

NATAŠA BIJELIĆ

TAMNA STRANA LJUBAVI
PRIČA O TANJI I MARIU



BITTER-SWEET CHOCOLATE

CESI - CENTAR ZA EDUKACIJU I SAVJETOVANJE ŽENA

AUTORICA: NATAŠA BIJELIĆ / IZDAVAČICE: CESI - CENTAR ZA EDUKACIJU I SAVJETOVANJE ŽENA, FILIPOVIĆEVA 20, ZAGREB / ZA IZDAVAČICE: SANJA CESAR / LEKTURA: SANJA GALEKOVIĆ / GRAFIČKO OBLIKOVANJE: BOŽIDARKA VUČIČEVIĆ, TOMISLAV KRALJEVIĆ / NAKLADA 10 000 KOM. / TISAK: PRINTEL D.D. /

BESPLATNO.

BROŠURA JE NASTALA UZ FINANIJSKU POMOĆ UNIFEM-A I GRADA ZAGREBA.

KONTAKT ADRESA: CESI - CENTAR ZA EDUKACIJU I SAVJETOVANJE ŽENA / FILIPOVIĆEVA 20 / 10 000 ZAGREB / TEL: 01/24 22 800 / FAX:01/24 22 801 / E-MAIL: CESI@ZAMIR.NET / WEB STRANICE: WWW.CESI.HR / WWW.SEZAM-HR.NET

Ovo je priča o dvoje srednjoškolaca i njihovoj ljubavnoj vezi. Kada kažemo ljubavna veza, prva asocijacija nam je ljubav, nježnost, sviđanje. Možda nam padaju na pamet neki romantični filmovi ili knjige koje smo svi, zasigurno, gledali, čitali i gdje je sve idealno i savršeno. Ali vidjet ćemo iz priče koja slijedi da stvarnost nije uvijek tako "ružičasta". U početku je veza Tanje i Maria sličila bilo kojem romantičnom filmu, ali s vremenom su se stvari počele mijenjati.

Tanja i Mario bili su već godinu dana zajedno. Na prvi pogled bili su tipičan ljubavni par. Svima se činilo da su jako zaljubljeni i da se vole, puno vremena su provodili skupa i neki su smatrali da su najzgodniji par na školi. Mario se sviđao Tanjinim roditeljima, ali i prijateljima i prijateljicama, a i ona njegovima, tako da se promatračima činilo da je njihova veza savršena. Mario je upoznao Tanjine roditelje i često bi dolazio u njenu kuću.

Tanja se prisjećala kako je započela njihova veza. Bio joj je to najljepši period u životu. Bila je uzbuđena jer ga je viđala svaki dan u školi, znali su se ljubiti pod odmorima, navečer bi ju zvao i pričali bi satima telefonom. I sada ju zove svaku večer, ali ljuti se ako ona ne može voditi duge razgovore s njim. Još uvijek je dobar prema njoj mada se ponekad zna razbjesniti iz čudnih ili nepoznatih razloga. Mislila je da je to tako u ljubavi, pogotovo kada su osjećaji tako snažni kao što su to njihovi.

Ako pogledamo pažljivije vidjet ćemo da je njihova veza bila daleko od savršene. Tanja je imala prilično naporan dan, pisala je dva kontrolna koji nisu bili baš laki i morala je puno učiti, a nakon škole ju je čekao sastanak redakcije školskog lista. Bila je novinarka školskog lista i uživala je u tome, bio je to njen hobi i njena strast jer je voljela istraživati, dolaziti do novih informacija i razgovarati s različitim osobama. Za

vrijeme sastanka Mario joj je poslao pet SMS poruka s pitanjem gdje je, s kime, kada će doći kući i kada ju može nazvati.

Kada je došla kući, nije niti skinula jaknu, već je zazvonio telefon. Bio je to Mario.

“Gdje si ti do sada?”, upitao je.

“Pa na sastanku školskog lista! Zar nisi dobio moju poruku? Rekla sam da ću ti se javiti kad stignem kući.”

“Ne sviđa mi se što toliko vremena provodiš u tom školskom listu. Imam osjećaj kao da se više uopće ne vidamo, sve manje i manje vremena provodiš sa mnom! Kao da ti više nije stalo do mene...”, reče Mario tužnim glasom.

“Ali Mario, pa stalno smo zajedno! Jučer smo bili zajedno, vidamo se svaki dan u školi! Uostalom, rekla sam ti da mi je danas taj sastanak. Pripremamo važnu temu, o seksualnosti mladih, pa je Tin htio da prođemo kroz sve važne aspekte koje trebamo pokriti u tekstovima.”

“Tin!”, uzviknuo je Mario, “Taj zavodnik koji misli da je najbolji frajer na školi! Sigurno se i tebi sviđa kad si toliko okupirana školskim listom. Priznaj da ti se sviđa!”, uzrujano će Mario.

“Tin je urednik školskog lista i ne, ne sviđa mi se! Pa to sam ti već sto puta rekla! Zašto opet moramo raspravljati o tome?”, iznervirano će Tanja.

U taj tren u sobu ulazi Tanjina mama i kaže kako hitno treba telefon i moli ju da završi razgovor jer očekuje važan poziv iz inozemstva.

“Mario, moram prekinuti razgovor. Mama hitno treba telefon! Vidimo se sutra u školi”, užurbano će Tanja.

“Ti nikada nemaš vremena razgovarati sa mnom! Uvijek su ti neke druge stvari važnije! Pitam se da li ti je uopće stalo do mene?!”, reče Mario.

A Tanja će na to: “Moram ići, ne mogu sad o tome. Vidimo se sutra u Kockici prije škole!”.

PRVA LJUBAV JE ZAISTA NEŠTO POSEBNO I PREKRASNO, TA ZALJUBLJENOST, PRVE NJEŽNOSTI, POLJUPCI I SILNA ROMANTIKA. PITATE SE ŠTO JE LOŠE U TOME? OBIČNO NIŠTA! ALI PONEKAD NEŠTO ŠTO NAM SE U POČETKU MOŽE ČINITI KAO STRASTVENA LJUBAV I PRIVRŽENOST, MOŽE ZAPRAVO BITI ZNAK LJUBOMORE, POSESIVNOSTI I KONTROLE. TO SU SVE RANI ZNACI UPOZORENJA KOJI MOGU UKAZIVATI NA NASILNO PONAŠANJE U VEZI.

