



PREPORUKE ZA POSTUPANJE CENTARA ZA SOCIJALNI RAD U SITUACIJAMA NASILJA NAD ŽENAMA TOKOM KRIZNIH SITUACIJA (UKLJUČUJUĆI I TOKOM PANDEMIJE COVID-19) ¹

Autorka: Sadija Gicić, socijalna radnica i aktivistkinja za ženska ljudska prava

Preporuke za postupanje centara za socijalni rad u situacijama nasilja nad ženama tokom kriznih situacija su nastale u okviru inicijative Programa ujedinjenih nacija za razvoj (United Nations Development Programme - UNDP) da se tokom krize izazvane pandemijom COVID-19 pruži podrška institucijama koje postupaju u slučajevima nasilja u porodici sa ciljem da se žrtvama nasilja u porodici i partnerskim odnosima obezbedi pravovremena i delotovorna zaštita u okolnostima suženih mogućnosti prijavljivanja nasilja i izmenjenog rada institucija.

Prvi slučaj zaražavanja COVID-19 u Republici Srbiji potvrđen je 6.marta, a radi suzbijanja i sprečavanja širenja zarazne bolesti i zaštite stanovništva od bolesti, vanredno stanje proglašeno je 16.marta 2020. Iskustvo iz ranijih kriza pokazalo je da postoji velika mogućnost da se pandemija odrazi i na porast nasilja prema ženama i nasilja u porodici. Karantin i psihološka tenzija izazvane okolnostima u vezi sa pandemijom, mogu voditi do povećanja nasilja u porodici i dodatno pogoršati situaciju onih koji žive u nasilnom okruženju. Problemi koju su identifikovani kao potencijalni okidači za intenziviranje i pojavu nasilja u porodici su prisilni kontakti partnera tokom policijskog časa, osećaj “zarobljenosti” žena i nemogućnosti da napuste nasilnu vezu, promena porodične dinamike, izazovi u vezi sa rodnim ulogama žena i muškaraca, veće prisustvo dece kod kuće i organizacija obaveza oko dece, finansijski uticaj krize na porodicu, korišćenje zaražavanja i pandemije kako bi se povećala ili ostvarila kontrola nad partnerkom i dr. mere fizičkog distanciranja i angažovanost nadležnih službi tokom pandemije, takođe utiče na dostupnost servisa podrške ženama u situaciji nasilja. Cilj ovih preporuka je bio da se mapiraju dostupni resursi za brzo reagovanje tokom krize Covid-19 u okviru koju su kreirani i planovi bezbednosti žrtava nasilja u porodici i nasilja nad ženama.

Proglašenje vanrednog stanja u Republici Srbiji zbog pandemije Covid 19 predstavljao je veliki izazov za zaposlene u centrima za socijalni rad i organizaciju njihovog rada u novonastalim okolnostima. Zaposleni koji imaju hronične bolesti i stariji od 60 godina su određeni za rad od

¹ Preporuke nisu obuhvatile nasilje nad decom i starima, što bi zahtevalo specifičniji pristup i uključivanje drugih aktera kao vid podrške. Uz dozvolu autorke preporuke su podeljene (jul 2020.) kao resurs podrške stručnim radnicima/radnicama iz sistema socijalne zaštite na interaktivnoj online platformi FPN KonekTaS-Volonterski servis studenata/ntkinja i praktičara/ki socijalnog rada.



kuće, a ostali su dolazi u prostorije centara za socijalni rad, u zavisnosti od pozicije i potreba (svakodnevno, drugi ili treći dan) uz organizovanje prevoza službenim vozilom onima kojima je to potrebno. Zaposleni koji su radili od kuće nisu imali tehničke mogućnosti da pristupe bazi podataka, tj. elektronskom dosijeu, već bi im dežurni zaposleni skenirali zahteve i slali na privatni mail koji su koristili u službene svrhe, na isti način su po pisanju izveštaja isti dostavljali na službeni mail centra koji je onda štampan i upućen sudu, tužilaštvu ili dr. instituciji koja je tražila izveštaj. U ovom period zaposleni koji su radili u prostorijama centra za socijalni rad nisu imali direktan kontakt sa strankama iz razloga zdravstvene bezbednosti, upućivali su ih da svoje zahteve šalju putem mail-a ili poštom, a u retkim situacijama su primani direktno zahtevi u službenim prostorijama.

