

فصل 19

درین فصل:

- 328..... تجاوز جنسی و حملات جنسی
- 328..... تجاوز جنسی به وسیله آشنایان زن
- 329..... تجاوز جنسی بوسیله افراد بیگانه
- 330..... چگونه از تجاوز جنسی جلوگیری شود
- 330..... این نظریات ممکن است برای زنان در جلوگیری از تجاوز جنسی کمک نماید
- 330..... جلوگیری از تجاوز توسط افراد آشنا
- 331..... کمک به اطفال در جلوگیری از سوءرفتار جنسی
- 332..... دفاع خودی برای زنان
- 334..... اگر شما مورد حملہ جنسی قرار گرفته باشید
- 336..... اگر به پولیس مراجعه مینمائید
- 336..... مشکلات صحی در تجاوز جنسی
- 336..... حاملگی
- 336..... امراض مقاربتی
- 337..... پاره گی و جروحات
- 337..... روابط جنسی بعد از تجاوز
- 337..... غلبه بالای احساسات راجع به تجاوز
- 338..... کارکردن برای ایجاد تغییر

تجاوز جنسی و حمله جنسی



◀ تجاوز جنسی یکنوع اعمال زور می باشد زنان نباید بخاطر آن ملامت شوند.

◀ همانند دیگرانواع اعمال زور هدف متجاوز کسب حاکمیت و کنترل بالای قربانی می باشد برای معلومات بیشتر به صفحه 316 مراجعه شود.

تجاوز و حمله جنسی هر دو به معنای تماس جنسی با یک خانم بر خلاف خواست وی می باشد. موقعی تجاوز جنسی میگوئیم که مرد آله تناسلی، دست و یا یک شی را در مهبل، مقعد یا دهن زن بدون موافقه او داخل نماید.

تجاوز بعضاً بنام حمله جنسی یاد میگردد زیرا یک نوع اعمال زور می باشد که در آن جنسیت به حیث یک سلاح استفاده میشود حمله جنسی شامل تجاوز جنسی و دیگر اعمال جنسی بدون موافقت زن میباشد.

بعضی مردم فکر میکنندکه استفاده از ازقوه در امور جنسی تنها زمانی تجاوز گفته میشود که مرد، زن را لت و کوب نموده و یا بیهوش بسازد آنها مینمایند که زن باید شدیداً کوشش نماید تا فرار کند و خطر مرگ را قبول نموده مگر خود را در معرض تجاوز جنسی قرار ندهد. اما اگر زن مجادله ننماید باز هم تجاوز جنسی بوده میتواند. بدون در نظر داشت اینکه زن تصمیم چه کاری را می گیرد اگر توافق وی موجود نباشد، یک تجاوز است و هیچگاه زن مقصر نمی باشد.

هر خانمی ممکن مورد تجاوز قرار بگیرد، اما در حالات ذیل خطر تجاوز زیادتر می باشد:

- داشتن معلولیت: اگر به وسیله چوکی چرخدار حرکت میکند، ناشنوایی، نابینایی و یا تاخر عقلي دارد.
- در مهاجرین، بی جا شدگان و یا زندگی در شرایط جنگی.
- در سرک زندگی می نماید یا بی خانه می باشد.
- کارکن صحتی (فاحشه) می باشد.
- توسط شوهر یا دوست پسر مورد سوء استفاده قرار گرفته باشد.
- در زندان.

شخص متجاوز این ها را شکارهای آسان می شمارد (به سبب معلولیت و یا به سبب آنکه آنها حمایت جامعه را از دست داده اند).

انواع مختلف حملات جنسی وجود دارد اما تعداد بسیار کم آنها توسط اکثریت مردم تجاوز تلقی میگردند. به طور مثال، سختی های روزگار زن را اورا و ادار به داشتن رابطه جنسی مینماید. با وجودیکه او آنرا نمی خواهد. این حالت ممکن در ازدواج ها نیز اتفاق بیافتد بعضی خانم ها را تلقین می نمایند که داشتن رابطه جنسی وظیفه آنها است. اگر آنها موافق باشندیا نباشند. با وجودیکه اجتماع این نوع رابطه جنسی اجباری را تقبیح نمی نماید، اما کار نادرستی می باشد.

در هرگونه ارتباطات زن حق انتخاب وپارد نمودن رابطه جنسی را دارد اگر او رد نماید مرد میتواند انتخاب نماید که :

به زن احترام نماید و تصمیم او را قبول کند ویا گفتگو نماید و مفکوره او را تغییر بدهد. یا از زور کاربگیرد. حتی اگر خانم مرد را بشناسد وبگوید موافق به اینکار می باشد باز هم اگر گفتن "نه" در اختیار او نباشد این يك نوع تجاوز می باشد. هرزمانیکه زن و ادار به داشتن رابطه جنسی می گردد (در صورت موجودیت ویا عدم موجودیت دیگرانواع تشدد سبب ایجاد مشکلات زیاد صحتی و روحی برایش میگردد.

تجاوز به وسیله آشنایان زن:

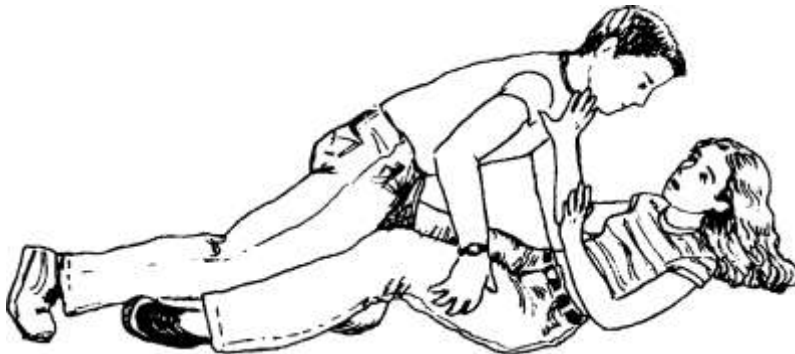
اکثریت خانم هائیکه مورد تجاوز قرار گرفته اند متجاوز را میشناسند. اگر زن مجبوربه ادامه تماس با او باشد، رهائی از اثرات تجاوز و گفتن موضوع به دیگران مشکل میباشد.

