

NASILJE U MLADENAČKIM VEZAMA



Nasilje u partnerskim vezama je tema koja je već dugo predmet interesa, no uglavnom je fokus bio na odraslim osobama u partnerskim vezama i na bračnim parovima. Tek se u posljednje vrijeme, negdje od 90-ih godina prošlog stoljeća pokazuje povećani interes za nasilje u vezama mladih. Pregled istraživanja koja se bave ovom problematikom pokazuje da je **vjerojatnost doživljavanja seksualnog i psihičkog nasilja u partnerskim vezama najveća upravo u adolescenciji te u ranim 20-ima**. Isto tako, istraživanja pokazuju da je nasilje žena/djevojaka prema partnerima češće upravo u mlađim dobnim skupinama nego u općoj populaciji. S tim što podaci pokazuju da se, u ovim slučajevima, ne radi o fizičkom nasilju djevojaka nego dominantno o psihičkom nasilju i kontroli u odnosu na mladiće.

Adolescencija

Adolescencija je vrlo turbulentno razdoblje u životu. To je razdoblje sazrijevanja tijekom kojeg se mlada osoba priprema za odraslu dob i sve ono što ona nosi. To je dakle period velikih promjena na svim razinama: mentalnoj, fizičkoj, emocionalnoj, seksualnoj te psihosocijalnoj, što ovo razdoblje čini periodom zbunjenosti, ali i periodom brojnih novih otkrića i učenja. Između ostalog, period adolescencije donosi i velike promjene u odnosima s vršnjacima. Mlađi adolescenti (11 – 13 godina) druže se uglavnom sa vršnjacima istog spola i češće se poistovjećuju sa svojim vršnjacima te teško prepoznaju granicu između onoga što oni sami misle/osjećaju te onoga što misle/osjećaju njihovi vršnjaci. Mladi u srednjoj adolescenciji (14 do 16 godina) sve se češće druže, u aktivnosti uključuju i vršnjake suprotnog spola te sve jasnije razlikuju vlastite misli, osjećaje i potrebe od misli, osjećaja i potreba onih kojima su okruženi. Zbog toga su stariji adolescenti sve manje podložni vršnjačkom pritisku. Javljaju se i prvi romantični odnosi. Sve ovo u kasnijoj adolescenciji (nakon 17. godine) kulminira procesima oblikovanja identiteta mlade osobe i razvijanja kapaciteta za intimnost, koji se protežu i na odraslu dob u kojoj se ti procesi i zaokružuju.

Romantične veze kod adolescenata i mladih

Dakle u razdoblju adolescencije mladi se suočavaju s vrlo važnim razvojnim izazovom – pokušavaju uspostaviti novi oblik bliskog odnosa s osobom koja im je privlačna na potpuno nov način. Važnu ulogu u stvaranju takvih odnosa igraju brojni faktori i

naravno brojne psihološke karakteristike, kao što su slika o sebi, samopoštovanje, socijalne vještine, upravljanje svojim emocijama, prepoznavanje i interpretacija tuđeg ponašanja i emocija, zauzimanje za sebe, povjerenje i lojalnost, samokontrola i slično.

Važna komponenta odnosa sa suprotnim spolom je i osjećaj zaljubljenosti. Zaljubljenost u adolescenciji povezana je s intenzivnim emocionalnim uzbuđenjima, dramatičnošću i maštanjima. Adolescenti ponekad satima razmišljaju i maštaju o osobi u koju su zaljubljeni. U ranoj adolescenciji uglavnom sve i ostaje na maštanju, dok u kasnijoj adolescentnoj dobi raste broj interakcija između djevojaka i mladića, jača seksualni nagon, javljaju se nove misli i osjećaji. Treba napomenuti da mladi sve ranije stupaju u ljubavne veze koje igraju veliku ulogu u oblikovanju adolescenta u odraslu osobu, te su temelj za kasnije intimne odnose u odrasloj dobi.

Ključno je da mladi u toj dobi dobiju adekvatnu edukaciju o svim ovim promjenama. Ukoliko roditelji ne preuzmu tu zadaću na sebe, adolescenti su prisiljeni učiti o spolnosti i partnerskim vezama putem medija ili od vršnjaka.