Iako su brojna ograničenja koja su preporučena epidemiološkim merama, kao i saznanje da u kriznim situacijama dolazi do porasta porodičnog nasilja jasne instrukcije nadležnog Ministarstva za rad, zapošljavanje, boračka i socijalna pitanja kako bi zaposleni trebalo da postupaju u situacijama prijave nasilja u porodici su izostale.

U mnogim evropskim zemljama (Francuska, Italija, Nemačka, Španija)² došlo je do povećanja prijave nasilja nad ženama u proseku za 30%, pa su ove zemlje uvele neke dodatne mere, kao npr. na koji način prijaviti nasilje (upotrebom “šifre” prilikom kupovine maske u apoteci, info pultove za žrtve nasilja u prodavnicama); takođe su obezbeđeni dodatni kapaciteti u hotelima za smeštaj žrtava porodičnog nasilja. Pored ovoga, u mnogobrojnim zemljama postoje mobilne aplikacije namenjene žrvama nasilja i njihovoj zaštiti.

U Republici Srbiji postojale su snažne poruke najvažnijih državnih zvaničnika da je nasilje u porodici nedopustivo i da se neće tolerisati tokom vanrednog stanja.

Imajući u vidu da su kapaciteti centara za socijalni rad u dužem vremenskom periodu smanjeni zbog zabrane zapošljavanja, a da se obim posla znatno uvećao, posebno u delu porodičnog nasilja od donošenja Zakona o sprečavanju nasilja u porodici i primeni istog od 1.juna 2017.g. (najveći broj prijave dolazi od strane policije i odnosi se na partnersko nasilje – tj. nasilje nad ženama), kao i da je deo zaposlenih tokom vanrednog stanja određen za rad od kuće (hronično obolele i osobe preko 60 godina), to je u tim uslovima potrebno prilagoditi rad kako korisnice/ci ne bi trpeli posledice.

² <https://www.bbc.com/serbian/lat/srbija-52109681> i <https://www.danas.rs/drustvo/zrtve-porodicnog-nasilja-dodatno-ugrozene-tokom-pandemije-korona-virusa/>



USAID
OD AMERIČKOG NARODA

unicef 
za svako dete



PREPORUKE ZA RAD ZAPOSLENIH U CENTRIMA ZA SOCIJALNI RAD TOKOM PANDEMIJE COVID-19

- U novim okolnosti, a iz razloga zdravstvene bezbednosti zaposlenih i korisnica/ka, svi zaposleni (oni koji rade u kancelariji i oni koji rade od kuće) obavljali bi razgovor sa korisnicama/nicima putem telefona (većina zaposlenih ima službene mobilne telefone);
- Prvo se obavlja telefonski razgovor sa žrtvom, a posle sa počiniocem nasilja;
- Vrlo je važno proveriti bezbednost žrtve, tj. da li je počinilac nasilja u istom prostoru sa njom, da li slobodno može da razgovara u momentu poziva i dati joj mogućnost da nas pozove kada ona za to ima uslova. Tokom razgovora veoma je važno utvrditi na koji način je činjeno nasilje i koji su sve oblici nasilja koje je žrtva preživela, a za to je najbolje koristiti točak nasilja kao instrument rada (Prilog 1).³ U tom razgovoru je važno izvršiti procenu rizika kroz matrice za procenu rizika Dulut-Minesota (Prilog 2)⁴ i/ili instrument *Inventar zlostavljajućeg ponašanja* (Prilog 3)⁵. Takođe je važno sa žrtvom napraviti bezbednosni plan (Prilog 4)⁶ i to za situacije ako ostaje sa počiniocem u istom prostoru ili za slučaj da napušta počinioca nasilja;

