادی بالای عکس العمل های فوری هیجانی، فکری و اجتماعی وی دارد. تشریح کنید که این موضوعات به تفصیل در فصل های بعدی این مادیول بحث خواهد شد (مراجعه به ۳، ۲، ۱)
- 8. با تاکید بر اهمیت توجه بالای عکس العمل های فوری در زمینه های اجتماعی به پایان بروید.

خوب است بدانید!

- درین فعالیت، شاملین با یک پیشامد خشونت جنسی و یا پیشامد پر فشار دیگر رو در رو خواهند شد. برای شاگردان این میتواند بسیار مواجهه گر آسان باشد. گوش دادن به حادثه میتواند عکس العمل شدید را تحریک کند که ممکن کار با آنرا مشکل نماید بنا بران مطمئن شوید که:
 - شما میتوانید به شاملین وقت کافی بدهید تا هیجانات و اظهارات خود را بیان بدارند
 - در صورتیکه ضرورت باشد شما میتوانید در وسط تمرین یا فوراً بعد از آن توقف نمایید.
 - شما میتوانید مطمئن شوید که شاملین به شمول بازماندگان احتمالی در بین شان الی ختم آموزش یک سیستم حمایتی را بخاطر برگرداندن آنها در (بین سازمان، کالج، یا جا های دیگر) داشته باشند.

- اطمینان حاصل کنید که شما هر نوع اظهاراتی را که ملامت کننده بازمانده است مخاطب قرار داده اید ("این غلطی وی بوده") این موارد ممکن در بحث های بعدی نیز ذکر یابند.

۱.۲.۳ بحث: فشار روانی، زجرت و اختلال

مواد ممد درسی: فلپ چارت و مارکر امادگی ها: بر روی صفحه یک فلپ چارت ستون ها را تحت عناوین ذیل بکشید، عکس العمل بدنی، هیجانات، افکار، رفتار، عکس العمل های اجتماعی، شما ممکن از یکی از شاملین را بخواهید تا شما را در نوشتن و استخراج معلومات معاونت نمایند مواد درسی: ۳.۱.۲ فشار روانی، زجرت و اختلال اندازه گروپ: تمام گروپ زمان: ۵.۱ ساعت

1. توضیح دهید که زمانی که ما در مورد عکس العمل های بعد از خشونت های جنسی صحبت میکنیم ، ما اکثرا میگوییم که بازمانده زجرت شدید را تجربه نموده، منظور ما ازین گفته چه است؟ و ایا این گفته ما در فرهنگ ها و زمینه های متفاوت معنی و مفهوم یکسان دارد؟
2. اکنون ما نظر به تعریف فشار روانی، زجرت و اختلال میاندازیم و کوشش مینماییم کلمه این را پیدا نماییم تا در فرهنگ و زمینه های شما توضیح دهنده و یا معادل این حالات باشند؟
3. سه ستون را با عناوین: فشار روانی، زجرت/ زجرت شدید، اختلال بر روی فلپ چارت بکشید
4. از شاملین بخواهید که مثال های حالات مختلف را ارایه بدارند، همچنان از ایشان بخواهید کلمات اظهارات، مستعار های عامیانه را به این منظور بکار ببرند که بیانگر مثال ها واصطلاحات متفاوت باشد، شما میتوانید با دادن یک مثال از خود آغاز نمایید.
5. اول، به کلمه ای فشار روانی توجه نمایید یک مثال بدهید:

- "من، منحنی تسهیل کننده این کورس، شب گذشته احساس فشار نمودم، من تحت این فشار بودم که توقعات شما را منحنی ترینر بر آورده میتوانم. من عصبانی بودم. من خوابیدم اما چندین بار در طول شب بیدار شدم"

6. از شاملین بپرسید:
 - در زبان شما کدام کلمه برای توضیح این نوع حالات و یا توضیح فشار روانی وجود دارد؟
 - ایا شما مستعار های را جهت توضیح فشار روانی میدانید؟ (مانند حمل نمودن بار عظیم بالای شانه های شما)
 - ایا اصطلاحی را که شما در زبان خود برای این حالات استفاده مینمایید آنچه را در تعریف است وضاحت داده میتواند؟
 - عکس العمل های ممکن بدن و ذهن شما زمانیکه با فشار روانی مواجه میشوید چه است؟
- تعریف فشار روانی (رجوع به مواد درسی ۳.۱.۲) را بخوانید
- اکنون به زجرت/ زجرت شدید ببینید.

مثال های زیر را رایه بدارید:

- ◀ " تصور کنید که من از خاطر این ترپینگ بسیار پریشان بودم، تا حدی که من درست غذا خورده نتوانستم ، خواب کرده نتوانستم، در حقیقت من امروز نتوانستم در اینجا درست بایستم. ممکن من زجرت داشته باشم."
- ◀ این نکته را یادداشت نمایید که فرق میان زجرت و زجرت شدید مربوط به درجه و شدت پیشامد/ فشار زها و عکس العمل نسبت به این حوادث/ فشار زها است

9. بپرسید:

- ◀ بعضی از عکس العمل های ناشی از زجرت/ زجرت شدید چه بوده میتواند؟
- ◀ جواباتی را که مربوط به عکس العمل های جسمانی، هیجانی، شناختی، رفتاری و عکس العمل های اجتماعی اند استخراج نمایید، دو باره به عکس العمل های بازمانده در تمرین ۳.۱.۱. رجوع کنید
- ◀ ذکر کنید:

- ◀ عکس العمل جسمانی: علایم شوک، فشار بلند خون، سر دردی، پرش قلب، عکسه از جا پریدن، بی خوابی/بیدار خوابی، گنگسی یا اختلال در جهت یابی، خستگی و فرط بر انگیزختگی.

- ◀ عکس العمل های هیجانی: تخرشیت، احساس دست و پاچگی، اضطراب، ترس، تغییرات سریع خلقی، انزوا و یاء کرختی؛ احساس ناامیدی.
 - ◀ عکس العمل های افکار (شناختی): خوابهای ترسناک، زنده شدن دوباره حادثه، پاسخ به محرکات مشابه به حادثه، تجزی، مشکلات حافظه و تمرکز، احساس خود ملامتی
 - ◀ عکس العمل های رفتاری: عصبانیت، کاهش اشتها، اقدام بخودکشی،
 - ◀ عکس العمل های اجتماعی: تغییرات در تعامل با دیگران، مثل عقب روی، انزوا و یا ترس از تنها شدن، طرد شدن، تغییر در روابط با اعضای فامیل و غیره، قسما از گب عکس العمل افراد دور و بر بازمانده، قسما از باعث عکس العمل های هیجانی، رفتاری، شناختی خود بازمانده
 - ◀ کدام کلمات و تمثال ها در زبان های شما برای توضیح چنین تجارب وجود دارد؟ این کلمات در کدام زمینه ها استعمال میشوند؟
 - ◀ ایا کدام مستعار های را برای توضیح زجرت و زجرت شدید میشناسید؟ (مانند احساس میکنم که انگار منجمد یا کرخت شده ام، انگار مسموم شده ام، انگار چیزی در داخل بدن من شکسته است.....)
10. تفاوت میان تعریفات زجرت و زجرت شدید را خوانده و توضیح دهید؟ (مواد درسی را ببینید)
11. بعداً به ستون آخر یعنی اختلال مراجعه نمایید.

تشریح نمایید که بعضی افراد به تعقیب حادثه / حادثات پر فشار و یا شدید در هر دو حالت حادثه منفرد و یا حادثه پر فشار یکه هنوز هم جریان دارد مریض روانی میشوند، بطور مثال: متعاقب خشونت جنسی و سایر واقعات خشونت مبتنی بر جندر

تعریف اختلال روانی را که میتواند بعد از حوادث شدید پر فشار و یا قویا تراوماتیک بوجود بیایند خوانده و توضیح نمایید (مواد درسی)

بپرسید:

◀ چرا تفريق کردن فشار روانی، زجرت روانی/ زجرت شدید روانی از یکطرف و اختلال روانی از طرف دیگر مهم است؟

0 خاطر نشان کنید که این بسیار مهم است که میان زجرت / اختلال تفريق صورت گیرد. بخاطری که افراد دارای اختلال به گمان اغلب قادر نیستند تا با اصل حالت سازش و تطابق نمایند ایشان به کمک های مسلکی و تخصصی (ارزیابی و تدای صحت روانی) ضرورت دارند

0 بازماندگان شاکی از زجرت یا زجرت شدید همچنان از حمایت های روانی، هیجانی سود خواهند برد، هر چند که ایشان متکی بر ظرفیت ها و مکانیزم های سازشی و تطابقی خود میمانند

"چیز هایکه تمثال های اختلالات روانی در خشونت های مبنی بر جندر بشمول خشونت های جنسی بوده میتواند"

0 بازمانده ممکن افسردگی، اضطراب، حملات هول و هراس، اختلال صدمه روانی بعد از حادثه، سایکوزس، و سایر سندروم ها را که ممکن بصورت طولانی بعد از ختم حادثه دوام نمایند (همچنان به مواد درسی ۳.۱.۳ ببینید) نشان بدهند

بخاطر داشته باشید:

فشار روانی عبارت از جواب نارمل در مقابل مشکلات هیجانی و جسمانی است و زمانی واقع میشود که تقاضا ها خارج از توازن میان منابع و سازش یا تطابق باشند

- ما همه راه ها را برای سازش با فشار های روانی در زندگی روز مره خود داریم
- بهر حال، بعضی اوقات مکانیزم های سازشی افراد تحت شرایط خاص متلاشی شده و انها به معاونت های اضافی ضرورت پیدا میکنند.

خوب است بدانید !

- شما میتوانید از یکی از شاملین بخواهید که با شما در قسمت استخراج نتیجه بحث معاونت نماید و کلمات و بیانان محلی را روی فلپ چارت بیرون نویسد
- در مقابل کلمات و بیانان محلی که بیانگر " دیوانگی" یا " دیوانه بودن" دقیق باشید. یادداشت کنید که اینها تداعی های معمول است که توسط اکثر فرهنگ ها ساخته شده است. فشار روانی را در حقیقت بیشتر مردم بصورت نارمل در پاسخ به حوادث غیر نارمل جهت مدیریت عکس العمل های خود بطریق درست تری از خود نشان میدهند، جستجو نمایید که استفاده و بکارگیری اصطلاحات دیوانه یا بی عقل بی حرمتی به اندرس بازمانده است.

۳.۱.۳: تاثیرات – ما بعد^۲

مواد ممد:

مواد درسی: مواد ۳.۱.۳ تاثیرات ما بعد خشونت مبنی بر جندر

اندازه گروپ: تمام گروپ

زمان: ۱ ساعت

1. واقعات عاجل وخیم خشونت مبنی بر جندر مانند خشونت جنسی باعث عکس العمل بسیار قوی و آنی میشود اما یک طیف وسیع تاثیرات و نتایج ما بعد حادثه را بوجود میآورد که بالای قربانی، فامیل قربانی، جامعه و اجتماع تاثیر دارد.
2. یک جدول را که دارای سه عنوان باشد ترسیم نمایید (صحت/ جسمی – هیجانی/ روانشناختی – اجتماعی / اقتصادی اجتماعی) و از شاملین تقاضا نمایید تا در مورد تاثیرات مابعد حوادث بحرانی که چه میتواند باشند فکر کنند. جوابهای شانرا تحت هر سه عنوان تصنیف بندی نمایید
3. مواد درسی ۳.۱.۳ را توزیع نموده و تمام تاثیرات مابعد را مرور نمایید ، مواردی را که توسط شاملین گفته نشده برجسته سازید.

◀ همچنان تاکید کنید:

- حلقه وسیع از تاثیرات ما بعد
- بهای زیاد اقتصادی و اجتماعی
- حقیقت اینکه بسیاری از تاثیرات پنهان میمانند (مانند تاثیرات جسمی مزمن، تاثیرات روانشناختی مثل افسردگی ، شرم.....)
- خشونت مبنی بر جندر اکثرا منجر به خرابی ارتباطات بین قربانی-شوهر ، اطفال، فامیل و جامعه میشود. اکثرا این تغییرات و نگرش های ملامت کننده بازمانده ، استگمای اجتماعی و طرد، گب احساس شرم و گناه نزد قربانی ویا فامیل وی میگردد، اگر قربانی عکس العمل مطابق توقع اجتماعی نشان ندهد ممکن قربانی خود شریک جرم پنداشته شود

² Adapted from: Heise L, Ellsberg M, Gottemoeller M. (2002) *Reproductive Health and Rights: Reaching the Hardly Reached Article 10: Victims of Gender-based Violence*. In: PATH Series: Reproductive Health and Rights: Reaching the Hardly Reached, Article 10. Available at: <http://www.path.org/publications/pub.php?id=513>
Ward, J., 'An introduction to basic issues and concepts related to gender-based violence prevention and response', UNFPA Afghanistan (slides)

- اینکه نتایج و پیامد های اجتماعی اغلبا جدی بوده و ممکن مدرکی برای خسارات بعدی هیجانی باشد.
- ضروریات اجتماعی علایم (اشکارا) زجرت، ، زجرت های درونی کمتر اشکار (احساس نا امیدی و یا پوچی، فقدان اعتماد، ترس برای اطفال و آینده و غیره.....) ممکن شدت و مزمنیت حالت را بپوشانند.
- از گب استگمای اجتماعی، بسیاری از بازماندگان اتفاقات را گذارش نکرده و به جستجوی کمک نخواهد کوشید. طرد شدن و تجرید شدن شفایابی دو باره را بخاطر صرف نظر از فعالیت های روزانه و حمایت های اجتماعی مشکل مینماید، در نتیجه بیشترین تاثیرات ما بعد مخفی میماند و بازمانده بصورت دوامدار رنج میبرد
- تاثیرات روانی از یک عکس العمل نارمل تا به یک حادثه غیرنارمل باید مورد توجه قرارگیرد. اگر این تاثیرات دوام کند به اختلال منجر میشود (و در زندگی روزمره قربانی تاثیر منفی مینماید) قربانیان باید به متخصصین برای کمک بعدی رجعت داده شوند
- هرکس که با قربانیان خشونت مبنی بر جندر سروکار دارد باید از نتایج مخفی روانی و اجتماعی ان آگاه باشند که این نتایج همیشه با قربانی همراه میباشند

جلسه ۳.۲: پاسخ به خشونت مبنی بر جندر
هدف
• فهمیدن ، توصیف و پیروی نمودن اساسات رهنمودی برای مراقبت بازماندگان • فهمیدن ارتباط میان اساسات رهنمودی و مهارتهای بازمانده محور • فهمیدن اهمیت مکانیزم های سازشی و یادگرفتن اینکه یک فرد یا جامعه برای کمک به بازمانده چه کرده میتواند
فعالیت ها:
۳.۲.۱ تمرین: اساسات رهنمودی برای کمک به بازمانده ۳.۲.۲ تمرین: فکتور های که شفایابی، مقاومت و سازش را ارتقا میدهند ۳.۲.۳ تمرین: موانع فرا راه کمک زمان کلی: ۴.۵ ساعت
امادگی ها :

تمرین ۳.۲.۱: اساسات رهنمودی را روی کارت های اشاره بنویسید (یک ماده اساسات روی یک کارت) تمرین ۳.۲.۲: اطمینان حاصل کنید که بیانات دقیق ترجمه شده و در زمینه های محلی تطابق یافته اند. در صورتیکه ایجاب کند با شخص مورد نظر یا ترجمان از قبل صحبت نمایید. در بعضی حالات، ممکن بیانات تطابق یافته از نظر فرهنگی را که بتواند عکس العمل های واقعی را افاده نماید ببیند
مواد درسی: مواد درسی ۳.۲.۱: اساسات رهنمودی مواد درسی ۳.۲.۲ (۱) سازش با عکس العمل ها مواد درسی ۳.۲.۲ (۲) فکتور های که شفایابی، مقاومت و سازش را ارتقا میدهند مواد درسی ۳.۲.۳: موانع فرا راه کمک ، قصه ملالی
مواد ممد: کارت اشاره

نوت: بالای شناسایی و انکشاف مهارتهای سازشی دقت نمایید، شما میتوانید این پرزنتیشن را نظر به سطح مهارت شاملین استفاده نموده و هر قدر زمان را که لازم میدانید برای این بخش اختصاص بدهید

را هبرد ابتدایی

مهارتهای سازشی غیر مفید	مهارتهای سازشی مفید
- الکل و دوا - سپری نمودن وقت به تنهایی - تهاجم (غضب شدن)	- شریک ساختن با دوستان و خانواده - مناسک مذهبی - فعالیت های روزانه - بازی با اطفال - استراحت و آرامش کافی

را هبرد های پیشرفته :

میکانیسم های سازشی منفی را تشویق نه کنید	میکانیسم های سازشی مثبت را تشویق کنید
- به خاطر تطابق، موادمخدر و الکل ننوشید. - خود را از فامیل و دوستان جدا ننمایید. - تمام روز خواب نکنید. - خیلی زیاد یا خیلی کم غذا نخورید. - از خشونت کار نگیرید. - در حفظ الصحه شخصی غفلت نکنید. - تمام وقت کار نکنید. -	- گفتگو و وقت گذراندن با فامیل و دوستان - بحث بالای مشکلات با کسانی که شما بالای شان اعتماد دارید. - فعالیت های را که شما را راحت می کند انجام دهید - (نماز خواندن ، بازی با اطفال) - فعالیت های فیزیکی را انجام دهید. - تمرین آرامبخش را اجرا نمایید. - کلمات آرام را با خود زمزمه کنید. - با دیگران کمک نمایید. - خواب کافی نمایید. - بطور منظم غذا صرف و آب بنوشید.

برای فرد معلومات و کمک فراهم نمایید تا به سایر خدمات (روانشناختی، اجتماعی، قانونی و حفاظتی) که وی فکر میکند مفید است دسترسی حاصل نماید، فراهم کردن ادرس های تماس برای دریافت خدمات با هشداریه مناسب درباره نگهداری کردن آن درخانه دریک جای مصون که دیگران آنرا پیدا نخوانند کرد. بخاطریکه این کار ممکن است مصونیت آنرا معامله نمایید:

- معلومات درست و ساده درباره حقوق آنها بدهید، اهمیت مصونیت و موجودیت خدمات مختلف (روانی- اجتماعی، قانونی و حفاظت) را واضح سازید.
- فراهم کردن ادرس های تماس برای دریافت خدمات با هشداریه مناسب درباره نگهداری کردن آن درخانه دریک جای مناسب که دیگران آنرا پیدا نخوانند کرد.
- قربانی را مستقیماً رجعت دهید.
- اگر مناسب بوده و امکان داشته باشد قربانی را تا خدمات همراهی نماید.
- به خدمات تلیفون کنید و وقت را تعیین کنید.
- فراهم کردن پیگیری برای رجعت دهی اگر نیاز باشد.

بازمانده را کمک کنید تا با خانواده خویش / به اقارب و سایر حمایت های اجتماعی بپیوندد

- قربانیان خشونت مبنی بر جنس که از حمایت اجتماعی خوب برخوردار باشد سازش بهتر دارند.
- اهمیت حمایت اجتماعی را تشریح کنید
- در یافتن افراد از اجتماع خود فرد و کسانی که قربانی به آن اعتماد می تواند تا در باره تجارب خود صحبت کند وی را یاری رسانید
- اگر قربانی برای شما اظهار کرد که عبادات، رواج های مذهبی، حمایت از طرف رهبران مذهبی برایش کمک کننده است، کوشش کنید تا وی را با جامعه مذهبی اش وصل نماید.³

۳.۲.۱ تمرین: اساسات رهنمودی برای کمک به بازمانده گان

مواد ممد : کارت های اشاره
امادگی ها: اساسات رهنمودی را روی کارت های اشاره بنویسید (یک مورد در یک کارت)
مواد درسی : ۳.۲.۱. اساسات رهنمودی
اندازه گروپ: ۴ گروپ کوچک
زمان : ۱.۵ ساعت

1. توضیح دهید که اگر ما در مورد میکانیزم های سازشی و پاسخ های ممکنه خشونت مبنی بر جنس فکر کنیم، ما ضرورت داریم تا اساسات رهنمودی را برای کمک به بازمانده بدانیم. این اساسات برای کار با بازماندگان به بهترین وجه ممکن ان انکشاف داده شده است.

2. گروپ را به چهار گروپ کوچک تقسیم نموده، به هر گروپ یک کارت اشاره را همراه یکی از اساسات رهنمودی بدهید و از گروپ تقاضا کنید تا برای ده دقیقه در موارد زیر طوفان مغزی نمایند:

- معنی اساسات رهنمودی
- چرا ما اینطور فکر میکنیم که این اساسات برای کار با بازمانده گان مفید است.
- مثال ها از اینکه ما برای رعایت این اساسات چه کرده میتوانیم هر فرد باید در مورد اقدامات مستحکم نظر به تسهیلات خود و یا نقش خود (نرس، قابل، داکتر، مشاور و غیره) فکر نمایند.

³ From Gender-based Violence Treatment Protocol for Healthcare Providers in Afghanistan. Ministry of Public Health and WHO. Afghanistan 2015.

تأثیرات مابعد را برای شاملین یاد اوری نمایید ! و به مواد درسی ۳.۱.۳ راجع کنید

1. هر گروپ اساسات را بصورت خلاصه توام با مثالهای که دریافت نموده اند پیشکش مینماید، و از پیشکش کننده ها درخواست کنید تا به گروپ بگویند که چرا اساسات رهنمودی از نظر آنها با اهمیت است. بحث را استنتاج نمایید.
2. توضیح دهید که در قسمت های بعدی این آموزش ما در مورد بکار گیری مهارت های بازمانده محور با بازمانده گان صحبت خواهیم کرد، با استفاده از این مهارتها ، ما اساسات رهنمودی را در کار های روزانه خود به مرحله اجرا میگذاریم.
3. مواد درسی ۳.۲.۱ را توزیع نمایید.

خوب است بدانید!

- اطمینان حاصل کنید که ارتباط میان اساسات رهنمودی و تأثیرات خشونت مبنی بر جندر بالای بازمانده واضح شده است. تاکید کنید که رعایت اساسات رهنمودی برای شفایابی بازماندگان مهم اند.
- بطور مثال؛ از مصوونیت فزینی اطمینان حاصل کنید: خشونت مبنی بر جندر اکثر اوقات توام با ترس و اضطراب است. بازمانده گان اکثرا دیگر حساس مصوونیت نمیکند، اینها میترسند که این میتواند دوباره واقع شود. بعضی بازماندگان همچنان در خطر ان قرار دارند (بطور مثال تلافی یا عمل متقابل)
- " خواست های بازمانده را رعایت نمایید، در حالات خشونت مبنی بر جندر کنترل بسیار محدود است، در جریان خشونت جنسی بازمانده بالای وضعیت کدام کنترل ندارد، و خواست و حق وی پامال شده است.
- رازداری را تضمین نمایید: بازماندگان اکثرا از آنچه واقع شده است شرمگین اند و برای آنچه هنوز هم واقع میشوند خود را ملامت مینمایند" اگر خبر این واقعیه ای خشونت به مردم برسد بازمانده ممکن از طرف جامعه هم ملامت شود.
- از عدم تبعیض مطمئن شوید: خشونت مبنی بر جندر نقض حقوق بشری است، بر علاوه، بازماندگان اکثرا بوسیله اجتماعی بد نام (استگماتیز) میشوند.

۳.۳.۲: فکتور های که شفایابی، مقاومت و سازش را ارتقا میدهند.

مواد ممد درسی: فلپ چارت و مارکر

آمادگی ها: استفاده از مواد درسی ۳.۲.۲ (۱) سازش با عکس العمل ها

مواد درسی: ۳.۲.۲ (۲) فکتور هاییکه شفایابی، مقاومت و سازش را ارتقا میدهند

اندازه گروپ: تا به حد اعظمی ۲۰ تن شاملین، تقسیم شده به گروپ های کوچک

زمان: ۲ ساعت

توضیح دهید که در این تمرین، ما در نخست روی نتایج هیجانی، رفتاری، اجتماعی و شناختی خشونت مبنی بر جندر مانند خشونت جنسی بالای بازمانده غور خواهیم کرد، در قدم بعدی راه های سازش و کمک بازمانده را با این نتایج بحث مینمایم.

1. مواد درسی ۳.۲.۲ (۱) را توزیع کنید (سازش با نتیجه)
2. گروپ را به گروپ های کوچک تا حد اکثر ۵ نفر تقسیم نمایید، به تمام گروپها ۵ دقیقه وقت بدهید تا تمام بیانات مربوط به بازمانده گان را با عکس العمل های هیجانی درست ان وصل نمایند.
3. به لست بیانات مراجعه نموده و همراه شاملین نتایج درست را چک نمایید.

کلمات جوړه و متناظر:

1	2	3	4	5	6	7
E ترس	M اضطراب	B قهر/ خصومت	J تجريد / بيگانگي	G از دست دادن کنترول/ احساس نا توانی	K تغییرات خلقی	H انکار

8	9	10	11	12	13	14
C گناه/ ملامتی	F خجالت/ شرم	D از دست دادن اعتماد	N بد نامی و تجريد	L مشکلات ارتباطی	I افسردگی	A حضور ذهنی و (کابوس) خوابهای ترسناک

4. ملاحظات آنها را در بین تمام اعضا بحث کنید. نتایج متفاوت خشونت را توضیح نمایید (مواد درسی را ببینید)
5. توضیح دهید که راه های را که بازمانده در قبال نتایج خشونت مبنی بر جنس/ یا جنسی بکار میگیرد به فکتور های زیادی مربوط است. بعضی فکتور ها سازش، شفایابی و مقاومت را ارتقا میدهند. تعریفات را توضیح نمایید. (به مواد درسی ۳.۲.۲) رجوع نمایید.
6. از شاملین بخواهید فکتور های را که به نظر یا تجربه ایشان سازش ، شفایابی و مقاومت را نزد بازمانده تحریک مینماید نام بگیرند. توضیح دهید که این بسیار مهم است که خصوصیات بازمانده و فکتور های خارجی (به مواد درسی ببینید) را از هم تمیز نماییم. بحث کنید و کلمات کلیدی را بالای فلپ چارت بنویسید.
7. از هر گروپ تقاضا نمایید به هر دو ستون بیانات متناظر/ عکس العمل ها نگاه کنند(خاطر نشان کنید کدام یک) و با استفاده از طوفان مغزی بگویند که چگونه بازمانده میتواند با این عکس العمل ها سازش نماید و کدام مداخلات میتواند آنها را برای سازش بهتر کمک کند. به ایشان یاددهانی کنید که در مورد راه های عنعنوی که درین اواخر در زمینه ما از ان استفاده صورت میگیرد جهت سازش با این حالت در شرایط افغانستان فکر نمایند،
8. بحث را ایجاد کنید توضیح دهید که در طول آموزش نمونه ها و مثال های دیگری نیز وجود دارد که هر کدام ما صرف نظر از نقش مسلکی ما چگونه میتواند بازماندگان را برای سازش بهتر با تاثیرات خشونت مبنی بر جنس / یا خشونت جنسی کمک کنند
9. مواد درسی ۳.۲.۲ (۲) را توزیع نمایید (فکتور هایکه سازش شفایابی و مقاومت را ارتقا میدهند).

خوب است بدانید!

- اکثر اوقات شاملین در قسمت وصل نمودن بیانات با عکس العمل های درست به مشکل مواجه میشوند.
- بخاطر بسیاری که بسیار مهم است که بیانات بازماندگان منحيث قدم نخست برای حمایت بازماندگان شناسایی گردند
- با گروپ چک نمایید که چه میکانیزم های سازشی پیشنهاد شده و یا روش های عنعنوی مرسوم هر کدام که در مطابقت با اساسات رهنمودی باشند درست است، بطور خاص متوجه راهبرد های سازشی ای باشید که طی ان بازمانده مجبور یا توصیه شده باشد که این روش برایش خوب است، و یا برایش گفته شده باشد که این بهترین راه حل است میتواند ناقض حق وی برای انتخاب باشد
- بطور مثال : بازمانده تنها در تشریفات تطهیر کننده مروجه حصه بگیرد اگر خودش میخواهد. این هرگز نباید تحمیل شود. مراسم عامه جایکه خشونت در ان توضیح میشود میتواند نقض رازداری باشد(اگر بازمانده به ان رضایت نداده باشد)

۳.۲.۳ تمرین: موانع فرا راه کمک

مواد ممد درسی: /

امادگی ها: /

مواد درسی: ۳.۲.۳ موانع فرا راه کمک، قصه ملالی

اندازه گروپ: تمام گروپ

زمان: / ۱ ساعت

1. توضیح دهید که برای بعضی قربانیان بسیار مشکل است تا معلومات خود را شریک کنند و کمک بخواهند و یا از مشاوره های مستفید شوند که سازش مقاومت و شفایابی را بالا میبرد. بعضی ازین موانع فرا راه کمک، مربوط به حالاتی است که خشونت در آن زمینه واقع شده.

2. از شاملین تقاضا کنید تا مثالهای از چنین فکتور ها را ارایه بدارند

بطور مثال:

- اکثرا در محیط های مجتمع جای مصئون نیست تا آنها بتواند مشکلات خود را شریک کنند یا قصه خود رابه کسی بگویند.
- قربانی بالای خدمات موجوده اعتماد ندارد.
- قربانی مرتکب رامیشناسد یا از انتقام او می ترسد.
- قربانیانی که مراجعه می کنند شرم، ننگ و یاعارمی دانند که معلومات خود را شریک بسازند.
- عقاید کلتوری و اجتماعی: درزیادتر جوامع این وظیفه یک زن است تا با شوهرش هروقت که بخواهد مقاربت کند. خشونت جنسی اکثرا توسط جامعه شناخته و جرم هم پنداشته نمی شود.
- در برخی واقعات برداشت جوامع اینست که مردها میتوانند زنان خود را تحت بعضی از شرایط لت و کوب نمایند.
- بعضی از زنان این لت و کوب کردن توسط شوهر را افتخار می دانند و انرا یکی از علایم دوست داشتن می دانند. مردانیکه زنان خود را لت و کوب نمی کنند بی اهمیت اند.
- قربانی فکر می کند که خشونت نتیجه اشتباه خودش است.

توضیح دهید که:

- بعضی اوقات دلایل مغلق تری وجود دارد که چرا قربانیان کمک را نمی خواهند. بعضی موانعی وجود دارد که بشکل عمیق در فکر و شناخت قربانی جا دارد که مشکل است آنها را مردم دیگر ببینند یا بدانند.
- این فکتورها حالت را مشکل میسازد و عرضه کننده گان صحتی را به فرسایش میکشاند (افراد مسلکی و حتی نزدیکان قربانی)
- بناً ممکن است کارمندان با حالاتی مواجه شوند که به خشونت مبنی بر جندر مشکوک میشوند اما از طرف قربانیان کتمان میشود طوریکه کمک را رد مینمایند و حاضر به قدمه های بعدی برای نجات نیستند

3. این قضیه مورد مطالعه را بخوانید: قصه ملالی (مواد درسی ۳.۲.۳)

4. از شاملین بپرسید: "کدام موانع استند که ملالی را از دریافت کمک باز میدارند"

طور مثال:

- ملالی ممکن در هراس بود که حمایتی را که هنوز هم بعضی اوقات از شوهر قبلی خود دریافت میکرد از دست بدهد.
- اینجا ممکن موضوعاتی پیرامون حمایت و یا هم حفاظت اطفال (تحت مراقبت بودن آنها) مطرح باشد
- همسایگان در مورد وی تبصره دارند که برای ملالی چه بهتر است
- اینجا بقدر کافی رازداری موجود نیست
- مانع دیگر که ملالی ممکن منحیث راهبرد بازمانده انکشاف داده نیز اضافه نمایید

توضیح دهید:

◀ در قضایای سو استفاده نوامدار و جدی رابطه میان بازمانده و مرتکب اکثراً متصف است به خشونت، دست کاری، کنترل، استثمار- بهره کشی و سو استفاده و همچنان بعضاً با وابستگی هیجانی توأم است. در چنین شرایط خشن بعضی اوقات بازمانده راهبردهای را بنام راهبرد های بازمانده بخاطر تطابق رفتار خود جهت کاهش خطرات بیشتر ناشی از پیشامد یا سو استفاده که ممکن بد تر باشد را انکشاف بدهد

5. مواد درسی ۳.۲.۳ را توزیع نمایید

توضیح دهید:

◀ نتایج طولانی مدت خشونت ممکن برای بازمانده بسیار زیان اور باشد و آنها ممکن از ارتباطات اجتماعی عقب نشینی کنند و پروسه منزوی شدن و نا توانی شان ممکن تقویت دو باره شود. بازمانده ممکن شرم و استگما را درونی ساخته و ممکن احساسی را که این همه اشتباه و تفصیر وی است انکشاف دهند. شفایابی ممکن وقت زیادی را در بر بگیرد. کوشش کنید تا یک رابطه با اعتماد را با بازمانده که قضاوتگر رفتارشان نباشد ایجاد کنید، این اکثراً قدم نخست بسوی معاونت بازمانده است که چشم براه کمک است⁴.

6. برسید: شما چه کمکی میتوانستید بکنید اگر شما یکی از همسایگان ملالی میبودید؟

7. شما چه کمکی میتوانستید بکنید اگر شما یکی از کارمندان صحنی که ملالی را ملاقات میکرد میبودید؟

پاسخ مهم و ممکن:

- کوشش کنید تا او را بهتر بشناسید ، از او اجتناب نکنید
- در صورت ممکن از مصونیت فزینی او اطمینان حاصل نید
- او را قضاوت نکنید
- سر گذشت او را برای دیگران در قریه قصه نکنید
- ظاهر کردن مراقبت، با چیز های کوچک به کمک کنید
- به سر گذشت وی گوش دهید
- به او نگوید چه باید بکند، در عوض به وی در مورد گزینه های کمک آگاهی دهید.
- سر انجام کوشش کنید به وی نگرانی ها و تشویش های خود را توضیح دهید
- اگر خودش بخواهد، او را دریافت راه حل و کمک یاری کنید.

جلسه ۳.۲: نتایج خشونت مبنی بر جنس، بشمول سو استفاده جنسی و / خشونت در مقابل اطفال
هدف
برای فهمیدن عکس العمل های اطفال و شناسایی ابزار راحت نمودن اطفال
فعالیت ها: ۳.۳.۱ بحث: فهمیدن عکس العمل های اطفال ۳.۳.۲ لکچر: فراهم نمودن ابزار برای حمایت اطفال

⁴ adapted from: Fisher, Neue wegen in der Opferhilfe (1998). In: anti-trafficking training manual for Judges and Prosecutors in SEE, International Centre for Migration Policy Development.

زمان کلی: ۴ ساعت
امادگی ها: /
مواد درسی:
مواد درسی ۳.۳.۱: نتایج خشونت مبنی بر جندر بشمول خشونت علیه اطفال و مکانیزم های سازشی آنها
مواد درسی ۳.۳.۲ فراهم نمودن حمایت برای اطفال
مواد ممد: /

یادداشت: زمانیکه ما در مورد خشونت مبنی بر جندر در اطفال صحبت میکنیم ما ضرورت داریم تا ما نه تن ها خشونت را که آنها از آن رنج میبرند در نظر بگیریم بلکه وضعیت های را که اطفال در آنجا بصورت غیر مستقیم قربانی اند نیز در نظر بگیریم (مانند محیط فامیلی اشفته)

۳.۳.۱ بحث: فهمیدن نتایج و مکانیزم های سازشی

مواد درسی: /
امادگی ها: /
مواد درسی: ۳.۳.۱: فهمیدن نتایج و مکانیزم های سازشی
اندازه گروپ: تمام گروپ
زمان کلی: ۱ ساعت

1. جلسه را با پرسیدن از شاملین در مورد اینکه چرا ایشان فکر میکنند که توجه به نتایج روانشناختی و اجتماعی خشونت مبنی بر جندر بشمول خشونت جنسی مهم است آغاز نمایید.

اطمینان حاصل که موارد زیر را بر بسته ساخته اید :

- اطفال نسبت به کاهلان عکس العمل مختلف رانشان میدهد.
- اطفال نسبت به کاهلان به شیوه های متفاوتی شکایت شانرا ابراز میدارند
- عکس العمل های آنی اطفال و نتایج ممکنه طویل المدت وابسته به :
 - نوع خشونت
 - مدت خشونت
 - هویت مرتکب خشونت (آیا شخص از نزدیکان طفل بود)
 - مراحل انکشافی اطفال (توانایی فهمیدن که چه واقع شده) ارتباط میگیرد.

3. بصورت دوامدار به شاملین مفهوم مراحل انکشاف را بصورت خلاصه یاد دهانی نمایید.

◀ یک طفل در هر مرحله از زندگی خود مهارتهای را در ساحات مختلف نشان میدهد، که همه آنها از نزدیک با هم ارتباط دارند (حرکتی، هیجانی، شناختی، اجتماعی، هویتی.....) همچنان میتوان گفت که یک طفل تعدادی از فعالیت های انکشافی متناگ به سن را دارد، وی (دختر یا پسر) چیز های خاصی را یاد میگیرد و یک مرحله مشخصی را به ارتباط رشد بشکل متوازن انکشاف میدهد.

◀ بطور مثال: یک طفل بسیار کوچک خواهد اموخت که ارتباط بر قرار نموده ضروریات و خواهشات خود را بیان نماید. این ظرفیت به اطفال کمک میکند که با مردم ارتباط بگیرد، دوستی بر قرار نموده و شبکه اجتماعی تاسیس نماید.

◀ مهم اینست که مراحل انکشاف اطفال زیاد تر مرتبط به حمایت آنها توسط محیط، مراقبین اطفال یا اشخاص نزدیک به اطفال میباشد، یک طفل مهارت های حرکتی، شناختی، هیجانی و رفتار اجتماعی را از طریق بازی کردن و ارتباط با مراقبین خود میآموزد.