ŠTO JE NASILJE U ADOLESCENTSKIM VEZAMA? NASILJE U ADOLESCENTSKIM VEZAMA NISU “DJEČJE SVAĐE”, NEGO OZBILJAN PROBLEM JER OSOBE KOJE SE TAKO PONAŠAJU VEĆ U ADOLESCENCIJI, PONAŠAT ĆE SE ISTO U SVOJIM BUDUĆIM VEZAMA I U BRAKU. TO JE OBRAZAC NASILNOG PONAŠANJA KOJI OSOBA KORISTI PROTIV DRUGE OSOBE, TJ. SVOJE DJEVOJKE (U NAJVEĆEM BROJU SLUČAJEVA!!!) ILI MLADIĆA. NASILJE JE POSLJEDICA NERAVNOPRAVNIH ODNOSA IZMEĐU SPOLOVA, ODNOSNO PATRIJARHALNOG DRUŠTVA U KOJEM ŽIVIMO I U KOJEM MUŠKARCI ZLOUPOTREBLJAVAJU SVOJU MOĆ.

MNOGA ISTRAŽIVANJA I STATISTIKE POKAZUJU DA SU VEĆINOM ŽRTVE NASILJA ŽENE/DJEVOJKE, A ZLOSTAVLJAČI MUŠKARCI/MLADIĆI I ZBOG TOGA ĆEMO VEĆINOM U OVOJ BROŠURI ZA ŽRTVU KORISTITI “DJEVOJKA I/ILI ONA”, A ZA NASILNIKA “MLADIĆ I/ILI ON”. NO, TO NE ZNAČI DA SE NASILJE NE VRŠI I NAD MLADIĆIMA. ONO JE ZASIGURNO PRISUTNO, ALI U MANJOJ MJERI NEGO ŠTO JE TO NASILJE PROTIV ŽENA. BEZ OBZIRA JE LI ŽRTVA OSOBA MUŠKOG ILI ŽENSKOG SPOLA, BILO KOJI OBLIK NASILJA U VEZI JE **NEPRIHVATLJIV!**

NASILJE MOŽE IZAZVATI FIZIČKE POVREDE, PA ČAK I SMRT, ALI ONO NE MORA BITI SAMO FIZIČKE PRIRODE. MOŽE UKLJUČIVATI VERBALNO I EMOCIONALNO NASILJE - STALNE UVREDE, IZOLACIJU OD PRIJATELJA/IČA I OBITELJI, NAZIVANJE RAZNIM POGRDNIM IMENIMA, KONTROLIRANJE NEČIJEG ODIJEVANJA, PONAŠANJA, KRETANJA. TAKOĐER MOŽE UKLJUČIVATI I SEKSUALNO ZLOSTAVLJANJE - MEĐU MLADIMA SU NAJČEŠĆE PRISILE NA STUPANJE U SEKSUALAN ODNOS PROTIV VOLJE DRUGE OSOBE. NASILJE SE MOŽE DESITI



SVAKOME OD NAS, U BILO KOJOJ DOBI, BEZ OBZIRA NA FIZIČKI IZGLED, STUPANJ OBRAZOVANJA, MJESTO STANOVANJA, ITD. OSOBE KOJE VRŠE NASILJE SU NAJČEŠĆE NAMA POZNATE I BLISKE OSOBE, A NE NEKI MANIJACI KOJI VREBAJU IZ MRAČNIH ULICA PO NOĆI (IAKO IMA I TAKVIH!). NASILJE U VEZAMA NIJE SAMO KARAKTERISTIKA HETEROSEKSUALNIH VEZA, ONO SE MOŽE JAVITI I U VEZAMA OSOBA ISTOG SPOLA.

NARAVNO, TO NE ZNAČI DA SVAKA SVAĐA ILI RASPRAVA U VEZI UKAZUJE NA NASILNO PONAŠANJE. U SVAKOJ VEZI SU PRISUTNI NESPORAZUMI I SUKOBI JER NE POSTOJI PAR KOJI SE NIKADA OKO NIČEGA NIJE SUKOBIO ILI POSVAĐAO, ALI ONO ŠTO JE VAŽNO JEST DA TE SVAĐE NE IZMAKNU KONTROLI I DA JE MOGUĆE MEĐUSOBNIM RAZGOVOROM RIJEŠITI PROBLEM KOJI SE POJAVIO U VEZI I KOJI JE RAZLOG SUKOBA. KVALITETNA VEZA PODRAZUMIJEVA MEĐUSOBNO POŠTOVANJE, OTVORENU I ISKRENU KOMUNIKACIJU. TO ZNAČI POŠTIVATI OSOBNOST I GRANICE VAŠEG PARTNERA/ICE I NE NANOSITI MU/NJOJ EMOCIONALNU ILI FIZIČKU BOL.

Kockica je bio kafić u blizini škole gdje se išlo na kave prije ili poslije škole, a neki su tamo znali provoditi i čitavu nastavu.

Tanja je, prije škole, sjedila u Kockici s Majom i ispijala jutarnju kavu. Iako je Maja išla u istu školu, Tanja ju je rijetko viđala. Nekad su bile najbolje prijateljice, a otkako se zaljubila u Maria nekako nije imala baš previše vremena za druženje sa starim prijateljima i prijateljicama, jer je sve svoje slobodno vrijeme provodila s dečkom. Ubrzo im se pridružio i Mario.

“Bok”, reče Mario.

“Bok”, odvratiše one u isti glas.

“Tanja, što je to s tobom? Izgledaš ko strašilo bez šminke! Trebala bi malo više pripaziti na svoj izgled, a ne se ovako zapustiti! Želim da moja cura bude pravi komad!”, reče Mario.

Tanja se samo nelagodno nasmiješi i izusti: “Pa nisam imala vremena jutros. Zaspala sam i žurila da stignem na kavu!”

U kafiću je bila gužva i konobar nije dolazio neko vrijeme. Mario je bio nervozan i polako gubio živce, ali pila mu se kava pa je odlučio otići do šanka i sam naručiti.