³ Točak nasilja je model koji nam pomaže da bolje prepoznamo i razumemo kako se sprovodi nasilje u porodici/ partnerskom odnosu. Prikazuje taktike/strategije i postupke koje sprovode nasilnici u nameri da obezbede, uspostave, održe i demonstriraju moć i kontrolu. Model točka nasilja je izgrađen na osnovu iskustva i rada sa ženama koje su preživle nasilje i muškarcima koji su bili deo grupa samopomoći za muškarce nasilnike, u okviru Projekta intervencije u nasilju u porodici (Dulut, Minesota, SAD). Žene su pitane da identifikuju načine na koje su bile kontrolisane, a muškarci da identifikuju taktike koje su koristili da bi obezbedili okruženje straha i kontrole. Izvor: Bukvić i saradnice, (2008) *Priručnik za rad sa ženama sa traumom muškog nasilja feministički pristup*, Autonomni ženski centar, Beograd. Više na: <https://www.womenngo.org.rs/publikacije/publikacije-o-nasilju/144-prirucnik-za-rad-sa-zenama-sa-traumom-muskog-nasilja-feministicki-pristup>

⁴ Matrica za procenu rizika je izrađena u okviru Projekta intervencije u nasilju u porodici (Dulut, Minesota, SAD), prevod Autonomni ženski centar.

⁵ Shepard.C.F.&Campbell.J.A.(1991) *The Abusive Behavior Inventory*. Deluth.MN:University of Minesota and deluth, School of Social Work. Preveden instrument Inventar zlostavljajućeg ponašanja preuzet je iz izvora: Žegarac, N. i Džamonja Ignjatović, T. (2010) Instrumenti procene u socijalnoj zaštiti: Upitnici, skale i tehnike. Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.

⁶ Bezbednosni plan korišćeno i adaptirano sa <https://www.womenslaw.org/about-abuse/safety-tips>



- Plan bezbednosti treba uputiti žrtvi, ukoliko za to postoji mogućnost na mejl, viber i dr. U razgovoru je važno informisati žrtvu o njenim pravima i mogućnosti koje postupke može pokrenuti i kome se sve može obratiti za podršku (porodični sudovi su održavali ročišta vezano za mere zaštite od nasilja, a takođe su održavana ročišta za krivično delo nasilja u porodici; SOS telefone koje pružaju podršku žrtvama nasilja; broj telefona sigurne kuće);
- U telefonskom razgovoru sa počiniocem nasilja takođe se može proceniti rizik od eskalacije nasilja – da li prihvata odgovornost za svoje ponašanje ili delimično prihvata odgovornost, odnosno da li negira nasilje ili za isto okrivljuje žrtvu. Dodatni rizici, kao što je gubitak posla, alkoholizam, narkomanija i sl. mogu povećati stepen rizika (mogu se dobiti i od žrtve nasilja kroz matricu za procenu rizika Dulut-Minesota - vidi Prilog 2) ;
- U hitnim slučajevima nalaz i mišljenje bi se mogao dostaviti direktno na e-mail Tužilaštva, a uz prethodni dogovor tužiteljke/tužioca zadužene za određeni centar za socijalni rad;
- Nalaz i mišljenje za mere zaštite od nasilja u porodici bi takođe mogao biti dostavljen putem pošte, a u hitnim slučajevima, skeniran i dostavljen na e-mail suda;
- Zaposleni u centru za socijalni rad bi telefonski kontaktirali žrtve i počinioce nasilja koji se nalaze na njihovoj evidenciji. Cilj razgovora bi bio provera aktuelne bezbednosti žrtve, da sa njom ponovo razradi plan bezbednosti, proceni aktuelni stepen rizika i informisanje kome može i na koji način da se obrati u ovoj situaciju. Takođe bi se poslala poruka počiniocu nasilja da institucije rade svoje posao i da se nasilje neće tolerisati. (Bilo bi dobro da se provera počinilaca nasilja vrši i od strane policije);
- Razmena informacija zaposlenih u sistemu socijalne zaštite policije, tužilaštva i NVO koje pružaju podršku ženama žrtvama nasilja bi trebalo da bude što češća, uz korišćenje telefonske, e-mail komunikacije, kao i on-line sastanaka.