4. توضیح دهید که خشونت جنسی یک عمل ناخواسته و حشمتناک است که تأثیرات سنگین بالایی انکشاف طفل هم در مراحل فعلی و هم در مراحل بعدی دارد (مواد درسی ۳.۳.۱) را ببینید
 5. از شاملین بپرسید که در مورد مثال های احتمالی عکس العمل های طولانی مدت و کوتاه مدت تأثیرات خشونت جنسی بالایی اطفال فکر نمایند. جوابات را لست نمایید، و مثالهای اضافی بدهید، با شاملین کاوش نماید که چرا عکس العمل ها و نتایج مشخصی واقع میشوند (برای دیدن مثال و توضیح ان به مواد درسی ۳.۳.۱ مراجعه نمایید)
 6. از ایشان در مورد میکانیسم های سازشی اطفال نیز پرسان نمایید. به فعالیت قبلی ۳.۲.۲ مراجعه نمایید.
 7. به شاملین یاددهانی نمایید که آنها باید در قسمت فرضیه ساختن (حدس خودشان) محتاط باشند
 8. هنگامی که این نوع رفتار ها موجود باشد ممکن نگرانی ایجاد کند، این حتما این معنی را نمیدهد که یک طفلی که از این نوع وضعیت های رنج میبرد بخصوص در مناطق متأثر شده از منازعه، ممکن بصورت موقت عکس العمل های مشابه را که ما توضیح دادیم در مقابل فشار های روانی را از خود نشان بدهند. بنا بر آن، یک ارزیابی دقیق از طفل لازمی میباشد.
 9. با توضیح اینکه رفتار های خاص اطفال باید همیشه مطابق زمینه های سطح رشد موجوده شان دیده شوند جمع بندی نمایید
 - ◀ بعضی اطفال از خود رفتار عقب گرایی به مراحل قبلی انکشاف را نشان میدهند (مانند برگشت شب ادراری)
 - ◀ بعضی دیگر ممکن تاخیر در مراحل بعدی انکشاف از خود نشان بدهند (مشکلات یادگیری در مکتب)
 - ◀ اما در بعضی حالات ممکن انکشاف سریع در بخش های خاصی مانند نشان دادن رفتارهای جنسی گرایانه در مراحل مقدماتی از خود نشان دهند.
10. مواد درسی ۳.۳.۱ را توزیع نمایید.

مروری بر خشونت مبنی بر جنس نزد اطفال:

- a) تشوشات هیجانی
- b) تشوشات رفتاری
- c) احساس گناه و مسوول بودن در خشونت مبنی بر جنس
- d) مشکلات در مکتب
- e) مشکلات در روابط با همتایان.

۳.۳.۲. لکچر: فراهم نمودن ابزار برای حمایت اطفال

مواد ممد: /
امادگی ها: /
مواد درسی: ۳.۳.۲: فراهم نمودن ابزار برای حمایت اطفال
اندازه گروپ: تمام گروپ
زمان کلی: ۱.۵ ساعت

1. نخست توضیح دهید که دانستن این بسیار مهم است که چگونه عکس العمل ها و نتایج را در اطفال به ارتباط موارد زیرشناسایی و به ان پاسخ داد

- اطفال را در مقابل آسیب بیشتر محافظت نمایید
- برای اطفال حمایت فراهم نمایید

2. اکنون ما بیشتر به این میبینیم که اطفال چگونه سازش مینمایند، راه های حمایت اطفال و تشویق والدین یا سایر مراقبین برای حمایت اطفال شان بعد از چنین حوادث
3. چند مثال محدود اینکه اطفال چگونه سازش مینمایند و راه های حمایت شان کدام ها اند ارایه بدارید (مواد درسی ۳.۳.۲ را ببینید)
4. از شاملین برسید که مثال های بیشتر در مورد اینکه ما چگونه به عکس العمل ها و نتایج خشونت مبنی بر جندر نزد اطفال پاسخ دهیم یا چگونه ما میتوانیم والدین راجهت حمایت اطفال شان کمک کنیم. جواب ایجاد کنید، مثالهای پذیرفته شده از نگاه فرهنگی را که نتایج خشونت را هدف قرار میدهد جستجو نمایید (مانند درمان های مذهبی- سنتی)
5. از شاملین برسید که در مورد چیز های که ما باید برای حمایت اطفال شان نکنیم یا به والدین توصیه نکنیم ، جواب ایجاد کنید، برسید چرا اینها راهبرد های بدی خواهند بود. نقاط مهم را وضاحت دهید. (مواد درسی ۳.۳.۲ را ببینید)
مواد درسی ۳.۳.۲ را توزیع نمایید

جلسه ۳.۴: صحت روانی و مشاوره روانی-اجتماعی بخشی از راهبرد های چندین سکتوری به خشونت های مبنی بر جنس

۵ اهداف

- این جلسه جلسات قبلی در مورد نتایج خشونت مبنی بر جنس را ساخته و تقویت دوباره مینماید و شاملین را در مورد پاسخ در خور و حد اقل خدمات که ممکن برای کاهش نتایج مضر و وقایع جروحات، صدمه و آسیب بیشتر، ضرورت باشند میآموزاند
- این جلسه چهار بخش/ اصول و قواعد/حرفه های تخصصی ابتدایی را برای پاسخ و نتیجه گیری توأم با نقشه کشی مشق و تمرین معرفی مینماید، بنا شاملین میتوانند خدماتی را که از قبل در جامعه موجود اند شناسایی کنند.
- ارتباط میان نتایج/ تاثیرات ما بعد خشونت مبنی بر جنس را توضیح دهید
- پاسخ های خدمات حد اقل و سفارش شده را که باید برای کاهش نتایج آسیب زای خشونت مبنی بر جنس و وقایع جروحات بیشتر صدمه و آسیب موجود باشند شنایایی کنید
- هر دو حمایت های رسمی و غیر رسمی را که در جامعه از قبل موجود است و میتواند حمایت و کمک برای بازمانده فراهم نماید شناسایی نمایید

فعالیت ها:

- ۳.۴.۱ بحث: مرور خدمات حد اقل بازمانده
- ۳.۴.۲ نمایش/ بحث: ضرورت پاسخ خدمات چندین سکتوری را تقویت دوباره نمایید
- ۳.۴.۲ تمرین: نقشه کشی خدمات در سطح جامعه
- زمان کلی: ۲ ساعت

مواد درسی: /

مواد ممد درسی: چوکی
فلپ چارت، مارکر، رابر تایپ
۴ دانه چوکی ساق دار
کاغذ ای ۴ - ۱۰ تخته
سه نوع تخم (جواری، برنج، لوبیا) یا کاغذ را به توت های خورد حد اقل سه رنگ پارچه نمایید

۳.۴.۱ بحث: مرور خدمات حد اقل بازمانده (پاسخ)

مواد ممد درسی: فلپ چارت و مارکر
امادگی ها: لیستی از نتایج / تاثیرات ما بعد را از جلسه نزدیک قبلی بیاورید.
یک فلپ چارت را آماده نموده در قسمت جلوی اتاق جاییکه از طرف تمام صنف دیده شده بتواند نصب نمایید :
پاسخ= فراهم نمودن خدمات و حمایت برای کاهش نتایج مضر و وقایع جروحات بیشتر، شکایت و آسیب
مواد درسی: /
اندازه گروپ: تمام گروپ
زمان : ۳۰ دقیقه

1. به لست نتایج/ تاثیرات ما بعد از جلسات قبلی اشاره نموده و به شاملین در مورد نیازمندیهای بازماندگان یاد دهانی نمایید، شما محتویات جلسه / یادگیری قبلی را در طول این جلسه تقویت دو باره مینمایید.
2. به فلپ چارتی که شما آماده نموده اید (= پاسخ) اشاره نموده و انرا به صدای بلند بخوانید.

⁵ The session lays the groundwork for further discussions about multi-sectoral and interagency coordination in other training sessions.

3. از گروپ بپرسید که بازمانده به کدام نوع کمک ضرورت خواهد داشت تا نتایج مضر روانی-اجتماعی را کاهش بدهد، از انجائیکه انها فعالیت های مربوط به پاسخ را ارایه میدارند، انها در یک فلپ چارت خالی نوشته نمایند. آغاز این فلپ چارت باید چیزی مانند زیر معلوم شود:

پاسخ، بعداً، میتواند فعالیت را شامل شود – حد اقل، اصغری – در بخش های زیر/ ساحات وظیفوی:

- مراقبت صحی
 - نیازمندی های روانی-اجتماعی
 - حمایت های روانشناختی و هیجانی
 - پذیرش اجتماعی و ادغام مجدد
 - امنیت و مصونیت
 - عدلی قضایی- رسم و عنعنوی
- همه باید در تشریک مساعی با هم کار نمایند

4. تاکید کنید که تمام بازماندگان به این همه کمکها ضرورت ندارند یا انرا نمیخواهند. وظیفه ما اینست که مطمئن شویم که همه خدمات موجود، قابل دسترس، و دارای کیفیت خوب است. معنی این کلمات را بحث نمایید، اموخته های قبلی را در باره مراقبت دلسوزانه، رازداری، احترام به خواست ها و گزینه های بازمانده، اساسات آسیب نرسانیدن، و بکار گیری راهبرد مبنی بر حقوق تقویت دوباره نمایید
5. بپاد داشته باشید که این همچنان مهم است که ما باید کارکنانیکه مسئولیت عرضه خدمات را به عهده دارد تربیه کنیم قبل ازینکه موجودیت خدمات را به جامعه اعلام کنیم
6. اگر این عرضه کننده گان خدمات بصورت درست تربیه نشوند و قربانی بخاطر کمک به آنها مراجعه کند درینصورت قربانی با مشکلات زیاد روبرو میشود و ممکن تراوما وضررزیاد دیگر را تجربه کند

پاسخ باید شامل موارد زیر باشد:

- دایرکردن آموزشها برای تمام ارگانها و سکتورهای ذیدخل، رضاکاران جامعه، کارکنان تا بشکل عاطفی، محرم و مناک جواب گو باشد
- سیستم راپور و رجعت دهی (بطورمثال کاربا جامعه خصوصاً زنان تا میتودهای قابل دسترس برای راپوردهی واقعات و کمک خواستن در دسترس داشته باشند)
- مستند سازی واقعات راپور داده شده، تحلیل و تجزیه ارقام، مانیتورینگ و ارزیابی
- هماهنگی وسیستم شریک ساختن معلومات بین ارگانهای مختلف بخاطر جلوگیری از تضاعف فعالیت ها و مغشوش کردن قربانی

صدمه نرساندن در یک نگاه:

- اگر قربانی نمیخواهد هیچگاه بالای وی فشار وارد نکنید تا درباره حادثه تراوماتیک صحبت کند
- اگر بعضی افراد وقتی که درباره حادثه خود قصه می کند و زیاد غمگین باشد برایش فرصت دهید تا قصه را توقف دهد.
- از قربانی سوالات زیاد نکنید و نه اورا تهدید به دادن معلومات کنید
- چیزیکه قابل اجرا نباشد وعده نکنید.

۳.۴.۲ نمایش/بحث: تقویت ضرورت خدمات پاسخی چندین سکتوری

مواد ممد درسی: یک چوکی

امادگی ها: /

مواد درسی: /

اندازه گروپ: تمام گروپ

1. توضیح دهید که پاسخ به خشونت های مبنی بر جنسیت مثل یک چوکی دارای چار پا است. یک چوکی را در وسط اتاق بیاورید و آنرا محکم بروی اتاق بگذارید. کیفیت چوکی چار پا دار را بحث کنید:
 - اگر چوکی بحیث یک چوکی وظیفه اجرا کند باید هر چهار پایش درست و بطور ثابت وظیفه اجرا کند، اگر یکی از پا ها شکسته یا گم شوند چوکی سقوط میکند
 - در جریان این بحث، چوکی را بالا نگهدارید ، دوباره محکم به زمین بگذارید، انطرف تپله کنید ، ببینید به زمین میافتد، بدور را دور حرکت دهید و یک نمایش فراموش نشدنی وظایف و عدم وظایف چوکی را اجرا کنید
2. از شاملین بپرسید و بحث نمایید: چرا این چهار بخش، صحت، صحت روانی و مشاوره روانی-اجتماعی، امنیت و عدلی قضایی بهم دیگر خود نیاز دارند

خوب است بدانید!

اگر شما میتوانید چوکی را در وسط اتاق قرار دهید، همانطوریکه شما به این جلسه ادامه میدهید، در مورد هر چهار پایه چوکی/ بخش ها که چگونه با هم کار میکنند تا زمانیکه موضوع هم خوانی دارد بحث نمایید

جلسه تنها بالای چهار نوع خدمات اولیه/ اساسی/ حد اقل که باید در هر جا موجود باشد تمرکز مینماید

۳.۴.۳ تمرین: نقشه کشی خدمات در سطح جامعه - ۱۰ تخم

۳ نوع تخم (جواری، برنج، لوبیا) یا توته های کاغذ حد اقل به ۳ رنگ های مختلف
 آمادگی ها: /
 مواد درسی: /
 اندازه گروپ: حد اکثر ۵ گروپ
 زمان: ۱ ساعت

1. فعالیت های را بوسیله گفتن به شاملین که درین جلسه بحث ها تا اینجا در مورد کار های خاص، وظایف، عمل کننده ها بخش های با مسوولیت های خاص برای پاسخ به نیازمندیهای بازمانده بود معرفی نمایید، توضیح کنید که درین فعالیت، ما به پاسخ سطح جامعه تمرکز خواهیم کرد - تا در مورد شناسایی راه های متعددی که افراد متفاوت در جامعه برای کمک به بازمانده گان از طریق فراهم نمودن معلومات، حمایت و دلسوزی فراهم میتوانند فکر کنند.
2. شاملین را به ۵ گروپ یا یک گروپ کلان تقسیم نمایید، فعالیت مربوط به این میشود که شاملین از جا ها یا حوزه های مختلف اند یا از یک شهر اند.
3. یک کاغذ فلپ چارت و سه رنگ مارکر، تخم (سه نوع) یا توته های قطع شده کاغذ (سه رنگ). را برای هر گروپ بدهید
4. از شاملین تقاضا کنید تا جوامع خود را نقشه کشی کنند ، سرک ها، ساختمانهای مهم، مناطق تجمع عامه، بازار ها، مراکز مراقبت های صحی، مساجد، جا های ورزشی، تسهیلات تعلیمی، رستورانتهای جوانان و غیره. برای اینکار به ایشان ۱۵ دقیقه وقت بدهید .
5. بعدا از شاملین تقاضا کنید تا تخم ها یا توته های قطع شده کاغذ رنگه را برای نشان دادن جا هاییکه بازمانده گان خشونت مبنی بر جنسیت مانند خشونت جنسی و بهره کشی جنسی میتوانند کمک دریافت کنند نشانی نمایند. انها باید تخم های متفاوت یا کاغذ های رنگه را در جای های همچو حمایت های طبی، روانی-اجتماعی، قضایی/ عدلی (مانند لوبیا - طبی، برنج - اجتماعی و جواری- عدلی) استفاده نمایند. شاملین باید ۱۰ عدد تخم ها را در جا هاییکه ایشان فکر میکنند یک بازمانده میتواند حمایت های جامع و با کیفیت را دریافت کند و تعداد کمی از تخم ها را در جا هاییکه بازمانده میتواند حمایت های کوچک را دریافت کند بگذارند. برایشان ۳۰ دقیقه وقت بدهید تا بحث نموده و این جا ها را در نقشه نشانی نمایند

6. مطمئن شوید و دورادور هر گروه دور زده و به بحث هایشان گوش دهید، از شاملین بپرسید چرا آنها اینطور فکر میکنند که جاهای مشخص میتوانند کمک بیشتر به تنگ سائر جاها فراهم کنند، و در آن جاها کی ها هستند که کمک را فراهم مینمایند، شاملین را تشویق نماید که در مورد گروه های که در جامعه هستند وسیعا فکر کنند بشمول:

- اطفال – میتوانند معلومات فراهم کنند که برای دریافت کمک به کجا باید شتافت
 - علمای دینی – میتوانند در مورد اینکه برای دریافت کمک به کجا باید رفت معلومات فراهم کنند ، همچنان میتوانند حمایت های هیجانی/ معنوی فراهم کنند.
 - خانم ها میتوانند زمانیکه برای آب آوردن، کالا شستن، و یا فعالیت های دیگر بیرون میروند میتوانند با هم صحبت کرده و یکدیگر را حمایت نمایند .
 - معلمین و کسانی دیگر که در مکتب کار میکنند – ممکن قادر به این باشند که به طفلی که ظاهرا به مصیبتی دچار باشد آگاهی دهند که به کجا برای دریافت کمک بروند، و همچنان میتوانند حمایت های هیجانی فراهم نمایند.
7. در خاتمه ۳۰ دقیقه، یک بحث گروهی کلان را برای شناسایی اینکه چگونه نیازمندی های بازمانده خشونت مبنی بر جنس توسط اعضای مختلف در جامعه که شناسایی شده اند فراهم شده میتواند تشکیل دهید (۲۰-۱۵ دقیقه)
- در جریان این بحث، شاملین احتمالا جاها / افرادی را در جامعه شناسایی خواهند کرد که میتوانند به بازمانده مضر بوده یا بازمانده محور نباشند. اگر وقت کافی باشد، این خالی از مفاد نیست تا بحثی در مورد اینکه چرا اینطور واقع میشود راه اندازی گردد. نگرش جامعه را شنایابی نموده و نظریات برای اینکه چطور این ذهنیت ها و رفتار ها را غرض تغییر نفوذ نمود به بحث بگیریید.
8. بحث را با تقویت دوباره یادگیری از جلسه های قبلی که تاکید بر ضرورت یک محیط حمایتی – برای کمک به بازمانده جهت احساس مصونیت و تجرید کمتر و دسترسی به خدمات طبی، روانی-اجتماعی و قضایی جمع بندی نمایید

در کلاستر فرعی خشونت مبنی بر جنس در افغانستان چند روش در بین سیستم کلاستر (کی چه میکند⁶، چه وقت و کجا) انکشاف داده است. این مهم است تا اطمینان حاصل شود تا تمام بخش ها به ارتباط ظرفیت ادغام صحت روانی و مشاوره روانی-اجتماعی خشونت مبنی بر جنس در صفحه مقدم پلانگذاری و تطبیق آشنا باشند.

قربانیان بیشتر نیازمند اکثر تقاضای کمتر برای خدمات دارند، متخصصین طبی باید قادر به شنایابی جاهای عادی در جامعه باشند جاییکه اعضای جامعه با آن حالات کار میکنند و به معلومات و حمایت دسترسی دارند.

⁶ Afghanistan GBV Protection Sub-cluster

<https://www.humanitarianresponse.info/en/operations/afghanistan/gender-based-violence>

مادیول ۳: تاثیرات خشونت مبنی بر جندر- فهمیدن پیامد ها و شناسایی پاسخ ها

رهنمای شاملین

جلسه ۳.۱ – مواد درسی ۳.۱.۲ فشار روانی، زجرت و اختلال

تعریف فشار روانی :

عبارت از جواب یا عکس العمل آنی بیولوژیکی، فزیولوژیکی، اجتماعی و روانی میباشد که از گب تغییرات در محیط ما و شما بوجود می آید. عبارت از عکس العمل هشدار دهنده است و قتیکه ما به مشکلاتی که ممکن خطرناک باشد مواجه میشویم. تهدید ممکن آمدن تغییرات در داخل یا محیط خارجی ما باشد که ما باید با آنها سازش کنیم، هر شخص عکس العمل های مختلف در مقابل Stress نشان میدهد: افراد آستانه های (Threshold) مختلف دارند، هرکس در حالات مشابه به استرس دچار نمیشود عبارت از جواب نارمل و طبیعی بخاطر حفظ، دوام بقاء زندگی است، اگر شیوه های اداره کردن Stress تطابقی یا سالم باشد درین صورت ما Stress را مثبت تلقی می کنیم (یک چالش) فشار روانی یکه ما آنرا خوب اداره کرده نمی توانیم آنرا اکثرا منفی تجربه می کنیم که این حالت در بعضی اوقات زجرت یا Distress شناخته شده است.

تعریف زجرت و زجرت شدید:

- زجرات عبارت از اختلال فروپاشی مهارت های مشکل گشایی بشکل عکس العمل در مقابل یک فشار زیاد است،
- زجرت حلقه وسیعی از احساسات مانند ضعیفی، غمگینی، ترس تا اضطراب و حالت Panic را در بر میگیرد علاوه بر احساسات Distress ممکن عرصه های مختلف زندگی ما را نیز متأثر کند مانند افکار و رفتار.
- زجرت شدید یا فشار روانی تراوماتیک میتواند بعد از یک حادثه تکان دهنده بمیان بیاید (به این حالت همچنان حادثه تراوماتیک گفته میشود) که درین حادثه خطر جروحات یا مرگ به شخص یا به نزدیکان شخص موجود باشد. عکس العمل میتواند فزیک، هیجانی، شناختی، رفتاری و اجتماعی باشد که شامل ترس بسیار زیاد، به یاد آوردن دوباره حادثه، تنبه بسیار زیاد (مانند جتکه) افسرده گی، مشکلات شدید در برقراری ارتباط و سوءاستفاده مواد مخدر.
- افرادی که Extreme Distress را تجربه می کنند ممکن یک حالت روانی مغشوش را تجربه کند از گب فشار شدید (شاک). یک حادثه بسیار زیاد تهدید کننده و درد آور مانند خشونت مبنی بر جندر شامل خشونت جنسی که اکثرا سبب صدمه سنگین به شخص میگردد، وقتی این حالت واقع شود شخص درین حالت نمیتواند با آن بسازد بخاطریکه شخص در یک حالت ناباوری قرار میگیرد.

هر شخص در مقابل فشارهای شدید و زیاد عکس العمل مختلف از خود نشان میدهد:

- ظرفیت ها و میکانیزم های سازشی یک شخص تعیین کننده عکس العمل های متفاوت وی در قبال یک حادثه تراوماتیک و خطرناک میباشد.
- همچنان ساختار اجتماعی (عکس العمل مردم یکی نزدیکان قربانی هستند، سطح حمایت اجتماعی که فراهم شده و غیره) تاثیرات مهم بالایی عکس العمل های فزیک، هیجانی، شناختی، اجتماعی و رفتاری دارد.
- فرهنگ همچنان راه های را که بازمانده پاسخ میدهد تعیین میکند. در بعضی فرهنگ ها، ناکامی در موارد خاص، باور "دیوانه بودن" خاموشانه، ممکن این باور را که بازمانده شریک جرم است و بر اساس آن ملامت

کردن قربانی و همچنان بازمانده مرد یا خود زن را توسط خانواده و جامعه افزایش میبخشد! همچنان نیازمندی های اجتماعی زجرت، ممکن شدت و مزمنیت علایم (اشکار) را پوشانیده، اما زجرت های با علایم کمتر (اشکار) زجرت های درونی (احساس بیهودگی و نومیدی، فقدان اعتماد، ترس از اطفال، آینده و غیره) را بازمانده تجربه مینماید

- عکس العملهای "فشار روانی" و یا "فشار شدید روانی" برای بیشتر بازمانده ها عکس العمل های نارمل در مقابل حوادث شدیداً پر فشار تلقی میگردد خصوصاً با حمایت های اجتماعی و هیجانی، بسیاری از بازماندگان یاد گرفته اند که چگونه تطابق نمایند و به این ترتیب زجرت به مرور زمان کاهش مییابد.⁷
- فرق بین Stress و Extreme Distress در درجه شدت حادثه، فشارها و عکس العمل های افراد در مقابل این حوادث و فشارها میباشد.

تعریف اختلال روانی:

میتواند به تعقیب حوادث شدیداً فشار آور یا قویاً تراوماتیک بوجود آید:

- در اکثر واقعات بعد از اینکه فشار را نادید شد عکس العمل ها در مقابل فشار را با بصورت طبیعی بدون مداخلات از طرف بیرون فروکش میکنند، بعضی اوقات، حوادث قویاً صدماتی میتواند رهنمای برای اختلال وظیفوی روانشناختی داخلی باشد، همچنان به این حالت اختلال روانی نیز میگویند.
- چنین اختلال های وظیفوی عکس العمل های اند که برای مدت طولانی بعد از حادثه دوام مینماید و یا / وضعیت را تغییر میدهد
- یک اختلال روانی عبارت از گروپ اعراض یا عکس العمل های است که بنام سندروم یاد میشود، که باعث "مختل شدن وظایف در افراد میشود" این همچنان نشان میدهد که قابلیت های بازمانده در قسمت ادامه فعالیت های روزانه رو به خرابی است مانند کار، مراقبت دیگران، تحصیل و غیره.
- این مهم است که فرق بین Distress و Disorder واضح شود بخاطریکه قربانیان ایکه اختلال دارند نمیتوانند به تنهای تطابق نمایند، آنها نیاز به کمک متخصص ورزیده دارند (ارزیابی صحت روانی و تداوی). بازماندگانی که از فشار روانی و یا فشار شدید روانی رنج میبرند همچنان میتوانند از حمایت های هیجانی و اجتماعی سود برند، اگرچهره اکثر حالات ب آنها متکی به به ظرفیت ها و سازش های خود میمان

جلسه ۳.۱ - مواد آموزشی ۳.۱.۳: تاثیرات مابعد⁸

تاثیرات مابعد و نتایج ان

صحت: در تمام انواع خشونت های مبنی بر جنس نتایج صحتی تهدید کننده حیات دیده میشود

⁷ IASC. 2005. Guidelines for Gender-based violence interventions in humanitarian settings. p.69.

⁸ Adapted from: Heise L, Ellsberg M, Gottemoeller M. (2002) *Reproductive Health and Rights: Reaching the Hardly Reached Article 10: Victims of Gender-based Violence*. In: PATH Series: Reproductive Health and Rights: Reaching the Hardly Reached, Article 10. Available at: <http://www.path.org/publications/pub.php?id=513>

	نتایج غیر کشنده			
	جسمانی مزمن	جسمانی حاد	صحت روانی	باروری
دیگران کشی	معلولیت	جروحات	اختلال روانی پس از حادثه	سقط جنین
خودکشی	شکایات جسمی	شاک	افسردگی	حمل نا خواسته
وفیات مادران	انتانات مزمن	امراض	اضطراب	سقط غیر مصون
وفیات نوزاران	درد مزمن	انتانات	سو استفاده مواد	STISبشمول HIV
وفیات مربوط به ایدز	معدی معایی		خود آزاری و غیره	اختلالات تحیض
	اختلالات خوردن			اختلالات حاملگی
	اختلالات خواب			اختلالات تناسلی
	سو استفاده مواد/الکھول			اختلالات جنسی

هیجانی – روانشناختی - اجتماعی

در تمام انواع خشونت های مبنی بر جنسیت، روانشناختی و اجتماعی قویا تهدید کننده حیات دیده میشود

نتایج اجتماعی	نتایج روانشناختی و هیجانی
ملامت نمودن قربانی	اضطراب ، ترس
از دست دادن نقش و وظیفوی اجتماعی (مراقبت اطفال و کک معاش)	قهر
استگمای اجتماعی	شرم، نفرت از خود، خود ملامتی
طرد شدن از اجتماعی و انزوا	رفتار و افکار خودکشی
مشکلات قریبیطی و فامیلی	نا امیدی یا عقب روی (انزوا)
	اختلالات روانی مانند:
	اختلالات روانی پس از حادثه
	افسردگی

جلسه ۳.۲: مواد درسی ۳.۲.۱ – اساسات رهنمودی

درین کورس آموزشی هر درس اموخته شده بر اساس چهار اصل رهنمودی استوار است⁹. ما یاد خواهیم گرفت که چگونه این اساسات رهنمودی را در کار های روزانه خود از طریق بکار گیری مهارتهای بازمانده محور شامل سازیم

⁹ *United Nations High Commission for Refugees. *Sexual violence against refugees: guidelines on prevention and response*. Geneva: The Commission; 1995, chapter 2.

*IASC Guidelines for Humanitarian Gender-based Violence Interventions in humanitarian settings.

اساسات رهنمودی :

1. اطمینان از مصونیت فیزیکی قربانی (قربانیان) ، بازمانده (بازماندگان) از مصونیت جسمانی بازمانده و فامیلش در همه حال اطمینان حاصل کنید، بخاطر داشته باشید که بازمانده ممکن ترسیده باشد و ضرورت دارد تا در مورد مصونیتش مطمئن شود، شما حتما مطمئن باشید که شما نباید سوالاتی بپرسید یا خدماتی را برای بازمانده پیشنهاد کنید که میتواند تهدیدی برای مصونیت بازمانده باشد، یا مصونیت کسانی را که به بازمانده کمک میکنند به مخاطره بیندازد (فامیل، دوستان، خدمات سطح جامعه و کارمندان صحت).

1. تضمین رازداری

برای حفاظت رازداری بازمانده باید (حتما) تمام معلومات جمع آوری شده توسط شاملین در یک جای مصون ذخیره گردد. علاوه بر آن، اگر شما ضرورت به شریک ساختن معلومات مربوط به بازمانده را به یک سازمان بیرون از مرکز خود دارید (بطور مثال محکمه قضایی، یا مرکز مشاوره) شما قبل از همه ضرورت به رضایت تحریری بازمانده دارید و در صورتیکه بازمانده طفل باشد از والدین و یا مراقبین وی چنین رضایت باید گرفته شود.¹⁰ در تمام واقعات، در صورتیکه معلومات مربوطه به بازمانده با محتوی شناساننده وی باشد نباید این معلومات با کسی دیگر شریک ساخته شود. تلاشها برای جلوگیری از انگ خوردن یا لکه دار شدن (استگماتایزیشن) در برنامه باید بخرچ داده شود. مانند تشخیص هویت بازمانده بخاطر آمدن در یک جای یا ممکن شما برای آنها بعضی چیز های مخصوص توزیع نموده باشید.

2. احترام به خواستها ، حقوق، و وقار قربانیان (قربانی) / بازمانده (بازماندگان) و زمانیکه شما در مورد وقایع و

یا پاسخ به واقعات انفرادی خشونت مبنی بر جنس تدابیری را دنبال میکنید بیشترین منافع اطفال را در نظر داشته باشید.

تمام تصامیم و فعالیت ها را مطابق خواستها، حقوق و وقار بازماندگان رهنمایی کنید. این معنی میدهد که تمام محاوره ها و ارزیابی ها و مصاحبه ها را ذریعه مصاحبه کنندگان یا ترجمان ها در جای های مصون و در فضای خلوت توسط عین جنس و یا جنسیکه توسط بازمانده انتخاب شده باشد راه اندازی نمایید، این همچنان معنی اینرا نیز میدهد که شما باید نگرش غیر قضاوتی را در سراسر پروسه نگهداشته و با بازماندگان صبور و شکیب باشید. شما نباید به بازمانده، فامیل، وضعیت و فرهنگ وی بی احترامی نشان دهید. از بازمانده باید تنها در خصوص مسایل مربوط سوال نمود: مسله باکره بودن بازمانده کدام مسله نبوده و نباید در مورد آن بحث کرد. بازمانده نباید برای اجرای هیچ بخشی از ارزیابی، معاینه و یا مصاحبه که وی (زن/ مرد) حاضر به سهمگیری در آن نیست مجبور ساخته شود. علاوه بر آن، اگر بازمانده طفل است، بیشترین منافع طفل باید رهنمای تمام تصامیم باشد، مراقبت دهندگان باید سن، جنس پس منظر فرهنگی محیط عمومی و تاریخچه اطفال را زمانیکه تصمیم میگیرند در نظر داشته باشند. همچنان مراقبت دهندگان باید ستندرد های عینی، نظریات شخصی و همچنان دید شخصی طفل را حین تصمیم گیری در قسمت فراهم نمودن بهترین مراقبت ممکنه برای اطفال بازمانده خشونت جنسی مد نظر داشته باشند.

3. اطمینان از عدم تبعیض:

هر کاهل و یا طفل باید حمایت و مراقبت های مساویانه را صرف نظر از نژاد، مذهب، ملیت، قومیت، جنس و یا گرایش جنسی دریافت نمایند.

جلسه ۳.۲ – مواد درسی ۳.۲.۲ (۱) : سازش با نتایج خشونت مبنی بر جنس

(ابزار برای تمرین)

جملات را نتایج مربوطه ان وصل نمایید .

¹⁰ See Handout 7.2 for exceptions to confidentiality

عکس العمل ها	جملات (بیانات)
1. عبور ذهنی (فلش بک) و (کابوس) خوابهای ترسناک	A. "من کاملاً ترسیده ام، یک صدای ناگهانی، یک آواز قهر آمیز، حرکات بته ها و من ترسیده ام. من از اینکه اگر شوهرم از موضوع خبر شود و مرا طلاق بدهد نیز در هراس هستم فامیل من اطفالم را نیز خواهند گرفت"
2. خشم و مخاصمه جویی	B. "من احساس عصبانیت و از جا پریذگی میکنم"
3. گناه/ ملامتی	C. "من میخواهم او را بکشم من از او از هر چیز و هر کس متنفر هستم"
4. از دست دادن اعتماد نسبت بخود	D. "من احساس میکنم که هیچکس را برای گفتن ندارم که مرا درک کند و مرا حمایت کند، من هیچ یک از اطرافیان دور و بر خود را درین مورد گفته نمیتوانم"
5. ترس	E. "من بسیار احساس نومییدی میکنم. "ایا دوباره تحت کنترل خود خواهم امد"؟"
6. شرم / خجالت	F. "من احساس میکنم دیوانه میشوم- برای یک دقیقه هیچ احساسی ندارم اما ناگهان واقعا احساس قهر میکنم"
7. از دست دادن قدرت/ کنترل بالای خود و زندگی	G. "من خوب هستم ، من خوب خواهم بود، من به کدام کمکی ضرورت ندارم"
8. انکار	H. "من احساس میکنم که گویا من کاری کرده ام که این همه واقع شد ، ایا شما گفته میتوانید که من تجاوز شده ام؟ مردم چه فکر خواهند کرد....؟"
9. افسردگی	I. "من خود را کثیف احساس میکنم، مثلکيه با من همین حالا کار نادرستی صورت گرفته باشد. ایا شما به من گفته میتواند که من تجاوز شده ام؟ مردم چگونه فکر خواهند کرد ؟"
10. بیگانگی/تجريد	J. "من احساس میکنم که از دیگر از دست من چیزی بر نیاید...من از خود متنفر شده ام. من فقط چیز بی ارزشی هستم"
11. تغییرات مزاجی	K. " ناگهان اهالی منطقه ما با من صحبت نمیکند - همسایه ها با من کمک کردن را بس کرده اند، و اطفال مرا در مکتب شاگردان دیگر انیت مینمایند"
12. مشکلات ارتباطی	L. "از زمان تجاوز، در خانواده من همه چیز مشکل شده اند"
13. اضطراب	M. "چگونه من پیش بروم؟ من احساس خستگی، بیچارگی مینمایم، و دلم به هیچ چیزی اب نمیخورد"
14. استگما و تبعیض	N. "من نمیتوانم فکر کردن در باره حمله را توقف دهم من زمانیکه میخابم خوابهای ترسناک (کابوس) مبینم".

جلسه ۳.۲ – مواد درسی ۳.۲.۲ (۲): عواملی که سازش مقاومت و شفایابی را بالا میبرند

تعاریفات:

- ◀ **مقاومت** عبارت از توانایی یک فرد برای بر گشتن به حالت اولی میباشد، تا بر مشکلات فایق آمده و با تغییرات و مشکلات تطابق نماید. و توسط خصوصیات بازمانده و یک تعداد فکتور های بیرونی مشخص میشود.
- ◀ **سازش** عبارت از یک سلسله کوششهای رفتاری روانی واجتماعی خاص اند که اشخاص آنرا بکار میبرند تا یاد گرفته و تحمل کنند
- ◀ انواع مختلف میکانیزم های سازش وجود دارد. استراتژی حل مشکلات - کوشش برای فعال ساختن بعضی چیز ها تا حالت فشار را آسانتر سازیم، راهبرد های سازش متمرکز به هیجان، شامل کوششهای برای تنظیم نتایج هیجانی فشارها میباشد
- ◀ انواع میکانیزم های سازشی ایکه استفاده شده اند به خصوصیات فرد و همچنان به نوع حوادث فشار را و نیز محیط اجتماعی مرتبط میباشد¹¹.

هر دو فکتور های فردی و فکتور های محیطی بالای سازش، مقاومت و شفایابی تاثیر دارند.

ظرفیت های انفرادی بازماندگان

مهارت ، دانش و شخصیت افراد بازمانده:

- خصوصیات مانند اعتماد خودی ، کنترل خودی، مهارت های مثبت سازش، احساس خوشبینی ، توانایی جستجوی کمک تاثیرات مثبت بالای سازش و شفایابی دارد.
- تاریخچه شخصی: آیا بازمانده در یک محیط مصوون نمو نموده است؟ او (زن / مرد) تجارب خشونت مبنی بر جنس را سو استفاده را در اوایل زندگی تجربه نموده است؟
- اگر یک قربانی خشونت مبنی بر جنس را تجربه کرده باشد (خشونت جنسی) و یا سو استفاده و غفلت در اوایل زندگی، خصوصا در جریان دوره طفولیت ، مهارت های سازش ممکن متاثر شود.
- اگر یک بازمانده خشونت مبنی بر جنس (جنسی) و سو استفاده را در اوایل زندگی خصوصا در زمان طفلی تجربه نموده باشد مهارتهای سازشی وی ممکن متاثر شده باشد.

