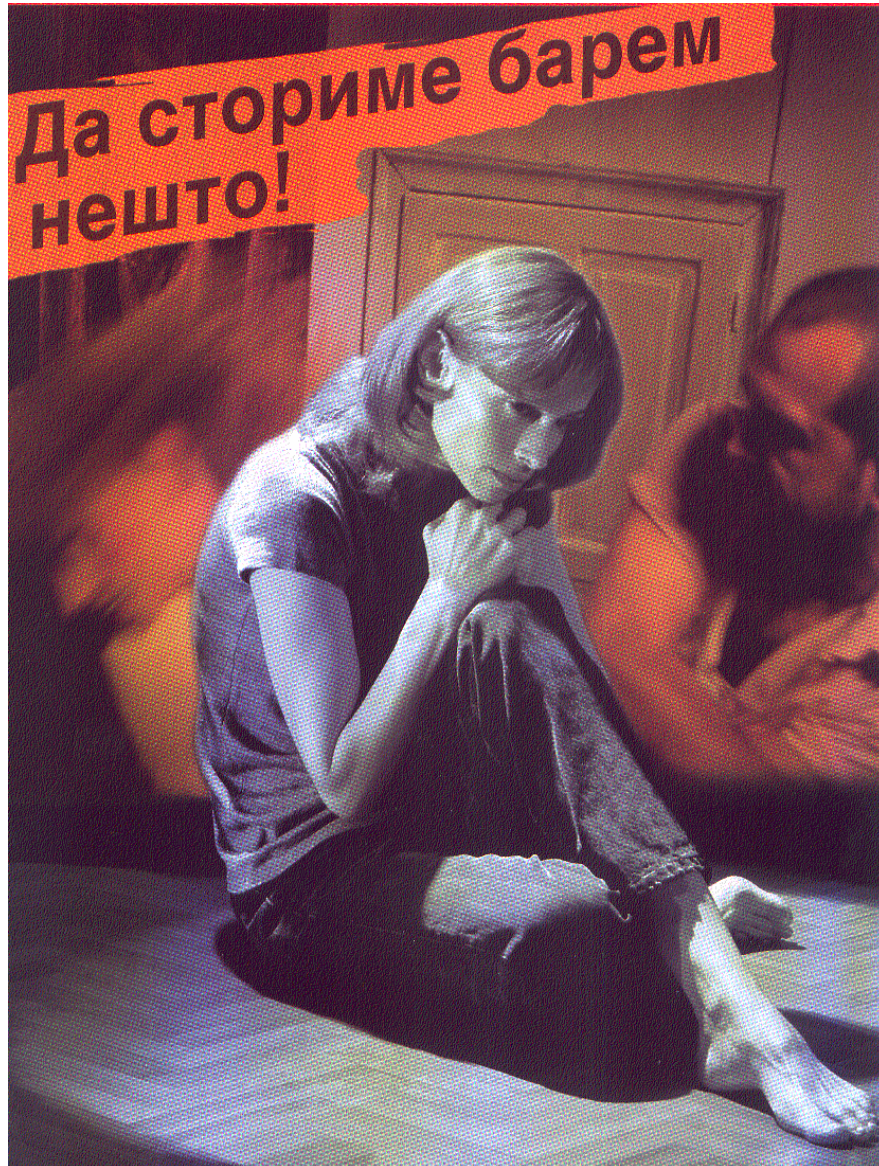


**ЗДРУЖЕНИЕ ЗА ЕМАНЦИПАЦИЈА,
СОЛИДАРНОСТ И ЕДНАКВОСТ
НА ЖЕНИТЕ НА РЕПУБЛИКА
МАКЕДОНИЈА**



**ПРИРАЧНИК ЗА РАБОТА СО ОПШТА
ПОПУЛАЦИЈА НА ТЕМА СЕМЕЈНО
НАСИСТВО**

I ДЕЛ

1. Дефинирање на проблемот

Воведни забелешки на обучувачот

Терминот “семејство” обично го поврзуваме со безбедност и заштита, слично на мир и меѓусебно разбирање. Но се почесто, дознаваме за оние кои, фигуративно говорејќи живеат во “воена зона”, каде страдаат најслабите и најранливите – жените, децата и постарите. Сепак, доминантен дел од жртвите на семејно насилство се жени. Затоа, ќе испитаме конкретна форма на насилство: семејно насилство врз жената, кога жената или некој друг не е заштитена од чинови на насилство извршени од мажот со кого е, или со кого била во постојана врска.

Нашиот пристап кон оваа форма на насилство се заснова на следново:

1. Семејното насилство врз жените е родово, односно чинот на насилство врз жената се врши само поради тоа што таа е родена во општество што дозволува семејно насилство и го смета за прифатливо.
2. Семејното насилство ги крши правата на жените што се предвидени во Универзалната декларација за човекови права и во Уставот на Македонија.

Вежба: Дефиниција на семејно насилство

Цел:

- Вниманието на учесниците да се насочи кон проблемот на насилството и да се обучат јасно да дефинираат кои дејствија и случаи се сметаат за семејно насилство.

Воведни забелешки на обучувачот:

Во светот има многу насилство кое е распространето низ разни сфери на човековата дејност. Но, за целите на нашата дискусија, ние ќе се концентрираме на интерперсоналното насилство кое се одвива во односите меѓу луѓето. Нашата прва вежба се вика “Што е тоа семејно насилство?” Пред да се зборува за некој проблем, тој треба да се дефинира. Затоа, да се обидеме заеднички да дефинираме што нам ни значи терминот “семејно насилство” и како го разбираме.

Прашања за дискусија на групата:

- Што вам ви значи изразот “семејно насилство”? Какво значење му давате на овој термин?
- Дали се согласувате со исказот: Каква што е состојбата во семејството, таква е состојбата во државата?
- Колку се чести случаите на семејно насилство во нашето општество?

Совет за обучувачите

Поттикнете ја секоја учесничка да ги изрази своите размисли; чувствата и ставовите на учесничките кон проблемот се од суштинска важност. За ова, искористете ги предложените прашања или формулирајте ваши. Одберете прашања за дискусија во зависност од одликите на групата, дозволеното време и вашата концепција за вежбата. Насочена групна дискусија ќе ви помогне да го дознаете ставот на групата спрема проблемот на семејно насилство, како и поединечните ставови. Како резултат на тоа, ќе знаете кои клучни моменти треба да се нагласат во понатамошните вежби со цел процесот на обука да биде поефективен.

1. Бура на идеи

Задача:

Ова е групна активност. Секој учесник, по случаен избор, или по ред, ја дава својата идеја. Идеите не се критикуваат, ниту се дискутира за нив; учесниците

ПРИРАЧНИК ЗА ОПШТА ПОПУЛАЦИЈА

може да повторуваат идеи искажани од други. Прашањето е: Кои дејствија ги квалификувате како семејно насилство?

Секој одговор што се нуди запишувајте го на флип-чарт без да коментирате, да забележувате или да прашувате (5-7 минути). По разговорите околу предложените идеи, закачете ја листата на сид за да биде видлива до крајот на работилницата.

Прашања за дискусија:

- Какви може да бидат разликите во дефинициите на семејното насилство меѓу разните професии?
- Каква дефиниција може да формулира правник, психолог или социјален работник?
- Кои се причините за овие разлики?

Коментар на обучувачот:

Значи, различните дефиниции им помагаат на практичарите од разни професии јасно да го разберат и ефективно да го спречат семејното насилство. Нема потреба да се ограничуваме на само една “точна” дефиниција. Дефинициите треба да го промовираат постигнувањето на целта, т.е. да бидат насочени кон решавање на проблемот.

2. Групна активност во круг

Задача:

Користејќи ја листата на чинови на семејно насилство (од бурата на идеи), ајде да утврдиме кои карактеристики категоризираат чин насемејно насилство.

При дискутирањето на листата, групата постепено ги одредува сите четири карактеристики на семејно насилство (види Информативен материјал за оваа вежба).

Коментар на обучувачот:

Како заклучок на нашата дискусија, може да се каже дека семејното насилство е дејство или пасивност што се појавува во семејството и се врши со намера да му се нанесе повреда на друго лице. Но за да утврдиме дали имаме случај на семејно насилство или не, мораме да ги идентификуваме сите четири карактеристики на оваа форма на насилство.

Следново е дефиниција усвоена од полски експерти. Таа постои во Програмата за спречување насилство во семејствата, која во Полска е активна од 1992 г. Подоцна подетално ќе ги продискутираме активностите на таа програма.

Семејно насилство е дејствие или пасивност на еден член од семејството насочено кон другите членови на семејството, што се врши со употреба на постоечка или случајна предност во сила или моќ, ги крши личните права и слободи на други членови од семејството, загрозувајќи ги нивните животи и благосостојба (физичка и психичка), предизвикувајќи страдање и штета.

Значи, дефиницијата ги вклучува четирите карактеристики на насилство: намерен акт, кршење на правата и слободите, предност во однос на друго лице и предизвикана штета.

ИНФОРМАТИВЕН МАТЕРИЈАЛ

Четири карактеристики на семејното насилство

1. Семејното насилство е секогаш намерно

Значи, чин извршен со намера, за да се постигне некаква цел. На пример, кога возач случајно ќе предизвика повреда на пешак, тоа не е чин на насилство. Меѓутоа, маж кој ја понижува или малтретира својата сопруга, го прави тоа со намера. Кога се обидуваат да ги оправдаат своите дејствија, насилниците ги изразуваат своите

добри намери. Всушност, нивните вистински намери се токму спротивни (без разлика дали насилниците се свесни за тоа или не).

2. Суштината на семејното насилство е, пред се, кршење на личните права и слободи на поединецот.

Затоа, чинот се карактеризира како прекршување на човековите права и слободи. Сите луѓе се слободни и еднакви во своето достоинство и права. Овие права-правото на безбедност на личноста, правото на живот итн.-се втемелени во Универзалната декларација за човекови права. Кога ги разгледуваме човековите права, не од фундаментален, туку од практичен аспект- имаме ли право на личноста да и ги одречеме нејзините барања? Можеме ли да го направиме она што мислиме дека е исправно? На пример, да готви или да се облекува според наш вкус? Каде што ние сакаме? Да го купи она што вие го сакате? *Ти имаш право на тоа! Јас имам право на тоа!*

3. Насилството претставува таква повреда на човековите права што самоодбраната е невозможна.

Чинот на насилство се карактеризира со асиметрични односи на моќ, т.е. кога една страна има преднос во однос на друга. Тоа е највидливиот знак за дефинирање на насилството! Кога постои предност- физичка, економска, интелектуална (како во случајот со родителите и децата), емотивна- и кога се користи против друг член на семејството, тоа е акт на семејно насилство што резултира во потчинување на личноста. Личноста е во стапица и е подредена на волјата и правилата на другите.

4. Чинот на насилство предизвикува штета.

Семејното насилство резултира во економска, физичка и психичка штета. Но, за разлика од физичките повреди кои се очигледни, тешко е да се увидат психолошките трауми. Како може да се докаже дека жената има психички повреди или дека детето е емотивно рането? Во овој случај, за да ги утврдиме фактите на семејно насилство, мораме да се упатиме на гореспоменатите карактеристики на семејно насилство (намерен чин, преднос на едно лице во однос на друго, повреда на правата и слободите) и ако тие се утврдат, тогаш настанало насилство.

Приближно време за оваа вежба е 30 минути

Кратка историја на движењето против семејното насилство

Напорот да се стави крај на насилството против жените, што е најголема цел на денешното феминистичко движење, израсна од движењата за мир и граѓански права на 60-те. Жените кои учествувале во активностите на тие движења сфатиле дека всушност работат за правата на другите, а самите тие ги немаат истите тие права. Женските групи за подигнување на свеста започнале да се шират и за прв пат жените започнале да зборуваат меѓу себе за вистината на нивните животи. Темата која постојано се повторувала е онаа за насилството: насилството во нивните врски, инцестот и малтретирањето што го искусиле како деца, сексуалните напастувања и силувањата што ги преживеале.

Така почнуваат да се оформуваат зачетоците на ова движење кое засекогаш ќе ја промени дефиницијата за насилство. Војната повеќе не е нешто што се случува само во далечните земји. Таа се случува во нашите сопствени домови и повеќе жени умираат во неа отколку во сообраќајни несреќи, несреќни случаи во домовите и самонанесени повреди заедно.

Првиот кризен центар при силување бил формиран од овие групи за подигнување на свеста. Првата телефонска линија за помош при вакви кризи е отворена во 1972 година, а две години подоцна е отворено и првото прифатилиште за претепани жени. Тоа беше во 1974 година, истата година кога во Велика Британија беше издадена книгата на Ерин

Пици: “Врескај полека за да не чујат соседите” - прва книга која на претепаните жени им дава можност да прозборат за семејното насилство.

