

ما هو التحكّم القسري؟

إن التحكّم القسري هو شكل من أشكال العنف الأسري والمنزلي يصعب التعرّف عليه وقد يتعرّض له أي شخص، بغض النظر عن خلفيته الثقافية. يحدث التحكّم القسري عندما يحاول الطرف المتحكّم الهيمنة والتحكّم في شخص آخر كالزوج أو الزوجة أو شريك الحياة أو أحد أفراد العائلة من خلال التلاعب به وتخويله.

التعرّف على التحكّم القسري

للمهاجرات واللاجئات

ما هي علامات التحكّم القسري؟

إن التحكّم القسري هو الهيمنة على شخص آخر. وبالنسبة للأفراد المهاجرين واللاجئين، فإن المواقف التالية قد تزيد من فرص حدوث التحكّم القسري:

الحواجز اللغوية والعزلة

قد يمنعك زوجك أو شريك حياتك أو عائلته من الحصول على المساعدة أو فهم حقوقك من خلال استغلال عدم إتقانك للغة الإنجليزية. على سبيل المثال:



- منعك من حضور دروس اللغة أو التفاعل مع أشخاص ناطقين باللغة الإنجليزية، الأمر الذي قد يحدّ من قدرتك على طلب المساعدة من الناس.
- عزلك عن طريق منعك من الاتصال بعائلتك وأصدقائك وجيرانك أو رؤيتهم والانتفاع من الخدمات في المجتمع.

استخدام النظم القانونية

من الممكن أنك لا تعرفين حقوقك القانونية في أستراليا، مما قد يؤدي إلى استغلال زوجك أو شريك حياتك لهذا الأمر للتلاعب بك أو تخويلك. وقد يقوم بما يلي:



- تهديدك باتخاذ إجراءات قانونية لمنعك من الحصول على المساعدة أو استخدام حقوقك.
- استغلال معرفتك المحدودة للقوانين للكذب عليك بشأن القوانين الأسترالية.

تذكّري أن أشكال التحكّم القسري قد تختلف بين شخص والآخر. إذا كنت تشعرين أنّ شيئاً ما غير صائب تواصلتي وتحدّتي مع شخص يمكنه مساعدتك. تجدين في الصفحة التالية لائحة ببعض الخدمات التي يمكنك التحدّث إليها حول التحكّم القسري.

الوضع فيما يختص بالهجرة والخوف من الترحيل

قد يستغل زوجك أو شريك حياتك أو أحد أفراد عائلته وضعك فيما يختص بالهجرة أو تأشيرتك للسيطرة عليك أو التهديد بترحيلك أو منع وصولك إلى مستنداتك. على سبيل المثال:



- التهديد بالإبلاغ عنك إلى سلطات الهجرة أو الشرطة إذا حاولت فسخ علاقتك به.
- رفض مساعدتك في إكمال مستندات تأشيرتك لكي تواصل الاعتماد عليه.

التوقعات الثقافية أو الدينية

قد يستخدم زوجك أو شريك حياتك أو أحد أفراد عائلته المعتقدات الثقافية أو الدينية للتحكّم في سلوكك ومن الأشخاص الذين يمكنك التحدث معهم. وقد يمنعك أيضاً من ممارسة الشعائر الدينية أو معتقداتك الروحية. مثلاً:



- إجبارك على التصرف "بطريقة تقليدية" لأنك امرأة.
- منعك من الذهاب إلى الصلوات والطقوس الدينية أو التجمّعات الثقافية.

الاعتماد عليه للحصول على الأموال والتحكّم في أموالك

قد تنطوي الإساءة المالية على عدم السماح لك بالوصول إلى أموالك الخاصة، أو التحكّم في كيفية إنفاقك لها. على سبيل المثال:



- مراقبة الحسابات المصرفية أو عدم السماح لك بالوصول إليها أو رفض إعطائك المال لشراء احتياجاتك.
- مطالبة عائلتك بدفع المهر.
- تخويلك بالقول إنه سينهي الزواج إن لم يتم تلبية مطالبه المالية.

