

## **ZASTAVME NÁSILIE NA ŽENÁCH A DEŤOCH!**

**Tiesňová linka pre obeť rodinného násillia**

**ZAVOLAJTE**

**0800100113**

**Volanie je bezplatné**

**Bezpečný ženský dom, útočisko pre ženy a deti, obeť rodinného násillia**

**[www.sigurnakuca.rs](http://www.sigurnakuca.rs)**

**STREDISKO SOCIÁLNEJ PRÁCE**

**"SOLIDARNOST" PANČEVO**

### **ČO JE RODINNÉ NÁSILIE?**

Správanie, ktorým jeden člen rodiny ohrozuje fyzickú integritu, duševné zdravie alebo pokoj iného člena rodiny (čl. 197 Zákona o rodine Republiky srbsko (PZ RS)). Rodinné násillie môže byť:

- fyzické
- psychické
- sexuálne
- ekonomické
- každé obmedzenie osobnej slobody (násillím, hrozbou)

### **KTO SÚ OBEŤ RODINNÉHO NÁSILIA?**

Najčastejšími obeťami domáceho násillia sú ženy, deti a staršie vysilené osoby.

### **PREČO?**

- kvôli telesnej konštitúcii,
- ekonomickej závislosti,
- predsudkom a nepochopeniu prostredia

## ZASTAVME NÁSILIE NA ŽENÁCH A DEŤOCH

### POSKYTNEME IM PSYCHOSOCIÁLNU A KAŽDÚ INÚ PODPORU

Existujú rôzne možnosti pre podporu. To všetko závisí od toho, čo Vy chcete a čo môžete. Môžete sa rozhodnúť sama, alebo s deťmi, dočasne sa ubytovať na bezpečnom mieste, v **Bezpečnom ženskom dome – špecializovanom azylovom dome pre ženy a deti, obeť rodinného násillia**.

Ide o miesto, kde ste v bezpečí, a kde už žijú iné ženy s rovnakými problémami. Je nutné kontaktovať Poradenstvo pre ženy a deti, obeť rodinného násillia v Stredisku sociálnej práce, osloviť vedúceho pre váš prípad alebo zavolať tiesňovú linku pre ženy a deti obeť rodinného násillia, kde môžete získať všetky potrebné pokyny. Telefónna služba je bezplatná.

Ak máte problém, a Stredisko sociálnej práce už neúraduje v ten deň, zavolajte na Políciu (192), ktorá Vám poskytne potrebnú pomoc a ochranu.

V prípade fyzického násillia, **ZÁVÄZNE ŽIADAŤ LEKÁRSKE POTVRDENIE!**

Základná podmienka na ubytovanie, rovnako ako prácu v Poradenstve je utrpené násillie od člena rodiny. Zákon o rodine, čl.197

### AKO SA UBYTOVAŤ V BEZPEČNOM ŽENSKOM DOME?

Do Bezpečného ženského domu v Pančeve sa možno dostať bežným postupom (prostredníctvom Vášho Strediska sociálnej práce), alebo núdzovým ubytovaním (zo strany Polície).

BEŽNÝ POSTUP znamená, že najprv kontaktujete Stredisko sociálnej práce so žiadosťou o ubytovanie, alebo so žiadosťou o pomoc pri riešení situácie násillia, ktorú potom zamestnanci Strediska, spolu s Vami, budú rozoberať, aká forma podpory a ochrany Vám je potrebná a či ubytovanie v Bezpečnom ženskom dome vyhovuje Vaším potrebám. Zo Strediska sociálnej práce, pri bežnom postupe, by ste mali dostať písomný príkaz na ubytovanie.

Pri pravidelnom postupe potrebné je predložiť nasledovné dokumenty:

- fotokópia občianskeho preukazu alebo pasu,
- fotokópia zdravotnej knižky,
- fotokópia výpisu z matriky narodených,
- fotokópia výpisov z matriky narodených pre deti

(dokumenty sú potrebné za účelom registrácie, ľahšej práce a komunikácie s ďalšími ustanovizniami, rovnako ako pre identifikáciu špecifických potrieb a organizovanie ochranných opatrení)

- potvrdenie o zdravotnom stave / potvrdenie o fyzických zraneniach,
- neuropsychiatrický nález,
- ostatná zdravotná dokumentácia,

– krvný test na infekčné ochorenia, ktorý môžete vykonať na oddelení Transfúzie krvi v Pančevo alebo v inom laboratóriu