Во Америка земја отсекогаш постоеле илегални сместувалишта за претепани жени и тие работат слично како оние што робовите ги користеле за да избегаат на север, во слобода. Но, само малку жени знаеле за нив и, дури и ако жената успее да пронајде некој што ќе сака да и помогне, ризикот бил голем за неа, а и за оние што ѝ помагаат. Во почетокот на XX век, доколку жената го напуштела својот сопруг, сигурно го губела старателството над своите деца, најчесто останувала без никакви финасиски средства и била презрена (исмејана) од друштените кругови. Можно било дури и да биде прогласена за ментално неспособна и да биде сместена во некоја ментална установа. Или да биде прогласена за опасност за општеството и да биде затворена во затвор. Најчесто, таа останувала во брак и никогаш не разговарала за насилството за кое верувала дека е нејзината судбина во животот. Овие први кризни центри при силување и семејно насилство, појавени во 70-те, претставувале природно прераснување на илегалните сместувалишта.

Поттикнати од лутината поради сопственото или, злоставувањето на другите жени, а охрабрани од растежот на националното женско движење, жените формираа здруженија за да протестираат против насилството врз жените и започнаа отворање на телефонски линии како начин за возвраќање на ударите: “Бевме жени кои ги изгубија своите гласови и верувавме дека сме немоќни. Бевме принудени да ги напуштиме домовите и да се движиме низ земјата заради сопствената сигурност. Многу од нас го загубија старателството над сопствените деца, било преку легални судски постапки или своеволно сме се откажале од нив, бидејќи им верувавме на нашите тепачи дека сме биле лоши мајки и дека на нашите деца ќе им биде подобро без нас. Бевме исплашени. Се сретнавме во тие рани кризни центри при силување и семејно насилство и ја пронајдовме нашата сила низ слушање на меѓусебните приказни. Ги најдовме нашите гласови и штом еднаш проговоривме против угнетувањето и насилството врз жените, никогаш повеќе нема да молчиме.” Во текот на денот работевме за да се издржуваме, но нашите ноќи и викенди ги поминуваме на состаноци, во обучување на новите волонтери, правење на билтени, и пишување прирачници за обука со застарени машини за пишување. Зборувавме на секој граѓански собир каде што сакаат да не слушаат. Учествувавме во маршевите “Вратете ја ноќта” и во демонстрациите пред судовите. Држевме запалени свеќи на бдењата во чест на жените и децата - жртви на оваа војна против жените. Седевме во судниците и слушавме кој судија не дава забрани за приближување и одржување состаноци со тие судии. Пишувавме писма до нашите конгресмени, до уредниците на локалните весници и делевме летоци на уличните тротоари. Организиравме настани чии приходи одат во добротворни цели и баравме извори за грантови. Поминувавме и бесконечно многу ноќи во болничките соби за итна помош со силуваните и претепани жени кои штотуку сме ги сретнале, но ги познаваме длабоко, до коска, бидејќи нивните приказни се исти како нашите. Поради овие наши напори бевме исмевани, сомнителни, ни се закануваа и не обвинуваа дека сме феминистичко-нацистички лезбејки кои ги мразат мажите и кои сакаат да го уништат американското семејство. Во 1978 година, Орегон беше првата држава во која брачното силување е прогласено за нелегално, но преовладува ставот, многу сличен на оној од еден калифорниски судија, кој наводно рекол “Ако не смееш да ја силуваш сопствената жена, тогаш кого смееш да силуваш?”. Одржувавме

и многу состаноци со правници, болничари, адвокати, судии, учители, свештеници. Можеби поради истата порака што постојано ја повторуваме - “Насилството против жените и децата е погрешно. Запрете го.” или поради тоа што “ова е идеја чие што време конечно дојде”, но се повеќе и повеќе луѓе ја прифаќаат нашата мисија. Доброволците што ние ги обучувавме се вратија на факултетите и станаа доктори и адвокати кои се кандидираа за чиновници и учествуваа во донесување на законите.

Адвокатот Џенет Рено го нарече семејното насилство “една од основните причини за речиси секој поголем социјален проблем со кој денес се соочува нацијата.” Тоа е големо откровение ако се земе во предвид дека тоа беше криминал за кој што никој не слушнал до пред 25 години. Денес, не може да отворите ниту еден дневен весник без да ги прочитате зборовите “семејно насилство”, а дури и во комичните стрипови има личности кои биле жртви на такво насилство. Нашето движење беше прифатено и стана дел од најголемиот дел на Америка.

Низ целата земја, во голем број заедници постојат специјални програми и служби за претепани жени. Сите држави имаат државно собрание против семејното и сексуалното насилство, а сите тие припаѓаат на Националното собрание каде што слободно се разменуваат информациите и расположивите ресурси. Сите држави сега имаат закони кои го казнуваат брачното силување. Најголемиот број држави имаат и советувашишта за семејно насилство. Донесени се национални и државни закони. Најголемиот број држави го имаат проширено наставниот план за правните студии за да ја вклучат и обуката за семејното насилство. Најголемиот број болници имаат протокол (посебна постапка) во случај на семејно насилство и сексуално напаѓање во кој е вклучено повикување на адвокат. Американското медицинско здружение, семејното насилство го идентификува како приоритетна јавна здравствена тема. Службите за деца и семејства признаваат дека присуствувањето на семејното насилство претставува злоставување на децата. Насоките на делување на добротворните установи се сменети за да бидат од поголема помош за претепаните жени. Адвокатите чија специјалност е семејното насилство се вообичаена глетка во судниците низ целата земја. Многу големи компании имаат осигурување во случај на семејно насилство за да ги заштитат своите вработени од нивните напаствувачи.

2. ПРИЧИНИ

Во сите култури и земји, во сите степени на развој на општеството, жената често се наоѓала во улога на жртва на насилство од страна на свои блиски. Тие се тепани, сексуално малтретирани, протерувани поради нивните верувања и определби, прогласувани за вештерки и невернички, а освен тоа и психички повредувани од лица во кои би требало да имаат најголема доверба.

Ова насилство поминува непрепознаено, неказнето, а често дури и се премолчува, или пак експлицитно се простува.

Иако насилството над жената во семејството веќе од поодамна е признаен како сериозен проблем во инцидентни, или редовни случаи во повеќе земји во светот, сепак поголемиот број на студии се направени во последните петнаесеттина години и сè уште постојат празнини во знаењата за оваа проблематика. Како што веќе беше напоменато,

повеќето истражувања за семејно насилство се преземени во западноевропските земји, Северна Америка, Австралија и Нов Зеланд. Неколку истражувања произлегоа од земјите во развој, но повеќето од нив не беа во доволна мера финансирани и затоа не се во доволен обем.

Постојат податоци кои велат дека ризикот од насилство и употреба на сила во рамките на домот се заеднички за сите жени, независно од нивната социјална положба, боја на кожа или култура.

Иако причините за семејно насилство сè уште се непознати, постојат повеќе теории за објаснување на опфатноста на семејното насилство. Додека некои од теориите се фокусираат на личноста и бараат објаснувања во однесувањето на поединецот (тука може да се наведат: употребата на алкохол, употребата на дрога, постапките на жртвата, менталните заболувања, стресот и стресниот начин на модерното живеење, фрустрациите, недоволната развиеност и вроденото насилство кај насилникот и во семејството од кое потекнува), во последно време за семејното насилство се предлагаат социјални и структурни објаснувања. Со ова се потенцира фактот дека тоа потекнува од самата општествена структура, од самата поставеност на општествата, комплексниот збир на вредности, традиции, обичаи, навики, и верувања кои водат кон родова нерамноправност.

II ДЕЛ

Вежба: Потеклото на семејното насилство

Цел:

- Да се разговара за корените и потеклото на семејното насилство;
- Да се испита родовите корени на семејното насилство во детали и да ѝ се помогне на групата да разбере зошто жените се најчесто жртви на оваа форма на насилство.

1. Мини-предавање “Род и родова дискриминација” (види Информативни материјали за вежбата)

Внимание! Додека го држите мини-предавањето, поставувајте ѝ на групата некои прашања за да ја спречите монотонијата и да добиете повратни информации од учесниците.

Приближно време за мини-предавањето е 15 до 20 минути.

Коментар на обучувачот: При разгледување на насилството врз жените од родова перспектива, може да се заклучи дека насилството настанува само поради една причина: тие (жртвите) се жени, а општеството ги третира жените како лица со инфериорен статус. Затоа, родовото насилство може се разбере само во социјален, економски, политички и културен контекст кога ќе се земе предвид дека машката моќ ги става жените во состојба на економска и емотивна потчинетост, претворајќи ги во сопственост на мажот. Затоа, општеството го прифаќа насилството врз жените како “легитимен” феномен. Родовото насилство вклучува физичка, сексуална, психичка и економска злоупотреба што се врши преку експлоатација, дискриминација, закани и репресија.

Сетете се на четирите карактеристики на насилството и обидете се да ги примените во разговорот околу родовото насилство:

- Дали родовото насилство е акт со намера? Ако е така, со каква намера?
- Мажите главно се посилни од жените поради биолошки причини. Оттаму, тие обично имаат физичка предност. Но, дали тоа им дава за право да бидат насилници? Дали мажите имаат само физичка предност? Кои други предности ги имаат? Дали имаат економски и општествени предности?
- Кои женски права и слободи се повредени од предноста на мажите?
- Каква штета се предизвикува со тоа? И на кого?
- Зошто треба да ги знаеме термините “род” и “родова дискриминација”? Дали тие користат да се разбере проблемот на семејно насилство и да се обезбеди помош на жртвите? Преку менување на општествениот став спрема семејното насилство?

Колку што жените се позависни од мажите, толку се поранливи на напади. Родовото насилство настанува секаде низ светот: во семејствата, на работното место, на улиците. Меѓутоа, семејното насилство е најтешката форма на родово насилство. Насилството на работа може да се прекине со менување на работата. Насилството на улиците може да биде инцидентно. Згора на тоа, кога се соочуваат со насилство на работа или на улица, жените немаат блиски емотивни контакти со насилниците. Семејното насилство врз жените е константно. Тоа се

ПРИРАЧНИК ЗА ОПШТА ПОПУЛАЦИЈА

врши од интимниот партнер од кој жената зависи, и со кого поминува многу време, и конечно, кого го сака.

Кујната и спалната се најопасни места за жените, а не улицата!

2. Групна активност во круг

Задача:

На групата ѝ се даваат информации за читање во врска со типовите и областите на родово насилство врз жените (види Информативни материјали за оваа вежба). Прашања за дискусија:

- Што добиваме од нашето знаење за родово насилство, неговите типови и области? Како може да ги искористиме овие информации?
- Како поделбата на родовото насилство на типови и области може да се искористи за развивање ефективни стратегии за борба против насилството врз жените?
- Дали постои поврзаност помеѓу родовото насилство и семејното насилство врз жените?
- Дали мажените жени во нашата земја ги задржуваат своите права откако го споиле својот живот со маж? Што е дозволено, а што не, за мажените жени?
- Каква е улогата на жената како сопруга? Кои правила треба да ги следи жената?
- Дали се согласувате со исказот “Семејното насилство врз жената е недопустливо, без разлика на нејзиното однесување”? Како би ја опишале најлошата можна жена? Дали е прифатливо таа да биде злоставувана? Ако е така, кога мажот може да почне да ја тепа? Кога има љубона авантура?! Кога е лоша мајка?!
- Кога жената треба да го тепа својот сопруг: кога има љубовна афера или кога не им обрнува доволно внимание на децата?
- Дали семејното насилство ќе разреши било какви семејни проблеми?

Коментар на обучувачот:

Видовме дека нееднаквоста меѓу половите, која пред се, е дискриминативна за жените, резултира во родово насилство, а семејното насилство врз жените е само специфичен вид родово насилство, еден од неговите елементи. Низ целиот свет, жените страдаат од насилство само затоа што припаѓаат на женскиот род и затоа што живеат во општество што ја прифаќа и легитимизира дискриминацијата на жените. Затоа, родовото насилство е основата, темелот на насилството врз жените во било која сфера. Ако не ја елиминираме родовата дискриминација против жените, никогаш нема да можеме да измениме нешто за да ја подобриме сегашната ситуација.

