

Czy wiesz, że przemocy ze strony partnera doświadcza 1 na 3 kobiety?

To może być Twoja dobra przyjaciółka albo sąsiadka. A może Ty? Najczęściej przemocy wobec kobiet dokonuje mąż albo partner.

- Czy często boisz się swojego partnera?
- Partner ciągle Cię poniża i krytykuje Twoją działalność?
- Ogranicza Twoje możliwości spotkania się z bliskimi albo przyjaciółmi?
- Grozi Ci pobiciem albo już to kiedyś zrobił?
- Będąc w związku ze swoim partnerem czujesz się emocjonalnie złamana i bezsilna?

Jeżeli przynajmniej na jedno pytanie odpowiedziałas TAK, możliwe, że doświadczasz przemocy ze strony partnera.



Na podstawie „Domestic Abuse Intervention Programs” (Duluth, Minnesota, USA, 1993)

Dlaczego kobiety mają trudności z odejściem od przemocowego partnera?

Bardzo często kobiety doświadczają długotrwałej agresji ze strony mężczyzny, który stosuje wobec niej różnego rodzaju przemoc, polegającą na manipulacji, kontroli (tzw. krąg mocy i kontroli), zastraszaniu. Kobieta traci poczucie własnej wartości, zmuszana jest do coraz większej zależności.

W momencie, kiedy kobieta zaczyna się sprzeciwiać, sprawca zwykle ucieka się do przemocy fizycznej i (albo) seksualnej. Kobieta próbując odgraniczyć się od sprawy ponosi ryzyko odniesienia jeszcze większych urazów, a rozwód nie zapewni końca przemocy.

Gdzie należy szukać pomocy?

www.moterysmoterims.lt

Forum Wzajemnej Pomocy dla Kobiet Dotkniętych Przemocą

www.visureikalas.lt

Więcej informacji o tym, jak rozpoznać przemoc i gdzie szukać pomocy

8 800 66366
www.moters-pagalba.lt

Emocjonalne wsparcie telefoniczne dla kobiet jest dostępne codziennie przez całą dobę

112
SKUBI PAGALBA

W przypadku doświadczenia bezpośredniej przemocy dzwoń natychmiast pod nr 112

Niniejsza ulotka została przygotowana w ramach projektu "STOP przemocy wobec kobiet – od podnoszenia świadomości do zera tolerancji dla obwiniania ofiar". Powyższa treść powstała dzięki finansowemu wsparciu Unii Europejskiej w ramach Programu Prawa, Równość i Obywatelstwo. Treść ulotki nie odzwierciedla oficjalnej opinii i stanowiska Komisji Europejskiej.



Projektas li daliai finansuojamas Europos Sąjungos Teisių, Lygybės ir pilietiškoumo programos lėšomis.