Prilog 2.

Velikih 26 (Dulut, Minesota)

Interventni program u slučajevima porodičnog nasilja (Domestic Abuse Intervention Project) u Dulutu, Minesota, SAD, predstavlja sveobuhvatan model intervencije službi u zajednici u slučajevima nasilja u porodici. Program je fokusiran na zaustavljanje nasilja uspostavljanjem sigurnosti žrtve. Model je razvio 26 pitanja za procenu opasnosti nasilnika/učinilaca:

Da Ne Ne znam

1.				Da li je nasilnik postaje više nasilan, brutalan ili opasan tokom vremena?
2.				Da li vas je nakada povredio toliko da ste morali da potražite medicinsku pomoć?
3.				Da li je nekada pokušao da vas zadavi?
4.				Da li je nekada povredio ili ubio kućnog ljubimca?
5.				Da li je nekada pretio da će vas zadaviti?
6.				Da li vas je nekada seksualno zlostavljao?
7.				Da li vam je pretio oružjem? Ako jeste, kojim?
8.				Da li je posesivan i ekstremno ljubomoran i da li vas nadgleda i kontroliše?
9.				Da li njegovi napadi postaju učestaliji?
10.				Da li je nekada pretio da će izvršiti samoubistvo, ili je pokušao da izvrši smoubistvo?
11.				Da li vas je napao za vreme trudnoće?
12.				Da li ste se rastali, ili ste pokušali da se rastavite od nasilnika tokom prethodnih 12 meseci?



13.				Da li ste pokušali da organizujete ili da nađete pomoć tokom prethodnih 12 meseci? (policija, centar za socijalni rad, savetovališta i slično)?
14.				Da li ste bili izolovani ili sprečeni da potražite pomoć (niste imali pristup telefonu, kolima, porodici, prijateljima)?
15.				Da li je nasilnik bio pod neuobičajenim stresom tokom prethodnih 12 meseci (gubitak posla, smrt nekoga bliskog, finansijski poteškoće)?
16.				Da li nasilnik dosta pije/da li ima problem sa upotrebom alkohola?
17.				Da li se dešavalo da se simptomi povuku/da li se nekada povrgao lečenju zbog zavisnosti od alkohola ili droga?
18.				Da li nasilnik ima oružje, da li ga nosi sa sobom, ili da li ima bilo koji drugi pristup oružju? Kojem oružju?
19.				Da li mislite da bi mogao da vas ozbiljno povredi ili ubije?
20.				Da li ste ne bilo koji način pokušali da zaštitite nasilnika (pokušali da izmenite policijski izveštaj, odbili da svedočite i slično)?
21.				Da li je nasilnik bio zlostavljan od strane svoje porodice kao dete?
22.				Da li je nasilnik bio svedok zlostavljanja svoje majke?
23.				Da li nasilnik pokazuje kajanje ili žalost posle incidenta?
24.				Da li je nasilnik počinio još neko krivično delo (pored nasilja)?
25.				Da li je nasilnik zlostavljao druge ljude (izvan porodice)?
26.				Da li nasilnik uživa opojna sredstva (droge)?



Prilog 3.