Врз основа на концептите за род и родово насилство, можеме да ги разбереме другите елементи на нашиот Леден брег (дијаграм):

- Жените имаат ниска самопочит, бидејќи општеството и самите жени, ги сметаат жените за второстепени и инфериорни суштества. Мажите се служат со насилство за да го одржат својот доминантен статус во општеството и семејството.
- Поради родовите стереотипи и конвенции, нашите државни правни и социјални институции, а и општеството, не обезбедуваат неопходна помош за поддршка на жртвите и не им гарантираат на жените адекватна заштита.
- Општествените родови стереотипи условуваат насилството врз жените (вклучително и семејното) ретко да се дискутира во масовните медиуми. Родовите стереотипи ги спречуваат медиумите вистински да го адресираат проблемот на семејно насилство и воспоставуваат општ тренд каде жените се претставуваат како предмети и сексуални објекти.
- Конечно, родовите стереотипи ги оневозможуваат луѓето успешно да комуницираат, да ги разбираат оние кои им се најблиски.

Приближно време за оваа вежба е 40 минути до еден час и повеќе.

ИНФОРМАТИВЕН МАТЕРИЈАЛ

Род и родова дискриминација

Личноста не го одбира полот пред раѓањето, но за жал, на крајот, полот одредува се во нејзиниот живот. Во детството, момчињата и девојчињата, не само што поинаку се облекуваат, туку се третираат и се воспитуваат поинаку.

Што им велите на момчињата? А што на девојчињата?

“Удри! Врати! Ти си машко” (Можеби овие зборови обликуваат агресивно однесување) “Не плачи! Не си девојче!” (Што мислите, како тоа момче потоа ќе ги третира девојчињата? Како мивки, како инфериорни личности?) “Биди чиста и средена! Не валкај се! Ти си девојче!” (Дали тоа значи дека машките не треба да бидат чисти и средени?) “Биди поскромна и понежна, како добро девојче.” (А ако ова девојче е отворено и одважно? Дали тоа е лошо?)

Што друго им велите на децата?

На таков начин, семејството и општеството формираат поинакви стандарди на однесување за машките и девојчињата. Потоа, овие правила што се разликуваат за секој пол, се пренесуваат и поддржуваат од сите општествени институции почнувајќи од градинка, средно училиште и војска, се до разни владини агенции. Културата (книгите, филмовите, печатот, телевизијата) исто така, влијаат врз овие процеси. Така, постепено се обликуваат конвенционалните улоги на мажите и жените. И општеството, и самите мажи/жени почнуваат да ги восприемаат тие улоги како нешто природно. Всушност, само нашиот пол и половите разлики ни се природни.

Полот значи анатомски и физиолошки карактеристики, како што се посебните репродуктивни органи и функции. Од оваа перспектива, разликите меѓу мажите и жените се очигледни. На пр., мажите не раѓаат деца, иако тие, по правило, се повисоки и физички појаки. Жените, од друга страна, носат дете во стомакот и го дојат со мајчино млеко.

Меѓутоа, освен биолошките разлики, може да се утврдат и општествени разлики кои се опишуваат со терминот род. Тој ги одликува општествените аспекти на полот. Мажите и жените се културолошки производ на своето општество, така што чувството за припадност кон одреден род се негува во текот на животот. Човечкото суштество усвојува шаблони на однесување кои го одликуваат како маж или жена. Ваквите родови улоги на мажите и жените се наметнуваат преку облеката и однесувањето (дури и најмалите машки и девојчиња поинаку се облекуваат, играат со различни играчки и имаат различни задолженија во семејството); преку формирање различни психолошки квалитети (семејството и средното училиште промовираат развој на одредени квалитети, а потиснување на други, во зависност од полот на детето); преку развојот на машки и женски способности во одредени области; преку препорачување поинакви активности и професии за мажи и жени, итн. Така, се појавуваат концептите на традиционални машки и женски родови улоги.

Како треба да се прави разлика меѓу полови и родови разлики?

Биолошкиот пол и функции не се менуваат во времето и просторот, додека родот и неговите функции се променливи. И пред две илјади години жените раѓале деца исто како и сега. Мажот-дали е во Јапонија, САД или во Украина- си останува маж со сите свои полови разлики. Затоа, тоа се *полови разлики меѓу луѓето*. Пред еден век, научниците сериозно дискутирале дали жените можат да учат математика и заклучиле дека, по завршување факултет, жената нема да може да раѓа. Во моментот, во Украина, жените се во мнозинство, кога станува збор за факултетски дипломи. Тие носат панталони, водат фирми и се ангажираат во политиката. Таквата промена не предизвикала хаос на земјата. Сите овие работи биле невозможни пред два века. За жал, во разни земји, жените немаат еднакви можности за себереализација. Статусот на жените во Украина значително се разликува од статусот на жените во Авганистан. Затоа, разликите во статусот на мажите и жените, кои се географски, национално, историски условени се *родови*

разлики.

Овие улоги влијаат и врз родовата поделба на трудот, т.е. поделбата на индустриски и домашен труд според половите разлики. По правило, на мажите им се даваат попрестижни и подобро платени работи, а жените ја вршат сета работа дома. Постои неизречена забрана за некои професии кај мажите и жените. *Кои професии се сметаат за “машки”, а кои за “женски”? Зошто? Како општеството третира жена која одбрала “машка” професија, а како третира маж кој избрал “женска” професија?*

Се разбира, во нашата земја, жената може да стане полицајка, но за ова таа мора да вложи многу поголем напор од мажот. Законот не му забранува на мажот да работи како “воспитач” во градинка, но неговите изгледи да добие таква работа се премногу проблематични. Слично, општеството не би одобрувало маж да се посвети на подигање деца, додека жена му прави кариера. *Зошто?*

Затоа што од мажот се очекува самиот да работи и да гради кариера. Единствената област за себеостварување на жената е, претпоставуваме, нејзиниот дом и семејството. Така, родовите шаблони на однесување непрекинато се одржуваат преку очекувањата на општеството. Постои некој вид родова контрола која општеството ја спроведува врз машките и женските стандарди на однесување. Таа се манифестира во формално или неформално одобрување и наградување на “соодветното” однесување, и неодобрување на однесување кое се разликува од традиционалните “машки” и “женски” улоги, како и преку изолирање на оние кои ќе ја прекршат забраната. Затоа, можеме да зборуваме за родова идеологија, која ги оправдува и постојните родови улоги и нивното третирање од страна на општеството преку нивно претставување како природни. Иако често оваа родова идеологија потсвесно се следи, таа навистина влијае врз животот и ставовите на луѓето. Идеологијата диктира поинакви сценарија за сексуално однесување кај мажите и жените. На мажите им се дозволува да бидат сексуално послободни и поагресивни, додека жените се сметаат за сексуално пасивни објекти, кои може сексуално да се експлоатираат. Оттаму, општеството негува двоен морален стандард: еден за мажите, а друг за жените.

Прашајте ја групата: Кои квалитети се сметаат за “машки”, а кои за “женски”? (Внимание! Запишете ги прашањата на групата на флип-чарт или табла).

Машки квалитети: мажественост, енергичност, бестрашност, интелект, издржливост на болка...

Женски квалитети: слабост, нежност, толерантност, емотивност, пасивност, плачливост...

Може ли да се каже дека еден или друг квалитет се исклучиво машки или женски?
Не, било кој од овие квалитети може да важи и за мажи, и за жени. Ниеден од овие квалитети не е монопол само на едниот, или само на другиот пол.

Како личноста развива лични квалитети што вообичаено се сметаат за вродени кај мажите или жените?

Совет за обучувачите

Всушност, ја замолуваат групата да повтори како уште од најраното детство, човекот се учи да ја знае и да ја исполнува својата родова улога. Од ова повторување има двојна полза:

-учесниците ги совладуваат темите на обуката преку нивно повторување;

-оние кои не се согласуваат или концептот на род го восприемаат со потешкотија, ќе го разберат попозитивно кога информациите ќе ги добијат од други членови на групата, а не од инструкторите.

Значи, разговаравме како се формираат квалитетите на личниот карактер, личните аспирации и планови во поглед на професионалната кариера. Општеството, пак, наспроти тоа, ги претставува како природни и вродени кај луѓето. Овие родови

стереотипи, креваат невидлив, но навистина перцептивен стаклен таван кој ги спречува и мажите и жените да го реализираат својот сопствен потенцијал, и ги ограничува нивните човечки права.

Што се тоа стереотипи? А, што родови стереотипи?

Зборот “стереотип” потекнува од грчкото стерео-цврст, и тип-отпечаток (од старо-француски, симбол) и значи конвенционална, формулска и преупростена концепција или слика на нешто или некого. Сите ние понекогаш го поедноставуваме или генерализираме туѓото однесување. На пример, “Сите жени се емотивни; сите вистински мажи треба да си ги контролираат чувствата; сите девојчиња се нежни, сите машки се груби.” Така, се поедноставуваат стереотипите и се користат клишеа само за да се опишат феномени кои бараат поголеми когнитивни напори за да се разберат. Родовите стереотипи ги одразуваат ставовите на општеството за очекуваното однесување на мажите и жените. Тие се наша интерпретација на машките и женските традиционални родови улоги.

Каква штета чинат родовите стереотипи?

Кога припишуваме некои генерализирани карактеристики на мажи или жени, тие стереотипи нас не спречуваат да го разбереме другиот. Паѓаме во стапица на погрешни заклучоци, сметајќи ги половите разлики за посуштински и поважни од индивидуалните, лични разлики. Така, општествените митови предизвикуваат вистинска штета, спречувајќи ги луѓето да го реализираат својот полн човечки потенцијал. Тие и ги ограничуваат човековите права на личноста и резултираат во родова дискриминација, која претставува повреда на човековите права заснована на полови одлики. Во овој случај, особено се игнорираат женските човекови права; има кршење на слободата на жената да го направи својот избор меѓу можните професии, животен стил и приоритети итн. Родовите стереотипи го хранат митот, каде главната причина за постоењето на жената треба да биде да го задоволи својот маж, да биде мајка и домаќинка, додека наспроти тоа, има жени на кои градењето кариера им е исто толку важно колку и на мажите. Но, жената е принудена да ги жртвува своите способности, интелект и енергија во името на семејството. Општеството поставува идеал за жената како сопруга и мајка, принудувајќи ја да се прилагоди кон семејниот живот преку потиснување на своето его.

Дали тоа значи дека жените треба да ги претпочитаат работата и кариерата во однос на семејниот живот?

Се разбира дека не. Ние само велíme дека жените се лишени од слободен избор, на кој тие, како слободни граѓани на правна држава, имаат право, вклучувајќи го и изборот во полза на мајчинството и одгледување деца. Жената треба сама да решава дали ќе работи или ќе се посвети на семејството. Во меѓувреме, општеството пропишува дека жената е среќна само кога ја исполнува својата улога на мајка, дека не е способна да биде добар менаџер, политичар или сопственик на фирма. Поради тој стереотип, постои родова нееднаквост во општеството. Жените обично имаат понизок општествен статус, помал дел од моќта и имотот; тие имаат понизок животен стандард, понепрестижна работа и помала лична слобода.

Кои меѓународни и државни правни документи за заштита на женските човекови права ги знаете?

Многу конвенции и закони почнувајќи од Универзалната декларација за човекови права до Уставот на Украина предвидуваат еднаквост меѓу мажите и жените. Денес поимот “род” се споменува во речиси сите меѓународни правни документи. Украина продолжува со усвојување специјални национални програми поврзани со родови проблеми и да создава владини институции кои ќе го промовираат напредокот на жените во општеството.

Сепак, и покрај позитивните промени во родовата политика на повеќето земји (вклучително Украина), невидливиот таван останува пречка за напредувањето на жените во деловниот, политичкиот и јавниот сектор. Во моментот, статусот на жените се влошува поради економските проблеми на транзицијата. Во Украина,

повеќето од невработените се жени; жените се преместуваат на понеоплатени работни места со послаба перспектива; патријархалниот стереотип на улогата на жената како домаќинка активно се враќа. Како резултат на тоа, жените не се во можност да ги реализираат своите таленти и потенцијал за доброто на општеството. Родовата дискриминација го спречува економскиот раст и зголемувањето на благосостојбата во земјата. Жените се нешто повеќе од половина од населението на Украина, а една демократска држава не може да се гради без нивно еднакво учество во општествениот и економскиот живот. Може ли да очекуваме големи технолошки достигнувања, информативен и интелектуален напредок на нашето општество во иднина, ако жените се затворени во семејниот резерват, кој го спречува нивното целосно напредување за просперитетот на општеството во кое што живеат? (всушност, во Украина жените сочинуваат повеќе од 50% од имателите на факултетски дипломи)?

Во однос на родовата нееднаквост, мора да веруваме дека светот и нашето општество се менуваат на подобро. Доказ за овој факт е појавата на бројни невладини организации, кои си поставија за цел да го подобрат семејниот живот на жените и да ги заштитат од родово насилство, заедно со семејно насилство и трговија со жени.