عوامل محیطی:

شبکه اجتماعی و حمایت: آیا بازمانده میتواند منحصر به حمایت از جانب فامیل مختصر/ توسعه یافته و جامعه بماند؟ جای بازمانده در جامعه وی چه خواهد بود؟ وضعیت اقتصادی – اجتماعی بازمانده و فامیل وی چگونه است؟ آیا وی (زن / مرد) کدام منبع عایداتی دارند؟

- موجودیت شبکه اجتماعی (فامیلی ، دوست ها) برای قربانی تسهیل میکند تا با عکس العمل ها کار کند و کمک را جستجو نماید. حمایت اجتماعی قوی میتواند سازش، مقاومت و شفایابی را سهولت بخشد.
- فکتور های اجتماعی، فرهنگی و مذهبی: آیا صلح و امنیت موجود است؟ خشونت مبنی بر جنس از طرف جامعه مریض چگونه نگریسته میشود ؟ چه راه های عنعنوی برای معامله با خشونت در جامعه بازمانده وجود دارد؟ آیا بازمانده مذهبی است؟
- اکثرا هر دو شیوه های عنعنوی اظهار خودی و تشریفات مذهبی، پذیرفته شده از نظر فرهنگی در وضعیت های مشکل نقش مهمی را بازی مینمایند.
- همچنان اموختگی های فرهنگی اظهار خودی مانند قهر و غصه، بالای سازش و شفایابی تاثیر دارند¹² مذهب میتواند احساس هدفمند را ایجاد کند که سازش را تسهیل میکند

¹¹ Definition adapted from: John D. and Catherine T. MacArthur Research Network on Socioeconomic Status and Health

¹² UNICEF, psychosocial programming, a field guide

میکانیزم های سازشی

میکانیزم های سازشی منفی را تشویق نه کنید	میکانیزم های سازشی مثبت را تشویق کنید
- به خاطر تطابق مواد، موادمخدر و الکل نه نوشید - خود را از فامیل و دوستان جدا ننماید - تمام روز خواب نکنید - خوراک زیاد و خیلی کم نکنید - از خشونت کار نگیرید - در حفظ الصحة شخصی غفلت نکنید - تمام وقت کار نکنید	- گفتگو و وقت تیرکردن با فامیل و دوستان - بحث بالای مشکلات با کسانی که شما بالای شان اعتماد دارید - فعالیت های راکه شما را راحت می کند انجام نماید (نماز، خواندن، بازی با اطفال) - فعالیت های فیزیکی را انجام نماید - تمرین آرامبخش را اجرا نماید - کلمات آرام رابخود زمزمه کنید - بادیگران کمک نماید - خواب کافی نماید - بطور منظم خوراک بخورید و آب بنوشید

به فرد آگاهی داده و کمک کنید تا به خدمات (روانشناختی، اجتماعی و قانونی و محافظتی) که وی (زن / مرد) فکر مینماید مفید است دسترسی داشته باشد، مگر بطور خاص آگاهی سازید که آنها را در جای مصوونی قرار بدهد که دیگران آنها را نیابند در غیر این ممکن این خود مصوونیت شاترا به معامله گیرد

- معلومات درست و ساده درباره حقوق آنها بدهید، اهمیت مصوونیت و موجودیت خدمات مختلف (روانی-اجتماعی، قانونی و حفاظت) را واضح نماید.
- فراهم کردن ادرس های تماس برای دریافت خدمات با هشداریه مناگ درباره نگهداری کردن آن درخانه دریک جای مناگ که دیگران آنرا پیدا نخواهند کرد.
- قربانی را مستقیما رجعت دهید
- اگر مناسب بوده و امکان داشته باشد قربانی را تا خدمات همراهی نماید.
- به خدمات تیلیفون کنید و وقت راتعیین کنید
- فراهم کردن پیگیری برای رجعت دهی اگر نیاز باشد

بازمانده را یاری رسانید تا با خانواده/ شبکه خانوادگی ویا سایر شبکه های حمایتی اجتماعی باشند

- 0 قربانیان خشونت مبنی بر جنس که از حمایت اجتماعی خوب برخوردار باشند سازش بهتر دارند.
- 0 اهمیت حمایت اجتماعی را تشریح کنید
- 0 در یافتن افراد از اجتماع خود فرد و کسانی که قربانی به آن اعتماد می تواند تا در باره تجارب خود صحبت کند وی را یاری رسانید
- 0 اگر قربانی برای شما اظهار کرد که عبادات، رواج های مذهبی، حمایت از طرف رهبران مذهبی برایش کمک کننده است، کوشش کنید تا وی را با جامعه مذهبی اش وصل نماید

زنان را در مقابله و سازش با احساسات منفی یاری رسانید

کمک وظیفوی (جواب اید)	
زنان را در سازش با احساسات منفی کمک نمایید	
احساس	بعضی روش های پاسخ
نومیدی	"بسیاری از خانم ها خودشان وضعیت را دوباره مدیریت میکنند، احتمالا شما به مرور زمان خواهی دید که امید وجود دارد"
یأس	بالای نقاط قوی وی تمرکز کنید که چگونه وی قادر به مقابله با وضعیت های مشکل و خطرناک در قیل بوده .
از دست دادن قدرت و کنترل بالای خود و دیگران	شما بعضی گزینه ها و انتخاب ها را همین امروز دارید که ببینیم چطور پیش میروید
عبور ذهنی (فلش بک)	توضیح دهید که این یک حالت معمول است و اکثرا به مرور زمان کمتر شده و نا پدید میشوند
انکار	من چیز هایی را که شما به من گفته اید جدی میگیرم اگر شما در آینده به کمک ضرورت داشتید من در اینجا خواهم بود
گناه و شرم	شما نباید بخاطر چیزی که واقع شده خود را ملامت کنید، شما بخاطر کاری که او کرده مسوول نیستید.
شرم	در چیزی که واقع شده شما عزت تان را از دست نداده اید، شما دارای ارزش هستید
ترس غیر واقعی	تاکید کنید، شما فعلا در جایکه قرار دارید مصوون هستید، ما در مورد اینکه چگونه شما را مصوون نگهداریم صحبت خواهیم کرد
کرختی	این یک عکس العمل معمول در حوادث مشکل است. شما دو باره انرا در همه اوقات خوب احساس خواهید کرد
چرخش مزاجی	توضیح دهید که این همه میتواند معمولی باشند و پروسه شفایابی را تسهیل خواهد کرد
خشم بالای مرتکب	تأیید کنید که این یک احساس درست و صحیح است
اضطراب	این معمول است، اما ما میتوانیم راه های را که شما کمتر مضطرب باشید به بحث بگیریم
درماندگی	ما اینجا برای کمک شما هستیم

سازش با نتایج - جوابات مواد درسی

1. **اظهار:** "من کاملا ترسیده بودم. یک صدای ناگهانی، یک اواز قهرناک، حرکات بته ها و من ترسیده بودم. من از اینکه اگر شوهرم خبر شود مرا طلاق خواهد داد و خانواده ام اطفال مرا از من خواهند گرفت نیز ترسیده بودم ."

نتایج: ترس

در زمان یک تهاجم بسیاری از قربانیان از بهر زندگی خود ترسیده اند، معمولا این ترس نتیجه مستقیم تهدید متجاوز است بعد از حمله، ممکن یک بازمانده از تاریکی، تنها بودن، افشا شدن بوسیله وی (مرد / زن) در هراس باشد. انها ممکن هراس از حاملگی و انتانات که از طریق جنسی انتقال مییابند را تجربه نمایند یا ترس اینکه اینرا داشته باشند که دو باره در دام مهاجم بیافتند. انها ممکن از نتایج احتمالی خشونت جنسی خواه در ارتباط با دیگران، شرایط زندگی یا صحت در هراس باشند. یک بازمانده ممکن ترس اینرا داشته باشد که اگر به کسی در مورد آنچه واقع شده بگوید با عمل متقابل مرتکب یا دیگران مواجه خواهد شد. این ترس ها نگرانی های واقعی اند

میکانیزم های سازشی: تمام این ترس ها نگرانی های واقعی اند و مراقبت دهندگان باید کوشش نمایند که گام های عملی برای اطمینان از اینکه بازمانده تا حد ممکن محفوظ است بگیرند. در تمام حالات مراقبت دهندگان باید ترس های بازمانده را بر حق دانسته و انها را در جهت انکشاف راهبرد های که تدریجا در آوردن دوباره امنیت واعتماد در زندگی روزانه شان رول داشته باشد حمایت نمایند. رجعت دهی به خدمات صحی ممکن در دور ساختن ترس ها در قسمت نتایج طبی

خشونت جنسی داشته باشد. اطمینان از رازداری خطر های نتایج منفی سایر دریافت ها را در مورد آنچه واقع شده به حد اقل خواهد رسانید.

2. "اظهار: "من احساس عصبانیت و از جا پریدگی میکنم" نتایج: اضطراب

بازماندگان خشونت مبنی بر جنس اکثر اضطراب شدید را تجربه مینمایند که ممکن توسط عکس العمل های فزیک آشکار شود مانند: مشکلات در تنفس، سختی عضلات، دلبدی، کرمپ های بطنی یا سر دردی. ایشان ممکن به اسانی از جا بپرند.

میکانیزم های سازشی:

چون بازمانده با فشار اصلی و گیبی مقابله میکند بنا این عکس العمل ها گب تسهیل شده و راهبرد های مرتبط به مدیریت فشار را بکار ببرند، پیشنهاد نمودن تمرینات آرامسازی یا تشریفات مذهبی،/ و/ یا تمرینات فزیک همچنان ممکن است گب کمک در مقابله با اضطراب گردند.

3. اظهار: "من میخواهم او را بکشم من از او از هر چیز و هر کس متنفر هستم" نتایج: قهر / مخاصمه جویی

برای بیشتر مردم قهر هیجان مشکل است. از نگاه فرهنگی زنان و اطفال برای تخلیه ان تشویق نمیگردند و در اکثر حالات جابجایی میگردد تا اینکه بالای اصل شی تخلیه گردند. قهر بازماندگان بالای متجاوزین انها بیشتر از آنچه توجیه میشود است. انها ممکن روی دریافت پاسخی که بعد از شریک ساختن موضوع خود با دیگران دریافت نموده اند قهر باشند.

میکانیزم های سازشی:

این باید تشخیص داده شود که تجارب انها مسلم است، عکس العمل های قهر بازماندگان تایید شود و هیجانات مخاصمه جویانه انها لزوما هیجانات عادی استند تا به منفی. بهر حال، اگر شما با بازماندگان کار میکنید، شما به ضرورت به آگاهی در مورد اینکه شما هم میتوانید هدف این قهر باشید دارید و شما باید بازمانده را در شناسایی راه های مصوون برای تخلیه هیجانات وی رهنمایی نمایید. قهر میتواند خاطر نشان بسازد که بازمانده نمیخواهد تمام ملامتی تهاجم را بدوش خود (زن / مرد) بگذارد بل باز شناخت میکنند که مرتکبین انها مسوول هستند. این بسیار مهم است که بالای لحظاتی کار گردد که بازمانده قادر است نقش اجتماع را در ایجاد هر دو، وضعیتی که در طی ان تجاوز جنسی واقع شده و مرتکب بفهمد.

یکبار دیگر، شما میتواند برای کمک بازمانده کمک کنید تا راه های مصوون و مثبت را برای بیرون ریختن قهر و مخاصمه جویی خویش پیدا کند و انرژی و توان انها را در راه های مثبت به مصرف برسانید مانند سهم گیری در پروسه عدلی قضایی .

4. اظهار " من احساس میکنم که هیچکس را برای گفتن ندارم که مرا درک کند و مرا حمایت کند، من هیچ یک از اطرافیان دور و بر خود را درین مورد گفته نمیتوانم" نتایج: احساس بیگانگی/ انزوا

بازماندگان خشونت مبنی بر جنس اگر قادر نباشند تا تجارب خود را با دیگران شریک بسازند اکثرا احساسات بیگانگی، انزوا و نوامیدی (یاس) را تجربه مینمایند، از انجائیکه یاد نمودن خشونت درناک است اینها از بیان احساسات خود با دیگران اجتناب مینمایند. اینها هراس دارند که دیگران نتوانند انها را درک کنند، و از اسگماتیزیشن (بدنامی) و انزوا توسط دوستان و خانواده هایشان بیم دارند مگر بسیاری از بازمانده ها تجارب خود را هرگز فراموش نمیکند و ها به اشکال خوابهای ترسناک (کابوس) و عبور خاطره ها اشکار میشوند. سخن زدن در باره خشونت و ظاهر شدن بشکل عبور خاطرات و خوابهای ترسناک (کابوس) منتج به حالت ترس بدون حرف زدن که بازمانده را از شفایابی باز میدارد میگردد.

میکانیزم های سازشی:

منحیث مراقبت کننده، شما حیثیت یک شخص مورد اعتماد را دارید که بازمانده سخنان محرمانه خود را برایش میگوید. بازماندگان را از حفظ رازداری آنها اطمینان بدهید، آنها را به گروپ های حمایتی و سایر جا های مصنوعی که آنها بتوانند نگرانی های خویش را شریک بسازند و شفایابی شان آغاز گردد رجعت دهید. این بسیار مهم است که بازماندگان این فرصت را داشته باشند تا بشکل دلسوزانه و بیطرفانه شنویده شوند، این بسیار مهم است تا بازماندگان اینرا بدانند که ایشان تنها نیستند، دیوانه نیستند و ایشان میتوانند کمک را دریافت نمایند. مطمئن شوید که بازماندگان این فرصت را دارند تا نگرانی های خود را با افرادی که با ایشان احترام و همدردی دارند بخاطر احیای وقار و کمک به ایشان (زن/مرد) جهت شفایابی شریک بسازند. بازماندگان ممکن بخواهند یا نخواهند تا در موردیت خشونت مبنی بر جنس سخن بگویند- شما باید این انتخاب را زمانی که ایشانرا اطمینان میدهند که اگر آنها میخواهند میتوانند بحث کنند احترام بگذارید، و اینکه شما قابل دسترس هستید، آنها را قضاوت نخواهید کرد و معلومات مربوط آنها را محرمانه نگهداری خواهید کرد. شما همچنان باید ایشانرا کمک کنید تا تشخیص کنند که اگر کسانی دیگری در دور و بر آنها هست از آنها حمایت های هیجانی و عملی را بگیرند(خواه آنها بخواهند یا نخواهند که به آنها اعتماد نموده و سخنان محرمانه خود را به آنها بگویند).

منحیث مراقبت کننده و عضو جامعه این بسیار مهم است که جامعه را در مورد عوامل و نتایج خشونت مبنی بر جنس با تمرکز خاص روی خشونت های جنسی برای بعد اقل رسانیدن طرد شدن بازمانده توسط جامعه حساس بسازند. این بسیار مهم است که تاکید کنید که خشونت مبنی بر جنس بشمول خشونت جنسی نه تنها نتایج فردی بالای بازمانده دارد بلکه در کل جامعه را نیز متاثر میسازد

5. "من بسیار احساس نومی می کنم." ایا دوباره تحت کنترل خود خواهم آمد؟

نتایج: از دست دادن قدرت / از دست دادن کنترل

ازاینکه بازمانده در تمام اشکال خشونت مبنی بر جنس قدرت بالای ذهن و بدن خود را از دست میدهد، یکی از نقش های ابتدایی مراقبت کننده حتما باید کمک به بازمانده در قسمت باز پس گیری حس کنترل بالای خودش باشد

میکانیزم های سازشی:

از طریق توضیح پروسجر ها و گزینه ها، از طریق رعایت و حمایت برای انتخاب ایشان، یک مراقبت کننده بازمانده را یاری میکند تا حس کنترل بالای زندگی خود را دوباره بگیرد. حمایت بازمانده بجای نصیحت کردن وی یکی از مهمترین و مشکل ترین مهارت های مراقبت بازمانده گان از طریق کمک به آنها برای دریافت راه های حل برای مشکلاتی که آنها با آن مواجه اند میباشد، شما میتوانید آنها در باز پس گیری حس کنترل بر زندگی کمک کنید.

6. اظهار: "من احساس میکنم دیوانه می شوم- برای یک دقیقه هیچ احساسی ندارم اما ناگهان واقعا احساس قهر میکنم"

نتایج: تغییرات خلقی:

هیجانات بازماندگان ممکن از درد های هیجانی سخت تا کرختی مکمل نوه سان داشته باشد، آنها ممکن احساس افسردگی، بیقراری یا تهی بودن، گیجی و خشم مزاحمت کن داشته باشند. احساس عدم کنترل هیجانات ماورای چیزی که آنها هیچ کنترولی روی آن ندارند ممکن آنها را معتقد بسازد که آنها از نگاه روانشناختی نا ثابت یا دیوانه اند. در میان تمام انواع عکس العمل های سوء تفاهم شده کرختی هیجانی است - که یک پاسخ معمول در مقابل حوادث مخوف بخصوص در مراحل نخستین آن میباشد، آنها یکبار در دور و بر بازمانده قرار داند اکثرا این پاسخ را غلط تعبیر مینمایند بطور مثال این ممکن نشان دهنده این باشد که آنها وضعیت را تحت کنترل دارند، یا اینکه آنها خونسرد هستند و تقریبا اسیبی ندیده اند. یک عکس العمل کرخت ممکن مردم را وادار کند فکر کنند که بازمانده ایدا تجاوز نشده. بهرحال در واقعیت این یک نوع مکانیزمی است که بازمانده جهت سازش با تجارب مقاومت ناپذیر (پر فشار) نشان میدهد.

میکانیزم های سازشی:

منحیث مراقبت کننده، ما میتوانیم بازمانده را از طریق توضیح اینکه نوه سانات شدید خلقی منحیث یک پاسخ معمول و نارمل نگت به حوادث شدید فشار آور حمایت کنیم. همچنان باید در مورد اینکه که هر قدر که بازمانده بطریقه خوب با

این فشار سازش نموده و وضعیت را بفهمد به همان اندازه این وضعیت فروکش میکند، اطمینان داده شود. در قسمت کرختی هیجانی، این بسیار مهم است تا شناسایی گردد که کرختی یک عکس العمل نارمل بوده نه اینکه علامه ای برای تحت کنترل داشتن وضعیت غیر حقیقت بودن آن پیشامد. توضیح چنین عکس العمل ممکن باعث شناسایی و پذیرفتن آن از طرف بازمانده شود. کرختی های شدید و دوامدار ممکن علامه اختلال روانی باشد و باید یک معرف برای رجعت دهی غرض دریافت خدمات صحت روانی باشد.

7. اظهار: "من خوب هستم، من خوب خواهم بود، من به کدام کمکی ضرورت ندارم" **نتایج: انکار**

به تعقیب شوک ابتدایی تهاجم، یا یکماه بعد آن، یک بازمانده ممکن از اینکه مورد تهاجم قرار گرفته انکار کند، آنها کوشش میکنند حافظه آنچه را اتفاق افتاده در یک اقدام برای از سرگیری ثبات نادیده بگیرند.

میکانیسم های سازشی:

منحیث مراقبت کننده این بسیار مهم است که بازمانده را برای پذیرفتن آنچه واقع شده کمک نماییم، بناوی (زن/مرد) میتواند در صورتیکه ضرورت باشد کمک را پذیرا شود و پروسه شفایابی آغاز گردد. انکار همچنان یک میکانیسم قوی دفاعی است. بنا بر آن یک بازمانده هیچوقت برای اینکه آنچه را واقع شده بیان نماید یا جزییات حادثه را به تفصیل بکشانند تحت فشار قرار نگیرد!

توسط نشان دادن اینکه شما از طریق مراقبت تان میتوانید یک محیط مصوون را ایجاد کنید، طوریکه، بازماندگان بتوانند اعتماد دوباره بر قرار نموده و تا جای که احساس میکنند در خور است، مسایل خود را شریک بسازند.

این باید بخاطر باشد که خشونت مبنی بر جنس و حملات جنسی بصورت دوامدار موجود بوده و تمام انواع خشونت مبنی بر جنس، خشونت جنسی، اذیت و آزار جنسی و تجاوز تجارب تهدید کننده بوده و میتواند نتایج تخریب کننده بالای بازمانده داشته باشد

نتایج: گناه / سرزنش (خودملامتی)

بازماندگان خشونت مبنی بر جنس درشمول تهاجم جنسی ممکن احساس کنند که آنها میتوانند حادثه را اجتناب کنند اگر به طریق متفاوتی عمل میکردند. این نوع عکس العمل ها دراکثر حالات قویا به افسانه های مربوط به خشونت مبنی بر جنس که در جامعه شایع بوده و مکررا بازمانده را بجای متجاوز ملامت میکنند مربوط میباشد

رفتارها و عکس العمل های دوستان، خانواده، همسایگان و پولیس ممکن احساس خود بازمانده را که وی(زن/مرد) تقاضا نموده بود یا باید چیزی(کاری) میکرد که ازین حالت جلوگیری میشد تقویت میکند

بازمانده ممکن احساس گناه نموده که وی باعث شرمساری فامیل و خودش توسط صحبت کردن در مورد آن یا گذارش دادن آن به پولیس یا سایر جا ها شده اند. به همین نوع، اگر ایشان معتقد اند که اگر با قوت بیشتر مقاومت میکردند بازهم احساس گناه ویا تقصیر میکردند، این میتواند بطور خاص در مورد کاهلان و سو استفاده اطفال درست باشد، آنها طوری وانمود میکنند که چرا طفل مثل منحیث کاهلان (عملکرد فعلی خودشان) عمل نکرده تا به اینکه خود را بجای زمان سو استفاده یک طفل فکر کنند

میکانیسم های سازشی:

منحیث مراقبت کننده و عضو جامعه، نقش شما فراهم نمودن معلوماتی است که نشان بدهد مردان، زنان و اطفال در بسیاری حالات از خشونت مبنی بر جنس رنج برده اند و میبرند. و متخلف همیشه مقصر است نه بازمانده، چیزی که بازمانده "نمی پرسد"، در همه حالات مراقبت کننده باید تاکید کند که بازمانده نباید مقصر شناخته شود و این متخلف است که باید مسوولیت کامل جرمی را که مرتکب شده بدوش بگیرد. بهر حال، بازماندگان به درک این ضرورت دارند که ممکن پذیرش این حالت برای شان وقت گیر باشد و در حین حالیکه آنها بخاطر بی تقصیری شان اطمینان مجدد داده میشوند، به احساس گناه بازماندگان معترف باشید

اظهار: " من خود را کثیف احساس میکنم، مثلیکه با من همین حالا کار نادرستی صورت گرفته باشد. ایا شما به من گفته میتوانید که من تجاوز شده است؟ مردم چگونه فکر خواهند کرد ؟"

نتایج: شرم / خجالت:

بسیاری افرادی که از خشونت مبنی بر جندر رنج میبرند احساس شدید شرم و خجالت مینمایند. ایشان اکثراً خود را کثیف و به یک نوعی "نقطه عطف در زندگی" احساس میکنند. این عکس العمل ممکن بازماندگان را از صحبت کردن در مورد تهاجم باز دارد. فکتور های پس منظر فرهنگی مانند مسایل اجتماعی که آبرومندی زنان و نیاز برای عفت و پاکدامنی شان را احاطه نموده است میتواند این احساس را شدید تر بسازد. این عکس العمل ها بطور خاص در حالات خشونت های جنسی متضمن اینست که بازماندگان اکثراً در زندگی روزه با تبعیض و استگما زندگی کنند- و بعضی شان هم با افسانه های خشونت مبنی بر جندر ربط میابند. این همچنان میواند قضایای خانم های که از سایر اشکال خشونت های مبنی بر جندر رنج میبرند و در مراحل ابتدایی در صدد کمک نمیشوند باشد

میکانیزم های سازشی:

فراهم نمودن فرصت ها جهت ابراز و پرسش سوالات در مورد این باور ها بازماندگان را کمک خواهد کرد تا آنها مسوولیت تهاجم را به متخلفین نگت بدهند. رازداری و محرمیت بطور خاص در جهت احساس آرامش و راحتی بازماندگان در یک تسهیل مراقبت دهنده دارای اهمیت اند. تاکید بر اینکه که احساس خجالت که یک عکس العمل بسیار نارمل است میتواند بازماندگان را کمک کند که این احساس را بپذیرند و با آن کار کنند.

کمک به بازمانده در قسمت شناسایی موقعیت های که آنها در آن موقعیت ها به استگما و تبعیض مواجه میشوند و احساس شرم و خجالت شانرا تقویت مجدد مینماید و اینکه چگونه با آن موقعیت ها کار نمایند میتواند کمک کننده باشند. فراهم نمودن فرصت ها برای بازماندگان جهت کار با دیگران برای تغییر نگرش اجتماع نگت با بازماندگان میتواند در جهت کاهش شرم و قوتمندی آنها بشکل فردی و در سطوح اجتماعی کمک کننده باشد

اظهار: "من احساس میکنم که از دیگر از دست من چیزی بر نمیاید...من از خود متفر شده ام. من فقط چیز بی ارزشی هستم"

نتایج: از دست دادن اعتماد به نفس

تجارب خشونت، بازمانده را در یک حقیقت سختی قرار میدهد که هر قدر که کوشش جدی کنند نمیتوانند همیشه خود را محافظت کنند. تجاوز تنها یک تهاجم بالای جسم بازمانده نیست بلکه هیجانات، افکار و مناگات اجتماعی وی را نیز متأثر میسازد. تجربه تجاوز مسایل آسیب پذیری های زیادی را ببار میآورد که میتواند اعتماد خودی فرد را منهدم و فرضیات شخص در مورد جهان را تخریب نماید. خشونت بازماندگان را خوار و حقیر مینماید. بنا بر آن، این عجیب نیست که بازماندگان اکثراً عزت نفس پایین را تجربه مینمایند.

میکانیزم های سازشی:

برای تسهیل پروسه شفایابی، مراقبت گیرنده باید در قسمت ساخت تعریف جدید از حس اعتماد برای بازمانده تمرکز کند. این اعتماد میتواند با درک اینکه زنده ماندن از خشونت عزم و قوت باور نکردنی بوجود بیاورد آغاز شود. هر اقدامی که بازمانده رویدست بگیرد (مانند رفتن به پولیس، جستجوی کمک، شریک ساختن سرگذشت (زن/مرد)..) باید تشویق شده و بحیث قدمه ها در جهت باز گیری اعتماد و شفایابی شناسایی گردد. منحیث مراقبت کننده بسیار ضروریست تا ما توجه خود را بالای جوانب مثبت خصوصیات بازمانده، راهبرد های سازشی و دستاورد های شخصی وی متمرکز بسازیم.

اظهار: " ناگهان اهالی منطقه ما با من صحبت نمیکند - همسایه ها با من کمک کردن را پس کرده اند، و اطفال مرا در مکتب شاگردان دیگر اذیت مینمایند"

نتایج: استگما و تبعیض

استگما و تبعیض یکی از مشکلات معمول بازماندگان است که آنها تجربه مینمایند. این میتواند به اشکال مختلف از طرف همسایگان و سایر اعضای جامعه ظاهر شود که گب از نظر اندازی بازمانده میگردد. ناسزا دادن لفظی و بعضاً سو استفاده فزیک بازمانده و / یا فامیل و اطفال، و تبعیض در دسترسی به خدمات مانند صحت، تعلیمات و رفاه عامه. این

هر دو گب تشدید زجرت هیجانی بازمانده (شرم، تجرید، افسردگی و غیره) میگردد، همچنان مشکلات عملی دیگری که بالنوبه خود گب از نظر اندازی حقوق آنها برای حمایت میگردد میشود.

میکانیسم های سازشی:

این بسیار مهم است تا در قسمت انکشاف میکانیسم های سازشی بازمانده (زن/ مرد) جهت مقابله با استگما و تبعیض کمک نمود، همچنان برای دسترسی به منابع خدمات حمایت اجتماعی جایگزین (مانند شناسایی همسایگانی که حمایتی اند، شبکه اجتماعی حمایتی برای سایر بازماندگان) نیز باید کمک نمود. در صورت ممکن، اعضای کلیدی و یا رهبران جامعه را برای مبارزه با استگما و تبعیض که در مقابل بازمانده وجود دارد دخیل ساخت.

این همچنان دارای اهمیت است که در قسمت خدمات که حساس به بازماندگان است معلومات فراهم گردد و اگر این خدمات موجود نبود معلومات دقیق در مورد خدمات موجود و خطرات و سودمندی های ناشی از آن را برای بازمانده فراهم نمود. تا جای ممکن بازمانده باید در زمان دسترسی به خدمات یک شخص حمایتی را همراهی خود داشته باشد.

اظهار: "از زمان تجاوز، در خانواده من همه چیز مشکل شده است"

نتایج: مشکلات ارتباطی

بسیاری از بازماندگان مشکلات ارتباطی را منحصبت نتایج خشونت مبنی بر جندر بخصوص در حالات خشونت های جنسی تجربه مینمایند. این میتواند ریشه ای برای بسیاری فکتور های دیگر بشمول استگما در میان اعضای فامیل باشد، تغییرات در رفتار و هیجانات، مشکلات در اعضای خانواده برای درک و حمایت بازمانده، و فشار زای های ثانوی که از نتیجه خشونت ها مانند از دست دادن وظیفه و یا مشکلات صحتی باشد. بطور مثال اعضای خانواده ممکن در قسمت اینکه چگونه به خشونت جنسی پاسخ ارایه گردد موافق نباشند (مانند شوهر ممکن برای خانم خود حمایتی باشد ولی سایر اعضای کلان خانواده وی، خانمش را ملامت میداند).

میکانیسم های سازشی:

این بسیار مهم است تا برای فهمیدن منشا مشکلات در فامیل کوشش شود، با بازمانده بحث کنید و کوشش کنید تا وی را (زن/مرد) در دریافت راهبرد ها برای حل مشکل کمک نمایید. اگر شما از طریق یک عضو دیگر فامیل موضوع را میدانید و مطمئن هستید که اطلاعات دقیق است و بازمانده هم موافق است با یک عضو دیگر فامیل بحث کنید که چگونه این وضعیت آنها را متاثر میسازد و آنها چگونه بازمانده را در قسمت کار با نتایج ان حمایت نموده میتوانند.

اگر خانواده در باره وضعیت خشونت میداند، برای آنها در قسمت تاثیرات اینگونه بازمانده را چگونه حمایت نمایند معلومات فراهم کنید- از اعضای خانواده در مورد جزئیات خشونت نپرسید اما کوشش بگیرید اگر آنها خودشان جزئیاتی را در انمورد بیان نمایند.

اظهار: "چگونه من پیش بروم؟ من احساس خستگی، بیچارگی مینمایم، و دلم به هیچ چیزی اب نمیکورد"

نتایج: (احتمالا) افسردگی

بسیاری بازماندگان خشونت مبنی بر جندر از دوره های افسردگی و / ضعیفی (کاهش انرژی) شکایت مینمایند. این ممکن بشکل از دست دادن خواست برای زندگی و یا علاقه مندی در فعالیت های روزانه، از دست دادن ارزش خودی، کرحتی، از دست دادن اشتها، خواب اشفته یا شامل سایر نشانه های فزینی فشار روانی مانند خستگی یا بیحالی ظاهر گردد

میکانیسم های سازشی: منحیث حراقت کنند، شما باید کوشش کنید تا برای ابراز غم و غصه شخصی افراد کمک فراهم کنید، و قهر را واپس زنی کنید، قهر بالای مرتکب، قهر بالای بی عدالتی تهاجم، و اکثرا قهر بالای بی انصافی عکس العمل های جامعه. رها سازی غم و غصه و تمرکز بالخاصه مجدد روی قهر بازمانده را توانمند خواهد ساخت.

بازماندگانی که علایم افسردگی شدید را ابراز میدارند (مانند افکار و رفتار های خودکشی) باید به خدمات تخصصی صحت روانی ارجاع داده شوند.

اظهار: "من نمیتوانم فکر کردن در باره حمله را توقف دهم من زمانی که میخوابم (کابوس) خوابهای ترسناک میبینم".

نتایج: خوابهای ترسناک (کابوس) و عبور ذهنی (فلش بک)

خاطرات تهاجم اکثراً بدون کدام هشدار برگشت مینماید، خوابهای ترسناک (کابوس) در میان بازماندگان معمول میباشد. بعضی اوقات عبور خاطره ها در جریان روز انقدر واضح و روشن میباشد که بازماندگان احساس میکنند تجارب تهاجم دوباره در حال زنده شده است.

میکانیزم های سازشی:

منحیث مراقبت کننده، ضرور است تا برای بازمانده توضیح دهید که وی عبور خاطرات یا فلش بک دارد- او (زن) ممکن نفهمد که چه دارد واقع میشود، به بازمانده اطمینان دهید که فلش بک ناشی از خسارات روانشناختی غیر قابل برگشت و یا علامه دیوانگی نیست. آنها پاسخی را در مقابل وضعیت پیشکش مینمایند، مثل خوابهای ترسناک (کابوس) که منحیث بخشی از پروسه پیشرفت شفایابی گب کاهش آن میشود.

مادامیکه یک بازمانده در هنگام صحبت با شما دچار عبور خاطرات میشود، آنها را کمک کنید تا خونسرد باشند، آنها (زن / مرد) تشویق نمایید تا نفس های عمیق و آرام بگیرند. بازمانده (زن/ مرد) را بگویید که وی صرف بخاطر میاورد اما خشونت را تجربه نمی نماید. بازمانده را کمک کنید تا به اطراف اتاق ببیند و درک کند که چه چیز ها در آنجا قرار دارد. و برای بازمانده بار بار بگویید که او در جای مصنوعی قرار دارد و برایش معرف های را بیان کنید که هیچکس به وی ضرر نمیرساند. این یک عکس العمل نارمل است و این معنی اینرا نمیدهد که وی دارد دیوانه میشود.

از ادامه تکنیک های که شخص عکس العمل شدید را نشان میدهد یا بیان میدارد که وی قادر به ادامه آن نیست خوداری نمایید. همیشه این تکنیک را بصورت پیشرونده استفاده نمایید و قویا آنرا ارزیابی نمایید. هر زمانی که ممکن بود، نظارت یک متخصص صحت روانی را برای بکار بردن آن تکنیک جستجو نمایید

جلسه ۳.۲ – مواد درسی ۳.۲.۳: موانع فرا راه کمک. سرگذشت ملالی

مطالعه واقعه

ملالی، مادر ۲۷ ساله، بطور منظم توسط شوهرش لت و کوب میشود، بعضی اوقات شوهرش بالای وی تجاوز جنسی هم مینماید، همسایگان میدانند که چه واقع میشود، یکروز خانمی از خانه بعدی برای صحبت با ملالی آمد و کوشش نمود تا او را قانع بسازد تا کمک را جستجو نماید یا به پولیس مراجعه نماید، همسایه به ملالی گفت که وی در مورد او نگران است و میخواهد وی را کمک نماید" او (زن) از ملالی خواست تا خوش باشد" ملالی پیشنهادات همسایه را رد نموده و حتی انکار کرد که شوهرش با او بد رفتاری میکند و بسیار قهر شد. همسایه ها عکس العمل ملالی را نفهمیدند. مردم قریه در باره وی به صحبت کردن آغاز کردند. چرا ملالی نمیخواهد این حالت را توقف دهد؟ ممکن او کار های بسیار بدی کرده باشد! ممکن شوهرش برای او پول گزافی بپردازد؟ همسایه ها تماس گرفتن با ملالی را توقف دادند. و اونهمرای طفلش بیشتر تجرید شدند. و سو استفاده دوامدار شد.....

راهبرد های بقا:

اجتناب: بازمانده هر چیزی را که در توان دارد برای اجتناب از خشونت یا سو استفاده های مزید در رابطه خود (همسری) انجام میدهد. بازمانده ممکن مطیع و کاملاً فرمانبردار مرتکب شود.

همانند سازی با مرتکب: بازمانده احساس میکند که وی ممکن از خشونت زنده نماند و فرار هم نا ممکن است، او (زن) در هر حال کوشش خواهد کرد تا موافقت مرتکب را بحیث آخرین چانس برای بقای خود بگیرد. و حتی کوشش خواهد کرد تا خود را در جای مرتکب قرار بدهد، نظریات وی را اقتباس کند (بپذیرد) مثل وی فکر و احساس کند.

کهرختی: سر انجام همانند سازی انقدر قوی میشود که بازمانده از هیجانات و افکار خود بیگانه شده و افکار و سطوح نهایت بلند بی تفاوتی یا سهل انگاری نگت به زجرت های خود نشان میدهد.

هر فرد در جامعه برای کمک کردن به بازمانده چه کرده میتواند؟ کوشش کنید تا با وی (زن) شناخت بیشتر حاصل کنید ، از او اجتناب نکنید.

- از مصوونیت فزیکوی اطمینان حاصل کنید، اگر ممکن بود.
- او را قضاوت نکنید
- قصه های ویرا با دیگران در جامعه نگوئید
- مراقبت را به او نشان دهید، او را با چیز های خورد کمک نمائید
- به قصه وی گوش بدهید
- به وی نگوئید چه باید بکند، بل او را در مورد گزینه های دریافت کمک معلومات دهید
- سر انجام کوشش نمائید نگرانی ها و دلواپسی های خود را برایش توضیح دهید
- اگر او میخواست، او را برای دریافت راه حل معاونت نمائید

جلسه ۳.۳ – مواد درسی ۳.۳.۱: فهمیدن نتایج و میکانیزم های سازشی

نتایج خشونت مبنی بر جنس با تمرکز بالای خشونت های جنسی و سو استفاده بالای اطفال¹³

a. بسیاری اطفال (مخصوصا خوردسالان) در مورد اینکه سو استفاده واقع شده است چیزی نخواهند گفت. و این اکثرا از ترس مرتکب ریشه میبرد دارد که اکثرا مرتکب برایشان گفته است که سو استفاده نارمل است یا در صورتیکه انها چیزی بگویند یا عکس العملی نشان بدهند چیز های بدی واقع خواهند شد. همچنان، بعضا اطفال نمیدانند که سو استفاده غلط است.

b. بهر حال، بیشتر اطفال بعد از سو استفاده یا خشونت عکس العمل نشان خواهند داد، این عکس العمل های رفتاری ممکن نشاندهنده سو استفاده باشد. مگر زمانیکه موجودیت این شاخص ها قابل نگرانی باشند، اینها همیشه اینرا نمی رسانند که یک طفل مورد سو استفاده جنسی قرار گرفته است. خصوصا در جا های که از باعث منازعه متاثر شده اند. بسیاری اطفال ممکن عکس العمل های موقتی در مقابل فشار روانی نشان بدهند، که ممکن شباهت به عکس العمل های داشته باشد که در زیر شرح داده شده ، بنا بر ان یک ارزیابی دقیق طفل و تفصیل چگونگی رویداد ضروری میباشد.

c. در مراحل اخیر انکشاف ، زمانیکه انها فهمیدند که چه واقع شده و جنسیت اصلی خود را انکشاف دادند، بسیاری اطفال عکس العمل ها و مشکلات روانی-اجتماعی خود را منحيث پس زنی (پس لگد) سو استفاده قبلی انکشاف خواهند داد.