INVENTAR ZLOSTAVLJAJUĆEG PONAŠANJA PARTNERA

Ovde je lista ponašanja za koju mnoge žene tvrde da su ga primenjivali njihovi partneri ili bivši partneri. Želeli bismo da procenite koliko često su se javljala ova ponašanja tokom proteklih 6 meseci. Vaši odgovori su poverljivi i korišćeće za dalje razgovor sa vama i pružanje adekvatne pomoći. Ispred svake tvrdnje zaokružite broj koji pokazuje najbliži odgovor koliko česte se to dešavalo u vašoj vezi sa partnerom ili bivšim partnerom tokom proteklih 6 meseci. Inventar zlostavljaćeg ponašanja partnera (Shepard & Campbell, 1991, prema Žegarac i Džamonja Ignjatović, 2010)⁷ utvrđuje učestalost fizičkog i psihološkog nasilja u partnerskim odnosima u poslednjih 6 meseci. Koristi se kao inventar kada postoji izjava žrtve ili drugi pokazatelji da je prisutno partnersko nasilje radi utvrđivanja učestalosti i oblika nasilja i procene stepena fizičkog i psihičkog nasilja

1=nikada 2=retko 3=povremeno 4=često 5=veoma često

1. Naziva vas pogrđnim imenima i/ili kritikuje vas	1	2	3	4	5
2. Nastoji da vas spreči da uradite ono što želite(npr. da izađete sa prijateljicama, idete u štenju)	1	2	3	4	5
3. Gleda vas sa ljutnjom	1	2	3	4	5
4. Ne dozvoljava da imata novac za svoje potrebe	1	2	3	4	5
5. Prekida razgovor sa vama i samostalno donosi odluku	1	2	3	4	5
6. Preti da će vas udariti ili baciti nešto na vas	1	2	3	4	5
7. Odguruje vas, grabi ili odbacuje	1	2	3	4	5
8. Potcenjuje vašu rodbinu ili prijatelje	1	2	3	4	5

⁷ Izvor: Žegarac, N. i Džamonja Ignjatović, T. (2010) Instrumenti procene u socijalnoj zaštiti: Upitnici, skale i tehnike. Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.



- | | |
|--|-----------|
| 9. Optužuje vas da previše pažnje posvećujete nekome ili nečemu drugom | 1 2 3 4 5 |
| 10. Dopušta da raspoložete samo ograničenom sumom novca | 1 2 3 4 5 |
| 11. Koristi decu da vam preti (npr. kaže da nećete dobiti starateljstvo, da će napustiti grad sa decom) | 1 2 3 4 5 |
| 12. Naljuti se na vas kada obroci, održavanje kuće i sređivanje rublja nisu spremni kada on to želi ili na način na koji želi | 1 2 3 4 5 |
| 13. Govori stvari koje vas plaše (npr. govori vam da će se nešto „loše“ desiti, da će se ubiti) | 1 2 3 4 5 |
| 14. Treska vas, udara ili bode | 1 2 3 4 5 |
| 15. Tera vas da radite ponižavajuće ili degradirajuće stvari(npr. da molite za oprostaj, da tražite njegovu dozvolu da koristite kola da biste nešto završili) | 1 2 3 4 5 |
| 16. Proverava vas (npr.sluša vaše telefonske razgovore, proverava Kilometražu na kolima, stalno vas poziva) | 1 2 3 4 5 |
| 17. Nesmotreno vozi kada ste vi u kolima | 1 2 3 4 5 |
| 18. Primorava vas na seksualne odnose na način koji ne volite ili ne želite | 1 2 3 4 5 |
| 19. Odbija da učestvuje u kućnim poslovima i brzi o deci | 1 2 3 4 5 |
| 20. Preti vam nožem, pištoljem ili drugim oružjem | 1 2 3 4 5 |
| 21. Šamara vas | 1 2 3 4 5 |
| 22. Govori vam da ste loša majka | 1 2 3 4 5 |
| 23. Ne dozvoljava vam ili nastoji da vam zabrani da idete na posao ili školu | 1 2 3 4 5 |
| 24. Baca, udara, šutira ili lomi stvari | 1 2 3 4 5 |
| 25. Šutira vas | 1 2 3 4 5 |
| 26. Fizički vas primorava na seksualne odnose | 1 2 3 4 5 |
| 27. Baca vas | 1 2 3 4 5 |
| 28. Fizički napada intimne delova vašeg tela | 1 2 3 4 5 |
| 29. Guši vas ili davi | 1 2 3 4 5 |
| 30. Koristi nož, pištolj ili drugo oružje protiv vas | 1 2 3 4 5 |

