

DORACAK

DHUNA TEK GRATË/VAJZAT DHE SHËNDETI MENDOR

Përgatitur për grate dhe vajzat e komunitetit të Bathores

DORACAK

DHUNA TEK GRATË/VAJZAT DHE SHËNDETI MENDOR

Përgatitur për grate dhe vajzat e komunitetit të Bathores

Punoi: Fjorda Dragoti, Psikologe
Ndhmoi: Prof. Asc. Anita Pilika, Mjeke psikiatre

Manuali i trajnimit është zhvilluar me mbështetjen e projektit rajonal “SMART Balkans – Shoqëria Civile për Vlera të Përbashkëta në Ballkanin Perëndimor” të zbatuar nga Centar za promociju civilnog društva (CPCD) në bashkëpunim me Institutin për Demokraci dhe Ndërmjetësim (IDM) dhe Qendra për Kërkim dhe Politikë bërje (CRPM) dhe i mbështetur financiarisht nga Ministria e Punëve të Jashtme të Norvegjisë (NMFA). Përmbajtja e manualit është përgjegjësi e vetme e Qendra Fokus si zbatuese e projektit dhe nuk pasqyron domosdoshmërisht pikëpamjet e Ministrisë së Punëve të Jashtme Norvegjeze (NMFA)

Nëntor 2024



KONCEPTE DHE PËRKUFIZIME

Dhuna në familje

përkufizohet si një model sistematik i sjelljeve abuzive, që ndodh në një periudhë kohe, që bëhet më i shpeshtë edhe më i rëndë dhe bëhet për qëllim të kontrollit, dominimit dhe/apo detyrimit. Sjellje të tilla mund të përfshijnë abuzimin dhe kërcënimet verbale, abuzimin fizik, psikologjik dhe seksual.

Dhuna në familje mund të shfaqet në forma të ndryshme të dhunës fizike, seksuale, psikologjike dhe ekonomike, e cila mund të ndodhë në hapësira publike dhe private. Ajo shkatërron shëndetin mendor dhe fizik dhe mirëqënien e grave dhe vajzave dhe mund të ketë një efekt negativ në sigurinë, stabilitetin dhe paqen e tyre afatgjatë. Dhuna në familje gjithashtu ka pasoja afatgjata në zhvillimin dhe avancimin e grave dhe në kontributin e tyre në ekonomi.

Viktimit sipas të njëjtit ligj cituar më sipër, përkufizohet "Personi mbi të cilin është ushtruar çdo veprim ose mosveprim i një personi tjetër, që sjell si pasojë cënim të integritetit fizik, moral, psikologjik, seksual, social dhe ekonomik".

Dhunë psikologjike

përfshin "Një gamë sjelljesh që kanë për qëllim të kritikojnë, poshtërojnë, mbajnë nën kontroll, izolojnë, trembin shkaktojnë frikë dhe të sulmojnë karakterin e një individi duke shkatërruar kështu ndjenjën e tij të vetëvlerësimit, vetëbesimit dhe sigurisë. Fyerjet, poshtërimet, të folurit në një mënyrë që sulmon karakterin e individit, të shkatërruarit e ndjenjës së frikës nëpërmjet kërcënimeve për ta lënduar fizikisht një individ dhe/ose persona të tjerë të afërt me të dhe/ose për të shkatërruar diçka të rëndësishme për të, janë disa prej formave të dhunës verbale, sulmit psikologjik e dhunës emocionale që përfshihen si pjesë e dhunës psikologjike

Dhunë fizike

përkufizohet "Përdorimi i forcës fizike kundër dikujt në një mënyrë që lëndon, dëmton ose e rrezikon atë person. Dhuna fizike përfshin një gamë të gjerë sjelljesh si gërvishtjet, shtyrjet, hedhjet, kapjet me forcë, kafshimet, vënien e duarve në fytyrë, pickimet, shpimet, shkuljet e flokëve, përdredhjet e krahut, shuplakat, shtrëngimin me forcë, goditjet, rrahjet, goditjet me shkelma, djegjet, goditjet me thikë, shtrëngimi i fytyrës/mbytytjet. Dhuna fizike mund të përfshijë edhe përdorimin e madhësisë trupore dhe të forcës, mjeteve të kufizimit të lirisë dhe/ose armëve nga ana e një personi (p.sh., armë zjarri, thikë apo ndonjë objekt tjetër) për të fituar dhe mbajtur kontrollin mbi një person tjetër"



Dhunë seksuale

Çdo akt seksual, përpjekje për të kryer një akt seksual, komente ose prekje seksuale të padëshiruara, ose çdo veprim tjetër kundrejt seksualitetit të një personi duke përdorur shtrëngim, nga cilido person pavarësisht nga marrëdhënia e tyre me viktimën, në çdo mjedis, duke përfshirë por pa u kufizuar në shtëpi dhe punë. Dhuna seksuale përfshin përdhunimin, të përkufizuar si shtrëngim fizik ose penetrim duke përdorur shtrëngimin - edhe nëse në masë të vogël - të vulvës ose anusit, duke përdorur një penis, pjesë të tjera të trupit ose një objekt. Përpjekja për ta bërë këtë njihet si tentativë për përdhunim. Përdhunimi i një personi nga dy ose më shumë autorë është i njohur si përdhunim në grup. Dhuna seksuale mund të përfshijë forma të tjera të sulmit mbi një organ seksual, duke përfshirë kontaktet e detyruara midis gojës dhe penisit, vulvës ose anusit. Termat sulm seksual, përdhunim, abuzim seksual dhe dhunë seksuale përdoren shpesh në mënyrë të ndërsjelltë”.

Viktimë

sipas të njëjtit ligj cituar më sipër, përkufizohet “Personi mbi të cilin është ushtruar çdo veprim ose mosveprim i një personi tjetër, që sjell si pasojë cënim të integritetit fizik, moral, psikologjik, seksual, social dhe ekonomik”.

Dhunë ekonomike

Mbajtja nën kontroll e parave nga një individ, pavarësisht nëse janë të fituara apo jo prej tij, ushtrimi i kontrollit dhe monitorimi i veprimit të një individi kundrejt një individi tjetër mbi përdorimin dhe shpërndarjen e parave, përfshirë dhe ato të fituara prej punës së këtij të fundit, shpërdorimi për qëllime të kënaqësive vetjake nga ana e një individi, i parave të domosdoshme për sigurimin e kushteve bazë të jetesës së familjarëve, kërcënimi konstant për ndërprerjen e burimeve ekonomike, detyrimi i një individi për të plotësuar të gjitha nevojat bazë të familjarëve



KONCEPTE DHE PËRKUFIZIME

Dhunë ndaj grave

përkufizohet si "Shkelje e të drejtave të njeriut dhe një formë diskriminimi kundër grave dhe nënkupton të gjitha aktet e dhunës gjinore që çojnë ose mund të çojnë në dëmtim ose vuajtje fizike, seksuale, psikologjike ose ekonomike për gratë, duke përfshirë kërcënime për kryerjen e këtyre akteve, shtrëngim ose heqje arbitrare të lirisë, qoftë nëse ndodh në jetën publike ose private. Dhuna ndaj grave përfshin lloje të ndryshme të dhunës që pësojnë gratë, të rejat dhe vajzat, si dhunën në familje, dhunën nga partneri intim, dhunën seksuale nga një person jo-partner intim, ngacmimin seksual, martesën e detyruar, abortin dhe sterilizimin e detyruar, përndjekjen, krimet në emër të nderit, trafikimin dhe praktika të dëmshme si gjymtimi i organeve gjenitale femërore".

Dhunë nga partneri intim

cilësohet si forma më e përhapur e dhunës e përjetuar nga gratë, të rejat apo adoleshentet në të gjithë botën dhe përfshin "një sërë veprimesh shtrënguese seksuale, psikologjike dhe fizike nga një partner intim aktual ose i mëparshëm, pa pëlqimin e tyre".

Dhuna nga partneri intim dhe dhuna seksuale

Mbajtja nën kontroll e parave nga një individ, pavarësisht nëse janë të fituara apo jo prej tij, ushtrimi i kontrollit dhe monitorimi i veprimit të një individi kundrejt një individi tjetër mbi përdorimin dhe shpërndarjen e parave, përfshirë dhe ato të fituara prej punës së këtij të fundit, shpërdorimi për qëllime të kënaqësive vetjake nga ana e një individi, i parave të domosdoshme për sigurimin e kushteve bazë të jetesës së familjarëve, kërcënimi konstant për ndërprerjen e burimeve ekonomike, detyrimi i një individi për të plotësuar të gjitha nevojat bazë të familjarëve



Ngacmim seksual

përkufizohet si: “Çdo formë sjelljeje e padëshiruar verbale, joverbale ose fizike e një natyre seksuale, me qëllimin ose efektin e shkeljes së dinjitetit të një personi, veçanërisht kur krijohet një mjedis kërcënues, armiqësor, degradues, poshtërues ose fyes”

Abuzim seksual i fëmijëve

sipas të njëjtit ligj cituar më sipër, përkufizohet “Personi mbi të cilin është ushtruar çdo veprim ose mosveprim i një personi tjetër, që sjell si pasojë cënim të integritetit fizik, moral, psikologjik, seksual, social dhe ekonomik”.



