

**Prilog****VRSTE NASILJA U VEZAMA**

- **FIZIČKO NASILJE** se odnosi na različite oblike uporabe sile radi kontroliranja i ostvarivanja moći nad djevojkom ili mladićem, što uključuje šamaranje, udaranje, guranje, bacanje na pod, čupanje kose, ugrize, bacanje predmeta na osobu, prekrivanje usta da osoba prestane pričati, zatvaranje u neku prostoriju, a može ići sve do pokušaja ubojstva ili ubojstva.
- **EMOCIONALNO/PSIHIČKO NASILJE** uključuje ponašanja čiji je cilj zadobiti moć i kontrolu nad mladićem ili djevojkom, a obuhvaća prijetnje, zabrane, uhođenje i kontrolu kretanja, sprečavanje razgovora i izlazaka s prijateljima i prijateljicama, posesivno i ljubomorno ponašanje, uvredljive komentare, ismijavanje, uništavanje stvari.
- **SEKSUALNO NASILJE** se odnosi na neželjene seksualno dodirivanje, nagovaranje ili korištenje ucjena da bi osoba pristala na seksualni odnos, prisiljavanje na seksualne odnose ili seksualna ponašanja koja osoba ne želi, iskorištavanje alkoholiziranosti osobe da bi se s njom imao seksualni odnos.

**UZROCI NASILJA U VEZAMA MLADIH**

- Izloženost nasilju u vlastitoj obitelji
- Loša slika o sebi i nesigurnost u sebe
- Potreba za dokazivanjem u vezi po „svaku cijenu“
- Posesivnost i ljubomora
- Uvjerenje da je mladićima dopušteno puno više nego djevojkama
- Ne prepoznavanje određenih ponašanja u vezi kao oblika nasilja
- Ne poznavanje svojih i tuđih prava u vezi
- Prihvatanje nasilja kao načina rješavanja nesuglasica, razlika u mišljenju i sukoba
- Slabe komunikacijske vještine i poteškoće u izražavanju osjećaja, svojih želja i potreba
- Pozitivan odnos vršnjaka prema korištenju nasilja u vezama
- Medijske poruke o prihvatljivosti nasilja
- Nedostatak kontrole nad vlastitim ponašanjem, loša kontrola svoje srdžbe

**POSLJEDICE NASILJA U VEZAMA**

- Gubitak samopoštovanja za oboje (partnera koji trpi i partnera koji čini nasilje)
- Loše raspoloženje, tuga i bezvoljnost
- Povlačenje od prijatelja
- Strah od osobe do koje ti je stalo i s kojom se želi biti blizak
- Gubitak ljubavi i bliskosti s djevojkom/dečkom
- Gubitak povjerenja u mogućnost ostvarivanja dobre veze
- Ozljede (npr. masnice, ogrebotine, lomovi, krvarenje)
- Zdravstvene poteškoće (npr. glavobolje, mučnina, poteškoće sa probavom)
- Poteškoće s koncentracijom
- Poteškoće sa spavanjem
- Poteškoće s apetitom (uzimanje previše ili premalo hrane)
- Povećano korištenje alkohola i cigareta
- Korištenje sredstava za smirenje

## **KAKO PREPOZNATI NASILJE U VEZI?**

- ✓ On/ona naziva partnericu/partnera različitim pogrdnim imenima (npr. „glupačo“, „idiote“) kad su zajedno ili ju/ga vrijeđa i omalovažava pred drugima.
- ✓ On/ona se ponaša vrlo ljubomorno kada partnerica/partner priča s drugim dečkima/djevojkama ili prijateljima/prijateljicama.
- ✓ Ona/on pronalazi isprike za njegovo/njezino nasilno ponašanje i stalno ga/je opravdava pred drugima.
- ✓ On/ona uvijek provjerava gdje je partnerica/partner, s kim je, te zahtijeva da zna u svakom trenutku što radi.
- ✓ On/ona često gubi živce, možda čak udara ili razbija predmete kad je ljut/ljuta.
- ✓ Ona/on se brine da ne razljuti partnera/partnericu ili izazove njegov/njezin bijes.
- ✓ Ona/on često odustaje od stvari koje su joj/mu nekada bile važne, kao što je npr. druženje i izlasci s prijateljima/prijateljicama ili bavljenje nekom aktivnošću, te postaje sve više izolirana/izoliran i usmjerena/usmjeren samo na partnera/partnericu.
- ✓ Njene/njegove ocjene, fizički izgled, tjelesna težina su se drastično promijenile. To mogu biti znaci depresije koji mogu ukazivati na zlostavljanje.
- ✓ Ona/on ima povrede, rane koje ne može objasniti ili su objašnjenja koja daje „prozirna“ i neuvjerljiva.

*Preuzeto iz Cesar i sur. (2006) Bolje spriječiti nego liječiti, CESI, Zagreb*