Maja je iskoristila taj trenutak da bi Tanji rekla kako joj se nimalo ne sviđa kako se Mario odnosi prema njoj, a Tanja će na to:

“Ma nije on to tako mislio! Ne znaš ti njega, on je zapravo jako drag i pažljiv i zbilja me jako voli.”

MOŽDA NA VAŠIM PRIJATELJICAMA/PRIJATELJIMA NEMA TRAGOVA FIZIČKOG NASILJA, ALI TO NE ZNAČI DA VEZA U KOJOJ SE NALAZE NIJE NASILNA. PA KAKO ONDA ZNATI? AKO STE PRIMIJETILI VRIJEĐANJE, OMALOVAŽAVANJE, ISKORIŠTAVANJE, POSESIVNO I LJUBOMORNO PONAŠANJE, KONTROLIRANJE, VIKANJE, NAGURAVANJE, AGRESIVNO REAGIRANJE OD STRANE DEČKA (ILI MOŽDA CURE) U TOJ VEZI, ONDA SU TO ZNAKOVI KOJI UKAZUJU NA NASILNU VEZU. POSLUŠAJ SVOJ UNUTRAŠNJI OSJEĆAJ JER SIGURNO SE NE BRINEŠ BEZ RAZLOGA! VRIJEĐANJE, OMALOVAŽAVANJE, RUŽNI KOMENTARI I SVE ONO ŠTO ČINI DA SE DRUGA OSOBA OSJEĆA LOŠE, NELAGODNO I NESRETNOSTI SU ZNAKOVI LJUBAVI VEĆ NASILJA!

Mario je na šanku sreo neke frendove, zapričao se s njima i usput popio kavu. Kad je došao do Tanjinog stola, Maja je već bila otišla, a i njima je bilo vrijeme da krenu u školu jer nastava ubrzo počinje. Mario je prišao Tanji, nasmiješio joj se, poljubio je u usne i rekao: “Srećo, jel’ bi mi mogla platiti kavu, starci mi jutros nisu imali sitnoga!”

Kad je Tanja pristala, Mario je samo dodao: “Imam iznenađenje za tebe! Starci mi odlaze preko vikenda i imat ću prazan stan. Mogla bi doći do mene u subotu, ha?”

Iako su godinu dana u vezi još uvijek nisu spavali, iako im je par puta malo falilo. Tanja bi to uvijek odbijala jer nije bila spremna. Došla je subota i negdje oko 20 sati stigla je i Tanja. Mario je posudio u videoteci neku romantičnu komediju. Znao je da s tim ne može fulati jer sve cure vole takve limunade. Gledali su oni tako film, pili sok i malo po malo su se iz sjedeće pozicije lagano ispružili na kauču i vrlo brzo počeli ljubiti i pipkati. Mario je zavukao ruku ispod Tanjine majice i počeo joj otkopčavati i skidati grudnjak. Njoj su bili ugodni dodiri, maženje i ljubljenje. Uživala je u toj strasti i toplini. Tek kad joj je počeo zavlačiti ruku u gaćice, osjetila je nelagodu i htjela je prekinuti. Otvorila je oči i iznad sebe ugledala Maria koji je bio sav uzbuđen i izvan sebe od silne strasti koja ga je obuzela. Njegov dodir je sada postao grub i agresivan. Rekla mu je da prestane, da to ne radi, da ona nije spremna i ne želi, pokušavala se izvući, ali njegovo tijelo je bilo preteško, pritiskalo ju i zarobilo. On se nije obazirao na njene proteste, mislio je da ako su u vezi ima pravo na seks. Uostalom, kroz glavu mu je proletjelo, zašto mi je dala da joj skinem grudnjak, ako to ne želi?

“Mario, molim te prestani... nemoj...nisam spremna!”, uplašeno će Tanja.

Mario je bio ljut jer ovo im je već sigurno stoti pokušaj i više mu se nije dalo čekati pa je samo rekao:”Da me voliš i da ti je stalo do mene, učinila bi to! Samo me želiš provocirati!” Tanja se na brzinu obukla i rekla da se mora požuriti kući jer ima previše za učiti. Dok je hodala prema kući razmišljala je da bi možda trebala popustiti i napokon spavati s njim ako mu je već toliko stalo do toga, a bojala se i da ju ne ostavi ako bude još više odgađala taj seks.

SEKSUALAN ODNOS ZAHTIJEVA OBOSTRANI PRISTANAK. AKO NEKA OSOBA JOŠ NIJE SPREMNA I OSJEĆA DA JOJ TREBA VREMENA, ONDA JEDINO ŠTO DRUGA STRANA MOŽE UČINITI JEST DA TO PRIHVATI I RAZUMIJE. NITKO NE SMIJE BITI PRISILJAVAN/PRISILJAVANA NA ONO ŠTO NE ŽELI. MLADIĆI SU TI KOJI NAJČEŠĆE NAGOVARAJU DJEVOJKE NA STUPANJE U SEKSUALAN ODNOS. NAGOVARANJE I PRISILJAVANJE VAŠE DJEVOJKE (ILI MLADIĆA) NA STUPANJE U SEKSUALAN ODNOS TE EMOCIONALNE UCJENE POPUT: "DA ME VOLIŠ, TI BI..." - NISU ČIN LJUBAVI VEĆ NASILJE! AKO SPAVATE S NEKIM PROTIV SVOJE VOLJE SAMO DA BI UDOVOLJILI TOJ OSOBI ILI IZ STRAHA DA ĆE VAS TA OSOBA OSTAVITI AKO JU ODBIJETE, ONDA JE VRLO VJEROJATNO DA ĆETE SE KASNIJE OSJEĆATI LOŠE I MOŽETE ZAŽALITI ZBOG TE ODLUKE.

Tanja se ostatak vikenda osjećala loše. Nije spavala, a ujutro se nije mogla prisiliti da nešto pojede jer je osjećala mučninu u želucu. Loš osjećaj nije nestao ni kad je u ponedjeljak krenula u školu. Kako bi se oraspoložila, odlučila je obući novu zelenu usku majicu s "V" izrezom za koju je smatrala da joj jako dobro pristaje i da joj se slaže s bojom očiju. Odmah se osjećala bolje i tako je krenula u školu.