(Dokumenty sú potrebné na posúdenie, či je ubytovanie v Bezpečnom ženskom dome najlepším riešením pre vás, a to rovnako z dôvodu potreby zdravotnej starostlivosti, ktorú Vám nemôžeme poskytnúť v Dome, ako aj kvôli posúdeniu, či môžete byť adekvátne ubytovaný s ostatnými užívateľmi)

**NÚDZOVÉ UBYTOVANIE** znamená, že ak máte chvíľkový problém a nemáte možnosť požiadať pomoc od Strediska sociálnej práce – musíte okamžite odísť, v takej situácii najprv zavolajte:

- Políciu (192), ktorá Vám poskytne okamžitú ochranu a kontaktuje iné príslušné orgány,
- Záchrannú službu (194), ak máte fyzické zranenia a potrebujete lekársku pomoc,
- Bezpečný ženský dom pre útulok a ubytovanie (0800 100 113), kde môžete získať potrebné informácie a pokyny

Ak nutne potrebujete byť umiestnená a nemáte možnosť zaobstarat' uvedenú dokumentáciu, zamestnanci vo Vašom Stredisku sociálnej práce Vám pomôžu v tom, alebo sa dokumentácia zaobstará a predloží dodatočne.

### **VEZMITE SI SO SEBOU, AK JE TO MOŽNÉ...**

**Ak musíte odísť od partnera (do Bezpečného ženského domu alebo na iné miesto), mali by ste si PRIPRAVIŤ, A VZIAŤ SI ZO SEBOU, pokiaľ je to možné:**

Vaše dokumenty a dokumenty Vašich detí:

- občiansky preukaz,
- cestovný pas,
- OVERENÉ zdravotné knižky,
- NOVŠIE lekárske správy,
- výpisy z matriky narodených,
- výpis z matriky sobášených,
- súdne dokumenty,
- dokumenty o vlastníctve majetku,
- vodičský preukaz...
- mobilný telefón, karty, telefónny zoznam ...
- peniaze, vkladné knižky, šekové karty...
- kľúče

- potrebné lieky
- najzákladnejšie školské potreby
- najzákladnejšie hygienické potreby
- oblečenie na niekoľko dní
- najobľúbenejšie hračky Vašich detí

Rozmýšľajte aj o malých, cenných predmetoch, ktoré Vám patria, Vám milých pamiatkách, napríklad fotografiách, ktoré by možno Váš partner mohol zničiť!

**AK MUSÍTE OKAMŽITE UTIEČŤ V DOSLEDKU BEZPROSTREDNÉHO NEBEZPEČENSTVA, NESTRÁCAJTE ČAS NA PRÍPRAVU VECÍ! SÚ ZAMENITEĽNÉ, A VÁŠ ŽIVOT A ŽIVOT VAŠICH DETÍ, NIE!**

## **POJEM A TVARY RODINNÉHO NÁSILIA**

Násilie je zjav, ktorý sa vyskytuje vo všetkých spoločnostiach, vo všetkých sociálnych vrstvách, bez ohľadu na vzdelanie, finančnú situáciu či spoločenské postavenie, zamestnanie. Ono je definované ako použitie sily, vyhrážania alebo zneužitia moci voči inej osobe. Zákon o rodine, článok 197, Trestný zákon, článok 194.

Násilie páchané na ženách je ďalším častým prvkom rodinných vzťahov v tradičných spoločnostiach, akým je čiastočne aj naše – vyplýva a ospravedlňuje sa rodovými úlohami. Pre tradičné spoločnosti je charakteristické, že je pre únik pred rodinným násilím potrebné viac vytrvalosti a podpory, ako u netradičných, ale rodinné násilie je rovnomerne zastúpené v oboch spoločnostiach.

V manželských a rodinných vzťahoch sú zastúpené početné tvary a aspekty rodinného násilia a partnerského násilia.

Rodinné násilie – násilie, ktoré jeden člen rodiny robí nad ďalším členom – má svoje vlastné charakteristiky vo vzťahu k násiliu páchanom mimo rodiny. Násilie vždy predstavuje zneužívanie moci a výkon kontroly nad členmi rodiny, ktorí majú menej moci, a to nielen fyzické, ale aj ekonomické a sociálne. Preto sú obeťami násilia väčšinou ženy, deti, staršie a vysilené osoby, chorí členovia rodiny – práve tí, ktorí sú závislými členmi rodiny.