تجاوز ب وسیله شوهر یا شوهر سابقه:

اگر قانون و عنعنات زن را جزء مالکیت شوهر بدانند،مرد فکر مینماید این حق او میباشد که هرزمانی که بخواهد با زن مقاربت جنسی داشته باشد، حتی اگر خواست زن نباشد.

تجاوز به وسیله نامزد یا دوست پسر:

نامزد یا دوست پسر ممکن بگوید که او حق دارد که رابطه جنسی بازن داشته باشد زیرا بالای او پول مصرف کرده، قبلا رابطه جنسی داشته بوده اند، با او عروسی خواهد کرد ویا او را از نظر جنسی تحریک نموده است. اما اگر مرد زن را و ادار به این کار نماید، این عمل تجاوز می باشد. برای خانم مشکل می باشد راجع به این نوع تجاوزات صحبت نماید. زیرا میترسد دیگران اورا ملامت کنند.



انواع تجاوز جنسی و حملات جنسی

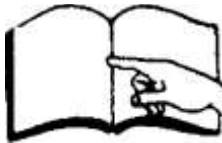
« برای يك خانم طلب كمك در تجاوز يکه توسط مردان آشنا صورت ميگيرد مشكل مي باشد. همچنان اگر مجبور باشد که باز هم آن مرد را ببیند احساس مصوونیت برای زن مشکلتر می باشد.



سوءاستفاده جنسی



تجاوز جنسی زمان حال



آزار و اذیت جنسی

اذیت جنسی. يك خانم ممكن و ادار به داشتن رابطه جنسی توسط همكار، سوپروايزر يا امر خود گردد. تا وظیفه خود را دست نهد او ممكن تهديد شده باشد که اگر به کسی بگوید وظیفه خود را از دست خواهد داد و یا جزا های دیگری خواهد دید.

سوء استفاده جنسی اطفال. يك دختر یا پسر ممكن توسط یکی از افراد بزرگ فامیل و یا مردان کاهل دیگر مورد تجاوز قرار بگیرد اگر پدر، پدرا ندر، کاکا، برادر، بچه خاله، بچه کاکا، یا عضو دیگر فامیل طفل را و ادار به داشتن رابطه جنسی نمایند یا او را به طریقه جنسی لمس نمایند اینها تجاوز می باشند مهم است بدانیم که اطفال ممكن گیج و مغشوش گردند و ندانند با آنها چه کاری صورت میگیرد مخصوصاً اگر بالای شخص متجاوز اعتماد داشته باشند. دیگر اعضای فامیل ممكن ازین سوء استفاده آگاه نباشند یا آنرا انکار نمایند و یا بگویند این اشتباه طفل می باشد. هیچگاه درست نمی باشد که شخصی را که بالایش تجاوز صورت میگیرد مسوول بدانیم (خصوصاً يك طفل را).



لمس اطفال به طریقه جنسی تجاوز میباشد.

تجاوز جنسی به وسیله بیگانگان:

این شکلی از تجاوز جنسی میباشد که در ذهن اکثریت مردم بعد از شنیدن کلمه تجاوز خطور مینماید. يك خانم ممكن در منزل یا خارج از منزلش مورد تجاوز قرار بگیرد این نوع تجاوز همراه با ترس میباشد اما به مقایسه با تجاوز به وسیله آشنایان کمتر واقع میشود.

تجاوز گروهی: يك خانم ممكن به وسیله بیشتر از چند مرد مورد تجاوز قرار بگیرد بعضی اوقات يك مرد تجاوز را شروع مینماید و دیگران به او می پیوندند یا بعضاً مردها و بچه ها گردهم جمع میگردند و بالای يك خانم برای اثبات مردانگی خود برای یکدیگر، تجاوز مینمایند.

تجاوز در زندان: اکثریت خانم ها بعد از زندانی شدن به وسیله پولیس یا محافظین مورد تجاوز جنسی قرار گرفته اند. همچنان تجاوز بین زندانیان مردم معمول میباشد و يك وسیله نمایش قدرت بشمار میرود.

جنگ: عساکر و جنگجویان اکثراً

از تجاوز به حیث يك وسیله برای ایجاد وحشت خانم و اجتماع کار گرفته و بوسیله آن باعث احساس خجالت مردم میشوند عساکر برای نمایش قدرت خویش ممكن خانم ها و دختران را به صورت دستجمعی در مقابل چشم فامیل آنها مورد تجاوز قرار بدهند خانم ها ممكن در کمپ ها نگهداری شده و برای بقای حیات، حفاظت اطفال و یا حاصل نمودن غذا به فحشا و غلامی جنسی کشانیده شوند.



« کسانی که بعد از تجاوز جنسی در زمان جنگ نجات می یابند، به مراقبت خاص ضرورت دارند. اگر خانم حامله شود خودش و طفلش با یادآوری اینکه به واسطه يك دشمن مورد تجاوز قرار گرفته اند، رنج می برند.

در جنگ ها تجاوز جنسی بحیث يك وسیله شکنجه مورد استفاده قرار میگیرد.

