

**Ako ste žrtva psihološkog zlostavljanja
manipulacijom izluđivanjem geslajting, vi
ste žrtva nasilja u porodici.**

*Članom 248. Krivičnog zakona Kosova psihološko zlostavljanje priznaje
se kao oblik nasilja u porodici.*

Prijavi ga policiji!

Pozovi 192

ili poseti najbližu stanicu policije



NEMA MODRICA

NEMA NASILJA

**Znaci nasilja
nisu uvek vidljivi**

**Prijavi psihičko nasilje
Policiji Kosova**

Pozovi 192

ili poseti najbližu stanicu policije

Psihološko/emocionalno zlostavljanje

Nefizičko zlostavljanje koje se koristi za nanošenje emocionalne povrede, pretnje ili ograničavanje dobrobiti žrtve je takođe vid nasilja u porodici.

Psihološko zlostavljanje je upotreba verbalne i simboličke agresije i zlostavljanja u tekućem procesu, u kojem počilac metodično obezvređuje dobrobit žrtve.

Psihološko zlostavljanje u nasilju intimnog partnera (NIP) najčešće prethodi fizičkom zlostavljanju.

Da li ste vi žrtva psihološkog zlostavljanja u porodičnoj vezi?

Neki od znakova psihološkog zlostavljanja su sledeći:

- Sprečava viđanje sa prijateljima i ograničava kontakte sa porodicom
- Često šalje poruke ili zove da proveri gde se žrtva nalazi
- Pokazuje ekstremnu ljubomoru kada žrtva provodi vreme sa društvenim kontaktima
- Pokušava da druge okrene protiv žrtve
- Česti ispadi besa prema žrtvi
- Često kritikuje izgled i postupke žrtve
- Pokušava da kontroliše ljude koji za žrtvu čine sistem podrške
- Manipuliše žrtvu izluđivanjem (geslajting) kako bi promenio percepciju i stvarnost žrtve
- Omalovažavanje javno i privatno
- Zastrahivanje pretećim pogledima ili postupcima
- Govori u ime žrtve, ili je nadglašava^{1,2,3}

Manipulacija izluđivanjem geslajting

Manipulacija izluđivanjem geslajting je oblik emocionalnog zlostavljanja koje ima za cilj da natera žrtvu da preispita sopstvena iskustva, sećanja, rasuđivanje i razum. Koristi se za nanošenje emocionalne štete, a samim tim i za dobijanje i održavanje kontrole i moći nad žrtvom.^{4,5}

Da li ste vi žrtva manipulacija izluđivanjem geslajting?

Neke od fraza koje manipulatori izluđivanjem koriste su sledeće:

- Ti si luda
- Nisam to rekao
- Nije bilo tako
- Radim to zato što te volim i stalo mi je do tebe
- Niko ne bi nikada bio sa tobom osim mene
- Toliko si glupa
- Znam da si bila sa njim; neko te je video. Ne možeš to poreći
- Paranoična si
- Tebi treba pomoć psihijatra
- Ne mogu da zamislim svoj život bez tebe
- Svi znaju da si luda, čak i tvoji roditelji
- Možeš da zoveš policiju, ali znaš da sam te ja samo držao dok si me ti udarala
- Šalim se
- Preosetljiva si^{6,7}

Geslajting je takođe društvena pojava ukorenjena u strukturama moći društvene nejednakosti.

Tradicionalne rodne norme koje prikazuju žene kao preterano emotivne i iracionalne doprinose podložnošću geslajtingu.

¹ <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-7998-0>

² <https://www.thehotline.org/identify-abuse/domestic-abuse-warning-signs/>

³ <https://www.allure.com/story/emotional-abuse-signs-relationship>

⁴ https://www.researchgate.net/profile/Veronica-Johnson-8/publication/354478943_It%27s_Not_in_Your_Head_Gaslighting_%27Splaining_Victim_Blaming_and_Other_Harmful_Reactions_to_Microaggressions/links/61786520eef53e51e1f0bc2/Its-Not-in-Your-Head-Gaslighting-Splaining-Victim-Blaming-and-Other-Harmful-Reactions-to-Microaggressions.pdf

⁵ oct19asfeature.pdf

⁶ *oct19asfeature.pdf

⁷ <https://www.psychologytoday.com/us/blog/here-there-and-everywhere/201701/11-red-flags-gaslighting-in-relationship>