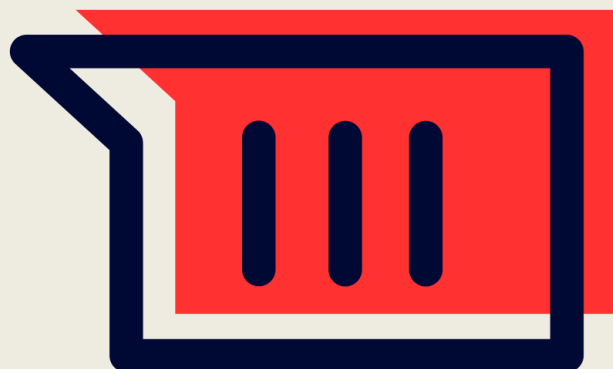




RED FLAG

Prevenire la violenza di genere
How to prevent gender based violence

2023-3-ITO3-KA21O-YOU-000181904



Co-funded by
the European Union

Οδηγός



Co-funded by
the European Union

Πίνακας περιεχομένων

Εισαγωγή	3
1. Ορισμός της βίας: συγκρούσεις, ενδοοικογενειακή κακοποίηση και πέρα από αυτές.....	4
2. Τι είναι τα Red Flags" («Κόκκινες Σημαίες»)?	8
3. Οι τοξικές σχέσεις	11
3.1 – Τι είναι μια τοξική σχέση;	11
3.2 – Σημάδια μιας τοξικής σχέσης	11
3.3 – Επιπτώσεις των τοξικών σχέσεων	12
3.4 – Επιπτώσεις στην ενήλικη ζωή	13
3.5 – Έκθεση σε βία	13
4. Τοξικές συμπεριφορές: συνήθη μοτίβα	14
5. Συνέπειες των τοξικών σχέσεων	19
6. Προώθηση Υγιούς και Διεκδικητικής Επικοινωνίας	23
6.1 - Διεκδικητική Επικοινωνία	23
6.2 - Επιθετική Επικοινωνία vs. Διεκδικητική Επικοινωνία.....	23
6.3 - Παθητική Επικοινωνία vs. Αποφασιστική Επικοινωνία.....	25
6.4 - Εύρεση Ισορροπίας: Άσκηση Αποφασιστικότητας.....	25
7. Σχέδιο Δράσης: Πώς να προχωρήσετε όταν εντοπίσετε "Κόκκινες Σημαίες"	27
7.1 Πώς πρέπει να δράσουμε όταν μια γυναίκα αποκαλύπτει μια κατάσταση ενδοοικογενειακής βίας;	28
7.2. Πρέπει να αναφέρετε αν αναγνωρίσετε ενδοοικογενειακή βία;	30
8. Κατανόηση της βίας κατά των γυναικών: Εθνικά πλαίσια	31
8.1 Ιταλία.....	32
8.1.1 – Οργανισμοί/Οργανώσεις	33
8.1.2 - Νομικό Πλαίσιο	34
8.1.3 - Εθνικές Πρωτοβουλίες	37
8.1.4 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας.....	39
8.1.5 - Συμπεράσματα.....	44
8.2 Πολωνία.....	47
8.2.1 - Οργανισμοί/Οργανώσεις	48
8.2.2 - Νομικό Πλαίσιο	50
8.2.3 - Εθνικές Πρωτοβουλίες	52
8.2.4 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας.....	53
8.2.5 - Συμπεράσματα.....	57
8.3 Βουλγαρία.....	59
8.3.1 - Οργανισμοί/Οργανώσεις	61
8.3.2 - Νομικό Πλαίσιο	63

8.3.3 - Η (μη) αποδοχή της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης	67
8.3.4 - Εθνικές Πρωτοβουλίες	69
8.3.5 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας.....	71
8.3.6 - Συμπεράσματα.....	77
8.4 Κύπρος	78
8.4.1 - Οργανισμοί/Οργανώσεις	81
8.4.2 - Νομικό Πλαίσιο.....	82
8.4.3 - Εθνικές Πρωτοβουλίες	83
8.4.4 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας.....	84
8.4.5 - Συμπεράσματα.....	89
9. Σύγκριση χωρών	90
9.1 - Υπηρεσίες υποστήριξης και δημόσια ευαισθητοποίηση	92
9.2 - Τύποι και τάσεις της έμφυλης βίας.....	92
9.3 - Αντίκτυπος της πανδημίας COVID-19.....	93
9.4 - Κοινωνικές και θεσμικές στάσεις.....	94
9.5 - Τελική Συμπερασματική Σύγκριση.....	95
10. Τελικές σκέψεις και συμπεράσματα	97

Εισαγωγή

Η αναγνώριση των πρώιμων ενδείξεων τοξικών σχέσεων και έμφυλης βίας είναι ζωτικής σημασίας για την προστασία των ατόμων — και ιδιαίτερα των νεαρών γυναικών — από σοβαρές συναισθηματικές, ψυχολογικές και σωματικές επιπτώσεις. Το έργο Red Flag δημιουργήθηκε ως μια προληπτική απάντηση σε αυτό το πρόβλημα, προσφέροντας σε νέους, εκπαιδευτικούς και κοινωνικούς λειτουργούς τα απαραίτητα εργαλεία για να εντοπίζουν και να αντιμετωπίζουν τα «καμπανάκια» προτού οι καταστάσεις ξεφύγουν και γίνουν επικίνδυνες.

Με την ενίσχυση της ενημέρωσης και την παροχή πρακτικών μεθόδων παρέμβασης, το έργο αυτό ενδυναμώνει τόσο τα άτομα που βρίσκονται σε κίνδυνο όσο και τους ενήλικες που τα στηρίζουν, ώστε να αναλάβουν δράση εγκαίρως και να αποτρέψουν σοβαρές συνέπειες στο μέλλον.

Συχνά, επιβλαβείς συμπεριφορές περνούν απαρατήρητες ή παρερμηνεύονται, γεγονός που δυσκολεύει την αναγνώριση τοξικών δυναμικών μέσα στις σχέσεις. Ο οδηγός αυτός προσφέρει χρήσιμες πληροφορίες και πρακτικές συμβουλές, ειδικά σχεδιασμένες για νέους ηλικίας 12 έως 20 ετών, καθώς και για τους ενήλικες που εργάζονται μαζί τους. Παρέχει τη γνώση για να εντοπίζονται έγκαιρα οι τοξικές στάσεις και συμπεριφορές, και προσφέρει στους επαγγελματίες της εκπαίδευσης και της κοινωνικής φροντίδας τα εργαλεία για να στηρίξουν ουσιαστικά τους νέους και να τους καθοδηγήσουν προς πιο υγιείς και ασφαλείς επιλογές.

