

# الخطوات التي يمكنك اتباعها لمنع محاولة اعتداء جنسي

يستطيع كل شخص لعب دور لمنع حدوث اعتداء جنسي. وهناك العديد من الطرق المختلفة التي يمكنك اتباعها والتدخل من خلالها أو إحداث فارق إذا رأيت شخصًا ما مُعرضًا لخطر اعتداء جنسي. يُشار إلى هذا الأسلوب المُتبع لمنع محاولة اعتداء جنسي بمصطلح "تدخل المتفرج".

## كيف يمكنني لعب دور في منع محاولة اعتداء جنسي؟

يتمثل العنصر الأهم للمحافظة على سلامة أصدقائك في تعلّم كيفية التدخل بطريقة تناسب مع الموقف ومستوى الارتياح الذي تشعر به. إنّ التعرّف على هذه المعلومات يمكن أن يُكسبك الثقة للتدخل عندما تسوء الأمور، إذ إنّ التدخل قد يصنع فرقًا كبيرًا، ولكن ذلك لا ينبغي أن يكون على حساب سلامتك الشخصية.

## تشيت الانتباه

افعل كل ما بوسعك للتدخل في الموقف، إذ إنّ تشيت الانتباه قد يتيح الفرصة للشخص المُعرّض للخطر للوصول إلى مكان آمن.

- مقاطعة المحادثة بجملة للإلهاء من قبيل "لنطلب بيتزا، أنا أتصوّر جوًّا" أو "هذا الحفل كئيب. لنذهب إلى مكان آخر."
- جلب طعام أو مشروبات منعشة وتقديمها لجميع الحضور في الحفل، بمن فيهم الأشخاص الذين تشعر بالقلق حيالهم.
- بدء نشاط يلفت انتباه الآخرين، مثل لعبة أو نقاش أو حفلة رقص.

## توجيه أسئلة مباشرة

تحدّث مباشرة إلى الشخص الذي قد يكون في مأزق.

- وجّه أسئلة من قبيل: "من الشخص الذي حضرت معه إلى هنا؟" أو "هل ترغب في أن أبقى بالقرب منك؟"

## إطلاع أحد أفراد السُّلطات على الأمر

أحيانًا، تكون الطريقة المثلى للتدخل هي إحالة الأمر إلى طرف محايد لديه سلطة تغيير الموقف، مثل الجهة المنظمة أو حارس أمن.

- تحدّث مع حارس أمن أو نادل أو موظّف آخر حول مخاوفك. إذ إنّ مصلحتهم تتمثّل في ضمان أمن وسلامة عملائهم، وسيكونون مستعدّين للتدخل في الموقف.
- لا تتردّد في الاتصال بالسُّلطات المعنيّة إذا ما كانت تراودك مخاوف بشأن سلامة شخص ما.

## التماس المساعدة من أشخاص آخرين

قد يكون التعامل مع الموضوع بمفردك أمرًا مخيّفًا، لذا التمس المساعدة من شخص آخر لدعمك.

- اطلب من شخص آخر أن يأتي معك للاقتراب من الشخص المُعرّض للخطر. عند التعبير عن المخاوف، قد تكون كثرة الأفراد مفيدة في هذه الحالة.
- اطلب من شخص آخر أن يتدخّل بدلًا منك. على سبيل المثال، يمكنك أن تطلب من شخص ما يعرف الشخص المُعرّض للخطر أن يرافقه إلى الحمام.
- التمس المساعدة من صديق للشخص الذي تشعر بالقلق بشأنه. يمكنك أن تقول مثلًا: "يبدو أنّ صديقك قد أسرف في الشراب. هل يمكنك أن تتفقّده؟"

## أفعالك في غاية الأهمية

سواء تمكّنت من تغيير النتيجة أم لا، فإنّ مجرد تدخلك يعني أنّك تسهم في تغيير طريقة تفكير الناس في دورهم في منع محاولات الاعتداء الجنسي. وإذا ما راودتك شكوك بأنّ شخصًا ما تعرّفه تعرّض لاعتداء جنسي، فهناك خطوات يمكنك اتّباعها لدعم ومساندة ذلك الشخص وإبداء اهتمامك به.