

الصحة النفسية و فوارق العنف ضد النساء و الفتيات

رسائل مفتاحية

- تكرار الاضطهاد هو شي تشعر به النساء و الفتيات بشكل يومي في جميع جوانب الحياة.
- جميعنا نملك قدرات مختلفة للتعامل مع ذلك في لحظات مختلفة في الحياة بالاعتماد على الدعم و نوع الاضطهاد
- من المهم فهم العنف ضد النساء و الفتيات على انه مشكلة مجتمعية

ان العالم الذي نعيش فيه اليوم هو عالم منظم و مبني و مُهيكل من قبل القوى الغير متساوية بين النساء و الرجال حيث ان **النساء و الفتيات محرومين, مهمشين و مضطهدين من قبل الرجال بشكل تنظيمي من قبل المجتمع لانهم نساء.** ان النساء ذوات الاقليات يواجهن عدة انواع من الاضطهاد في المجتمع, كالعرق و الفئة الاجتماعية, و تقاطع الميول الجنسي مع التمييز الجنسي على سبيل المثال. يحصل ذلك على جميع اصعدة الحياة. **ان عنف الذكر ضد النساء و الفتيات هو ميزة مفتاحية للسلطة الرجالية.** تمر النساء و الفتيات بتجارب الاضطهاد بعدة اشكال كل يوم. ان الاضطهاد و العنف ضد النساء و الفتيات هو مشكلة مجتمعية ذات تأثيرات جدية. ادارة حالة العنف القائم على اساس النوع الاجتماعي توفر الدعم عن طريق العمل مع النساء او الفتيات و الاستجابة الى احداث معينة تخص العنف ضدها.

ان عواقب العنف تؤثر على جميع جوانب حياة المرأة, الحالة النفسية و الصحة و السعادة و الصحة الجنسية : و تجلب عليهم الوصمة الاجتماعية, و العزلة و الشعور بالعار. ان العواقب الاجتماعية و النفسية تكون مهددة للحياة بالقدر التي تهدد فيه عواقب العنف الجسدي حياتها.

تعيش الناجيات بالعادة بشعور بالخوف المستمر على حياتهن و حياة اطفالهن, مما يساهم بنسبة التوتر العالية التي يعانن منها. تظهر الابحاث ان ازدياد مستوى التوتر بشكل ثابت يؤدي الى التأثير بشكل سلبي على الجسد و الصحة النفسية. لذلك فأن من المرجح ان الناجيات يعيشن بطور النجاة و دائما مستعدات للقتال, الهرب او الجمود (ردود الفعل الثلاثة الخاصة بالمواقف التي تهدد الحياة). ان العيش مع الاساءة لديه تأثيرات عاطفية كبيرة على الناجية و قد يؤدي الى الشعور بالحزن و الانعزال, و عادة ما يتفاقم الى الشعور بلوم النفس و عدم الاهمية

ان اطار العمل هذا هو ضروري لفهم ردود فعل النساء و الفتيات حول خوضهن و شعورهن تجاه العيش في ضل الاضطهاد المبني و المنظم من قبل المجتمع. انه ضروري لفهم ان ادارة حالة العنف القائم على النوع الاجتماعي لا يتم تقديمها بشكل منعزل انما تُقدم مع شبكية النساء و أنشطة الدعم النفسي (pss) و ذلك لاحتضان مجتمع من النساء و الفتيات لمناقشة احتياجاتهن و لمكافحة الاضطهاد و ذلك عن طريق التكاتف و الشفاء. يسمح للنساء و الفتيات بأن يغضبن و يزعجن و من المفترض ان يتم السماح لهم بالتعبير عن مشاعرهن اثنا ادارة حالة العنف القائم على اساس النوع الاجتماعي. من المهم جدا علينا كباحثين اجتماعيين ان لا نستصغر مشاعر احدهم تجاه الاضطهاد اليومي بل علينا فهم متى يمكننا رفع و احالة الحالة الى مختص الصحة النفسية.

