



PREPOZNAJ

NASILJE

NASILJE U PORODICI

ili partnerskoj vezi je ozbiljan problem.

Nasilne osobe retko menjaju svoje ponašanje.

Vremenom nasilje postaje sve učestalije i surovije.

Posledice nasilja su ozbiljne i dugotrajne.

Za nasilje su odgovorne nasilne osobe, i ako se često pravdaju da su drugi uzrokovali njihove probleme i njihovo nasilno ponašanje. Nasilnici nisu bolesni. Oni samo koriste moć da bi kontrolisali druge, jer znaju da takvo ponašanje društvo ne osuđuje oštro.

NIKO NE “ZASLUŽUJE” NASILJE

bez obzira šta kaže, kako izgleda, šta prihvata ili ne prihvata. Niko nema prava da drugog prisili na bilo šta.

Žene u nasilnim vezama ostaju iz različitih razloga, ali nikada zato što vole nasilje.

Zato je važno da umeš da prepoznaš nasilje.

NASILJE JE ...

...kada on kontroliše šta radiš, koga
viđaš, šta čitaš, kada ti ograničava
kretanje, prati te, pretura po tvojoj torbi,
prisluškuje tvoje telefonske razgovore,
vrši pritisak da biraš između njega i
porodice i prijatelja, zabranjuje da
koristiš internet i društvene mreže,
koristi ljubomoru da pravda svoje
postupke, kada pomoću tehnologije
stvara utisak da je sveprisutan,
sveznajući i svemogućí

... I ZOVE SE

IZOLACIJA

POŠTOVANJE JE ...

...kada oboje tragate za rešenjima problema, kada oboje otvoreno postavljate pitanja i spremni ste da saslušate jedno drugo, kada ste oboje spremni na kompromis, rešavanje sukoba, konkretan dogovor o odnosima, kada ste spremni da prihvatite promene

... I ZOVE SE

POVERENJE I POUZDANOST

NASILJE JE ...

... kada te zastrašuje pogledom,
postupcima, glasom, kada više,
raspravlja se, kada zahteva da govoriš
ono što on želi da čuje, za to koristi
društvene mreže i aplikacije, kada lomi
stvari i uništava tvoju imovinu, zlostavlja
kućne ljubimce, kada pokazuje oružje

... I ZOVE SE

ZASTRAŠIVANJE

POŠTOVANJE JE ...

...razgovor koji podrazumeva da oboje imate pravo da izrazite šta mislite i osećate, odsustvo straha zbog onoga što se misli i radi, razgovor i saznanje da te on čuje i razume, mogućnost da se razgovara o nesuglasicama i da zajedno dođete do rešenja

... I ZOVE SE

NEPRETEĆE PONAŠANJE

NASILJE JE ...

... kada te ignoriše, neće da razgovara sa tobom, manipuliše pokazivanjem osećanja, kada te omalovažava, ponižava, ismeva, optužuje, psuje, kritikuje, lažno predstavlja na društvenim mrežama, “hakuje” tvoj profil, kada te nagoni da se osećaš krivom, da misliš da si luda, uporno šalje ogromni broj poruka

... I ZOVE SE

EMOCIONALNO ZLOSTAVLJANJE

POŠTOVANJE JE ...

...mogućnost da jedno drugo slušate bez osuđivanja, vrednovanja i bez procene, razumevanje i pružanje podrške, poštovanje razlika u mišljenju, poštovanje potreba i interesa obe strane, pravo na izbor vlastitih prioriteta, pravo na vlastita osećanja i prihvatanje tuđih osećanja

... I ZOVE SE

POŠTOVANJE I PODRŠKA

NASILJE JE ...

... kada on donosi sve važne odluke, podseća te da si žensko i da treba da misliš i radiš ono što on kaže, smatra da ima pravo da bude pitan kako se oblačiš, kuda ideš, da ima pravo na podatke sa tvog telefona i naloga na društvenim mrežama, očekuje da pristaneš na seks kad god on to želi

... I ZOVE SE

**KORIŠĆENJE
MUSKIH
PRIVILEGIJA**

POŠTOVANJE JE ...

...zajedničko dogovaranje i podela poslova, odsustvo tradicionalnih podela porodičnih uloga na muške i ženske poslove, zajedničko donošenje porodičnih odluka, prisutnost partnera/partnerke kada je potrebna pomoć i podrška

... I ZOVE SE

DELJENJE ODGOVORNOSTI

NASILJE JE ...

... kada čini da osećaš krivicu zbog nečega što su deca uradila, koristi decu za prenošenje poruka (i putem društvenih mreža ili telefona), kada te uznemirava i vređa, omalovažava i ponižava pred decom, podržava da te deca ne poštuju, kreira dokaze za tvoje loše roditeljstvo, optužuje da okrećeš decu protiv njega, zloupotrebljava alimentaciju za pokazivanje moći, preti da će ti oduzeti decu

... I ZOVE SE

KORIŠĆENJE DECE

POŠTOVANJE JE ...