Násilie v manželstve (ang. marriage violence, spouse abuse) je porušovanie fyzického, psychického alebo emocionálneho zdravia jedného z manželov alebo partnerov vo vzťahu. Znamená hocikaké fyzické, sexuálne, psychické alebo ekonomické zneužívanie ženy manželom alebo mimomanželského partnera, čiže násilie, ktoré sa vyskytuje v legálnych a nelegalizovaných vzťahoch – mimomanželských spoločenstvách, ako aj medzi bývalými manželmi.

Fyzické násilie je násilie, ktorým sa ubližuje na zdraví, ohrozuje telesná integrita a samotný život. Závažnosť ublížení sa pohybuje od minimálnych „ľahkých“ ublížení na zdraví (zlomený zuby, hematómy a podobne) po „ťažké“ ublíženia na zdraví, trvalú invaliditu a smrť. Fyzické násilie zahŕňa: tlačenie, zauškovanie, udieranie, mlátenie, pálenie, škrtenie, pichanie, zmrzačenie, mučenie a vražda. Fyzické násilie v rodinných vzťahoch spravidla zahŕňa aj psychické – emocionálne násilie.

Psychické násilie sa skladá z rôznych tvarov verbálnej agresie, ktorou sa získava kontrola, donucovanie, zastrašovanie, vydieranie, ponižovanie, urážanie, výsmievanie, manipulácia, s vyhrázaním ublíženia na zdraví, vyhrázaním smrťou, izoláciou, pohŕdaním, verejným útokom... Psychické násilie je silný stresujúci faktor, a následky často vidieť v tvare rôznych psychosomatických ochoreniach a zmenách psychického stavu.

Sexuálne násilie predstavuje každú sexuálnu aktivitu bez súhlasu, vrátane sexuálneho podpichovanie, nežiaducich komentárov, nežiaducich sexuálnych návrhov, nátlaku podieľať sa na alebo pozerať pornografiu, nežiaducich dotykov, vynúteného pohlavného styku, znásilnenia, incestu, bolestivý a ponižujúci pohlavný styk. Rovnako ako fyzické, aj sexuálne násilie zahrňuje aj emocionálne násilie!

Ekonomické násilie sa vzťahuje na rozdielny prístup k spoločným zdrojom, odopieranie, respektíve kontrolovanie prístupu k peniazom, znemožňovanie a sťažovanie zamestnanosti a vzdelávania, profesijného rastu, odopretie práva na majetok, nútenie vzdať sa práva na majetok a žiadosti o prevode vlastníctva, predaj vecí bez súhlasu majiteľke/ľov, nútený predaj.

Neexistuje jediná príčina, ktorou by sa mohlo vysvetliť, prečo muži (v menšom počte prípadov, aj ženy) zneužívajú svojich partnerov.

## **CYKLUS ZNEUŽÍVANIA V RODINE**

Okrem všeobecných tvarov, násilie sa mení v priebehu času a každý incident je potrebné vnímať v kontexte predchádzajúceho násillia. Vznik nového tvaru násillia iba nadväzuje na predchádzajúce, zosilňuje ho a spevňuje. Rozvoj (dynamika) násillného vzťahu možno predstaviť prostredníctvom cyklu násillia, respektíve jeho fáz. Fázami je znázornený najbežnejší rozvoj násillia, a doba trvania a samotný prejav individuálneho správania aj násillníka aj obeť závisia od jednotlivcov.

### 1. Fáza Rastúce napätie

V prvej fáze sa objavia menšie incidenty, ktoré spôsobujú nárast napätia, keď si žena uvedomuje, že útok alebo násilie je nevyhnutné. Ona sa snaží upokojiť situáciu a vyhnúť sa násilliu, ale márne, pretože správanie násillníka je čoraz agresívnejšie.

## 2. fáza. Násilné akcie

Počas druhej fázy – fázy násilnej udalosti, prichádza k nekontrolovanému uvoľneniu agresivity a napätia a manifestuje sa prostredníctvom rôznych foriem násillia. Toto je fáza, keď žena zažíva šok, nedôveru a popieranie, nevyhľadáva pomoc. Ak jej je aj ublížené na zdraví, po poskytnutí lekárskej pomoci vracia sa partnerovi, prípadne dočasne opúšťa dom.