Модерната жена треба да има слобода на избор-мајчинство, кариера или политички лидер. Мажите и жените мора подеднакво да бидат одговорни за своите семејства, децата и светот во сите негови варијанти на манифестирање.

ГЛАВНИ ТИПОВИ РОДОВО НАСИЛСТВО:

1. Очигледна физичка злоупотреба (што вклучува тепање, сексуален напад, дома или на работното место).
2. Психичка злоупотреба (што вклучува лишување од слобода, присилен брак, сексуален напад, дома или на работното место)
3. Лишување од средства неопходни за физичка и психолошка благосостојба (вклучително здравствена заштита, исхрана, образование, средства за живот)
4. Третман на жените како стока (трговија со жени, проституција)

ЛОКАЦИИ НА НАСИЛСТВОТО

I. СЕМЕЈСТВО

Семејството е главен локалитет на семејно насилство. Тоа ги подготвува неговите членови за општествен живот, формира родови стереотипи и перцепции за поделба на трудот помеѓу половите. Тоа е арена каде настанува физичко малтретирање (сексуално напаствување, инцест) и/ли психичко злоставување. Многу жени стануваат жртви на психичко или емотивно злоставување. Иако оние што ја окружуваат жената не можат да го забележат, тоа може да биде дури и поопасно и поштетно од очигледното физичко малтретирање. Семејното насилство може да добие форма на затвор, присилен брак на жената договорен од нејзиното семејство без нејзина согласност, закани, постојани навредувања и запоставување. Друга форма на семејно насилство врз жените е очигледната контрола на нејзината сексуалност, или преку принудна бременост, или преку принуден абортус.

II. ЗАЕДНИЦА / ОПШТЕСТВО

Заедницата -група со заедничка социјална, културна, религиозна, или етничка припадност- игра клучна улога во одржувањето на постоечката семејна структура и положбата на жената во семејството и општеството. Заедницата обезбедува механизми за задржување на машката контрола врз женската сексуалност, подвижност и труд. Таа поддржува штетни и застарени “традиции” и физичка злоупотреба, како тепање и телесно казнување. Заедницата го оправдува однесувањето на машките насилници со цел да востановат контрола врз жената во семејството и толерира разни неприфатливи методи за зачувување на нивната моќ. Друго место на насилство против жената е нејзиното работно место. Или во државна служба, или во деловна компанија, жените се подложени на сексуална

агресија (вознемирување, заплашување) и на комерцијализирано насилство (трговија, проституција).

III. ДРЖАВА

Државата ги легитимизира сопственичките права на мажот врз жената, давајќи правна основа за семејството и заедницата да ги продолжат ваквите односи. Државата го прави тоа преку донесување дискриминаторски закони и политика, или преку дискриминаторска примена на законот.

Досега државата е одговорна за попустливост спрема родовото насилство бидејќи не презема соодветни мерки за заштита на подложните жени; државата е виновна за недонесување или неспроведување на неопходните закони и за неводење политика за заштита на жените. Таа, исто така е одговорна за толерирање родово насилство на неофицијално ниво (т.е. во семејството и во заедницата).

III ДЕЛ

4. Вежба: Социјални и традиционални фактори кои водат до семејно насилство

Цел:

Да се покаже штетното влијание на традицијата и вообичаените општествени практики во кои третирањето на жената од позиција на моќ се смета за нормално и прифатливо.

Воведни забелешки на обучувачот:

Семејното насилство не е подеднакво присутно во сите семејства и култури. Некои култури и некои семејства можеби се имаат поголема наклонетост кон насилството врз жените одошто други семејства и култури. Стандардите на патријархалното општество ги одобруваат опасните културни и социјални традиции и ја отежнуваат борбата против семејното насилство. Истите тие патријархални традиции и ставови треба да бидат обвинети кога жената е затворена дома, девалвирана до нешто што се купува и продава и кога го ја одобруваат машката доминација и семејното насилство. Како резултат на ова ниту општеството ниту самата жената не ја согледува криминалната природа на семејното насилство во средина во која преовладуваат патријархални вредности. Како резултат на тој притисок, жената се помирува со инфериорниот статус и машката контрола и го прифаќа семејното насилство како природен ризик на семејниот живот.

1. Работа во мали групи

Цел:

Формирајте мали групи и поделете ги картичките (види подолу) со следниве задачи:

- Кои од нашите традиции, обичаи и навики ја поддржуваат машката доминација врз жената и го толерираат правото да се примени насилство врз жената? Давајте примери.
- Најдете го одговорот за секој пример даден погоре: која е опасноста од постоењето на ваквиот традиционален модел или дејствување? Може ли да се промени моделот?

Време за задачата е 8 – 10 минути. Потоа сите учесници се враќаат во големата група и претставник на секоја група ги презентира резултатите.

2. Дискусија во голема група

- Дали патријархалните стандарди кои се однесуваат на семејното насилство се карактеристични само за нашата земја или и за другите земји? Дали кон овие патријархални ставови се придржуваат само мажите или и некои жени?
- Каква е опасноста за децата од ваквите традиционални ставови?
- Како можеме да го промениме овој штетен општествен модел? Кој е најдобриот начин да се пристапи кон решавање на овој проблем?
- Кои се наши сојузници во борбата против семејното насилство?
- Дали оваа вежба е вредна за самите вас? Што научивте од неа?

Коментари на обучувачот:

Застарените и штетни социјални модели, кои ги третираат жените како инфериорни лица, се одлучувачки фактор во надмоќниот однос кон жените. Традиционалните патријархални ставови го потврдуваат дека мажот има право на сопственост над неговата жена. Во патријархалната рамка мажот претполага целосна контрола врз жената која е во негова грижа; тој има право да ја казни заради несоодветно однесување, она кое не соодветствува со правилата кои се наметнати од традиционалната култура, општество или семејството. За жал и мажите и жените се придржуваат до патријархалните ставови.

Друг опасен традиционален став е дека семејството е неповредлива територија каде што на надворешни лица или на државата им е забранет пристапот. Така, и покрај официјалната декларација за еднакви права на сите граѓани на нашата држава, овие закони и изјави се поткопани со застарени традиции и штетни обичаи, оставајќи ја жената во нееднаква позиција. Згора на тоа, семејното насилство лесно се пренесува на следната генерација, продолжувајќи го моделот на насилно однесување. Токму поради тоа, тогаш кога вербалните аргументи нема да ја разрешат конфликтната ситуација, ќе се посегне по насилството.

3. Бура на идеи

Што треба да се направи за да се променат општествените и културните модели кои водат до семејно насилство и предизвикуваат незаинтересираност на општеството кон ова општествено зло?

4. Активност во голема група

Задача:

Секој учесник добива картичка (види подолу). Прочитајте ги сите точки на картичката. Разговарајте за предлозите. Обидете се да ја одредите нивната важност и да ги одредите приоритетите.

Коментар на обучувачот:

Поради ова е потребно развивање на нова општествена етика која ќе се однесува на семејното насилство. Треба да се воспостават нови модели на однесување и нови општествени вредности кои ќе се однесуваат на улогата на жената во семејството и во општеството.

Потребно време за оваа вежба е 30 минути.

Картичка за дискусија

Промени кои ќе помогнат да се развие нова општествена етика:

- Државата треба решително да го осуди семејното насилство без оглед на традициите и обичаите.
- Треба да се донесат нови закони кои ќе обезбедат ефективна заштита од семејното насилство. Ова е особено важно затоа што законите наметнуваат одредени стандарди за однесување и со тоа востановуваат нови вредности на почит кон жените и нетолерирање на семејното насилство. Законот, од една страна, ги рефлектира традиционалните видувања кои се вкоренети во општеството, а од друга страна, ги дефинира и ги развива.

- Многу често институциите кои го спроведуваат законот го квалификуваат семејното насилство врз жените соодветно на традиционалните видувања на жената како лице кое е потчинетона нејзиниот сопруг и предадена на негово право на сопственост. Овој став на официјалните лица кон проблемот на семејно насилство треба да се промени.
- Потребно е да се започне кампања за подигање на јавната свест во медиумите за да се направат прогресивни промени во јавното мислење и да се искоренат застарените модели на однесување од патријархалното минато.
- Треба да се воведат специјални образовни програми во училиштата, факултетите, работните места и соседствата низ државата.
- Религиозните и општествените лидери треба да се вклучат во отстранувањето на штетните патријархални модели.

IV ДЕЛ

ФОРМИ НА СЕМЕЈНОТО НАСИЛСТВО

Што се подразбира под поимот семејно насилство?

Под семејно насилство се подразбира малтретирање, грубо навредување, загрозување на сигурноста, телесно повредување, полово или друго психичко или физичко насилство со кое се предизвикува чувство на несигурност, загрозување или страв спрема брачен другар, родители или деца или други лица што живеат во брачна или вонбрачна заедница или заедничко домаќинство, како и спрема поранешен брачен другар или лица што се наоѓаат во блиски лични односи.

(предложена дефиниција за семејно насилство КЗ на РМ, чл.122 ст.17)

Малтретирањето постои во сите социо-економски, етнички, расни и религиозни групи. Тоа се појавува и во хомосексуалните и во хетеросексуалните врски, како и во врските кои траат различен временски период (долгогодишни или краткотрајни врски). 90 - 95% од дејствијата на малтерирање се извршени над жените од страна на мажите.

Малтретирањето понекогаш се опишува и објаснува како круг на насилство кој се развива во неколку фази:

Прва фаза: Зголемување на тензијата

- насилникот е фрустриран и станува сè повознемирен, љубоморен и вербално навредува;
- тензијата помеѓу партнерите се зголемува;
- жртвата не го признава стравот, ниту лутината и постоењето на насилството;

- жртвата можеби ќе ја преземе одговорноста за било кој проблем и ќе се труди да го одржи мирот.

Втора фаза: Стадиум на акутно насилство

- тензијата станува неподнослива за жената;
- насилството е најсилно во ова време. Често жртвата и насилникот контактираат со полицијата, и/или советниците;
- во овој период главна цел на жртвата е да го преживее насилството; бегањето се чини невозможно жртвата често станува молчелива надевајќи се дека "бурата ќе престане";
- жртвата може да прејде на страна на насилникот и да не соработува со никој којшто сака да ѝ помогне.

Трета фаза: Стадиум на меден месец

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

Иако третата фаза изгледа како фаза во која жртвата може да здивне и да се опорави од долготрајното претходно насилство, најчесто насилникот набргу продолжува со уште поголеми бруталности, со што жртвата се наоѓа во поголема опасност затошто таа, мислејќи дека насилникот навистина се поправа, не е подготвена за таков акт.

Иако кругот на насилство во повеќе средини се смета за застарена форма на опишување на семејното насилство, сепак тој претставува прегледен начин на прикажување на најчестиот начин на појавување на насилството во домот и меѓу партнерите. Прифаќаеме дека кругот на насилство не е единствениот начин или пак начин универзален за сите индивидуални случаи на семејното насилство, т.е. не мора да значи дека сите случаи на семејно насилство мора да се одвиваат по овие зацртани фази.

Според искуствата на жените жртви на семејно насилство, се случува и во периодите на меден месец да се чувствува насилството, или пак овие периоди потполно се заобиколуваат - не се манифестираат, особено тогаш кога малтретирањето се зголемува. Тогаш имаме насилство без престан кое најчесто завршува со многу тешки последици, неретко фатални по жртвата.

Насилството над жените е резултат на верувањата, култивирани во рамките на повеќе култури, дека мажите се супериорни, и дека жените со кои тие живеат се нивна сопственост и кон нив можат да се однесуваат онака како што тие сметаат дека одговара. Почести причини за појавата на семејното насилство се следните:

- уверувањето дека насилството е сигурен начин за обезбедување моќ и контрола,
- уверувањето дека жената е сопственост на мажот,
- уверувањето дека жената има обврска да му биде покорна на мажот,
- уверувањето дека мажите имаат право да ги надгледуваат и дисциплинираат своите партнерки,
- уверувањето дека мажите се супериорни над жените и желбата да се одржи таа супериорност и

- постигнување и задржување на моќта врз партнерот со цел да ги остварат своите потреби и желби.

Накратко, имајќи ги во предвид различните (познати и непознати) фактори кои го причинуваат семејното насилство и формите преку кои тоа се манифестира, не е лесно да се презентира, ниту сеопфатна дефиниција на насилството, ниту сеопфатен "рецепт" според кој би требало ние да делуваме и што побрзо да го елиминираме или подолгорочно да го превенираме семејното насилство.