FN (fizičko nasilje)_____ PN (psihičko nasilje) _____



Napomena:

Namena samoizveštavajućeg upitnika je da utvrdi frekvenciju fizičkog i psihološkog nasilja u partnerskim odnosima u poslednjih 6 meseci. Koristi se kao inventar kada postoji izjava žrtve ili drugi pokazatelji da je prisutno partnersko nasilje, radi utvrđivanja učestalosti i oblika nasilja i procene stepena fizičkog nasilja. Upitnik nije dijagnostičko sredstvo, može da posluži proceni intenziteta nasilja među partnerima i planiranju adekvatne pomoći za žrtvu partnerskog nasilja i dece u domaćinstvu.

Opis uputstva:

Skorovanje se vrši na skali od 1 do 5, koja utvrđuje učestalost događaja u poslednjih 6 meseci:

- 1 = nikada
- 2 = retko
- 3 = povremeno
- 4 = često
- 5 = veoma često

Od 30 ajtema 13 se odnosi na subskalu fizičkog nasilja (uključujući i dva ajtema koja se odnose na seksualnu zloupotrebu).

Ajtemi subskale fizičkog nasilja (FN subskala) su 6,7,14,18,20,24,25,26,27,28,29 i 30. Ajtem 21 nije uključen u subskalu usled niske rate odgovora i negativne korelacije sa celom skalom. Glavni skor ovih ajtema se dobija sabiranjem ocene koja je dobijena u odgovorima na tvrdnje i podelom sa brojem ajtema koji su uključeni u subskalu. Visoki skorovi su indikativni za veći nivo ugroženosti fizičkim nasiljem.

Psihološko nasilje (PN subskala) se meri ajtemima 1,2,3,5,8,9,11,12,13,15,16,17,19,22 i 23 uključuje ponašanja kao što su monitoring, izolacija, pretnja decom i zastrašivanje.

Ekonomsko nasilje se meri ajtemima 4 i 10

Standardizacija - nije potrebna

Kulturološka adaptacija ajtema - nije potrebna

Autorska prava - nisu potrebna



Prilog 4.

BEZBEDNOSNI PLAN

Znamo da će COVID-19 imati ozbiljan uticaj na život žene i dece. Žrtve se osećaju nesigurno zbog mogućnosti da budu izolovani u kući sa svojim počiniocem. Lični sigurnosni plan način je koji će vam pomoći da zaštitite sebe i svoju decu. Takođe vam pomaže da razmišljate o tome kako možete povećati svoju sigurnost bilo da ostajete u vezi, bilo da odlučite otići. Ne možete zaustaviti nasilje i zlostavljanje svog partnera - samo on to može učiniti. Ali postoje stvari koje možete učiniti da povećate svoju bezbednost i dece. Ne možete da kontrolišete nasilno ponašanje vašeg partnera, ali možete preduzeti korake da zaštitite sebe i svoju decu od nasilja. Planiranje kako da bezbedno pobegnute, zaštitite svoju decu i dobijete pomoć i podršku mogu vam poboljšati sigurnost ako se dogodi nasilni incident. U ovom trenutku odlazak može biti posebno težak i možda biste bili zabrinuti zbog napuštanja svog doma u hitnim slučajevima. Ako je moguće, spakujte torbu za hitne slučajeve za sebe i svoju decu i čuvajte je negde na sigurnom mestu. Pokušajte da uključite neophodne stvari: lekovi, dokumenta, novac ili kartice, osnovna odeća za vas i vašu decu. Pokušajte da u svakom trenutku imate kod sebe određeni iznos novca. Pokušajte da držite mobilni telefon sa sobom u svakom trenutku, ako je moguće.

