

Хуманитарна асоцијација за еманципација,  
солидарност и еднаквост на жените

Семејно насилство

**НАСИЛСТВОТО НЕ Е САМО  
МОЈ ПРОБЛЕМ**



Скопје, декември 1997 година

❖ **ШТО Е СЕМЕЈНО НАСИЛСТВО?**

❖ **КОЈ МОЖЕ ДА БИДЕ ЖРТВА НА СЕМЕЈНО НАСИЛСТВО?**

❖ **КАКО МОЖЕ ДА СЕ ОТКРИЕ СЕМЕЈНОТО НАСИЛСТВО?**

❖ **ЕЛЕМЕНТИ НА СЕМЕЈНОТО НАСИЛСТВО**

❖ **ПЛАН ЗА СИГУРНОСТ**

❖ **ШТО МОЖЕТЕ ДА И КАЖЕТЕ НА ЖРТВАТА НА НАСИЛСТВО?**

❖ **Што претставува семејното насилство?**

Семејното насилство е секој опасен физички контакт или закана за насилство меѓу членовите на семејството или пак меѓу сопругниците, вклучувајќи го и оштетувањето на имотот како метод на контрола, освета, или казна.

Семејното насилство вклучува физичко насилство - удирање, поттурнување, тепање, клоцање, или кубење на коса. Како средства за закана или напад може да се користат и обични предмети или оружје.

Семејното насилство може исто така да ги вклучи и емоционалните и вербалните навреди (вербални омаловажувања) или пак сексуалното насилство (несакан полов акт).

## ❖ Кој може да биде жртва на семејно насилство?

Секој може да биде жртва на семејно насилство. Насилството е феномен кој може да се случи во секоја возраст, социјална или економска група, или пак на лица со различен степен на образование. Изложеноста на сите членовите на семејството на семејно насилство е подеднаква.

## ❖ Како може да се открие семејното насилство?

Можеби веќе си била жртва на семејно насилство. Семејно насилство си преживеала доколку:

- некогаш си била физички присилувана да направиш нешто спротивно на твојата желба или пак си била навредена;
- си била удрена со шлаканица, тупаница, поттурнувана, изгребана, потегнувана, удрена со некој предмет, погодена со некое оружје, прободена или пак психички повредена;
- си била принудена на сексуален однос или пак на некоја друга сексуална постапка која не си ја сакала;
- се плашиш да се гледаш со пријателите или членовите на семејството, бидејќи твојот партнер ќе се налути или пак ако си повредена од партнерот заради тоа што контактираш со семејството или пријателите;
- се чувствуваш лошо откако си стапила во оваа врска или ако си психички повредена. Психичкото насилство ја содржи и вербалната повреда, навредите, манипулациите, или изолацијата од пријателите и роднините.

## ❖ Елементи на семејното насилство

### ➤ **Моќ и контрола:**

Моќта и контролата се два важни фактори во една насилна врска. Жртвата честопати е принудена да го трпи насилството.

### ➤ **Физичко насилство:**

Насилникот користи сила со цел да ја преплаши жртвата. Ова вклучува постапки како: поттурнување, удирање, удирање на шлаканици, кубење на коса, удирање со тупаници, користење на оружје, тепање и други насилни дејствија.

### ➤ **Емоционално насилство:**

Насилникот ја понижува жртвата, прави таа да се чувствува инфериорна, ја нарекува со разни погрдни имиња, и/или ја карактеризира како ментално болна.

### ➤ **Закани:**

Насилникот ја повредува жртвата емоционално, и се заканува дека ќе и ги одземе децата или пак и се заканува со убиство.

### ➤ **Заплашувања:**

Насилникот ја заплашува жртвата со невообичаени погледи, постапки, или гестови, или пак со викање, кршење на предмети, или со уништување на нејзината сопственост.

### ➤ **Економско насилство:**

Насилникот ја спречува жртвата да се вработи или да го одржува работното место или пак и ги одзема нејзините материјални добра.

### ➤ **Сексуално насилство:**

Насилникот ја присилува жртвата на сексуален однос спротивно на нејзината волја, или физички ги повредува од нејзиното тело.

### ➤ **Изолирање:**

Насилникот проверува со кого жртвата се гледа или разговара и каде таа оди.