MITE RRETH DHUNËS NDAJ GRAVE

Ekzistojnë disa mite të gabuara në shoqërinë tonë që mundohen të justifikojnë sjelljet e dhunshme ndaj grave. Disa prej tyre janë:

MITE	FAKTE
Dhuna është e rrallë, ajo nuk ndodh shpesh	Dhuna është e zakonshme. Sipas FBI në SHBA në çdo 15 sekonda dhunohet një grua.
Dhuna përdoret në familjet e varfëra, jo të arsimuara, në minoritete ose në familje ku ka disfunkcione. Kurrë nuk ndodh tek ndonjë i njohuri ynë.	Ka mjekë, ministra, psikologë dhe nëpunës, që dhunojnë gratë. Raste të përdorimit të dhunës mund të gjenden në familje të bardha, të pasura, të arsimuara etj. Në SHBA rreth 1/2 e çifteve përjetojnë dhunë në marrëdhëniet e tyre.
Dhunuesit janë të çmendur.	Vetëm një përqindje e vogël dhunuesish janë të sëmurë mendorë. Pjesa tjetër duken plotësisht normale dhe shpesh janë racionalë, bindës dhe tërheqës. Ndryshimi më i madh mes tyre dhe të tjerëve është se ata e përdorin forcën e detyrimin të kontrollojnë partneret e tyre. Abuzimi dhe dhuna është sjellje e zgjedhur nga ai që e përdor.
Gratë e dhunuara gjithmonë qëndrojnë në marrëdhëniet e dhunës.	Shumë gra të dhunuara i lënë abuzuesit e me shumë vështirësi gjejnë strehë pa dhunë. Pothuajse të gjitha gratë e dhunuara largohen nga shtëpia të paktën një herë. Abuzuesi rrit shkallën e përdorimit të dhunës kur bashkëshortja largohet ose përpiqet të largohet nga shtëpia, sepse kërkon të ruajë kontrollin mbi të.
Dhuna është e papërfillshme, pa rëndësi dhe një lojë.	Përdorimi i dhunës është shkak i përdhunimeve, aksidenteve, i dëmtimit të shumë grave. Më shumë se 1 milion gra kërkojnë ndihmë për plagosjen e tyre çdo vit. 20% të vizitave në urgjenca janë shkaktuar nga përdorimi i dhunës fizike tek ato. 30% të grave të vdekura janë vrarë nga bashkëshortët apo të dashurit e tyre.
Stresi shkakton dhunën në familje.	Shumë njerëz që janë në gjendje stresi ekstreme nuk i fyejnë partneret e tyre. Dhe për më tepër ata burra që pinë dhe stresohen nuk atakohen në fakt me shefat apo kolegët e tyre.

MITE RRETH DHUNËS NDAJ GRAVE



MITE

Burrat që dhunojnë gratë bëjnë kështu sepse ata nuk e kontrollojnë dot veten ose kanë "kontroll të dobët ndaj vetes".

Dhunuesit, përdhunuesit janë të çuditshëm.

Nëse një grua e dhunuar kërkon të largohet ajo të mbledhë rrobat dhe të largohet nga shtëpia.

FAKTE

Burrat që dhunojnë gratë janë zakonisht joviolent ndaj një gruaje tjetër, por vetëm ndaj grave dhe fëmijëve të tyre. Ata mund të kontrollojnë mirë veten deri në një pikë të caktuar. Burrat shpesh i godasin gratë në pjesë të trupit që nuk duken. 60% e grave të dhunuara goditen kur janë shtatzënë, shpesh në stomak. Shumë herë përdorimi i dhunës zgjat me orë të tëra, bile është e planifikuar koha në të cilën do të kryhet, pra s'mund të flasim për "humbje të kontrollit".

1 ndër 7 gra të martuara dhunohet nga bashkëshorti. Të paktën 70% e grave të abuzuara fizikisht janë seksualisht të abuzuara nga partnerët e tyre. Ky abuzim përfshin por nuk është i kufizuar vetëm me seks të detyruar përpara fëmijëve të tyre, seks i detyruar përpara një grupi shokësh ose edhe me ta, prostitucioni, etj.

Në shumë vende të botës ka pak mundësi strehimi. Gratë e dhunuara që kërkojnë të gjejnë shtëpi s'munden të gjejnë. Ato që mund të largohen nga shtëpia kanë mundësi të madhe për tu vrarë nga bashkëshorti. Dhunuesit i izolojnë partneret e tyre, i lënë pa punë, pa mundësi shkollimi. Kjo do të thotë mundësi ose shanse jo të barabarta për gratë, si edhe vështirëson largimin nga shtëpia.



Tiparet dhe karakteristikat e grave të dhunuara

A. Tiparet e grave të dhunuara.

- 1 Kanë vetëvlerësim të ulët.
- 2 Besojnë të gjitha mitet rreth përdorimit të dhunës.
- 3 Janë tradicionalë në familje, besojnë fuqimisht në unitetin e familjes.
- 4 Pranojnë përgjegjësi për veprimet e dhunshme.
- 5 Vuajnë nga fajësia, mohojnë frikën dhe zemërimin që ndiejnë.
- 6 Paraqesin pasivitet para të tjerëve, por kanë fuqi të manipulojnë ambientin rreth tyre.
- 7 Kanë reagime të forta ndaj stresit me pasoja psikopatologjike.
- 8 Përdorin seksin si një mënyrë për të vendosur intimitetin.
- 9 Sillen si fëmijë.
- 10 Besojnë se asnjëri s'mund t'i ndihmojë.

B- Karakteristikat e grave të dhunuara.

- 1 Gra të dhunuara mund të gjenden në të gjitha nivelet socioekonomike e arsimore dhe në të gjitha grupet raciale.
- 2 Gruaja e dhunuar është shpesh e vuajtur dhe e ngarkuar. Ajo e ka të vështirë të kujdeset për veten.
- 3 Asaj shpesh nuk i lejohet të merret me financën e shtëpisë.
- 4 Zgjidhjet e problemeve janë shumë stresante. Gruaja e abuzuar nuk di si të merret me stresin dhe shpesh është në ankth.

C. Tiparet e burrave dhunues

- 1 Kanë vetëvlerësim të ulët
- 2 Janë tradicionalë në familje.
- 3 Nuk kanë aftësi të mira komunikuese.
- 4 Besojnë në superioritetin e mashkullit.
- 5 Janë tepër xhelozë dhe akuzojnë gratë e tyre për tradhëti bashkëshortore.
- 6 Shpesh përdorin pije alkoolike, drogë etj.

D- Karakteristikat e burrave dhunues.

- 1 Një burrë që dhunon gruan mund të gjendet në të gjitha nivelet socioekonomike, në të gjitha grupmoshat dhe grupet raciale.
- 2 Ata fajësojnë të tjerët për gabimet e tyre. Kanë kontroll të dobët ndaj vetes dhe mund të shpërthejnë herë pas here, në përgjithësi kanë tolerancë të ulët për frustracionet e tyre.
- 3 Një pjesë e tyre kanë një histori të përdorimit të dhunës në familjet ku kanë kaluar fëmijërinë. Dhunuesi mund të mos e ketë marrë mësimin e duhur nga shoqëria se të dhunosh një grua është një krim.
- 4 Ata mund të përdorin disa lloj armësh si: duart, këmbët, thikën, rovolen, rripin e mesit, hekurin e nxehtë, ose cigaren e ndezur.
- 5 Ai është i varur emocionalisht nga gruaja dhe fëmija. Ai kërkon të jetë i sigurt se partnerja e tij dhe fëmijët nuk do të largohen nga shtëpia. Kur partnerja e kërcënon për ndarjen e tij, ai rrit kontrollin duke e kërcënuar për ta vranë ose duke e shtyrë të vetëvritet.
- 6 Dhunuesi mund të jetë i pakënaqur nga puna, ndërron vende pune.
- 7 Ata mund të kenë një tip personaliteti të çoroditur, konfuz.
- 8 Dhunuesit e paraqesin sjelljen e tyre si një sjellje që ka mundësi për të ndryshuar. Mund të bëjnë premtime dhe pastaj të harrojnë që i kanë bërë ato.
- 9 Dhunuesit mund të shkaktojnë plagë në vende që s'dallohen nga të tjerët, gjithashtu i dhunojnë gratë edhe gjatë periudhës së shtatzanisë.

