

VËMENDJA JUAJ MUND TË JETË **NJË PIKË KTHESE** PËR TË ARDHMEN E DIKUJT.

Ndonjëherë, reagimi yt në momentin e duhur flet më shumë se e gjithë bota. Bëhu ai zë. Ofroi asaj hapësirë dhe mbështetje.

MOS JI DËSHMITAR I HESHTUR!

Dhuna psikologjike lë pasojë të padukshme tek viktimat.

Telefona në **192, 112**

Qendrën më të afërt për punë sociale ose linjat e ndihmës SOS.



Ky produkt është përgatitur si pjesë e projektit "Parandalimi dhe mbrojtja nga dhuna me bazë gjinore në Maqedoninë e Veriut" të financuar nga Qeveria e Mbretërisë së Bashkuar, me mbështetjen e Ambasadës Britanike në Shkup. Mendimet dhe pikëpamjet e shprehura në këtë përmbajtje jo domosdoshmërisht pasqyrojnë mendimet dhe pikëpamjet e Qeverisë Britanike.

MOS JI DËSHMITAR I HESHTUR!

Dhuna psikologjike lë pasojë të padukshme tek viktimat.



KUR KONTROLLI DËSHIRON TË PARAQITET SI DASHURI

Ai e kërkon vazhdimisht. E kontrollon. E akuzon. E pret para punës. Kjo nuk është dashuri, nuk është kujdes, kjo është kontroll, dhe kontrolli është dhunë psikologjike.

Shumë gra dhe vajza nuk e njohin dhunën, ndërsa shumë herë mjedisi e vëren, e njeh, por nuk reagon.

MOS JI DËSHMITAR I HESHTUR!

*Dhuna psikologjike lë pasojë të padukshme tek viktimat.
Telefono në 192, 112, Qendrën më të afërt për punë sociale
ose linjën SOS për gratë viktimë të dhunës.*

KA NDIHMË PËR NJË JETË PA DHUNË.



**Jo çdo plagë është e dukshme.
Jo çdo viktimë hesht sipas
dëshirës së saj.**

Dhuna psikologjike nuk lë mavijosje, por lë frikë. Gratë që e përjetojnë shpesh e fshehin nga vetja. Në punë, në rrugë, midis miqve, ato sillen sikur nuk po ndodh asgjë. Por kontrolli, poshtërimi dhe dominimi janë dhunë dhe ua thyjnë shpirtin.



**Si ta dallojmë
dhunën psikologjike?**

- Kontroll përmes porosive, thirrjeve, ndjekjes.
- Xhelozia e paraqitur si kujdes.
- Nënvlërësim, nënçmim, frikë nga reagimi i përditshëm.

Nëse je dëshmitar, ke një rol.

- Vëreje ndryshimin tek një kolege ose mike.
- Inkurajoje të flasë, ofroj siguri dhe besim.
- Nda informacionin për mbështetje.