KAO REZULTAT PSIHIČKOG I TJELESNOG ZLOSTAVLJANJA KOD ŽENA I DJEVOJAKA SE MOGU JAVITI OZBILJNE TEŠKOĆE KOJE MOGU DJELOVATI NEGATIVNO NA NJENO ZDRAVSTVENO STANJE. NEKI OD FIZIČKIH I PSIHIČKIH SIMPTOMA KOJI SE JAVLJAJU SU: ČESTE GLAVOBOLJE, ŽELUČANI PROBLEMI, POTEŠKOĆE S KONCENTRACIJOM, TEŠKOĆE U UČENJU, POREMEĆAJI SPAVANJA, DEPRESIJA I OSTALI SIMPTOMI VEZANI UZ STRES.

Prije početka nastave, Tanja je stajala u hodniku s frendovima iz razreda, Krešom i Ivanom, i razgovarala o njihovom provodu za vikend. Oni su joj prepričavali subotnji izlazak, a ona se non-stop smijala njihovim dogodovštinama. U taj tren pojavio se Mario i pozvao Tanju sa strane jer joj je imao nešto važno za reći.

“Oprosti na onome neki dan! Žao mi je što je tako ispalo! Znaš, jako me privlačiš i htio bih to učiniti s tobom. Ovako kad me odbijaš imam osjećaj da me ne voliš i da ti nisam privlačan i zbog toga se lako iznerviram!, reče Mario.

“Ne, nije to! Naravno da te volim i da si mi privlačan, ali se ne osjećam spremna! Treba mi još vremena...”, na to će Tanja.

“Primijetio sam kako te ovi frajeri odmjeravaju. Nisu skidali pogled s tvojih sisa. Ne bi smjela nositi takve kurvinske majice jer tako samo izazivaš frajere!”

Nakon ovoga, Tanja je čitavu nastavu prosjedila zaogrnuta jaknom jer je imala osjećaj da svi bulje u njen dekolte, a kada je došla kući bacila ju je u ormar i odlučila da ju nikada više neće obući.

ZNAKOVI NASILJA U VEZI

VEĆINOM SE NASILJE U VEZAMA DOGAĐA KADA JE PAR NASAMO, ALI ONO SE MOŽE DESITI I NA JAVNIM MJESTIMA. AKO SE NASILJE DEŠAVA U JAVNOSTI MOŽDA NEĆETE PRIMIJETITI DRAMATIČNE I VIDLJIVE ZNAKOVE KAO ŠTO SU “ŠLJIVE” ISPOD OKA ILI MASNICE PO RUKAMA, ALI TO NE ZNAČI DA U VEZI NIJE PRISUTNO NASILJE. POSTOJE I NEKI DRUGI ZNAKOVI KOJI UKAZUJU NA NASILJE U VEZI KAO ŠTO SU:

- 1) ON/ONA NAZIVA PARTNERICU/PARTNERA RAZLIČITIM POGRDNIM IMENIMA (NPR. “GLUPAČO”, “IDIOTE”) KAD SU ZAJEDNO ILI JU/GA VRIJEĐA I OMALOVAŽAVA PRED DRUGIMA.
- 2) ON/ONA SE PONAŠA VRLO LJUBOMORNO KADA PARTNERICA/PARTNER PRIČA S DRUGIM DEČKIMA/CURAMA ILI PRIJATELJIMA/PRIJATELJICAMA.
- 3) ONA/ON PRONALAZI ISPRIKE ZA NJEGOVO/NJEZINO NASILNO PONAŠANJE I STALNO GA/JU OPRAVDAVA PRED DRUGIMA.
- 4) ON/ONA UVIJEK PROVJERAVA GDJE JE PARTNERICA/PARTNER, S KIME TE ZAHTIJEVA DA ZNA U SVAKOM TRENUTKU ŠTO RADI.
- 5) ON/ONA ČESTO GUBI ŽIVCE, MOŽDA ČAK UDARA ILI RAZBIJA STVARI/PREDMETE KAD JE LJUT/LJUTA.
- 6) ONA/ON SE BRINE DA GA/JU NE RAZLJUTI ILI IZAZOVE BIJES U NJEMU/NJOJ.
- 7) ONA/ON ČESTO ODUSTAJE OD STVARI KOJE SU JOJ/MU NEKADA BILE VAŽNE KAO ŠTO JE NPR. DRUŽENJE I IZLASCI S PRIJATELJIMA/PRIJATELJICAMA ILI BAVLJENJE NEKOM AKTIVNOŠĆU TE POSTAJE SVE VIŠE IZOLIRANA/IZOLIRAN I USMJERENA/USMJEREN SAMO NA PARTNERA/PARTNERICU.



- 8) NJENE/NJEGOVE OCJENE, FIZIČKI IZGLED, TJELESNA TEŽINA SU SE DRISTIČNO PROMIJENILE. TO MOGU BITI ZNACI DEPRESIJE KOJI MOGU UKAZIVATI NA ZLOSTAVLJANJE.
- 9) ONA/ON IMA POVREDE, RANE KOJE NE MOŽE OBJASNITI ILI SU OBJAŠNJENJA KOJA DAJE "PROZIRNA" I NEUVJERLJIVA.

MEĐUTIM, IMAJTE NA UMU DA SE GORE NAVEDENA PONAŠANJA NAJČEŠĆE DOGAĐAJU DJEVOJKAMA JER SU ONE TE KOJE U NAJVEĆEM BROJU SLUČAJEVA TRPE NASILJE U VEZAMA!

Mario je nedavno napunio 18 godina i položio vozački ispit. Sanjao je o tom trenutku još od šesnaeste godine i sad mu se napokon želja ispunila. Osjećao se nevjerovatno važno i ponosno kada bi mu tata, s vremena na vrijeme, dao auto. Uspio ga je nagovoriti da mu posudi auto kako bi došao s njim u školu. Osjećao se sav važan. Uopće mu nije bio problem što mora krenuti ranije da bi našao parking kraj škole. Došao je prvo po Tanju i tako su se zajedno vozili do škole. Kad su se parkirali, Mario je predložio Tanji da odu na pizzu poslije nastave. Tanja je rekla da ne može jer je sutra rok za predaju tekstova za školske novine. Na to se Mario razbjesnio, počeo vikati i govoriti joj da ona nikad nema vremena za njega i da ih taj njen posao sprečava da se vidaju. Ona na to nije ništa rekla već je samo otvorila vrata od auta želeći što prije izaći.

