GDASS

حمایت از قربانیان آزار خانگی



ارائه خدمات حمایتی رایگان و محرمانه به تمامی افرادی که تحت آزار خانگی هستند

تماس با ما

مرکز پشتیبانی: 01452 726 570
ایمیل: support@gdass.org.uk

ساعات کاری:
دوشنبه تا جمعه، 9 صبح تا 5 بعدازظهر

برای دریافت پشتیبانی در خارج از ساعات کاری، با خط تلفن ملی کمک‌رسانی به قربانیان آزار خانگی به شماره 0808 2000 247 تماس بگیرید.

در موارد اضطراری، همیشه با 999 تماس بگیرید.

برای کسب اطلاعات بیشتر، به وب‌سایت
www.gdass.org.uk
مراجعه کنید یا کد QR را اسکن نمایید

GDASS
حمایت از قربانیان آزار خانگی

دریافت پشتیبانی امن

تماس برای اولین بار با مراکز خدمات مربوط به آزار خانگی ممکن است دلهره‌آور باشد. اگر هنوز آمادگی تماس تلفنی را ندارید، در این فاصله انجام اقدامات عملی زیر را به شما پیشنهاد می‌کنیم:

- برای بررسی سابقه آزار یا خشونت فرد آزارگر، درخواست استفاده از «قانون کلر» (Clare's Law) را مد نظر قرار دهید. برای کسب اطلاعات بیشتر، به وب‌سایت www.police.uk مراجعه کنید.
- برای خروج اضطراری از خانه و سایر مکان‌ها، مسیرهایی را از پیش در نظر بگیرید.
- تلفن همراه خود را همیشه شارژ نگه دارید و آن را همراه خود داشته باشید.
- یک کیف اضطراری (شامل لباس اضافه، داروهای ضروری، کپی مدارک مهم، کلیدها و غیره) آماده کنید و آن را در مکانی امن در خارج از خانه قرار دهید.
- با نحوه استفاده از قابلیت «Silent Solutions» (راهکار تماس بی‌صدا) هنگام تماس با 999 آشنا شوید.
- یک اپلیکیشن ایمنی شخصی مانند Hollie Guard یا Bright Sky را دانلود کنید.
- با دوستان و اقوام خود یک کلمه رمزی تعیین کنید تا برای کسب اطلاعات، دریافت مشاوره و راهنمایی بیشتر، به وب‌سایت ما به نشانی gdass.org.uk مراجعه کنید.

آزار خانگی چیست؟

آزار خانگی فقط به معنای خشونت فیزیکی نیست. این آزار می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- رفتار کنترل‌گرانه، اجبارآمیز یا تهدیدآمیز
- آزار عاطفی یا روانی
- کنترل مالی یا اقتصادی
- آزار یا فشار جنسی
- آسیب جسمی یا ارعاب
- تعقیب یا مزاحمت
- آزار آنلاین یا دیجیتال
- آزار ناموسی

این نوع آزار ممکن است برای هر کسی، فارغ از جنسیت، سن، پیشینه یا گرایش جنسی، رخ دهد.

آزار خانگی تنها محدود به روابط عاطفی نیست؛ فرد آزارگر می‌تواند شریک عاطفی سابق یا یکی از اعضای خانواده باشد.

تشخیص نشانه‌ها

تشخیص نشانه‌های آزار خانگی می‌تواند دشوار باشد.

آیا او بیش از حد حسود یا انحصارطلب است؟

آیا رفتارش به گونه‌ای است که یک لحظه مهربان و لحظه‌ای دیگر خشن می‌شود؟

آیا سعی می‌کند نوع پوشش، محل رفت‌وآمد و اطرافیان شما را کنترل کند؟

آیا احساس می‌کنید باید در گفتار و رفتار خود بسیار محتاط باشید تا مبادا عصبانی شود؟

آیا کاری می‌کند که برای انجام کارهای روزمره به او وابسته باشید؟

آیا مدام شما را تحقیر یا از شما انتقاد می‌کند؟

آیا رفت‌وآمدها یا ارتباطات شما را زیر نظر می‌گیرد یا ردیابی می‌کند؟

آیا برای کنترل شما از طریق ایجاد ترس، به خشم یا ارعاب متوسل می‌شود؟

اگر پاسخ شما به هر یک از این پرسش‌ها مثبت است، ممکن است تحت آزار خانگی باشید.

GDASS چگونه می‌تواند به شما کمک کند؟

سازمان GDASS طیف متنوعی از خدمات حمایتی متناسب با نیازهایتان ارائه می‌دهد. ما می‌توانیم به صورت انفرادی یا گروهی و در زمان‌هایی که برایتان خطری ندارد، با شما همکاری کنیم.

خدمات ما شامل موارد زیر است:

- ارزیابی میزان خطر برای شما و فرزندانتان.
- ارائه توصیه‌های کلی ایمنی برای حفظ امنیت شما در خانه، محل کار و اماکن عمومی.
- کمک به تدوین برنامه ایمنی شخصی تا در شرایط اضطراری بدانید چه اقداماتی باید انجام دهید.
- بررسی گزینه‌های پیش‌رو تا بتوانید برای آینده‌تان تصمیم‌گیری کنید.
- ارائه حمایت‌های عاطفی و عملی، چه به صورت تلفنی و چه حضوری
- ارائه حمایت‌های گروهی برای کمک به درک بهتر تجربه‌تان و آغاز مسیر بهبودی