يك طريقه غلط يا صحيح برای پیروی و جلوگیری از تجاوز جنسی وجود ندارد.

اما کارهایی وجود دارد که يك زن با انجام آن تا اندازه از بعضی انواع تجاوز جنسی جلوگیری نموده میتواند. عملی را که زن انجام میدهد مربوط میشود به اینکه تا چه اندازه مرد را میشناسد، چقدر ترسیده است و تا چه اندازه خطر متوجه وی خواهد بود. بخاطر داشته باشید، اگر زن مورد تجاوز قرار میگیرد به سبب آن نیست که در جلوگیری از آن ناکام شده بلکه به سبب آن است که شخص قویتری بالای او فشار وارد نموده است.

این نظریات ممکن است در جلوگیری از تجاوز به زن کمک نماید

- با خانم های دیگر کار کنید در صورت کار گروهی و دستجمعی شما مصوون تر و نیرومند تری باشید.

- به هر کسی که شما را ناراحت مینماید اجازه دخول له اتاق خود را ندهید او نباید بداند که شما چه وقت در اتاق تنها می باشید.

- سعی نمائید که جهت قدم زدن تنها نروید (مخصوصاً از طرف شب) اگر مجبور باشید که تنها بروید سر خود را بلند گرفته و چنان وانمود نمائید که به خود اعتماد کامل دارید زیرا اکثر تجاوزین دنبال خانم هایی اند که حمله به آنها ساده به نظر می رسد.

- اگر فکر مینمائید که مورد تعقیب قرار گرفته اید، سعی کنید به جهت دیگری بروید و یا به نزد شخصی دیگر، خانه و یا يك دوکان بروید، یا به طرف او خویشترا دور داده به آواز بلند بپرسید که چه میخواهد؟
- يك وسیله که آواز بلند را تولید نماید مثلاً اسپلاق را با خود حمل نمائید. همچنان يك وسیله را برای دفاع خود حمل نمائید (مانند يك چوب، يك چیزی که شما بتوانید در چشمان او بپاشید، حتی پودر های تند و تیز مثل پودر مرچ) موقعی که مورد حمله قرار گرفتید، تا حد توان بلند فریاد بزنید و با از اسپلاق استفاده نمائید. اگر این کارها موثر نباشند به سرعت او را عقب تیله نمائید تا زمینه فرار مساعد گردد.

جلوگیری از تجاوز به وسیله آشنایان آموزش اعتماد بر احساسات:

يك خانم آموخته میتواند که تشخیص بدهد چه زمانی راجع به يك شخص و یا حالت احساس خوب دارد و چه وقت احساس خوب ندارد. زمانیکه در مورد کسی احساس خوب داشته باشد، ممکن احساس گرمی، مواظبت و مجذوب شدن به او را پیدا کند. اگر او بتواند این احساسات را تشخیص بدهد این کار باعث اعتماد بیشتر او به خودش و دانستن اینکه چه وقت شخص را خوش ندارد، میگردد.

در حالات ذیل هوشیار و آگاه باشید:

- دائماً احساس می نمائید که چیزی اشتباه میباشد.
- داشتن ترس یا احساسیکه میخواهید آن محل را ترك کنید.
- نظریات و پیشنهادات شخصی که با او صحبت مینمائید، راحت کننده است.

- تماس فیزیکی او را خوش ندارید.

چگونه از تجاوز جنسی جلوگیری نمائیم؟



خود را محافظه کنید.
با دیگران کار نمائید.



دفاع از خود



من نمی خواهم با فرار از نزد او احق جلوه نمایم .
.....این چیز مهمی نخواهد بود.

« به احساسات خود اعتماد ننمائید .
اگر بعضی افرادی که بگویند که شما اشتباه نموده اید ، بهتر از آنست که مورد تجاوز قرار بگیرید .

« آگاه باشید که اگر یک مرد نتواند با تشدد جنسی بالای یک زن کنترل حاصل نماید ، او ممکن است کوشش نماید تا راه های دیگر برای کنترل پیدا کند .

« بعضی اوقات سوء استفاده جنسی از اطفال برای سالها ادامه می یابد به یک دختر ممکن گفته شود که در صورت گفتن به اشخاص دیگر به او صدمه میرساند و یا حتی او را میکشد .

کنترول این احساسات ممکن مشکل باشد زیرا شما میترسید که مردم چه خواهند گفت؟ بر علاوه اگر شخص کسی باشد که او را می شناسید یا برایتان مهم است ، شما حاضر نمی باشید قبول نمائید که او برای شما ضرر می رساند . اما بهتر است همیشه بالای احساساتتان اعتماد ننمائید و از حالتیکه در آن احساس ناراحتی می نمائید قبل از آنکه حادثه بدی واقع گردد بروید .

آماده فرار باشید:

- با یک شخصیکه وجودش برای شما احساس ناراحتی میدهد و یا کسیکه او را نمی شناسید ، تنها به جایی بروید .
- همیشه جایی بروید که بتوانید به تنهایی دوباره به خانه برگردید بهتر است جایی بروید که بدون کمک شخص دیگری به خانه آمده نتوانید .
- به شخص بگوئید که تبصره ها و لمس های او برایتان ناراحت کننده می باشد . اگر او رفتار خود را تغییر نداد ، شما باید به زودی ممکن آنجا را ترک نمائید .