Στην καρδιά του οδηγού βρίσκεται η πεποίθηση ότι η έγκαιρη παρέμβαση κάνει τη διαφορά. Είτε πρόκειται για τον εντοπισμό ελεγκτικών συμπεριφορών, την

κατανόηση των επιπτώσεων της συναισθηματικής κακοποίησης, είτε για το πού και πώς μπορεί να ζητήσει κανείς βοήθεια, το υλικό αυτό προσφέρει ξεκάθαρα βήματα για την πρόληψη των συνεπειών που φέρνουν οι τοξικές σχέσεις. Μέσα από την ενίσχυση της επίγνωσης και της υποστήριξης, στόχος είναι να καλλιεργηθούν σχέσεις σεβασμού, αμοιβαιότητας και ασφάλειας — και να αποκτήσουν οι νέοι τη δύναμη να προστατεύσουν τον εαυτό τους.

1. Ορισμός της βίας: συγκρούσεις, ενδοοικογενειακή κακοποίηση και πέρα από αυτές

Σύμφωνα με τα Ηνωμένα Έθνη (1993), η βία κατά των γυναικών ορίζεται ως «οποιαδήποτε πράξη έμφυλης βίας που προκαλεί ή είναι πιθανό να προκαλέσει σωματική, σεξουαλική ή ψυχική βλάβη ή ταλαιπωρία στις γυναίκες, συμπεριλαμβανομένων των απειλών για τέτοιες πράξεις, του εξαναγκασμού ή της αυθαίρετης στέρησης της ελευθερίας, είτε στον δημόσιο είτε στον ιδιωτικό χώρο».

Πράξεις που προκαλούν σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική ή οικονομική κακοποίηση – ακόμη και υπό τη μορφή απειλών – θεωρούνται βία κατά των γυναικών και παραβιάζουν θεμελιώδη ανθρώπινα δικαιώματα. Είτε ο δράστης ζει ακόμη με το θύμα είτε έχει συνυπάρξει μαζί του στο παρελθόν, όλες οι μορφές σωματικής, σεξουαλικής, ψυχολογικής ή οικονομικής βίας που συμβαίνουν στο πλαίσιο της οικογένειας ή μεταξύ νυν ή πρώην συζύγων/συντρόφων, θεωρούνται ενδοοικογενειακή βία [Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης, 2011].

Υπάρχουν διάφορες μορφές βίας:

Ψυχολογική βία

Αφορά ένα ευρύ φάσμα εκφοβιστικών, υποτιμητικών και απειλητικών συμπεριφορών από τον θύτη, με σκοπό την απομόνωση του θύματος και την αποσύνδεσή του από την πραγματικότητα, επηρεάζοντας την ταυτότητα και την ψυχική του ισορροπία. Παραδείγματα:

- Υποτιμητικά και προσβλητικά σχόλια: «Είσαι άσχημη», «Είσαι χαζή», «Δεν καταλαβαίνεις τίποτα».
- Υποβάθμιση των κοινωνικών ρόλων: «Δεν αξίζεις ως σύζυγος / σύντροφος / μητέρα / εργαζόμενη».
- Υποτίμηση των επαγγελματικών ή εκπαιδευτικών επιτευγμάτων.
- Δημόσια γελοιοποίηση.
- Έλεγχος: παρακολούθηση μετακινήσεων, σχέσεων, κοινωνικών δικτύων, email, κινητού, κωδικών, αγορών, ντυσίματος.
- Ενοχοποίηση: «Φταις εσύ που φέρομαι έτσι».
- Απομόνωση από φίλους και συγγενείς.
- Θυματοποίηση από τον θύτη για μετατόπιση της ευθύνης («εσύ φταίς για όλα», «τα φαντάζεσαι», «τα μεγαλοποιείς»).
- Gaslighting: ψυχολογική χειραγωγή που κάνει το θύμα να αμφισβητεί τον εαυτό του και την ψυχική του κατάσταση.

Διαδικτυακή βία

- Διανομή προσωπικών/ερωτικών εικόνων χωρίς συγκατάθεση.
- Σεξουαλικές απειλές και πίεση για σεξουαλική δραστηριότητα ή αποστολή υλικού.
- Σεξουαλική παρενόχληση – ανεπιθύμητα σχόλια ή προτάσεις.

- Cyberstalking – χρήση εφαρμογών για εντοπισμό τοποθεσίας.
- Sextortion – εκβιασμός με χρήση φωτογραφιών/βίντεο.
- Απόδοση ευθυνών στο θύμα – δευτερογενής θυματοποίηση.
- Trolling – σκόπιμα προσβλητικά ή ενοχλητικά μηνύματα προς αγνώστους, συνήθως γυναίκες που είναι δημόσια πρόσωπα ή ακτιβίστριες (διαφορετικό από το cyberbullying).

Ενδοοικογενειακή βία

Περιλαμβάνει σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική ή οικονομική κακοποίηση από σύντροφο εντός της οικογένειας. Πρόκειται για επαναλαμβανόμενη, διαρκή συμπεριφορά με σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία του θύματος.

Παρακολούθηση (Stalking)

Επαναλαμβανόμενες παρενοχλητικές συμπεριφορές, απειλές ή παρακολούθηση που προκαλούν έντονο άγχος ή φόβο:

- Συνεχή τηλεφωνήματα
- Καταιγισμός μηνυμάτων
- Φυσική παρακολούθηση
- Εντοπισμός τοποθεσίας του θύματος
- Παρουσία σε χώρους που συχνάζει το θύμα

Οικονομική βία

Οποιαδήποτε πράξη που στοχεύει στην αποδυνάμωση της οικονομικής αυτονομίας του θύματος:

- Άρνηση πρόσβασης στα κοινά οικονομικά ή τραπεζικούς λογαριασμούς.

- Απαγόρευση ή παρεμπόδιση της εργασίας. Σκοπός είναι η δημιουργία οικονομικής εξάρτησης (Reale, 2011).