Во Република Македонија семејното насилство за прв пат се документира во 2000 година со спроведување на теренско истражување насловено: "Темната бројка кај насилството врз жените во Република Македонија". Добиените податоци покажуваат дека:

61,5% од жените се жртви на некој вид психичко насилство;
39,4% од нив изјавуваат: *"Неговиот збор секогаш е последен"*;

Најчести жртви на психичко насилство кај нас се жени на возраст од 30-44 год., кои што се во брак 10- 20 години, чиј што сопруг е постар од нив, невработен, со повисоко образование од нив и никогаш не пие.

Психичкото насилство кај нас се изразува на над 1355 поединечни начини, меѓу кои варијации на: изолација, држење под контрола, понижување, омаловажување,...итн.

Секоја четврта жена во Македонија се изјаснува дека ѝ бил нарушен физичкиот интегритет во рамките на семејството.

"..не бележете го тоа- тоа не е ништо, тоа е нешто што се случува во секоја куќа..нема жена што не добила шлаканица.."

Најчести се шлаканиците (79,7%), потоа заканите (72,8%) и тепањето (64,4%).

Само 23,9% од жените пријавиле дека имаат лично искуство на физичко насилство.

"..неколку пати ме има изгорено со цигари. Во бес ми има исечено фустани со ножици. Доживеав и тепање со ремен, и бркање по куќата со пиштол, и заканување дека еден ден навистина ќе ме убие...и сето тоа во име на неговата љубов кон мене, во име на брачната чесност и верност..."

Во 81,7% од случаите кај нас, насилникот е сопругот (актуелниот или поранешниот). Тој, во просек, 87 пати физички ја напаѓа или малтретира својата сегашна или поранешна сопруга.

Во 32,7% од случаите, сопрузите на жените - жртви на семејно насилство потекнуваат од семејства во кои таткото бил насилен кон мајката.

"..тој го прави тоа во името на неговата почесност и позната фамилија во која со генерации наназад се знаело кој е маж, а кој жена во куќата.."

Сексуалното насилство, по правило, секогаш е придружувано од другите облици на физичко насилство, но е помалку пријавено од испитаничките,

односно само 5,0% од жените изјавуваат дека се сексуално злоставувани.

"Повеќе пати сум се обратила до полицијата за помош. Ќе дојдат, ќе го држат една нок или два- три дена во станица, и го пуштаат."

Жените во 40,6% од случаите за насилството кое го трпат проговоруваат со своите најблиски - со останатите членови на семејството. Секоја петта жена вели дека за нејзиното страдање во семејството никој не знае.

"..срам ми е од пријателите, срам ми е од комшиите.."

46,5% се обиделе да го напуштат семејството со цел да се ослободат од насилникот, но повеќе од половина (55,3%) повторно се вратиле.

45% од жените воопшто не се обиделе да преземат конкретна активност за да го прекинат насилството.

Во најголем број случаи, мотив на жените кои трпат насилство за нивно останување во таа средина и непреземање на конкретни активности е како разводот ќе се одрази врз развојот на нивните деца.

"...работите малку се изменија кога потпораснаа децата, но и кога значително ми се наруши здравјето. Почнав да одам на психијатар, чии совети ми помогнаа да закрепнам да се борам за себе и за децата...Се надевам дека ќе успеам да издржам до крај во битката за себе, и за каков - таков мир на децата."

Најосновни облици преку кои се јавува насилството во семејството се:
Модел на емоционална злоупотреба

Емоционалната злоупотреба често оди рака под рака со физичката злоупотреба. Во повеќето случаи, таа доаѓа пред физичкото претепување. Емоционалната злоупотреба е многу болна за жртвата. Може да влијае на чувството на жртвата за сам себе. Може да направи жртвата да се прашува сама себе што е реално. Ова е слично на перење мозок (истиот вид на контрола која е користена врз воените затвореници). Следното е вообичаен/заеднички модел на емоционална злоупотреба.

- Силециите прават непријателски "шеги" на сметка на жените.
- Прави навреди на сметка на жртвата.
- Ги игнорира чувствата на жртвата.
- И ускратува грижа како форма на казнување.
- И вика на жртвата.
- Ја етикетира жртвата со сурови и груби термини: "луда", "кучка", "глупава".
- Ја навредува жртвата.
- Ја омаловажува и ја исмејува жртвата пред семејството и пријателите.
- Ја обвинува жртвата за сите негови проблеми.
- Се заканува со физичко насилство. Вели дека ќе и се одмазди на жртвата.
- Ја омалуважува и исмејува жртвата како мајка, љубовница, работник, студент итн.
- Изискува целосно внимание од жртвата. Тој ги отфрла децата.

- Ја обвинува жртвата дека таа е виновна што е тој насилен. Дури и ако таа делува само да се заштити себеси.
- И кажува на жртвата за своите афери.
- Се заканува дека ќе ги повреди децата, или дека ќе го земе старателството над нив.
- И кажува на жртвата дека таа мора да остане со него. Тој и вели дека тој и “треба” на неа. Тој и вели дека таа нема да успее без него.
- Го доведува во сомнеж нејзиното чувство за она што е реалност.
- Жртвите претрпуваат нервен слом. Таа може да има депресија или ментална болест.
- Жртвите размислуваат за или се самоубиваат.

Моделите на физичка злоупотреба

Физичката злоупотреба или насилство може да започне на ненасилен начин. Може да започне со негрижа и запоставување. Ова може да вклучува и неисполнување на потребите на жртвата за физичка грижа. Тогаш злоупотребата прераснува и се претвора во насилство. Може да започне со мали напади или повреди. Може да започне со болни штипења или гмечења. Може да бидат болни стискања. Насилството ќе се повтори. Тоа прераснува во побрутално и посурово. Тоа станува со цел. Насилството се прави таму каде што нема да се забележи или покаже. Нема да биде видливо под облеката или под косата. Така што насилникот ќе тепа по стомак или гради.

- Штипење или/и стискање кое е болно.
- Туркање
- Удирање, тепање или фрлање на работи.
- Задржување на жртвата да не си оди.
- Влечење или тресење.
- Тепање со шлаканици, тепање или плукање по жртвата.
- Гушење/давење или фрлање предмети врз жртвата.
- Удирање или клоцање така да не се “видливи” повредите .
- Серија на удари или клоцања.
- Клоцање.
- Фрлање на жртвата.
- Предизвикување на скршеници на коски и/или внатрешни повреди во телото.
- Удирање/клоцање кое предизвикува да се изгуби нероденото дете.
- Користење на обични предмети како оружје.
- Не дозволување на жртвата да добие помош од доктор.
- Користење на оружје, како што е пиштол или нож.
- Предизвикување на бескрајни повреди и/или лузни.
- Убиство.

Моделите на сексуална злоупотреба

Сексуалната злоупотреба честопати е дел од семејното насилство. Ова се многу тешки теми за разговор. Ние ве молиме секоја од вас да биде свесна за сексуалната злоупотреба. На тој начин вие ќе бидете свесни за видовите. И ќе ви помогне да се справите со тие работи.

- Насилниците прават жеги за жените. Тој прави шеги за сексот пред жртвата.
- Насилниците ги гледаат жените како сексуални објекти.
- Насилниците се љубоморни (често без основа и причина љубоморни).

- Ги исмејува и омаловажува нејзините чувства. Ги омаловажува и исмејува нејзините потеби. (во врска со сексот)
- Ја допира кога таа не го сака тоа. (вознемирување)
- Ја допира жртвата на сексуален начин поради кој се чувствува “лошо”.
- Немање на секс и непружање на љубов.
- Прави сексуални етикетирања на нејзина сметка: “курва”, “фригидна”.
- Секогаш бара секс.
- Ја принудува да се соблекува. Ова се користи како форма на деградирање. (ова понекогаш се прави пред децата)
- Насилниците спијат со други наоколу.
- Ја принудува да го гледа неговиот сексуален чин со други.
- Користи закани за да ги поткреби неговите барања за секс.
- Ја принудува да има секс со него или со други.
- Ја принудува да има болен секс.
- Ја принудува на секс откако ќе ја претепа.
- Сака секс за да ја повреди жртвата. Насилниците користат предмети и/или оружје за време на сексуалниот чин.
- Сексуална суровост, повреди.

Освен физичките повреди кои што досега се наведени и се дефинирани, од оставање на лузна, па се до усмртување, жените- жртви на семејно насилство страдаат и од здравствени и психички проблеми. Тие почесто се под депресија, која доведува до повисока стапка на самоубиства, во споредба со оние жени кои не се напаѓани. Последиците од семејното насилство не се ограничуваат само на жртвите од овој вид насилство. Во неретки случаи и насилникот може да трпи заради неговото сопствено однесување. Семејното насилство е исто така опасно и за другите членови на семејството кои сакаат да се вмешаат, и кои можат да бидат повредени или убиени од страна на насилникот. Последиците по децата кои се очевидци на насилство се тема на многу дискусии. Некои студии покажуваат дека децата во чии домови постои насилство над мајката, имаат повеќе проблеми во однос на нивното однесување, и им недостасува поголемо чувство на одговорност кон општествените норми во споредба со децата во чии домови насилството не е присутно.

V ДЕЛ

5. ЗНАЦИ НА НАСИЛСТВО

ОПШТО ТЕОРИЈА ПРЕВОД ТУКА ДА СЕ ВМЕТНЕ

Непосредни знаци на телесно злоставување:

- повреди на лицето;
- повреди на градниот кош, градите, стомакот, деловите на телото кои се прекриени со облека;
- хематоми и гребнатини по телото;
- исчашување, пукнатини или скршеници;
- изгоретини од различни степени;
- повреди со нож или со други предмети;
- внатрешни повреди (крварење);
- видливи траги гушење на вратот (со прсти, со жица, со ремен, со пешкир итн);
- искршени заби;
- повреди на ушното тапанче;

ПРИРАЧНИК ЗА ОПШТА ПОПУЛАЦИЈА

- повреди во гениталниот дел.

Психички последици од насилство

- напнатост, немир, чувство на слабост;
- чувство на страв (за себе, за својот живот, за животот на другите кои и се мили);
- чувство на срам;
- чувство на вина;
- самозапоставување;
- губење на самодоверба;
- невротски реакции (депресија, анксиозност, напади на паника);
- пореметување на спиењето (несоници, ноќни мори);
- пореметување на исхраната (анорексија, булимија, потхранетост, дехидрираност);
- злоупотреба на алкохол и дрога;
- проблеми со концентрацијата;
- дезориентација;
- недостаток на толеранција и трпение;
- агресивно однесување кон себе си и кон другите;
- обид за самоубиство;
- сексуални потешкотии (присилно сексуално однесување, одсуство на желба за сексуални контакти во подолг временски период, итн.);
- пострауматско стресно пореметување.

Хронични здравствени проблеми (психосоматски пречки)

- несонца;
- замор;
- гастроинтестинални симптоми;
- болки во мускулите;
- анемија;
- зачестени мигрени и главоболки;
- проблеми со мокрењето;
- дијареа;
- респираторни проблеми;
- забрзана срцева работа;
- ако се работи за трудница, почесто се јавува предвремено породување или раѓање на дете со мала родилна тежина.

МАТЕРИЈАЛ ЗА ДИСТРИБУЦИЈА

Вовед во самоодбраната

Оваа листа од мислења е креирана како почетна точка за самоодбрана. Самоодбрана значи употреба на различни средства со цел да си помогнете да се чувствувате посигурни и да се спротивставите на насилството. Не постои начин кој ќе ги заштити сите. Вие мора да изберете помеѓу понудените врз основа на индивидуалните потреби, моралните стандарди, емоционалната сигурност и физичките способности. Ови опции се подредени во пет категории: превенција, избегнување, застрашување, бегство и преживување. Се надеваме дека тактиките од листата ќе ја поттикнат вашата меморија и креативност и дека ќе може да додадете уште повеќе стратегии. Од оваа листа

направете почетна точка во сопствениот план за самоодбрана и сигурност.

ПРЕВЕНЦИЈА - самогрижа, лична поддршка, прецизна информација и подготовка додека се чувствувате сигурни.