"Kamo si krenula? Još nisam završio!", zaurao je Mario ljutito, istovremeno ju povlačeći za zglob i izvrćući joj ruku ne bi li se vratila na mjesto.

"Uopće me ne poštuješ i samo me izbjegavaš!", bijesno će Mario.

"Ajme, to boli! Pusti me, molim te!", zausti Tanja.

U taj tren Mario popusti stisak i oslobodi Tanjinu

ruku. Tanja je sjedila na suvozačevom mjestu, masirala zglob koji je bio bolan i crven i tiho plakala. Sjedili su par minuta u tišini, nakon toga je Mario pokunjeno izustio: “Žao mi je! Nedostaješ mi kad nismo zajedno. Oprosti što sam izgubio živce! Neće se više ponoviti.”

“Nema veze!”, reče Tanja. “Možda bi ipak trebala prestati pisati za školske novine. U pravu si, premalo se vidamo radi toga!”, nagne se prema njemu, poljubi ga i doda: “Žurim na tjelesni! Vidimo se pod odmorom.”

KAKO IZGLEDA VAŠA VEZA?

NAZIVA LI VAS POGRDNIM IMENIMA I DERE SE NA VAS?
NASTOJI LI KONTROLIRATI NAČIN NA KOJI SE OBLAČITE,
S KIM SE VIĐATE I RAZGOVARATE?

PLAŠI LI VAS NJEGOV TEMPERAMENT I PONAŠANJE?
BOJITE LI SE PROTURJEČITI MU?

PRISILJAVA LI VAS NA SEKS KADA VI TO NE ŽELITE?

JE LI VAS UDARIO, OŠAMARIO ILI NA BILO KOJI DRUGI
NAČIN FIZIČKI POVRIJEDIO?

RAZBIJA LI ILI BACA STVARI KADA JE BIJESAN?

JE LI JAKO LJUBOMORAN?

AKO SU VAŠI ODGOVORI NA OVA PITANJA POTVRDNI,
NALAZITE SE U NASILNOJ VEZI I IZLOŽENI STE
OPASNOSTI!

ZAPAMTITE, NITKO NE ZASLUŽUJE ZLOSTAVLJANJE!

NASILNICI ČESTO KORISTE RAZLIČITE METODE KAKO BI
KONTROLIRALI DJEVOJKE/ŽENE. TO MOŽE BITI IZOLACIJA
OD NJENE OBITELJI I PRIJATELJA/PRIJATELJICA; NASILNIK
MOŽE BITI ŠARMANTAN I ZAVODLJIV DA DOBIJE ONO
ŠTO ŽELI, A AKO TO NE DOBIJE POSTAJE IZRAZITO
NEPRIJATELJSKI NASTROJEN; NJEGOVA PERCEPCIJA
DJEVOJČINA PONAŠANJA JE ISKRIVLJENA, VJEŠTO
OBMANJUJE SEBE I DRUGE; NASILNIK ČESTO PONIŽAVA
DJEVOJKU NAZIVAJUĆI JE POGRDNIM IMENIMA, ISMIJAVA
JE ILI SE IZRUGUJE NJENOM IZGLEDU, ODJEĆI ILI
POSTUPCIMA. NASILNIK TAKOĐER POKAZUJE ZNAKOVE
LJUBAVI PREMA DJEVOJCI, ISPRIČAVA SE ZA SVOJE
PONAŠANJE I OBEĆAVA DA VIŠE NIKADA NEĆE BITI
NASILAN ŠTO SE, NARAVNO, NE DOGAĐA, VEĆ SE
NASILJE NASTAVLJA!

IZ POZICIJE ŽRTVE, SVAKI NASILAN ODNOS IMA
NEKOLIKO FAZA:

- 1) JAČANJE ILI ESKALACIJA NASILJA - OZNAČAVA
POČETAK DOGAĐAJA KADA NASILNIKOV STRES I
NAPETOST JAČAJU, JAVLJA SE ZLOVOLJA, SRDŽBA.

- 2) EKSPLOZIJA/NASILNO PONAŠANJE - ODNOSI SE NA NASILNO PONAŠANJE KOJE UKLJUČUJE SVE VRSTE ZLOSTAVLJANJA. NASILNIK POKUŠAVA UZ POMOĆ NASILJA KONTROLIRATI SITUACIJU.
- 3) MEDENI MJESEC ILI ŽALJENJE - ONO SLIJEDI NAKON ZLOSTAVLJANJA. NASILNIK MOŽE OSJEĆATI OLAKŠANJE ILI STID, ČESTO SE ISPRIČAVA I POKUŠAVA BITI NJEŽAN. MOŽE OBEĆATI DA ĆE SE U BUDUĆE PONAŠATI BOLJE, MOŽE SE POKUŠATI ISKUPITI NEKIM POKLONOM.

SIGURNO SE PITATE ZAŠTO DJEVOJKE OSTAJU U NASILNIM VEZAMA. NAJČEŠĆI RAZLOZI SU:

- BOJI SE ZA SVOJU FIZIČKU SIGURNOST,
- MISLI DA MU MOŽE POMOĆI AKO OSTANE S NJIM KAKO BI SE PROMIJENIO,
- MISLI DA ON NE MOŽE ŽIVJETI BEZ NJE (UBIT ĆE SE I SL.),
- SMATRA DA TO I NIJE TAKO LOŠA VEZA,
- VOLI GA I RAZMIŠLJA O NJEGOVIM POZITIVNIM OSOBINAMA,
- SMATRA DA JE NJENA DUŽNOST SPASITI VEZU,
- NE ŽELI DA ITKO SAZNA ZA NASILJE JER OSJEĆA SRAM I PONIŽENJE,
- OKRIVLJUJE SEBE ZA SVE, SMATRA DA JE ZAVRIJEDILA NASILJE,
- MISLI DA SU MUŠKARCI NAPROSTO TAKVI, TJ. NASILNI,
- OBIČNO NAKON NASILNE EPIZODE DOLAZI FAZA U KOJOJ JE SVE U REDU I U KOJOJ SE NASILNIK TRUDI BITI "DOBAR" I "PAŽLJIV" PA ŽRTVA POVJERUJE DA SE NASILJE VIŠE NEĆE PONOVI TI TE OSTAJE I DALJE S NJIM.