Σεξουαλική βία

Πράξεις εξαναγκασμού για συμμετοχή σε σεξουαλικές πράξεις, με ή χωρίς σωματική βία ή απειλές. Μπορεί να συμβεί και εντός σχέσης, όταν δεν υπάρχει συγκατάθεση ή αυτή ανακαλείται.

Λεκτική βία

Υβριστικά, προσβλητικά και απειλητικά λόγια που μειώνουν την αξία της γυναίκας σε ιδιωτικό ή δημόσιο χώρο.

Σωματική βία

Περιλαμβάνει πράξεις που πλήττουν τη ζωή και τη σωματική ακεραιότητα:

- Χτυπήματα, σωματική κακοποίηση
- Χαστούκια, κακομεταχείριση, στρίψιμο άκρων
- Εγκαύματα, συντριπτικά τραύματα
- Στέρηση ύπνου ή φαγητού

Η ισότητα στις διαπροσωπικές σχέσεις προϋποθέτει ότι οι συγκρούσεις επιλύονται μέσα από διάλογο και διαπραγμάτευση. Αντίθετα, η βία προκύπτει όταν υπάρχει ανισορροπία δύναμης, έλλειψη επικοινωνίας, άνιση πρόσβαση σε πόρους και κυριαρχία του θύτη πάνω στο θύμα.

Διαφορετικές ηλικιακές ομάδες εκτίθενται σε διαφορετικές μορφές βίας:

- **Παιδιά και έφηβοι:** πιο ευάλωτοι σε εκφοβισμό, σεξουαλική κακοποίηση και βία από συνομήλικους.
- **Νεαροί και μεσήλικες ενήλικες:** υψηλότερη έκθεση σε ενδοοικογενειακή, οικονομική και εργασιακή βία.
- **Ηλικιωμένοι:** μεγαλύτερος κίνδυνος παραμέλησης και οικονομικής εκμετάλλευσης.

(Στοιχεία από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας – WHO)

2. Τι είναι τα Red Flags" («Κόκκινες Σημαίες»)?

Ο όρος red flags αναφέρεται σε προειδοποιητικά σημάδια ή ενδείξεις που υποδηλώνουν πιθανά προβλήματα ή δυσλειτουργίες μέσα σε μια σχέση. Αυτά τα σημάδια μπορεί να φανερώνουν συμπεριφορές, στάσεις ή καταστάσεις που είναι επιβλαβείς, ανθυγιεινές ή υποδηλώνουν βαθύτερα ζητήματα. Στο πλαίσιο των διαπροσωπικών σχέσεων, η αναγνώριση αυτών των red flags είναι κρίσιμη για την έγκαιρη αντιμετώπιση καταστάσεων, πριν αυτές εξελιχθούν σε σοβαρότερα προβλήματα.

Ακολουθούν ορισμένα συνηθισμένα red flags που ενδέχεται να υποδεικνύουν μια τοξική σχέση:

- Ελλιπής σεβασμός προς εσάς ή άλλους, μέσω απαξιωτικών σχολίων, ειρωνείας ή υποτίμησης.
- Υπερβολική ζήλια, κτητικότητα ή προσπάθειες ελέγχου των πράξεων, αποφάσεων ή των σχέσεών σας με άλλους ανθρώπους.
- Δυσκολία στην έκφραση συναισθημάτων, συνεχείς παρεξηγήσεις ή άρνηση να συζητηθούν σημαντικά θέματα με ειλικρίνεια.

- Χρήση ενοχής, απειλών ή άλλων χειριστικών τακτικών για να επηρεάσουν τις αποφάσεις ή τη συμπεριφορά σας.
- Απόδοση ευθύνης σε εσάς για την ψυχολογική τους κατάσταση.
- Προσπάθεια απομάκρυνσης από φίλους, οικογένεια ή υποστηρικτικά δίκτυα (με τη δικαιολογία ότι είναι κακή επιρροή), ώστε να εξαρτάστε αποκλειστικά από τη σχέση.
- Συνεχής καχυποψία χωρίς λόγο, έλεγχος του τηλεφώνου ή των social media σας με ή χωρίς τη συγκατάθεσή σας, ή κατηγορίες για ψέματα.
- Αγνόηση των προσωπικών σας ορίων – είτε σωματικών, είτε συναισθηματικών είτε οικονομικών.
- Άρνηση επίλυσης επαναλαμβανόμενων προβλημάτων, που οδηγεί σε έναν φαύλο κύκλο ανεπίλυτων συγκρούσεων.
- Σωματική ή λεκτική βία: κάθε μορφή σωματικής βίας, απειλών ή λεκτικής κακοποίησης δεν πρέπει ποτέ να γίνεται ανεκτή.
- Παρακολούθηση των κινήσεών σας και έλεγχος με ποιον βγαίνετε.
- Συνεχή τηλεφωνήματα ή μηνύματα.
- Υποδείξεις για το τι να φοράτε ή τι να μην φοράτε.
- Προσπάθειες αλλαγής της προσωπικής σας εμφάνισης (π.χ. «Είσαι πιο όμορφη χωρίς μακιγιάζ», «Το μαύρο χρώμα σου πάει περισσότερο» κ.λπ.).
- Χρήση της σιωπής ως μέσο τιμωρίας (εξαφάνιση ή αγνόηση μετά από καυγά για ώρες ή μέρες).

Η έγκαιρη αναγνώριση αυτών των συμπεριφορών είναι ζωτικής σημασίας. Είναι σημαντικό να εμπιστεύεστε το ένστικτό σας και να μη δικαιολογείτε συνεχόμενα συναισθήματα δυσφορίας ή δυστυχίας μέσα στη σχέση. Οι υγιείς σχέσεις



βασίζονται στον αμοιβαίο σεβασμό, την εμπιστοσύνη, την ειλικρινή επικοινωνία και την υποστήριξη. Αν παρατηρήσετε πολλά red flags ή αισθάνεστε συστηματικά δυστυχισμένοι, ίσως είναι καιρός να απευθυνθείτε σε φίλους, οικογένεια ή κάποιον επαγγελματία σύμβουλο για να αξιολογήσετε τη σχέση και να εξετάσετε τα επόμενα βήματα.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η κατανόηση του νοήματος και της σημασίας των red flags αναπτύσσεται με την ηλικία. Τα νεότερα άτομα, ιδίως οι έφηβοι και τα παιδιά, δεν είναι σε θέση να τα αναγνωρίσουν εύκολα. Είναι πιο ευάλωτα σε χειρισμούς και παραπλάνηση. Γι' αυτόν τον λόγο, η εκπαίδευση και η ενημέρωση πάνω στο συγκεκριμένο θέμα είναι τόσο σημαντική.