عکس العمل های رفتاری معمول:

موارد ذیل بعضی از نتایج بسیار معمول خشونت های جنسی را نزد اطفال نشان میدهند:

رفتار های جنسی نامتناگ:

زمانیکه اطفال مورد تهاجم جنسی قرار بگیرند احساس اینکه چه راست یا غلط است نزد انها تحریف میگردد. چیزی که انها از قبل در مورد جسم (تن) و فعالیت های جنسی اموخته اند باطل میگردد. زمانیکه یک طفل از طرف یکی از اعضای خانواده اش مورد تجاوز قرار میگیرد وی (زن/ مرد) ممکن معتقد شوند که توجه افراد دیگر را با سکسی بودن جلب خواهند کرد. اگر اطفال احساسات جنسی را تجربه کرده باشند که بین اطفالیکه مورد تهاجم جنسی قرار گرفته اند معمول باشد، اینها بیشتر احتمالا کوشش به ایجاد دوباره ان عکس العمل ها خواهند کرد. ایشان ممکن از طریق ظاهر ساختن همان عمل (اکتینگ آوت) با اطفال دیگر کوشش نمایند آنچه با ایشان واقع شده محسوس نمایند. در بعضی حالات ، دردسری که ایشان منحيث نتیجه این رفتار ایجاد نموده اند ممکن طرز دید انها را مبنی بر کثیف یا بد بودن مورد تایید شان قرار دهد. رفتار های جنسی گرایانه تا یک اندازه معین بخشی از انکشاف نارمل طفل میباشد، بهر حال ،

¹³ WHO (2003). Guidelines for medico-legal care for victims of sexual violence. p.75-92; <http://whqlibdoc.who.int/publications/2004/924154628X.pdf>

زمانیکه با تکرر زیاد و یا قبل از سن موعود نکت به انکشاف بالخاصه و زمانیکه توام با اجبار (طفل یک طفل دیگر را مجبور به دخیل ساختن در اعمال های جنسی) یا زمانیکه مترافق با زجرت هیجانی باشد واقع میشوند میتواند نشاندهنده سو استفاده جنسی باشد .

تر ساختن / کثیف ساختن:

بسیاری از اطفال جوان متعاقب خشونت های جنسی مثانه و یا امعای خویشرا ضایع مینمایند. این میتواند گب فرمایش والدین و تحقیر و خجالت شدن اطفال گردد.

تمام اطفال از زمانی تا زمانی که مریض تحت فشار یا مضطرب باشند خود را تر میسازند. اطفالیکه مورد تهاجم جنسی قرار گرفته باشند اکثرا هر شب یکبار یا بعضا بیشتر از یکبار خود را ترمینمایند. تر نمودن بستر میتواند با نتایج احساسات و یا کابوس های شبانه ارتباط داشته باشد. ترس شدید گب از دست دادن کنترل مثانه در نتیجه بیدار شدن طفل بعداز یکخواب ترسناک شده میتواند. تر ساختن بستر همچنان میتواند نتیجه احساس درماندگی باشد زمانیکه طفل احساس میکند قدرت و مالکیت بالای جسم خویشرا که توسط فرد توانمند تر دیگر استفاده میشد از دست میدهد واقع میشود.

کابوس

تمام اطفال از زمانی تا زمانی دیگر رویا های بد میبینند اما اطفالیکه تهاجم جنسی را تجربه نموده باشند اکثرا خوابهای ترسناک(کابوس) را هر شب و بعضی اوقات بیشتر از یک بار در شب دارند. انها ممکن رویا های مکرر ترساننده را که در اکثر حالات میدانند چه واقع میشود میبینند. کابوس میتواند اطفال را از یک تاریکی تا رفتار های مشکل ساز به وحشتزده گی رهنمایی کند. رویا های ایشان احتمالا بازتاب دهنده ترس ها و حس عدم کنترل انها باشد . تقاضا از انها جهت بیان نمودن رویا های شان ممکن میتواند انها کمک کند تا در باره آنچه واقع شده است صحبت کنند.

درد دوامدار (Persistent Pains)

نزد بسیاری اطفال درد ها و الام جسمی که منته فزیکي ندارند تاسس مینماید. و این درد ها اکثرا به جنبه های مختلف تهاجم (تجاوز) ارتباط دارد. بعضی اوقات اگر اطفال در وقت تهاجم درد را ترجمه نموده باشد عضویت انها این حافظه این درد را دوامدار نگه میدارد، بطور مثال، یک طفلی که بسته شده بوده بصورت دوامدار دستهایش سوزش دارد. طفل دیگر درد شدید ناحیه معده را به تعقیب دخول مهبل پیدا کرده است. یک پسر دیگر سردردی گنگ پیدا کرده است زیرا وی احساس میکند که نتوانسته مهاجم را از روی سرش دور کند. اطفال ممکن فکر کنند که چیزی در داخل بدن شان شکسته است. درد های مکرر هم راه دیگری است که اطفال بخاطر دریافت محبت اضافی را که در آن لحظه به ان ضرورت دارند بدست آورند. بعضی اوقات هیجانات خود را بشکل دریافت های فزیکي نزد اطفال ظاهر میسازند چون اطفال توانایی این را ندارند که انرا در کلمات قرار بدهند.

چسپندگی Clinginess:

اطفالیکه قبلا مسقل بوده اند بعد از تهاجم جنسی اکثرا به والدین یا مراقبین خود بسیار چگندگی پیدا میکنند . این یکنوع ارتباط واقعی است که انها ضرورت دارند دوباره از جانب والدین یا مراقبین خود مطمئن شوند که انها دوست داشتنی و مصوون هستند . اطفال کوشش میکنند تا احساس مصوونیت و اعتماد را از طریق روابط نزدیک با کاهلان دوباره بسازند. ایشان کوشش میکنند که احساس تماس خوب را توسط در اغوش گرفتن و مهربانی مبرم دوباره پس بگیرند. در ماهیت انها کوشش میکنند زخمهای خود را التیام ببخشند. تقاضا های ثابت فزیکي و شفاهی میتواند برای والدین مشکل باشد اما میتواند توسط شناسایی آنچه اطفال ضرورت دارند و روی ان محدودیت میگذارند که چه وقت و چگونه انها بدست ایند تعدیل شوند. صحبت نمودن در مورد ترس اطفال میتواند چگندگی انها را کاهش دهد.

پرخاشگری Aggression:

تصور میشود پرخاشگری در اطفال به تعقیب تهاجم جنسی ارتباط به ترس و خشم انها داشته باشد. این میتواند یک ارتباط مستقیم که بیانگر: "من هرگز کاری نخواهم کرد که مورد اذیت و ازار قرار گیرم" خشم یک پاسخ نارمل بوده و ممکن بخشی از پروسه شفایابی در هر حادثه مخوف باشد. این ضرورت است تا خشم به یک طریق مصون و سازنده توام با محدودیت های جریحه دار ساختن خود یا دیگران اظهار شود. برای چنین کردن، خشم باید توسط اطفال و کاهلان

برسمیت شناخته شده و تصدیق گردد. یک طفل نیاز دارد تا بداند چگونه خشم خود را بطرز قابل قبول کنترل یا اظهار کند.

کاهلان میتوانند اطفال را در قسمت یادگیری مهارتهای کنترل و مدیریت خشم شان بدون پرخاشگری کمک نمایند. پرخاشگری اطفال گب مشکلات بیشتر میگردد چرا که پرخاشگری آنها را مانع میشود افراد دیگر تا ضروریات اطفال را بفهمند و ببینند. خشم از ترس و از نیاز برای محافظت مزید خود از اذیت و آزار منشه میگردد. این میتواند در پسرنیکه خود را بدلیل عدم مجادله با مهاجم ضعیف میدانند مشهود باشد. بعضی اوقات ایشان میتوانند خودشان را از طریق اذیت و آزار سایر اطفال و یا حیوانات بیشتر قدرتمند احساس کنند.

همچنان پرخاشگر بودن میتواند گب سرزنش اطفال نزد خودشان شده و به این ترتیب عزت نفس پایین خود شان را مستحکم تر سازند بخاطریکه ایشان رفیق و دوست ندارند و همیشه به تکلیف و زحمت میباشند.

سایر نتایج خشونت مبنی بر جنس نزد اطفال:

نتایج خشونت مبنی جنس نزد اطفال میتواند حلقه وسیعی را احتوا کرده و مختلف باشد. سایر نتایج شامل از سرگیری رفتار های مراحل قبلی انکشاف یا توقف انکشاف مراحل کگی بعدی (مانند اطفالیکه آموزش تشناب رفتن را فرا گرفته اند ممکن دو باره خود را تر کنند) گوشه گیری از خانواده و یا دوستان، مشکلات تمرکز در مکتب، فقدان علاقه در فعالیت های روزانه، ترس شدید از اجانب، و رفتار های خطرناک، و تغییر در باور ها و ارزش ها(مخصوصا در میان نو جوانان) .

تأثیرات ثانوی مانند انزوای اجتماعی و استگماتیزیشن، ناکام ماندن در مکتب، و نداشتن فرصت های شغلی و ازدواج، میتواند اسبب اولی خشونت مبنی بر جنس را مغلق تر کرده و انکشاف آنها را در طولانی مدت به تحلیل ببرد.

اگر این وضعیت مورد رسیدگی قرار نگیرد و یا برای مدت طولانی ادامه پیدا کرد، این حالت انکشاف هیجانی، اجتماعی و شناختی طفل را به خطر مواجه ساخته و گب تخریب ان میگردد

میکانیزم های سازشی اطفال (مواد درسی ۳.۲.۲) را نیز ببینید)

همانند کاهلان فکتور های مختلف بالای سازش، مقومت و شفایابی اطفال تاثیر دارند.

ظرفیت های انفرادی اطفال:

بصورت عموم اطفال تعداد وسیعی از منابع را برای تطابق و تغییر تجارب بعد از حالات مشکل و پر فشار در اختیار دارند، در حقیقت اطفال بصورت عموم مقاومت عظیم نشان داده و ظرفیت پس جستن را دارند

سه جوانب بهبودی بالای قابلیت اطفال غرض تطابق و سازش تاثیر دارند¹⁴:

- 0 دانش و مهارت: شامل مهارتهای زندگی و حرفوی میگردد، استفاده از میکانیزم های سازشی بالخاصه و قابلیت برای پروسس نمودن معلومات به ارتباط دسترسی به منابع
- 0 بهبودی هیجانی: به احساس اسایش خاطر، اعتماد، اعتماد به نفس و امیدواری برای آینده فرد نگت داده میشود. بهبودی معنوی تمام این فکتور ها را تحت تاثیر خود قرار خواهد داد، این ممکن راهی برای حس ساختن یک نظم در جهان وی باشد و یک معنی برای تجارب وی فراهم کند.
- 0 بهبودی اجتماعی: عبارت از قابلیت برای شکل دادن و تمدید روابط مثبت با مراقبت دهندگان، همتا ها و کاهلان مورد پسند که کارکرد های سالم را تشویق میکنند باشد. این قابلیت به انهاییکه نقش بالخاصه اجتماعی و شناختی از خود در جامعه دارند نیز نسبت داده میشود

حمایت فامیلی و اجتماعی:

اطفال بخاطر حس حراست و مقابله با تاثیرات خشونت های جنسی بیشتر از کاهلان به حمایتهای والدین، همشیره ها، خانواده های توسعه یافته و دوستان خود ضرورت دارند. وابستگی به مراقبت دهندگان با ثبات و حمایتی دیوار بنیادی محکمی برای انکشاف سالم بشمول انکشاف میکانیزم های سازشی آنها است. یک محیط مصوون خانوادگی – که هیچ یک از اعضای خانواده در جرم سو استفاده دست نداشته باشد- طفل- بازمانده را کمک خواهد کرد با افکار و هیجانات خود سرگرمانه مقابله نماید و از خشونت شفایاب گردد

¹⁴ UNICEF, Psychosocial support of children in emergencies, field version 2007. p. 9

جامعه، فرهنگ و مذهب:

فکتور های مربوط به جامعه، فرهنگ و مذهب نیز بالای مقابله، مقاومت و شفایابی اطفال تاثیر خواهد داشت، ارزش ها و معیارات، نگرش ها ممکن طفل را در مقابل اسباب های بیشتر محافظت نموده و آنها در شفایابی شان کمک نماید. مذهب و تشریفات عنعنوی مانند تشریفات و آیین های شفا دادن و عقیف کردن نیز میتواند شفایابی را ارتقا ببخشد.

این بیار مهم است تا باور های محلی را در مورد نتایج جسمانی و اخلاقی خشونت علیه اطفال بشمول عکس العمل های بالخاصه فرهنگی در ارتباط به کمک با اطفال را بدانیم بطور مثال: آیا قربانیان طفل باور دارند که در اخیر آنها هم جنس گرایان اطفال (بچه باز) خواهند شد؟ توقع اطفال از عکس العمل با خشونت چگونه است؟ و اگر آنها با شیوه متفاوت عکس العمل نشان دادند باز چه؟ درمان ها و راه های محلی که مردم جهت بر گردان تاثیرات خشونت علیه اطفال به ان باور دارند چه هستند؟

چند مثالهای محدود:

- 0 اطفال ممکن جهت مقابله با تاثیرات خشونت های جنسی بشکل انفرادی یا گروهی به بازی یا رسامی و غیره بپردازند (ظرفیت های انفرادی)
- 0 تعامل با والدین یا سایر مراقبین ممکن به اطفال اطمینان مجدد و مصونیت را پیشکش نماید که ممکن آنها را در مقابله با تاثیرات خشونت های جنسی کمک نماید. (حمایت های فامیلی و اجتماعی)
- 0 فعالیت های جامعه (مکتب، ورزش، سرگرمی) میتواند یک اجماعی را فراهم کند تا طفل هیجانات خود را برای دریافت مصونیت و باز پس گیری اعتماد به نفس بعد از خشونت جنسی اظهار بدارد (جامعه، فرهنگ و مذهب)
- 0 تطهیر و عقیف سازی توسط تشریفات عنعنوی ممکن اطفال و خانواده های آنها را برای آغاز پروسه شفایابی و/یا قریب شدن بهم بعد از خشونت کمک نماید (جامعه، فرهنگ و مذهب)

به مواد درسی ۳.۳.۲ نیز رجوع نمایید

روش های ممکن برای حمایت اطفال¹⁵

پیشنهاد مصونیت:

- a. طفل را محافظت نمایید. موقعیت های را که برای اطفال خطرناک اند محدود بسازید. با مراقبین اطفال جهت کاهش خطر اینکه طفل به خشونت های مزید مواجه شود کار کنید، برای اطفال معلومات دقیق و اطمینان مجدد در باره مصونیت وی را بطریقی که مرتبط به سن وی باشد فراهم کنید
- b. در صورتیکه خطر و یا ترس مربوط به وقوع مجدد سو استفاده نزد طفل (دختر /پسر) موجود باشد یک برنامه حفاظتی همراهی طفل بسازید، جاهای را که طفل از انجا هراس دارد یا ممکن به انجا ها برود با اعضای خانواده، دوستان و یا همسایه ها شناسایی کنید. اگر طفل تقاضا دارد نمبر های حوزه های پولیس محلی را به آنها بدهید. تاکید کنید که اطفال (دختر / پسر) میتوانند به کسانی که آنها را نا خواسته تماس میکنند نه بگویند
- c. طفل را از زحمت و پریشانی های مزید حفاظت نمایید، از کوتاه ساختن یا قطع فعالیت هاییکه اطفال را ناخوش میسازد یا آنها را فرصت میدهد که از بعضی فعالیت ها خارج شوند دریغ نورزید، اطمینان حاصل کنید کسی که طفل را میشناسد بصورت منفرد ملاقات کنید تا دلایل انرا بدانید. تا وقتیکه ضرور نباشد از طفل سوالات شخصی و حساس پرسان نکنید، و اگر ضرور بود از فردی که طرف اعتماد طفل باشد بصورت شخصی بپرسید
- d. یک طرح نمونوی روزانه، قابل پیش بینی و سازگار برای طفل بسازید و مطمئن شوید که طفل طرح را میفهمد: ازین طریق شما نشا میدهید که مراقبین طفل در کنترل شما میباشد
- e. اطفال را در انتخاب فعالیت های روزانه مطابق سن و سطح انکشاف شان شانس بدهید تا به نحوی احساس کنترل بالای فعالیت های روزانه داشته باشند، درست مانند کاهلان اطفال بازمانده خشونت نیز وضعیت های را تجربه نموده اند که ضمن ان کاملاً در کنترل خود نبوده اند. کنترل آنها را مطابق سن

¹⁵ Partly drawn from: Macksoud M. (1993) Helping children cope with the stresses of war. UNICEF, New York. V. Patel (2003). Where there is no psychiatrist. Gaskell, London. p. 170 – 175.

و سطح انکشاف شان دوباره برگذارید که میتواند این احساس را به آنها بدهد که خود را دوباره مصوون و مطمئن احساس کنند.

f. آنها را اطمینان مجدد دهید که با مراقبین خود متصل باشند. اگر شما جای میروید از قبل با طفل انرا در بگذارید. کوشش کنید اطفال را همیشه با کسانی بگذارید که که وی (دختر/پسر) خوب میشناسند.

پیشکش نمودن امکانات برای اظهار نگرانی ها، احساسات و افکار :

- a) برای اطفال در یک محیط مصوون فرصت بدهید تا نگرانی ها، احساسات و افکارش را اظهار بدارد، با اطفال در یک مکان آرام صحبت نمایید، اعتماد سازی کنید، به اطفال اجازه بدهید تا در مورد آنچه در ذهن شان میگردد از طریق صحبت نمودن، رسامی یا بازی (سرگرمی) احساسات خود را بیان نمایند، به اطفال شانس بدهید تا مورد کابوس ها و عبور های ذهنی (فلش بک) های خویش صحبت نمایند، برای اطفال خورد تر استفاده از گدی گک ها و عروسک ها میتواند انها را در اظهار نگرانی هایشان بطریق مصوونی کمک نمایند
- b) اطفال را برای صحبت نمودن در مورد اینکه بالای شان چه واقع شده فشار ندهید، بهر حال، اگر شما بطریق قابل اعتمادی با طفل ارتباط پیشرونده دارید بگذارید بدانند که این درست است که آنها هر چه را که میخواهند برای شما بگویند اما شما انها را قضاوت نخواهید کرد، و همچنان تا وقتی که خود شان به گفتن ان با دیگران موافقت ننموده اند شما ان معلومات ها را محرمانه نگهداری خواهید کرد
- c) کوشش کنید اطفال را در قسمت یادگیری مهارتهای مقابله با مشکلات شان کمک کنید، انها را در شناسایی نگرانی های کلیدی و کاوش راه های مثبت جهت مقابله با این معضلات حمایت نمایید.
- d) اطفال را در قسمت دخیل ساختن دوباره شان به فعالیت های روز مره و ارتباطات اجتماعی بخاطر برحالی اعتماد شان کمک کنید، کمک کنید تا روابط شان با دیگران دوباره بر قرار گردد، احساس مصوونیت شان خصوصا نزد اطفال بزرگتر تامین شود تا حس هدفمندی و امید در زندگی شان دوباره بر قرار گردد.

پیشکش نمودن حمایت:

- a) کمک نمایید اطفال در مورد خود (دختر/پسر) مثبت فکر نمایند. به طفل پیام های اطمینانیه مجدد و واضح بدهید: این اشتباه شما نبوده است، شما بسیار شجاع هستید، این درست است که احساس ترس کنید، این خوب است که شما در مورد ان صحبت نمودید، اکنون ما وشما اطمینان حاصل میکنیم/ تمام تلاش خود را بخرج میدهم تا بار دیگر سو استفاده تکرار نگردد، اگر سو استفاده مستقیما توسط یکی از اعضای خانواده تحمل شده بود ما به ان فرد حمایت پیشنهاد میکنیم و اگر قضیه چنین بود در مورد احساسات طفل همیشه در مورد افشای وضعیت با احتیاط باشید.
- b) اگر یک طفل رفتار های نامتناسب نشان داد، خونسردانه کوشش نمایید تا به اطفال توضیح نمایید چرا این حالت ممکن رخ داده و ما برای توقف ان چه کرده میتوانیم. لسانی را استفاده کنید که به سطح انکشاف طفل تطابق بتواند. بطور مثال: (بعد از تر نمودن بستر) این میتواند برای هر کس واقع شود، بیا که شما را خشک و دوباره به بستر بر گردانیم، ایا چیزی انجا بود که شما را از رده و اشفته میسازد؟
- c) با طفل عواطف گرم نشان دهید اما اطمینان حاصل کنید که طفل با ان احساس راحتی کند.

بعضی نکنید ها:

- بالای اطفال فشار وارد نکنید تادر باره حادثه یا حالت خشونت یا درباره خواب های وحشتناک ، عبور خاطرات یا احساسات برای شما قصه کند.
- اطفال را بخاطر رویه بدشان جزا ندهید (مانند تر نمودن جای خواب ، تمایلات جنسی و رفتار پر خاشگرا نه و غیره).
- به اطفال چیزیکه درست نباشد نگوئید؛
- اطفال را نه لمس کنید و نه در آغوش بگیرید اگر آنها نمی خواهند، تماس فیزیکی و نزدیک شدن برای اطفال قربانی شده اکثرا با پریشانی ، درد ، ترس و ترک همراه می باشد؛
- اطفال را در باره گفتن حادثه به اعضای فامیل ، همشیره ها و غیره نا آرام نکنید؛
- بازماندگان طفل نیاز دارند تا توانایی اعتماد به کسانی را که در دور بر شان قرار دارند داشته باشند و چیزی را که درست نباشد به آنها نگوئیم اگرچه ان چیز انها در کوتاه مدت احساس بهتری به انها بدهند ، اما توانایی انها را برای اعتماد دیگران صدمه میزند.



وزارت صحت عامه
ریاست عمومی پالیسی و پلان
ریاست جندر

مادیول چهارم: مفاهمه و مهارت های بازمانده محور

فهرست مطالب

بخش چهارم: مهارت های بازمانده محور	1
رهنمای تسهیل کننده	1
هدف:	1
اهداف خاص:	1
بخش چارم در یک نگاه:	2
مواددرسی	2
زمان	2
جلسه	2
بخش ۱: انکشاف مهارتها و مشق نمودن ان	2
مواددرسی: ۱.۲.۴	2
۷۵ دقیقه	2
جلسه ۱.۴ معرفی مهارت های بازمانده محور	2
مواددرسی ۱.۲.۴: رازداری، داشتن حق انتخاب و رضایت	2
۱.۵ ساعت	2
جلسه ۲.۴: رازداری، حق انتخاب و داشتن رضایت	2
مواددرسی ۳.۲.۴	2
۳ ساعت ۵ دقیقه	2
جلسه ۳.۴: مهارت های مفاهمه و استفاده از ان: چگونه گوش بدهیم و چگونه سوال نماییم	2
بخش ۲: مشق و تمرین توسط کارمندان مراقبت های صحی	2
مواددرسی ۴.۴	2
۲ ساعت	2
جلسه ۴.۴: بکارگیری مهارت های بازمانده محور در مراقبتهای صحی	2
بخش اول: انکشاف مهارت ها و استفاده از ان	3
جلسه ۱.۴: معرفی مهارت های بازمانده محور	3
اهداف:	3
فعاليتها	3
امادگيها: /	3
مواددرسی	3
موادتدریس: /	3
۱.۲. ۴ بحث: مهارت های متمرکز بر بازمانده چیست؟	4
جلسه ۲.۴: رازداری، حق انتخاب و رضایت دادن	5

5	اهداف
5	فعاليتها:
5	امادگيا:
5	مواددرسی
5	مواددرسی: /
7	آمادگيا:
7	مواددرسی
7	مواد ممد:
7	تمرین ۳.۳.۴ یکدانه کلاه
7	۳.۴. ۱ تمرین: معرفی گوش دادن فعال:
8	۳.۳.۴. لکچر : تکنیک های گوش دادن فعال و سوال پرسیدن
10	۳.۴. ۲ تمرین: مشق نمودن مهارت های بکار اندازی
12	بخش ۲: مشق کارمندان مسلکی مراقبت های صحی
12	۳.۴. ۴ تمرین: مشق ارتباطات بازمانده محور، مراقبت های صحی
13	مادیول ۴ : ارتباط و مهارت های بازمانده محور
13	رهنمای شاگرد
15	جلسه ۴.۲ - مواددرسی ۴.۲.۱ : رازداری، حق برای انتخاب و رضایت
15	رازداری :
16	استثنائات ممکنه
16	•مظنونیت به سو استفاده یا غفلت اطفال
16	•شرایط اضطراری تهدید کننده حیات
17	رضایت - پخش معلومات
17	عناصر رضایت آگانه:
17	حق برای انتخاب:
18	ملاحظات اخلاقی و ایمنی:
18	جلسه ۲.۴ - مواددرسی ۲.۲.۴ : درست یا غلط؟
20	جلسه ۴.۳ - مواد درسی ۴.۳.۳. تکنیک های گوش دادن فعال و نهی کننده های شنیدن
20	تکنیک های گوش دادن فعال:
22	موانع فرا راه گوش دادن:
22	جلسه ۳.۴ - مواد درسی ۵.۳.۴ : ارتباطات کنید و نکنیدها
24	ملاحظات اساسی را در قسمت گوش دادن فعال بخاطر داشته باشید:
24	بخش دوم: مشق و تمرین کارمندان مراقبتهای صحی
24	جلسه ۴.۴ - مشق و تمرین مهارتهای ارتباطی بازمانده محور

بخش چهارم: مهارت های بازمانده محور

رهنمای تسهیل کننده

هدف:

هدف این بخش کمک برای اشتراک کنندگان است تا اصول اساسی مفاهمه را دانسته و انرا مشق و تمرین نمایند تا زمانیکه آنها با بر ملا سازی یک واقعه خشونت مبنی بر چند در زمینه های مختلف مسلکی مواجه میشوند انر بکار ببرند. عرضه کنندگان مراقبت های صحی این فرصت را نیز دارند که مهارت های خویش را درین زمینه بیشتر انکشاف دهند

اهداف خاص:

در خاتمه این بخش اشتراک کننده قادر خواهند بود تا:

- اهمیت مهارت های بازمانده محور را بدانند
 - دانستن اهمیت راز داری، گرفتن رضایت آگاهانه و رعایت حق انتخاب بازمانده ، دانستن اینکه چگونه این مهارت ها را زمانیکه با یک بازمانده مفاهمه مینمایند در عمل پیاده نمایند
 - دانستن اهمیت نگرش غیر ملامت کننده هنگام کار با یک بازمانده
 - دانستن تفاوت آگاهی رسانی و اندرز
 - بکار گیری و سر و کار با مهارت های اساسی مفاهمه مانند مهارت های گوش دادن فعال و تکنیک های سوال پرسشی در ملاقات های مسلکی خود شان
- زمان تخمینی: 8 ساعت

بخش چهارم در یک نگاه:

جلسه	زمان	مواد درسی
بخش ۱ : انکشاف مهارتها و مشق نمودن ان		
جلسه ۱.۴ معرفی مهارت های بازمانده محور ۱۱.۴ . تمرین: کار با بازمانده و گرفتن اطلاعات ۱.۴.۲ . بحث: مهارت های بازمانده محور چیست	۷۵ دقیقه	مواد درسی: ۱.۲.۴ مهارت های بازمانده محور
جلسه ۲.۴: رازداری، حق انتخاب و داشتن رضایت ۱.۲.۴ تمرین: درست یا غلط؟	۱.۵ ساعت	مواد درسی: ۱.۲.۴ : رازداری، داشتن حق انتخاب و رضایت
جلسه ۳.۴. مهارتهای مفاهمه و استفاده از ان: چگونه گوش بدهیم و چگونه سوال نماییم ۱.۳.۴ تمرین: معرفی گوش دادن فعال ۲.۳.۵ تمرین : با یا بدون کلاه ۳.۳.۴ لکچر: تکنیکهای گوش دادن فعال و سوال پرسیدن ۴.۳.۴ تمرین : بکار گیری مهارتهای پیشنهادی ۵.۳.۴ تمرین: ارتباطات کنید و نکنید	۳ ساعت ۱۵ دقیقه	مواد درسی: ۳.۲.۴ تکنیک های گوش دادن و گوش دادن فعال مواد درسی ۴.۳.۵ ارتباطات کنید و نکنید
بخش ۲ : مشق و تمرین توسط کارمندان مراقبت های صحی		
جلسه ۴.۴: بکارگیری مهارتهای بازمانده محور در مراقبت های صحی	۲ ساعت	مواد درسی: ۴.۴ نمایشنامه مراقبت های صحی

۱. قسما از پروتوکول تداوی خشونت مبنی بر جندر در مراقبت های صحی افغانستان و کتب دستی وزارت صحت عامه و سازمان صحی جهان تطابق یافته. افغانستان 2015

بخش اول: انکشاف مهارتها و استفاده از ان

جلسه ۱.۴ : معرفی مهارتهای بازمانده محور
اهداف: دانستن اهمیت کاربرد مهارتهای بازمانده محور زمانیکه با بازمانده خشونت مبنی بر جنس کار میکنید و بطور خاص وقتیکه وی اطلاعات خویش را بشما فاش میسازد
فعالیت ها ۱.۱.۴ تمرین: کار با بازمانده گان و دریافت معلومات سری انها ۲.۱.۴ بحث: مهارتهای بازمانده محور چیست؟
امادگی ها:
مواد درسی مواد درسی داشته ۲.۱.۴ : مهارت های بازمانده محور
مواد تدریس:

۱.۱.۴ : تمرین: کار با بازمانده و دریافت اطلاعات

مواد ممد: فلپ چارت و مارکر :/ امادگی ها: مواد درسی : اندازه گروپ: تمام گروپ زمان : ۴۵ دقیقه
--

- برای چند دقیقه از اشتراک کنندگان تقاضا نماید تا در باره تجارب خود شان در مورد کار با بازمانده خشونت مبنی بر جنس فکر نمایند
 - ایا شما هرگز اطلاعات سری بازمانده را دریافت نموده اید ؟ چه پاسخی به ان دادید؟ چه کردید؟
 - در مورد مشکلی که حین کار/ صحبت با بازمانده به ان مواجه شده اید فکر نموده و از تجارب شخص خود بگوید که چه چیزی انرا سخت یا مشکل مینمود؟
- از اشتراک کنندگان تقاضا نمایید تا بعضی از پاسخ ها و عکس العمل ها و همچنان چیز های که انها مشکل یافتند را بنویسند:
 - برای مثال: " من کوشش کردم تا گوش بدهم،" من نمیدانستم چه بگویم، من خود را ناراحت احساس میکردم ،"من به وی گفتم که چه باید کرد،" من میخواستم کمک کنم اما نمیدانستم چطور..."
- از اشتراک کنندگان تقاضا نمایید تا دور اتاق قدم بزنند، بعد از 30 ثانیه، از انها تقاضا کنید تا در مقابل یک نفر ایستاده شده و با ان شخص بعضی از پاسخ های خویش را که تحریر نموده شریک نمایند. و طرف مقابل میتواند از انها بعضی سوال ها کند تا جوابات واضح و روشن شوند و یا دریافت نمایند که چه چیز ها حین کار یا مصاحبه با بازمانده مشکل یا سخت مینمود. ایشان میتوانند 10-15 وقت را برای اجرای این تمرین بگیرند.
- بحث فعالیت: اشتراک کنندگان را به شریک ساختن بعضی از تجارب، عکس العمل ها و پاسخ های که انها با طرف مقابل حین تمرین بحث نمودند دعوت نمایید، بحث را نتیجه گیری نمایید، لیستی از پاسخ ها را در فلپ چارت تحریر نمایید، انها را تحت پاسخ های بازمانده محور، و مشکلات ان گروپ بندی نمایید. در ستون دوم (مشکلات) شما میتوانید عکس العمل ها و پاسخ هایرا که مثبت و مفید تلقی شده انداما نگرش بازمانده محور را منعکس نمیسازند (مثلا اندرز یا پند دادن) را نیز شامل بسازید

5. اختیاری: شما می‌توانید از اشتراک کنندگان تقاضا نمایید تا بگویند که چه چیزهای شریک ساختن تجارب آنها را زمانیکه با همکار دیگر خود انرا شریک می‌ساختند اسان و یا مشکل مینمود، پاسخ های را که با مهارت های بازمانده محور همگام میباشند نشانی نمایید

- بطور مثال: "همکار من نشان داد که گویا گوش میداد" و او سوالات درست مطرح کرد (کدام سوالات) " یا " این بسیار مشکل بود تا مسایل را با کسی شریک بسازم من واقعا اینرا نمیدانیم، " من خود را راحت احساس نکردم (چرا) "؟

۷. خوب است دانسته شود!

- برای اشتراک کنندگان اساسات رهنمودی / اصول اساسی را یاد آوری نمایید:
- ایشان هیچوقت هویت بازمانده را به سایر اشتراک کنندگان اشکار نمیسازند
- ایشان تنها در مورد مسایلی صحبت مینمایند که بازمانده به گفتن ان خود را راحت احساس مینماید و هرگز باید احساس نکنند که بخاطر تجاربی که نمیخواهند اظهار کنند مجبور ساخته میشوند
- اشتراک کننده یا اشتراک کنندگان که تجربه کار با بازمانده را هیچ گاه به اظهارات یک بازمانده مواجه نشده اند میتوانند روی تجارب خویش در قسمت کار همراهی قربانیان سایر حوادث نهایت غم انگیز متأثر از منازعه و وضعیت های مغلق تمرکز نمایند. این همچنان مهم است که بحث تمام اعضا بالای کار با بازماندگان خشونت مبنی بر جنس متمرکز میباشند.
- قدمه پنجم اختیاری میباشند.

۴. ۱.۲. بحث: مهارت های متمرکز بر بازمانده چیست؟

مواد مد: فلپ چارت و مارکر

آمادگی ها: /

مواد درسی ۲.۱.۴: مهارتهای بازمانده محور

اندازه گروه: تمام گروه

زمان: ۳۰ دقیقه

1. بحث را توسط فلپ چارت تمرین قبلی آغاز نمایید. به ردیف نخست پاسخ ها رفته و توضیح نمایید که اینها همه پاسخ های بازمانده محور هستند که مهارتهای بازمانده محور را بازتاب میدهند
 - از اشتراک کننده بخواهید فکر کنند که چرا به این مهارتها بازمانده محور خطاب میکنند
 - چرا استفاده از مهارتهای بازمانده محور برای بازماندگان مهم استحرف های کلیدی را روی فلپ چارت بنویسید

2. مواد درسی دستی ۲.۱.۴ را توزیع و مهارتها را تشریح کنید و از اشتراک کننده تقاض نمایید مثال بدهند. مهارتهای بازمانده محور و اساسات رهنمودی را همانطوریکه در مادیول ۳ ذکر شده بهم ربط دهید

(به مواد دست داشته درسی ۲.۱.۴ نگاه کنید)

3. تفاوت میان آگاه نمودن اندرز دادن را واضح بسازید (به مواد دست داشته درسی ۲.۴.۱ نگاه کنید)
4. توضیح نمایید که در جلسه بعدی، در مورد چگونگی استفاده از مهارتهای بازمانده محور مشق و تمرین نموده و بیشتر خواهیم اموخت

خوب است دانسته شود

برای معلوماتپس زمینه بیشتر در مورد مهارتهای فراهم نمودن حمایت برای افراد در حالات اضطراری مختلط ، بخش صحت روانی و مشاوره روانی-اجتماعی رهنمود IASC را چک نمایید بطور مثال صفحه ۱۱۹ (فراهم نمودن کمک های اولیه روانی. در <http://www.humanitarianinfo.org/iasc/content/products/default.as>

جلسه ۲.۴: رازداری، حق انتخاب و رضایت دادن
اهداف دانشتن اهمیت رازداری، حصول رضایت آگاهانه و حق بازمانده برای انتخاب، منحیث عناصر مرکزی نگرش بازمانده محور دانشتن نحوه بکارگیری این مهارتها در کار های روزمره زمانیکه با یک بازمانده مصاحبه مینماییم
فعالیتها: ۱.۲.۴ لکچر: رازداری، حق برای انتخاب و رضایت دادن ۲.۲.۴ تمرین: درست یا غلط
امادگی ها:
مواد درسی مواد درسی دست داشته ۱.۲.۴ راز داری، حق انتخاب و رضایت دادن مواد درسی ۲.۲.۴ درست یا غلط؟
مواد درسی: /

۱.۲.۴: لکچر: رازداری، حق انتخاب و رضایت دادن

مواد ممد: فلپچارت و مارکر
امادگی ها: /
مواد درسی: / رازداری، حق انتخاب و رضایت دادن
اندازه گروپ: تمام گروپ
زمان: ۱ ساعت

1. توضیح دهید که شما بیشتر در مورد رازداری، حق برای انتخاب و رضایت دادن صحبت خواهید کرد اینها سه عنصر عمده مهارتهای بازمانده محور میباشند که در عین حال ارتباط نزدیکی باهم دارند
2. مفهوم رازداری را با اشتراک کنندگان دوباره تکرار نمایید. از اشتراک کنندگان بپرسید چرا آنها فکر میکنند که در زمان کار با یک بازمانده رازداری بسیار مهم است؟ جواب ارایه بدارید (مواد دستی درسی ۱.۲.۴ را ببینید)
3. مطمئن شوید که شما موارد زیر را برجسته ساخته اید:

- سلامت و امنیت قربانی (یا اعضای فامیل و همراهان وی)
 - رعایت احترام قربانی
 - 4. از اشتراک کنندگان بپرسید که رازداری در زمینه نگرش های بازمانده محور چه معنی میدهد. سوال ایجاد کنید. و مواد درسی دستی ۱.۲.۴ را دیده توضیح دهید
 - 5. استثنائات رازداری را برجسته بسازید (مواد درسی دستی ۱.۲.۴ را ببینید)
 - 6. بپرسید رازداری چه معنی میدهد. جواب بدهید. مفهوم رضایت آگاهانه را توضیح بدهید (مواد درسی دستی ۱.۲.۴ را ببینید)
 - 7. حق برای رضایت دادن و انتخاب را بهم ارتباط دهید. حق انتخاب را توضیح بدهید (مواد درسی دستی ۱.۲.۴ را ببینید)
- خوب است دانسته شود:**

بر جسته سارید جاهایکه اطفال مورد نگرانی باشند، قدم های احتیاطی اضافی برای رضایت آگاهانه باید گرفته شوند.

