

Dhuna psikike

Dhuna psikike shpesh fillon shumë ngadalë. Në shumicën e rasteve, të prekurit dhe mjedisi i tyre shpesh nuk e kuptojnë dhunën psikike për një kohë të gjatë.

Çfarë është dhuna psikike?

Dhuna psikike mund të jetë një formë e dhunës në familje. Ajo përfshin veprime të dhunshme si fyerje, poshtërime, shantazhe, krijimi i ndjenjave të fajësisë, bërtitje, kërcënime për vrasje, përndjekje, shpërfillje të fëmijëve ose të moshuarve, sjellje xhelozie ose terror psikik. Edhe shkatërrimi i sendeve ose torturimi i kafshëve shtëpiake hyn në këtë kategori.

Në dhunën psikike bëjnë pjesë edhe forma sociale dhe ekonomike. Ushtrimi i pushtetit dhe kontrollit luajnë një rol të rëndësishëm në këtë temë.

- Dhuna sociale: Ndalohet për shembull një person, të takohet me anëtarë të familjes ose me shokë dhe shoqe. Ose personi kontrollohet, kur ai takohet me kolegët dhe kolegët e punës.
- Dhuna ekonomike: Ndalohet një person të punojë ose ajo detyrohet për punë. Kontrollohen, kufizohen ose hiqen financat e saj ose ajo shfrytëzohet financiarisht.

E rëndësishme të dini

Dhuna psikike ndodh në të gjitha shtresat e shoqërisë. Në krahasim me dhunën fizike, ajo është më e vështirë të kapet. Sado edhe dhuna psikike është e ndaluar në Zvicër dhe dënohet.

Dhuna psikike shpesh është më subtile dhe nga jashtë duket më pak se dhuna fizike, por mund të ketë pasoja po aq të rënda dhe të rrezikshme për jetën. Të prekurit vuajnë nga një ndjenje e ulur e vlerës së vetes, nga çrregullime gjumi dhe ushqyerje, vështirësi përqendrimi dhe performance, ndjenje ankthi ose depresione. Prandaj ka rëndësi të kërkonit ndihmë sa më herët.

Ku gjej ndihmë?

Në raste rreziku ose kërcënimesh konkrete ndihmon policia (117).
Konsultim falas dhe përkrahje ofrohen nga këto zyra:

- **Zyra e kontaktit kundër dhunës në familje (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt)**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch
- **Konsultimi i viktimave në Aargau (Opferberatung Aargau)**, 062 835 47 90 ose Chat, www.opferberatung-ag.ch
- **Tel 143** – Dora e zgjatur (Die Dargebotene Hand) (24 orë), 143, www.143.ch, English-Hotline 0800 143 000
- **Strehimorja e grave në Aargau-Solothurn (Frauenhaus Aargau-Solothurn)**, 062 823 86 00 (24h-Helpline), www.frauenhaus-ag-so.ch
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch (Strehimore për burra me ose pa fëmijë. Kërkohej një kontribut financiar.)

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt