

ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ

# Συντροφική Βία

Τι είναι  
Πώς να την αναγνωρίσεις  
Πώς να την αντιμετωπίσεις

# Τι είναι...

Ως συντροφική βία (Intimate Partner Violence – **IPV**)  
νοείται η βία που στρέφεται  
**από έναν ερωτικό σύντροφο προς τον άλλον.**

Αφορά τόσο νυν όσο και πρώην συντρόφους.

Η IPV δεν προκύπτει από απώλεια ελέγχου, αλλά από  
**επιθυμία του ατόμου να κυριαρχήσει** στο άλλο  
πρόσωπο και να έχει εξουσία πάνω του.

# Γνώριζες ότι...

Στην Ελλάδα η συντροφική βία μεταξύ συζύγων προκαλεί **περισσότερους τραυματισμούς και θανάτους** γυναικών ηλικίας 45-65 ετών από ό,τι ο καρκίνος.

Έχουν υποστεί σωματική βία ή έχουν **βιαστεί:**

Το **61,1% των αμφιφυλόφιλων γυναικών** και το 37,3% των αμφιφυλόφιλων ανδρών.

Το 43,8% των **ομοφυλόφιλων** γυναικών και το 26% των ομοφυλόφιλων ανδρών.

Στην Ευρωπαϊκή Ένωση, τουλάχιστον **1 στις 5 γυναίκες** έχει υποστεί βίαιη συμπεριφορά από άνδρες συντρόφους της.

**95%** των περιστατικών συντροφικής βίας με θύμα τη γυναίκα λαμβάνει χώρα στο **σπίτι.**

# Εκφράζεται με...

**Αυτές είναι πράξεις που επαναλαμβάνονται και γίνονται όλο και πιο συχνές!**

εκφοβισμός

παρακολούθηση

οικονομική κακοποίηση

καταναγκαστικός έλεγχος

συναισθηματική βία

σωματική βία

ψυχολογική κακοποίηση

σεξουαλική βία

# Εκφράζεται με...

**απειλές**

Οι απειλές **εναλλάσσονται** με **πράξεις καλοσύνης** από τον δράστη. Έτσι γίνεται δυσκολότερο να απελευθερωθεί κανείς από τον κύκλο της βίας.

**ανθρωποκτονία**

Η ανθρωποκτονία μπορεί να γίνει κατανοητή ως η έκφραση ενός αισθήματος **κτητικότητας και άρνησης** του δράστη να χάσει τον έλεγχο του/της συντρόφου.

# Υποψιάζεσαι κάτι; Μπορείς να βοηθήσεις

Θυμήσου ότι το άτομο χρειάζεται **δύναμη και υποστήριξη** για να φύγει από την κακοποιητική σχέση.

Ενθάρρυνε το άτομο να **απομακρυνθεί** από το κακοποιητικό περιβάλλον για την σωματική και ψυχική ακεραιότητά του.

Οργανώστε μαζί ένα **πλάνο έκτακτης απόδρασης**

Δηλαδή:

- ✓ μία δίοδο εξόδου
- ✓ μία τσάντα με τα απαραίτητα ρούχα
- ✓ χρήματα
- ✓ ένα ασφαλές μέρος για να μείνει

Δημιουργήστε ένα **ασφαλές πλαίσιο επικοινωνίας** μαζί με το άτομο ώστε να μπορεί να σας μιλήσει ανοιχτά για όσα την/τον απασχολούν.

# Τι μπορείς να πεις;

"Μπορείς να επικοινωνήσεις μαζί μου όποτε νιώσεις την ανάγκη"

"Είμαι εδώ για σένα"

"Πιστεύω σε σένα"

**"Μπορείς να μου μιλήσεις για οτιδήποτε σε απασχολεί"**

**"Δε φταις εσύ!"**

"Έχεις τη δύναμη να το κάνεις!"

# Χρειάζεσαι υποστήριξη; Μην διστάσεις!

Πήγαινε εκεί που  
νιώθεις πιο ασφαλής.

Αναζήτησε ιατρική  
περίθαλψη.

Μίλα σε κάποιον φίλο ή συγγενή που  
εμπιστεύεσαι...

...ή συζήτησέ το με έναν εξειδικευμένο  
σύμβουλο ψυχικής υγείας.

Για περισσότερες πληροφορίες  
μπορείς να επισκεφτείς τη σελίδα του

[traumahelp.gr](http://traumahelp.gr)



# Τηλεφωνικές Γραμμές Υποστήριξης

Κάλεσε στην **Αστυνομία (100)**



Επικοινωνήσε με την επιστημονική ομάδα της εκστρατείας "**Γίνε Άνθρωπος**" στο **215 215 1011** (CSI Institute) ή στείλε μας email (μπορείς και ανώνυμα) στο **info@gineanthropos.gr**

Κάλεσε στη γραμμή SOS της Γενικής Γραμματείας Ισότητας των Φύλων στο **15900**

Κάλεσε στη γραμμή Εθνικού Κέντρου Κοινωνικής Αλληλεγγύης στο **197**