Pse gratë qëndrojnë akoma me bashkëshortët, kur ata i dhunojnë vazhdimisht



Gratë janë mësuar se roli i tyre në familje është si nënë, grua dhe kryerëse e të gjitha detyrave. Shumë gra mendojnë se ato gjejnë satisfaksion të plotë duke i siguruar shtëpisë të gjitha konfortet, dashurinë dhe përkujdesjen e tyre.

Nëse një grua jeton në një shtëpi në të cilën dhunohet, ajo ndjehet e turpëruar, fajtoare dhe e pavlerë.

Gruaja e abuzuar ndjen se ajo ka dështuar në përpjekjet e saj për të takuar apo gjetur atë çka ajo priste.

Ajo është subjekt i shumë ideve që ndikojnë në ndjenjën e saj të fajësisë të tilla si:

- Martesa është një e vetme dhe zgjat përgjithmonë
- Gratë duhet ta mbajnë familjen e tyre të bashkuar
- Grate duhet t'i binden burrave përgjithmonë
- Abuzimi me alkoolin është shkaku që burrat dhunojnë.

Varësia ekonomike shpesh i mban gratë të lidhura me burrat e tyre megjithë abuzimin. Shumë gra të abuzuara mund të mos kenë para, mund të mos kenë një vend ku të shkojnë. Një grua e dhunuar shpesh nuk gjen mbështetje për t'u larguar.

Ajo dëgjon shumë mesazhe që e bëjnë atë të ndihet fatore si:

- Ju u martuat me një burrë, tani shtrihuni në krevatin e tij.
- Nëse nuk do të ishit kaq e lëkundur, ai do të kishte më tepër respekt për ty.
- Përse nuk mundoheni ti zgjidhni mosmarreveshjet? Ai duket një bashkëshort i mirë.
- Si mendoni t'i rrisni apo të kujdeseni për këta fëmijë?

Mesazhet e saj të brendshme janë po aq mbështetëse sa ato më lart.

- Ai nuk do të jetë i aftë të jetojë pa mua;
- Fëmijët kanë nevojë për baba;
- Unë s'kam shkollë e s'kam aftësi;
- Do t'i humb fëmijët e mi;
- S'mund të ëndërroj një martesë të lumtur siç kam ëndërruar.
- S'mund t'ia dal dot vetë mbanë;
- Jam e frikësuar se jam vetëm.

Shumë gra nuk duan të divorcohen. Divorci mund të ndalohet bile edhe nga besimi i tyre fetar. Ndarja mund të përfshijë shumë vështirësi që ato nuk dinë se si t'i përballojnë. Këto gra shpesh nuk kanë vetësiguri e aftësi të ndërtojnë një jetë të pavarur. Për shkak se ajo zhvillon një varësi nga bashkëshorti ajo ndjehet e paaftë të jetojë e vetme si një 12-vjeçar. Në vitin e parë pas divorcit, niveli i jetesës së grave bie 73%, ndërsa ai i burrit përmirësohet 42%.



73%

bie niveli i jetesës së grave
në vitin e parë pas divorcit



42%

përmirësohet niveli i jetesës së burrave
në vitin e parë pas divorcit

Izolimi dhe ndjenja e varfërisë janë zakonisht ndjenjat e grave të dhunuara. Një grua e abuzuar mund të besojë se ajo e provokon dhunën. Ajo do të pyesë gjithnjë veten e saj:

- a bëra ndonjë gabim?
- a isha në rregull?
- a isha kaq e keqe sa tha ai?
- a mund ta bëj më mirë herën tjetër?
- çfarë duhet të bëja tjetër?
- ç'mund të bëjë ai që të ndjehet më mirë?
- çfarë duhet të bëj herën tjetër?

Disa nga arsyet që gratë nuk largohen nga marëdhëniet e dhunshme

FRIKA

Gruaja mund të jetë e kërcënuar nga i shoqi se do t'i shtohet dhuna ose do të vritet nëse ajo do të përpiqet të ndërmarrë ndonjë veprim kundër tij. Ajo mund të jetë e kërcënuar nga i shoqi me përdorimin e forcës ndaj fëmijëve, prindërve të saj apo asaj vetë. Ajo mund të jetë e frikësuar për të ardhmen: vetmia, prindërimi i vetëm, mungesa e statusit të të qenit e martuar, mungesa e shtëpisë, miqve, stilit të jetës së deritanishme, etj.

VETEFAJESIMI

“Unë s'jam përpjekur shumë”, “Duhet të jetë faji im për çka ndodhi”. Ky qëndrim mund të ketë burime të ndryshme. Gratë tentojnë të jenë të socializuara, të kujdesen për gjithçka dhe pajtuese në marëdhëniet me bashkëshortin. Shumë prej tyre janë mësuar që një grua e mirë duhet të plotësojë nevojat e burrit së pari dhe në rradhë të dytë të sajat, pasi këto të fundit janë më pak të rëndësishme. Nëse ndonjë gjë shkon keq është faji i gruas e jo dikujt tjetër. Kjo mënyrë të menduari është forcuar nga abuzuesi që fajëson viktimën për abuzimin e tij ndaj saj. “Unë të godiata sepse ti ...” Viktima përpiqet të alternojë ose të ndryshojë sjelljen e saj, që të pakësojë violencën dhe të pranojë përgjegjësi për këtë violencë. Ajo fillon të mendojë: “Nëse unë do të kisha ..., ai nuk do të më kishte goditur.”

VARESIA EKONOMIKE

Në Amerikë pas divorcit, standarti i jetës së burrave ulet 42%, ndërsa ai i grave 73%. 2/3 e grave të divorcuara nuk marrin ndihmë për fëmijët e tyre. 77% e popullsisë së varfër në Amerikë përbëhet nga gratë dhe fëmijët e tyre. Një grua që ka qënë gjithnjë e varur nga të ardhurat e të shoqit, nuk mund të ketë shprehje të mira pune, pra do ta ketë të vështirë të fillojë punë, ose do të gjejë punë me pagë shumë të ulët ose asistencë sociale.

CIKLI I VIOLENCES

(Ose ai nuk është kaq i keq.) Gratë e dhunuara nuk abuzohen çdo minutë, ato kanë edhe periudha të jetës normale. Pas një tensioni e sulmi violent, dhunuesi mund të bëhet i kujdesshëm dhe të kërkojë falje. Ai është gati të premtojë se ajo që ndodhi s'do të ndodhë kurrë më. Ose ai është gati të mos e diskutojë atë çka ndodhi duke mos dashur të prishë “muajin e mjalitit”. Në secilin rast dhuna minimizohet nga të dy partnerët në këtë periudhë.

CIKLI I DHUNËS



STADI I PARË

Fillimi i tensionit. Ajo qëndron si në gjemba. Partneri është gjithmonë i mërzitur, i acaruar, acarohet edhe për gjërat më të vogla. Krijohet një ambient ankthi.

STADI I DYTË

Stadi akut ose abuziv. Ky është stadi më violent: përqëndrimi i abuzimit verbal dhe emocional; një abuzim fizik aktual; një shpërthim i tensionit që u krijua në stadin e parë.

STADI I TRETË

"Muaji i mjaltit". Partneri fillon të thotë: "Më vjen keq për atë që bëra". Ai mund të fajësojë bashkëshorten për veprimet e tij. "Nëse ti nuk do të bëje këtë apo atë gjë, kjo që ndodhi s'do të kishte ndodhur". Ai përpiqet të ndryshojë gjendjen me anë të fjalëve që thotë, mbase duke i dhënë lule apo duke kryer marrëdhënie seksuale. Ajo beson abuzuesin dhe cikli vazhdon.

PASOJAT E ABUZIMIT



PASOJAT AFATSHKURTRA

1

PASOJA MJEKËSORE

- Infeksione të rrugëve gjenerative.
- Hemorragji të organeve të brendshme.
- Dëmtime të organeve.
- Frakturë në sistemin kockor.
- Sëmundje seksualisht të transmetueshme (SST),
- Temperaturë.
- Gjendje septike.
- Plagë në lëkurë.
- Hematomë akute kraniale.
- Hematoma në lëkurë.



2

PASOJA PSIKOLOGJIKE

- Konfuzion.
- Humbje të konshencës.
- Mungesë oreksi.
- Amnezi (humbje të kujtesës).
- Afazi (paafesi për të folur).
- Agnozi të përkohshme (paafesi për të njohur).



PASOJAT AFATGJATA

3

PASOJA MJEKËSORE

- Shtatzani.
- Sëmundje kronike.
- SST.
- HIV.
- Dhimbje koke.



4

PASOJA PSIKOLOGJIKE

- Çrregullim i stresit post-traumatik (PTSD).
- Kujtime intensive ose ëndrra të këqija të lidhura me abuzimin.
- Vërshime ndjenjash sikur abuzuesi është prezent përsëri.
- Shmangia nga aktivitetet që mund të kujtojnë abuzimin.
- Çrregullime të gjumit.
- Vështirësi në përqëndrim.
- Shpërthime nervore.



