



Finansira  
Evropska unija



# PREPOZNAJ NASILJE



## #ReLOaD

Regionalni program lokalne demokratije  
na Zapadnom Balkanu

# NASILJE U PORODICI

Ili u partnerskoj vezi je ozbiljan problem.

Nasilne osobe rijetko mijenjaju svoje ponašanje.

Vremenom nasilje postaje sve učestalije i surovije.

Posljedice nasilja su ozbiljne i dugotrajne. Za nasilje su odgovorne nasilne osobe, i ako se često pravdaju da su drugi uzrokovali njihove probleme i njihovo nasilno ponašanje.

Nasilnici nisu bolesni.

Oni samo koriste moć da bi kontrolisali druge, jer znaju da takvo ponašanje društvo ne osuđuje oštro.

PREPOZNAJ NASILJE!

# NIKO NE „ZASLUŽUJE“ NASILJE

---

bez obzira šta kaže, kako izgleda, šta prihvata ili ne prihvata. Niko nema prava da drugog prisili na bilo šta.

Žene u nasilnim vezama ostaju iz različitih razloga ato je važno da umiješ prepoznati nasilje.

**PREPOZNAJ NASILJE!**



# NASILJE JE...



....kada on kontroliše šta radiš, koga viđaš. Šta čitaš, kada ti ograničava kretanje, prati te pretura po tvojoj torbi, kada prisluškuje tvoje telefonske razgovore, kada vrši pritisak da biraš između njega i porodice, prijatelja i prijateljica, kada vrši pritisak da napustiš posao, kada koristi ljubomoru da opravda svoje postupke

**... I ZOVE SE  
IZOLACIJA**



**PREPOZNAJ NASILJE!**

# POŠTOVANJE JE ...

---

..kada oboje tragate za rješenjem problema, kada oboje otvoreno postavljate pitanja i spremni ste da saslušate jedno drugo, kada ste oboje spremni na kompromis, rješavanje sukoba, konkretan dogovor o odnosima, kada ste spremni da prihvatite promjene

**... I ZOVE SE  
POVJERENJE I POUZDANOST**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# NASILJE JE...



---

... kada te zastrašuje pogledom, postupcima, glasom, kada viče, raspravlja se, kada zahtjeva da govoriš ono što on želi da čuje, kada lomi stvari i uništava tvoju imovinu, zlostavlja kućne ljubimce, kada pokazuje oružje

**... I ZOVE SE  
ZASTRAŠIVANJE**



**PREPOZNAJ NASILJE!**



# POŠTOVANJE JE ...

---

... razgovor koji podrazumjeva da oboje imate pravo da izrazite šta mislite i osjećate, odsustvo straha zbog onoga što se misli i radi, razgovor i saznanje da te on čuje i razumije, mogućnost da se razgovara o nesuglasicama i da zajedno dođete do rješenja

**... I ZOVE SE  
NEPRJETEĆE PONAŠANJE**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# NASILJE JE...



...kada te on ignoriše , kada neće da razgovara sa tobom, kada te omalovažava, ponižava, ismijava, optužuje, psuje, kritikuje, kada te nagoni da se osjećaš krivom, da misliš da si luda, kada manipuliše pokazivanjem osjećanja

**... I ZOVE SE  
PSIHOLOŠKO I EMOCIONALNO  
ZLOSTAVLJANJE**

**PREPOZNAJ NASILJE!**



# POŠTOVANJE JE ...

---

...mogućnost da jedno drugo saslušate bez osuđivanja, vrednovanja i bez procjene, razumijevanje i pružanje podrške, poštovanje potreba i interesa obje strane, pravo na izbor vlastitih osjećanja i prihvatanje tuđih osjećanja

**... I ZOVE SE  
POŠTOVANJE I PODRŠKA**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# NASILJE JE...

---

...kada on donosi važne odluke, podsjeća te da si žensko i da treba da radiš ono što on kaže, smatra da ima pravo da bude pitan za sve što radiš, šta govoriš, kako se oblačiš, kuda ideš, očekuje da pristaneš na seks kad god on to želi i na koji način to želi

**... I ZOVE SE  
KORIŠĆENJE MUŠKIH  
PRIVILEGIJA**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# POŠTOVANJE JE...



---

...zajedničko dogovaranje i podjela poslova, odsustvo tradicionalnih podjela porodičnih uloga na muške i ženske poslove, zajedničko donošenje porodičnih odluka, prisutnost partnera/partnerke kada je potrebna pomoć i podrška

**... I ZOVE SE  
DJELJENJE ODGOVORNOSTI**

**PREPOZNAJ NASILJE!**



# NASILJE JE...



...kada on čini da osjećaš krivicu zbog nečega što su djeca uradila, kada koristi djecu za prenošenje poruka, kada te uznemirava i vrijeđa, omalovažava i ponižava pred djecom, kada podržava da te djeca ne poštuju, kada upotrebljava alimentaciju kao način za pokazivanje moći, kada prijeti da će ti oduzeti djecu

**... I ZOVE SE  
KORIŠĆENJE DJECE**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# POŠTOVANJE JE ...

---

...podjela roditeljskih obaveza i odgovornosti, pružanje primjera djeci za pozitivan i nenasilan način ponašanja i razgovora, stvaranje atmosfere sigurnosti i brige za djecu, dozvoljeno ispoljavanje emocija, ohrabrivanje individualnosti i samostalnosti djece