3. Οι τοξικές σχέσεις

Η διαχείριση των ανθρώπινων σχέσεων μπορεί να είναι μία από τις πιο όμορφες και σημαντικές εμπειρίες στη ζωή. Ωστόσο, μερικές φορές οι σχέσεις μπορεί να πάρουν μια σκοτεινή τροπή. Οι τοξικές σχέσεις χαρακτηρίζονται από επιβλαβείς συμπεριφορές, στάσεις και δυναμικές που μπορεί να προκαλέσουν συναισθηματική, ψυχολογική ή ακόμη και σωματική καταπόνηση στους εμπλεκόμενους.

Σε αυτή την ενότητα, θα εξετάσουμε τι συνιστά μια τοξική σχέση, ποια σημάδια πρέπει να προσέχουμε και πώς επηρεάζουν τα άτομα που τις βιώνουν. Η κατανόηση των τοξικών σχέσεων είναι απαραίτητη για τη διατήρηση υγιών δεσμών και την έγκαιρη αναγνώριση της ανάγκης για βοήθεια ή αλλαγή.

3.1 – Τι είναι μια τοξική σχέση;

Μια τοξική σχέση είναι αυτή που προκαλεί συναισθηματική ή ψυχολογική φθορά σε έναν ή και στους δύο εμπλεκόμενους. Χαρακτηρίζεται από συμπεριφορές που υπονομεύουν την ευημερία, την αυτοεκτίμηση και την ευτυχία των ατόμων. Οι τοξικές σχέσεις μπορεί να εμφανιστούν σε διάφορες μορφές: από ερωτικές σχέσεις μέχρι φιλίες, οικογενειακούς δεσμούς ή επαγγελματικές συνεργασίες.

3.2 – Σημάδια μιας τοξικής σχέσης

Η αναγνώριση των σημαδιών μιας τοξικής σχέσης είναι απαραίτητη για την παρέμβαση και την προστασία του εαυτού. Μερικά συχνά σημάδια περιλαμβάνουν:

- Συνεχής κριτική, απαξιωτικά σχόλια και τακτική υποτίμηση.

- Έλλειψη εμπιστοσύνης, καχυποψία, ζήλια ή έλεγχος χωρίς αιτία.
- Κακή επικοινωνία, δυσκολία στην έκφραση συναισθημάτων ή συνεχείς παρεξηγήσεις.
- Χειριστικότητα: χρήση ενοχής, απειλών ή εξαναγκασμού για την επιβολή θελήσεων.
- Απομόνωση και ενθάρρυνση απομάκρυνσης από υποστηρικτικούς ανθρώπους ή δραστηριότητες.
- Ανεπίλυτες συγκρούσεις που επαναλαμβάνονται χωρίς επίλυση.
- Συναισθηματική αστάθεια, έντονες μεταπτώσεις ή εκρήξεις θυμού.
- Αδιαφορία για τα όρια του άλλου – παραβίαση προσωπικού χώρου, συναισθηματικών, σωματικών ή οικονομικών ορίων.
- Αίσθημα παγίδευσης, χωρίς τη δυνατότητα διαφυγής, παρόλο που η σχέση προκαλεί πόνο.

3.3 – Επιπτώσεις των τοξικών σχέσεων

Οι τοξικές σχέσεις μπορεί να έχουν βαθιές αρνητικές επιδράσεις, όπως:

- Συναισθηματική επιβάρυνση που εκδηλώνεται ως άγχος, κατάθλιψη, χαμηλή αυτοεκτίμηση ή αισθήματα αναξιοότητας.
- Προβλήματα σωματικής υγείας, όπως αυξημένο στρες, διαταραχές ύπνου ή ψυχοσωματικά συμπτώματα.
- Απομόνωση από φίλους, οικογένεια ή άλλα δίκτυα υποστήριξης.
- Μείωση της αυτοπεποίθησης, της πίστης στον εαυτό και της ικανότητας λήψης αποφάσεων.
- Κανονικοποίηση ανθυγιεινών προτύπων συμπεριφοράς και σχέσεων.

3.4 – Επιπτώσεις στην ενήλικη ζωή

Οι νέοι που έχουν βιώσει κακοποιητικές σχέσεις στην εφηβεία μπορεί να αναπτύξουν προβλήματα εμπιστοσύνης – τόσο προς τον εαυτό τους όσο και προς τους άλλους. Αυτό μπορεί να δυσκολέψει τη δημιουργία υγιών και ολοκληρωμένων σχέσεων στην ενήλικη ζωή.

3.5 – Έκθεση σε βία

Παιδιά και έφηβοι που μεγαλώνουν σε περιβάλλοντα όπου επικρατούν βίαιες ή καταπιεστικές οικογενειακές δυναμικές, συχνά αναπαράγουν αυτές τις συμπεριφορές στις μελλοντικές τους σχέσεις. Σε πολλές περιπτώσεις, ταυτίζονται με τον γονέα (ή φροντιστή) του ίδιου φύλου και μιμούνται τα πρότυπα σχέσεων που έχουν παρατηρήσει.

Η κατανόηση αυτών των δυναμικών είναι θεμελιώδης για την απελευθέρωση από τις τοξικές σχέσεις και την καλλιέργεια υγιέστερων δεσμών. Η έγκαιρη αναγνώριση των προειδοποιητικών σημαδιών και η ανάληψη πρωτοβουλίας για θετική αλλαγή βοηθά τα άτομα να δώσουν προτεραιότητα στην ψυχική τους υγεία και να χτίσουν σχέσεις που συμβάλλουν θετικά στη ζωή τους.

4. Τοξικές συμπεριφορές: συνήθη μοτίβα

Η αναγνώριση τοξικών συμπεριφορών είναι ζωτικής σημασίας για την αυτοπροστασία και την καλλιέργεια υγιών σχέσεων, που βασίζονται στον αμοιβαίο σεβασμό, την εμπιστοσύνη και το γνήσιο ενδιαφέρον για την ευημερία του άλλου. Η αντιμετώπιση τέτοιων συμπεριφορών συχνά απαιτεί τον καθορισμό ξεκάθαρων ορίων, την αναζήτηση υποστήριξης από άτομα εμπιστοσύνης ή επαγγελματίες, και – σε ορισμένες περιπτώσεις – τη λήψη δύσκολων αποφάσεων που προτάσσουν την προσωπική ασφάλεια και ψυχική υγεία.

Παρά τις σημαντικές προσπάθειες που έχουν καταβληθεί τις τελευταίες τρεις δεκαετίες, η ενδοοικογενειακή βία – όπως και η βία που γίνεται αντιληπτή από τρίτους (π.χ. παιδιά) – παραμένει σε μεγάλο βαθμό ένα φαινόμενο «αόρατο». Ένας βασικός παράγοντας που συμβάλλει σε αυτή την απόκρυψη είναι το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο, το οποίο συχνά οδηγεί στην άρνηση ή στην υποβάθμιση της σοβαρότητας των περιστατικών (π.χ. χαρακτηρίζοντας τα ως «ένα χαστούκι» ή «μια κακή στιγμή»), με αποτέλεσμα την καθυστέρηση στην αναγνώριση και την παροχή στήριξης στα θύματα. Η έγκαιρη παρέμβαση είναι καθοριστική για τη μείωση των σοβαρών επιπτώσεων στην ευημερία των γυναικών και των παιδιών τους.

Παραδείγματα ελαχιστοποίησης ή κανονικοποίησης της βίας εξακολουθούν να είναι διαδεδομένα και συχνά συγχέονται με «συνηθισμένους καβγάδες ζευγαριού» από το οικογενειακό ή φιλικό περιβάλλον, ακόμη και από θεσμούς. Ως αποτέλεσμα, όταν οι γυναίκες προσπαθούν να ζητήσουν βοήθεια, δεν λαμβάνουν πάντα την κατάλληλη ή έγκαιρη στήριξη που απαιτείται για την απεμπλοκή τους από κακοποιητικές καταστάσεις.

Στο πολιτισμικό επίπεδο, παρατηρείται συχνά η τάση να κατηγορούνται ή να κρίνονται οι γυναίκες που έχουν υποστεί βία. Η επίρριψη ευθυνών στο θύμα (victim blaming) αποτελεί μορφή δευτερογενούς θυματοποίησης, καθώς μετατοπίζει την προσοχή από τον θύτη και επιρρίπτει την ευθύνη στο άτομο που υπέστη τη βία. Αυτή η στάση έχει ως συνέπεια πολλές γυναίκες να φοβούνται ότι δεν θα τις πιστέψουν, να νιώθουν ενοχές και ντροπή, και να επιλέγουν να μη μιλήσουν για την εμπειρία τους.

Η βία είναι, στην ουσία της, μια πράξη επιβολής και εξουσίας. Δεν προκύπτει από ισότιμες σχέσεις, αλλά από την επιθυμία του θύτη να ελέγχει, να κυριαρχεί και να υποτάσσει. Είναι κρίσιμο να τονιστεί ότι η ευθύνη για οποιαδήποτε μορφή βίαιης συμπεριφοράς ανήκει αποκλειστικά στον θύτη – ποτέ στο θύμα. Αυτή η διάκριση είναι θεμελιώδης για την κατανόηση του φαινομένου: η βία δεν είναι «θέμα δύο», αλλά μια κακοποιητική πράξη που πρέπει να αντιμετωπίζεται ξεκάθαρα και άμεσα. Παρακάτω παρουσιάζονται μερικά συγκεκριμένα παραδείγματα τοξικών συμπεριφορών, οι οποίες μπορεί να εμφανιστούν σε διάφορους τύπους σχέσεων:

4.1 – Χειριστική συμπεριφορά

Η χειριστική συμπεριφορά περιλαμβάνει τη χρήση στρατηγικών για να επηρεάσει ή να ελέγξει τα συναισθήματα, τις σκέψεις ή τις πράξεις του άλλου ατόμου προς όφελος του θύτη. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Ενοχοποίηση** – Κάνοντας τον άλλον να νιώθει ενοχές επειδή δεν ικανοποιεί τις επιθυμίες του/της.
- **Gaslighting** – Άρνηση ή διαστρέβλωση γεγονότων με σκοπό να αμφισβητήσει ο άλλος την ίδια του την αντίληψη ή την ψυχική του υγεία.

- **Συναισθηματικός εκβιασμός** – Χρήση φόβου, απειλής ή συναισθημάτων (π.χ. κλάμα, θυμός) για να επιβληθεί η θέληση του θύτη.

4.2 – Συνεχής κριτική

Η διαρκής υποτίμηση του άλλου μέσω επικριτικών ή προσβλητικών σχολίων. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Συχνή επισήμανση λαθών** ή ελαττωμάτων με ταπεινωτικό τρόπο.
- **Προσβλητικά σχόλια** για τις ικανότητες, την εξωτερική εμφάνιση ή τον χαρακτήρα του άλλου.

4.3 – Έλεγχος και κτητικότητα

Προσπάθεια επιβολής ελέγχου στις αποφάσεις, ενέργειες ή κοινωνικές σχέσεις του άλλου. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Παρακολούθηση των δραστηριοτήτων του/της συντρόφου** (π.χ. έλεγχος κινητού, social media χωρίς άδεια).
- **Καθορισμός του με ποιους μπορεί να συναναστραφεί** ή πού επιτρέπεται να πάει.

4.4 – Έλλειψη ενσυναίσθησης

Αδιαφορία για τα συναισθήματα, τις ανάγκες ή τις εμπειρίες του άλλου. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Αγνόηση ή απαξίωση** των ανησυχιών και των συναισθημάτων του άλλου.
- **Μηδενικό ενδιαφέρον** για την κατανόηση της οπτικής του/της συντρόφου.

4.5 – Ζήλια και ανασφάλεια

Έντονη ζήλια ή ανασφάλεια που οδηγεί σε ελεγκτική ή κατηγορηματική συμπεριφορά. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Κατηγορίες για απιστία** χωρίς καμία απόδειξη.
- **Υπερβολική κτητικότητα** ή καχυποψία απέναντι στις κοινωνικές επαφές του άλλου.

4.6 – Σιωπή και αποφυγή

Αποχή από την επικοινωνία ή την συναισθηματική σύνδεση ως μέσο τιμωρίας ή ελέγχου. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Άρνηση συμμετοχής σε συζητήσεις** ή παροχής συναισθηματικής υποστήριξης.
- **«Τιμωρητική σιωπή» (silent treatment)** για την άσκηση πίεσης ή ελέγχου.