5

PASOJA SOCIALE

- Stigmatizim.
- Gjendje të keqe ekonomike.
- Papunësi.



6

PASOJA LIGJORE

- Procedurë ligjore për të dënuar dhunuesin.



KEQTRAJTIMI I FËMIJËVE

PËRKUFIZIM

Nuk ka një përkufizim të standartizuar apo grup përkufizimesh që të përcaktojnë çfarë është abuzimi. Ka një marrveshje të përgjithshme jo specifike:

"Një fëmijë nën 18 vjeç konsiderohet i abuzuar nga prindi, kujdestari apo i rrituri n.q.s. ai ose ajo trajtohet në një mënyrë të papranueshme në një kohë dhe një kulturë të caktuar".

Në çdo shoqëri sjellja e prindërve dhe e të rriturve ndaj fëmijëve përcaktohet nga ligjet në fuqi, nga kodi moral mbizotërues i shoqërisë, si dhe normat e sjelljet që ajo shoqëri respekton. Në këtë sfond përcaktohen dhe kufijtë e një sjelljeje shoqërisht të pranueshme apo jo ndaj fëmijëve. Këto sjellje dallojnë nga një shoqëri në tjetrën, nga një komb tek tjetri dhe madje dhe brenda një kombi.

Për këtë arsye është e vështirë të jepet një prevalencë dhe incidencë internacionale mbi abuzimin.

Askush nuk mund të thotë egzakhtësisht pse të rriturit përdorin autoritetin e tyre në këtë mënyrë ndaj fëmijëve.

I- ABUZIMI FIZIK

Abuzimi fizik është ushtrimi i forcës me anë të së cilës dëmtohen indet e buta, lëkura, sytë, veshët, organet e brendshme, ligamentet, kockat, djegia dhe helmimi.

Fëmija i cili është viktimë e abuzimit fizik mund të prezantojë shenjat e dëmtimit të përsëritshëm në intervale kohore të rregullta. (P.sh. Një fundjavë kur prindërit nuk ndodhen në shtëpi dhe fëmija qëndron me kujdestarin.)

(Më poshtë janë të listuara shenjat fizike të cilat sugjerojnë praninë e dëmtimeve jo aksidentale tek fëmijët).

- Frenulum i shqyer nga ushqyerja me biberon.
- Sy të nxira në moshën kur fëmija sapo fillon të ngrihet në këmbë.
- Shenja gishtash në faqe (zakonisht nga njëra anë).
- Shenja të kuqe ose mavi si rezultat i hemoragjisë nën lëkurë. (Eshtë e rëndësishme të japim një vlerësim për moshën e shenjave pa pretenduar të jemi egzak.

II - ABUZIMI SEKSUAL



Sipas një marrvëshjeje ndërkombëtare dhe specifike abuzimi seksual ndodh:

- Kur një adult shfrytëzon autoritetin e tij ose të saj për të detyruar një fëmijë të marr pjesë në një aktivitet seksual.

Një fëmijë nuk është asnjëherë në gjëndje të bëjë një zgjidhje të përshtatshme rreth aktit seksual. Abuzimi seksual mund të kufizohet që nga përkedheljet dhe llastimet e deri te kontaktet seksuale apo bashkëveprimet vaginale, orale ose anale. Abuzimi seksual përfshin prekjet e fëmijës në vendet intime, por dhe detyrime të fëmijës për të prekur të rriturit në pjesët intime të trupit, përdorja e fëmijës për filma dhe fotografi pornografike, shfrytëzim prostitucioni etj.

III- ABUZIMI EMOCIONAL

Përkufizim

Termi Abuzim Emocional ka të bëjë me braktisjen emocionale të mjaftueshme për të shkaktuar dëmtim në zhvillimin fizik ose patologjik të fëmijës, term i cili përdoret edhe për abuzimin verbal të mjaftueshëm për të dëmtuar zhvillimin.

Abuzimi emocional shpesh herë shoqëron format e tjera të abuzimit të fëmijës.

Në këto raste fëmija mund të ketë nevojë për këshillim, ose në raste të tjera më të rënda për ndarje nga prindërit.

Ç' NODDH ME NJË FËMIJË TË ABUZUAR EMOCIONALISHT?

Ai:

- 1- fyhet
- 2- nuk stimulohet
- 3- lihet në harresë
- 4- i flitet me ton të ashpër
- 5- nuk dëgjohet me vëmendje
- 6- ndërpritet iniciativa
- 7- tallet
- 8- përdoret ironia
- 9- abuzohet fizikisht, seksualisht, apo inçest.
- 10- dekurajohet
- 11- i shkaktohet dhimbje emocionale, distres, frikë dhe gjëndje dëshpërimi.

IV- NEGLIZHIMI

Përkufizim

Neglizhimi përfshin lënien pas dore të nevojave fizike dhe emocionale, arsimimin, sigurinë dhe kujdesin mjekësor, të cilat mund të shkaktojnë dëmtim fizik ose psikologjik.

SHENDETI MENDOR DHE DHUNA NE FAMILJE

Shëndeti mendor përfshin mirëqenien tonë emocionale, psikologjike dhe sociale. Ndikon në mënyrën se si mendojmë, ndjejmë dhe veprojmë.

Gjithashtu ndihmon në përcaktimin se si e trajtojmë stresin, si lidhemi me të tjerët dhe si bëjmë zgjedhje.

Shëndeti mendor është i rëndësishëm në çdo fazë të jetës, nga fëmijëria dhe adoleshenca deri në moshën madhore.

Mirëqenia e një shëndeti mendor i lejon njerëzit të:

- Përballojnë streset e jetës;
- Punojnë në mënyrë produktive;
- Të realizohen në nivel personal dhe profesional;
- Të japin kontribute domethënëse për komunitetin;

Mënyrat për të ruajtur shëndetin mendor pozitiv përfshijnë:

- Marrja e ndihmës profesionale nëse ju nevojitet;
- Lidhja me të tjerët;
- Qëndrimi pozitiv;
- Duke qënë aktiv fizikisht;
- Duke ndihmuar të tjerët;
- Të marrësh gjumë të mjaftueshëm;
- Zhvillimi i aftësive përballuese;
- Kujdesi ndaj vetes;

MITE PËR SHËNDETIN MENDOR

MITE

FAKTE

Nëse një person ka gjendje të shëndetit mendor, kjo do të thotë se personi ka inteligjencë të ulët.

Sëmundjet mendore, sikurse edhe sëmundjet fizike, mund ta prekin këdo, pavarësisht nga inteligjenca, pozita shoqërore ose niveli i të ardhurave.

Ju duhet të kujdeseni për shëndetin tuaj mendor vetëm nëse keni ndonjë gjendje të shëndetit mendor.

Të gjithë mund të përfitojnë nga ndërmarrja e hapave aktive për ta promovuar mirëqënien e tyre dhe për ta përmirësuar shëndetin e tyre mendor. Në mënyrë të ngjashme, të gjithë mund të ndërmarrin hapa aktive dhe të angazhohen me shprehi të shëndetshme, me qëllim të optimizimit të shëndetit të tyre fiz

Shëndeti i dobët mendor nuk është problem i madh për adoleshentët. Ata thjesht kanë luhatje të disponimit, të shkaktuara nga luhatjet hormonale dhe veprojnë për shkak të dëshirës për vëmendje.

Adoleshentët shpesh kanë luhatje të disponimit, por megjithatë kjo nuk do të thotë se ata mund të mos kenë telashe edhe me shëndetin e tyre mendor. Katërmbëdhjetë për qind e adoleshentëve në botë përjetojnë probleme të shëndetit mendor. Në nivel global, ndër moshat 10-15 vjeç, vetëvrasja është shkak i pestë më i përhapur i vdekjeve, ndërsa për adoleshentët e moshës 15-19 vjeçare është shkak i katërt më i zakonshëm. Gjysma e të gjitha gjendjeve të shëndetit mendor fillojnë në moshën 14 vjeçare

Asgjë nuk mund të bëhet për t'i mbrojtur njerëzit nga zhvillimi i gjendjeve të shëndetit mendor.

Shumë faktorë mund t'i mbrojnë njerëzit nga zhvillimi i gjendjeve të shëndetit mendor, duke përfshirë përforsimin e aftësive sociale dhe emocionale, kërkimin e hershëm të ndihmës dhe mbështetjes, zhvillimin e marrëdhënieve familjare mbështetëse, marrëdhënieve të dashura dhe të ngrohta, si dhe posedimi i mjedisit pozitiv shkollor dhe modeleve të shëndetshme të gjumit.

Gjendja e shëndetit mendor është shenjë dobësie; nëse personi do të ishte më i fortë, nuk do ta kishte këtë gjendje.