يجب ان يفهم مزودي الخدمات تأثيرات العواقب الاجتماعية كالوصمة, العزلة, التمييز, الرفض من قبل العوائل و المجتمع, و ردود الفعل الانفسية و الانعزالية. قد تتضمن هذه التأثيرات الخوف, الغضب, القلق, العار, كره الذات, الأكتئاب, الارق, لوم الذات و الانسحاب. ترى الكثير من النساء و الفتيات ان هذه التأثيرات هي مؤقتة و انها ستزول بتحسن الوضع و بشفائهن: يظهر ذلك الحاجة الملحة لمساحات النساء و البنات لتجميع الخدمات مثل الدعم النفسي و الشبكات الاجتماعية لدعم الشفاء و الارتباط. الجميع يملك نقاط قوى و قدرات تكيف في اوقات مختلفة تؤثر على قابليتنا للتأقلم و الشفاء. قد يتم احتياج دعم اضافي في بعض الاوقات من قبل مختصي الصحة النفسية للمساعدة تجاه احتياجات نفسية اكثر جدية مثل الاكتئاب و المشاعر الانتحارية و اذاء النفس, و اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD). قد يتم احالة هذه الحالات الى مختص الصحة النفسية بناء

على قدرة النظام الصحي و قدرة باحث العنف القائم على اساس النوع الاجتماعي. من الضروري على الباحثة الاجتماعية مناقشة تلك الامور مع مشرفيها.

مشرفين تقنيين: قبل البرمجة, يجدر على المشرفين التقنيين الحرص على ان مختصي الصحة النفسية قد تدريبوا على الاستجابة على العنف ضد النساء و الفتيات و فهم المسببات الجذرية. قد يسبب ممارسي عملية العنف القائم على النوع الاجتماعي الاذى اذا احوالوا الناجيات الى شريك قد يلوم و يشوه سمعة النساء و الفتيات نتيجة تعرضهن للعنف من قبل الذكور. يجب ان تمتلك المنظمة فهماً عن متى يتم احالة الاحتياجات النفسية الى مختص صحة نفسي (مثل: طبيب نفسي)

دراسات الحالة

دراسات الحالة ادناه ليست شاملة. يجب تدريب الباحثين الاجتماعيين الخاصين بالعنف القائم على اساس النوع الاجتماعي على تقديم خيارات تخص الصحة النفسية بطريقة ملائمة خالية من الاحكام. كما يجب فهم محدودية مختصي الصحة النفسية. يجب على المشرفين التقنيين تقدير اذا كانت اناث اطباء النفسيين مدربين على فهم المسببات الجذرية للعنف ضد النساء و الفتيات متوفرة.

1. ادنى حد من التأثيرات المحتملة الخاصة بالاحالة عندما لا تكون الاحالة ضرورية

تذهب احدى النساء الى مركز النساء. هي غاضبة لكون تحرش الرجال بها عندما تمشي, ثم يتم القاء اللوم عليها من قبل الاصدقاء عندما حاول صديقها الذكر لمسها. قالوا لها بأنها غزلية جدا. بعد الاستماع تلاحظ الباحثة الاجتماعية بأنها غاضبة. يتم احالة المرأة الى مختصة الصحة النفسية فوراً. جعلها ذلك تشعر بأنها هي من سببت المشكلة و ان هنالك خطبا ما فيها. لماذا لا تستطيع التحكم بغضبها؟ في المرة القادمة ستبتلع مشاعرها, ففي النهائي لم يحدث شيء سوى ان صديقها حاول الاعتداء عليها.

2. متى تتم الاحالة

تذهب احدى النساء الى مركز النساء للحصول على ادارة حالة العنف القائم على النوع الاجتماعي. اثناء جلستها الثانية تقول للباحثة الاجتماعية بأنها لم تستطيع مغادرة السرير لمدة اربعة اسابيع. و ان صديقتها قد ارغمتها على مغادرة السرير و انت بها الى مركز النساء. كانت قد توقفت عن الاكل و ان الباحثة الاجتماعية لاحظت بأنها قد فقدت وزناً كثيراً مقارنةً باخير لقاء. تقول بأنها لا تريد ان تتعب نفسها بأستيقاضها بعد الان. تقوم الباحثة بشرح ان هنالك طيبة نفسية تستطيع المجيء الى مركز النساء و قد تستطيع مساعدتها اكثر مع اعراض الحزن اذا ارادت ذلك.