4.7 – Σωματική ή ψυχολογική κακοποίηση

Οποιαδήποτε μορφή φυσικής βίας, απειλής, εκφοβισμού ή λεκτικής επίθεσης. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Σωματική επιθετικότητα**, όπως χτυπήματα, σπρωξίματα ή τράβηγμα.
- **Λεκτικές προσβολές**, χαρακτηρισμοί ή ύβρεις με στόχο την ταπείνωση.

4.8 – Παραβίαση ορίων

Αγνόηση των προσωπικών ορίων – είτε φυσικών, συναισθηματικών είτε ψυχολογικών. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Παραβίαση του προσωπικού χώρου** χωρίς συναίνεση.

- **Μη σεβασμός της ανάγκης για ιδιωτικότητα ή αυτονομία.**

4.9 – Μετατόπιση ευθυνών

Άρνηση ανάληψης ευθύνης και επίρριψη της σε άλλους. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Κατηγορία του άλλου** για κάθε διαφωνία ή πρόβλημα.
- **Δικαιολογίες και αποφυγή ανάληψης ευθυνών** για επιβλαβή συμπεριφορά.

4.10 – Άλυτες συγκρούσεις και επαναλαμβανόμενα μοτίβα

Επαναλαμβανόμενοι κύκλοι διαφωνιών χωρίς πρόθεση επίλυσης ή αλλαγής. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Επανάληψη των ίδιων καυγάδων** χωρίς εμβάθυνση στα πραγματικά αίτια.
- **Μη μάθηση από προηγούμενα λάθη**, με αποτέλεσμα τη συνεχή δυσλειτουργία.

5. Συνέπειες των τοξικών σχέσεων

Οι συνέπειες μιας τοξικής σχέσης μπορεί να είναι σοβαρές και να επηρεάσουν σχεδόν κάθε τομέα της ευημερίας ενός ατόμου – ψυχικά, συναισθηματικά και σωματικά. Αυτές οι βλαβερές δυναμικές συχνά αφήνουν μακροχρόνιες ουλές που είναι δύσκολο να ξεπεραστούν. Η κατανόηση αυτών των συνεπειών είναι το πρώτο βήμα για την αναγνώριση μιας τοξικής σχέσης και την ανάληψη των αναγκαίων μέτρων για την προστασία του εαυτού μας. Ορισμένες από τις πιο κοινές και βλαβερές επιπτώσεις που μπορεί να έχει μια τοξική σχέση είναι οι εξής:

- **Συναισθηματική ένταση**

Η συναισθηματική πίεση είναι χαρακτηριστικό των τοξικών σχέσεων, προκαλώντας συνεχείς αισθήματα άγχους, θλίψης και έντασης. Με τον καιρό, αυτές οι αρνητικές εμπειρίες αποδυναμώνουν την αυτοεκτίμηση, αφήνοντας τα άτομα να νιώθουν μη αγαπητά και ανεπαρκή.

- **Βλάβη στην αυτοεκτίμηση**

Η συνεχής κριτική, χειραγώγηση ή συναισθηματική κακοποίηση μπορεί να προκαλέσει σοβαρές ζημιές στην αυτοεκτίμηση. Τα άτομα μπορεί να αρχίσουν να αμφιβάλλουν για τον εαυτό τους και να εσωτερικεύουν την αρνητικότητα, οδηγώντας σε αισθήματα αχρηστίας.

- **Απομόνωση από φίλους και οικογένεια**

Οι τοξικοί σύντροφοι συχνά απομονώνουν τα άτομα από τους φίλους και την οικογένειά τους, κόβοντας τους από το δίκτυο υποστήριξης. Αυτή η

απομόνωση εντείνει τα αισθήματα μοναξιάς και δημιουργεί εξάρτηση από τον τοξικό σύντροφο για επιβεβαίωση και συναισθηματική υποστήριξη.

– **Σωματικές επιπτώσεις**

Το άγχος και η συναισθηματική αναστάτωση που προκαλούνται από τις τοξικές σχέσεις μπορεί να επηρεάσουν την σωματική υγεία. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε διαταραχές ύπνου, πονοκεφάλους, πεπτικά προβλήματα και άλλες ασθένειες που σχετίζονται με το άγχος, καθώς η παρατεταμένη συναισθηματική ένταση εξασθενεί την άμυνα του οργανισμού.

– **Απώλεια προσωπικής ταυτότητας**

Σε τοξικές σχέσεις, τα άτομα ενδέχεται να χάσουν την επαφή με τις δικές τους αξίες, ενδιαφέροντα και στόχους, καθώς επικεντρώνονται στο να ευχαριστήσουν τον σύντροφό τους. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε απώλεια προσωπικής ταυτότητας και δημιουργία συναισθημάτων κενότητας ή σύγχυσης για το ποιοι είναι εκτός της σχέσης.

– **Κύκλος συγκρούσεων και προσωρινών λύσεων**

Αυτές οι σχέσεις ακολουθούν συχνά έναν κύκλο συγκρούσεων και προσωρινών επιλύσεων, με υποσχέσεις για αλλαγή που ποτέ δεν υλοποιούνται. Αυτός ο κύκλος κρατά τα άτομα παγιδευμένα σε μια δυσλειτουργία, αφήνοντάς τα να αισθάνονται απογοητευμένα και απελπισμένα.

– **Συναισθηματικές ουλές**

Οι συναισθηματικές ουλές από μια τοξική σχέση μπορεί να παραμείνουν πολύ καιρό μετά την ολοκλήρωσή της, καθιστώντας δύσκολο να εμπιστευτεί κανείς άλλους και να δημιουργήσει υγιείς σχέσεις στο μέλλον. Το παρελθόν τραύμα μπορεί να παρεμποδίσει την ικανότητα δημιουργίας νέων, θετικών σχέσεων.

– **Ψυχικές επιπτώσεις**

Η συνεχιζόμενη συναισθηματική ένταση μιας τοξικής σχέσης μπορεί να συμβάλει στην εμφάνιση σοβαρών ψυχικών προβλημάτων, όπως άγχος, κατάθλιψη ή διαταραχή μετατραυματικού άγχους (PTSD), αφήνοντας τα άτομα συναισθηματικά εξαντλημένα και καταβεβλημένα.