Gjendje e shëndetit mendor nuk ka të bëjë me të qenit i dobët ose me mungesë të fuqisë së vullneti. Kjo nuk është kusht, që njerëzit mund ta zgjedhin ta kenë ose mos ta kenë. Në fakt, njohja e nevojës për të pranuar ndihmë për një gjendje të shëndetit mendor kërkon forcë dhe guxim të madh. Çdokush mund të zhvillojë një gjendje të shëndetit mendor.

MITE PËR SHËNDETIN MENDOR



1. Faktorë që ndikojnë tek shëndeti mendor

Gjatë jetës tuaj, nëse keni probleme të shëndetit mendor, mendimi, humori dhe sjellja juaj mund të ndikohen.

Shumë faktorë kontribuojnë në problemet e shëndetit mendor, duke përfshirë:

- Faktorët biologjikë, të tillë si gjenet ose kimia e trurit (hormonet & neurotransmetuesit);
- Përvojat e jetës, të tilla si trauma ose abuzimi;
- Histori familjare me probleme të shëndetit mendor;

Problemet e shëndetit mendor janë të zakonshme, por ndihma shpesh është e nevojshme. Njerëzit me shqetësime apo probleme të shëndetit mendor, mund të përmirësohen apo trajtohen plotësisht.

2. Shenja paralajmërimi të shëndetit mendor

Nuk jeni i sigurt nëse ju ose dikush që njihni po jeton me probleme të shëndetit mendor?

Përjetimi i një ose më shumë prej simptomave të mëposhtme mund të jetë një shenjë paralajmëruese e hershme e një problemi:

- Ndryshimet ekstreme në të ngrënit shumë ose shumë pak;
- Ndryshimet ekstreme në të fjeturit shumë ose shumë pak;
- Tërheqja nga njerëzit deri në izolimi;
- Mugesë dëshire dhe motivimi për aktivitetet e zakonshme ose ato që dikur i preferonit;
- Duke pasur energji të ulët ose aspak;
- Të ndjerit i mpirë ose bosh;
- Duke pasur dhimbje, ndonjherë të pashpjegueshme nga ana mjekësore;
- Të ndjerit të pafuqishëm ose të pashpresë;
- Pirja e duhanit, pirja e alkolit ose përdorimi i drogës deri në varësi;
- Probleme me përqëndrimin dhe harroni shpesh
- Të ndjerit vazhdimisht të zemëruar, të mërëzitur, të shqetësuar ose të frikësuar;
- Duke bërë turrë ose grindur me familjen dhe miqtë;
- Përjetoni ndryshime të rënda të humorit që shkaktojnë probleme në marrëdhënie;
- Duke pasur mendime dhe kujtime të vazhdueshme, nuk mund t'i largosh nga koka;
- Të dëgjosh zëra ose të besosh gjëra që nuk janë të vërteta;
- Duke menduar për të dëmtuar veten ose të tjerët;
- Pamundësia për të kryer detyrat e përditshme si kujdesi për fëmijët tuaj ose shkuarja në punë ose shkollë;

Kujdes!

Përmendja e këtyre shenjave ka si funksion ndërgjegjësimin tuaj se kur ju ose personi që njihni ka nevojë për ndihmë profesionale.

Mos diagnostikoni veten ose dikë tjetër me një shqetësim të caktuar. Këtë mund ta bëjë vetëm një profesionist.

3. Lloje të zakonshme të çrregullimeve mendore

Llojet më të zakonshme të shqetësimeve mendore janë:

- Çrregullimet e ankthit të tilla si:
 - çrregullimet e ankthit të përgjithësuar;
 - çrregullimet e ankthit social;
 - çrregullimet e panikut dhe fobitë.
- Çrregullimi obsesiv-kompulsiv (OCD)
- Depresioni;
- Çrregullimi bipolar;
- Çrregullimet e personalitetit
- Çrregullimi i stresit post-traumatik (PTSD)
- Çrregullimet psikotike: Skizofrenia;
- Çrregullimet e gjumit
- Çrregullimet psikiatrike të fëmijërisë (Autizm, Çrregullimi i vëmendjes së pamjaftueshme me hiperaktivitet, paaftësia intelektuale, etj).

- Çrregullimi i ankthit të gjeneralizuar

Pacientët me çrregullimin e ankthit të gjeneralizuar shqetësohen tej mase rreth rrethanave të jetës siç janë: shëndetësi, situatat sociale, financat, pranimi në shoqëri, performanca në punë dhe përshtatja martesore e tyre. Simptomat janë: tharje goje, dhimbje koke, dhimbje trupi, lodhje muskulare, mungesë fuqie, palpitacione dhe vështirësi në frymëmarrje.

Trajtimi: Psikoterapeutik

Terapi Njohëse – Sjelljes (CBT),

Terapi Sjellje,

Terapi relaksimi

Trajtimi medikamentoz

Me antidepressivë dhe benzodiazepina

- Çrregullimi Depresiv

1 në 10 adultë kalojnë gjatë jetës një apo më shumë episode. Rreziku gjatë jetës për depresionin jetësor 30%. 10%-25% e personave me çrregullim depresiv kërkojnë trajtim.

Simptomat e depresionit janë:

- Afektive (humor i deprimuar, anhedoni, ankth)
- Vegjetative (Çrreg. i gjumit, oreksit, humbje e energjisë, libidos, prapambetje ose axhitacion psikomotor)
- Motivacionale (humbje e interesit, vështirësi në përqëndrim, mendim ose veprim suicidal)
- Somatike (ankesa trupore)

Trajtimi:

- Trajtimi në fillim i urgjencave (suicidi, psikozës akute, tendenca për të vdekur nga uria, dehidrimi sekondar nga epilepsia).
- Mjekimi me antidepressivët triciklikë, Inhibitorët Selektivë të Rikapjes së Serotoninës „Litium,
- Terapi elektrokonvulsivesive
- Psikoterapi (Terapia e sjelljes, Psikoterapi ndërpersonale, Terapia në grup, Terapia njohëse e sjelljes (CBT), Metodatat e stimulimit të trurit,
- Stimulimi i nervit vagus (VNS), Stimulimi magnetik transkranial (TMS), Stimulimi i thellë i trurit (DBS)

- Çrregullimi i Stresit Post traumatic (PTSD)

PTSD përkufizohet si “Përjetimi i një ngjarje traumatike në të cilën personi ka qënë present apo e ka dëgjuar me manifestim të simptomave të humorit dhe që fillojnë 1 muaj pas ngjarjes”. Zakonisht fillon pas muajit të parë brenda 6 muajve nga ngjarja traumatike. Disa njerëz mund të kenë simptoma për shumë vite. Personaliteti mund të ndryshojë si pasojë e PTSD

Simptomat e PTSD janë:

Probleme në marrdhënie me të tjerët, probleme në marrdhënien intime, vetë-perceptimi negativ (ndjenjë pavlefshmërie), hipersensibilitet ndaj stimujve, zhurmave, aromave, tendencë për tu shmangur (që nënkupton përpjekjen për tu larguar nga mendimi për traumën dhe shmangie nga situatat që rikujtojnë traumën), rijetimi i përvojës përmes rikthimeve të ngjarjes së përjetuar apo dëgjuar, ëndrra të këqija, pamundësi për të ndjerë emocionet, numbing/mungesë kontrolli të emocioneve, disociim (shkëputje nga vetja ose nga njerëzit e tjerë), alternime negative të humorit

Trajtimi: Antidepressivë, triciklike dhe SSRI (amitriptilinë, sertraline, paroxetine, fluoxetinë, fluvoxamine), Antipsikotikë (risperdone, olanzapinë,quetiapinë, bëhet trajtimi i ankthit, depresionit dhe sëmundjeve të tjera koomorbide, merren në konsideratë idetë dhe mendimet suicidale si dhe problemet me drogat. Gjitashtu psikoterapitë janë një tjetër mënyrë efikase e trajtimit. Aplikohet terapia Konjitive dhe e sjelljes, psikoanaliza, terapia e grupit.

- Skizofrenia

Skizofrenia është një formë e përsëritur dhe shpeshherë kronike e sjelljes jonormale që i referohet asaj që quhet “psikozë”. Psikiatrit e klasifikojnë skizofreninë si psikozë. Me këtë ata nënkuptojnë një person, i cili nuk mund t'i dallojë mendimet, idetë, perceptimet dhe imagjinatat e tyre intensive nga realiteti, perceptimi i ndarë, idetë dhe vlerat që njerëzit e tjerë të asaj kulture i konsiderojnë të vërteta. Përveç këtyre simptomave, personi mund të dëgjojë zëra apo të besojë që njerëzit e tjerë mund t'u lexojnë mendjen dhe kontrollojnë mendimet e tyre. Shumica e psikiatërve i konsiderojnë këto simptoma si çrregullime psikiatrike.

Trajtimi i linjës së parë për shumë çrregullime psikotike është mjekimi antipsikotik, i cili mund të zvogëlojë simptomat pozitive të psikozës në rreth 7 deri në 14 ditë.