Policija je ključna služba u neposrednoj opasnosti.

Ne bojte se nazvati 192 u hitnim slučajevima.



Ako se odlučite ostati kod kuće, evo nekoliko korisnih saveta:

- Napravite listu imena i brojeva za pozivanje u hitnim slučajevima- Policija 192, Sigurna kuća 0800/011-011, noćni broj 062/304-560; Pravna i psihološka pomoć Autnomnog ženskog centra 0800/100-007 /svakog radnog dana od 10-15 h i imajte listu sa sobom i podelite je sa decom ili drugima u kući koji mogu biti izloženi riziku;
- Naučite decu da, ako je to prikladno, pozovu pomoć. Nikada ne bi trebali koristiti telefon pred nasilnikom jer to može dodatno da ih ugrozi;
- Razgovarajte sa decom o tome šta se dešava i ohrabrujte ih da pozovu pomoć i da ne intervenišu. Brojevi za hitne slučajeve mogu se programirati u telefon ili u dečiji mobilni telefon;
- Držite mobilni telefon skriven na sigurnom mestu za hitne slučajeve;
- Držite dodatni set ključeva od automobila i kuće na tajnom, sigurnom mestu;
- Postoje li komšije kojima biste mogli da verujete i gde biste mogli da odete u hitnim slučajevima? Ako je to slučaj, recite im šta se događa i zamolite ih da pozovu policiju ako čuju zvuke nasilnog napada iz vašeg stana ili misle da nešto nije u redu u vašem stanu;
- Smislite tajnu reč ili znak koji upozorava komšije, porodicu ili prijatelje da treba da pozovu policiju;
- Otkrijte gde su „sigurnija mesta“ u vašem domu - mesta na kojima nema oružja i opasnih predmeta nadohvat ruke;
- Tokom svađe, premestite se u sobu sa lakim pristupom izlazu (ne u kuhinju ili kupatilo, ako je moguće);
- Ako sumnjate da će vas partner napasti, pokušajte da odete u manje rizično područje kuće/stana i izbegavajte prostorije u kojima možete biti zarobljeni, na primer, kupatilo ili gde možete biti zatvoreni u ormar ili neki drugi mali prostor;



- Nasilnik može imati obrazac svog zlostavljanja. Pokušajte biti svesni bilo kakvih znakova koji pokazuju da će postati nasilan kako biste mogli proceniti koliko je opasna situacija za vas i vašu decu;
- Ako izgleda da se može dogoditi nasilje, pokušajte da uklonite sebe i svoju decu iz situacije pre nego što nasilje počne, ako ste u mogućnosti;
- Ako zlostavljač postane nasilan prema vama, ne trčite tamo gde su deca jer ih zlostavljač takođe može povrediti;
- Ako u tom trenutku ne možete izbeći nasilje, napravite od sebe malu metu - zaronite u ugao i sklupčajte se. Zaštitite lice i stavite ruke oko svake strane glave, obavijajući prste zajedno;
- Pokušajte da ne nosite marame ili dugi nakit. Nasilnik bi mogao da koristi te stvari da vas zadavi;
- Zapišite datume i vremena pretećih telefonskih poziva ili sukoba. Sačuvajte preteće tekstove ili poruke na telefonu.

Ukoliko se nasilje dogodi u vreme policijskog časa, budite slobodne da izađete ispred zgrade i potražite pomoć, time ne kršite zakon nego brinete o sebi! Važno je da nastavite sa procenom svoje bezbednosti kako se menjaju vaše okolnosti.