1. مطمئن بسازید شما مرتبط بودن رازداری، رضایت آگانه و حق انتخاب را منحیث بخشی از مهارتهای بازمانده محور واضحا برجسته ساخته اید (مواد درسی دستی ۱.۲.۴ را ببینید)

۲.۲.۴ : تمرین درست یا غلط؟

مواد ممد: فلپچارت و مارکر
امادگی ها: /
مواد درسی: / درست یا غلط؟
اندازه گروپ: تمام گروپ
زمان: ۳۰ دقیقه

1. توضیح دهید که شما تمرین کوتاهی را در رابطه به روشن ساختن مفهوم رازداری، رضایت آگانه و حق برای انتخاب منحیث بخشی از مهارتهای بازمانده محور اجرا خواهید نمود
2. ابیانات مواد دستی درسی شماره ۲.۲.۴ را بخوانش گرفته و بعد از خواندن هر بیان اشتراک کننده در باره ان فکر نموده و خاطر نشان سازند که این بیانات درست اند یا غلط.
 - اشتراک کننده یا اشتراک کنندگان که فکر میکنند درس است کف بزنند
 - اشتراک کننده یا اشتراک کنندگان که فکر میکنند نادرست است بصدای بلند بگویند
3. به درست است و تفوق حاصل مینماید گوش دهید، جواب درست را بحث نموده و توضیح دهید و دوراه به مواد دستی درسی ۱.۲.۴ رجوع نمایید
4. مواد دستی درسی ۱.۲.۴ خوب است دانسته شود:

بعضی بیانات میتواند درست یا نادرست باشند! مطمئن شوید شما اختلافات جزیی انرا خوب توضیح نموده اید

جلسه ۳.۴ : مهارتهای مشغولی و ارتباطی پارمانده محور : چگونه گوش بدهیم و چگونه سوال بپرسیم؟
اهداف:
دانستن کار برد مهارتهای ارتباطی و مشغولی بازمانده محور مانند گوش دادن فعال و تکنیک های سوال پرسى بحیث بخشی از مهارتهای بازمانده محور
فعاليتها:
۱.۳.۴. تمرین : معرفی گوش دادن فعال
۲.۳.۴. تمرین: با یا بدون کلاه
۳.۳.۴. لکچر: تکنیک های گوش دادن فعال و سوال پرسیدن
۴.۳.۴. تمرین: مشق نمودن مهارتهای ارتباطی
۵.۳.۴. تمرین : ارتباطات کنید، نکنید

آمادگی ها: تمرین ۵.۳.۴ ۱۲ عدد کارت اشاره: روی هر کارت یک جمله از مصاحبه های کنید نکنید را نوشته نمایید، که به این ترتیب روی تمام کارت ها جملات مختلف مصاحبه نوشته شده اند
مواد درسی مواد درسی ۳.۳.۴: تکنیک های گوش دادن فعال و قطع کننده های گوش دادن مواد درسی ۵.۳.۴ ارتباطات کنید نکنید
مواد ممد: تمرین ۳.۳.۴ یک دانه کلاه تمرین ۵.۳.۴ یک دانه توپ ۱۲ دانه کارت اشاره

۱.۳.۴ تمرین: معرفی گوش دادن فعال: 1

مواد ممد: فلپچارت و مارکر آمادگی ها: / مواد درسی: / درست یا غلط؟ اندازه گروپ: تمام گروپ زمان: ۲۰ دقیقه

- اشتراک کننده را بپرسید که لحظه ایرا مجسم نمایند که در انحال و اقا به چیزی گوش میدادند
- سوالات رهنمودی:
 - برای شما چه واقع شده بود زمانیکه شما تصمیم گرفتید با کسی صحبت نمایید؟ ان ممکن یک مشکل بوده باشد، دشواری بوده باشد، نگرانی یا چیزی دیگری که شما میخواستید با کسی دیگر انرا شریک بسازید
 - زمانیکه با ان شخص صحبت کردید چگونه احساس کردید ، ترسها، نگرانی ها و افکار شما در مورد اینکه شخص مذکور انرا چگونه گوش خواهد گرفت چه بود؟
 - چه کوائف نزد شخص بود تا که شما تصمیم گرفتید صحبت بان شخص مصون خواهد بود؟
 - بعضی چیز های که ان فرد بشما گفته بوده باشد چه بودند؟
 - شما چگونه میدانستید که ان شخص واقعا بشما گوش داده بود؟
 - شما تجربه احساس گوش دادن واقعی او را چگونه توضیح مینمایید؟
- از تعداد کمی از اشتراک کننده تقاضا کنید تا تجارب خویشرا شریک بسازند، خاطر نشان نمایید که باید باید تنها تجاربی را که با بیان ان احساس راحتی مینمودند شریک بسازند!
- به اشتراک کننده توضیح دهید که این حالات بعضی مثالهای گوش دادن فعال بود، اینها نوعی از احساساتی بودند که شما میخواهید از بازماندگان زمانیکه وی تجارب خویشرا با شما شریک میسازد بیرون بکشید
- از شاملی بپرسید چرا انها فکر میکنند که گوش دادن فعال جنبه مهمی از مهارتهای بازمانده محور است

۲.۳.۴: تمرین : با یا بدون کلاه؟ - سوالات باز و بسته

¹ RHRC Consortium, Communication Skills Training Manual – Facilitator's Guide, p.19
http://www.rhrc.org/resources/gbv/comm_manual/comm_manual_toc.html

مواد ممد: فلپچارت و مارکر

امادگی ها: / شما میتوانید کلاه یا چیز دیگری را که در دسترس باشد و یا به شرایط محلی مرتبط باشد استفاده نمایید

مواد درسی: /

اندازه گروپ: تمام گروپ

زمان: ۲۵ دقیقه

1. یک کلاه را به دستان خویش بگیرید، از اشتراک کننده سوالات ساده بسته بپرسید و کلاه را به سر تان بگذارید و زمانیکه انرا دوباره دور میکنید سوالات ساده باز بپرسید.

- بطور مثال:

- بمن بگویید شما دیشب که بخانه رفتید چه کردید؟ (یک سوال باز - کلاه را به سر بگذارید)
ایا شما حین وقفه غذای چاشت تان را خوردید؟ (یک سوال بسته : کلاه را از سر تان دور کنید)
2. اشتراک کننده را بپرسید که چه تفاوت میان سوالاتی که در اثنای بسر گذاشتن و از سر کشیدن کلاه وجود داشت حرف های کلیدی را در دو ستون یادداشت نمایید (سوالات باز و بسته - رهنمایی کننده)

مثال: فرق میان سوالات باز و بسته - یعنی رهنمودی را توضیح نمایید

- جواب سوالات باز معمولا طولانی تر است، این جوابات بلی یا نی نیستند، سوالات باز معمولا جواب دهنده را رهنمایی نمیکند.
- سوالات رهنمایی کننده کمک کننده نیستند زیرا اینها خاطر نشان میسازند که جواب مشخصی در کار است، اینها معمولا حرف را به دهن جواب دهنده قرار میدهند بطور مثال شما جواب جنگ شان را دادید، خاطر نشان میکند که جنگی بطور خاص در کار است. بعوض اینکه پرسیده شود شما چه کردید؟ که خاطر نشان نمیکند که در انجا عمل خاصی (مثل جنگ) در کار بوده که قربانی باید میکرد، بعوض اینکه گرفتن معلومات از فرد در مورد اینکه چه واقع شد.

3. از اشتراک کننده بپرسید:

- کدام سبک سوال کردن برای استخراج جوابات حقیقی و مکمل بهتر است؟
- چه واقع خواهد شد اگر سوالات ذیل بالای بازمانده تحمیل شود؟ ایا شما هم پاسخ جنگ را دادید؟ ایا بشما بطرف او به یک طریق معین نگاه کردید؟ شما خفه یا قهر استید؟

بر جسته بسازید که:

- بخاطر اینکه سوالات باز جواب دهنده را به جواب دادن رهنمایی نمیکند بنا برای دریافت جوابات حقیقی و مکمل خوب استند
- سوالات رهنمایی کننده یا بسته به اسانی میتواند به شکل ملامت شدن بازمانده هویدا گردد

۳.۳.۴. لکچر : تکنیک های گوش دادن فعال و سوال پرسیدن

مواد ممد: ۲ دانه چوکی برای نقش بازی - فلپ چارت و مارکر

امادگی ها: /

مواد درسی: / ۳.۳.۴ تکنیک های گوش دادن فعال و توقف دهنده های آن

اندازه گروپ: تمام گروپ

1. توضیح بدهید که گوش دادن فعال بیش از گوش دادن معمولی است، این یک نگرش فعال و استفاده از مهارت‌های خاص را ایجاب مینماید. گذشته از استفاده سوالات باز تعداد زیادی از تکنیک‌های دیگر نیز وجود دارد که می‌توانند به گوش دادن و سوال پرسیدن در روش بازمانده محور کمک کنند
 2. یک نفر را بکل داوطلب جهت اشتراک در نقش بازی دعوت نمایید. در مقابل شخص داوطلب بنشینید و از بپرسید که یک قصه شخصی خویش را بیان کند. اطمینان داشته باشید که شخص داوطلب قصه ایرا انتخاب کند که حین گفتنش با دیگران احساس راحتی نماید. اگر ضرورت بود شما از قبل انرا بحث کنید
 3. روش‌های را که حمایت و کمک را به گوینده قصه پیشکش مینماید به نمایش بگذارید. شما همچنان می‌توانید توقف دهنده‌های گوش دادن را نیز به نشان دهید. (مواد درسی ۳.۳.۴ را برای مثال دادن ببینید)
 4. بعد از چند دقیقه توقف نموده و از فرد داوطلب بپرسید که او چگونه احساس میکند. کدام مداخلات برای گفتن قصه کمک کننده یا کمک نکننده بودند
 5. لیستی از مهارت‌های گوش دادن فعال و سوال پرسیدن را با اشتراک کننده یکجا بنویسید، مشخص بسازید چگونه این تکنیک‌ها می‌تواند برای بازماند ها کمک کننده باشند؟ (مواد درسی ۳.۳.۴)
 6. لیست دیگری از توقف دهنده‌های گوش دادن را بسازید: عناصریکه ممکن شخص را از گفتن قصه اش به طریقه خوب باز دارد و یا از گوش نمودن فعال شما جلوگیری نماید (مواد درسی)
 7. مواد درسی ۳.۳.۴ را توزیع نمایید
 8. خلاصه بسازید با پافشاری بر اینکه:
- گوش دادن فعال نگرش خوب، دانش و مهارت را ایجاب مینماید. شما خود ضرورت به میل برای شنیدن دارید و ضمناً از هر نوع فرضیات (حدس و گمان) در مورد فرد بازمانده‌ایکه میخواهید او را به طریق بازمانده محور بشنوید و ان مهارتها را در وی استفاده نمایید دوری بجوید.
- شما نمیتوانید در یک شب استاد مهارت‌های ارتباطی شوید، ایجاب مینماید مشق و تمرین بیشتر نمایید این آموزش منحصر ا مهارت‌های ابتدایی را پیشکش می نماید، این شما را در طول یک شب مشاور نمیسازد

²خوب است دانسته شود

- ملاحظات اساسی گوش دادن فعال را بخاطر داشته باشید:
- تکنیک‌های غیر کلامی گوش دادن فعال را بکار ببرید
 - جملات خلاصه سازی و به عبارت دیگر بیان نمودن را بکار ببرید
 - از مشاجره و نظر دادن بپرهیزید
 - کوشش کنید دست و پاچه نشوید
 - تمرکز بیشتر بالای فرد کنید که چه میگوید تا اینکه فرض میکند یا امدگی میگیرد که شما در قدم‌های بعدی چه خواهی گفت
 - بیدار، دقیق و توجه دار بمانید
 - برای فکر کردن و خاموشی (سکوت نمودن) وقت بدهید

۴.۳.۴ تمرین: مشق نمودن مهارت‌های بکار اندازی

مواد ممد: ۲ دانه چوکی برای نقش بازی – فلپ چارت و ماکر

امادگی ها:

مواد درسی: / ۳.۳.۴ تکنیک های گوش دادن فعال و توقف دهنده های آن

اندازه گروه: ۳ گروه

زمان: ۱ ساعت

³خوب است دانسته شود:

این تمرین باید به سویه و تجربه گروه عیار گردد. انتخاب اول برای گروه های دارای تجربه کم کار با بازماندگان بکار می‌رود، انتخاب ۲ برای می‌تواند برای گروه دارای قدری تجربه یا تجربه وسیع کار با بازمانده ها باشد. در صورتیکه شما به گروهی که تجربه مختلط کار با بازماندگان را داشته باشند شما می‌توانید انتخاب اول یا دوم را با همدیگر بکار ببرید یا چانس انتخاب را به اشتراک کننده واگذار شوید

گزینه ۱:

گروه را به سه گروه تقسیم نمایید

هر فرد را به نقش های متفاوت مامور بسازید: گوش دهنده، جواب دهنده و مشاهده کننده.

1. از گروه بخواهید تا یک موضوع عادی را برای ۱۰-۵ دقیقه به بحث بگیرند (برای مثال غذا: چه غذای را حالا نوش جان نمودید؟ و چه تفاوتی این غذا با غذایی که در طفولیت می‌خوردید دارد)

2. وظیفه بدهید
جواب دهنده یک قصه شخصی خود را روی یک موضوع بیان مینماید

گوش دهنده باید وی را کمک کند تا قصه خود را به بهترین وجه ممکن بیان نماید

مشاهده کننده در مورد تکنیک هایکه گوش دهنده استفاده مینماید و حرکات بدنی ایکه جواب دهنده از خود نشان میدهد یادداشت مینماید و همچنان او چیز هایی را که سبب توقف گوش دادن میشود نیز یادداشت مینماید

3. وقت را ملاحظه نمایید که هر گروه مصاحبه خود را بین ۱۰-۵ دقیقه به پایان برساند (بصدای بلند بگوید وقت تمام شد)

4. زمانی که مکالمه پایان یافت مشاهده کننده باید ملاحظات خود را به شکل سازنده ان با گوش دهندگان شریک بسازد

5. جواب دهندگان در عین حال میتوانند نظریات خود را در مورد تجربه این مکالمه شریک بسازند(چه چیز انها را کمک کرد تا قصه خود را بگویند؟ چه چیزی مشکل بود و چه چیزی کمک کننده نبود)

برای مثال: شما در چوکی خود زیاد حرکت میکردید که به من احساس اینرا که من باید قصه خود را به بسیار سرعت بگویم ؛

6. اشتراک کننده باید نقش های خود را در عین گروه عوض نمایند، بنا هر کدام میتوانند رول های گوش دهنده، سوال کننده و مشاهده کننده را بازی نمایند

7. توسط جمع شدن دوباره در گروه کلان جمع بندی خلاصه نموده و مختصرا جمع بندی نمایید

شما می‌توانید بحث کنید:

³Adapted from UNFPA Myanmar PSS and GBV training.

- چه چیز هایلر اگوشدهند همشکلیافت
- چه چیز یهایلر امشاهد هکنند هبحیثمشکلمعمولملاحظهکرد
- جوابد هندگانچهاحساسنمودند؟ زمانیکهایشان بجا یسوالاتباز سواالاتبستهپرسید هشدندی اگوشدهند هچیز یرافر
ضمنود (حدسوگمانزد)

8. دو باره به لیست مهارتهای گوش دادن فعال و توقف نهنده های گوش دادن رجوع نماید.

گزینه ۲:

- پروسیجر اجرای این تمرین همانند گزینه اول است.
- بهر حال، بعوض به بحث گرفتن یک موضوع عادی، اشتراک کننده نقشی بازی ایرا تنظیم میکنند که در آن:
- جواب دهنده نقش یک بازمانده را بازی مینماید
 - گوش دهنده نقش ایرا که وی در زندگی مسلکی خود دارد بازی مینماید (نرس، قابله، داکتر طب، مشاور روانی-اجتماعی، کارمند صحنی جامعه)
 - ملاحظه کننده نقش مشابه گزینه اول را دارد بر علاوه توجه روی تاثیر سوالات گوش دهنده بالای مصاحبه شونده/ بازمانده نیز بخرج میدهد

طور مثال:

؛ گوش دهنده گفت که بازمانده نباید ملامت شود - بازمانده بیشتر راحت به نظر میرسید؛
؛ به مجردیکه خاموشی واقع شد، گوش دهنده عجله نمود تا سوال نماید - بازمانده بخش های مهم
قصه خود را نا گفته گذاشت

مشاهده کننده باید ملاحظه نماید که چگونه مهارتهای بازمانده محور بگار گرفته میشود

طور مثال:

گوش دهنده نصیحت نمیکند، تنها معلومات ارایه می نماید
گوش کننده به بازمانده این چانس را میدهد که بین گزینه ها انتخاب نماید
گوش دهنده از بازمانده برای اخذ رضایت پرسید

خوب است دانسته شود!

اگر شما گزینه دوم را انتخاب نمودید:

- اطمینان حاصل کنید که اشتراک کننده رازداری را رعایت مینمایند زمانیکه انها یکی از سرگذشت های زندگی خود را در تمثیل نقش بیان مینمایند. اشتراک کننده یا اشتراک کنندگان را که نقش بازمانده را بازی نمودند و نام اصلی شانرا حین نقش بازی بخاطر ایجاد فاصله بیشتر به این نقش استفاده ننمودند تشویق نمایید.
- اطمینان حاصل نماید که شما پرسش های گروهی را برای چانس دادن به اشتراک کننده جهت ارایه نظریات شان در مورد تجربه بازی نمودن نقش بازمانده یا بکار گیری مهارتها با بازمانده شریک بسازد

۵.۳.۴ تمرین : ارتباطات کنید و نکنید

مواد ممد: کارت اشاره ، یک توپ

امادگی ها: / ۱۲ دانه کارت اشاره را آماده نمایید، روی هر کارت **کنید و نکنید** نوشته نمایید.

مواد درسی: / ۴.۳.۵ ارتباطات کنید و نکنید

اندازه گروپ: ۳ گروپ

زمان: ۴۵ دقیقه

1. اشتراک کننده را به سه گروپ تقسیم نماید کارت های اشاره را که ترتیب نموده اید توزیع نمایید، هر کدام این کارت ها در خود نوشته های متفاوت برای مصاحبه کنید و نکنید را دارا میباشند. برای هر گروپ ۴ کارت بدهید (مواد درسی ۴.۳.۵ را ببینید)
2. هر گروپ را هدایت دهید که به یک گنجی از اتاق رفته و یک توپ را در وسط اتاق قرار بدهند
3. بعد از چند دقیقه امادگی از گروپ ها بخواهید که هر کارت را در ظرف ۳۰ ثانیه بشکل تمثیل نقش یا بازی دیگر پرزنت نمایند (بطور مثال رسم کشیدن....) اینها فقط جمله روی کارت را بخوانش بگیرند نگویند که کنید است یا نکنید
4. هر باریکه یک کنید / نکنید پیشکش میشودگرو های دیگر حدس میزنند که چه معنی میدهد زمانیکه ایشان جواب درست را میداند به طرق وسط اتاق رفته تو را میگیرند و جواب را بصدای بلند میگویندو شخصی که جواب را بلند میخواند اینرا نیز استدلال مینماید که چرا این کنید یا نکنید است
5. تمام کارت ها را بخوانش بگیرید، در خاتمه گروپی که بیشترین جواب های درست را دارد بازی کنید نکنید را برنده میشود
6. مواد درسی ۴.۳.۵ تمام کنیدها و نکنید ها را خلاصه نمایید و تقاضا کنید که اسماشتراک کننده مثال های دیگری دارند که درین تمرین ذکر نشده باشند؟

بخش ۲: مشق کارمندان مسلکی مراقبت های صحی

۴.۴. تمرین: مشق ارتباطات بازمانده محور، مراقبت های صحی

مواد ممد: کارت های اشاره

آمادگی ها: / شما ممکن است هر داستانی داده شده را برای ارایه وضعیت استفاده کنید

مواد درسی: مشق ارتباط بازمانده محو

سایز گروپ : تمام گروپ و سه گروپ

زمان: ۲ ساعت

مادیول ۴ : ارتباط و مهارت‌های بازمانده محور

رهنمای شاگرد

جلسه ۱.۴- مواد درسی ۲.۱.۴: مهارت‌های بازمانده محور

با استفاده از مهارت‌های بازمانده محور ، اساسات رهنمودی برای کمک به بازماندگان شامل practice شده است

مرور اساسات رهنمودی و کتبی مهارت‌های بازمانده محور:

مهارت‌های بازمانده محور	اساسات رهنمودی
✦ امنیت بازمانده را در نظر بگیرید: 0 همیشه از تهدیدات امنیتی که ممکن یک بازمانده بعد از یک پیش آمد خشونت مبنی بر جندر و یا در جریان وقوع یک حالت خشونت مبنی بر جندر به آن مواجه است آگاه باشید تمام مصاحبه ها، مکالمات و ارزیابی ها را در جا های مصوون انجام دهید 0 بهر اندازه ای که موقوف و زمینه کاری شما اجازه میدهد در ارزیابی مصوونیت بازمانده کوشش نمایید (ایا بازمانده جای مصوون برای رفتن دارد، ایا بازمانده دوباره با مرتکب مواجه خواهدشد؟) 0 یک ارزیابی مشترک درباره مصوونیت بازمانده راه اندازی نمایید 0 در مورد تمام گزینه های قابل دسترس برای رجعت دهی خود را آگاه بسازید 0 در صورت ممکن، تدابیر بگیرید تا از مصوونیت بازمانده مطمئن شوید (بشمول دخیل ساختن بخشهای دیگر)	1. از مصوونیت فیزیکی قربانی(ها)/ بازمانده (بازماندگان) اطمینان حاصل کنید
✦ از تامین رازداری اطمینان حاصل کنید 0 سرگذشت بازمانده را با دیگران شریک نسازید 0 اگر شما ضرورت دارید تا معلومات را با یک فرد مسلکی بغرض رجعت دهی شریک بسازید در صورتی میتوانی که بازمانده بداند چه مطالبی را در بر میگیرد و برای آن از قبل رضایت داده باشد	2. رازداری را تضمین نمایید

3. به خواستها، حقوق و وقار بازمانده/قربا نی احترام نمایی و بهترین منافع اطفال را زمانیکه تصمیمی را روی مجموعه ای از تدابیر برای وقایع یا پاسخ به یک واقعه خشونت مبنی بر جنس میگیرید در نظر داشته باشید	✱ به خواستها، نیازمندی ها و ظرفیت های بازمانده احترام نمایی 0 هر اقدامی را که شما اتخاذ مینمایید باید توسط خواستها، نیازمندی ها و ظرفیت های بازمانده سمت دهی شده باشد 0 مطمئن شوید بازمانده به معلومات بازمانده دسترسی دارد: نیازمندی های طبی و روانی-اجتماعی همچنان نیاز های آموزشی و نیازمندی های قضایی 0 به ظرفیت و توانایی بازمانده برای سازش با چیزیکه با وی واقع شده احترام نمایی 0 بعد از اینکه بازمانده از تمام گزینه ها در قسمت حمایت و رجعت دهی آگاه شد او این حق را دارد که گزینه مورد نظر خویش را که میخواهد انتخاب نماید 0 برای اطفال ، نخستین توجه باید بالای بهترین منافع طفل باشد و اطفال باید قادر باشند تا در هر نوع تصمیم گیری مربوط به زندگی شان شرکت داشته باشند، بهر حال کاهلان باید سن طفل و ظرفیت های او را زمانیکه تصمیمی را مطابق خواست خود بالای او میگذارند در نظر داشته باشند ✱ بازمانده را با حرمت گذاری تداوی کنید 0 از باور مندی خود نسبت به او مطمئن سازید، که شما داستان بازمانده را زیر سوال نمیبرید و او را ملامت نمیکنید، و شما به حرمت او را احترام میگذارید ✱ نگرش حمایتی را رعایت نمایید: 0 به بازمانده حمایت هیجانی فراهم نمایید ، حساس بودن خویشرا نشان دهید، فهمیدن و دلبستگی به نگرانی ها و داستان بازمانده و به آنچه گوش میدید 0 نگرش مراقبتی خویشرا نگهدارید، صرف نظر از نوع مداخله ایکه عرضه مینمایید. ✱ معلومات فراهم نمایید و توقعات را مدیریت نمایید: 0 در مورد خدمات موجوده و کیفیت آن به بازمانده معلومات فراهم نمایید تا گزینه مورد نظر خویشرا انتخاب نمایند 0 چک نمایید که آیا بازمانده تمام معلومات شما را کاملاً فهمیده، و در صورتیکه ضرورت باشد محتویات معلوماتی خویشرا در همان زمان مطابق ظرفیت بازمانده عیار نمایید 0 آگاه باشید زمانیکه یک بازمانده داستان خویشرا به شما بیان مینماید بشما نهایت اعتماد نموده و ممکن است توقعات بلند در رابطه به اینکه شما به او هر چه میتوانید کمک کنید داشته باشد 0 همیشه در مورد نقش و نوعیت حمایت و معاونت خود که به بازمانده پیشنهاد مینمایید واضح و روشن باشید 0 هرگز وعده چیز هائرا ندهید که از عهده ان نمی برباید 0 همیشه بازمانده را به خدمات در خور و مناسب رجعت دهید 0 همچنان محدودیت های آنچه را شما میتوانید نیز رعایت و احترام نمایید ✱ از رجعت دهی و داشتن پایواز (همراهان) مطمئن شوید: 0 اطمینان حاصل کنید که شما او را از گزینه های رجعت دهی (طبی- روانی-اجتماعی- اقتصادی و قضایی) و خدمات موجوده همراه با کیفیت و مصونیت آن خوب آگاه کرده اید 0 بازمانده را از موجودیت این گزینه ها آگاه کنید 0 مطمئن بسازید که بازمانده به خدمات در خور دسترسی دارد 0 امکانات موجودیت همراه (همراهان) را در طول پروسه در نظر داشته باشید- که شخص حمایتی و قابل اعتماد وجود دارد . کسیکه از پروسه همراهی بازمانده به خدمات مختلف آگاه است
4. از عدم تبعیض مطمئن شوید	✱ هر بازمانده را به طریقه محترمانه و مجزا از جنس، پس منظر، نژاد قوم یا شرایط حادثه (حوادث) تداوی نمایید، تمام بازمانده ها را مساویانه تداوی کنید 0 در مورد داستان و یا پس منظر بازمانده از حدس و گمان ها (فرضیات) خود داری نمایی 0 از تعصب و نظریات شخص خود تان در مورد جنس، خشونت مبنی بر جنس، خشونت جنسی، آگاه باشید و آنها را نگذارید راه های را که شما بازماندگان را تداوی میکنید نفوذ نمایند

1. مهارت‌های بازمانده محور مهم اند:

- 0 برای محافظت بازمانده از آسیب های بیشتر
- 0 برای مهیا نمودن فرصت برای بازمانده تا نگرانی های خویش را بیان نماید(بشمول اگر چیزی که واقع شده بخواست آنها بوده) بدون فشار
- 0 معاونت بازماندگان در قسمت انتخاب و جستجوی کمک ، در صورتیکه خود بخواهند
- 0 برای مقابله با ترس اینکه بازماندگان از نتایج عکس العمل های منفی (از طرف جامعه و یا خانواده) دارند و یا توسط آنها بخاطر خشونت پیشامده ملامت شوند
- 0 برای فراهم نمودن خدمات ابتدایی روانی-اجتماعی برای بازماندگان
- 0 برای برگرداندن دوباره کنترل بازمانده ، که او از سبب وضعیت ناسشی از خشونت آنرا از دست داده

◀ مهارت‌های بازمانده محور باید توسط هر کسیکه در تماس با بازمانده است صرف نظر از نقش شان در جامعه یا موقف های شغلی استفاده شود-کسانیکه در تماس با بازمانده میباشند.

تفاوت میان اندرز دادن و آگاه ساختن:

اندرز دادن به معنی اینست که شما آنچه را فکر مینماید به فرد میگویید که اجرا کند و چگونه کند. این همچنان این معنی را نیز میدهد که شما نظریات شخصی خویش را میدهید. اندرز دادن بازمانده محور نیست زیرا که شما نمیدانید که آیا اندرز درست به شخص میدهید. بکارگیری نگرش بازمانده محور در مورد توانمند ساختن بازمانده جهت تصمیم گیری توسط خود وی برای زندگی خودش میباشد

گفتن به کسی که چه باید بکند کمکی برای پیگیری و فهمیدن انتخاب او نمیکند؟ یک بازمانده ممکن احساس کند که شما به او گوش نمیدهید اگر شما به او بگویید که چه کند

آگاهی دادن به معنی گفتن حقایق به کسی است بنا وی میتواند یک تصمیم آگاهانه در مورد اینکه چه باید بکند بگیرد. آگاهی بازمانده محور است زیرا بازمانده را توانمند میسازد تا بالای انتخاب های خود کنترل داشته باشد. این همچنان نشان میدهد که شما به نظریات و قضاوت های بازمانده احترام مینمایید

آگاهی باید به اساس سن و ظرفیت فرد عیار شده باشد

جلسه ۴.۲- مواد درسی ۴.۲.۱ : رازداری، حق برای انتخاب و رضایت

رازداری، حق برای انتخاب و رضایت عناصر قاطع مهارت‌های بازمانده محور استند

رازداری:

- برای هر کسیکه با بازمانده گان خشونت مبنی بر جندر کار مینمایند، ایفای رازداری به معنی اینست که شما نمیتوانید هیچ معلوماتی مربوط به بازمانده را (تاریخچه، هویت) با هیچ کسی بدون اجازه شخص شریک بسازید
- ایفای رازداری همچنان به معنی اینست که هیچکس بجز از عرضه کننده موظف مراقبت های صحی به ارقام و معلومات طبی مربوط به بازمانده بدون اجازه خودش دسترسی ندارد (گزارش تحریری و غیره). به این معنی است که معلومات مربوط به بازمانده نمیتواند با گذارشگران شریک ساخته شود
- گذارشگران اخبار، با مسوولین دولتی، یا حتی با سایر اعضای خانواده یا مراقبین (پایوازان) بدون اجازه بازمانده
- ایفای رازداری تضمین میکند که بازمانده تهدیدات بیشتر و/ یا خشونت بیشتر را منحصبت نتیجه جستجوی کمک تجربه نخواهد کرد
- رازداری یک از عناصر اساسی است که احساس روز افزون مصونیت را به بازمانده میدهد، زمانیکه برنامه ها رازداری را رعایت مینمایند ، بیشتر ازماندگان حین بیان اینکه با آنها چه واقع شد احساس راحتی میکنند، بنا بران آنها قادر میشوند به گرفتن کمک ادامه بدهند ۱
- زمانیکه یک برنامه خدمات برای بازماندگان خشونت مبنی بر جندر رازداری را میشکند، یا زمانیکه یک مرکز صحی قادر نیست ریکارد های خویش مصون حفظ نماید، معلومات مربوط به بازماندگان میتواند به دسترس افراد غلط قرار بگیرد. اگر معلومات بدسترس مرتکبین قرار گرفت، نتیج و پیامد های آن میتواند ویران کننده باشند.

زمانیکه رازداری شکسته شد، بازماندگان و عرضه کنندگان مراقبت هر دو در معرض خطر های مزید قرار میگیرند

استثنائات ممکنه⁴:

- **مظنونیت به سو استفاده یا غفلت اطفال**

- شما ممکن مسوولیت داشته باشید تا واقعات سو استفاده یا غفلت اطفال را راپور بدهید، درینطوری حالات مصوونیت طفل با اهمیت تر از رازداری است

- **شرایط اضطراری تهدید کننده حیات**

- در حالاتی که زندگی بازمانده یا سایر افراد در مخاطره است، شما باید معلومات را پخش نموده و اقدام نماید(مثلا اگر فرد دارای افکار یا اقدام به خودکشی داشته باشد، و یا بصراحت اعلام کرده که زندگی کسی دیگر را اسیب خواهد رساند)
- کارمند عرضه کننده مراقبت های صحی و مشاورین روانی-اجتماعی میتوانند معلومات مربوط به یک واقعه را با همکاران، جهت دریافت مشوره های تخنیکی و یا در زمینه های نظارتی شریک بسازند. و این موضوع باید از ابتدا به بازمانده توضیح داده شود

⁴RHRC Consortium, Communication Skills Training Manual – Facilitator’s Guide, p.50.
http://www.rhrc.org/resources/gbv/comm_manual/comm_manual_toc.html

رضایت – پخش معلومات

- گرفتن رضایت به معنی اجازه بازمانده برای شریک ساختن معلومات در مورد وی با دیگران است (بطور مثال با خدمات رجعت دهی، و یا ماتیتورنگ سازمان) = رضایت
- و یا، اخذ اهتمامات (مانند سازماندهی رجعت دهی یا / شروع یک آزمایش طبی) = پخش معلومات
- تحت هیچ نوع شرایطی نباید بازماندگان برای دادن رضایت جهت اجرای آزمایشات، مکالمات، ارزیابی، مصاحبه و یا مداخلات دیگر که وی خود را با اجرای آن راحت احساس نمیکند، فشار داده شود. بلکه بازماندگان حق دارند که در هر مرحله از مداخله که خواسته باشند تصمیم به قطع یا توقف آن بگیرند(بطور مثال، در جریان اجرای آزمایش های طبی)
- فراهم کننده گان مراقبت های صحی، و یا در بعضی اوقات کارکنان حقوق بشر، بازرس ها با افراد دیگر **فارم رضایت** را استفاده خواهند کرد. که توسط گذاشتن امضا به این فورم بازمانده میتواند(رسماً موافقت یا عدم موافقت خویشرا) با یک معاینه فیزیکی، دریافت ادویه، شریک ساختن معلومات با سازمان های دیگر و غیره تأیید نماید، فارم بوضاحت توضیح خواهد داد که معلومات چگونه شریک، ذخیره یا انتشار داده شود)
- اگر یک بازمانده برای شریک ساختن معلومات رضایت نمیدهد درینصورت تنها معلومات بدون هویت فرد به سازمان های دیگر شریک ساخته میشوند(بطور مثال معلومات عمومی در باره تعداد واقعات)
- ما در مورد رضایت آگاهانه صحبت نمودیم، ازینرو بازمانده باید قبل از موافقت خود باید خوب بفهمد که به چه رضایت میدهد. نخست وی باید در مورد تمام گزینه های موجود برای حمایت آگاه ساخته شود. حلقه وسیعی از انتخاب ها برای بازمانده گان پیشکش گردد، صرف نظر از باور های انفرادی کارکنان صحی جامعه، کارکنان مراقبت های صحی و یا سایر کسانی با بازمانده ها کار مینمایند
- در صورت واقعه باشد رضایت آگانه باید از والدین طفل یا مراقبین قانونی و یا خود طفل اخذ میکرد

عناصر رضایت آگانه:

- به بازمانده بگوئید با چه واقع شده
- برای وی فواید و خطرات ممکنه یک مداخله را توضیح دهید (تداوی طبی، مصاحبه.....)
- وضاحت دهید که او حق دارد هر بخشی از یک مداخله را رد و انکار کند
- وضاحت دهید که به هیچ شکلی اعمال فشار نخواهد شد
- وضاحت دهید که اگر بازمانده نخواهد در باره پیشامد مصاحبه کند، این به هیچ وجه دسترسی به خدمات صحی و یا سایر خدمات را متاثر نخواهد کرد و سهمگیری وی را جهت پیشبرد پروسه های قضایی مربوطه مسدود نخواهد کرد.
- بازمانده را در باره گذارشات حتمی ای که باید از تسهیل صحی خود بدهید آگاه کنید
- بازمانده را از اینکه معلومات مربوط شان در تیم بحث خواهد شد آگاه نماید
- مطمئن شوید که بازمانده چیز های را که شما به وی گفتید فهمیده است

حق برای انتخاب:

- حق برای انتخاب دارای اهمیت جداگانه است، زیرا این امر احساس کنترل دوباره و توانمندی ایرا که بازمانده در حین وقوع پیشامد یا در سیر زمان در صورت حوادث متعدد / خشونت در حال جریان از دست داده دوباره به وی بر میگردداند
- بازمانده نباید بخاطر قرار گرفتن تحت کدام نوع تداوی، معاینات، یا سایر مداخلات برخلاف خواستش مجبور ساخته شود یا تحت فشار قرار بگیرد، تصمیم برای مراقبت های صحی، مشاوره، کمک های قانونی یا سایر مداخلات مربوط به هر شخص بوده و تنها توسط بازمانده خانم/مرد یا در صورت اطفال خود طفل، والدین یا مراقبین قانونی طفل باید گرفته شود.⁵
- این با اهمیت است که درین حالات بازمانده معلومات بالخاصه را برای اینکه بتواند انتخاب آگاهانه کند دریافت نماید

⁵ Throughout the document, the term survivor will be used. In the case of children and consent, this refers both to the child themselves as well as their parent or legal guardian.