Kada dvije mlade osobe, koje su u razvoju, započinju romantičnu vezu njihovi ciljevi, interesi i ideje o tome kako bi veza trebala izgledati se često razlikuju. Mladi tada nemaju niti znanje o tome kako zadovoljiti vlastite potrebe, potrebe partnera, kako te potrebe uskladiti te kako voditi računa o posljedicama svojih postupaka. Zato su, u vezama mladih, sukobi (kao uostalom i u svim drugim međuljudskim odnosima) neizbježni i čine dio iskustva svakog odnosa. **Dakle nije pitanje da li će do sukoba doći u vezama mladih, nego kako će se ti sukobi rješavati.** Upravo u procesu rješavanja sukoba otvara se prostor za različite oblike nasilnih ponašanja. Ne misli se pritom samo na fizičko nasilje nego i na druge oblike nasilja odnosno na bilo kakav pokušaj da se u vezi dominira i kontrolira partner/ica (prigovaranja partneru, zabrane, okrivljavanja, zabrane viđenja sa prijateljima i dr.) .

Što utječe na pojavnost nasilja u adolescentnim i mladenačkim vezama?

Iako se prve romantične veze javljaju u adolescenciji, mladi o odnosima i vezama uče puno ranije – u obitelji, zajednici... Postoji nekoliko skupina faktora koji predstavljaju veći rizik za doživljavanje i činjenje nasilnog ponašanja u vezama mladih, a oni su:

1. Individualni faktori: češće će nasilno ponašanje izražavati mlada osoba koja ima nisko samopouzdanje i samopoštovanje, nesigurnu ili preokupiranu (pretjeranu) privrženost ljubavnom partneru/partnerici, mladi koji imaju iskustvo nasilja u primarnoj obitelji, potrebu za dokazivanjem u vezi pod “svaku cijenu”, pretjerana ljubomora, stereotipna uvjerenja o muško – ženskim odnosima. Nasilje će češće doživljavati mlade osobe koje ne prepoznaju određena ponašanja u vezi kao nasilje, ne poznaju svoja i tuđa prava u vezi, oni mladi koji imaju pozitivan stav o nasilju kao načinu rješavanja nesuglasica te konzumiraju alkohol/droge.

Rizični stavovi koji , ako ih mladi imaju, ukazuju na mogućnost pojave nasilja u njihovim vezama su:

- 21% mladića i 3% djevojaka izjavljuje da se **od djevojke očekuje da pristane na seks s dečkom koji je potrošio poprilično novca tijekom zajedničkog izlaska,**
- 28% mladića i 8% djevojaka vjeruje **da žene kada kažu NE, misle DA,**
- 51% mladića i 31% djevojaka smatra da **žena treba paziti da ne izaziva muškarca.**

2. Interpersonalni faktori: slabe komunikacijske vještine mlade osobe i teškoće u izražavanju osjećaja te slabe vještine rješavanja sukoba pregovaranjem.

3. Faktori rizika na nivou zajednice/društva: pozitivan odnos vršnjaka prema nasilju, medijske poruke o prihvatljivosti nasilja u partnerskim odnosima, količina nasilja u obitelji, društvu i tolerantan odnos društva prema nasilju. *Načelno je stav prema nasilju negativan, ali ako pogledamo sadržaje pop kultura kao što su video spotovi ili serije i filmovi vidimo da su puni nasilja među partnerima.*

4. Nedovoljno iskustvo mladih u partnerskim vezama i odnosima: mladi najčešće ne znaju kako se ponašati u prvim romantičnim vezama, ne znaju što je „normalno“ i potrebno tolerirati partneru, a što nije (npr. kad dečko ili djevojka ne da partnerici/u da ide na kavu s prijateljicama jer su u vezi , ili kada se dogodi ljubomorna scena partnera/ice mladi je najčešće u početku veze doživljavaju kao dokaz ljubavi...i toleriraju,.. a isto ponašanje može vrlo lako prerasti u psihičko zlostavljanje – posesivnu vezanost, silne zabrane druženja i kretanja partnera/ice, kontrolu mobitela i druge nasilne radnje ..i sl.)

5. Nedostatak znanja i nejasna uvjerenja mladih o dobroj i sigurnoj vezi ! Mladi ne znaju da svaku vezu stabilnom čini, osim ljubavi, samo i isključivo međusobna tolerancija, uzajamno poštivanje potreba svakog od partnera, međusobno povjerenje, određena sloboda svakog od partnera za vlastitu organizaciju slobodnog vremena s prijateljima, obitelji... ne podržavanje posesivne vezanosti u okviru koje mladi partneri često pogrešno misle da 12 sati dnevno moraju provesti zajedno jer je to najveći „dokaz ljubavi“ ... i sl.

