

ماذا افعل حتى يتغير عاشقي؟

ليس عليك ان تغيري في حبيبك بل عليه الوعي بأفعاله الغير مقبولة تجاهك. إنما يجب عليك ان تعرف بان العنف يزداد أغلبية الأحيان مع الزمن . لا تنخفض لوحدها. يجب ان تعرف ان يلام كثير من الفتيات ان كانت العلاقة سلبية (هذا غير صحيح) سيحاولن تغيير أنفسهن باعتقادهن إنقاذ علاقتهن.

ماذا افعل لان لا يكون نسبي هكذا؟

1. يجب ان تكوني صريحة من البداية فيما تحب و لا تحب
2. لا تفعل شيء لا ترغبين به
3. تأكد و ذلك في كل الأوقات ، أينما رحلت، انك تستطيعين الذهاب لبيتك دون مساعدة حبيبك
4. التشاور مع الرفاق والاصحاب الذين تثيق بهم

حقوقك بان تقول لا خط احمر لا يمكن تجاوزها تذكر دائماً:

1. يمكنك ان تقول لا و ان تغير رأيك حتى اخر لحظة
2. لا احد يستطيع، و باي عذر ان كان ، ان يجبرك ان تفعل شيء لا تريد عمله
3. لست مدينة لحبيبك و ذلك و لو ملئك بالهداية
4. لا يحق لاحد ان يجرحك باي طريقة ما
5. دائماً كون على سماع إحساسك
6. لست مسؤولة عن العنف والتغات الذي تتعرضين اليه

ماذا تفعلين ولو بات الوضع على ما كان

التحدث مع أشخاص ذو ثقة عالية:

- الأهل
- زميل أو زميلة
- معلم أو معلمة
- ممرضة أو عاملة اجتماعية في مدرستك
- ملجئ للنساء المعرضين للعنف المنزلي
- جمعية مساعدة ووقاية الاعتداء الجنسي
- خط هاتفي للطوارئ
- الخ.