- بازمانده همچنان این حق تصمیمگیری را نیز دارد که چه در زمان دریافت معلومات کی ها همراه شان باشند، و یا زمانی که مورد معاینه قرار میگیرند و یا سایر خدمات را دریافت مینمایند، این انتخاب ها باید (حتمی) رعایت گردند

ملاحظات اخلاقی و ایمنی :

صرف نظر از اینکه خشونت مبنی بر جنس تاسس کرده یا تنها مشکوک است ، عرضه کنندگان مراقبت های صحی در کل تصامیم و اقدامات شان از اساسات ذیل آگاه باشند:

- هیچوقت بیمار خود را بدون کمک نگذارید. از معاونت های که خلاف تعالیم اسلامی و یا رهنمود های اخلاقی-طبی اسلامی است جهت تداوی شخص نیازمند شفایابی بهره‌ییزید
- مصونیت فزیکى بازمانده / قربانی و کسانی که آنها را کمک نموده اند باید در مرکز تمام تلاش ها قرار داشته باشد
- مصونیت و بهبودی اطفال (احتمال مدارک سو استفاده) باید یکی از اولین نگرانیها باشد. تصامیم و اقدامات باید بر اساس بهترین منافع طفل استوار باشد
- رازداری هویت بیمار، ریکارد های طبی و تجارب مربوط به خشونت های مبنی بر جنس باید در همه حال توسط عرضه کنندگان مراقبت های صحی محافظت گردند
- عرضه کنندگان مراقبت های صحی باید در تمام حالات خواست ها، حقوق، و وقار بیمار را احترام و رعایت نمایند
- عرضه کنندگان مراقبت های صحی انتخاب بیمار را در همه حال احترام و حمایت نمایند
- عرضه کنندگان مراقبت های صحی باید تمام بیماران را به شیوه غیر قضاوتی، توام با دلسوزی و تفاهم تداوی نمایند
- عرضه کننده مراقبت هیچوقت نباید بیمار را بر اساس قوم، نژاد، جنس،مذهب، ثروت، و یا سایر فکتور های اجتماعی-فرهنگی و اقتصادی امتیاز دهی کند
- ترک روابط (ارتباطات) توهین امیز تنها چیزی است که بازماند میتواند اختیار کند بهر حال این انتخاب نباید توسط عرضه کننده مراقبت تحمیل شود
- عرضه کننده مراقبت باید حد اکثر کوشش خود را برای فراهم نمودن محرمیت بیماریکه در رنج است بخرج دهد(یا احتمال رنج بردن خشونت مبنی بر جنس)
- عرضه کننده مراقبت باید با راه های خروجی و دخولی مصوون به تسهیل صحی آشنا بوده و ضرورت است مطمئن شود که قربانی خشونت مبنی بر جنس به تسهیل صحی دسترسی مصوون دارد

جلسه ۲.۴ – مواد درسی ۲.۲.۴: درست یا غلط؟

1. یک کارکن جامعه میتواند بدون آگاه ساختن بازمانده از یکی از اعضای نزدیک فامیل وی بخواهد که از وی مراقبت کنند
غلط: (او نمیتواند بدون اجازه بازمانده اعضای فامیل او را آگاه کند)
2. یک معلم (زن) میتواند به یکی از اشتراک کنندگان (دختر) خود بگوید که برای او بسیار خواهد اگر او میتواندست با یک مشاور در مورد آنچه وی از آن رنج میبرد صحبت کند.
غلط: (او میتواند شاگرد را از گزینه های موجود آگاه کند، مگر نباید بگوید که این برای او بسیار بهتر خواهد بود)
3. یک کارکن صحی میتواند احصایه عمومی در مورد تعداد خانم های که به ارتباط خشونت مبنی بر جنس به مشورت امده اند را (بشمول انواع مختلف خشونت های که ممکن واقع شوند) را بدون رضایت بازمانده را نگهدارد
درست: (تا هر زمانیکه معلومات ها گمنام باشند میتواند)

4. یک بازمانده، کسیکه موافق نیست تمام معلومات را در جریان فاصله زود بعد از حادثه تجاوز جنسی در اختیار قرار بدهد، حق خود را بخاطر متهم کردن و راه اندازی اقدامات قانونی از دست میدهد
غلط: (یک بازمانده میتواند ذهن خویش را عوض کند و در هر زمانی تصمیم بگیرد کسی را متهم کند. و بعد از آن مطمئناً او ضرورت دارد تا به دادن یک سری بیانات موافقت نماید)
5. یک بازمانده میتواند تصمیم بگیرد که تنها مراقبت طبی را از یک نرس بدون اینکه کدام معاینه ای شود و یا تمام تاریخچه را به وی گفته باشد بگیرد
درست (یک بازمانده میتواند انتخاب کند که تنها مداوی کند، این در عین حال با اهمیت است که مطمئن شوید که وی تمام گزینه ها موجود را کاملاً فهمیده است)
6. نیاز است یک مشاور از بازمانده اجازه بگیرد زمانیکه که وی در مورد واقعه با سوپروایزر خود صحبت میکند
درست (اگر مشاور در اوایل هیچ توضیح به بازمانده نداده بود که وی قضیه را در نظارت ها شریک خواهد ساخت (گمنام)
7. این بهتر است در صورتیکه بازمانده زیاد جگر خون است در مورد امکان دادن بیان به پولیس گفته نشود
درست (اگر شما مطمئن هستید که بازمانده این معلومات را در قدمه های بعدی حاصل خواهد کرد)
غلط: اگر شما مصمم هستید که این معلومات برای وی خوب نخواهد بود، بنا بران شما این معلومات را به وی نمیدهید)
8. یک خانم بعد از اینکه توسط شوهرش لت و کوب شده بشما مراجعه مینماید، زخم هایش شدید معلوم میشوند و شما بیم زندگی وی را دارید ، مگر او نمیخواهد شما به پولیس بروید، بنا شما هیچ کاری نمیتوانید
غلط: در صورتیکه وضعیت برای بازمانده تهدید کننده حیات باشد، شما میتوانید به پولیس بروید)

جلسه ۴.۳ – مواد درسی ۴.۳.۳. تکنیک های گوش دادن فعال و نهی کننده های شنیدن

تکنیک های گوش دادن فعال:⁶

⁶Raising Voices.Rethinking Domestic Violence: A training Process for Community activists.Training Manual.

RHRC Consortium, Communication Skills Training Manual – Facilitator's Guide.
http://www.rhrc.org/resources/gbv/comm_manual/comm_manual_toc.html

✦ پیشنهاد نمودن معلومات (من هستم و این چیزی است که من برای شما کرده میتوانم.....) (

✦ سوالات وسیع پرسان کنید (در مورد چه چیزی میخواهید صحبت کنیم؟" آیا میخواهید که در مورد آنچه برایتان واقع شده برایم بگویید؟)

✦ سوالات باز بپرسید

✦ فرد را تشویق کنید آنچه را واقع شده توضیح یا تصریح کند بدون اینکه وی را مجبور به گفتن بسازید (منظور واقعی تان چیست؟ این چه زمانی واقع شد؟ آیا شما بار دیگر توضیح داده میتوانید؟ منظور شما از این چیست؟....)

✦ کوشش کنید توالی وقایع را پشت هم بگذارید ("چه سبب شد تا سخن به اینجا رسید؟" پس بنا بر این همه واقع شد")

✦ به خاموشی در جریان محاوره اجازه بدهید

✦ نشان دهید که سرگذشت فرد را پذیرفته اید ("بلی" "آه" "اوه" من آنچه را شما گفتید شنیدم....)

✦ به حیث قاعده کلی به حرکات مراجعه کننده حین شنیدن توجه نموده و متوجه وی باشید توجه داشتن خوب به مراجعه کننده شما را در موقعیت بهتری برای گوش دادن به هردو پیام های شفاهی و غیر شفاهی آنها قرار میدهد،

راه های متعددی وجود دارد که شما نشان بدهید متوجه مراجعه کننده هستید:

0 وضعیت:

(a وضعیت شما ایجاب مینماید فراخ و باز باشد، به این طریق شما میتواند سگنال بدهید که شما مایل استید با مراجعه کننده در تعامل شوید بازو های خود را در پیشروی سینه تان بسته نگیرید

(b مستقیما به مراجعه کننده نگاه کنید، متمرکز بنشینید، به پشتی چوکی تکیه نکنید

(c به چوکی بلندتر نسبت به مراجعه کننده ننشسته یا هم در پشت میز قرار نگیرید

0 تماس چشمی:

(a تماس چشمی دوامدار و پایدار را نگهدارید، مگر بطرف مراجعه کننده خیره نشوید! شما باید تماس چشمی خود را بخاطر حضور پایدار خود نشان بدهید

(b عادی باشید و علاقه مندی خود را با مراجعه کننده به طریق معمول خود تان بیان نماید

0 تظاهر چهره:

- مراجعه کننده مراقب شما و عکس العمل شما در قبال آنچه وی میگوید خواهد بود ، بنا بر آن ایجاب مینماید از معلوماتی که تظاهرات چهره شما به وی میرساند آگاه باشید!

- چیزی که شما معلوم میشوید با چیزی که شما میگویید متناسب باشد

- شما همچنان میتوانید تطابق مراجعه کننده را ایینه ای برای تظاهرات چهره خود قرار دهید! بگذارید مراجعه کننده با دیدن نگرانی در چهره شما ببیند که شما تا اندازه ای احساس آن دردی را که وی تجربه نموده است نموده اید و ممکن آغازی برای دستیابی به آن احساسات باشد

✦ بازشناسی بدهید (این بلیری شماست که به من سرگذشت خود را میگوید)

✦ در مورد چیزی که شما شنیدید یا دیدید به او بازدهی کنید، از فرد تقاضا کنید که این ملاحظات را تایید نماید (من متوجه شدم که شما در چوکی (جای خود) شور میخورید.... چه گپ است؟ عضلات شما سخت معلوم میشوند.... شما در مورد چه فکر میکنید؟، من میبینم که شما گریه دارید، چگونه احساس میکنید؟...)

✦ چیزی را که فرد میگوید تکرار یا بازگویی نمائید تا اینکه آنچه را منظور وی بوده درست فهمیده باشید (به من اینطور معلوم میشود که همین حالا شما احساس بیچاره گی میکنید، شما ذکر کردید که شما احساس بیهودگی مینمایید.

✦ احساسات تانرا را منعکس سازید (معلوم میشود که شما قهر هستید)

✦ کاوش کنید (؛ میتوانید بیشتر در مورد آن به من بگویید؟)

✦ حمایت عاطفی پیشکش نمائید ("من میفهمم که شما باید احساس غمگینی زیاد میکنید")

موانع فرا راه گوش دادن:

- ✦ نبود محرمیت یا جای نا کافی (یک اتاق نارام، قطع شدن جریان کوش گرفتن توسط دیگران)
- ✦ پرسیدن سوالات رهنمایی کننده: این سوالات همیشه جواب دهنده را در وضعیت دفاعی قرار میدهد و یا ممکن ملامت کننده تبارز کنند (چرا به کشی دیگر نگفتید؟ چرا به آنجا رفتید؟)
- ✦ در مورد چیزی که فرد میگوید حدس بزنید و بعد از هر چند جمله طرف جمع بندی بروید
- ✦ نمانید که فرد جمله خود را تمام کند
- ✦ استفاده از حرکات بدنی غیر مناسب و یا بی خبری از وضعیت بدنی خود (تون صدا، به آن و اینطرف فرد نگاه کردن، بسته نمودن بازو ها، در چوکی خود را اویزان انداختن، و حواس رت بودن)
- ✦ پرداختن به فرضیات در مورد فرد: حتی اگر شما صریحا انرا اظهار هم نکنید فرد انرا خواهد فهمید ، (فکر میکنید که: این غلطی وی بوده، " فکر میکنید: که او یک بد کاره بوده است، شما چه انتظار دارید)
- ✦ صحبت کردن در مورد خود بجای گوش گرفتن یا پاسخدهی به احساسات خود بجای تمرکز بالای اینکه گوینده چه میگوید (" با من هم یک دفعه همین واقع شده بود" من بسیار قهر شدم زمانیکه شما به من اینرا قصه کردید"...)
- ✦ تماس (لمس کردن) نا مناسب فرد
- ✦ سایر موارد.....

جلسه ۳.۴- مواد درسی ۵.۳.۴ : ارتباطات کنید و نکنید ها

کنید	نکنید
رازداری را رعایت نموده از آن مطمئن شوید:	بازمانده را مجبور نکنید جزئیات آنچه را واقع شده به شما بازگو کند:
اگر طفل یا خانمی میگوید که او به کمک ضرورت دارد	زمانیکه بازمانده امدادی برای بیان آشکارا و تفصیلی سر

گذشت که چگونه واقع شد نداشت اصرار نکنید	کوشش کنید مکالمه در جای صورت بگیرد که او احساس راحتی کند. این ممکن یک جای شخصی باشد، یا ممکن او یک جای دولتی را بخاطر بدنمایی ترجیح بدهد. رازداری برای اعتماد سازی و مصونیت بازمانده اساسی است
خشونت را خورد یا بی اهمیت جلوه ندهید: جدی نگرفتن سرگذشت بازمانده نقض اعتماد وی است و میتواند بحیث مانع در مقابل جستجوی کمک تلقی شود. جدی نگرفتن بازمانده به معنی قربانی شدن دوباره است	تجارب بازمانده را یقینی بسازید و به آن باور کنید: به بازمانده گوش بدهید و با آن باور کنید. احساسات و نیازمندی های بازمانده را قناردانی کنید و یگذارید بازمانده بداند که او تنها نیست و شما کوشش میکنید به او کمک کنید
بازمانده را به خدماتی که توام با رازداری و احترام نیست راجع نکنید گروپ های جامعه باید با هم کار کنند تا مطمئن بشوند که آنها بازمانده را به بخش های که رجعت میدهند به آنها همنوایی کرده و مراقبت های سری (رازدارانه) عرضه میکنند	رجعت دهی نمایید و دسترسی به خدمات سطح جامعه را تشویق نمایید برای بازمانده در مورد مراقبت های طبی، سایر خدمات و نتایج دریافت و عدم دریافت کمک آگاهی فراهم نمایید ، در صورتیکه ضرورت باشد معاونت های عملی و موجود را فراهم کنید (مانند ترانسپورت، تلفون زن به خدمات، یافتن کسی برای همراهی کردن بازمانده یعنی پایواز)
نیازمندی های بازمانده را نا دیده نگیرید: بازمانده را دستور ندهید که دوباره بخانه یا قریه ای بر گردد که او میداند که برایش مصوون نیست ، یا جایکه مرتکب او مکررا او را تهدید میکند	بازمانده را کمک کنید برای مصوونیت خود برنامه بسازد: بزودی ممکن، یقینی بسازید که بازمانده بلا فاصله در معرض خطر یا قربانی شدن دوباره قرار ندارد، اگر مرتکب خشونت در منزل بازمانده قرار دارد، بازمانده را کمک کنید که مسکن جایگزین برای خودش پیدا کند یا بطریقی عمل کند که در خانه مصوون بماند (کسی دیگر همراهش باشد،) این ممکن در شرایط جنگی مشکل باشد، اما برای بهیود مصوونیت بازمانده باید جد و جهد گردد
بازمانده را سرزنش نکنید: سوالات مانند "چرا فرار نکردی؟" باز چه کردی که به آنها آسیب رسانده باشی؟" خشونت مبنی بر جندر هیچوقت اشتباه قربانی نیست ، این حقیقت را به بازمانده بار بار تاکید کنید	بی انصافی را تایید کنید خشونت مبنی بر جندر ناشی از اشتباه بازمانده نیست، هر قدر میتوانید کوشش کنید تا بازمانده این مطلب را بفهمد
به بازمانده نگوید چه باید کرد: شما ممکن گزینه ها را برای معاونت به بازمانده پیشنهاد نمایید، و بازمانده را یاری رسانید تا از بین آنها انتخاب کند، مگر شما هرگز به بازمانده نگوید چه باید کرد	به بازمانده معلومات فراهم کنید: بازمانده را در مورد اینکه شما کی هستید آگاه کنید، شما برای او چه کرده میتواند، و چه گزینه های برای جستجوی کمک وجود دارد.

ایخوب است دانسته شود⁷

⁷Adapted from UNFPA Myanmar PSS and GBV training.

ملاحظات اساسی را در قسمت گوش دادن فعال بخاطر داشته باشید:

- تکنیک های غیر کلامی ارتباط را بکار ببرید
- از خلاصه سازی و بیان دوباره استفاده کنید و سوالات را تصریح کنید
- از دادن نظر و جر و بحث کردن خود داری نمایید
- کوشش کنید هوش پرک (حواس پرت) نباشید
- روی آنچه فرد میگوید تمرکز کنید، تا حدس زدن، یا خود را آماده کنید که در قدم بعدی شما چه خواهید گفت
- سر حال باشید، متمرکز و متوجه
- برای فکر کردن و خاموش ماندن وقت را در نظر بگیرید

بخش دوم: مشق و تمرین کارمندان مراقبت های صحی

جلسه ۴.۴ :- مشق م تمرین مهارت های ارتباطی بازمانده محور

رهنمایی گروپ⁸:

1. شما وقت دارید که ۳ سناریو را نقش بازی کنید. لطفا هر دو، مرکز صحی مروج و جا های دیگر در جامعه را که ممکن بازمانده / یا قربانی خشونت مبنی بر جنس در آنجا شناسایی گردد در نظر بگیرید
2. تمام گروپها هر 3 داستان را کار خواهند کرد
3. هر نفر یک نقش متفاوت را در هر داستان بازی خواهد کرد. هر نفر نوبت خواهد یافت تا نوبتی ببری الف: بازمانده، ب: عرضه کننده مراقبت (یک نقش متفاوت را در هر دفعه انتخاب نمایید، بشمول نرس، قابله، داکتر و مشاور روانی-اجتماعی) و ت: ناظر
4. فرد اول بازمانده است. هر بازمانده سرگذشت خود را بیان میکند. بازمانده باید سرگذشت خود را سری نگهدارد و انرا به دیگران افشا نکند. خلاق باشید و به هر طریقی که میخواهید تمثیل کنید. عاری از پیکه در نقش هستید یا نیستید. بعضی قربانیان با گریه و بعضی دیگر خاموشانه میگویند بعضی دیگر هم به قهر اند - اینکه چگونه میخواهید باشید شما انتخاب کنید. اما همه باید تا حد ممکن به شکل واقعی منحیث قربانی یا بازمانده خشونت مبنی بر جنس که در جستجوی مراقبت صحی هست تمثیل کنند.
5. فرد دوم عرضه کننده مراقبت های صحی است. عرضه کننده مراقبت های صحی باید با استفاده از مهارت های بازمانده محور که قبلا اموختید کوشش کند تا دریابد که با بازمانده چه واقع شده. بنا بر این اینها میتوانند مراقبت های صحی را در صورتیکه نیاز باشد فراهم کنند. اساسات رهنمودی را بخاطر داشته باشید! عرضه کننده مراقبت های صحی باید کوشش کند تا گوش بگیرد و سوالات باز طرح نماید. گوش دادن فعال را تمرین نماید و اساسات رهنمودی خشونت مبنی بر جنس را حینیکه کوشش برای فهمیدن این دارد که با بازمانده یا قربانی خشونت مبنی بر جنس چه واقع شده تا مراقبت دقیق را عرضه نماید بکار بگیرد
6. فرد سوم ناظر است. شما دقیقا در جریان نقش بازی خاموشانه نگاه خواهید کرد. (شما اگر خواسته باشید میتواند با خود یادداشت بگیرید) شما میتوانید در مورد تکنیک های که عرضه کننده مراقبت های صحی کار میگیرد و یا در مورد حرکات بدنی بازمانده خشونت مبنی بر جنس و عرضه کننده مراقبت های صحی یادداشت نمایید. وی همچنان میتواند بعضی موانع فرا راه شنیدن را اگر ملاحظه نمود

⁸Partially adapted from: Gender-based Violence Treatment Protocol for Healthcare Providers in Afghanistan. Participant Handbook Ministry of Public Health and WHO. Afghanistan 2015

یادداشت نماید. بر علاوه او باید متوجه تاثیر سوالات گوش دهنده بالای گذارش دهنده/ مصاحبه شونده نیز باشد بطور مثال:

" کارمند مراقبت های صحنی گفت که بازمانده ملامت نیست- و بازمانده بیشتر احساس راحتی کرد" " از انجاییکه خاموشی واقع شده بود مراقبت کننده عجله کرد تا سوال بپرسد- بازمانده بخش های مهمی از سرگذشت خود را نگفت.

ناظر همچنان مباحثه را الی ختم ان رهبری خواهد کرد. در مورد اینکه عرضه کننده مراقبت های صحنی کار های خوب اجرا کرده بود نظریات مثبت بدهید. بعدا نظریات سازنده در مورد اینکه چیز ها باید بهبود پیدا کنند هارایه بدارید. ملاحظه کننده باید نظارت کند که چگونه مهارت های بازمانده محور بکار گرفته میشوند بطور مثال:

"گوش دهنده نصیحت نمیکرد اما گوش میداد و معلومات (آگاهی) ارایه میکرد"

"گوش دهنده برای بازمانده این فرصت را داد تا میان گزینه ها انتخاب نماید"

"گوش دهنده رضایت بازمانده را گرفت"

1. بازمانده باید همراه دو نفر دیگر در مورد اینکه وی در زمان بیان سرگذشت خود چگونه احساس میکرد بحث نماید. چه چیز ها وی را در زمان بیان سرگذشتش کمک میکرد؟ چه چیز ها کمک مشکل و یا هم کننده نبودند؟ بطور مثال " شما در چوکی خود زیاد متحرک بودید، که مرا وادار میکرد تا سرگذشت هخود را سریع تر بگویم".
2. عرضه کننده مراقبت های صحنی باید در مورد اینکه در زمان شنیدن سرگذشت چگونه احساس میکردند. عصبانی بودند؟ ایا ایشان مثل این احساس میکردند که بازمانده را خفه ساخته اند؟ در بین هر سه بحث کنید.
3. زمانیکه شما بحث را خاتمه بخشیدید ، نقش ها را عوض کنید ، فرد اولی نقش عرضه کننده مراقبت های صحنی ، فرد دوم نقش ناظر و فرد سوم نقش بازمانده خشونت مبنی بر جندر را بگیرند.
4. تکرار کنید: اینبار فرد اولی اکنون ناظر . فرد دوم بازمانده خشونت مبنی بر جندر و فرد سوم عرضه کننده مراقبت های صحنی است.
5. بعد از اینکه تما بحث ها به اتمام رسید، لطفا تسهیل کننده را آگاه بسازید و آماده شوید تا تجارب خویش را در جمع تمام اعضا شریک بسازید.



وزارت صحت عامه
ریاست عمومی پالیسی و پلان
ریاست جندر

مادیول ۵. انواع مختلف مداخلات صحت روانی و حمایت های روانی-اجتماعی و
خشونت های مبتی بر جندر

فهرست

مادیول ۵. انواع مختلف مداخلات صحت روانی و حمایت‌های روانی-اجتماعی خوشنتم‌بنیبر جندر

۱ رهنمای استاد

- 1 هدف
- 1 اهداف مشخص:
- 1 منابع:
- 1 قدم‌های متمرکز مدیر یکتا کلینیک‌یاز ماندگان خوشنتم‌بنیبر جندر: مشاور هیاز مانده.
- 1 پیامدهای به‌جانی و روانی-اجتماعی
- 2 ملاحظاتی خاص بر ایمر دان:
- 3 حاملگی:
- 3 ویروس سیستم معافیتی انسان / انتاناتیک‌های طریق‌مقاربت جنسی انتقال می‌شوند (HIV/STIs).
- 3 مر اقبتهای تعقیب‌های مانده.
- 3 مر اقبتهای اطفال‌یاز مانده.
- 4 محیط مصون‌یاجاد نماید
- 4 تاریخچه‌گیری
1. 4 ارزیابی، مشاور هو مصاحبه
- 4 ارزیابی
- 5 مشاوره:
- 5 مثال‌های مشاوره:
- 5 مصاحبه:
- 5 مثال‌های از مصاحبه در قضای چند سکس‌توری (رشتوی):
- 6 بخاطر داشته باشید:
- 6 بخش پنجم در یکنگاه:
- 8 مطالعه قضیه: فیهمه، ۲۵ ساله.

۱۰ مادیول ۵. انواع مختلف مداخلات صحت روانی و مشاور هر روانی-اجتماعی خوشنتم‌بنیبر جندر

- 10 رهنمای شاملین
- 10 مواد درسی ۵.۱: کمک‌های اولیهر و آشناسختی
- 10 مواد درسی ۵.۲: رهنمود‌های ایارز یابی صحت روانی، حمایت و آشناسختی تجویز ادویه
- 10 رهنمود‌های ایارز یابی صحت روانی
- 11 آنچه‌ر اکهمیخواهید بدانید؟ در ذیل بعضی اساساتیکارز یابی است:
- 11 حمایت و آشناسختی
- 12 چه باید بگویم؟
- 12 چه باید بکنیم، اگر خدمات حمایت و انیموجو د باشد؟
- 12 چه باید کرد، هرگاه فکر کنید یک‌باز مانده در معرض خطر حادثه د کشیق‌ر ار دار د؟
- 13 تدوین ادویی: تنه‌ایر ایاستفاده در واقعات عکس‌العمل‌هایش در روانی
- 13 چه‌ر مانیتج‌ویز ادویه‌ر در نظر بگیرید؟ و کد ادویه‌ر؟
- 13 مواد درسی ۵.۴: حمایت و تدوین اختلال تشدیدتر صحت روانی
- 13 کمک‌کردن به افرادار ایاختلال تشدیدتر روانی
- 13 ارزیابی حالت روانی

14	اختلال افسردگی متوسط-شدید
15	ارزیابی اختلال افسردگی متوسط-شدید
15	آیا اختلال افسردگی متوسط-شدید دارد؟
16	مدیریت اختلال افسردگی متوسط-خفیف افسردگی: مهارت‌های مدیریت اختلال افسردگی متوسط-شدید
17	ادویه‌ها و ضدافسردگی‌ها: مدیریت نظارت‌پذیر
17	در حال حاضر با متخصص مشورت کنید
17	1. قضیه را تعیین کنید
17	اختلال فشار روانی و آسیب‌های حادثه:
17	شکایت‌های اختلال فشار روانی و آسیب‌های حادثه:
18	ارزیابی اختلال فشار روانی و آسیب‌های حادثه:
18	هرگاه خوش‌نیت بودید که مایل به قبول افشاد باشید، خانم ابر ایختلا لا ستر سپاس‌تروما (PTSD) بررسی کنید
18	مهارت‌های مدیریت اختلال فشار روانی و آسیب‌های حادثه
18	مدیریت اختلال فشار روانی و آسیب‌های حادثه:
19	مواد درسی ۵.۵. تکنیک‌های سادگی برای اعراض عمدتاً هیپوآمدها:
19	تمرین‌های سادگی و تمرین‌های در حال نشسته
20	تمرینات کاهش فشار روانی
21	ضمیمه:
21	برنامه‌های زیاده‌روی حفاظت
22	خوش‌نیت‌های خانوادگی
22	برنامه‌های مصوب و نیت‌های ایمن ماندن خوش‌نیت‌های خانوادگی
23	خوش‌نیت‌های خانوادگی
23	ارزیابی خطر با بازمانده‌های خوش‌نیت‌های خانوادگی
24	برنامه‌های حفاظت‌پذیر ایمن ماندن خوش‌نیت‌های خانوادگی
24	یادداشت‌های ایمن ضربه‌کننده‌ها: اقبتهای صحتی:
25	عناصر برنامه‌های حفاظتی
25	عناصر برنامه‌های حفاظتی
26	چارتر جعته‌های

رهنمای استاد

هدف

جهت کمک کارمندان مراقبت های صحنی بلند و بردن ظرفیت آنها برای عرضه انواع مداخلات صحت روانی و حمایت های روانی-اجتماعی به سطوح مختلف : کمک های اولیه روانی، حمایت های روانی-اجتماعی، مشاوره روانی-اجتماعی پیگیری و رجعت دهی به بازماندگان خشونت مبنی بر جندر

اهداف مشخص:

در ختم این بخش، شاملین باید قادر باشند تا:

- فهم بیشتر تأثیرات روانی و اجتماعی خشونت مبنی بر جندر
- عرضه مداخلات صحت روانی و حمایت های روانی-اجتماعی به سطوح مختلف به استفاده از مهارت های بازمانده محور
- فهمیدن خطوط زمانی و متغیرات برای پیگیری بازمانده
- فهمیدن اینکه چه زمانی باید بازمانده رجعت داده شود
- فهمیدن اینکه چگونه ظرفیت های موجود به بهترین شکل ان استفاده گردد
- بکار گیری بعضی تکنیک های مشاوره و حمایت های روانی-اجتماعی

زمان تخمین شده 11 ساعت

منابع:

انواع مختلف منابع اماده اند، ما بالای یک فعالیت متمرکز به اقدام انغور نمودیم، و مواد دیگر را مطابق زمینه خود مان تعدیل نمودیم

قدمه های متمم در مدیریت کلینیکی بازماندگان خشونت مبنی بر جندر: مشاوره بازمانده¹

دیده شده که بازمانده گان بعد از یک پیشامد بحرانی و یا قضیه در حال جریان خشونت بسیار پر دست و پاچه (پریشان) بوده و ممکن توصیه های داده شده درین وقت را بخاطر نسیارند. بازمانده گان شاکی از خشونت های طولانی مدت مبنی بر جندر زمانیکه برای اولین بار به جستجوی کمک میابند ممکن احساس عدم مصونیت و گناه نمایند، بنا این ایجاب مینماید که معلومات را در ملاقات های بعدی ایکه بغرض پیگیری صورت میگیرد باید تکرار کنیم. تهیه توصیه و معلومات تحریری استندرد نیز کمک کننده هستند، و قبل از ترک بازمانده از مرکز صحنی یک کاپی انرا برایش بدهید (حتی در صورتیکه اگر بازمانده بیسواد هم باشد، بعد ها او میتواند انرا توسط بعضی افراد مورد اعتماد خویش بخواند)

برای بازمانده این فرصت را بدهید تا سوالات خود را بپرسد و نگرانی های خود را بیان کند

پیامد های هیجانی و روانی-اجتماعی

مراقبت های صحنی برای بازماندگان خشونت مبنی بر جندر شامل کمک های اولیه روانی و حمایت های روانی-اجتماعی/ رجعت دهی برای مشکلات روانشناختی و اجتماعی، مانند اختلالات معمول روانی، استگما و تجرید، سو استفاده مواد، رفتار های پر مخاطره و طرد شدن از فامیل. اگرچه اعراض مربوط به صدمه روانی ممکن واقع نشود، و یا

¹Adapted from Accompanying Steps in Clinical Management of Rape Survivors Clinical management of rape survivors: developing protocols for use with refugees and internally displaced persons – Revised ed. © World Health Organization / United Nations High Commissioner for Refugees, 2004.

ممکن در سیر زمان از بین برود. برای تمام بازماندگان رجعت دهی به مشاور روانی-اجتماعی ای که در بخش خشونت مبنی بر جندر کار مینماید پیشنهاد گردد

اکثریت بازماندگان تجاوز جنسی به هیچ کسی در مورد رخداد نمیگویند. اگر بازمانده برای شما گفته که چه واقع شده، این یک علامه برای اعتماد وی نسبت بشما است. پاسخ دلسوزانه شما در مقابل اظهارات وی میتواند تاثیر مثبتی در شفایابی وی داشته باشد

مراقبت های ابتدایی، غیر تحمیلی و عملی را فراهم کنید. گوش بدهید اما برای گفتن پیشامد مجبور نشازید. مطمئن شوید که نیازمندی های اساسی اش تامین شده. بخاطری که ممکن سبب مشکلات بزرگتر روانی گردد. بازمانده را مجبور نسازید (شله نشوید) تا تجارب شخصی خویش را پیرامون آنچه وی بصورت طبیعی شریک میسازد بیان دارد

بازمانده را بپرسید که جای مصونی برای رفتن دارد، و یا کسی قابل اعتماد وی میتواند وی را زمانیکه تسهیل صحتی را ترک مینماید همراهی کند. اگر او جای مصونی که برود ندارد. برای دریافتن کسی برای وی باید تلاش صورت گیرد. معاونت های چندین سکتوری را برایش فهرست نمایید، اگر بازمانده بستگانی دارد که وی را مراقبت می نمایند، اما از عهده فعالیت های روزانه خود به نسبت صدمه وارده بر وی برآمده نمیتواند، تدابیر محافظتی برای بستگان وی نیز حتما تدارک گردد

بازمانده در معرض خطر تعداد روز افزونی از علایم و نتایج، شامل:

- ✦ احساس گناه و شرم
- ✦ هیجانات غیر کنترل شده، مانند ترس، خشم و اضطراب
- ✦ خوابهای ترسناک
- ✦ افکار خودکشی یا اقدام به آن
- ✦ کرختی
- ✦ سو استفاده مواد
- ✦ مشکلات عملکرد های جنسی
- ✦ شکایات طبی و جسمی تشریح نا شده
- ✦ و انزوای اجتماعی
- قرار دارد.

به بازمانده بگویید که وی حوادث فزینی و هیجانی جدی را تجربه نموده است. به او در مورد مشکلات هیجانی، روانی، اجتماعی و جسمی ای که ممکن تجربه نماید بگویید و به او بگویید که در حالات خشونت های مبنی بر جندر این حالات معمول میباشد

بازمانده را در مورد اینکه وی ممکن به حمایت های روانی - اجتماعی ضرورت دارد مشوره بدهید- اما او را مجبور نکنید محرمانه به کسی که مورد اعتمادش هست بگوید و از او حمایت هیجانی بگیرد، شاید هم از کدام فرد عضو فامیل یا دوست. سهمگیری فعالش را در فعالیت های خانواده و جامعه تشویق نمایید.

در اکثر فرهنگ ها، یک تمایل برای سرزنش فردی که به تجاوز جنسی معروض شده وجود دارد. اگر بازمانده ابراز شرم و گناه میکند، به جرات بگویید که در تجاوز جنسی قربانی هرگز مقصر نبوده و همیشه مرتکب آن مقصر است. وی را اطمینان دهید کنید که سزاوار تجاوز جنسی نبوده، و پیشامد ناشی از تقصیر وی نیست. و هیچوقت طرز لباس پوشیدن و یا رفتار های وی سبب آن نشده. در مورد بازمانده قضاوت اخلاقی نکنید

ملاحظات خاص برای مردان :

مردان قربانی تجاوز جنسی بخاطر فرط خجالتی که نوعاً تجربه مینمایند به مراتب تمایل کمتر برای ابراز آن به تناسب خاتم ها دارند. مادامیکه تاثیرات فزینی آن فرق داشته باشد، تاثیرات صدمه روانی و نتایج هیجانی بعدی آن شبیه به آنچه است که زنها تجربه مینمایند.

حاملگی:

خانم های بازمانده تجاوزات جنسی، در مورد احتمالات حامله شدن ناشی از تجاوز جنسی بسیار نگران خواهند بود. به حمایت هیجانی و معلومات واضح ضرورت است تا آنها بدانند که اگر حامله شده باشند انتخاب های قابل دسترس وجود دارند:

ممکن در ساحه شما مراقبت های به فرزند گیری و پرورشگاهی وجود داشته باشد. دریابید که کدام نوع خدمات وجود دارد و این معلومات را به بازمانده بدهید

در بسیاری از ممالک قانون به خاتمه دادن حاملگی های ناشی از تجاوزات جنسی اجازه میدهد. علاوه بر آن، تعبیر محلی قانون سقط در قسمت صحت جسمی و روانی خانم ممکن اجازه خاتمه دادن به حمل را اگر نتیجه تجاوز جنسی باشد بدهد. دریابید اگر در معاشره شما چنین است. مشخص بسازید که خدمات سقط مصون در کجا میسر است. بنا شما میتواند بازمانده را به جای که چنین خدمات قانونی باشد و خودش بخواهد رجعت دهی نمایند

بازمانده را به دریافت حمایت از کسی که به ان اعتماد دارد توصیه نمایید ممکن یک عالم دینی، عضو فامیل، دوست یا کارمند جامعه.

خانم های که در جریان تجاوز جنسی حامله اند از نظر فیزیکی و روانشناختی بطور خاص آسیب پذیر اند، اینها خاصتا به سقط چنین، فشار خون ناشی از حاملگی و ولادت قبل از وقت مستعد میباشند. به خانم های حامله درین خصوص مشوره دهید که بصورت منظم در طول حاملگی به خدمات قبل از ولادت مراجعه نمایند. ممکن نوزادان شان در معرض خطر بلند ترک قرار بگیرند بنا مراقبت های تعقیبی همچنان ضروری است.