- Правете работи што ви помагаат да се чувствувате доверливи, сигурни, ценети и вредни.
- Активно работете на емоционалните прашања, на пример со советник, кои влијаат на самопочитувањето и самодовербата.
- Осигурајте минимум 30 минути дневно за да направите работи само за себе.
- Јадете, спијте и доволно вежбајте за да се чувствувате здрави.
- Работете на можноста да бидете финансиски независни.
- Пронајдете луѓе кои што ќе ги вклучите во вашата лична мрежа за поддршка и кои ќе ви помогнат во случаите кога ви требаат.
- Читајте или посетувајте работилници заради прецизна информација околу напаствунасилството врз жените.
- Потрудете се да се информирате за насилството, кругот на насилството, континуитетот на домашното злоставување и како да ги разбиете овие кругови.
- Разговарајте за овие теми со пријателите истомисленици, членовите на семејството и други.
- Вклучете се во активности како што се танцување, вежбање или спорт.
- Одете на часови за самоодбрана.
- Идентификувајте ги луѓето што ги знаете, а кои би можеле да бидат напастувачи, напаѓачи или вознемирувачи и направете планови за сигурност во ситуации кои вклучуваат и нивно присуство.
- Вежбајте тактики и стратегии кои би можеле да ги употребите во идни ситуации.
- Бидете позитивни на работа, со пријателите, дома и во другите врски кои не се заканувачки или опасни.
- Научете да ги употребувате силните делови од вашето тело и вежбајте некоја боречка вештина со нив.
- На вашите деца дајте им прецизна информација за напаѓањето.
- Пронајдете ненасилен начин за справување со лутината, несогласувањата, проблемите и фрустрациите со децата.
- Запознајте ги своите соседи.
- Разгледајте како одреден тип облека или опрема може да ви помогне или посмета во ситуации кога треба да одлучите дали да бегате или да се борите. Размислете како би можеле да ги употребите или отстраните тие предмети во опасна ситуација.
- Бидете искрени во сите комуникации, употребувајќи тон кој на другите им кажува дека кога велиме “НЕ” мислиме “НЕ”.

ИЗБЕГНУВАЊЕ - преземање акција веднаш штом ќе насетите можно напаѓање, било интуитивно или пак преку однесувањето на другите луѓе.

- Зборувајте со доверлив сосед и креирајте план за сигурност во кој ќе зацртате што треба тој да направи кога ќе дојде одредена личност, кога ќе му се јавите со некоја шифра, кога ќе свирнете три пати, итн.
- Разгледајте како би можеле вие да излезете од вашиот дом, но и како да ги спречите натрапниците да влезат. Освен брави, заштитата може да вклучи осветлување, куче и аларми. Дури и билките, како што се бодликави грмушки под и околу прозорците, може да послужат како помош во заштитата.
- Во секое време резервоарот на вашата кола нека биде барем половина полн.
- Бидете претпазливи со сите физички и интуитивни чувства за да ја подобрите свесноста.
- Забележете ги сите патеки, луѓето што може да ви помогнат во вашата околина.
- Ако не се чувствувате пријатно, повикајте и други луѓе во таа ситуација.
- Бидете внимателни да не откривате лични информации како презиме, адреса, телефонски број и работно место на луѓе со кои не се чувствувате пријатно или во ситуации за кои не сте сигурни.
- Побарајте од вашиот шеф да се постават светилки на паркингот.
- Обезбедете си сопствен превоз и доволно пари да ги платите сопствените трошоци на љубовните состаноци за кои не сте сигурни.
- Дознајте дали луѓето со кои ви е непријатно ќе бидат присутни на забавата или настанот на кој планирате да присуствувате.
- Носете со себе гласно свирче.
- Прашувајте ги луѓето за насока без да ја кажете точната дестинација.
- Одбијте помош од луѓето кои прават да се чувствувате неудобно и несигурно.
- Пронајдете алтернативи на изолираните премини, скалила и улици доколку не се чувствувате безбедно.
- На посетителите и мајсторите кажете им однапред да го најават своето доаѓање.
- Со трговските патници и непознати луѓе зборувајте само преку заклучена и затворена врата.
- Секогаш кога сте сами дома, пред да ја отворите вратата кога звони некој, гласно кажете “Јас ќе отворам!”.
- Пред да одите некаде каде што се чувствувате загрозувани или пак да правите нешто каде што би можеле да ве повредат, информирајте го доверливиот сосед, цимер или пријател каде одите. Така, тие ќе може да ве побараат доколку сте отсутни подолго време, или пак доколку не им се јавите по одредено време.
- Ако имате проблеми со слушањето, користете шпионка, или пак подадете порака под вратата доколку не ја познавате личноста.

- Колата паркирајте ја таму каде што има луѓе и патеки погодни за бегство.

ЗАСТРАШУВАЊЕ - деинтезивирање на ситуацијата штом напаѓачот ќе почне да докажува доминација (надмоќ).

- Стојте или седете исправено, погледнете го во очи и изразете го своето барање со кратки и јасни реченици, како: “Сакам да си одите”, “Не сакам да зборувам со вас”, “Сакам да престанете да ми додевате” итн.
- Преминете на другата страна од улицата или продолжете да одите по самата улица.
- Прекинете го разговорот и заминете.
- Побарајте забрана за приближување од соодветната установа.
- Влезете во преполна продавница.
- Одете по средината на улицата.
- Ризикувајте да бидете засрамени, да погрешите во проценката или пак непотребно да изреагирате.
- Ако ве следи некој, застанете, пуштете ја личноста да ве одмине, влезете во некој јавен објект или пак соочете се со него.
- Држете се цврсто до своите одлуки, дури и за некои мали, неважни теми. Напаствувачите често сакаат согласност за многу теми кои може да се чинат тривијални кога ги разгледувате посебно. Но, ако погледнете пошироко, тие им овозможуваат да стекнат контрола.
- Вашите децидни изјави кажувајте ги гласно, за да ги чуе напаѓачот, а и другите луѓе околу вас.
- Веднаш станете доколку настанот започнал во седечка или лежечка позиција.
- Кажете му на напаѓачот дека сте болни, имате астма и добивате напад доколку се возбудите.
- Повикајте некој соработник, познаник, пријатели или непознат да се приклучи на настанот.
- Пријдете на некој непознат и разговарајте со таа личност како да ви е многу добар пријател.
- Започнете го планот за сигурност договорен со соседот, а со кој треба да му дадете сигнал да дојде кај вас.
- Избегајте трчајќи.
- Игнорирајте ја ситуацијата со прикажување самоуверен став (на пример, не разговарајте со личноста, гледајте ја итн).
- Оддолговлекувајте преговарајќи.
- Кажувајте бесмислени работи.
- Започнете го планот за сигурност кој ги вклучува децата, а тие треба да вреват, да повикаат полиција или пак да отрчаат да го викнат доверливиот сосед за да ви помогне.
- Ако сте во автомобил, а напаѓачот стои надвор, одвезете се.

ПРИРАЧНИК ЗА ОПШТА ПОПУЛАЦИЈА

- Ако сте во автомобил, а напаѓачот е внатре со вас, притиснете ја сирената и упорно свирете.
- Ако возите, застанете на најблиското стојалиште и наредете му на напаѓачот да излезе од вашиот автомобил, одвезете се на некое јавно место, во полициска станица, итна служба во болница итн.

БЕГСТВО - правење се што е потребно со цел веднаш да се напушти настанот, бидејќи е загрозувана сигурноста.

- Врескајте.
- Повторувајте ги децидните изјави гестикуирајќи, со намрштен израз на лицето, цврсто стегнати во телото и со гласно извикување.
- Континуирано концентрирајте се на бегството.
- Повратете, плукајте, измочајте се или пак употребете било какво друго просто однесување.
- Смејте се хистерично.
- Ако се возите со напаѓачот, одвесете се во полиција, свирете со сирената, возете по тротоарот, удрете во кантите за ѓубре за да привлечете внимание.
- Изпрскајте го напаѓачот во очи со дезодоранс, лак за коса, средство за чистење, средство за освежување на воздухот, инсектицид итн.
- Повикајте полиција.
- Разведете се.
- Покажете со раката кон некој непознат и извикајте: “Вие, со шапката, повикајте полиција!”.
- Кажете му на напаѓачот дека наскоро треба да пристигне некој мајстор.
- Свирете со гласно продорно свирче.
- Употребете ги силните делови од вашето тело (раце, лакти, колена, нозе) за да го удрите напаѓачот во очи, носот, грлото, препоните или колената.
- Употребете се што ќе ви дојде под рака (пенкало, пеплник, вазна, телефон) за да го удрите напаѓачот.
- Ударот проследете го со уште еден удар на истото место или на друго.
- Додека удирате, викајте и покажете лоша намера.
- Ударот проследете го со вресок или некоја нефизичка тактика.
- Ако ве држат, удрете кога ќе ви се ослободи раката или ногата.
- Избегајте трчајќи.
- Анализирајте како ве држат и лоцирајте ги можните места за удар и појаките делови од вашето тело со кои ќе удрите.
- Гризајте, гребете, скубете и правете се што може да предизвика болка на чувствителните места.
- Поставете некој објект како заштита од ударите.

ПРИРАЧНИК ЗА ОПШТА ПОПУЛАЦИЈА

- Отворајте фиоки, врати, фрлајте канти за ѓубре или столици на патот на напаѓачот за да не може бргу да ве брка.

ПРЕЖИВУВАЊЕ - поднесување на нападот без губење на достоинственоста и самопочитувањето.

- Размислувајте за “предавањето” како за “чекање”.
- Искористете ги можностите за нови избори и/или бегство кога е можно.
- Фокусирајте се на деталите од настанот и напаѓачот заради подоцнежната тужба и судење.
- Повторувајте си, гласно или во себе “ова не е моја грешка, правам најдобро што можам, јас сум добра личност, ќе преживеам”.
- Замислете си ги луѓето што ги сакате, чувствувајте како ве тешат и правете планови како ќе се грижат за вас штом ќе заврши мачењето.
- Размислувајте за важните работи што ги правите и работите што сакате да ги правите. Фокусирајте се кон враќањето на тие работи што е можно побргу.
- Претставете си слика што ќе ви дава енергија, храброст и мотивација да истраете.
- Држете се за на место во себе што никој не може да го допре, нападне, деградира или уништи. Запомнете дека токму поради ова место ниту еден напаѓач не може комплетно да ве надвлее.
- Контакттирајте со луѓе и организации кои нудат поддршка како прифатилиштата и СОС организациите.
- Не дозволувајте другите да ве убедат дека напаѓањето било ваша грешка и дека сте можеле подобро да се опирате. Напаѓањето НИКОГАШ не е ваша грешка и секогаш се браните најдобро што можете.
- Ако сте подготвени, чувствуваат дека тоа ќе ви помогне, пријавете го напаѓањето во полиција.
- Ако некоја организација не ви ја дава потребната поддршка одете во други организација сè додека не ја добиете саканата поддршка и помош.

VI ДЕЛ

6. Вежба: Зошто е тешко жените да ја напуштат насилната врска

Цел:

- Да се даде детална анализа на ситуација на жена жртва; да се идентификуваат сите психолошки и социјални проблеми со кои таа се соочува; да се открие како се развива ситуација на семејно насилство; да се разбере мислењето и чувствата на жената жртва;

- Да се дискутираат практични препоракиза жртвите на семејното насилство.

Воведни забелешки на обучувачот:

Кога мажот и жената ќе ги спојат нивните животи, тоа започнува со љубов и иднина полна со надеж кога двајца единствено сакаат да бидат заедно. И што се случува потоа? Без разлика колку лоши можат да бидат односите во некое семејство, станувајќи сè полоши со текот на времето, повеќето маи не ја преминуваат границата меѓу нормално и насилно однесување. Тогаш се развиват различни сценарија. Во некои случаи жените ги прекинуваат односите со таквитесопрузи брзо и засекогаш, трауматизирани многу години потоа (понекогаш и до крајот на животот). Друго сценарио - жена жртва бара помош од луѓето околу неа: другите членови на семејството, пријатели и колеги. Ова може да се покаже како времено решение, но само за одредено време. Потоа, насилството продолжува!

За жал, ова е она што се случува во најголем број случаи - жените жртви им простуваат на нивните насилници. “Да, тој ја крева раката на мене, но јас толку многу го сакам!”, “Не е тој виновен, тоа е однесување предизвикано од алкохолот”, “Тоа беше неговата љубомора...” итн. Сите ние сме склони да простуваме и да ги толерираме нашите блиски пријатели и роднини. Па така, тој се извинува, тој е љубезен и нежен со неа и животот продолжува по нормалниот тек. Таквите смирувања се испонети со особена опасност за жените, бидејќи им овозможуваат да се надеваат на илузијата дека позитивни промени можеда се случат во нејзиниот животи дека нејзиниот партнер ќе се промени на подобро. Сепак, после извесно време психолошката тензија повторно се интензивира и кругот на насилство се повторува. Насилството станува се посурово со секој следен круг, додека периодите на смирување се повеќе се скратуваат и може дури и сосема да исчезнат.

Внимание! Додека ја презентирате информацијата, обучувачот ја црта шемата - циклус на семејно насилство.

1. Бура на идеи

Задача: Да се идентификуваат психолошките и социјалните фактори кои им отежнуваат на жените да ја напуштат насилната врска. Одговорите на учесниците се запишуваат на табла.