MEĐUTIM, ČINJENICA JE DA NASILNE EPIZODE POSTAJU SVE ČEŠĆE I BRUTALNIJE, A PERIODI "MIRA" I "SREĆE" SVE KRAĆI I RJEDI. ŽBOG TOGA JE IZUZETNO VAŽNO **ŠTO PRIJE IZAĆI IZ NASILNE VEZE.**

Mjeseci su polako prolazili. Tanja je još neko kratko vrijeme nastavila pisati za školske novine, a onda je uvidjela da joj to ipak oduzima previše vremena i da se zbog toga rijetko viđa s Mariom. Ubrzo je odustala od novinarstva nadajući se da će se sada, kada mogu više vremena provoditi zajedno, njihova veza poboljšati te da će sve biti kao na početku.

Ali Mario je postajao sve napetiji i nervozniji i to je trajalo čitavo vrijeme. Bilo je jednostavno izbaciti ga iz takta. Lako bi planuo, iznervirao se ili pak burno i agresivno reagirao. Tanja nije razumjela o čemu se radi, htjela je samo da sve bude kao na početku veze. Nije mu se sviđalo ako bi Tanja izlazila s frendovima van, tako da ih više uopće nije viđala. Bar jednom u dva tjedna, Mario bi izgubio živce i postao agresivan, baš kao onda u autu.

Jedan vikend su trebali ići na tulum kod Borisa. Boris je slavio 18-ti rođendan, bili su pozvani apsolutno svi i očekivalo se veliko slavlje. Došlo je puno ljudi, svirala je glasna muzika i bilo je hrane i pića u izobilju. Većina je plesala i zabavljala se, neki su stajali, pričali i smijali se. Sve u svemu, vladala je pozitivna i vesela atmosfera. Tanja se također izvrsno zabavljala, plesala je i pričala sa svima jer je nakon dugo vremena srela stare frendove koje baš i nije imala priliku često viđati. Mario je neko vrijeme promatrao Tanju i postajao sve nervozniji. U jednom trenu došao je do nje i počeo joj govoriti kako ga izbjegava cijelu večer i kako očijuka s drugim dečkima i da ga vjerojatno vara kad on nije u blizini. Tanja se opravdavala govoreći kako ima priliku družiti se s nekim dragim ljudima koje dugo nije vidjela i da nije istina da okolo zavodi muškarce i da ga vara. Mariev bijes je nekontrolirano rastao i u jednom trenu joj je opalio takvu šamarčinu da je Tanja pala na obližnji stol i srušila čaše. Bila je u šoku i nije mogla vjerovati što se događa. Muzika je glasno treštala tako da većina nije ni primijetila što se dogodilo između Tanje i Maria. Oni koji su vidjeli

također su ostali stajati kao na mjestu ukopani i nisu se htjeli miješati jer su mislili da je to ionako njihova stvar.

Tanja se zadnjim atomima snage polako ustala i ono što je u tom trenu osjećala nije bila samo fizička bol, već istovremeno i poniženje i nemoć. Željela je samo što prije nestati odande i krenula je prema izlaznim vratima. Mario je krenuo za njom. Bilo mu je žao i počeo se ispričavati, čak je i zaplakao. Tanja ga nikad prije nije vidjela da plače. Pitala se što čini krivo i zašto se on tako ponaša. Na početku veze je sve bilo tako lijepo i nije joj bilo jasno što to sad čini drugačije da ga navodi na ovakvo ponašanje. Nije znala što da radi. Mislila je, ako ga ostavi da će se on naprosto raspasti od tuge. Bila mu je potrebna. Svi su za njega mislili kako je baš OK dečko, i njeni roditelji i nastavnici, baš svi. Osjećala je kako ona jedina zna kakav on ponekad zna biti.

ŠTO AKO STE VIDJELI DA JE VAŠ PRIJATELJ UDARIO SVOJU CURU?

VEĆINA DEČKI KOJI TO UČINE NE SMATRAJU SE NASILNICIMA. MNOGI PORIČU ILI NE PRIDAJU NEKI PREVELIKI ZNAČAJ TAKVIM DJELIMA. I VAMA KAO PRIJATELJIMA/ICAMA MOŽE BITI TEŠKO POVJEROVATI DA JE VAŠ PRIJATELJ NASILAN. RAZGOVARATI S PRIJATELJEM KOJI SE PONAŠA NASILNO NIJE LAKA STVAR, ALI JE ČIN PRAVOG PRIJATELJSTVA. KADA RAZGOVARATE S TAKVOM OSOBOM VAŽNO JE IMATI NA UMU PAR STVARI KOJE VAM MOGU POMOĆI. BUDITE KONKRETNI GOVOREĆI O ONOME ŠTO STE VIDJELI I KAKO STE SE VI PRITOM OSJEĆALI. DAJTE MU DO ZNANJA DA NEĆETE SAMO PROMATRATI ŠTO SE DEŠAVA I DOPUSTITI DA SE TAKVO PONAŠANJE NASTAVI I U BUDUĆNOSTI. POBRINITE SE DA SHVATI DA JE ODGOVORAN ZA SVOJE PONAŠANJE I ZA POSLJEDICE SVOJIH DJELA TE DA JE U OZBILJNOJ FRCI JER JE NASILJE KAZNENO DJELO. POMOZITE MU DA



POTRAŽI STRUČNU POMOĆ, DA PORAZGOVARA S NEKIM OD NASTAVNIKA/ICA U ŠKOLI, ŠKOLSKIM PSIHOLOGOM, PEDAGOGOM ILI BILO KOJOM ODRASLOM OSOBOM U KOJU IMA POVJERENJA I PONUDITE SE DA MU BUDETE PODRŠKA U PROCESU TRAŽENJA POMOĆI. STRUČNA OSOBA ĆE MU POMOĆI DA NAUČI KONTROLIRATI SVOJ BIJES UZ POMOĆ NENASILNOG REAGIRANJA, GDJE JE KRAJNI CILJ USPOSTAVLJANJE OSJEĆAJA KONTROLE I OSOBNE MOĆI. RECITE MU DA VAM JE STALO DO NJEGA, DA SE BRINETE I DA VJERUJETE U NJEGOVU SNAGU I VOLJU DA PROMIJENI SVOJE NASILNO PONAŠANJE.