– **Οικονομικός έλεγχος**

Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι τοξικοί σύντροφοι ασκούν έλεγχο στις οικονομικές υποθέσεις, αφήνοντας τα άτομα εξαρτημένα οικονομικά ή εκμεταλλευόμενα τους πόρους τους. Αυτό μπορεί να δημιουργήσει μακροχρόνια οικονομικά προβλήματα και επιπλέον παγίδευση στη σχέση.

– **Φυσική βία ή σοβαρές απειλές**

Στις πιο ακραίες περιπτώσεις, οι τοξικές σχέσεις μπορεί να κλιμακωθούν σε σωματική βία ή σοβαρές απειλές, θέτοντας σε κίνδυνο την ασφάλεια του ατόμου. Η άμεση παρέμβαση είναι κρίσιμη σε αυτές τις καταστάσεις για να αποφευχθεί περαιτέρω βλάβη.



Η αναγνώριση αυτών των συνεπειών είναι σημαντική για τα άτομα ώστε να προτεραιοποιήσουν την ευημερία τους και να λάβουν τα κατάλληλα μέτρα για την αποκατάστασή τους. Η αναζήτηση υποστήριξης από φίλους, οικογένεια ή επαγγελματίες όπως θεραπευτές ή σύμβουλοι μπορεί να είναι καθοριστική για να σπάσει ο κύκλος της τοξικής δυναμικής και να ξαναχτίσουν μια ζωή βασισμένη στον αυτοσεβασμό, την φροντίδα και τις υγιείς σχέσεις.



6. Προώθηση Υγιούς και Διεκδικητικής Επικοινωνίας

6.1 - Διεκδικητική Επικοινωνία

Η διεκδικητική επικοινωνία αφορά την έκφραση των σκέψεών σας, των αναγκών σας και των απόψεών σας με σαφή και άμεσο τρόπο, ενώ ταυτόχρονα διατηρείτε τον σεβασμό προς τους άλλους. Η ανάπτυξη διεκδικητικής επικοινωνίας μπορεί να σας βοηθήσει να:

- Μειώσετε τις συγκρούσεις
- Διαχειριστείτε την οργή σας αποτελεσματικά
- Εξασφαλίσετε ότι οι ανάγκες σας αναγνωρίζονται
- Χτίσετε πιο ισχυρές και θετικές σχέσεις

Πολλοί άνθρωποι δυσκολεύονται να εφαρμόσουν τη διεκδικητική επικοινωνία στην καθημερινότητά τους, συχνά επειδή την συγχέουν με άλλες μορφές επικοινωνίας. Ας δούμε λοιπόν τι δεν είναι η διεκδικητική επικοινωνία.

6.2 - Επιθετική Επικοινωνία vs. Διεκδικητική Επικοινωνία

Η διεκδικητική επικοινωνία συχνά συγχέεται με την επιθετική επικοινωνία, καθώς και οι δύο περιλαμβάνουν την υπεράσπιση του εαυτού μας. Ωστόσο, υπάρχουν σημαντικές διαφορές:

Παράδειγμα: Φανταστείτε ότι βρίσκεστε στην ουρά σε μια τράπεζα και κάποιος μπαίνει μπροστά σας.

Επιθετική Απάντηση:

Να πιάσετε τον ώμο του και να φωνάξετε: “Τι σε κάνει τόσο ιδιαίτερο που δεν πρέπει να περιμένεις όπως οι υπόλοιποι;”

Αυτή η αντίδραση μπορεί να προκαλέσει έναν καβγά, αφήνοντάς σας απογοητευμένους και κλιμακώνοντας την κατάσταση.

Διεκδικητική Απάντηση:

Να χτυπήσετε ήρεμα τον ώμο του και να πείτε: “Συγγνώμη, υπάρχει μια ουρά εδώ. Θα ήταν δίκαιο να περιμένετε τη σειρά σας όπως όλοι οι υπόλοιποι.”

Αυτή η προσέγγιση αυξάνει τις πιθανότητες μιας θετικής αντίδρασης, ενώ διατηρεί τον αμοιβαίο σεβασμό.

Ενώ η διεκδικητικότητα δεν εγγυάται ότι οι άλλοι θα ανταποκριθούν ευγενικά, σας εξασφαλίζει ότι διαχειρίζεστε την κατάσταση με τρόπο που ενισχύει την αυτοεκτίμηση και τον σεβασμό σας.

Επιθετικότητα	Αποφασιστικότητα
Εξαναγκάζει τις προσωπικές ανάγκες ή απόψεις πάνω στους άλλους.	Εκφράζει τις ανάγκες με σαφήνεια αλλά με σεβασμό.
Συχνά περιλαμβάνει εκφοβισμό ή πίεση προς τους άλλους.	Αντιμετωπίζει τους άλλους με σεβασμό.
Επικεντρώνεται αποκλειστικά στις προσωπικές ανάγκες.	Λαμβάνει υπόψη τις ανάγκες και των δύο πλευρών.
Αρνείται να γίνει συμβιβασμός.	Αναζητά δίκαιο συμβιβασμό.
Βλάπτει τις σχέσεις.	Ενισχύει τις σχέσεις.
Μπορεί να κλιμακωθεί σε φωνές ή σωματική βία.	Χρησιμοποιεί σαφή και ήρεμη γλώσσα.
Μειώνει την αυτοεκτίμηση.	Ενισχύει την αυτοεκτίμηση.

6.3 - Παθητική Επικοινωνία vs. Αποφασιστική Επικοινωνία

Η αποφασιστικότητα διαφέρει και από την παθητική επικοινωνία, η οποία περιλαμβάνει την αποφυγή έκφρασης σκέψεων ή αναγκών λόγω φόβου, επιθυμίας για αποφυγή συγκρούσεων ή τάσης να δίνονται προτεραιότητα στις ανάγκες των άλλων.

Χαρακτηριστικά της παθητικής επικοινωνίας:

- Αποφυγή να μιλήσει κανείς, πιστεύοντας ότι οι απόψεις του δεν έχουν σημασία.
- Συνεχής προτεραιότητα στις ανάγκες των άλλων έναντι των δικών του.
- Επιτρέπει στον εαυτό του να αγνοείται ή να κακομεταχειρίζεται.
- Χρησιμοποιεί διστακτική γλώσσα σώματος (π.χ., κοιτάζει κάτω, αναστενάζει).
- Υπονομεύει τις απόψεις του με φράσεις όπως “Μόνο αν δεν σας πειράζει” ή “Δεν είναι και τόσο σημαντικό”.