**... I ZOVE SE  
ODGOVORO RODITELJSTVO**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# NASILJE JE...



---

...kada te on sprečava da pronađeš ili zadržiš posao, kada ti ne daje dovoljno novca za svakodnevne potrebe i traži da opravdaš svaku paru, ili uslovljava davanje novca, kada te primorava da moliš za novac, kada ne dozvoljava da imaš uvid i pristup porodičnoj zaradi

**... I ZOVE SE  
EKONOMSKO ZLOSTAVLJANJE**

**PREPOZNAJ NASILJE!**



# POŠTOVANJE JE ...

---

... otvoren razgovor o finansijskim pitanjima, zajedničko donošenje odluka o novcu, dogovor o velikim troškovima, poštivanje ekonomske samostalnosti i tvojih potreba

**... I ZOVE SE  
EKONOMSKO PARTNERSTVO**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# NASILJE JE...



...kada on prijeti da će emotivno ili fizički da povrijedi tebe, tvoju porodicu, tvoje prijatelje i prijateljice, kada prijeti da će te ostaviti, da će te prijaviti vlastima, da će ti oduzeti djecu, odati lične informacije, kada prijeti da će izvršiti samoubistvo, kada te primorava da odustanete od tužbe za razvod braka, kada te prisiljava da radiš nezakonite stvari

**... I ZOVE SE  
PRIJETNJE I PRINUDE**



**PREPOZNAJ NASILJE!**

# POŠTOVANJE JE...

...kada sa njim otvoreno i iskreno razgovaraš, kada ste oboje odgovorni za data obećanja, preuzete obaveze i sopstvene postupke, kada svako od vas može da prizna učinjenu grešku, kada imate pravo da promijenite mišljenje, kada jedno drugom podržavate životne ciljeve

**... I ZOVE SE  
PRAVEDNOST I  
PREGOVARANJE**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# NASILJE JE...



---

...kada on umanjuje ozbiljnost zlostavljanja, kada prebacuje odgovornost za svoje nasilničko ponašanje na tebe ili druge, kada ti govori da si ga izazvala, kada poriče da se nasilje desilo, kada se nasilje okrivljuje alkohol

**... I ZOVE SE  
UMANJIVANJE, PORICANJE I  
KRIVLJAVANJE**

**PREPOZNAJ NASILJE!**



# POŠTOVANJE JE...

---

...kad on prepozna i imenuje ponašanja kao nasilna, kada prihvata odgovornost za svoje nasilno ponašanje, kada pokazuje interes da se mijenja, kada započinje proces učenja i promjene

**... I ZOVE SE  
ODGOVORNOST**

**PREPOZNAJ NASILJE!**

# POŠTOVANJE JE...


---

...otvorenost u odnosu na seksualne potrebe, osjećanja i strahove, dogovor o koncepciji, dogovaranje o prihvatljivim tipovima seksualne veze, poštovanje tvog izbora u vezi sa trudnoćom

**... I ZOVE SE  
SEKSUALNO POŠTOVANJE I  
POVJERENJE**

**PREPOZNAJ NASILJE!**






**CILJ** nasilnika je da ima  
moć nad tobom i da te kontrolira.

Kada to ne može da ostvari pomoću  
ovih nasilnih ponašanja on pribjegava.

**FIZIČKOM NASILJU:**  
šamaranju, guranju, ujedanju, uvrtanju  
ruku, davljenju, bacanju na zemlju,  
saplitanju, čupanju za kosu, premlaćivanju,  
prijetnjama oružjem.



**PREPOZNAJ NASILJE!**



**Ako živiš u situaciji nasilja,  
učini nešto dobro za sebe,  
donesi jednu od najvažnijih  
odluka u svom životu**

**IZAĐI IZ NASILJA**

**PREPOZNAJ NASILJE!**



## **PRIJAVI NASILJE:**

**Policija: 122**

**SOS telefon:**

**1265 za Federaciju BiH;  
1264 za Republiku Srpsku  
\* 0 - 24h \***

**Centar za socijalni rad:**

**038- 223-343**


**UŽ "SEKA" Goražde:**

**038-222-099**

**\* 08 - 16h \***



**PREPOZNAJ NASILJE!**



**Regionalni program lokalne demokratije na Zapadnom Balkanu 2 – ReLOaD2, finansira Evropska unija (EU), a implementira Razvojni program Ujedinjenih nacija (UNDP).**

**Ova brošura izrađena je u okviru projekta „Udruženi za ravnopravnost-prevenција rodno zasnovanog nasilja“ a koji se realizuje u okviru projekta “ Regionalni program lokalne demokratije na Zapadnom Balkanu 2- ReLOaD2”, koji finansira Evropska unija (EU), a implementira Razvojni program Ujedinjenih nacija (UNDP) u BiH. Sadržaj ove brošure, kao i nalazi prikazani u njoj, isključiva su odgovornost UŽ “SEKA” Goražde i ni na koji način ne odražava stavove Evropske unije (EU), niti Razvojnog programa Ujedinjenih nacija (UNDP).**

**PREPOZNAJ NASILJE!**