Maja je naknadno saznala što se desilo na tulumu. Iako je i ona bila tamo, u tom trenu se nalazila u sasvim drugoj prostoriji i nije vidjela što se dogodilo, ali vijest o tom događaju se ubrzo proširila.

Maja se zabrinula za Tanju, ipak su one bile (a valjda još uvijek jesu, mislila je Maja) najbolje prijateljice. Maja je imala cijeli stan za sebe jer su joj stari otputovali na par dana pa je pozvala Tanju na kavu.

“Baš super što si došla! Čini mi se kao da se više uopće ne vidamo”, reče Maja.

“Kako to misliš? Pa vidimo se u školi...da, znam, ne izlazimo više toliko skupa kao nekada...ma, obećala sam Mariu da ćemo vikendima biti zajedno, a tjedan u školi mi naprosto proleti i uvijek ima toliko toga za učenje...ne znam...”, zbunjeno će Tanja.

“Kako si ti? Ne djeluješ mi baš sretno i zadovoljno”, reče Maja.

“Ma ne...sve je u redu...možda ti se to samo čini”, odvrati Tanja.

“Tanja, ako te nešto muči znaš da mi možeš reći...baš kao nekada.”

“Nije ništa, pretrpanost školskim obavezama, pisanjem maturalne radnje...ma znaš već.” Dok je to govorila u glavi su joj odzvanjale Marieve riječi kako je glupa jer već dva mjeseca piše maturalnu radnju.

Po njegovim riječima, svim pametnima treba neka dva tjedna za tako nešto.

“A kako ti i Mario?”, upita Maja.

“Ja i Mario”, ponovi Tanja, “pa ..ovaj...dobro smo!”

“Znaš, čula sam što se desilo na Borisovom tulumu. Ne sviđa mi se kako se Mario odnosi prema tebi. Mislim da to ne zaslužuješ i da ne bi trebala podnositi takvo ponašanje!”, reče Maja.

“Ma nije on to tako mislio, poslije mu je bilo žao, čak je i plakao... ponekad stvari izmaknu kontroli, a ponekad se zna baš lijepo ponašati prema meni...”, izusti Tanja.

“Kako to misliš izmaknu kontroli? Nemoj ga stalno opravdavati! I zadnji put kad smo bile na kavi si to napravila i sad opet! Ti ne zaslužuješ da on postupa tako s tobom!”, reče Maja.

Tanja počne plakati. Dok su joj suze nezaustavljivo tekle niz obraze, reče: “Ponekad stvari zbilja izmaknu kontroli i to je sve. Znam da ja nekad zabrljam pa Mario izgubi živce i zna se svašta desiti...nije me mislio povrijediti.”

Prisjećanje na taj trenutak kada ju je Mario ošamario na tulumu izazvao je snažnu reakciju, više to nije mogla držati u sebi. Do sada nije ni sa kim pričala o tome. Nitko ju ništa nije pitao sve do sada. Čak ju nitko nije pitao ni kako joj je s Mariom u vezi jer svi su pretpostavljali da joj je super. Svima su izgledali, izvana, kao prekrasan zaljubljeni par.

“Nema veze što je mislio! Ti ne zaslužuješ da te omalovažava, vrijeđa i tuče bez obzira bio on ljut ili ne! Što ćeš učiniti u vezi toga?”, upita Maja.

“Ne znam...ne želim ništa učiniti, osjećam se kao da nema izlaza i kao da ništa ne mogu učiniti. Ne mogu prekinuti s njim. Da to učinim vjerojatno bi skočio kroz prozor. Uostalom vidala bi ga opet svaki dan u školi...ne znam...zbilja ne znam...”, zabrinuto će Tanja.

“Mislim da ti je jedini izlaz da prekineš s njim. Ako želiš, ja ću biti uz tebe, pomoći ti da to ne proživljavaš

sama. Možda bi trebala razgovarati s nekim o tome, npr. s roditeljima ili školskom psihologinjom ili možda možemo nazvati ili otići u neko savjetovalište koje se bavi takvim problemima. Znam da su nedavno na TV spominjali neko takvo mjesto! Raspitat ću se pa mogu ići s tobom ako hoćeš?”, reče Maja.

Tanja pogleda Maju i reče:”Išla bi?”

“Da, naravno”, reče Maja.

“Hvala ti!”, reče Tanja i zagrlila Maju.

“Ne moraš odmah sada donijeti odluku. Možemo otići do savjetovališta da popričaš s nekim pa tek onda da vidiš što želiš učiniti. Možemo ići polako, korak po korak”, reče Maja.

OSOBA KOJA TRPI NASILJE U VEZI OSJEĆA SE ISOLIRANO I NESRETNNO. TAKVOJ OSOBI RAZGOVOR S PRIJATELJEM/ PRIJATELJICOM MOŽE JAKO PUNO ZNAČITI. DAJTE JOJ DO ZNANJA DA STE TU AKO ŽELI RAZGOVARATI I DA STE ZABRINUTI ZA NJU. POSLUŠAJTE ŠTO VAM ONA IMA ZA REĆI, ALI BEZ OPTUŽIVANJA ILI PROCJENJIVANJA. BUDITE JOJ PODRŠKA I KAŽITE JOJ ZAŠTO STE ZABRINUTI (NPR. “OSJEĆAM SE LOŠE KAD TE VRIJEĐA PRED DRUGIMA. NEMA PRAVO PONAŠATI SE NA TAJ NAČIN. ŠTO TI MISLIŠ O TOME?”). DAJTE JOJ DO ZNANJA DA VAM SE NASILNO PONAŠANJE KOJE SE DOGAĐA, A KOJE STE ZAMIJETILI NE SVIĐA I KAŽITE JOJ KAKO SE VI PRITOM OSJEĆATE. POMOZITE JOJ DA POTRAŽI INFORMACIJE I POMOĆ. PRUŽITE JOJ POMOĆ I PODRŠKU U TRAŽENJU STRUČNE POMOĆI I PONUDITE SE DA BUDETE UZ NJU ZA TO VRIJEME (NPR. DA IDETE S NJOM U SAVJETOVALIŠTE).