Коментари на обучувачот:

Да се обидеме да ги сумираме резултатите од досегашната работа. Не може да се каже дека само одреден тип на жени е подложни на семејно насилство. Жртви на семејно насилство можат да станат жени од различно социјално потекло, со различен степен на образование, со различен степен на привлечност и различен психолошки тип.единственото нешто што е заедничко за нив е дека тие се изложени на насилство од нивните сопрузи и момчиња. Затоа да се обидеме да сфатиме: зошто жената не може да го напушти мажот што е насилен кон неа и да избега од насилната ситуација?

2. Работа во мали групи

Задача: Учесниците се делат во мали групи (по три) и секоја група го добива дистрибутивниот материјал број 1, три листа хартија и маркери. Дискутирајте го дистрибутивниот материјал Зошто е тешко жените да ја напуштат насилната врска 8 до 10 минути и изберете ги трите најголеми причини коишто според вас објаснуваат зошто жените не го напуштаат насилникот. За пишете ги овие причини, секоја на одделен лист хартија. Претставник на секоја од малите групи ги кажува нивните причини и ги става нивните три листа хартија на сид/табла. Сличните одговори треба да се ставаат во иста група како што е покажано на сликата подолу.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Дискусија:

- со оглед на заедничкиот консензус, кои се најголемите причини поради кои е тешко жените да ја напуштат насилната врска?
- што мислите: дали би било возможно некоја друга група луѓе да идентификува други големи причини?
- Зошто е важно да се идентификуваат причините што ги спречуваат жените да ја напуштат насилната врска?
- Дали има дополнителни пречки за одредени групи жени кои би можеле да ги искomпликуваат насилните ситуации? (на пример: жени со посебни потреби, со ограничени финансиски средства, жени од специфични религиски заедници итн.)
- Како можат различни институции да ги искористат овие информации?

Забелешки на обучувачот: Истражувањата велат дека најголемите причини поради кои ги спречуваат жените да покренат постапки се социјалните и финансиските околности, како и желбата да се зачува семејството. Сепак, секоја жена има и индивидуални причини. Понекогаш тоа е збир од причини. За да може да ѝ се помогне на жена најпрвин треба да се идентификуваат нејзините индивидуални причини. Исто така, важно е да се сфати дека семејното насилство може сосема да ја промени жената, да влијае на нејзината самоверба и нејзиниот став кон животот. Таа постепено станува жртва што доведува до низа од трагични промени во нејзиниот живот.

Дистрибутивен материјал број 1

Зошто е тешко жените да ги напуштат насилните врски:

1. Финансиска зависност од сопругот.
2. Страв дека ќе биде тепана или убиена од партнерот.
3. Љубов кон партнерот. Желба да бидат заедно.
4. Страв дека ќе ги изгуби децата.
5. Надеж дека работите ќе се средат со текот на времето и дека таа ќе може да ја контролира ситуацијата.
6. Страв дека разводот ќе причини психолошка траума врз децата.
7. Страв дека семејството, пријателите и општеството ќе сметаат дека е неуспешна.
8. Религиски убедувања.
9. Чувството на безнадежност и беспомошност (“Ништо нема да помогне”).
10. Неповолна реакција на општеството за овој проблем воопшто (постоењето на стереотипи).
11. Несоодветен однос на персоналот во релевантните државни институции (полиција, судството, социјалните служби):
 - Полицискиот персонал смета дека семејното насилство е приватен семеен проблем;
 - Судиите понекогаш сметаат дека жените самите го провоцираат насилството;
 - Социјалните работници сметаат дека немаат доволно време да се занимаваат со овој проблем, бидејќи и онака веќе имаат доволно работа.
12. Самообвинување занасилството кое го трпи (“Самата си го барав...”, “Јас сум виновна...”).

13. Страв дека насилникот може да направи нешто со што би му наштетил на нејзиниот професионален или социјален статус, или нејзините блиски роднини и пријатели.
14. Потребно е време да се испланира и подготви нејзиното заминување.
15. Убедувањето на жената дека таа не може да живее сама бидејќи премногу е глупава, или дебела, или слаба, или неспособна, или кутра или нешто друго.
16. Страв и несигурност од иднината.
17. Страв дека ќе ја изгуби куќата/станот и имотот.
18. Страв дека ќе остане без партнер и ќе биде осамена.
19. Желбата насилството да остане тајна за оние околу неа.
20. Хроничен психолошки стрес, кој предизвикува истоштеност (“Премногу сум уморна за да променам било што”).
21. Стравување за иднината на нејзините деца.
22. Културолошко прифаќање на концептот дека жената е одговорна за климата во семејството (и индиректно за сè што може да се случи).
23. Притисок од роднините (нивните опомени: “Тој е твој сопруг, татко на твоите деца”).
24. Желбата семејството да се зачува недопрено.
25. Нема каде да оди и нема пари за да изнајми стан.
26. Комплетен недостаток на социјална и правна поддршка.
27. Ограничени психички способности кои се причина жената да биде зависна од друго лице.
28. _____
29. _____

Каква помош ѝ треба на жртвата?

Најпрвин на жртвата ѝ е потребно да може да се довери. Првиот чекор е довербата. Кога слушате за страшните и понижувачки приказни на семејно насилство неумесно е да кажете: “Вакви работи не се случуваат! Ова не е возможно!”. Не, се случило значи возможно е. Не е соодветно да се обележат жртвите како “слабоволни”; Не треба да се нервирате, да им се лутите кога не можат, или не знаат како да избегаат или како да се одбранат себеси.

Второ, на жртвата ѝ треба поддршка. Потребно е да бидете храбри и цврсто да застанете на страната на жртвата. Таа често смета на таа поддршка иако можеби се плаши дека ние можеби ќе се поколебаме кој е во право: жената или, можеби, мажот? Не! Ако сакаме да ѝ помогнеме на жртвата треба да заземеме цврст став: “Ние сме на твојата страна! Ние те поддржуваме, веруваме во тебе и имаме верба во сè што правиш.”

Трето, треба да сме подготвени да бидеме покрај жртвата на долгиот пат пред неа којшто ќе треба да го помине.

Четврто, жртвата треба да биде сосема свесна за она што ѝ се случува.

Поради тоа на жртвата ѝ треба едукативен разговор за насилството за да стане свесна за тој феномен и така да научи да ја контролира ситуацијата.

Внимание: Многу е важно да не се бара нешто особено што може да го преземе жртвата за да го смири агресорот.

Предвидено време за оваа вежба е 40 минути до 1 час.

Информации за вежбата

Жртви на семејно насилство

1. Жртвите на семејно насилство можат да бидат од секоја возраст, раса, образование, занимање или религија

Жртвите на семејно насилство се многу хетерогена популација на која заедничко ѝ е дека сите биле злоупотребени од некој со кого се или биле интимни. Тие не припаѓаат наниту една специфична возраст, раса или личен профил.

Многу често виктимизацијата се согледува како проблем на една, а не на друга група. На пример кога зборуваме за семејно насилство не се земаат во предвид младите луѓе (адолесцентите). Со документирање на насилството во врска (Levy, 1991), се појави потреба професионалците повеќе да внимаваат на ова прашање во контактите со адолесцентите кои тукушто започнуваат интимни врски. Сите возрасни групи можат да бидат виктимизирани од извршител на семејно насилство.

Понекогаш игнорирањето на проблемот на семејно насилство има друга форма како расни стереотипи кои велат дека тепањето на жената е начин на живот или “културолошки прифатливо” во “таа” група. Има малку опсежни истражувања кои се однесуваат на распространетоста и прифатеноста на семејното насилство во различни расни или етнички групи (Hampton, 1987). Со истражувањата повеќе се отворени прашања, одошто дадени одговори, делумно бидејќи студиите користеле различни дефиниции на семејно насилство (Campbell, 1992; Erchak and Rosenfeld, 1994; Straus and Gelles, 1990). Она што литературата го покажува е дека наместо да се игнорира семејното насилство во различни култури, општеството треба да одговори на него со развивање интервенции кои ќе бидат наменети за специфични култури (Agtuca, 1992; Zambrano, 1985; Kim, 1991; White, 1985; Family Violence Prevention Fund, 1991)

Раните студии (Snell, Rosenwald, Robey 1964) за жртвите на семејно насилство се обидувале да се фокусираат на карактеристиките на жртвите за да ги објаснат причините за насилството. Подоцнежните студии покажале дека никакво објаснување за причините не е пронајдено во карактеристиките на жртвите и нивната виктимизација (Hotaling and Sugarman, 1986). Семејното насилство е резултат на однесувањето на насилникот одошто на карактеристиките на жртвата. Следстено на тоа исто како и кај жртвите на друг вид траума (на пример: сообраќајна несреќа, поплава, грабеж итн) нема посебен тип на жртва која е тепана.

2. Жртвите може, но и не мора да биле злоставувани како деца или во предходните врски

Бидејќи некои луѓе ги разгледувале личните и демографските карактеристики на жртвите за да ја објаснат нивната виктимизација, било сугерирано дека жртвите на семејното насилство биле жртви на детско злоставување и/или на предходна врска, и дека некако оваа предходна виктимизација допринела на нивната сегашна ситуација. Сепак, нема докази дека предходна виктимизација, дали како возрасни или додека биле деца, доведува до тоа жените да го “бараат” или да го предизвикуваат насилството (Walker, 1984). Некои жртви на семејното насилство биле виктимизирани во минатото, а некои не. Иако на некои жртви може да им помогне да ја разберат нивната историја на виктимизација и механизмите за одбрана во справување со минатото и сегашното насилство, сепак нема да помогне погрешното обвинување на жртвата при толкувањето на историјата.

3. Некои жртви се изолираат поради контролата на насилникот врз нивните активности, пријатели, контакти, членови на семејството и друго

Понекогаш однесувањето на жртвата може да се разбере во контекст на контролата која насилникот успеал да ја наметне преку изолирање на жртвата. Без надворешни контакти и информации станува многу потешко за жртвата да ја избегне психолошката контрола на насилникот. Некои жртви му веруваат на насилникот кога ќе им каже дека ако си заминат нема да можат да опстанат сами. Дури и кога жртвата ќе ги одржи контактите со пријателите или поширокото семејство, често тие односи се постигнуваат со контролата на насилникот и жртвата не може да ја добие поддршката што ѝ е потребна. Насилникот може да ја испрашува жртвата за секој детал од нејзината комуникација со други луѓе и постојано да прави негативни забелешки.

4. Некои жртви постојано остануваат, заминуваат или се враќаат во насилната врска

Едно од најчесто поставуваните прашања за семејното насилство е зошто жртвите остануваат во насилната врска. Реалноста е дека многу жртви не остануваат, а многу ја напуштаат и се враќаат. Напуштањето на насилната врска е процес којшто се случува. Прва причина за да останат со нивните насилници, според жртвите е страв од насилството и немањето реални опции да биде сигурна со децата. Овој страв од насилството е реален. Истражувањата покажуваат дека семејното насилство има тенденција да ескалира кога жртвата ќе ја напушти врската.

Некои насилници постојано се закануваат дека ќе ја убијат или сериозно ќе ја повредат нивната жртва доколку се обиде да ја напушти врската. Жртвата можеби веќе се обидела во минатото да си замине и била пронајдена од насилникот сериозно повредена. Многу насилници не им дозволуваат на жртвите едноставно да ја напуштат врската. Тие ќе употребат насилство или други начини на контрола за да ја задржат врската. Мит е дека жртвата останува останува со насилникот затошто сака да биде малтретирана. Дури и во случаи кога жртвите биле злоупотребувани како деца, тие не бараат насилство, ниту сакаат да бидат тепани.

Има многу причини за жртвата да остане во насилна врска и тие се различни за секоја жртва:

- страв од насилството и насилникот;
- недостаток на засолништа и програми за поддршка на жртвите кои би им помогнале на жртвите во периодот на транзиција;
- недостаток на достапни станови кои ќе им овозможат сигурност на жртвите и децата;
- недостаток на можности за вработување и финансиска помош, особено за жртвите со деца;
- недостаток на достапна правна помош која е потребна за развод на брак, старателство, забрана за приближување или заштита;
- спреченост поради психолошка или физичка траума (жртвите на траума може да не се способни да направат сè што треба за да се одделат и самите да започнат нов живот или со нивните деца, особено во периодот по траумата ако доживеале повеќекратна траума);
- верување во културолошки/семејни/религиозни вредности кои поттикнуваат семејството да се зачува по секоја цена;
- постојано верување и надеж во ветувањата на насилникот дека ќе престане да биде насилен поради неговите позитивни квалитети;
- ако насилникот, советникот, судот, полицијата, свештеникот, членовите од семејството и пријателите речат дека жртвата е виновна

за насилството и дека може да го сопре насилството едноставно со задоволување на барањата на насилникот. Во овие случаи жртвата учи дека оние системи кои можат да интервенираат не дејствуваат и таа е приморана да се помири со насилникот со надеж дека насилството ќе запре.