## 3. fáza. Lútosť a ospravedlňovanie – opätovné nadviazanie styku

Násilník ukazuje ľútosť a pokánie, hanbí sa za to, čo urobil. Sľubuje, že sa to viac nezopakuje, a násilný incident ospravedlňuje nervozitou, nátlakom v zamestnaní, konzumáciou alkoholických nápojov, správaním detí, atď. Často minimalizuje alebo dokonca popiera spáchané násillie. Stáva sa tiež, že presúva zodpovednosť na obeť (vyzývala ho, provokovala, keby len neurobila to a ono, veď to nič nie je strašné...). V prípade, že žena odišla z domu, násilník v tejto fáze sa snaží dostať ju domov darmi, sľubmi, vyznaniami lásky atď. Nadviazaním styku s obeťou, bez ohľadu či úprimne alebo manipulatívne, násilník skutočne obnoví stratenú moc a kontrolu nad obeťou. Tak sa k obeti vracia (falošná) nádej, že "všetko bude v poriadku", "ako predtým".

Keď násilník nadobudne kontrolu, vznikajú nové problémy. Napätie opäť stúpa a cyklus sa opakuje. V priebehu času, vzdialenosť medzi jednotlivými fázami je čoraz kratšia, incidenty sú čoraz častejšie a čoraz agresívnejšie, nárast napätia je rýchlejší, a ľútosť a pokánie sú čoraz kratšie alebo úplne zmiznú. Pri opakovaní cykly žena používa čoraz viacej rozličných stratégií vyhnúť sa násilliu, ale to sa jej nedarí.

## **NÁSLEDKY RODINNÉHO NÁSILLIA**

Zmeny v správaní voči deťom – neschopnosť ukázať deťom dostatočnú pozornosť, lásku a teplo, pocit nespôsobilosti pre materstvo a rodičovstvo, zlyhanie vzdelávacích aktivít, strata úcty k autorite a rešpektu detí k matke, citovo dištancovanie, uplatňovanie matric násillia vo výchovných pokusoch, pocit viny...

To sú len niektoré z mnohých následkov. Oni závisia od jednotlivca a špecifickosti násillného správania, a nemusia sa manifestovať vždy a u každého. Ak máte potrebu prehodnotiť následky trpenia násillia, ktoré ste si všimli u seba alebo iných, obráťte sa na príslušné služby.

## **"ŠTOKHOLMSKÝ SYNDRÓM"**

Keď je žena konfrontovaná s násillím, ona vyvíja psychologické obranné mechanizmy, snaží sa nájsť spôsob, ako prežiť v takých podmienkach. Mnoho ľudí, ktorí nežili v takýchto podmienkach, ťažko pochopia, prečo sa ženy správajú tak, ako sa správajú. Vymenovaný bol psychologický syndróm, ktorý označuje správanie ľudí, ktorí boli zranení alebo ktorým bolo vyhrážané násillím, z ktorého sa nevedeli dostať.

Syndróm bol prvýkrát spozorovaný v roku 1973, keď štyria úradníci/čky banky boli držaní ako rukojemníci počas bankovej lúpeže v Štokholme. Od tej doby si tí, ktorí pracujú so ženami, ktoré sa stali obeťami násilia, uvedomili, že ženy rozvíjajú rovnaký syndróm, s cieľom prežiť.

Štokholmský syndróm je definovaný ako reakcie zajatcov na násilie, ktorému sa nemožno vyhnúť. Bolo zistené, že unesení rukojemníci ľahšie prežijú keď nadviažu styk s tými, ktorí ich držia v zajatí. To všetko platí aj pre ženu a rodinu v ktorej je muž násilný. Existujú štyri nasledovné a nevyhnutné podmienky pre rozvoj tohto syndrómu:

- Násilník sa vyhráža, že ju zabije, alebo jej spôsobí ťažké ublíženie na zdraví, čím spochybuje jej prežitie.
- Ona nemôže utieknuť, alebo si myslí, že nemôže utieknuť,
- Ona je izolovaná od ostatných,
- Násilník prejavuje určitú nehu.

Ak nenadviaže styk s násilníkom alebo sa pokusi utiecť, násilie na žene sa stupňuje. V prípade, že násilník ukáže čo len i najmenšiu nehu (čo on aj robí vo fáze opätovného nadviazania styku), ona bude popierať teror a nadviaže styk s násilníkovou pozitívnou stranou. Týraná žena začne venovať obrovskú pozornosť násilníkovým potrebám, úplne popierajúc svoje vlastné, vníma seba a svet vôkol seba jeho očami. Znamením, že žena rozvinula štokholmský syndróm je, že bráni násilníka a preukazuje vďačnosť za jeho drobné láskavosti.