اگر او بالای شما حاکمیت دارد (مثلا او آمر ، داکتر ، استاد یا یک همکار شما باشد)

- در اولین حرکتش که سبب ناراحتی شما میگردد برایش بگوئید که آن عمل را در آینده انجام ندهد . اگر کوشش نمود که از قدرت خود امتیاز بدست آورده افرادی را زیر نظر خواهد گرفت که به سادگی بترسند به او نشان دهید که شما نمی ترسید . امکان کمتری وجود دارد که او با شما رفتار بد نماید (مثلا شما را از کار برطرف نماید ، از تداوی شما دست بکشد یا تقاضای شما را نادیده بگیرد) اگر شما قادر به توقف دادن او قبل از اجرای عمل احمقانه وی گردید .
- با خانم های دیگر راجع به او گفتگو نمائید ممکن شما اولین نفر نباشید که مورد اذیت و آزار او قرار گرفته اید .
- اگر مجبور به دوام ارتباط با او باشید ، سعی نمائید یکی از دوستان خود را با خود ببرید . تنها بروید به خانم های دیگر هوشدار بدهید که محتاط باشند .
- به اطفال کمک نمائید تا مورد سوء استفاده جنسی قرار نگیرند**
- به اطفال درس بدهید که امکان دارد آنها مورد تماس جنسی قرار بگیرند و اینکه چگونه میتوانند میان تماس دوستانه و تماس جنسی فرق نمایند .
- در صورت امکان بعد از 10 الی 11 سالگی دختران و پسران را در اتاق های جداگانه بخوابانید .
- خود را مطمئن سازید که اطفال میدانند در صورت واقع شدن چنین حالتی با کی صحبت نمایند .
- به گفته طفلی که میگوید از رفتاریک طفل بزرگتر یا شخص کاهل احساس ناراحتی دارد ، اعتماد نمائید (بدون در نظر داشت اینکه آن شخص می می باشد) .

دفاع خودی برای زنان

این حرکات دفاع خودی را با یک دوست تمرین نمایید. بدینوسیله شما آماده مقابله بایک مهاجم می باشید. به تمام نیروی ضربه بزنید و از آسیب رساندن به او نترسید (اواز آسیب رساندن به شما نمی هراسد. جهت دانستن نظریات بیشتر در مورد دفاع خودی صفحه 146 دیده شود.

اگر از عقب مورد حمله قرار بگیرید.



اگر از پیش رو مورد حمله قرار بگیرید



اگر مورد حمله جنسی قرار گرفته باشید؟

اگر خانم توان مقاومت حمله کننده را داشته باشد ، او اکثرا قادر به جلوگیری از تجاوز خواهد بود، حتی اگر متجاوز مسلح باشد. يك خام هر قدر طریقه های بیشتری را برای جلوگیری از تجاوز بکارگیرد به همان اندازه قادر به جلوگیری از آن می باشد و یا جروحات و یا مشکلات صحتی و روانی کمتری بعد از تجاوز جنسی میداشته باشد.

ناممکن است از قبل بدانیم که يك زن در زمانیکه مورد حمله متجاوز قرار می گیرد چه عکس العملی را نشان خواهد داد بعضی خانم ها خشمگین شده و نیروئی را در خود احساس می نمایند که قبلا نداشته اند دیگران احساس می نمایند که قاربه حرکت نمی باشند اگر این حادثه گاهی به شما واقع گردد بدانید که آنچه را میتوانید انجام خواهید داد. نظریات ذیل در جریان يك حمله جنسی با شما کمک خواهد کرد:

• **گریه و التماس ننموده و تسلیم نشوید، زیرا مؤثر نمی باشد.** در حقیقت زن هائیکه این کارها را انجام میدهند بیشتر از کسانی که مجادله مینمایند صدمه می بینند.

• **هوشیار باشید:** خوب مراقب شخص متجاوز باشید ممکن زمانی او متوجه شما نباشد و یا کنترل خود را از دست بدهد.

• **کارهای مختلف را انجام دهید.** لگد بزنید ، داد و فریاد بکشید ، چانه بزنید و او را فریب دهید (هرکاری را که از دست تان میاید انجام دهید تا او بداند که شما شکار آسانی نیستید. سعی نمائید به او بفهمانید که شما انسان میباشید و کدام وسیله نمی باشید.

من شش برادر دارم اگر به من آسیب برسانی آنها ترا خواهند کشت.



اگر متجاوز را میشناسید به او بگوئید که چه احساسی دارید. نگذارید او یقین پیدا کند که زنان تجاوز را دوست دارند از کاریکه میکند او را آگاه بسازید.

• **اگر متجاوز مرد بیگانه است سعی نمائید شکل و صورت او را به حافظه بسپارید:** چقدر بزرگ است؟ آیا کدام ندبه ، علامه و یا خالکوبی در جلد خود دارد؟ چگونه لباسی پوشیده است؟ سعی نمائید اینها را به حافظه بسپارید تا بتوانید پولیس و دیگر خانم های جامعه را آگاه نمائید.

• **بهترین قضاوت را بنمائید.** تنها شما میتوانید تصمیم بگیرید که تا چه اندازه باید مجادله کرد. در بعضی واقعات تجاوز مثلا در جریان جنگ ، متجاوز دلیلی برای زنده نگهداشتن شما در صورت مقاومت ندارد.

◀ اگر چندین مرد بالای شما حمله نمایند و یا متجاوز مسلح می باشد شما هنوز هم میتوانید مقاومت نمائید اما معمولا بهتر است که مجادله فزیکي ننمائید.