### **Насилникот честопати:**

**Ги користи децата:** Насилникот ја обвинува за однесувањето на децата, ги користи децата за да праќа пораки, ги злоупотребува децата за да ја нападне неа.

**Ја користи моќта:** Насилникот ја третира жената како слуга, ги носи сите поважни одлуки, или пак се однесува како “господар на замокот“.

**НАСИЛСТВОТО НИКОГАШ  
НЕ Е СЛУЧАЈНО. ТОА СЕ РАЗВИВА  
ПОСТЕПЕНО И ВО ПОВЕЌЕТО СЛУЧАИ  
НАСИЛНИТЕ ВРСКИ ИМААТ НЕКОИ  
ЗАЕДНИЧКИ КАРАКТЕРИСТИЧНИ ТОЧКИ НА  
РАЗВОЈ:**

**☞ Градење на сцена**

- Насилникот е фрустриран и станува се повознемирен, љубоморен и вербално навредува
- Тензијата се зголемува помеѓу партнерите
- Жртвата не го признава стравот, ниту лутината и постоењето на насилството
- Жртвата можеби ќе ја превземе одговорноста за било кој проблем и ќе се труди да го одржи мирот

**☞ Стадиум на акутно насилство**

- Тензијата станува неподнослива
- Насилството е најжестоко во ова време. Често жртвата или насилникот контактираат со полицијата, лекарите и/или советниците.
- Во овој случај главна цел на жртвата е да го преживее насилството. Бегањето се чини невозможно. Жртвата често останува молчелива, надевајќи се дека “бурата ќе престане”.
- Жртвата може да прејде на страна на насилникот, и да не соработува со оној којшто сака да помогне.

**☞ Стадиум на цвеќе и љубов**

- Насилникот се кае и често е многу љубезен и пријатен.
- Насилникот ветува дека ќе се промени и дека нема повеќе да се случи истото.

**❖ Што претставува планот за сигурност?**

Секоја жртва на насилство треба да изготви план за сигурност. Тоа може да претставува една мала картичка на која се наведени имињата и телефонските броеви на СОС телефоните, адвокати, женски организации кои работат на семејното насилство или советувашиштето за брак и семејство.

Доколку креираш план за сигурност:

- **Имај ги во предвид можните патишта за бегство.** Вратите, прозорите од приземјето, евентуалните излези од подрумот, лифтовите, скалите.
- **Избери место кадешто би отишла.** Во куќата на некој пријател/ка или роднина кој/а би ти понудила поддршка, или хотел - најважно е, каде и да одиш да се чувствуваш сигурна.
- **Спакувај ги најнепоходните нешта.** Пари за такси, неопходна облека, резервни клучеви од куќата/станот и возилото, изводите од книгата на родените, пасошите, лековите, податоци за твоето здравствено осигурување, твоите чекови, правните документи како судската одлука за спогодбен развод (доколку веќе е донесена), адресарот, твојот вреден накит, и документите кои ја потврдуваат заедничката сопственост, кои ќе ги оставиш во домот или пак остави ги кај некој доверлив сосед/ка, пријател/ка, или роднина. Важните документи можеш исто така да ги ствиш во банковен сеф.
- **Обиди се да започнеш твој сопствен штеден фонд на финансиски средства.** Своите заштеди предај ги, или испрати им ги на некој доверлив роднина или пријател/ка.

- **Одбегнувај ги расправиите со насилникот околу местата каде што се наоѓаат потенцијални оружја.** Кујната, гаражата, или во мали простории без излезна врата.
- **Запамти го бројот на СОС линијата за жртви на семејно насилство.** Контактирај ги за информации во врска со правната регулатива, и други информации кои ти се потребни.
- ❖ **Што можете да и кажете на жртвата на семејно насилство?**
- Се плашам за твојата безбедност.
- Се плашам за безбедноста на твоите деца.
- Ситуацијата единствено може да се влоши. Ние ти стоиме на располагање кога и да си спремна, или кога и да си во можност да го напуштиш домот.
- Ти заслужуваш нешто подобро од ова.

**ТИ НЕ ЗАСЛУЖУВАШ ДА  
БИДЕШ МАЛТРЕТИРАНА**

**Никој не заслужува да биде  
малтретиран**