- Çrregullimet e personalitetit

Termi personalitet i referohet shumë karakteristikave standarte të personit që janë të lidhura me mënyrën se si personi silltet në situata të ndryshme. Do të quhet Çrregullim personaliteti - kur tiparet e personalitetit paraqiten rigide dhe të vetëshkatëruara, ato mund të ndërhyjnë në funksionimin e individit dhe të gjenerojnë simptoma psikiatrike. Çrregullimet e personalitetit me të hasura janë: Çrregullimi i personalitetit Kufitar, histrionik, obsesiv- kompulsiv, shmangës.

Trajtimi:

Psikoterapia është mënyra më e mirë e trajtimit. Zgjedhja e llojit të psikoterapisë varet nga lloji i çrregullimit të personalitetit dhe faktorët e tjerë si motivim për terapi, statusi intelektual, egosintoniciteti dhe distoniciteti, mosha etj. Psikoterapitë më të përdorura janë ajo psikodinamike, konjitive dhe e sjelljes, individuale ose në grup.

Mjekimi me medikamente është simptomatik ndaj ankthit akut, sjelljes suicidale, axhitimit, shpërthimeve emocionale dhe përgjithësisht përdoren: antidepresivët SSRI, benzodiazepinat, stabilizuesit e humorit dhe antipsikotikët në rast të pranisë të simptomave psikotike.

- Çrregullimet e gjumit

Çrregullimet më të shpeshta të gjumit janë: pagjumësia, përgjumësia, narkolepsia, ecja në gjumë, tmerret dhe ankthi i natës.

Trajtimi: Pas caktimit të diagnozës duhet të jepen këshilla për krijimin e sigurisë në dhomë dhe mjedisin rrethues. Ndoshta edhe mund të jetë e domosdoshme që personi të flejë në katin përdhesë në rast se vuan nga somnambulizmi. Është e rëndësishme që të krijohet një ambient i sigurt ku personi nuk mund të lëndohet gjatë ecjes në gjumë. Për të parandaluar daljen jashtë apo kërcimin nga dritaret, duhet t'ë sigurohen me çelës.

- Çrregullimet psikiatrike të fëmijëve:

Çrregullimi i Vëmendjes së pamjaftueshme me hiperaktivitet (ADHD)

Çrregullimi i ADHD konsiderohet çrregullim zhvillimor që paraqitet gjatë fëmijërisë, me praninë e disa shenjave të cilat shkaktojnë dëmtim të funksionit të fëmijës para moshës shtatëvjeçare, në më së paku dy ambiente (shtëpi-shkollë, shkollë-bashkëmoshatarë, etj.). Fëmijët me këtë çrregullim karakterizohen me kohë shumë të shkurtër të përqëndrimit të vëmendjes, janë impulsivë në sjellje, kanë lëvizshmëri jonormale për moshën e fëmijës, nuk reflektojnë dhe kanë mjaft vështirësi për ta kontrolluar aktivitetin e tyre motor dhe social.

Trajtimi: Ekzistojnë disa opsione për mjekimin e çrregullimit të hiperaktivitetit: mjekimi me barna dhe terapia e sjelljes. Në barna të cilat përdoren gjerësisht janë stimulantët. Trajnimi i prindërve dhe teknikat e sjelljes duhet që të jenë efektive në menaxhimin e një fëmije me hiperaktivitet.

- Çrregullimi i sjelljes dhe ai kundërshtues

Çrregullimi i sjelljes është një çrregullim psikiatrik i fëmijërisë dhe adoleshencës, i karakterizuar nga një persistencë e vazhdueshme për t'i thyer normat dhe rregullat shoqërore, manifestim të agresivitetit ndaj njerëzve dhe kafshëve, shkatërrim të pasurisë, vjedhje e gënjeshtër si dhe situata të tjera të rënda të thyerjes së normave, si p.sh. largime nga shtëpia, shkolla.

Trajtimi: Kërkohet një vlerësim i plotë, duke i përfshirë të gjitha fushat e funksionimit të fëmijës dhe vendosjen e tyre në kontekst familjar, social dhe kulturor. Një rëndësi e veçantë i kushtohet trajnimit të prindërve si dhe përdorimit të teknikave të sjelljes me fëmijën me çrregullim të hiperaktivitetit. Antidepresivët dhe apsikotikët janë treguar të jenë efektive në menaxhimin e impulsivitetit dhe axhitimit.

- Çrregullimet pervazive të zhvillimit ose Çrregullimet e spektit të Autizmit

Çrregullimet pervazive të zhvillimit janë zakonisht të identifikueshme përpara moshës 3 vjeçare. Në përgjithësi këta fëmijë kanë vështirësi në sferën e komunikimit, marrëdhënie sociale si dhe probleme me sjelljen, interesat dhe realizimin e aktiviteteve të ndryshme. Çrregullimet më të shpeshta pervazive të zhvillimit janë:

1. Autizmi, 2. Sindromi Asperger dhe 3. Forma e paspecifikuar e Autizmit.

Trajtimi: Terapia e sjelljes, edukimi për ta avancuar zhvillimin më normal, sidomos në gjuhë dhe socializim, edukimi prindëror, janë aspekte esenciale. Gjithashtu, merren në konsideratë grupet përkrahëse apo terapia individuale dhe mjekimi i komorbiditetit si dhe impulsivitetit.

STRUKTURAT SHTETËRORE DHE PËRGJEGJËSITË LIGJORE, ADMINISTRATIVE DHE INSTITUCIONALE:

Për të mundësuar që viktimat e dhunës në familje të mbështeten në cdo hap të ndërhyrjeve të përcaktuara është e rëndësishme të njihen dhe të përcaktohen disa struktura dhe kompetenca dhe përgjegjësitë përkatëse:

Agjencitë e zbatimit të ligjit (policia, inspektorët e punës)

- Kryejnë hetime penale.
- Sigurojnë mbrojtje të dëshmitarit / viktimës.
- Ndihmojnë viktimat gjatë gjithë procesit ligjor.
- I sigurojnë viktimave informacion në lidhje me çështjen e tyre.
- Kontaktojnë me agjensitë e zbatimit të ligjit homologë të tjerë
- vendet për ndihmë reciproke.
- Referojnë viktimat tek ofruesit e tjerë të shërbimeve për ndihmë të përshtatshme si strehimi, ndihma mjekësore dhe psikosociale.
- Shpëtojnë si viktimat ashtu edhe rastet me risk.
- Kontrollonjë vlefshmërinë e lejeve të punës.
- Inspektojnë vendet e punës, veçanërisht në rastet e dyshuara për dhunë. Intervistoni anëtarët e sindikatës ose punëtorët jo-sindikalistë mbi dhunën ndaj qenieve njerëzore në mjedisin e tyre të punës.

Shërbimet e mbrojtjes sociale

- Rekomandojnë,, financimin e mundshëm të aktorëve të shoqërisë civile që ofrojnë ndihmë të drejtpërdrejtë përmes ministrive të tyre përkatëse.
- Sigurojnë strehim të përkohshëm/ pajisje strehimi të sigurta për viktimat e dhunës.
- Sigurojnë dhe monitorojnë mbështetjen psikosociale dhe ndihmën mjekësore të ofruar për viktimat e dhunës në familje.
- Kryejnë gjurmimin familjar dhe vizitat në shtëpi në emër të viktimave.
- Bëjnë rekomandime dhe merrni pjesë në ri-integrimin e viktimave të dhunës në familje
- Identifikojnë viktimat e dhunës në familje me nevoja të veçanta dhe bashkëpunojnë me palët e tjera të interesit për të ofruar shërbime të përshtatshme.
- Shoqërojnë fëmijët e viktimave për të hyrë në shërbimet e duhura.

Prokuroria

- Ndjek penalisht autorët e dhunës në familje.
- Siguron mbrojtje për viktimat gjatë gjithë procesit ligjor.
- Ndërlidh hetimin me çështjet e sigurisë dhe mirëqenies së viktimës gjatë procesit ligjor.
- Përgatit viktimat e dhunës dhe dëshmitarët për gjykim.
- Siguron viktimat e dhunës në lidhje me procedurat në çdo fazë të çështjes.
- Referon viktimat tek ofruesit e tjerë të shërbimeve për ndihmën e duhur.
- Lehtëson dhe siguron shërbime miqësore ndaj viktimave gjatë procesit gjyqësor

Ministritë përgjegjëse për lufën kundër dhunës në familje (e brendshme, e shëndetësisë dhe mbrojtjes sociale, e arsimit dhe rinisë, e drejtësisë etj)

- Monitorojnë dhe mbikëqyrin ndihmën e drejtpërdrejtë të ofruar për viktimat e dhunës në familje nga ofrues të ndryshëm të shërbimeve – përmes mekanizmit kombëtar të koordinimit
- Mbështetin OShC-të në ofrimin e ndihmës së drejtpërdrejtë për viktimat e dhunës në familje përmes riintegrit.
- Referojnë viktimat tek ofruesit e tjerë të shërbimeve për ndihmën e duhur
- Përgatitin dhe paraqisin raporte në gjykatë në emër të grave të dhunuara që gjykata të bëjë urdhërat e duhur.
- Ndjekin në vijimësi përfitueset e riinteguara.
- Krijojnë strehimore për viktimat.
- Formulojnë politikat dhe planet e veprimit për të frenuar trafikimin e qenieve njerëzore.

