

Psikolojik şiddet

Psikolojik şiddet genellikle yavaş ve gizlice başlar. Şiddete maruz kalanlar ve çevrelerindeki kişiler genellikle uzun süre psikolojik şiddetin farkına varmazlar.

Psikolojik şiddet nedir?

Psikolojik şiddet aile içi şiddetin bir türü olabilir. Hakaret, aşağılama, korkutma, suçluluk duygusu yaratma, bağırma, ölüm tehditleri, takip etme, çocukların veya yaşlıların ihmal edilmesi, kıskanç davranışlar veya psikolojik terör gibi şiddet eylemlerini içerir. Ayrıca nesneleri yok etmeyi veya evcil hayvanlara işkence etmeyi de içerir.

Psikolojik şiddet sosyal ve ekonomik biçimleri de içerir. Güç ve kontrol kullanımı burada önemli bir rol oynar.

- Sosyal şiddet: Örneğin, bir bireyin aile üyeleri veya arkadaşlarıyla buluşması yasaklanır. Ya da kişi iş arkadaşlarıyla buluştuğunda bu kontrol edilir.
- Ekonomik şiddet: Kişinin çalışması yasaklanır veya çalışmaya zorlanır. Mali kaynakları kontrol edilir, kısıtlanır veya elinden alınır ya da mali olarak sömürülür.

Önemli bilgiler

Psikolojik şiddet tüm sosyal sınıflarda görülür. Fiziksel şiddete göre anlaşılması daha zordur. Bununla birlikte, psikolojik şiddet İsviçre'de de yasaklanmış ve cezalandırılmaktadır.

Psikolojik şiddet genellikle fiziksel şiddetten daha hafiftir ve dış dünya tarafından daha az görünür, ancak aynı derecede ciddi ve hayatı tehdit eden sonuçları olabilir. Şiddete maruz kalan kişilerde özgüven azalması, uyku ve yeme bozuklukları, konsantrasyon ve performans güçlükleri, anksiyete veya depresyon görülebilir. Bu nedenle erken bir aşamada yardım istemek önemlidir.

Nereden yardım alabilirim?

Bir tehlike ya da belirli bir tehdit durumunda polis yardım edecektir (117).

Aşağıdaki merkezler ücretsiz danışmanlık ve destek hizmeti sunmaktadır:

- **Aile İçi Şiddete Karşı İrtibat Noktası (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt)**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch
- **Aargau Mağdur Danışmanlığı (Opferberatung Aargau)**, 062 835 47 90 oder Chat, www.opferberatung-ag.ch
- **Tel 143** – Die Dargebotene Hand (Yardım Eli) (24 Saat), 143, www.143.ch, İngilizce-Hotline 0800 143 000
- **Aargau-Solothurn kadın sığınma evi (Frauenhaus Aargau-Solothurn)**, 062 823 86 00 (24 Saat-Yardım Hattı), www.frauenhaus-ag-so.ch
- **ZwüscheHalt (AraDurak)**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch (Çocuklu veya çocuksuz erkekler için konaklama. Maddi bağış gereklidir)

Daha fazla bilgi (linkler, adresler, broşürler, bilgi kılavuzları)

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