تجربه هر زن در مورد تجاوز متفاوت می باشد اما برای کمک به بهبود شما کاهای

محدود ذیل ضرورت خواهد بود:

در ابتدا این سوالات را از خود بپرسید:

- کدام شخص به شما کمک نموده می تواند؟
- آیا مایل می باشید که پولیس را در جریان قرار بدهید؟
- جهت معالجه طبی به کجا مراجعه نموده میتوانید؟
- آیا میخواهید برای جزا دادن متجاوز تلاش نمایید؟

شما به کسی ضرورت دارید تا در زمان غم ، مصیبت ، ترس و یا قهر به او مراجعه نمایید. برای دریافت کمک طبی همراه تان بروید و در تصمیم گیری شما کمک نماید. شخصی را انتخاب نمایید که از شما مواظبت مینماید ، اعتماد دارید که به کسی دیگر نخواهد گفت و کسیکه قوی و غیر وابسته باشد. بعضی اوقات شوهر و یا والدین خودشان به اندازه بر افروخته و یا ناراحت می باشند که کمتر قادر به تقویه و حمایت اند.

در صورتیکه مورد تجاوز جنسی قرار گرفته باشید چه باید بکنید.

◀ خود را مسوول ندانید شما مستحق تجاوز نمی باشید هیچ کاری را انجام نداده اید که به متجاوز حق تجاوز به شما را داده باشد.

اگر کسی را میشناسید که به او تجاوز صورت گرفته باشد:

من به شما باور دارم . این گناه شما نیست من به شما کمک خواهم کرد.



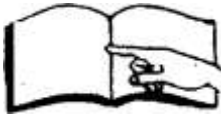
- او را مطمئن سازید که درین مورد او مقصر نمی باشد.
- از او حمایت نمایند . به گفته های او گوش فرا دهید ، در تصمیم گیری با او کمک نمایند و او را مطمئن سازید که به زندگی نارمل ادامه بدهد (صفحه 432 دیده شود).

- خواست دوا را در رابطه به مصونیت و محرمانه بودن موضوع مراعات نمایند بدون خواست زن درین باره به کس دیگری چیزی نگویند.
- با خانم جهت معاینه داکتر ، دادن گزارش تجاوز به پولیس ، گفتگو با شخصی مجرب که او را تقویت نماید ، ملاقات با قانون ، دادن و رفتن به محکمه اگر میخواهید اینکارها را انجام دهد، بروید.
- اگر متجاوز را می شناسید او را حمایت نکنید ، زیرا او خطر واقعی برای هر زن در اجتماع می باشد.

در استفاده از قانون باید محتاطانه تصمیم گرفته شود.

- آیا کسی با شما نزد پولیس رفته می تواند؟
- آیا در جامعه شما قانون به خانم های دیگری که مورد تجاوز قرار گرفته بودند کمک کرده است؟
- آیا میخواهید که تجاوز سری نگه داشته شود؟ آیا پولیس این اطلاعات را به دیگران انتقال نمی دهد؟
- آیا متجاوز به شما اخطار داده است که در صورت گزارش به پولیس به شما صدمه وارد می کند؟
- اگر متجاوز گرفتار شود و جرم اونیز بالایش به اثبات برسد او را چگونه مجازات می نمایند _____ د؟

اگر کارکنان صحت برای تداوی شما موجود نباشند، معلومات صفحات 337 و 336 به شما در رابطه به وقایه و تداوی بعضی مشکلات کمک می نماید.



روش عاجل تنظیم خانواده 224
امراض مقاربتی 261

اگر فکر مینمائید که میخواید به پولیس راپور بدهید، این کار را هر چه عاجل تر انجام بدهید. قبل از رفتن به آنجا حمام نکنید و نیز لباس های را که در زمان تجاوز پوشیده بودید، با خود بگیرید بوسیله این شواهد شما ثبوت نموده می توانید که مورد تجاوز قرار گرفته اید یک دوست خود را بگیرید و در صورت امکان از یک کارمند صحتی زن تقاضا نمائید که شما را معاینه نماید.

اگر نمی خواهید به پولیس مراجعه نمائید و یا بعدتر مراجعه نمائید به هر صورت باید نزدیک کارکن صحتی بروید (با وجودیکه شدیداً مجروح شده اید) به کارکن صحتی بگوئید که مورد تجاوز جنسی قرار گرفته اید. بعداً او شما را معاینه نموده و دواهایی برای جلوگیری از حمل و امراض مقاربتی توصیه می نماید. از او بخواهید تا تمام یافته های فیزیکی را یادداشت نماید، زیرا آنها شواهدی اند که به پولیس و جامعه نشان میدهد که شما مورد تجاوز جنسی قرار گرفته اید.



برای کارکنان صحتی

در مواجهه شدن با کسیکه مورد تجاوز جنسی قرار گرفته :

اورا با مهربانی و فهمیدگی تداوی نمائید. او را ملامت نه نمائید چون تماس با او و معاینه برایش مشکل بنظر میرسد، به او تشریح نمائید که چه کاری را انجام میدهد و منتظر بمانید تا آماده معاینه گردد به خاطر داشته باشید که خاطرات تجاوز جسمی برای مدت طولانی حتی سالها در ذهن او باقی خواهد ماند.

مشکلات صحتی زن را تداوی کنید: برای جلوگیری از امراض مقاربتی و حاملگی برایش دوا بدهید. و در صورتیکه قبلاً حامله باشد با او کمک نمائید تا تصمیم بگیرید که چه میخواید بکنند.

بنویسید که کدام شخص بالای او حمله نموده و بدرستی چه واقع شده است؟
اگر در کلینیک شما ثبت واقعات وجود ندارد. این واقعه را ثبت نموده در جانی محفوظ نگهداری کنید. همچنان اگر میتوانید تصاویر قسمت های قدامی و خلفی بدن زن را کشیده و محل جروح را نشانی کنید. راپور را به زن نشان بدهید و برایش بگوئید که در صورت مراجعه به قانون جهت ثبوت نمودن این حقیقت که او مورد تجاوز قرار گرفته است از آن استفاده کرده می تواند. مشکلات صحتی روانی زن را تداوی کنید. از او بپرسید آیا کسی وجود دارد که زن با او درین مورد صحبت نماید. به او کمک نمائید تا دوباره خود را محترم شمرده و زندگی خویشرا کنترل نماید.

راپور کلینیک



تاریخ:

وقت:

بیان مریض:

معاینات:

در تصمیم گرفتن با او کمک نمائید اگر زن خواهان مراجعه به قانون باشد، با او کمک نمائید، همچنان کمک نمائید تا از خدمات دیگر جامعه برای خانم های که مورد تجاوز جنسی قرار گرفته اند مستفید گردد.
به او کمک نمائید تا به شوهر و یا خانواده خود این موضوع را بگوید: اگر آنها از قبل نمیدانند به خانم در گفتن به آنها کمک نمائید شما میتوانید
به آنها کمک نمائید تا طریقه هائی را جهت بهبودی خانم پیدا نمایند. به خاطر داشته باشید که اعضای فامیل زن نیز به کمک جهت غلبه بر احساسات ناشی از تجاوز ضرورت دارند.

در صورت مراجعه نزد پولیس

دراكثر كشورها تجاوز جنسی يك جنایت میباشد اما اثبات آن مشکل بوده و يك مدت زیادی را در بر میگیرد.

پولیس از شما خواهد پرسید چه واقع شده بود؟ اگر متجاوز را میشناسید به پولیس بگوئید اگر نمی شناسید ضرورت خواهد بود تا اوصاف او را به پولیس بیان نمائید شما ممکن یکجا با پولیس برای پیدا نمودن او بروید . ممکن از شما تقاضا نمایند که توسط داکتر قانونی که همراهی پولیس کار می نماید معاینه گردید. این معاینه برای پیدا نمودن شواهد جرم میباشد نه برای تداوی شما. در صورتیکه متجاوز را دستگیر کرده باشند، خانم باید در برابر پولیس و یا قاضی علیه او شهادت بدهد. اگر محکمه دایر می شود قانوندانی را پیدا نمائید که در مورد واقعات تجاوز جنسی تجربه کافی داشته باشد. قانوندان به شما در مورد آمادگی گرفتن به محکمه و نتایج آن معلومات خواهد داد . همیشه کسی را با خود بگیرید.

رفتن به محکمه و اثبات تجاوز جنسی کار ساده نیست در جریان تشریح واقعه تجاوز، احساس خواهید کرد که دوباره مورد تجاوز قرار گرفته اید، بر علاوه همه مردم شما را درک نخواهند کرد، حتی بعضی مردم شما را ملامت نموده و دروغگویی پندارند.

حاملگی

با استفاده سریع از روش عاجل تنظیم خانواده (صفحه 224 دیده شود) حاملگی جلوگیری شده میتواند. شما باید بزودی ممکنه (اما نه دیرتر از 3 روز یا 72 ساعت) بعد از تجاوز از آن استفاده نمائید.

با اهمیت: در بعضی کشورها سقط حق قانونی زنهایی که بالای آنها تجاوز صورت گرفته می باشد. از کارکنان صحتی یا سازمان های زنان راجع به قانون مملکت خود بپرسید.

امراض مقاربتی

امراض مقاربتی بسیار به سهولت توسط تجاوزات جنسی قابل انتقال می باشند. زیرا جلد مهبل اکثراً پاره شده و از طریق آن انتان به آسانی داخل عضویت زن میگردد. چون شما نمیدانید که مرد منتن بوده یا نه؟ بدین لحاظ باید تحت تداوی قرار بگیرید، زیرا احتمال منتن شدن به امراض مقاربتی و یا انتقال آن توسط شما به کسی دیگر موجود می باشد.

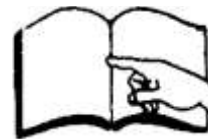
دوا برای سوزاك، سفلیس و کلامیدیا بگیرید و متوجه علایم امراض مقاربتی باشید. دواها را در صورتیکه شما فکر می نمائید که منتن نشده اید، نیز بگیرید. زیرا وقایه امراض مقاربتی بهتر از انتظار کشیدن جهت پیدا شدن علایم مرض می باشد. همچنان در جریان شش ماه آینده آزمایش لابراتواری ویروس HIV را انجام بدهید، و تا آن موقع برای محافظت شوهر خود از انتانات ممکنه، از کاندوم استفاده کنید.

در بعضی کشورها، زنان با پولیس کار نموده اند تا پولیس افسران زن با تعلیمات مخصوص داشته و اینها بتوانند قربانیان تجاوز جنسی و اعمال زور را کمک نمایند.



◀ همیشه کسی را با خود به دفتر پولیس ببرید.

مشکلات صحتی در تجاوز جنسی



دوای امراض مقاربتی 261
آزمایش HIV 288



جروح و زخم‌ها صفحه 306
انتانات مثانه و گرده‌ها صفحه 366



چه کار اشتباهی انجام دادم؟

اگر هیچکس دیگری درین مورد اطلاع ندارد من میتوانم آنرا فراموش نمایم



تجاوز مدت‌ها قبل واقع شده بود چرا نمی‌توانم آنرا فراموش نمایم.

چطور جرات کرد که این عمل را به حق من انجام بدهد.

باکسی کاری

ام گفتگو با کسیکه به او اعتماد دارد و یا کسیکه او نیز از تجاوز جنسی جان به سلامت برده در بهبودی شما موثر می‌باشد (صفحه 423 دیده شود).