- Mobilizojnë burimet për zbatimin e programeve të luftës kundër dhunës në familje.
- Kryejnë trajnime për ngritjen e kapaciteteve për ofruesit e shërbimeve.
- Kryerja e punës kërkimore dhe studimore mbi viktimat e dhunës në familje.

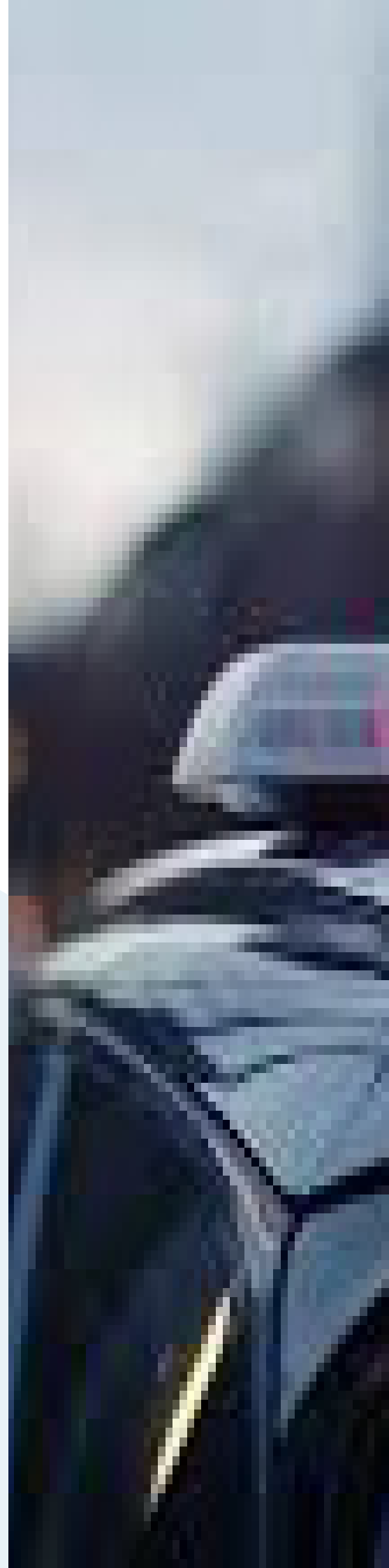
Organizatrat e shoqërisë civile

OShC-të luajnë një rol plotësues dhe ndihmës në garantimin e shërbimeve cilësore që duhen ofruar për çdo viktimë të dhunës në familje.

- Shërbime të mbështetjes psikosociale dhe mjekësore për viktimat e dhunës në familje;
- trajnim mbi aftësitë jetësore;
- ndihmë juridike;
- shërbime emergjence;
- raportojnë pranë autoriteteve përkatëse;
- ndihma në identifikimin e familjeve dhe vizitat në shtëpi;
- strehim dhe nevoja kryesore për viktimat;
- avokim dhe ndërgjegjësim mbi dhunën
- asistencë për lehtësimin e proceseve të ribashkimit dhe ri-integrimit të viktimave;
- ndjekja e viktimave të riintegruara.

Gjykatat

- o Përdorin procedura miqësore me viktimat gjatë procesit penal.
- o Garantojnë mbrojtjen e viktimave gjatë marrjes në pyetje.
- o Garantojnë strehimin e viktimave në vendet e sigurta.
- o Referojnë viktimat tek ofruesit e tjerë të shërbimeve për ndihmën e duhur.



Gratë të cilat kanë përjetuar dhunë me bazë gjinore bien shpesh në kontakt me punonjësit e shëndetësisë, të cilët duhet të sigurojnë për ato një mbështetje jo vetëm të shëndetit fizik, por edhe atij emocional.

Profesionistët e shëndetit përfshijnë:

- Mjek të përgjithshëm, specialist të mjekësisë familjare;
- Mjek specialist të mjekësisë urgjente dhe kirurgjisë, kujdesit intensiv, ortopediasë, kirurgjiasë së përgjithshme;
- Obstetër / gjinekologë /specialist për planifikimin familjar;
- Asistentë/e në klinikat mjekësore;
- Infermieret në spital, në kujdesin shtëpiak dhe atë geriatric.
- Stomatologë;
- Psikiatër, psikoterapist, psikologë klinikë;
- Mjekë specialist ORL, okulist;
- Mjekë në sektorin e shëndetit publik;
- Fizioterapistë;
- Personeli mjekësorë profesional në klinika për SST dhe HIV/ AIDS;
- Punonjës social



Është me rëndësi të kihet parasysh se mjekët nuk janë të vetmit të cilët kanë rol të rëndësishëm në identifikimin dhe përgjigjen ndaj DHBGJ. Prandaj, trajnimet dhe përpjekjet e tjera për përforsimin e sistemit shëndetësor në përgjigje ndaj DHBGJ gjithashtu duhet të drejtohen edhe për personelin infermieror. Fizioterapistët, gjithashtu kalojnë më shumë kohë me pacientët sesa mjekët. Në disa raste mundet që viktimat të hezitojnë më pak që të flasin me infermierët, psikologët klinikë, punonjësit socialë krahasuar me mjekun për prani të DHBGJ. Personeli i pranimit respektivisht ata që presin të parët pacientët dhe administrata mund të sinjalizojnë mjekët dhe infermierët për dyshimet e tyre që tregojnë për DHBGJ gjatë vëzhgimit të sjelljes në hapësirën e pritjes kur caktojnë konsultat (Johnson 2010).

Me qëllim që të jetë i qëndrueshëm, përpjekjet për përmirësimin e përgjigjes të sistemit shëndetësorë ndaj DHBGJ, duhet të drejtohen në disa nivele:

- Niveli i shërbimeve konkrete shëndetësore (në nivel të personelit mjekësorë),
- Niveli i institucioneve shëndetësore, siç janë spitalet, klinikat, shtëpitë e shëndetit apo klinikat mjekësore.
- Niveli i politikës shëndetësore (krijues të politikave të administratës publike).

Lista e ardhshme i përmbledh elementet thelbësore të rolit të personelit shëndetësor në përgjigjen ndaj DHBGJ.

- Kuptoni simptomat e DHBGJ.
- Siguroni pacientin/en me informacione për DHBGJ dhe pasojat e saj mbi shëndetin e grave.
- Shtroni pyetje për DHBGJ në rast të simptomave klinike të cilat tregojnë në përpjekje të mundshme të DHBGJ.
- Krijoni një mjedis miqësorë dhe të besueshëm, dëgjoni pacientin/en dhe jepni porosi vërtetuese.
- Merrni kartonin shëndetësorë të pacientit/es dhe kryeni kontrollin shëndetësor.
- Siguroni kujdesin e duhur mjekësor dhe psikologjik.
- Dokumentoni pasojat mjekësore nga DHBGJ.
- Siguroni pacientin me informacione dhe udhëzoheni tek dhënësit e tjerë të shërbimeve, ku nevojitet (si strehim mjekësorë i specializuar për gra, qendër krize).
- Ndhmoni pacientin/ten në planifikimin e sigurisë. Siguroni ndjekjen e kujdesin pas spitalor të pacientit/es

PLANI I SIGURISË PËR VIKTIMAT E DHUNËS NË FAMILJE

Ky plan është i vlefshëm për çdo viktimë dhune në familje pavarësisht se cilit grup të marginalizuar ai/ajo i përket. Megjithatë disa specifika duhen konsideruar në rastin e grupeve të marginalizuara.

Nëse një viktimë e dhunës në familje është në rrezik duhet të telefonojë menjëherë numrin **129**.