Vrste nasilja u romantičnim vezama



Kao što je već navedeno kada govorimo o nasilju ne misli se samo na fizičko nasilje te postoje različiti oblici nasilja i brojne taktike za uspostavljanje i održavanje premoći i kontrole u partnerskim odnosima.

Emocionalno/psihološko nasilje se provodi najviše s ciljem kontroliranja, zastrašivanja, izoliranja partnera/ice i uvelike dovodi do smanjenja samopoštovanja partnera/partnerice, smanjenja sposobnosti za samostalno odlučivanje i sukladno tome djelovanja. Emocionalno/psihološko nasilje obuhvaća prijetnje, zabrane druženja, kontrolu, provjeravanje i praćenje, ograničavanje i sprečavanje razgovora i izlazaka, ignoriranje, posesivno ponašanje, ljubomoru, ogovaranje, vrijeđanje, ponižavanje, ismijavanje, optuživanje i uvredljive komentare. Često ova ponašanja nisu popraćena vidljivim posljedicama, no time se ne umanjuje ozbiljnost i veličina posljedica psihološkog nasilja. Psihološka šteta za izloženog partnera/partnerice kao žrtve je vrlo velika. Također, emocionalno/psihološko nasilje može biti uvertira i u teže oblike fizičkog zlostavljanja.

Fizičko nasilje se odnosi na različite oblike tjelesnog zlostavljanja, kao što su šamaranje, guranje, štipanje, prekrivanje usta da osoba prestane govoriti, čupanje kose, ugrize, udaranje, pokušaj ubojstva i ubojstvo.

Seksualno nasilje uključuje sve oblike seksualnog uznemiravanja i prisile. A ono se odnosi na neželjeno seksualno ponašanje, dodire, geste, riječi i komentare, nagovaranje ili ucjenjivanje da bi osoba pristala na seksualne aktivnosti, prisiljavanje na seksualne aktivnosti, iskorištavanje alkoholiziranosti/drogiranosti osobe u svrhu seksualnih aktivnosti, pokušaj silovanja i silovanje.

Koliko često se javlja nasilje u mladenačkim vezama



Većina istraživanja ističe da je čak 2/3 mladih u vezama izloženo nekom obliku nasilja i najčešće se radi o obostranom nasilju – nasilna su oba partnera u vezi. Kad je nasilje jednostrano, odnosno kada je samo jedan od partnera nasilan, onda djevojke u većem postotku slučajeva čine psihološko nasilje tipa kontrole, zabrana, prigovarivanja ... dok su mladići skloniji seksualnom nasilju. Tako djevojke češće doživljavaju, ali i čine psihičko nasilje, a mladići više koriste različite oblike seksualnog nasilja i pritisak (postoji međutim trend sve češćeg seksualnog nasilja i od strane djevojaka).

Istraživanja u konačnici pokazuju kako su u vezama mladih najčešća nasilna ponašanja ona kojima se nastoji dominirati i kontrolirati partnera/icu, kao što su izrazita ljubomora, posesivnost, kontrola, optuživanje i emocionalne ucjene, dok su seksualno nasilje i fizički napadi rjeđe prisutni.

Nasilje u vezama u značajnoj mjeri utječe na fizičko, mentalno i emocionalno zdravlje i dobrobit osoba koje su proživjele nasilje. Posljedice nasilja su raznolike: nedostatak samopouzdanja, poteškoće u uspostavi zrele emocionalne veze, poteškoće u donošenju odluka, školski neuspjeh, poremećaji hranjenja, poteškoće sa koncentracijom, poteškoće spavanja, psihosomatske bolesti, zloupotreba alkohola i droga, depresivnost, osjećaj krivnje, povlačenje u sebe, suicidalne namjere, poteškoće sa uzimanjem tableta za smirenje. Osim toga osobe koje su doživjele nasilje u mladenačkoj vezi češće doživljavaju nasilje i u odrasloj dobi.

Što možemo učiniti? Kako spriječiti ova ponašanja?