ویروس سیستم معافیتی انسان / انتاناتی که از طریق مقاربت جنسی انتقال میشوند (HIV/STIs)

اینجا یک نگرانی در مورد امکانات منتن شدن با انتان اچ ای وی در نتیجه تجاوز جنسی وجود دارد. حالانکه خطر کسب اچ ای وی از طریق عمل جنسی واحد کم است، این نگرانی در جا هایکه اچ ای وی و / انتانات که از طریق مقاربت جنسی انتقال میکنند شیوع بالا داشته باشد. مشاوره دلسوزانه و با احتیاط درین مورد اساسی است. کارمند مراقبت صحتی ممکن در مورد خطر انتقال اچ ای وی و یا انتانات قابل انتقال از طریق جنسی را به شرکای جنسی تجاوز جنسی بحث نماید

بازمانده ممکن به خدمات مشاوره اچ ای وی / انتان سیستم معافیتی انسان در صورتیکه موجود باشد راجع شود

به بازمانده باید توصیه گردد تا از کاندوم (پوش) با تمام شرکای جنسی برای یک دور حد اقل 6 ماه (یا یونت انتاناتی که از طریق مقاربت جنسی انتقال میکنند) ویروس کسبی تا سیستم معافیتی انسان وضعیت را مشخص نماید) استفاده نماید

در مورد علایم ممکنه انتاناتی که از طریق جنسی انتقال مینمایند مشوره دهید، و اینکه چه زمانی دوباره برای ملاقات بیاید. لطفا به پروتوکول تدای خوشونت مبنی بر جندر برای کارمندان صحتی در افغانستان رجوع نمایید. مواد درسی شاملین. وزارت صحت عامه و سازمان صحتی جهان. افغانستان 2015

مراقبت های تعقیبیه بازمانده

ممکن است بازمانده برای ملاقات تعقیبیه نباید با امده نتواند. بنا بیشترین معلومات را در اولین ملاقات در اختیارش قرار دهید، بخاطریکه ممکن این آخرین ملاقات باشد. به این منظوررهنمایی های قسمت بالایی این مواد درسی را تعقیب نمایید

مراقبت اطفال بازمانده

رهنمایی های قسمت بالایی این مواد درسی را تعقیب نموده و همچنان بخاطر داشتید که:

عرضه کننده مراقبت های صحتی باید در مورد نشو و نما، انکشاف و همچنان اناتومی نارمل اطفال بداند ایجاب مینماید که کارمندان مراقبت های صحتی باید آموزش های مخصوص در قسمت ارزیابی اطفال که ممکن سو استفاده شده باشند دیده باشد

محیط مصون ایجاد نمایید

- ✦ در قسمت مشخص نمودن اینکه چه کسانی در زمان مصاحبه و معاینه فیزیکی در صورتیکه ضرورت باشد حضور داشته باشند احتیاط خاص نمایید بخاطر داشته باشید که ممکن است عضو فامیل مرتکب سو استفاده باشد یا طفل از آن چه رنج میبرد از سبب مواجه شدن با فرد همراه است. این ممکن ترجیح داشته باشد که والدین و یا مراقبین باید در اثنای مصاحبه بیرون بمانند. برای معاینه فیزیکی، یکی از والدین یا مراقب یا یک شخص قابل اعتماد باید حضور داشته باشند. همیشه از طفل بپرسید که چه کسی حضور داشته باشد. و به خواست های او احترام نمایید (بپذیرید)
- ✦ خود را طفل معرفی نمایید
- ✦ در برابر چشم هایهمدیگر قرار بگیرید و تماس چشمی خویشرا را نگهدارید
- ✦ طفل (دختر یا بچه) را مطمئن بسازید که در کدام درد سری گیر نیست
- ✦ چند سوالی محدودی در مورد موضوعات عادی پرسان کنید، بطور مثال: مکتب، دوستان، با کی ها زندگی میکند و یا فعالیت های مورد علاقه وی کدام ها اند

تاریخچه بگیرید

- ✦ مصاحبه را با طرح سوالات باز آغاز نمایید، مانند "چرا امروز به اینجا مراجعه نموده اید؟ شما در مورد آمدن تان به اینجا چه گفتید؟"
- ✦ از طرح سوالات بسته یا پیشنهادی جلوگیری نمایید.
- ✦ طفل را مطمئن سازید که این درست است اگر به هر سوال جواب بدهد "من نمیدانم"
- ✦ صبور باشید، با سرعت خودش پیش بروید، قطار فکرش را قطع نکنید
- ✦ برای دریافت معلومات در مورد پیشامد سوالات باز بپرسید. سوالات با جواب های بلی یا نخیر را برای واضح کردن تفصیلات استفاده نمایید
- ✦ برای دختران متناسب به سن شان در مورد عادت ماهوار و تاریخچه ولادی شان بپرسید.

الگوی سو استفاده اطفال بصورت عموم از کاهلان متفاوت است، بطور مثال، اکثرا سو استفاده مکرر وجود دارد. برای دریافت تصویر واضح از اینکه چه واقع شده است، کوشش کنید تا در زمینه های ذیل معلومات بدست بیاورید.

- ✦ وضعیت منزل (آیا طفل جای مصونی برای رفتن به آنجا دارد) ؟
 - ✦ موضوع سو استفاده چه گونه بر ملا گردید؟
 - ✦ کی آنرا اجرا کرد؟ و اگر هنوز هم او (مرد/زن) تهدیدی باشد
 - ✦ اگر در سابق هم این اتفاق رخ داده بود، چند بار و تاریخ آخرین پیشامد؟
 - ✦ اگر کدام شکایات فیزیکی موجود بوده باشد (خونریزی، تشویش ادرار، افزایش افرات، مشکل راه رفتن) و غیره
 - ✦ اگر کدام همشیره (برادر یا خواهر) دیگر در معرض خطر باشد.
- در دست داشتن یک گدی گک برای به نمایش گذاشتن موقعیت ها و پروسیجر ها مفید است. فر آورده ها و تجهیزات را به طفل نشان بدهید، مانند دستکش ها، پنبه، غیره " به طفل اجازه دید از آنها بالای گدی گک استفاده نماید.

1. ارزیابی، مشاوره و مصاحبه

2 ارزیابی

- در زمینه های خاص بکار گرفته میشود
- اساسا توسط عرضه کننده مراقبت های صحی استفاده میگردد.
- هدف مشخص دارد یعنی: جمع اوری معلومات یا ارقام در یک زمان یا لحظه معین و استفاده از آن
- در ارزیابی تصمیم گیری در مورد اینکه چه تدابیری باید گرفته شود.
- از عملیه های بازجویی استفاده کنید تصمیم اینکه چه تدابیری باید گرفته شود منوط به ارزیابی ارقام و معلومات است تا به نظریات شخصی که ارزیابی را اجرا میکند.
- در یک ارزیابی نیازمندی های بازمانده مهارتهای بازمانده محور باید بکار گرفته شوند.

مثالی از یک ارزیابی :

² RHRC Consortium, Communication Skills Training Manual – Facilitator's Guide, p.23.
http://www.rhrc.org/resources/gbv/comm_manual/comm_manual_toc.html

- یک مشاور یا کارکن روانی-اجتماعی ایکه ارزیابی را بخاطر دریافت نیازمندی های روانی-اجتماعی بازمانده راه اندازی مینماید
- یک کارکن صحت ایکه ارزیابی طبی را (معاینات یا معاینه) بخاطر دریافت اینکه چه نوع تداوی برای بازمانده ضرورت است راه اندازی مینماید

مشاوره:

- در زمینه های خاصی استفاده میگردد و توسط کارمندان مسلکی آموزش دیده و تجربه دار عرضه میگردد: مشاورین، روانشناسان و در بعضی حالات توسط سایر افراد مسلکی صحت آموزش دیده.
- میتواند به اشکال مختلف موجود باشد، اما اکثرا پروسه ایست که طی آن مراجعه کننده مشکلات و امور خویشرا از طریق احساسات رفع مینماید³.
- فراهم نمودن حمایت در میان اهداف عمده مشاوره قرار دارد
- در مشاوره های خشونت مبنی بر جنس خصوصا خشونت جنسی، مشاوره مراجعه کننده را یاری میرساند تا نیازمندی های خویشرا که از نتیجه حمله جنسی یا سو استفاده جنسی ناشی شده شناسایی و به آن پاسخ دهد. بر علاوه بخاطر عرضه حمایت های روانی و هیجانی مراجعه کننده مشاور میتواند منحیث توانمند کننده و حامی وی عمل کند وی میتواند دسترسی به معلومات منابع و خدمات را فراهم کند. حقوق و دسترسی افراد را از طریق کار با سیستم عدلی و قضایی تمديد کند میکانیزم های سازشی را مواظبت و ارتباطات، پیوستگی فامیلی و دسترسی به منابع و حمایت های جامعه را دوباره تامین مینماید.⁴

مثال های مشاوره:

- یک مشاور موسسه غیر دولتی کسیکه مشاوره انفرادی را برای خانم ها عرضه مینماید
- یک مشاور مرکز صحت کسیکه حمایت های روانی-اجتماعی را برای خانم ها یکه بخاطر واقعات خشونت مبنی بر جنس میبایند میدهد ، بشمول واقعات بعد از خشونت های جنسی ، و یا برای خانم هایکه به مرکز صحت بخاطر سایر نیازمندیهای خود مراجعه میکنند ، و کسی است که ممکن انها را به سایر خدمات رجعت میدهد.

مصاحبه:

- به اشکال مختلف بوده و در زمینه های متفاوت استفاده میشود
- اهداف خاص داشته، یعنی: جمع اوری معلومات، کسب حقایق، تاریخچه و سایر مسایل مربوطه به مراجعه کننده و / یا وضعیت/ تهاجم جنسی.
- ضروری نیست هدف عمده آن معاونت بازمانده باشد (مثلا مقصد عمده مصاحبه میتواند حاصل کردن ارقام در مورد خشونت های جنسی باشد)⁵
- اکثرا یک ساختار ثابت داشته و ترکیبی از سوالات مشخص میباشد. یک مصاحبه کننده بازمانده محور باید در سراسر مصاحبه یک نگرش حمایتی را در قبال مصاحبه شونده نگهدارد. مهارتهای بازمانده محور باید همیشه رعایت گردد!

مثال های از مصاحبه در قضای چند سکتوری (رشتوی):

- یک مصاحبه طبی-قانونی یا عدلی در قضایای خشونت جنسی: کارمند صحت سوالات مشخصی بخاطر دریافت تاریخچه تهاجم جنسی توام با هدف اینکه این تاریخچه راهنمای برای معاینه طبی باشد خواهد پرسید

³ Adapted from: glossary of the Royal College of Psychiatrists - <http://www.rcpsych.ac.uk/mentalhealthinformation/definitions>

⁴ IRC Tanzania, SGBV Counselling Training, p.18

⁵ Although an interview not always aims at assisting the survivor (e.g. in case of data-collection), it is necessary to ensure that the interviewed survivors have access to minimum services.

بخاطر داشته باشید:

- گفت و شنود ابزار یا tools است که بوسیله هر کس استفاده شده میتواند
- راه اندازی یک ارزیابی، مشاوره یا یک مصاحبه ایجاب آموزش های خاص را میکند. این وسایل و ابزار (tools) بوسیله گروپ متخصصین در زمینه های خاص ان بکار گرفته میشوند.
- هدف عمده گفت و شنود و مشاوره معمولاً فراهم نمودن حمایت های هیجانی است. مقصد عمده یک ارزیابی و یک مصاحبه جمع اوری معلومات است
- مهارتهای بازمانده محور ابزاری است که توسط هر کس در حالات کار با بازمانده صرف نظر از نوع یا هدف بر قراری روابط باید بکار گرفته شود!

بخش پنجم در یک نگاه :

جلسه	اهداف	زمان	مواد درسی
۵.۱ لکچر: بازمانده به کدام نوع حمایت های روانشناختی نیازمند است	فهمیدن تأثیرات روانشناختی و اجتماعی خشونت مبنی بر جندر	۱ ساعت	مواد درسی ۵.۱ کمک های اولیه روانشناختی
۵.۲ بحث: نقش تداوی روانشناختی عواقب خشونت مبنی بر جندر	فراهم نمودن حمایت های روانی-اجتماعی/ تداوی برای بازمانده گان	۱.۵ ساعت	مواد درسی ۵.۲ : رهنمود ابتدایی برای ارزیابی صحت روانی حمایت روانشناختی و ادویه
۵.۳ لکچر: چه نوع پیگیری ضرورت است؟	برای بازمانده رجعت دهی و پیگیری فراهم نمایید	۱.۵ ساعت	
۵.۴ حمایت و تداوی اختلالات شدید روانی		۶ ساعت	مواد درسی ۵.۴
۵.۵ تکنیک های ساده برای علایم عمده و پیامدهای مربوطه		۱ ساعت	مواد درسی ۵.۵

۵.۱ لکچر: یک بازمانده به کدام نوع حمایت های روانشناختی نیازمند است؟

مواد ممد درسی: فلپ چارت و مارکر (یا پاور پابنت / مولتی میدیا) ساعت دستی یا دیواری برای تنظیم زمان مواد درسی : مواد درسی ۵.۱ کمک های اولیه روانشناختی امادگی ها: / اندازه گروپ: تمام گروپ زمان : یکساعت
--

1. در جریان بحث، نقاط عمده میتواند روی فلپ چارت نوشته شود یا از پاور بایننت یا سلاید بعوض ان استفاده گردد.
2. مواد این بحث در مواد درسی کتاب راهنمای شاگردان در همین بخش موجود است
3. این لکچر را منحیث مرور کلی بر حمایت های روانشناختی برای بازمانده گان معرفی نماید
4. شاملین را به مواد درسی ۵.۱ راجع سازید: کمک های اولیه روانشناختی در رهنمود شاملین در ختم لکچر موجود است.

۵.۲ بحث: نقش تداوی روانشناختی عواقب خشونت مبنی بر جندر

مواد ممد درسی: فلپ چارت و مارکر، ساعت دستی / دیواری برای سنجش زمان:
 کتابدرسی: مواد درسی ۵.۲ رهنمود ابتدایی برای ارزیابی صحت روانی، حمایت های روانی-اجتماعی و
 تجویز ادویه
 پس منظر بخش عمومیات و روانی-اجتماعی: لکچر ۴.۳.۳ گوش دادن فعال و موانس راه شنیدن؛ مواد
 درسی ۵.۱: ارزیابی، مشاوره مصاحبه
 اندازه گروپ: تمام گروپ
 زمان: ۱.۵ ساعت

خوب است دانسته شود!

حمایت های روانشناختی میتواند و باید در هر زمینه ای بکار گرفته شود، بهر حال تطابق مزید راهبرد های تدای های
 بعدی را مطابق زمینه های فرهنگی/مذهبی در مناطقی که شما در انجا عمل میکنید در نظر داشته باشید.

1. بحث را منحیث بحث روی نقش تدای نتایج روانشناختی خشونت مبنی بر جندر بشمول خشونت های جنسی
 به معرفی بگیریید
2. سوالات زیر را از شاملین بپرسید و موضوعات عمده را که توسط شاملین بیرون نویس شده در فلپ چارت
 بنویسید
 - a. اختلال یا مریضی روانی از نظر شما چه معنی دارد؟
 شما ممکن دریابید که دانش صحت روانی در بسیاری از تاسیسات دارای منابع کم محدود است،
 ارزیابی صحت روانی محدود به اختلالات شدید روانی مانند سایکوزس (بخاطر ضرورت اولویت
 بخشی برای امراض تهدید کننده زندگی، موانع زمانی، نبود گزینه های تدای و غیره) شده و
 اختلالاتی مانند اختلالات اضطرابی و اختلالات خلقی توسط مریضان و در بعضی حالات توسط
 مراقبت کننده های صحتی اکثرا اختلال حقیقی شناسایی نمیشوند، دانش تشخیص و تدای اختلالات
 روانی اکثرا ناچیز است
 - b. جوامع شما در قبال مسایل صحت روانی چگونه عکس العمل نشان میدهند (مانند سایکوزس، اختلال
 شدید خلقی یا حس اضطراب غیر مرضی)؟ ان حالاتی را که مریضی روانی تصور شده اند نشانه
 بگیریید، در صورتیکه مراقبت موجود است، چگونه مردم حمایت و تدای شده اند، و سایر موارد
 - c. سیستم مراقبت های صحتی شما چگونه قضایای صحت روانی را نشانه گیری مینماید آنچه را
 کارمندان مراقبت های صحتی شما بصورت بالقوه در آموزشگاه ها طی کورس های کوتاه یا تعقیبیه
 اموخته عنوان قرار دهید (ارزیابی، تشخیص و تدای)، ببیند که با فعالیت های انها چه واقع شده، و
 انها در صورتیکه نظارت کلنیککی موجود بوده باشد انرا چگونه دریافت نموده اند.
 - d. ایا ادویه اساسی روانی بصورت منظم میسر است؟ ایا تمام کارمندان صحتی صلاحیت نوشتن نسخه
 را دارد؟ کدام نوع کارمند مراقبت های صحتی میتوانند نسخه بنویسند؟ اگر نمیتوانند شما میتوانید در
 حالات ضرورت با انها هماهنگی نمایید؟ ایا تمایلی برای اجتناب از تجویز ادویه یا تجویز ادویه زیاد
 وجود دارد؟ ایا سنگینی کار کارمندان مراقبت های صحتی به انها فرصت اینرا میدهد که وقت
 بیشتری را برای صحبت با مریضان اختصاص بدهند. در تسهیل صحتی شما صحت روانی و
 مشاوره روانی-اجتماعی دلیلی برای فراهم نمودن حمایت های بیشتر برای بازمانده گان بشمول زمان
 اضافی از طرف شما تلقی میشود؟
3. ایا خدمات صحتی در موقعیتی قرار دارد که افراد دارای مشکلات روانی معمول را به حمایت های عامه،
 اجتماعو روانی-اجتماعی در سطح جامعه رجعتبدهد؟
4. این بخشی از بحث را توسط پرسیدن سوال از شاگردان که موضوعات فوق چه ارتباط ممکن با نتایج
 روانشناختی تجارب بازمانده گان خواهند داشت جمع بندی نمایید، یک بازمانده به چه نگاه های ممکن در
 جامعه نگریسته میشود؛ و چگونه از طرف کارمند صحتی جامعه مراقبت مناسب و در خور برای وی ارایه شده
 میتواند؟
5. بخش بعدی بحث، مرور مطالعه قضیه خواهد بود، ما سرگذشت فهیمه را به بحث خواهیم گرفت

مطالعه قضیه: فهمیه، ۲۵ ساله

خانم فهمیه دو روز بعد از اینکه مورد تجاوز جنسی قرار گرفت به کلینیک شما مراجعه نموده. مرتکب عمل جنسی در شب به منزل وی داخل شد و او را مورد تجاوز جنسی قرار داد و او فامیل وی را تهدید به کشتن کرد. او مادر دو فرزند است

او برای تعقیب ارزیابی هفته ششم بعد از تداوی خویش مراجعه نموده بود. او تمام ادویه مجوز خویشتن بدون کدام مشکل قابل ملاحظه تمام نموده بود

شما از وی میپرسید که چطور است و وی چنین جواب میدهد:

من خوب استم، اما از آن شب حادثه تا کنون نتوانستم بخوابم. خوابهای وحشتناکی در مورد آن مردهاییکه بالای من حمله کرده و پدرم را کشتند، میبینم. زمانیکه بیدار میشوم، خیلی عرق کرده میباشم و در ضمن ضربان قلبم خیلی شدید میباشد. حالا در خانه میباشم و تا که لازم نشود از خانه بیرون نمیروم. خواهرانم کارهای مرا پیش میبرند. بنا در جریان روز، در خانه تنها میباشم و تمام روز در مورد اینکه چه بلای به سرم آمد و اینکه من نجس شده ام، فکر میکنم. کار من فعلاً تنها غذا پختن به فامیل است که من آنرا انجام داده میتوانم، اما من به بازار نمیروم. اصلاً توانش را ندارم و ضمناً نمیخواهم مردم مرا ببینند. با وجودیکه خودم غذا میپزم اما خودم غذا نمیخورم، اصلاً نمیخواهم بخورم. با شوهرم صمیمیت ندارم زیرا من شرمندۀ استم؛

شما دریافتید که فهمیه 10kg وزن خود را از واقعه به این طرف، از دست داده است.

6. از شاملین سوالات ذیل را بپرسید؟ (نقاط عمده را در فلپ چارت بنویسید):

1. شما کدام اعراض را دریافت نمودید؟
اعراض شامل خوابهای ترسناک، انزوای اجتماعی، احساس شرم و گناه، ترس، کاهش اشتها، ناتوانی در انجام دادن فعالیت های روزانه.

2. شما چگونه وی را حمایت میدهید؟
جوابات ممکنه شامل کمک های اولیه روانی-اجتماعی، مشاوره روانی-اجتماعی و رجعت دهی برای پیگیری بعدی

3. آیا سوالات بیشتری است که شما میخواهید از وی بپرسید؟ اگر است، کدام ها اند؟
سوالات ممکنه: "ایا وی کسی را دارد که با وی در خانه صحبت کند؟" چگونه وی تلاش کند تا با احساسات که دارد مقابله کند؟

4. آیا برای این قضیه لازم است، ادویه تجویز گردد؟
احتمالاً ادویه ضد افسردگی ممکن در نظر گرفته شود اما اگر شما نتوانید نسخه بنویسید ضرورت دارید تا با یک نفر متخصص که به اینکار صاحب صلاحیت باشد مشوره نمائید یا در صورتیکه شما احساس کنید که وی به کدام نوع حمایت دیگری ضرورت دارد که شما فراهم نمیتوانید.

5. چه زمانی شما تجویز ادویه را برای تداوی بازمانده گان در نظر میگیرید و چه دوا را استفاده خواهید کرد؟

شاملین باید نظریات شخص خودشان را درین مورد به اساس تجاربی که از کار های روزانه خود دارند ارایه بدارند و شما در خاتمه سفارشات پروتوکول تداوی را مرور نمایید

6. چه نوع حمایتی را شما، بیرون از کلینیک تان، برای فهمیه میتوانید پیشنهاد و یا تنظیم کنید؟
(بحث را به آنچه در ساحه کار شاملین موجود است منحصر نسازید، بل بحث باید بازتاب واقعیت حمایت های که در اکثریت مراکز موجود میباشد باشد)
جوابات ممکن شما حمایت های گروهی، مشاورین، متخصصین روانی، و غیره در صورتیکه بعضی ازین خدمات در ساحه شما موجود نباشد اما در جای دیگری موجود است یا در مورد انها در اسناد ملی ذکر شده باشد، ایا کاری است که شما درین موارد کرده بتوانید؟

چگونه فهیمه را از نظر افکار خودکشی مورد ارزیابی قرار می‌دهید؟ و اگر وی چنین افکاری داشته‌باشد، شما چه کاری انجام داده می‌توانید؟
 یکبار دیگر شاملین باید نظریات خود شانرا درین مورد به اساس آنچه در ساحه میکنند ابراز بدارند، و شما سفارشات تداوی را در خاتمه مرور خواهید نمود
 7. بعدا شاملین را به مواد درسی ۵.۲ در رهنمود درسی شان راجع ساخته و ارزیابی ابتدایی صحت روانی، گزینه های تداوی و رجعت دهی را با شاملین مرور نمایید

۳.۵ لکچر: کدام پیگیری لازم است؟

مواد درسی: فلپ چارت و مارکر (پروجکتور / پاور پابنت) ساعت دستی یا ساعت دیواری برای مدیریت زمان

مواد درسی: هیچکدام

پس منظر بخش عمومی و روانی-اجتماعی: مادیول ۳

اندازه گروپ: تمام گروپ

زمان: ۱.۵ ساعت

موارد زیر را بدانید

از انجاییکه صحت روانی و مشاوره روانی-اجتماعی بخشی مدغمی از سیستم در واقعات خشونت مبنی بر جندر است، پرتوکول های ملی افغانستان و همچنان اسناد تخنیکي درباره پیگیری و رجعت دهی مناسب معلومات فراهم مینمایند. این اسناد باید همیشه مداخلات ما را رهنمایی کنند، لطفا ملاحظه بفرمایید:

- بسته خدمات صحتی اساسی ۲۰۱۰
 - کمک های اولیه روانشناختی
 - بسته مسلکی مشاورین روانی-اجتماعی که در مراقبت های صحتی اساسی در افغانستان کار مینمایند، دیپارتمنت صحت روانی وزارت صحت عامه
 - بسته ستندرد برای قابله ها و کارکنان صحتی جامعه یا نرس، خدمات مشاوره روانی-اجتماعی ابتدایی را در سیستم مراقبت های صحتی اساسی در افغانستان عرضه مینمایند، دیپارتمنت صحت روانی وزارت صحت عامه
- دو سند اساسی دیگر:

پرتوکول تداوی خشونت مبنی بر جندر برای کارمندان صحتی در افغانستان، کتاب شاملین وزارت صحت عامه افغانستان و سازمان صحتی جهان. افغانستان ۲۰۱۵.

مادیول پاسخ بخش مراقبت های صحتی در خشونت مبنی بر جندر، صندوق جمعیت و نفوس سازمان ملل متحد افغانستان (ضمیمه ۱)

1. در جریان این بحث ها، نفاط عمده را میتوان بروی فلپ چارت نوشته نمود، و یا بعوض آن پاور پابنت را با سلاید ان استفاده نمود. مواد برای این بحث در کتاب آموزگار موجود است

این لکچر را منحیثمروری بر پیگیری ایکه برای بازمانده گان ضرورت است به معرفی بگیریید

مادیول ۵. انواع مختلف مداخلات صحت روانی و مشاوره روانی-اجتماعی و خشونت مبنی بر جندر

رهنمای شاملین

مواد درسی ۵.۱: کمک های اولیه روانشناختی^۶

بیشترین افرادی که زجرت فشار روانی حاد را تجربه نموده اند و بعدا به حوادث پر فشار تر ناشی از آن مواجه شده اند بدون ادویه خوب حمایت شده اند، تمام مددکاران، و بخصوص عرضه کنندگان مراقبت های صحی، باید قادر به عرضه کمک های بسیار ابتدایی و اولیه روانشناختی را داشته باشند

اکثرا دیده شده که کمک های اولیه روانشناختی با مداخلات عاجل روانپزشکی به اشتباه گرفته میشود. در حالیکه این توصیفی از یک دلسوزی، پاسخ حمایتی به یک همونوع، کسیکه رنج میبرد و کسیکه ممکن ضرورت به حمایت داشته باشد است. کمک های اولیه روانشناختی از داغدیدگی روانی بسیار متفاوت است درین، ضرور نیست در باره اینکه چه واقع شد که سبب این همه زجرت گردید پرسیده شود. کمک های اولیه روانشناختی بازتاب دهنده راهبرد بازمانده محور است این موارد زیر را در بر میگیرد:

1. محافظت از آسیب بیشتر (در واقعات نادر، افراد که زجرت بیشتر دارند، ممکن تصامیمی بگیرند که آنها را معروض به آسیب های بیشتر نماید)
2. فراهم سازی فرصت برای بازمانده گان تا در مورد واقعات صحبت کنند، اما این کار باید بدون هر نوع فشار باشد. خواست صحبت نکردن بازمانده را احترام نموده و از فشار آوردن بخاصر کسب معلومات ابا ورزید، زیرا ممکن بعدا بازمانده آماده شود تا معلومات را با شما شریک سازد.
3. با حوصله مندی و به شیوه غیر قضاوتی و قابل قبول به صحبت های بازمانده گوش دهید.
4. در طول مضاحبه شفقت و مهربانی خویش را دنبال کنید
5. نیاز مندی های واقعی و اساسی بازمانده را شناسایی و از برآورده شدن آنها اطمینان حاصل مینماید
6. نگرانی های بازمانده گان را پرسیده و کوشش شود تا به آنها رسیده گی شود.
7. راه های سازش منفی را تأیید نکنید (خصوصا سازش از طریق استفاده از الکول و سایر مواد مخدر، با تشریح اینکه افرادی که به پریشانی شدید مواجه اند، بیشتر در خطر استفاده از مواد مخدر اند)
8. افراد را تشویق کنید تا در فعالیت های روزمره زندگی (اگر امکان داشته باشد) سهم بگیرند و در ضمن تشویق شان کنید تا راه های سازش مثبت را بکار ببرند. (مثلا؛ میتود های آرام بخش متناسب به فرهنگ، دستیابی به حمایت موثر مذهبی و فرهنگی).
9. شرکت یک و یا بیشتر اعضای فامیل و یا دوستان را تشویق کنید، اما فشار نیاورید.
10. در صورتیکه مناسب باشد، امکان برگشت دوباره شان را بخاطر دریافت حمایت های بیشتر برایشان پیشنهاد کنید.
11. اگر مناسب باشد، ایشان را به عرضه کننده گان آموزش دیده صحی و یا میکانیزم های حمایتی محلی موجود رجعت دهید.

مواد درسی ۵.۲: رهنمود ها برای ارزیابی صحت روانی، حمایت روانشناختی و تجویز ادویه

رهنمود ها برای ارزیابی صحت روانی

- ارزیابی صحت روانی نیز دهر مراجع کننده (چه بازمانده باشد چه غیران) باید اجرا شود، این نباید یک ارزیابی قراردادی (شکل گرفته) باشد، اکثر اوقات، شما به آسانیمیتو انیدبامشاهدز بانبد نیکیفر دو اینکهو یچگو نه بهسوالات شما و محیط ماحول خویش پاسخ میدید، اینا رزیابیرانجامید، همراهیابیکازمانده، اینهماست که نهنتمشاهدکنید، بلکه مستقیمادر مورد اعراضروانیازویبیرسید

⁶Adapted from *IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*, Action Sheet 6.2, pg. 119-120. © Inter-Agency Standing Committee 2007.
<http://www.humanitarianinfo.org/iasc/content/products/default.asp>

- آنچه را که می‌خواهید بدانید؟ در ذیل بعضی اساساتیکار زیاباست:**

- اگر شما دریافتید که بعضی ها در خطر حاد خودکشی قرار دارند، مداخله آنی ضروری است (فرد را تنها نگذارید). (به جملات پایین ببینید)

- حمایت و انبیا بدبتمایان مانند گانفر ا همشود،
- بخاطر داشته باشید که همیشه از اصول کمکی و لپهر و انیا استفاده کنید. لازم نیست که شما بخاطر فر ا همساز ی حمایت و انی، یکم شاور آموز شدید بیا شید.
- هر گاه شما تمایز و انی- اجتماع ما میم و جو دنیا شد
- (یا شما متحتر و انی)، شما میو انید بخاطر فر ا همساز ی حمایت، از مهارت های بدیو گو شدا دفعال استفاده کنید.
- اغلب ادا شنتی که شخص کمم و ا اعتماد با منده بیا شد و کسی که به یاز منده بدو نقض و تگو شبد ه، یکتا و یمو ثر است.
- شما، بعنو اعر ضه کنند هم اقب تصحیو، میو انید ا نشخص بیا شید.
- کمکی ا که شما با گذر اندنو قتنا بر ایگو شدا دنیو یفر ا همساز ید، دست کم نگری ید.
- شما هم چنان میو انید بدو بیبشهاد کنید تا با الا یخص بدیو یفر ا اعتماد نامید (همس، دوستو غیره)

چهبایدبگویم؟

- از مهارت‌های بازمانده محور تان استفاده ننماید
 - از سوالات باز استفاده ننموده و به بازمانده وقتیدهد تا آن‌را ادانه و بدو نوقه صحبت ننماید.
 - بالابازمانده فشار نیاورد تا صحبت نکند، یا احساساتش را شریک‌سازد و غیره.
 - برایش معلوم‌اتبد هید که؛ داشتن احساسات منفی قوی یا احساس بی‌حسی بعد از یک واقعه فزیک‌ی‌هایجانی، نذر دمر دمعمول‌میباشد.
- به بازمانده معلوم‌اتبد هید که می‌تواند مشکلات در خواب، خوردن و فعالیت‌های روزمره را مدیریت کند.
- در حالیکه اینها اغلب با گذشت زمان کاهش می‌یابد، و می‌تواند به خاطر بحث و یا تنش‌های روزانه، به کلینیک‌ها و درمانگاه‌ها مراجعه کند. شما می‌توانید به بازمانده محور خوشتر را بیاد دارید، شما قادر به کمک کردن خواهی بود، سوال‌های باز را استفاده کنید و به بازمانده اجازه دهید از ادانه صحبت نماید بدون اینکه صحبت وی را قطع نمایید. بازمانده را مجبور نسازید که صحبت کند، هیجانات و سایر مسائل را شریک‌سازید. برای وی معلومات دهید که نشان دادن هیجانات قوی منفی و احساس گریه بعد از یک چنین حادثه جدی هیجانی و فزیک‌ی امر معمول است
- همچنان بازمانده را در مورد اینکه ممکن وی از مشکلات خواب، خوراک و فعالیت‌های روزانه نیز در تکلیف باشد آگاه سازید. در عین حال این همه به مرور زمان کاهش خواهد یافت، و او می‌تواند برای بحث روی این مشکلات هر زمانیکه خواسته باشد به کلینیک مراجعه نموده می‌تواند.

چهبایدبکنیم، اگر خدمات حمایت روانی و اجتماعی را می‌خواهیم؟

- از موجودیت حمایت اجتماعی و روانی در جامعه‌تان آگاهی داشته باشید و این‌ها را به بازمانده‌ها منتقل کنید تا سیداشته باشند، بدانید (در کجا، چه زمانی، قیمت آن، رازداری، کیفیت و غیره).
- تمام بازمانده‌ها را به جتد هیض و رتئمیداشته باشند.
- در صورتیکه شما احساس می‌کنید، نمی‌توانید مشکلات اجتماعی و انییک‌بازمانده را بصورت مستند وینماید، چهره‌ارز یا بیابنداید یو یا جلسات تعقیبی، در همجو واقعات، بهتر یکنزینهر جتد هیاست.
- رجعت هیچ‌گاه هیبدیلر اقبتهایابتدایی که شما به یک‌بازمانده‌ها می‌سازید، بوده نمی‌تواند.

چهبایدکرد، هرگاه فکر کنید یک‌بازمانده در معرض خطر حادثه خودکشی قرار دارد؟⁷

- اطمینان بخشید که بازمانده‌ها از خطر آنبیدور است، مثلاً آیا او یک دامنه و یا چهره‌شناس‌دار دکتد او یعاجل‌ببینیاز باشد؟ و نیاید تنه‌اگذشته شود؛ از یک عضو فامیل یا دوست‌شناس او هید که یک مقدار وقت را با او بگذرانند، خصوصاً هرگاه او یقدا مبه خودکشی نمود هباشد و شما فکر می‌کنید که ممکن است در معرض خطر ضرر رساندن دوبار به خود باشد.
- هرگاه فامیل او در سلامت یبازمانده علاقه‌مند است هباشد، کوشش کنید که با او در ترو یادوستانوی، بخاطر حمایت، تماس‌گیریید. اگر این اقدام‌ها ناکام‌شد، به گروه‌های نان‌کهر جامع‌ه‌جو ددارند، جتدفر اهما ساختن حمایت‌ببینیازمانده، تماس‌گیریید. اگر یکی از این گروه‌ها جای بودوباش فراهم می‌توانستند، این ممکن برای بازمانده مناسب باشد تا یک جای موقتی برای خود جستجو نماید
- زمانیکه خطر آنی برطرف شد، بازمانده را در فعالیت‌های منظم حمایت روانی دخیل سازید تا وی احساس کنترول بیشتر بالای مشکلات خود را بدست آورد.
- هرگاه وی افسرده است، کوشش کنید او را به یک متخصص رجعت دهید. هرگاه متخصصی موجود نباشد، از ادویه ضد افسردگی استفاده کنید. اما متوجه باشید که تداوی ممکن ۳-۴ هفته را در برخواهد گرفت تا تاثیرات خود را نشان بدهد. تا آن زمان حمایت شما خیلی ضروری می‌باشد.
- در صورتیکه اقدام به خودکشی جدی و تهدید‌کننده حیات وی بوده، افکار خودکشی باوجود حمایت‌های فراهم شده هنوز هم باقی بوده و یا بیماری شدید روانی (مثل سایکوزس) موجود باشد و یا اقدام مکرر به خودکشی باشد، بازمانده را باید به نزدیکترین شفاخانه رجعت داده شود.

⁷ Adapted from **Where There is No Psychiatrist: A mental health care manual**. Vikram Patel © The Royal College of Psychiatrists, 2003. Pages 63-69

تداویدوایی: تنها برای استفاده در واقعیت‌های عملی باشد روانی

- تنها در صورتی‌اگر ضرورتاً ویدئوایبکنید که ضرورتاً تکاملی‌ها موجود باشد- در اکثر واقعیت‌ها، بازمانده‌گان ضرورتاً ویدئوایبندارند.

چیزمانی‌تجویز ادویه‌ها در نظر بگیرید؟ و کدام ادویه‌ها؟

- هرگاه یک‌بارمانده‌ها ضرورتاً ویدئوایبندار داشته‌باشند، مثلاً اگر اضبکی‌ه‌سبب محدود شدن فعالیت‌ها یا ابتداء باشد (مثلاً در ۲۴ ساعت گذشته‌ها در مصحبت‌ها).
1. اطمینان‌بخشید که بازمانده‌ها از نظر فیزیکی‌ها یا ثابت‌است.
 2. تأیید نیاز بیمه‌۵-۱۰ ملی‌گرام، یک‌تأیید از طرف‌شیر ایداعظم ۳ ش‌ب
 3. در صورت‌تأیید، بازمانده‌ها به یک‌فرم‌سلی‌صحت‌روانیر جعتدهید.
 4. هرگاه رجعت‌تأیید داشته‌باشند، بازمانده‌ها بصورت‌روزانه‌ها از ۱۰ تا ۲۰ میلی‌گرم، رژی‌م‌ویر ابطور مناسب‌تنظیم‌نماید.
 5. هیچ‌گاه‌باز بیمه‌ها به هدف‌کاهش‌اضطرر استفاده‌نکنید، اگر چه ممکن‌است‌بر ایشکلات‌خواه‌بر این‌چند روز در نظر‌گرفته‌شود. خیلی‌محتاط‌باشید: استفاده‌باز ویدئوایب‌ها ممکن‌است‌گیر ایدان‌آورد، خصوصاً در نزد بازمانده‌گانیک‌ه‌جر تشدید‌دارند.
- هرگاه یک‌بارمانده‌ها شکایت‌از پری‌شانید و امداد و شدید‌که حد‌اقل دو هفته‌دو امن‌موده‌و اقع‌سبب‌باز در دو تا سه‌ماه‌گذشته‌و اقع‌شده‌و خود‌بازمانده‌ها به‌تداویش‌دیدن‌تقاضا‌مند‌است و ضمناً شما متعهد‌اید ویرا رجعت‌دهید، پس:

1. ادویه‌ها مثل **Imipramine, amitriptyline** و یا ادویه‌ها دافسر دگیم‌شابه را از مایش‌کنید. میتوانید به‌دوز ۷۵-۱۵۰ ملی‌گرام‌از طرف‌ش‌ب (از دوز ۲۵ ملی‌گرام‌ش‌رو عنموده‌و در صورت‌ضرورت‌دوز را تنظیم‌نماید) تجویز‌نماید.
 2. متوجه‌وار ضحان‌باز ویدئوایب، مثل‌خشکیدن، دید‌مغشوش، ضرر‌بان‌غیر منظم‌قلب‌وسبک‌سری‌یا گنگ‌سی،‌باشید.
 3. خصوصاً مانیک‌ه‌بازمانده‌ها صبح‌از بستر خواب‌ویدم‌خیزد. مدت‌تداویم‌کن‌نظر به‌پاسخ‌دهی‌متفاوت‌باشد.
- برای یک‌مریض‌که‌از ضرورت‌ویدئوایب/بیماری‌روانیر نجم‌بیرد، صرف‌نظر از نوع‌اعراض، تشخیص‌و یا تداویش‌تجویز شده، پی‌گیری‌ها تعقیب‌قضیه‌حیاتی‌است.