پاره‌گی‌ها و جروح‌ها

بعضی اوقات در اثر تجاوز جنسی صدماتی به ناحیه تناسلی وارد میشود که سبب پاره‌گی و جروح‌ها آن می‌گردد. این جروح‌ها معمولاً دردناک می‌باشند.

اما باگذشت زمان برطرف می‌گردند. در صورتیکه خونریزی شدید باشد ضرورت خواهد بود تا به یک کارکن صحتی مراجعه کنید و جروح‌ها دوخته شوند. جروح‌ها و پاره‌گی‌های کوچک را به طرق ذیل تداوی کنید.

- روزانه ناحیه تناسلی را سه مرتبه در آب گرم که جوشانده شده و سرد شده باشد داخل نمایند. بر علاوه انداختن برگ گل بابونه در آب جوش سبب بهبودی و تسکین درد پاره‌گی‌ها می‌گردد و یا شیر درخت صبر زرد را بالای پاره‌گی تطبیق کنید.

• برای برطرف نمودن سوزش در جریان ادرار نمودن آب سرد را بالای ناحیه تناسلی بریزید. بر علاوه نوشیدن آب زیاد را رقیق ساخته و سوزش آنرا کمتر می‌نماید.

روابط جنسی بعد از تجاوز جنسی

بعد از تجاوز جنسی میتوانید بصورت عادی و نارمل رابطه جنسی داشته باشید. اما الی بهبودی پاره‌گی‌ها و درد ناحیه تناسلی انتظار بکشید. در بسیاری خانم‌ها داشتن مقاربت جنسی آنها را به یاد تجاوز می‌اندازد با شوهر خود گفتگو نمائید و از او بخواهید انتظار بکشد و دلیل آنرا برایش واضح سازید. بعضی اوقات شوهر خانمیکه مورد تجاوز جنسی قرار گرفته ممکن او را جواب بدهد. او ممکن احساس خجالت نموده و چنان وانمود نماید که با او قهر میباشد تحمل این حالت برای خانمیکه از قبل مشکلات فراوان دارد بسیار دشوار می‌باشد.

غلبه بر احساسات ناشی از تجاوز

تجاوز جنسی مدت‌ها بعد از التیام جروح‌ها نیز سبب اذیت و آزار می‌گردد. درین جا بعضی عکس‌العمل‌های معمول را ذکر می‌نمائیم.

برای بدست آوردن احساس آرامش یک خانمی که مورد تجاوز جنسی قرار گرفته باید گفتگو نماید یا مصروف اجرای

شود (هر خانم ضرورت دارد طریقه را برای شفا یاب شدن دریابد) برای بعضی خانم‌ها این به معنای تمسک به امور مذهبی است و برای دیگران به معنای کوشش جهت مجازات متجاوز و یا کار برای جلوگیری از تجاوز جنسی به زنان دیگر میباشد. هرکاری را که انجام میدهید با حوصله باشید و از دیگران نیز بخواهید حوصله خود را حفظ نمایند.

کارکردن برای ایجاد تغییر

تجاوز جنسی تمام افراد اجتماع را متأثر و آنهاستیکه که مورد تجاوز جنسی قرار گرفته را برای مدت طولانی رنجور میکند اما هر خانم و آنهاستیکه مورد تجاوز قرار گرفته اند یا نگرفته اند ، میاموزند که باید ترسید . آنها میاموزند که نباید بالای مرد اعتماد و عملی را جهت جلب توجه مردها انجام یا تنها به گشت و گذار رفت و یا با مرد بیگانه صحبت نمود . برای ایجاد يك دنیای عاری از تجاوز جنسی ، ما ضرورت داریم تا غرض داشتن این چیزها کا رنمائیم .

- جوامعی که سلوک و انتخاب يك شخص منحصر به مرد بودن یا زن بودن آن شخص نباشد .
- حق مساویانه برای هر شخص برای اشتراك در امور اجتماعی وجود داشته باشد .
- حق صحبت آزادانه و صادقانه مردان با زنان راجع به اینکه چه توقعاتی از ارتباط با یگدیگر دارند موجود باشد .
- مگرالی برآورده شدن این اهداف ما باید راهائی را برای کمک رسانیدن به زنانیکه مورد تجاوز قرار گرفته اند جستجو نمائیم .
- استادان ، ملاها و رهبران منتخب جامعه را در مورد تجاوز آموزش بدهید . کمک آنها را تقاضا نمائید و يك پلانی برای ایجاد تغییر بسازید .
- داکتران و کارکنان صحی را آموزش بدهید تا خانم هائی را که مورد تجاوز قرار میگیرند ، معالجه نمایند . بابیه آنها راجع به طرز آزمایش امراض مقاربتی ، روش عاجل تنظیم خانواده و گوش دادن و مهربان بودن با مریض و فامیل وی تعلیم بدهید .
- کارکنان صحی را تشویق کنید که در مورد معلوماتیکه قانون مملکت برای مجازات قانونی متجاوزین ضرورت دارد آگاهی حاصل نمایند بدینوسیله آنها میتوانند با خانه پری نمودن فورمه های قانونی به زنان کمک نمایند .
- به دختران و خانمها آموزش بدهید که چگونه از خود دفاع نمایند .
- به دختران و پسران راجع به جنس و روابط جنسی تعلیم بدهید .
- دختران را آموزش بدهید که خواست های خود را آشکار بیان و به پسران آموزش بدهید که خواسته های دختران را بپرسند و آنها را احترام نمایند .
- به ماده های قانون را که در مورد حمایت از خانم هائیکه مورد تجاوز قرار گرفته اند می باشد بیاموزید و به دیگران بیاموزانید .