5. Жртвите на семејно насилство применуваат многу стратегии за преживување

Жртвата користи многу различни стратегии за да се бори и да се одбрани од насилството. Тие стратегии вклучуваат: согласување со насилникот кога во јавноста го негира и минимализира насилството, прифаќање на ветувањата на насилникот дека нема повторно да се случи, “сé уште го сака”, нема волја да ја прекине врската, прави сé што ќе рече тој. Овие стратегии може да се чини дека се резултат на пасивност или покорност, а всушност, во реалноста, таа научила дека овие времени методи се понекогаш успешни во спречување на насилството.

Понекогаш жртвата ќе започне со прекинување на врската со тоа што ќе побара помош од судовите или социјалните служби, само за да види дека тие системи не се ефективни во спречување на насилството. Таму кадешто нема да успее надворешната заштита, жртвата е принудена да смета на стратегии кои се потврдиле во минатото.

Успешните интервенции мора да се базираат на разбирање на однесувањето на жртвата како нормален одговор на насилството кое го поднесува од интимниот партнер. Наместо да ги сметаме за мазохистички, пасивни, луди или неспособни или како индикација дека насилството не се случува “навистина”, овие начини треба да се гледаат стратегии за преживување кои можат да допринесат за сигурноста на жртвата и за сигурноста на нивните деца.

МАТЕРИЈАЛ ЗА ДИСТРИБУЦИЈА

План за безбедност

Доколку останете

Ако живееш во насилна врска и сé уште не си спремна да заминеш тогаш мораш да обезбедиш сигурност за себе и за твоите деца.

Без разлика кои се твоите мотиви за останување, ти не заслужуваш да бидеш малтретирана.

Доколку веќе си решила да останеш покрај твојот партнер и да се обидеш да го решиш проблемот, побарај помош од надвор. Поразговарај со некој кој нема да те обвинува тебе за насилството кое го трпиш и за кого твојата сигурност е на прво место.

Контактирај ја СОС линијата, поразговарај за проблемот со твојот лекар, медицинска сестра, вработените во најблиското предбрачно и брачно советувашиште.

Подготви си план за сигурност

- Биди свесна дали има оружје во вашиот дом.
- Направи план за тоа што ќе правиш и каде ќе одиш доколку се најдеш во опасност. Објасни им го планот на децата (доколку се доволно големи да го разберат).
- Доколку поседуваш автомобил, камион, мотоцикл, претходно осигурај се дека се наполнети со гориво и во добра возна состојба.

- Секогаш имај резервни клучеви и одредена сума пари сокриени на сигурно место.
- Имај при себе список на поважни телефонски броеви.
- Секогаш имај си на ум некое место во кое можеш да се упатиш во кое било време во случај на опасност.
- Доколку можеш, најави им се на пријателите/роднините кај кои би прибегнувала.

Штеди пари

Обиди се да заштедиш пари во книшка која е само на твое име. Книшката држи ја на скриено место. Многу жени се просто вчудоневидени од фактот колку брзо можат да западнат во опасна состојба. Ако немаш свои лични приходи, потруди се да заштедиш пари од дневното пазарење. Сознанието дека имаш каков - таков фонд за итни и опасни состојби го намалува стравот во тебе.

Бременост

Потруди се да не забремениш доколку се сомневаш во врската, или пак доколку мислиш дека има шанси врската да стане насилна. Потврди ја ефикасноста на контрацептивните средства кои ги користиш. Партнерот може да те малтретира уште повеќе кога си бремена - и по породувањето. Бременоста може да биде отежнувачка околност за тебе доколку сакаш да заминеш. Доколку несакано забремениш, побарај помош и совет од лекар и од некој кому му веруваш.

Тајните можат да бидат опасни

Не се срами да разговараш за твојот проблем со луѓе кои мислат дека насилството е погрешно. Тебе ти треба поддршка. За жал, сè уште има многу луѓе кои мислат дека е праведно мажот да ја тепа и малтретира својата сопруга, и дека за тоа таа е виновна. Одбери ги внимателно луѓето со кои ќе разговараш.

Тој е одговорен за своето однесување

Запомни! Неговото однесување не е твоја одговорност. Не биди засрамена да им кажеш на другите ако те малтретира или тепа. Доколку тој се однесува насилно кон тебе тогаш тој има проблем. Охрабри го да си најде соодветно решение за проблемот.

Доколку почувствуваш дека нешто навистина не е во ред со него, побарај помош. Тоа не значи дека си ти слаба. Ти правиш нешто позитивно самата за себе.

Брани си ги твоите интереси.

Ако насилството тукушто започнало, кажи му на партнерот дека ќе си ги браниш твоите интереси и дека нема да му дозволиш тоа да го прави понатаму. Ако е можно, замоли го неговото како и твоео семејство да поразговараат со него и да му објаснат дека неговото однесување не е во ред.

. . . . Но биди внимателна

Доколку тој навикнал да ги прави нештата како што тој смета дека треба а ти секогаш си му доволувала, тој може да стане уште понасилен ако ти се потрудиш да му се спротивставиш. Ако се плашиш да направиш вакво нешто, прво потруди се да се здобиеш со поддршка од пријателите, семејството или некој советник. Не труди се да му се спротивставуваш

кога си сама со него. Во вакви случаи подобро е, доколку имаш потреба, да обезбедиш сигурно место за тебе. Биди спремна да побегнеш и да го оставиш партнерот со цел да се ослободиш од неговото насилство.

Самоубството не е решение

Нормално е да се чувствуваш депримирана во ова време од твојот живот. Многу жени мислат дека единственото реално решение на проблемот е вршење на самоубиство. Самоубиството можеби изгледа како најсигурен начин засекогаш да се одалечиш од насилството, но НЕ Е.

Доколку чувствуваш потреба да се самоубиеш, тоа е резултат на омаловажувањата на твојот партнер кон тебе и неговите постапки со кои те прави да се чувствуваш виновна за тоа дека не се чувствуваш позитивно и добро кон себеси.

Постојат и други опции. Постојат кризни СОС- линии. Има луѓе кои можат да те сфатат и да ти помогнат. Доколку не можеш да најдеш помош од прв пат, продолжи да бараш. Имаш право да бидеш лута и незадоволна со твојата состојба. Искористи ја својата лутина за да почнеш да бараш помош за себе. Довербата во сопствените способности е важен момент за да почнеш да се чувствуваш подобро. Соочи се со твоите чувства и стравувања. Награди се себеси за секој добро преземен чекор кон решавање на проблемот. Имај доверба во својата иднина. Можеш да научиш многу од своето искуство. Ти можеш да го промениш својот живот.

Опушти се и играј

Најди нешто што сакаш да го направиш за себе. Ти заслужуваш да имаш забава и задоволства во твојот живот.

Јади добро и редовно

Твојата физичка состојба влијае на твоите чувства и на можностите да се соочиш со стресните состојби.

Вежбај

Физичката активност може да ти помогне да имаш почиста слика за тоа што се случува околу тебе. Вежбањето е добро! Прави го тоа со група луѓе кои те сфаќаат.

Биди свесна за постоењето на наркотици и алкохол

На некои жени насилно им се даваат разни медикаменти кои подоцна се користат во нивна штета. Исто така многу жени самоиницијативно земаат медикаменти, дрога или пак се впуштаат во пиење, со цел да се смират и ослободат од тензиите. Ова не е долготрајно решение. Ова те држи неспособна да си помогнеш себе си бидејќи под нивно влијание ти не можеш да мислиш со чиста глава. Со ова губиш енергија која можеш да ја искористиш за правење нешто поконструктивно и поефикасно за себе.

Научи некој занает или работа

Ако имаш некои професионални способности ќе биде полесно за тебе да се осамосталиш. Доколку допрва ти требаат или пак чувствуваш потреба од надградба на веќе постоечките, направи го тоа што е можно порано. Најблиската библиотека може да ти е од голема корист. Иако не можеш да си најдеш платена работа во која ќе ги практикуваш твоите способности, имај на ум дека тоа можеш да го правиш волонтерски. Волонтерската работа е исто така многу корисна за тебе во однос на

ПРИРАЧНИК ЗА ОПШТА ПОПУЛАЦИЈА

контактирање со луѓе. Таа те оддалечува од насилството и домашната изолација.

Грижи се за себе

Ти си јака жена. Ти можеш да станеш уште појака. Кога знаеш дека може да направиш повеќе за себе, изборот дали ќе останеш во врската или не е твој.

Доколку заминуваш од дома

Најважното нешто за тебе е да најдеш безбедно место за тебе и за твоите деца. Не оставај ги децата сами во случаите кога е неопходно да излезеш од дома што е можно побрзо. Ова е многу важно подоцна, за одредување на старателство на тие деца. Доколку е неопходно да ги оставиш, направи го тоа, но за кратко време врати се и земи ги. По можност направи го тоа во придружба на овластено лице (лице од центрите за социјална работа или полицаец).

Што треба да понесеш со себе

- било каков документ (твои лични документи и документи на децата-пасош, здравствени книшки, штедна книшка, тековна книшка, возачка дозвола и тн.)
- клучеви од куќата/станот, возилото, итн.
- лекови
- играчки за децата, пелени (ако е потребно), шишиња за хранење, детска облека итн. По можност овие детали би требало постојано да ти се при рака- средени и спакувани.

Каде може да одиш

Пред да направиш што и да е, пријави го случајот во полиција и по можност контактирај ја СОС- линијата. Инаку, местото во кое сакаш да прибегнеш мора да биде сигурно место за тебе и твоите деца. Тоа може да биде кај твоите пријатели, членови на семејството, соседи.

Доколку немаш каде да одиш, при првиот контакт со лекар кажи му/и за твојот проблем и замоли го/ја да ти даде потврда за повредите кои ти се нанесени од насилниот партнер со што ќе имаш потврда која ќе можеш да ја користиш подоцна во тек на бракоразводната парница.

Ти си јака!

Ти треба да се потсетуваш себеси дека си јака. Никој нема право да те малтретира. Насилството не е приватен или семеен проблем.

За насилството нема оправдување.

МАТЕРИЈАЛ ЗА ДИСТРИБУЦИЈА ПРИЛОГ ЗА УЧЕСНИЧКИТЕ

На што треба да се внимава при средба со злоставена жена

Следното е многу важно при средбата со злоставена жена (Tolman, 1996.):

- Спознајте ги своите сопствени чувства, ставови, верувања и реакции врзани општо за насилството, и посебно за насилството над жените.

- Бидете свесни за улогата која насилството го има во вашиот живот и вашите сопствени искуства со насилството.
- Обрнете внимание на оние однесувања на злоставуваната жена кои најмногу ве вознемируваат. Можеби ве потсетуваат на нешто што не сакате да го видите или самите да го прифатите ?
- Бидете свесни за вашите сопствени ограничувања (пр.: времето кое го имате на располагање) и ограничувањата на установата во која работите (делокругот на вашата работа).
- Потрудете се да ги спознаете вашите ставови и уверувања за жените од различно потекло или со различни искуства. Можеби и таа има предрасуди кон вас? Тоа е многу важно да се разбере за да се дојде до подобро разбирање и да се воспостави однос на доверба и разбирање.
- Не наметнувајте совети. Злоставуваната жена слуша многу "совети". На неа и недостасува некој кој ќе покаже разбирање и ќе ѝ даде поддршка. Тоа е особено важно да го имате на ум тогаш кога не се согласувате со изборот кој жената го прави.
- Поддржете ги нејзините реалистични решенија верувајќи дека таа најдобро знае што е добро за неа.
- Не чувствувајте се отфрлени кога таа не го прифаќа вашето мислење или доколку покаже знаци на недоверба кон информациите кои ѝ ги давате. Вие сте го направиле најдоброто можно. Можеби таа во тој момент не може да ги прифати алтернативата и информациите кои вие ѝ ги понудивте?
- Постојано имајте на ум која сте вие во процесот на комуникација со злоставуваната жена. Дали сте моќен стручњак, советник, исцелител, незаинтересирано лице кое помага? Кога влегувате во било која од тие улоги?
- Не заборавајте! Ваша задача е да лечите, информирате, обезбедите понатамошни извори на помош, да ја поддржите жената во нејзиното настојување да си го обнови достоинството. Вие не сте одговорни за злоставувањето, ниту за одлуката на жената да остане или да си оди од насилната врска.
- Не станувајте дел од кризата. Направете го за себе истото тоа што им го советувате на жените со кои работите. Грижете се за себе, здивнете. Доколку сте емоционално преплавени, побарајте помош и поддршка за да се ослободите од тешките чувства или полесно да решите некои ваши дилеми.