...podela roditeljskih obaveza i odgovornosti, pružanje primera deci za pozitivan i nenasilan način ponašanja i razgovora, stvaranje atmosfere sigurnosti i brige za decu, dozvoljeno ispoljavanje emocija, ohrabrivanje individualnosti i samostalnosti dece

... I ZOVE SE

ODGOVORNO RODITELJSTVO

NASILJE JE ...

... kada te sprečava da pronadeš ili zadržiš posao, onemogućava napredovanje u karijeri, kada ti ne daje dovoljno novca za svakodnevne potrebe, traži da opravdaš svaki dinar, uslovljava ili primorava da moliš za novac, oduzima tvoj novac, skida ga sa tvog računa, zloupotrebljava aplikacije za onlajn plaćanje, odbija da uplati rate kredita

... I ZOVE SE

EKONOMSKO ZLOSTAVLJANJE

POŠTOVANJE JE ...

...otvoren razgovor o finansijskim pitanjima, zajedničko donošenje odluka o novcu, dogovor o velikim troškovima, poštovanje tvoje i zajedničke imovine, poštovanje ekonomske samostalnosti i tvojih potreba

... I ZOVE SE

EKONOMSKO PARTNERSTVO

NASILJE JE ...

... kada preti da će emotivno ili fizički da povredi tebe, tvoju porodicu ili prijatelje, kada preti da će te ostaviti, prijaviti vlastima, da će ti oduzeti decu, odati lične informacije, koristi društvene mreže za to, kada preti da će izvršiti samoubistvo, primorava da odustaneš od tužbe za razvod braka, uvlači te u duga parničenja, prisiljava da radiš nezakonite stvari

... I ZOVE SE

PRETNJE I PRINUDE

POŠTOVANJE JE ...

...kada sa njim otvoreno i iskreno razgovaraš, kada ste oboje odgovorni za data obećanja, preuzete obaveze i sopstvene postupke, kada svako od vas može da prizna učinjenu grešku, kada imate pravo da promenite mišljenje, kada jedno drugom podržavate životne ciljeve

... I ZOVE SE

PRAVEDNOST I PREGOVARANJE

NASILJE JE ...

... kada on umanjuje ozbiljnost zlostavljanja, kada prebacuje odgovornost za svoje ponašanje na tebe i druge, kada ti govori da si ga ti izazvala, poriče da se nasilje desilo, za nasilje okrivljuje alkohol, koristi tehnologiju da bi napravio dokaze tvog navodnog nasilja prema njemu ili deci

... I ZOVE SE

**UMANJIVANJE,
PORICANJE I
OKRIVLJAVANJE**

POŠTOVANJE JE ...

... kada on prepoznaje i imenuje ponašanja kao nasilna, kada prihvata odgovornost za svoje nasilno ponašanje, kada pokazuje interes da se menja, kada započinje process učenja i promene, kada je spreman da se iskupi za štetu koju je naneo tebi i deci, i kada prihvata tvoju odluku da ne nastaviš partnerski odnos

... I ZOVE SE

ODGOVORNOST

NASILJE JE ...

... kada te prisiljava na seksualni odnos, kada svojim seksualnim primedbama, ponudama i šalama izaziva tvoj stid, kada ne uvažava tvoje potrebe, osećanja i strahove, prisiljava te da gledaš pornografiju, kada te tretira kao seksualni objekt, sprečava upotrebu kontracepcije, deli tvoje privatne intimne snimke ili poruke na društvenim mrežama

... I ZOVE SE

SEKSUALNO NASILJE

POŠTOVANJE JE ...

... otvorenost u odnosu na seksualne potrebe, osećanja i strahove, dogovor o kontracepciji, dogovaranje o prihvatljivim tipovima seksualne veze, poštovanje tvog izbora u vezi sa trudnoćom i poštovanje tvoje intimne privatnosti

... I ZOVE SE

**SEKSUALNO
POŠTOVANJE I
POVERENJE**

CILJ

nasilnika je da ima moć nad tobom i da te

KONTROLIŠE

Kada to ne može da ostvari pomoću ovih nasilnih ponašanja on pribegava

FIZIČKOM NASILJU

čupanju, guranju, ujedanju, uvrtanju ruku, davljenju, bacanju na zemlju, saplitanju, čupanju za kosu, premlaćivanju, pretnjama oružjem...

**Ako živiš u situaciji nasilja,
učini nešto dobro za sebe,
donesi jednu od najvažnijih
odluka u svom životu**

IZADJI IZ NASILJA

(na bezbedan način)

pozovi

AUTONOMNI ŽENSKI CENTAR

0800 100 007

AUTONOMNI ŽENSKI CENTAR

SOS telefon

0800 100 007

svakog radnog dana od 10 do 20 časova

e-mail

zene.savet@azc.org.rs