## DETI – IBA SVEDKOVIA ALEBO AJ PRIAME OBETE!?!

Deti, ktoré žijú uprostred násilia, sú nielen nepriame, ale aj jeho priame obeť, aj vtedy keď nikto nikdy nespáchal násilie na nich, aj vtedy keď sa im nikdy nikto nevyhráжал, aj vtedy, keď si nikto nevšimá, že sú prítomné kým násilie bolo páchané.

Stačí len vyrastať v takom dome: pozeranie, počúvanie, život v strachu z toho, čo sa bude diať ďalej, či sa aj ono samo stane obeťou násilia.

Deti, žijúce v takýchto rodinách, majú ťažkosti s učením, ťažko nachádzajú priateľov, stiahnuté sú a uzavreté, vyľakané alebo majú sklon k rizikovému správaniu, nedôverčivé.

Často sa stáva, že sa matkám, ktoré trpia násilie, nedarí venovať sa deťom, poskytnúť im dostatok lásky a pozornosti, podporu, ktorú potrebujú, čím neuspokojujú ich základné rozvojové potreby. Niekedy, aj samotný násilník, otec, to zakazuje.

Deti sa spravidla ocitnú "niekde pomedzi", niekedy majú potrebu chrániť matku, a často násilný rodič manipuluje deťmi aby udržal kontrolu nad svojou obeťou.

Berte na vedomie:

- že máte rovnaké rodičovské práva, pokiaľ súd nerozhodne inak,

– že sú hrozby typu: "Už ich nikdy viac neuvidíš!" neopodstatnené, bez ohľadu v akej miere Vás vydesili,

– že informácie o škodlivom vplyve Vášho odchodu na deti (choré sú kvôli Vám, dosahujú slabšie výsledky v škole kvôli Vám, atď.), majú za cieľ aby ste sa vrátili alebo aby Vás zdržali; tie informácie nie sú prejavom úprimnej starostlivosti o deti.

V prípade, že násilie medzi rodičmi (partnermi) nie je zastavené včasne, možné je, že si deti osvoja a rozvíjajú matricu násilného správania, ktorá sa prejavuje už v mladíckom veku a neskoršie v dospelom veku: u mladých mužov – násilie voči žensky partnerkam, u mladých dievčat – akceptovanie násilného vzťahu zo strany partnera. Taktiež môžu byť aj násilní voči iným deťom, s ktorými sú v kontakte, a tak môžu spochybniť svoju vlastnú bezpečnosť.

**Ochrana dieťaťa, ktoré je obeť násillia, nie je možná bez ochrany nenásilného rodiča!**

#### **ODBORNÝ TÝM BEZPEČNÉHO ŽENSKÉHO DOMU PANČEVO TVORIA:**

- sociálna pracovníčka,
- psychologička,
- špeciálna pedagogička

Odborný tím Bezpečného ženského domu Pančevo je vyškolený pre prácu s obeťami rodinného násillia a má skúsenosť s poskytovaním podpory obeťam rodinného násillia.

#### **ORGANIZÁCIA PRÁCE V BEZPEČNOM ŽENSKOM DOME PANČEVO:**

Počas ubytovania v Bezpečnom ženskom dome, okrem bežných denných aktivít, odborní pracovníci Bezpečného ženského domu organizujú aktivity s cieľom: prekonávania stresu, ktorý je spôsobený skúsenosťou z násillia, zmierňovania a odstraňovania psychosociálnych následkov násillia, zvyšovania psychologickkej bezpečnosti a sebavedomia, zmien v hodnotení samého seba.

#### **KOMU MOŽETE ZAVOLAŤ?**

POLÍCIA – 192

(každý deň od 0-24 hodín)

#### **STREDISKO SOCIÁLNEJ PRÁCE**

Pančevo, Ul. Filipa VIŠNJIČA číslo 16

(pracovným dňom od 7:30 do 15:00 hodiny)



**Poradňa pre ženy a deti obeť rodinného násillia v miestnostiach Strediska sociálnej práce** (pondelok a štvrtok od 10:00 do 12:00 hodiny)

**Tiesňová linka pre obeť rodinného násillia** (pracovným dňom od 09:00 do 19:00 hodiny)

**0 800-100-113**

**(Volanie je bezplatné)**