1. حتی‌اگر شما یک‌بارمانده‌ها به یک‌فرم‌سلی‌صحت‌روانیر اجمع‌سازید، مهم‌است‌تا شما‌ها‌ما‌ع‌اضویرا پی‌گیری‌نماید.

مواد درسی ۵.۴: حمایت و تداوی اختلالات شدید تر صحت روانی⁸

کمک به افراد دارای اختلالات شدید تر روانی

ارزیابی حالت روانی

شما ممکن حالت روانی فرد را هم‌زمان با اجرای معاینات صحتی عمومی ارزیابی‌کنید. ارزیابی حالت روانی با دیدن و گوش دادن آغاز می‌گردد. نقاط ذیل را یادداشت‌نمایید:

ظاهر و رفتار	آیا به‌وضعی‌ت‌ها ری‌خودرسیدگی‌می‌کند؟ آیا با سو‌مو‌های‌مریض‌منظم‌است یا غیرمنظم؟ آیا او مضطرب یا پری‌شان‌حالا‌ست؟ آیا او بی‌قرار است یا آرام؟ آیا علایم‌تسمم (حالت‌نشه) و سو استفاده‌ادویه موجود است یا خیر؟
خلق، هر دو آنچه شما ملاحظه‌مینمایید و آنچه شما پشما‌گزارش‌میشود	آیا او آرام‌است؟ گریه‌می‌کند؟ تشویش‌است؟ بسیار غم‌گین‌است؟ و یا بدون‌کدام‌احساس‌و جهی‌است؟
	آیا او آرام‌است؟ چهل‌کس‌خمنی‌گوید (واضح‌یا با مشکلات)؟

⁸ This chapter has been adapted from Clinical Handbook on Health care for women subjected to intimate partner violence or sexual violence. WHO, UN Women, UNFPA 2014.

بسیار سریع بسیار به آهستگی؟ آیا سحنات و مغشوش (غیر قابل فهم) است؟	گفتار
آیا افکار آسیب رساندن به خود را دارد؟ آیا خاطرات بد از گذشته به شکل و امدار دوبار به هیاه و شمیاید؟ آیا مواقیع گذشته را دوبار به تجربه می نماید؟	افکار

شما میتوانید معلومات را توسط پرسیدن سوال های ساده نیز جمع کنید:

- “چه احساس دارید؟
 - محیط و ماحول و زندگی برای شما چه قسم تغییر کرده است؟
 - آیا مشکل دارید؟
 - آیا در حل مشکل تا روز مره تا مشکل دارید؟
- اگر از زیاده و میانه مشکل تراشنا سائی کرده است در بخش حالات روانی، افکار، روش، و عدم وفایت خانم در زندگی روز مره، پس او دار ایشکلات شدیدتر صحت روانی میتلا میتواند باشد.

Details on the assessment and management of all the problems mentioned below and other common mental health problems can be found in the mhGAP intervention guide and its annex on conditions specifically related to stress.
http://www.who.int/mental_health/publications/mhGAP_intervention_guide/en/

خطر بر جست خود کشی و صدمه به خود

بعضی از کارمندان صحتی فکر میکنند که سخن گفتن در باره خودکشی خانم ها را متوجه به این عمل میکند. ولی بر خلاف سخن گفتن در باره این موضوع اکثر تشویش خانم ها را در مورد افکار خودکشی کم ساخته و آنها کمک میکند تا ارزش خود را درک کنند

اگر خانم افکار زیر را داشته باشد:

- افکار فعلی صدمه رساندن به خود و یا ارتکاب خودکشی
 - یا
 - تاریخچه افکار صدمه رساندن به خود و یا پلانی عمل، در ماههای گذشته و صدمه به خود در سال گذشته، و فعال شدید ام
- ضرب، خشن، مشوش، و غیر اجتماعی است.
- پس خطر عاجل صدمه به خود یا خود کشی موجود بود و خانم باید تنها گذاشته نشود

خانم را به شکل عاجل به یک متخصص صحت یا تسهیل صحت عاجل رجعت دهید.

اختلال افسردگی متوسط شدید

- خانم های که تحت تشویش و نگرانی بهر دار بجنسی از طرف همسر خود قرار گرفته اند، احساس ترس شدید، احساس گناه، شرم، غم و ناامیدی دیگر احساسات شدید را خواهند کرد. این احساسات بطور عموماً قوی و دو یک ساله عمل می نماید بر این مشکلات می باشد.
- وقتی که خانم نتواند بر ایشکلات خود را حل پیدا کند، این علائم و امدار میشوند. و بعد از آن اختلال تر و انیمتلا اختلال افسردگی را نخواهد برد.
- مردم تحت اختلال افسردگی را بدون روبرو شدن به خود اذیت ناگوار زندگی پیدا میکنند.
- هر اجتماع را با افرادیکه از قبلا اختلال روانی دارند می باشد.

- اگر یک خانماز چنینی کاختلار و انیقلاز مواجشدنبهخشنو ننگذشتهاست، پساوز یادتر آسپیذیر تراستو در معرضضدوبار همبتلا شدنقراردارد.

نوت: تصمیمبرایتداو یاختلالافسر دگیمتوسط-

شدیدبایدز مانیگرفتهشودکه؛ هرگا هخانما عراضدو امدار بر اید اقلدو هفتهگذشتهداشتهو ضمنانتواند فعالیتهاینور مالز ندگیخودرا درستیپیشبرد.

شکایاتنمادی کهاز یکاختلار و انینمایندگیمیکند

- کم انرژی، بی حالی، و مشکلات خواب
- موجودیت چندین نوع علایم فیزیکی بدون موجودیت کدام علت واضح، مثل درد های گنگ
- حالتجگر خونیدو امداروز جرت
- از فعالیتهایتفریحیلذنتبردنو یا همکملذنتبردن

ارزیابیاختلالافسر دگیمتوسط-شدید

آیاخانمااختلالافسر دگیمتوسط-شدیددارد؟

نکاتذیلرا ارزیابیکنید.

A. خانمهایکه حداقل 2 علایمعمدهذیلر احداقلبه مدت 2 هفتهداشتهاست.

- حالتروانیافسرده (اکثر جریانروز، ویا همهر روز) برایاطفالونوجوانان :
- موجودیتتخرشیت، ویا همحالتروانیافسرده.
- از بینرفتندلچسپییاخوشیدر فعالیتهایتفریحی.
- انرژیابیینویا همبیحالی.

B. خانمهایکه حداقل 3 علایمعمدهافسر دگیذیلر احداقلبه مدت 2 هفتهداشتهاست.

- کاهشتوجهو دقتبیکارها
- کاهشا عتمادبه نفسو عز تنفس.
- افکار احساسگنا هو بیارزشی
- دیدنامیدانه پهنده
- افکار صدمه به خود و خودکشی
- اختلالخواب
- از بینرفتنآشناها

C. خانممشکلاتقابل ملاحظه در وظایفشخصی، فامیلی، اجتماعی، مسلکیو دیگرز مینه هایمهمز ندگیداشتهاست.

- دربار هچیز هایمختلفز ندگیروز مرهمثلوظیفه، مکتب، فعالیتها یاخانگیو اجتماعیبیرسید.
- اگر A, B, C هر سهپیرایمدت 2 هفتهموجوداند، پساختلالافسر دگیمتوسط-شدیدموجوداست.

آیا برایاعراضموجود هکدامتوضیحاتدیگرموجوددارد؟ (غیر از اختلال افسردگی متوسط-شدید)

A. از عدمموجودیتتمامحالاتکهسببایجاد اعراضماننداختلالافسر دگی میشود خود را مطمئن سازید.

B. از عدمموجودیتکمخونی، سوء تغذی، عدمکفایه غدهتایروید، سکنهمغزیو از اعراضجانبیادویه کهسبببوز چنیناعراض میگردد (مثلا: تغییر حالتروانیاز سبباستفادهستیروید) خود را مطمئنسازید.

1. از عدمموجودیتحمالتانیاخود را مطمئنسازید.

ارزیابینمایید که طیمدتکه چندینبار حملاتر خداد هایخانما عاداتما هو ار خویشرا گذشتاندهاستیاخیر؟

a. کاهش ضرورت به خواب.

- b. خوشی کاذب بیش از حد، گشاده خویی، و یا هم حالت مزاجی مخرش.
- c. افکار مغشوش، به آسانی پریشان هواس شدن.
- d. افزایش فعالیت ها، احساس افزایش انرژی، و سخن های سریع.
- e. روشهای هیوسیبیروایی مثل قمار زدن بیش از حد یا خرچ کردن پول بیش از حد، و تصمیم گرفتن های مهم بدون هیچ نوع پلان گذاری.
- f. ویا هم اعتماد به نفس دور از حقیقت و اغراق آمیز.

خانم یکبار حملات مانیا را گذرانده است و 5 اراضی دیگر را از 1 هفته موجود دو اراضی منکر سبب اختلال در وظایف روزمره گردیده است، و با ایجاد خطر به خود خانم و دیگران گردیده باشد. اگر چنین است، پس افسردگی سبب اختلال دیگر بینا اختلال دو قطبیا (bipolar disorder) میباشد. و سازمانیای مختلف کار دارد. باید با متخصصین تماس شود.

- A. از عدم موجودیت عکس العمل های نورمال در مقابل خشونت خود را مطمئن سازید. عکس العمل وقتی نورمال شده میتواند که:
- B. بدون مداخله کلینیکی طی مدت طولانی بهتری قابل ملاحظه حالت مریض موجود باشد.
- C. هیچنوعی یخچال گذشته اختلال افسردگی متوسط-شدید و یا هم حمله مانیا وجود ندارد.
- D. این اراضی سبب آسیب رساندن وظایف روزمره نمیکرد.

مدیریت اختلالات متوسط و خفیف افسردگی: مهار نمودن و مدیریت اختلال افسردگی متوسط-شدید:

تعلیمات روانی را پیشکش نمایید.

پیامهای مدمبر یا خانمها (از آنها بخواهید خدمات، در صورت تمنا سبب بدن)

1. افسردگی یک حالت عادی بود که میتواند بهر کس رخ دهد.
2. رخدادهای افسردگی به این معنی نیست که خانم ضعیف یا تنبلاست.
3. برخورد منفی دیگران (طوری مثال، شما باید قوی باشید، جودار ادا کنید.) به این حقیقت بر میگرد که افسردگی یک حالت قابل دید نیست، (بر خلاف یک کسر یا خم) و همچنان عقیده غلط که شخص میتواند افسردگی خویش را توسط وریا اختیار یک کنترل و لکر دهمیتواند.
4. افراد افسردگی بار خود، زنگی خویشو آینده خویشا فکار منفی میداشت باشند. حالت فعلیشان خیلی به مشکل بوده، و لیا افسردگی میتواند فکار غیر منطقی و نامیدیر اسبب گردد.
- این اراضی و بهر چه دیمیر و دو قتی افسردگی کنترل و لکر گردد.
5. تا این که نتوانید او را جویا کنید، چند هفته را در بر میگیرد.
6. اگر مشکل شما باشد خانم باید که ششبر ایجا را یکار هایدیل نماید. این فعالیتها سبب بهتر شدن حالت خراب و انیویمیکرد.
- فعالیتها یکهر گذشتند تا داشتند آنها را کوشش بهر امداد ننمایید
- و قتی او بیدار شدن خویش را تنظیم نماید.
- بهر انداز که میتواند، فعالیتها یفزیکیا را کند.
- کوشش نماید تا بهر قتمناسبو مقدار مناسب غذا صر فنماید، با وجود این که تغییر در اشتها دارد.
- کوشش نماید که با دوستان و فامیلا با اعتماد خود و قتی سپرینماید
- کوشش نماید در اجتماع فعالیتها یا اجتماعیه سبب باشد.
- از افکار خود کشیو صدمه بهر داگها باشد. اگر چنین فکار را در مییابید، بلایشان فشار نیارید.
- به یک شخص صفا با اعتماد خبر دهید و بهر ویکها امکان داشت بهر کم کرد و بار هباید.

حمایت اجتماعی را تقویه نمایید و کنترل فشار را تدریس کنید.

اگر تداوی کننده آموزش دیده و نظارت شده میسر باشد، مسله رجعت دهی برای تداوی کوتاه روانشناختی برای افسردگی را هر زمانی که ایشان میسر بودند در نظر بگیرید

- مشاوره حل مشکلات
- تداوی بین فردی
- تداوی های شناختی-رفتاری

- فعال سازی رفتاری

ادویه های ضد افسردگی را مد نظر بگیرید.

- تنها زمانی به تجویز ضد افسردگی اقدام نمایید که در قسمت استفاده از آنها آموزش شدید به باشید

در حالات زیر با متخصص مشوره کنید.

- فرد (خانم) قادر نیست تداوی های بین فردی و شناختی-رفتاری یا ضد افسردگی ها را دریافت نماید
- وی (خانم) در معرض خطر قریب الوقوع خودکشی یا خود ازاری قرار دارد

1. قضیه را تعقیب نمایید

- پیگیری های عادی (معمول) را پیشنهاد کنید. ملاقات دومی را بین یک هفته و ملاقات های بعدی را مطابق به کورس اختلال تنظیم نمایید
- اعراض نزد وی را پیگیری نمایید: در صورتیکه بهبود در وضع فرد دیده نشود/ نباشد رجعت دهی را در نظر بگیرید

Details on the assessment and management of moderate severe depressive disorder, including prescription of antidepressants can be found in the mhGAP intervention guide: http://www.who.int/mental_health/publications/mhGAP_intervention_guide/en/

Z

1 اختلال فشار روانی پس از حادثه:

دفعات بعد از یک تجربه تر و ماتی که فعال مانده به هر دار چنسی، اکثر خانمها از یک اختلال روانی رنج میبرند. بر این تعداد از خانمها اینیکه عکس العمل گذر بیود هو ضرور تبه کننر ول کلینیکی ندارد. و قتییکه مجموعه از اعراض خاص (تجربه های باره، اجتناب و احساس شدیدی تهدید موجوده) به شکل و امدار بر ایاضافه از 2 ماه باقیماند، پس از اختلال پس از تر و مانی دشبوروز کرده است. با وجود نامان، اختلال استرس پس از تر و مانی و ماضور نیست که هیگانه تحت الحاح تعد نیست که بعد از خوشنتر خمیده. ایننو عواقب آنها چنان می تواند سبب فعال ساز یانو اعمتلاف اختلال تصحیر و انیمیشود.

شکایات نامادیاختلال فشار روانی پس از حادثه:

خانم های که دارای اختلال استرس بعد از تر و مانی اند به مشکل از خانم های از مشکلات دیگر رنج میبرند. بخاطریکه آنها در ابتداء اعراض غیر مشخص از خود نشان میدهند. مثل:

- مشکلات خواب (مثلا: کمبود خواب)
 - تخرشیت، حالت روانی افسرده و اضطراب دوامدار.
 - چندینا عراضی که یکنو امدار که سبب یکیواض حدناشته باشد. (مثل: سردردی، ضربانسر یعقلب)
- گرچه با سوالات جواب آنها شاید واضحه ساز دکها از مشخصات اختلال استرس پس از تر و مانی ندگیمیکند.

مانند اختلال افسردگی، و اختلال استفاده ها کولمیگر دد.

ارزیابی اختلال فشار روانی پس از حادثه:

هرگاه خشونت حدود یک ماه قبل واقع شده باشد، خانم را برای اختلال استرس پس از تروما (PTSD) بررسی کنید.

• ارزیابی کنید:

1. اعراض تجربه دوباره هیامعروض شدند دوباره:-
مرور یا برگشت خاطر ابتداء خشونت، چنانکه فکر میکنند که همه چیز خوشتر و قه حال حاضر به وقو عمیقو ند. (مثلا: خوابهای وحشتناک، پسمانها، و یا هم خاطر ابتداء که با ترسو و وحشت شدید)
2. اعراض اجتناب کننده:- اجتناب عمدی افکار، خاطرات، فعالیتها و افعات که خانم را و ادار به خشونت تکرده است. مثلا: اجتناب از سخن گفتن در بار مشکلات که اورا به یاد خشونت میندازد. و یا اجتناب از رفتن به جاهای که خانم را به یاد گذشته میندازد.
3. اعراض مربوط به احساس شدید تهدید فعلی: نگرانی شدید و آگاه بودن از خطر و یا عکس العمل نشان دادن به حرکات ناگهانی (طور مثال: گوشه زنگیدن، و یا عصبی بودن).
4. مشکلات در وظایف و روزمره ها: تمام اعلامی 1 ماه بعد از خشونت موجود باشد پس اختلال استرس پس از تروما ممکن است. همچنانچه که خانم که خانم که مشکل دیگر طبی، اختلال افسردگی متوسط-شدید، افکار خودکشی و یا مشکلات استفاده و یا هم خطر یا الکل دار دیاخیر

مهارنمودنیامدیریت نمودن اختلال فشار روانی پس از حادثه

1. خانم را در بار اختلال فشار روانی پس از حادثه تعلیمات دهید.
2. حمایت اجتماعی را تقویت کنید، و کنترل و مدیریت استرس را برایشان تعلیم دهید.
3. اگر در مانگر آموزش شدید و یا از یابیشده موجود اند، رجعت دهید و مدنظر بگیرید.
4. اگر متخصص موجود است، با او مشور کنید.
5. تعقیب کنید.

مدیریت اختلال فشار روانی پس از حادثه:

خاتم را در باره اختلال فشار روانی پس از حادثه تعلیمات دهید. توضیح دهید:

- بسیاری مریضان از اختلال پس از تروما بعد از مدت زمانی بدون تداوی صحت یاب میشوند، تداوی صحت یابی مریض را سرعت میدهد.
- اشخاص با اختلال فشار روانی پس از حادثه اکثر افکار میکنند هنوز هم در خطر اند، و آنها زیاد به تشویش میباشند. آنها به زودی عصبی میشوند. و یا هم همیشه در انتظار خطر میباشند.
- اشخاص با اختلال فشار روانی پس از حادثه تروماتیک خاطرات بدی میداشته باشند. وقتی که این رخ میدهد، آنها از احساسات مثل ترس و وحشت را تجربه میکنند که مشابه احساسات گذشته بوده هنگام که خشونت رخ داده بود. آنها همچنان خواب های ترسناک میداشته باشند.
- اشخاص که اختلال استرس پس از تروما دارند، کوشش به اجتناب از خاطره های گذشته میکنند. قسمیکه (این نوع دوری کردن ها سبب ایجاد مشکلات در زندگی شان میشود.
- (اگر امکان داشته باشد) اشخاص که اختلال استرس پس از تروما دارند، شاید مشکلات دیگر فزینی و روانی داشته باشند، مثل: درد بدن، کاهش انرژی، بیحالی، تخریب، و حالت روانی افسرده.

به او (زن) توصیه نمایید:

- کار های روزمره خود را تا حد امکان به شکل نارمل ادامه بدهد.
- همراه با اشخاص قابل اعتماد وی سخن بگوید، در باره حادثه ای که رخ داده و چه احساس دارد. لکن این کار را وقتی اجرا کنید که خانم به آن آماده باشد.
- در فعالیت های استراحت کننده خود را مصروف سازد. تا اضطراب و تشویش وی کم شود.
- برای مهار کردن اختلال استرس پس از صدمه باید از الکل و مواد مخدر دوری کرد.

1. حمایه اجتماعی را تقویت کنید، و کنترل و مدیریت استرس را برای شان تعلیم دهید.
2. اگر درمانگران آموزش دیده و ارزیابی شده موجود اند، رجعت دهی را مد نظر بگیرید.
 - تداوی شناختی- رفتاری متمرکز بر صدمه بشکل انفرادی و یا گروهی (CBT-T)
 - حساسیت زدایی حرکات چشمان و اجرایی ساختن دوباره (EMDR)
3. اگر متخصص موجود است، با او مشوره کنید.
 - اگر خانم قادر نیست تداوی های شناختی- رفتاری و یا حساسیت زدایی حرکات چشمان و اجرایی ساختن دوباره را دریافت نماید
 - خانم در معرض خطر قریب الوقوع خوکنشی/خود آزاری قرار دارد
4. تعقیب کنید.
 - قرار ملاقات های بعدی را در فاصله بین دو تا چهار هفته تنظیم کنید و ملاقات های بعدتر ان نظر به معیاد اختلال تنظیم میگردد

مواد درسی ۵.۵. تکنیک های ساده برای اعراض عمده و پیامد ها:

تمرین ارامسازی و تمرین در حال نشسته

تمرین ارامسازی ساده:

معرفی: "تشویش و اضطراب بعد از معروض شدن به خشونت عادی میباشد. و به شما بیشتر مشکل میسازد که با مشکل که روبرو هستید، آنرا حل بکنید. برای حل مشکل که شما آنرا تجربه کرده اید، راه حل آسان موجود نمیباشد. لکن ورزش های آرام کننده در طول روز شاید کمک کند که شما بهتر بخوابید، بهتر تمرکز کنید، و انرژی بیشتری داشته باشید."

برای کاهلین:

- به آهستگی شپه قاجر اکند، (1001، 1002، 1003، ...) تا از طریق بینی پیه پیتانرا پیر نمایید. و به همیشگی کلپن تانرا پیر نمایید.
- به آرمیو خاموشی به خود بگوئید، بدن ما آرامش پذیر شده است. به آهستگی فیر اجر اکند. (1001، 1002، 1003، ...) از طریق پدهنتانو به بسیار ارامش شپه پیتانرا اخالینمایید. تا پائین معد هتان.
- به آرمیو آهستگی به خود بگوئید که بدن من تمام تشویشهار از خود دور میکند.
- اینجمله را 5 بار تکرار کنید.
- اینکار را در روز چندین بار کوشش کنید که انجام دهید.

برای اطفال:

- بیاید دیکنو عدیگر از تنفس را تمرین کنیم که بسیار امشب بدن ما میشود.
- یک دستتان را بالا میعد هتا بگذارید. (عملی نشاندهید)
- خوب، حالو قتیما تنفس می کنیم از طریق بینی خود. مار پیه خور از هوا پیر می کنیم و شکم ما به این شکل پیر و نبر آمده میباشد.
- بعدما از طریق پدهناینها را اچار جمی سازیم، ببینید که شکم ما دوبار هدا خلمیرود، به این شکل، عملان شاندهید.
- ما بسیار به آهستگی تنفس می کنیم هنگامی که همتا 3 حساب می کنیم. و بعدتا 3 حساب می کنیم و شما هوار از ششهایتان اچار جمی کنید.
- بیا که هیکالینرا اجر اکنیم. آفرین، بسیار عالی.

تمرین حالت نشسته:

معرفی:

بعد از تجربه بنمو دنخسونت، شما خود را اسر اپا پوشید هیا احساسات در میابید، و نمیتوانید در بار هداثه فکر خود را متوقف سازید. پس شما نمیتوانید از یک میتود بنام grounding استفاده کنید که به شما کمک میکند تا کمتر زیر احساسات غرق شوید. تمرین در حالت نشسته بطور یکبار میکند که تو چشم از افکار تانیهجهان خارج نمیشود. و این چیزی است که شما میخواهید.

برای کاهلین:

بهیچکالتا ستر احتیاجش نیستید که پاها و دستهایتان را و بیهمنباشد. بهآهستگی و عمیق تنفس کنید
به چهار اطر افتاننگا کنید و نام 5 چیز را که توشویشتر انگیز نباشد بگنید. مثلاً: منفرد شرمی بینم، بوترا می بینم.
و غیره تنفساً هسته و عمیقاً را کنید. بعداً 5 صدایر امیشنوید، و توشویشتر انگیز نیست نام بگنید. مثلاً:
من صدای یک خانم را می شنوم، صدای پستشدن دروازه. صدای تاپیکردن، صدای زنگ تیلیفونو غیره
بهآهستگی و عمیق تنفس کنید. بعداً 5 اشیایر ابا لمس احساس میکنید، و توشویشتر انگیز نیست نام بگنید. مثلاً: 5
من دستجو بیابانجو کیر احساس میکنم، من احساس میکنم که چو کیبه پشت من اسرار د، من کمپلر احساس میکنم با دستان خود.
بهآهستگی و عمیق تنفس کنید.

برای اطفال:

شما محتاطا اطفال را دید هاید که اسمر گهای اطر افخود را تکرار میکند. طور مثال: به طفل بگوئید. آیامیتوانی 5
رنگ را که در چهار طرف من لحظه می بین نام بگنیر. آیابهر نگا بچیز بر می بینید؟ رنگ زرد؟ و یا سبز را می بینی؟ اگر این مداخلات کمکی بسبب بهبود احساسات شد نمیتواند، پس باید با شخص مسلک بصدا
ترو انیمشور هنما یید، چو نشاید به تجویز ادو به ضرورت نباشد.
و ایننو عدا اخلر ابا شخاصیا اختصاصا صد هید که مشکلید، شنوایی، و تکلمداشتها باشند.

تمرینات کاهش فشار روانی

طریقه تنفساً هسته

پاهایتان را هموار کرد هیا لایز مینشینید.
بعد از این که یاد گرفتید که تمرین را چگونهارا کنید، آنرا با چشمان بسته اجرا کنید.
و این تمرین را در هر جامیتوانید اجرا کنید.
اول بدنتان را ستر احتیاج هید، دستها و پاهایتان را حرکت داده و سست سازید، شانه هایتان را به عقب راند و سر تان را به دوطرف حرکت دهید. دستهایتان را بالا بکشید تا نگذارید. و در باره تنفساً تفکر کنید.
بهآهستگی تمام هوا را از پاهایتان از طریق دهان خارج کنید، و شکمتان را به داخل فرو رفته احساس کنید.
حالبهآهستگی و عمیقاً طریق قبیلین تنفس کنید. و شکمتان را برآمد به بیرون احساس کنید. بهآهستگی و عمیقاً طریق قبیلین تنفس کنید 1، 2، 3
در هر ششقی شمار کنید. به همین شکل در هر ذفیر همتا 3 شمار کنید.
به همین شکل برای 2 دقیق تنفس کنید. هنگامیکه تنفس میکنید احساس کنید که حاضر ابا بدنتان خارج میشود.

طریقه استرخای عضلین پیشرونده.

- در این تمرین شما عضلات تان را تقبض داده و بعداً آنرا ستر خامید هید. از انگشتان پا هایتان آغاز کنید.
- انگشتان پا هایتان را حلقه کنید. و عضلات انگشتان تان را در حالت تقبض نگه دارید. در عین حال تنفس عمیق بگنیر بدو تا 3 شمار کنید. بعداً انگشتان تان را ستر خاد هید، و در عین حال تنفس تان را اجرا کنید.
- به شکل عادی تنفس نموده و مستر بچشدن در انگشتان تان احساس کنید.
- عین تمرین را بر ایهر عضو بدنتان به همین شکل تکرار کنید.
- 1. عضلات پاها و ران هایتان را در حالت تقبض نگه دارید.
- 2. شکمتان را تقبض دهید. دستهایتان را به حالت مشت در آورید.
- 3. دستهایتان را از رانها تقبض نماید و به همین حال تنگ نگه دارید.
- 4. استخوانهای شان هایتان را به هم نزدیک کرده و در حالت تقبض نگه دارید.
- 5. شان هایتان را به هر اندازه که میتوانید بالا باندازید. تمام عضلات چهره تان را شخ بگنیرید.

- حال زنج تانرا بالای سینه تان پایین کنید. وقتی که نفس میگیرید به آهستگی و احتیاط سر تان را به شکل دایروی راست چرخ بدهید. و هنگامیکه نفس تان را خارج میسازید سر تان را دوباره به طرف چپ نزدیک سینه تان چرخ دهید. اینکار را 3 بار اجرا کنید. و حال عکس آنرا اجرا کنید. تنفس را به طرف چپ اجرا کنید و دوباره به طرف راست ذفیر اجرا کنید. اینکار را هم 3 بار اجرا کنید.
- حال سر تان را به وسط حالت عادی بیاورید، و احساس کنید که به چه اندازه آرامش ده اید.

ضمیمه:

برنامه ارزیابی و حفاظت

شماره راجستر	رمز شخصی
	رمز رویداد

محرم است

خشونت خانوادگی

ارزیابی خطر نزد بازمانده گان خشونت خانوادگی:

یادداشت برای عرضه کننده مراقبت های صحی :

تنها سوالات و قدمه هابرا در نظر بگیرید که پاسخده وضعیت منحصر به فرد بازمانده باشد

زمانیکه خانم حد اقل به سه تا از سوالات زیر جواب بلی میدهد احتمالا وی به خطر بلند و آنی خشونت قرار دارد

1. آیا شما در معرض خطر آنی قرار دارید؟ ☐ بلی ☐ نی
2. آیا طی ۶ ماه گذشته اکثر اوقات خشونت فیزیکی واقع شده یا در هر ماه بد تراز قبل شده؟ ☐ بلی ☐ نی
3. آیا هرگز (مرد) از اسلحه استفاده نموده یا شما را توسط اسلحه تهدید نموده ؟ ☐ بلی ☐ نی
4. آیا باور دارید که وی میتواند شما را میکشد؟ ☐ بلی ☐ نی
5. آیا هرگز زمانی که حامله بوده اید مبادرت به لت و کوب شما نموده است؟ ☐ بلی ☐ نی
6. آیا بصورت دوامدار وی نسبت به شما حسود و پرخاشگر است؟ ☐ بلی ☐ نی

اگر بازمانده احساس میکند در خطر است وی را در مورد گزینه های رجعت دهی و حقوقش معلومات دهید

- برای حفاظت هیجانی: اریه معلومات وانگیزه دهی و رجعت دهی به خدمات صحت روانی را فراهم نمایید
- رجعت دهی به خدمات ثانوی صحت روانی را فراهم کنید، بعضی اوقات میتوان از طریق پیشنهاد بستری شدن از مصوونیت بازمانده مطمئن شد تا وی راه حل مناسب را دریافت نموده و حفاظت خودش را خود تامین کند.

زمانیکه بازمانده رجعت دهی را قبول کرد مطمئن شوید که مستقیما رجعت داده شود

- او را (زن- مرد) که برنامه مصوونیت خویش را بسازد
- قرار ملاقات را برای پیگیری بعدی تعیین کنید.

برنامه مصوونیت برای بازمانده خشونت خانوادگی

یادداشت برای عرضه کننده مراقبت های صحی: به بازمانده معلومات دهید که وی (زن یا مرد) بالای رفتار های

پر خاشگرانه مهاجم (مهاجمین) خود کنترول ندارد. اما وی (زن یا مرد) میتواند انتخاب کند که چه پاسخی به مهاجم (مهاجمین) بدهد تا خود (زن یا مرد) و اطفالش مصون بمانند.

1. اگر شما ضرورت یافتید که منزل خود را به عجله ترک کنید؟ به کجا میتوانید بروید؟

2. آیا شما به تنهایی میروید یا اطفال را نیز با خود خواهی برد؟

3. شما چگونه به انجا میرسید؟

4. آیا زمانی که منزل را ترک میکنید، نیاز است بعضی اسناد، کلید ها، پول، لباس ها یا اشیای دیگر را با خود بگیرید؟

5. آیا شما میتوانید اشیای را با هم در یک جای مضمون یا نزد شخصی بگذارید، فقط در صورتی که ضرورت باشد؟

6. زمانی که شما منزل را ترک میکنید به پول دسترسی دارید ؟ در کجا قرار دارد؟ شما در حالات عاجل میتوانید انرا بدست بیاورید؟

7. آیا شما کدام یک از همسایه های خویشرا سراغ دارید که برایش در مورد خشونت بگویید و وی در صورتی که سر و صدا را بشنود به پولیس زنگ بزند یا برای معاونت شما بخانه تان بیاید.

رمز رویداد

نمبر راجستر

رمز شخصی

محرم است

خشونت غیر خانوادگی

ارزیابی خطر به بازمانده گان خشونت غیر خانوادگی

یادداشت بری عرضه کننده مراقبت های صحنی :

تنها قدمه ها و سوالاتی را در نظر داشته باشید که پاسخی به وضعیت منحصر بفرد بازمانده باشد.

☐ بلی ☐ نخیر

1. آیا امکان مواجه شدن دوباره با مهاجم وجود دارد؟
در صورت بلی، توضیح دهید:

2. مهاجم در مورد اینکه شما در کجا زندگی و کار میکنید، به مکتب یا جای دیگر بطور منظم میروید معلومات دارد؟

بلی ☐ نی ☐

3. آیا باوردارید که وی میتواند شما را بکشد؟ بلی ☐ نی ☐

4. آیا از زمان وقوع پیشامد تا اکنون با شما تماس گرفته

در صورت بلی توضیح دهید:

بلی ☐ نی ☐

5. آیا مهاجم به منزل شما دسترسی دارد؟

بلی ☐ نی ☐

6. در صورت بلی توضیح دهید:

7. آیا کسی (عضو فامیل، خسران، همسایه، دوستان، یا عضو جامعه) است که بتواند نقش حفاظتی را برای شما بازی کند و

شما با وی درین مورد مشوره و صحبت نمایید بلی ☐ نی ☐

در صورت بلی، توضیح دهید:

اگر بازمانده خود را در خطر احساس میکند، لطفاً به وی (زن یا مرد) در مورد گزینه های رجعت دهی و حقوقش معلومات دهید

- برای مصونیت: در مورد خدمات میانجی گری، قانونی و محافظتی به بازمانده معلومات قوی ارایه بدارید
- برای مصونیت هیجانی: در مورد سیستم صحت روانی و رجعت دهی معلومات ارایه نموده و انگیزه بدهید

- برای حفاظت هیجانی: معلومات و انگیزه برای رجعت دهی به خدمات صحت روانی را فراهم نمایید
- رجعت دهی به خدمات ثانوی صحت روانی را فراهم کنید، بعضی اوقات میتوان از طریق پیشنهاد بستری شدن از مصونیت بازمانده مطمئن شد تا وی راه حل مناسب را دریافت نموده و حفاظت خودش را خود تامین کند.

زمانیکه بازمانده رجعت دهی را قبول کرد مطمئن شوید که مستقیماً رجعت داده شود

زمانیکه بازمانده در همان لحظه رجعت دهی را نپذیرفت :

- در قسمت ساختن یک برنامه حفاظتی همایش کمک نمایید
- جهت پیگیری برای ملاقات های بعدی قرار بگذارید

برنامه حفاظتی برای بازمانده گان خشونت غیر خانوادگی

یادداشت برای عرضه کننده مراقبت های صحی:

به بازمانده معلومات دهید که وی (زن یا مرد) بالای رفتار های پر خاشکرا نه مهاجم (مهاجمین) خود کنترل ندارد. اما وی (زن یا مرد) میتواند انتخاب کند که چه پاسخی به مهاجم (مهاجمین) بدهد تا خود (زن یا مرد) مصون بمانند.

1. اگر شما ضرورت یافتید که منزل خود را به عجله ترک کنید؟ به کجا میتوانید بروید؟

2. مرتکب در کدام جا ها مکرراً ظاهر میگردد؟

به بازمانده وضاحت دهید آگاهان جا ها باشد

3. کی شما را حفاظت و یا کمک نموده میتواند؟ (حتی بدون اینکه آنها را آگاه ساخته باشید)؟

4. چه راهبرد های را برای بهبود محافظت خود در خانه استفاده نموده می‌توانید؟

5. چه کسی شما را زمانیکه منزل را ترک می‌کنید به مکتب یا وظیفه می‌رود همراهی خواهد کرد؟

⇒ تجربه خشونت معمولاً ناتوان کننده بوده و سبب زهکشی هیجانات می‌گردد، بنا به بازمانده توضیح دهید که این بسیار مهم است تا وی هیجانات و انرژی یا توان و منابع خود را محفوظ نگهدارد و کوشش نماید از حالات هیجانی مشکل اجتناب نماید

a. اگر با شخص مهاجم مقابل شدید چه چیز های است که شما ممکن در آن موقع بکنید؟

b. آن چه چیز های است که شما به خود جهت دریافت قوت لازم ، زمانیکه یک مهاجم کوشش مینماید شما را زیر انداخته، کنترل و سو استفاده نماید می‌گویید؟

c. با کی بخاطر دریافت حمایت تماس گرفته می‌توانید؟-----

عناصر برنامه حفاظتی

عناصر برنامه حفاظتی	
جای مصوون برای رفتن	اگر شما ضرورت به ترک انی منزل پیدا کردید، به کجا خواهید رفت؟
برنامه برای اطفال	ایا شما به تنهایی خواهی رفت یا توام با اطفال؟
انتقالات	شما چگونه به آنجا خواهی رفت؟
اشیای که با خود بگیری	ایا شما به گرفتن کدام اسناد، کلید ها، پول، النسه و یا سایر اشیا زمانیکه شما منزل ترک میکنید ضرورت دارید ؟ چه چیز های برای شما اساسی است تا با خود بگیری؟
	ایا شما اشیا را با هم در یک جای محفوظ یا نزد شخصی گذاشته می‌توانید؟
مسایل مالی	زمانی که شما منزل را ترک میکنید به پول دسترسی دارید؟ در کجا قرار دارد؟ شما در حالات عاجل می‌توانید انرا بدست بیاورید؟

حمایت یک شخص نزدیک	آیا شما کدام یک از همسایه های خویش را سراغ دارید که برایش در مورد خشونت بگویید و وی در صورتیکه سر و صدا را بشنود به پولیس زنگ بزند یا برای معاونت شما بخانه تان بیاید.
--------------------	--

1.

چارت رجعت دهی⁹

وظیفه کمکی			
چارت رجعت دهی			
برای چه رجعت می‌دهید	به کجا / و به کی رجعت می‌دهید	تماس ادرس	مسئولیت های پیگیری
پناهگاه/ سر پناه			
مراکز بحران			
مساعدت های مالی			
مساعدت های قانونی			
گروپ های حمایتی			
مشاوره			
مراقبت های صحت روانی			
مراقبت های اساسی			
مراقبت های اطفال			

⁹Please use the Model of Healthcare Sector Response to GBV developed by UNFPA Afghanistan as a reference.