Në një situatë emergjente:

- Qëndro larg kuzhinës, dhunuesi mund të përdorë thikën, etj;
- Qëndro në një dhomë me telefon ku mund të telefonosh për ndihmë;
- Mbylle derën e dhomës nëse mundesh me qëllim që dhunuesi të mbetet jashtë;
- Telefono 129;
- Bëj foto të shenjave ose dëmtimeve;
- Kërko ndihmë nga profesionistë për të ndihmuar në përgatitjen e planit të sigurisë;

Si të mbrohesh në shtëpi

- Përpiqu të memorizosh numrin e telefonit të dikujt që ju mund ti telefononi në çdo kohë për ndihmë;
- Mbaj një telefon celular me vete gjatë gjithë kohës;
- Nëse dhunuesi është larguar, ndrysho bravën e derës;
- Planifiko një rrugë që mund të ndjekësh nëse largohesh nga shtëpia;
- Kërkoju komshinjtë të telefonojnë policinë nëse shohin dhunuesin në shtëpinë tuaj; mund tu bësh një shenjë si psh. nëse telefoni bie dy herë, ose nëse drita e një dhome ndizet dhe fiket apo tjetër;
- Paketo gjërat më të rëndësishme nëse të duhet të largohesh menjëherë; vendose në një vend të sigurtë ose mund tja japësh një të afërmi që i beson;
- Paketo vendime gjyqate, pasaportë ose certifikatë lindje, raporte mjeksore ose medikamente,
- Ndiq një kurs vetëmbrojtje;

Si të sigurohesh se fëmijët janë të sigurtë

- Mësoji fëmijët të mos hyjnë në mes të viktimës dhe dhunuesit për të ndihmuar;
- Mësoji fëmijët ti telefonojnë 129 për të kërkuar ndihmë;

Mësoji fëmijët kë duhet të telefonojnë për ndihmë;

- Paraqit në shkollë apo në kopësht kopje të Urdhrit të mbrojtjes;
- Sigurohu që fëmijët dinë me kë duhet të bisedojnë në shkollë nëse shohin dhunuesin;
- Mund të ndash me shkollën një foto të dhunuesit;

Si të mbroheni kur jeni jashtë shtëpisë?

- Mbah me vete gjatë gjithë kohës numrat e telefonit emergjent dhe urdhrat e gjykatës;
- Mbah me vete një telefon celular dhe programoje atë që ti telefonosh 129;

Si të jeni të sigurtë në punë?

- Mbah një kopje të urdhrat të gjykatës;
- Jepi një foto të dhunuesit stafit të sigurisë ose shokëve në punë;
- Tregoji punëdhënësit për situatën në të cilën ndodhesh;
- Kërkoji stafit të sigurisë të shoqërojë deri tek autobuzi ose makina;

Si të jeni të sigurtë në gjykatë?

- Qëndro sa më larg nga dhunuesi që të mundesh;
- ju nuk duhet të shikoni apo të flisni me dhunuesin;
- Ju nuk duhet të flisni me familjarë ose me shokë të dhunuesit;
- Një mik ose i afërm mund të qëndrojë me ju gjatë kohës që prisni tju thërrasë gjykata;
- Tregoji një punonjësi policie se ju keni frikë nga dhunuesi dhe se kërkonit që ai/ajo të kujdeset për ju;
- Sigurohuni që të merrni shkurtimin e vendimit para se të lini gjykatën;
- Kërkoji policisë tju shoqërojë ose të mbajë dhunuesin deri sa ju të largoheni kur seanca gjyqësore të përfundojë;
- Largohuni menjëherë nëse dhunuesi është duke ju ndjekur kur ju largoheni nga gjykata dhe telefononi menjëherë tek 129;
- Kudo që të shkoni merrni kopje të udhrit të mbrojtjes me vehte, ai është i vlefshëm kudo;

Përdor ligjin, urdhrin e policisë dhe urdhrin e menjëhershëm të mbrojtjes si edhe urdhrin e mbrojtjes për tu mbrojtur;

Policia merr masa paraprake të mbrojtjes së menjëhershme të cilat janë të një rëndësie të veçantë për sigurinë tuaj, ndër të cilat: urdhërimin për largimin e dhunuesit/es nga banesa derisa gjykata të nxjerrë urdhrin e menjëhershëm të mbrojtjes ose urdhrin e mbrojtjes. UMM dhe UM të lëshuara nga gjykata parashikojnë masa mbrojtëse për sigurinë e viktimës.

Gjykata merr masa mbrojtëse me UMM dhe UM me qëllim sigurinë tuaj;

Gjykata të nxjerrë urdhrin e menjëhershëm të mbrojtjes ose urdhrin e mbrojtjes. UMM dhe UM të lëshuara nga gjykata parashikojnë masa mbrojtëse për sigurinë e viktimës.

- Tregoji gjykatës foto të dëmtimeve tuaja nga dhuna;
- Tregoji gjyqtarit/es se ju nuk ndiheni e sigurtë kur dhunuesi vjen në shtëpi të marrë fëmijët për ti takuar apo kur i kthen ata;
- Kërkoji gjykatës të urdhërojë dhunuesin të marrë dhe të kthejë fëmijët në komisariatit e policisë ose në një vend tjetër të sigurtë;
- Tregoji gjyqtarës/it nëse dhunuesi ka kërcënuar apo dëmtuar fëmijët dhe kërko që vizitat të jenë të mbikqyrura;
- Mbye Urdhrin e Mbrojtjes me vete gjatë gjithë kohës;

Prokuroria

- Tregoji prokurorit urdhrin e gjykatës;
- Tregoji prokurorit raportet mjeksore të dëmtimeve tuaja ose foto nëse keni;
- Tregoji prokurorit për dëshmitarë të dëmtimeve tuaja;
- Kërkoji prokurorit tju vërë në dijeni në kohë nëse dhunuesi do të lërë burgun;

Kontakte:

Tiranë:

Qendra Kombëtare e Trajtimit të Viktimave të Dhunës në Familje; Tel:
+355695500895

Strehëza për Gratë dhe Vajzat e Dhunuara, Tiranë;

Tel: +355 042261885/

+ 355 692070031; E-mail: saëg.albania@gmail.com

Qendra Kombetare Pritëse e viktimave të Trafikimit; Tel: +355692649181

Qendra Të ndryshëm dhe të Barabartë, Email: different&equal@icc-al.org

Tel: 0696308188

Streha LGBTI; Tel: +355699839189; Email: sos@strehalgbt.al

info@strehalgbt.al ndihme@strehalgbt.al;

Lista e shërbimeve ligjore falas pranë gjykatave të ndryshme të vendit

Pranë Gjykatës së Rrethit Gjyqësor Durrës ofrojnë shërbime ligjore falas:

Av. Alketa Kajmaku, Durrës, +355 694785340

Av. Sonila Shehu, Durrës, +355 685827370

Në Tiranë, avokatet e Qendrës për Nisma Ligjore Qytetare, në numrin:+355 672754655

ADRF pranë Gjykatës së Rrethit Gjyqësor Fier:

Av. Inva Malaj; +355 699169196

Av. Hektor Hoxha;+355 694653032

Në Lezhë, TLAS, Nr. i telefonit +355 69 74 20 906

Harta e shërbimeve rezidenciale publike dhe jopublike të strehimit emergjent për viktimat e dhunës me bazë gjinore dhe dhunës në familje

Qendrat rezidenciale emergjente publike dhe jopublike (strehëzat emergjente) që ofrojnë shërbime 24 – 72 orë, për viktimat e dhunës me bazë gjinore dhe dhunës në familje

Shërbimet e Shëndetit mendor

Rajoni i Tiranës

- 1- Klinika Universitare Psikiatrike / Qendra Spitalore “Nënë Tereza”
- 2- Shërbimi psikiatrik për fëmijë dhe adoleshentë
- 3- Qendra Komunitare të Shëndetit Mendor (QKSHM)
- 4- Qendra Kombëtare e Mirërritjes, Zhvillimit dhe Rehabilitimit të Fëmijëve
- 5- Dy shtëpi të mbështetura në të cilën do të akomodohen dhe banorët e shtëpisë së parë Sant’Egidio
- 6- 2 Qendra Ditore të organizuara nga OJQ: “Alternativa” dhe “Fountain House”

Rajoni i Elbasanit

- 1- Spitali Psikiatrik (duke përfshirë edhe qendër ditore për pacientët e spitalit)
- 2- Shtëpi e Mbështetur për 10 persona në Elbasan
- 3- Shtëpi e Mbështetur për 12 persona në Cërrik
- 4- Aktiviteti që gjeneron të ardhura, Ndërmarrja Sociale “Së bashku”
- 5- Qendër Komunitare e Shëndetit Mendor në Elbasan
- 6- Qendër Komunitare e Shëndetit Mendor në Korçë
- 7- Qendër Komunitare e Shëndetit Mendor në Gramsh

Rajoni i Vlorës

- 1- Spitali Psikiatrik
- 2- Qendër Komunitare e Shëndetit Mendor në Vlorë
- 3- Tre shtëpi të mbështetur për 34 persona gjithsej
- 4- Qendër Komunitare e Shëndetit Mendor në Berat
- 5- Rajoni i Shkodrës
- 6- Pavion psikiatrik në Spitalin e Përgjithshëm të Shkodrës
- 7- Shtëpia e Mbështetur ‘Mimoza’ për 10 persona
- 8- Qendër Komunitare e Shëndetit Mendor në Shkodër
- 9- Katër shtëpi të mbështetura për 52 persona gjithsej