در يك شهر كوچك السلوادور پوليس مردم تجاوزي را به سبب آنكه پسر شخص با قدرتي بود زنداني نكرد ، بنابراین خانم هاي آن محله در ديوارهاي خانه آن شخص نوشته كردند "متجاوز" فاميل متجاوز بسيار خجل شده و او را وادار به ترك اين عمل كردند .

چگونه در افریقای جنوبی يك جامعه بر ضد تجاوز تنظیم گردیدند

روز شنبه صبح وقت يك خانم 59ساله توسط يك شخصيكه قبلا نیز به چندین زن تجاوز نموده بود مورد تجاوز جنسي قرار گرفت خانم متجاوز را به پولیس نشان داد. او توقیف شد و خانم را به شفاخانه انتقال کردند. اما بعد از همان روز پولیس متجاوز را رها کرد. او با وجود انجام تجاوز جنسي مجازات نشده بود او آزاد بود ما زنان آن محل بسیار خشمگین بودیم. پولیس از مردی حمایت نمود که خانم ها از ترس وي در سرک تنها رفته نمیتوانستند انجمن زنان شهري تصميم گرفت که مظاهره را براه اندازد. اکثریت ما منحيث خدمتکار نزدنهای پولدار سفیدپوست که در شهر نزدیک به ما زندگی می نمایند کار میکنیم بنابراین تما ما به کار نرفتیم و خواستار آن شدیم که ابتدا پولیس باید متجاوز و حمله کننده را مجازات نماید ، بعدا مابه کارهاي خود ادامه میدهیم.

همچنان ما از خانم هاي که براي آنها کار می کردیم تقاضا به عمل آوردیم که بیایند و با ما صحبت نمایند ما میخواستیم که آنها مشکلات ما را از نزدیک ببینند و هم در مورد مشکلات خود با آنها صحبت نمائیم. ما میدانستیم که همه خانم ها (سیاه و سفید) از تجاوز جنسي می هراسند. ما احساس می کردیم که زنهاي سفید پوست مارادرك کرده ویا ما احساس همدردی خواهند نمود ما همچنان از زنهاي افسران پولیس خواستیم تا به شوهران خود مشکلات ما را بگویند و بفهمانند که رها کردن يك متجاوز مجدداً به داخل شهر چقدر برای آنها بد می باشد.

اما زنهاي سفید پوست احساس همدردی با ما نکردند (آنها تنها خشمگین شدند) ما فکر کردیم که آنها به خاطر آنکه مجبور هستند خودشان کارهاي خود را انجام دهند. ناراحت شدند ناراحت شدند. زمانیکه اتحادیه کارگران جهت دانستن علت مظاهره آمدند ما به آنها گفتیم "لطفاً برای ما حرف زنید این يك مشکل زنان است، مردها مورد تجاوز قرار نمی گیرند" اتحادیه کارگران نخواهند توانست با ما صحبت نمایند بعد از يك هفته يك گروه زنهاي سفیدپوست برای ملاقات با ما آمدند راجع به مشکلات خود با آنها صحبت نمودیم و آنها تصميم گرفتند که دوباره ما ملاقات نمایند. ما مظاهره را تعطیل نمودیم. با وجودیکه متجاوز تنها بخاطر حمله مجازات شدونه از سبب تجاوز جنسي اما مردم آن شهر آنقدر خشمگین شده بودند که متجاوز دیگر در آنجا زندگی کرده نمیتوانست. پولیس چندین نفر مارا که مظاهره را سازمان دهی کرده بودند زندانی کرد. آنها باور نمی کردند که خانم ها این مظاهره را سازمان دهی کرده باشند آنها فکر میکردند که در عقب هر کاریکه زنها انجام میدهند حمایت مردان وجود دارد اما ما زنان بسیار نیرومند شده بودیم بسیار مهم است که آزادانه در مورد مشکلات تجاوز جنسي گفتگو نمائیم اکثریت مردم راجع به تجاوز جنسي گفتگو نمی نمایند و احساس شرم میکنند. اغلباً فامیل دختری که مورد تجاوز قرار گرفته نمی خواهد در مورد آن گفتگو نماید.

اما در اینجا اوضاع طور دیگری می باشد ما شروع به سازمان دهی زنها برای تعلیم و تربیه ، مراقبت اطفال ، حقوق تقاعد و غیره کردیم ما شروع به صحبت درباره تمام مشکلات و چیزهاییکه ضرورت به تغییر دارند نمودیم همچنان راجع به تجاوز جنسي و هر نوع تجاوز دیگری به زنها شروع به صحبت نمودیم حالا مردم تجاوز جنسي را يك نوع دیگر تعدي و ظلم میدانند. مردها و زنها در این باره هم عقیده استند و مادر مبارزه خود متحد می باشیم به يك خانمیکه مورد تجاوز جنسي قرار گرفته اعتماد میکنیم اگر زنی میگوید که بر او تجاوز شده است، ما اورا تقویه مینمائیم حتی اگر آن زن مشروب خوار باشد، باز هم تجاوز به او يك جنایت است. در حقیقت این کار بدتر میباشد، چون این زن در موقعیت ضعیفتری قرار دارد. زنان و مردان ما زن را بخاطر تجاوز ملامت مینمایند ما نمی گوئیم که تجاوز از سبب اشتباه زن صورت گرفته است لذا زنان میتوانند آزادانه در مورد تشدد جنسي صحبت نمایند و جامعه آنها را تقویت و حمایت مینماید.