ما الخطوات التي يمكنك أخذها؟

قد يكون إنهاء علاقة مُسيئة أمراً صعباً للغاية، وقد تواجهين حواجز كالخوف والمشاكل المالية والمخاوف المتعلقة بالهجرة والروابط العاطفية التي تربطك بالشخص الذي يمارس التحكّم القسري. لا بأس من طلب المساعدة واتخاذ الخطوات اللازمة لترك الشخص عندما تشعرين بأنك مستعدة لذلك وبأنه يمكنك القيام بتلك الخطوة بأمان.

ضعي خطة لسلامتك

ضعي خطة بالخطوات التي يمكنك اتخاذها لحماية نفسك، كتحديد الأماكن الآمنة التي يمكنك اللجوء إليها مثل المكتبة أو المركز المجتمعي والشخص الذي تثقين به والذي يمكنك التواصل معه في حال حدوث أي طارئ. قد تتمكن المنظمات المُدرّجة أسماؤها في الجهة المقابلة مساعدتك في القيام بذلك.



سجّلي الحوادث

احتفظي بسجل للأوقات التي تتعرّضين فيها للتحكّم القسري في علاقتك، بما في ذلك التواريخ وأسماء الشهود وأي تفاصيل مُحدّدة أخرى. خبّئي هذا السجل في مكان آمن.



خبّئي الأشياء الثمينة والمستندات المهمة

ابحثي عن مكان سري وآمن لإخفاء الأشياء الثمينة كالمجوهرات والمستندات المهمة كالأوراق الثبوتية وأوراق الهجرة.



اعرفي حقوقك

اعرفي ما هي حقوقك في أستراليا فيما يتعلق بقوانين الزواج والهجرة والعنف المنزلي. هناك خدمات قانونية مجانية يمكنها مساعدتك. اتصلي بخدمة المساعدة القانونية (Legal Help) على الرقم 1300 792 387 للمزيد من المعلومات.



احصلي على الخدمات التي تراعي الثقافات المختلفة

ابحثي عن خدمات الدعم التي تراعي الثقافات المختلفة والتي تقدّم خدمات المترجمين الشفهيين. قد تقدّم لك هذه الخدمات التوعية والمساعدة التي تحتاجين إليهما مع احترام خلفيتك الثقافية في الوقت عينه. راجعي قائمة الخدمات الموجودة على الجانب الآخر.



يمكنك الاتصال بالخدمات التالية:

مركز إن تاتش (inTouch)
متعدد الثقافات لمناهضة العنف الأسري

inTouch
Multicultural Centre
Against Family Violence

اتصلي على الرقم 1800 755 988
للتحدث إلى أحد موظفي الدعم.
يفتح أبوابه من الساعة 9:00 صباحاً
وحتى الساعة 5:00 مساءً
من الاثنين إلى الجمعة
www.intouch.org.au

Safe Steps (سايف ستابس)

safe steps

اتصلي على الرقم 1800 015 188
للحصول على الدعم والمعلومات
والسكن في الأزمات.
يتوفر 24 ساعة في اليوم
و 7 أيام في الأسبوع
www.safesteps.org.au

1800RESPECT

1800RESPECT

اتصلي على الرقم 1800 737 732
للحصول على المشورة والمعلومات والدعم
بشأن العنف المنزلي والأسري والجنسي.
كما يمكنك الدردشة معهم مباشرة عبر
الإنترنت.
www.1800respect.org.au

**The Orange Door
(ذي أورينج دور)**

the orange door

ابحثي عن المساعدة لحالات العنف
الأسري بالقرب منك.
www.orangedoor.vic.gov.au

إذا كنت بحاجة إلى مترجم شفهي لأي من هذه الخدمات، اتصلي بـ TIS (خدمات الترجمة الخطية والشفهية) على

الرقم 131 450 واطلبي منهم الاتصال بالأرقام المذكورة أعلاه. يُرجى زيارة: www.tisnational.gov.au