Programi za prevenciju nasilja su veoma važni, a najčešće se usmjeravaju na faktore rizika koji su ranije navedeni. Cilj ovakvih programa je pridonijeti smanjenju učestalosti nasilja u mladenačkim vezama podizanjem svijesti i znanja mladih o različitim oblicima nasilja, poticanjem boljeg prepoznavanja različitih oblika nasilja te pronalaženjem načina njegova sprječavanja i prekidanja. Edukacija mladih o ovim temama je ključna jer potiče formiranje stavova o ne činjenju i ne toleriranju nasilja.

Mladima je potrebno:

- **Učenje o nenasilnom rješavanju sukoba** – Kako riješiti nesporazume i zauzeti se za sebe ne umanjujući vrijednost drugoga, ne vrijeđajući, ne koristeći silu?,
- **Razjasniti uvjerenja o dobroj i sigurnoj vezi** – Što je kvalitetna veza? Kakvu vezu želim? Što je to što istinski čuva vezu, a koje su zablude...?,
- **Povećati poznavanje svojih prava u vezi** – Imam pravo odbiti spolni odnos! Imam pravo na svoje prijatelje i obitelj!,
- **Podići razinu prepoznavanja nasilja u mladenačkim vezama** – Posesivnost i ljubomora u vezi nisu odraz ljubavi nego nasilje.,
- **Unaprijediti prepoznavanje osobne izloženosti ali i svojeg nasilnog ponašanja u vezi** – Ljubomoran/na je na mene ... ja sam ljubomoran/na i teško se sa tim nosim...! Da li je to ljubav ili....? ,
- **Preispitati spremnost na sprječavanje i prekidanje nasilnih obrazaca u vezi** – Kad je dosta? E, sad je dosta...!,
- **Povećati spremnost na traženje i pružanje pomoći u slučaju nasilja u vezi** – Kome se mogu obratiti?,
- **Osvijestiti očekivanja i stereotipe o ljubavnim vezama i partnerskom odnosu,**
- **definirati poželjne i nepoželjne osobine partnera** – Što meni treba u vezi? Kakvog partnera želim?,
- **Prepoznati vlastiti stil sukobljavanja i uvježbavati jasno reći svoje granice i želje...**

Što roditelj/nastavnik može/treba učiniti ako posumnja da je dijete izloženo nasilju u vezi?

- **biti spreman saslušati** ako mlada osoba pokaže želju za razgovorom, puno razgovarati te kroz razgovore nastojati osvijestiti kod mlade osobe da je izložena nasilju,
- **prihvatiti svoje dijete/** učenika i pružati mu podršku ... bez obzira na neslaganje sa njegovim/njezinim izborom partnera,
- **pomoći im da shvate kako nasilje nema opravdanja** i kako ga ne trebaju trpjeti u partnerskoj vezi ni u jednom obliku (pomoći im da shvate kako veza treba osigurati međusobnu potporu , zadovoljstvo i osobnu ispunjenost, a ne patnju i nasilne scene „u ime ljubavi“),
- **biti svjestan/a da se ništa ne može na silu,** pa tako niti uvjeriti mladu osobu da je žrtva nasilnog ponašanja partnera/ice ili da ima „lošu“ vezu ali može joj se pomoći da kroz razgovore i iskrenu podršku to spozna ,
- **intervenirati u slučaju da primijeti znakove fizičkog nasilja,** čak i ako mlada osoba to odbija.

Iako se može činiti da mlada osoba ne želi intervenciju, odrasli svojom reakcijom na fizičko nasilje (vođenje na liječnički pregled, prijavljivanje) pokazuju da im je stalo i da postoji osoba koja će ju/ga zaštititi.

Neki postupci u odnosu na mlade za koje posumnjamo da doživljavaju nasilje nikako ne pomažu i treba ih izbjegavati:

- govoriti im: "Jesam ti govorio(la) da ta osoba nije dobra za tebe",
- zabranjivati susrete s tom osobom („zabranjeno voće je najslađe...“),
- ustrajati uporno na razgovoru i zadobivanju povjerenja ako mlada osoba nije na to spremna (treba naučiti čekati spremnost mladih da počnu razgovarati...ili uloviti trenutak kad su spremni),
- prigovarati im stalno zbog veze i svega što smo mi učinili za njih kao bismo pomogli, čak i ako posumnjamo da je ponovo u vezi s istom osobom!

Zdravi grad Poreč:

Tina Benčić, psihologinja