Od Majinog i Tanjinog razgovora prošlo je nekoliko tjedana. Tanja je za to vrijeme non-stop razmišljala o onome što je Maja rekla. Situacija s Mariom je bila nepromijenjena, nekad bi znao biti dobar prema njoj i tada im je znalo biti jako lijepo. Ustvari Tanja nikad nije bila sigurna što da očekuje od njega i stalno je živjela u nekom strahu iščekujući kada će on ponovno izgubiti živce i iskaliti se na njoj.

Nije mogla više živjeti u tom strahu. Teško se koncentrirala na bilo što i takav život joj je postao nepodnošljiv pa je odlučila okrenuti Majin telefonski broj.

“Bok Majo!”, reče Tanja pa nastavi, “Sjećaš se što si mi obećala nedavno u vezi onoga?”

“Da, sjećam se! Mogu ići s tobom u savjetovalište ako želiš!”, doda Maja.

“To bi bilo super! Jel’ možeš možda sutra?”, reče Tanja.

“Da, naravno. Raspitala sam se i rade poslijepodne pa možemo zajedno otići nakon škole!”

JESTE LI VI ILI VAŠA PRIJATELJICA (ILI PRIJATELJ) DOŽIVJELI NEŠTO OD SLJEDEĆEG OD STRANE DRUGE OSOBE?

- 1) *KORIŠTENJE PRIJETNJI* - PRIJETI VAM DA ĆE VAS OSTAVITI, DA ĆE IZVRŠITI SAMOUBOJSTVO, DA ĆE VAS PRETUĆI, DA ĆE VAS UBITI, DA ĆE UNIŠTITI NEŠTO ŠTO JE U VAŠEM VLASNIŠTVU, ZASTRAŠUJE VAS.
- 2) *OMALOVAŽAVANJE, PORICANJE I OKRIVLJAVANJE* - OMALOVAŽAVANJE SAMOG ZLOSTAVLJANJA GOVOREĆI VAM DA STE VI TO IZAZVALI ILI DA TO VOLITE; GOVORI VAM DA VAS VOLI NAKON ŠTO JE VIKAO NA VAS; ČINI DA SE OSJEĆATE LOŠE; GOVORI VAM DA STE PREVIŠE EMOCIONALNI; KORISTI LJUBOMORU DA BI OPRAVDAO SVOJE PONAŠANJE.
- 3) *EMOCIONALNO ZLOSTAVLJANJE* - VIČE NA VAS; ZOVE VAS POGRDNIM IMENIMA; ČINI DA SE OSJEĆATE BEZVRIJEDNO; VRIJEĀA VAS PRED DRUGIMA; GOVORI VAM DA STE GLUPI; ČINI DA SE OSJEĆATE INFERIORNO, MANJE VRIJEDNO.
- 4) *ĀKONOMSKO ZLOSTAVLJANJE* - UZIMA VAM NOVAC, VAŠ DŽEPARAC ZA SVOJU OSOBNU UPOTREBU; ZAHITIJEVA OD VAS DA PLAĆATE VAŠE ZAJEDNIČKE IZLASKE; KUPUJE VAM NEŠTO, A ONDA TO KORISTI PROTIV VAS I TIME VAS UCJENJUJE.
- 5) *ZASTRAŠIVANJE* - UNIŠTAVA VAŠU IMOVINU, STVARI; PREBRZA I NEODGOVORNA VOŽNJA; PRIJETEĆI TELEFONSKI POZIVI, UHODI VAS.
- 6) *IZOLACIJA* - NE DOPUŠTA VAM DA IZLAZITE S PRIJATELJIMA/CAMA, NE SVIĀAJU MU SE VAŠI PRIJATELJI/ICE, KONTROLIRA SVAKI VAŠ POKRET, GOVORI VAM ŠTO ĀETE OBUĆI, ŹELI DA STALNO BUDETE UZ NJEGA, NE DOPUŠTA VAM DA

RAZGOVARATE S OSOBAMA DRUGOG SPOLA, ŽELI ZNATI SADRŽAJ SVAKOG VAŠEG RAZGOVORA.

- 7) *NADMOĆ* - OČEKUJE OD VAS DA SE VIĐATE KAD GOD ZAŽELI BEZ DA VAS JE PRETHODNO PITAO DA LI VI TO ŽELITE; ODLUČUJE ŠTO ĆETE RADITI, GDJE ĆETE IĆI I S KIM ĆETE SE DRUŽITI; DONOSI SVE ODLUKE, PONAŠA SE PREMA VAMA KAO DA STE SLUGA; NE PITA VAS ZA VAŠE ŽELJE ILI PRIJEDLOGE.
- 8) *FIZIČKO NASILJE* - UKLJUČUJE GURANJE, ŠAMARANJE, ČUPANJE KOSE, UDARANJE RUKAMA, NOGAMA ILI PREDMETIMA, OPEKOTINE I SVE ONO ŠTO REZULTIRA NANOŠENJEM TJELESNIH OZLJEDA.
- 9) *SEKSUALNO NASILJE* - ODNOSI SE NA SEKSUALNO UZNEMIRAVANJE (NPR. DOBACIVANJE), BILO KOJI OBLIK SEKSUALNE AKTIVNOSTI (NPR. LJUBLJENJE, DODIRIVANJE, MILOVANJE...) BEZ PRISTANKA DRUGE OSOBE, PRISILJAVANJE NA SEKS, SILOVANJE.

OVO SU SVE ZNAKOVI KOJI UKAZUJU DA JE U VEZI PRISUTNO NASILJE! NASILJU U VEZAMA SU NAJČEŠĆE IZLOŽENE DJEVOJKE! ŽLOSTAVLJANA OSOBA NE ZASLUŽUJE NASILJE. PREKINUTI NASILNU VEZU NIJE JEDNOSTAVNO, ALI JE MOGUĆE!

NAŠE DRUŠTVO JE SKLONO GLEDATI NA NASILJE KAO NA DRUŠTVENO PRIHVATLJIVO PONAŠANJE, TJ. KAO NA NEŠTO NORMALNO I UOBIČAJENO. **NASILJE SE NE SMIJE TOLERIRATI VEĆ MU SE TREBA SUPROTSTAVITI.** SVATKO IMA PRAVO NA ŽIVOT BEZ NASILJA!