Η παθητική επικοινωνία μπορεί να βλάψει την αυτοεκτίμηση και τις σχέσεις. Όταν οι άλλοι αγνοούν συνεχώς τις ανάγκες σας, μπορεί να αναπτυχθεί απογοήτευση και πικρία.

6.4 - Εύρεση Ισορροπίας: Άσκηση Αποφασιστικότητας

Η αποφασιστικότητα βρίσκεται στη μέση μεταξύ παθητικής και επιθετικής επικοινωνίας, επιτρέποντας την έκφραση του εαυτού σας με αυτοπεποίθηση, ενώ σέβεστε τους άλλους.

Ορισμένοι πρακτικοί τρόποι για να ενισχύσετε τις δεξιότητές σας στην αποφασιστική επικοινωνία:

- Να είστε σαφείς και άμεσοι: Εκφράστε τις ανάγκες ή τις απόψεις σας χωρίς δισταγμό.
- Χρησιμοποιήστε φράσεις με "Εγώ": Αντί να κατηγορείτε, εκφράστε πώς σας επηρεάζει μια κατάσταση. ("Όταν αφήνεις τα πιάτα στο τραπέζι, νιώθω εκνευρισμένος γιατί δεν θέλω να καθαρίζω πίσω από σένα." αντί για "Είσαι πολύ ακατάστατος!")
- Προσέξτε τον τόνο και την ένταση της φωνής σας: Μιλήστε με σταθερή, αλλά όχι υπερβολικά δυνατή ή πολύ απαλή φωνή.
- Ευθυγραμμίστε τη γλώσσα σώματος με τα λόγια σας: Διατηρήστε επαφή με τα μάτια, σταθείτε όρθιοι και κρατήστε μια χαλαρή στάση. Αντιφατικά σήματα (π.χ., μιλώντας με αυτοπεποίθηση αλλά κοιτώντας κάτω) μπορούν να αποδυναμώσουν το μήνυμά σας.
- Αποφύγετε τις υπερβολές: Αντικαταστήστε φράσεις όπως "Πάντα αργείς!" με αντικειμενικές δηλώσεις όπως "Ήσουν 20 λεπτά αργός σήμερα και αυτό έχει συμβεί τρεις φορές αυτή την εβδομάδα."
- Επικεντρωθείτε στα γεγονότα, όχι στις κρίσεις: Πείτε "Αυτή η αναφορά λείπει από σημαντικά στοιχεία" αντί για "Έκανες ξανά κακή δουλειά."
- Ασκηθείτε τακτικά: Όπως κάθε δεξιότητα, η αποφασιστικότητα βελτιώνεται με την εξάσκηση. Ξεκινήστε με μικρές αλληλεπιδράσεις και προχωρήστε σε πιο δύσκολες συζητήσεις.

Αναπτύσσοντας την αποφασιστική επικοινωνία, μπορείτε να διαχειριστείτε πιο αποτελεσματικά δύσκολες συνομιλίες, να διατηρήσετε πιο ισχυρές σχέσεις και να χτίσετε μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση.

7. Σχέδιο Δράσης: Πώς να προχωρήσετε όταν εντοπίσετε "Κόκκινες Σημαίες"

Η ανάπτυξη ενός σχεδίου δράσης όταν εντοπίζετε προειδοποιητικά σημάδια σε μια σχέση είναι ζωτικής σημασίας για την ευημερία σας και την ενδυνάμωσή σας, ώστε να πάρετε ενημερωμένες αποφάσεις. Είναι σημαντικό να αναγνωρίσετε και να παραδεχτείτε τις κόκκινες σημαίες που εντοπίσατε, ακόμη κι αν φαίνονται υποτονικές ή σπάνιες. Πάρτε τα σημάδια σοβαρά και αξιολογήστε πώς επηρεάζουν την συναισθηματική, ψυχική και σωματική σας υγεία. Σκεφτείτε τις δικές σας ανάγκες, αξίες και όρια μέσα στη σχέση για να διαπιστώσετε αν αυτές οι κόκκινες σημαίες παραβιάζουν τα όριά σας ή υπονομεύουν την ευημερία σας.

Η αναζήτηση εξωτερικής προοπτικής από έμπιστους φίλους, μέλη της οικογένειας ή έναν θεραπευτή μπορεί να προσφέρει καθαρότητα και επιβεβαίωση για τις κόκκινες σημαίες που έχετε εντοπίσει. Αν νιώθετε ασφαλείς και άνετοι, επικοινωνήστε τις ανησυχίες σας με αποφασιστικότητα χρησιμοποιώντας φράσεις του τύπου "Εγώ", για να εκφράσετε πώς ορισμένες συμπεριφορές σας επηρεάζουν. Καθορίστε σαφώς τα όριά σας και επικοινωνήστε τα στον άλλον, εξηγώντας τις συνέπειες αν οι κόκκινες σημαίες συνεχίσουν ή αν παραβιαστούν τα όριά σας.

Παρακολουθήστε την πρόοδο και τις αλλαγές στη συμπεριφορά του άλλου ατόμου για να δείτε αν αναγνωρίζει τις κόκκινες σημαίες και δείχνει προθυμία να αλλάξει. Αξιολογήστε τις επιλογές σας και τα πιθανά αποτελέσματα αν οι κόκκινες σημαίες παραμείνουν ή κλιμακωθούν, λαμβάνοντας υπόψη αν η σχέση είναι αναστρέψιμη μέσω αμοιβαίας προσπάθειας ή αν ίσως είναι πιο υγιές να απομακρυνθείτε.

Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας, δώστε προτεραιότητα στην αυτοφροντίδα, επικεντρωθείτε σε δραστηριότητες που σας φέρνουν χαρά, χαλάρωση και άνεση για να διαχειριστείτε το άγχος και την αβεβαιότητα. Αν αντιμετωπίζετε σοβαρές κόκκινες σημαίες όπως κακοποίηση ή χειραγώγηση, ζητήστε επαγγελματική βοήθεια από έναν σύμβουλο, θεραπευτή ή οργανισμό υποστήριξης. Προετοιμαστείτε ψυχικά και συναισθηματικά για να πάρετε αποφάσεις με βάση την αντιμετώπιση των κόκκινων σημείων, εμπιστευόμενοι τον εαυτό σας να θέσετε την υγεία και την ευτυχία σας ως προτεραιότητα.

Τέλος, αναλάβετε την κατάλληλη δράση σύμφωνα με την αξιολόγηση και την αναστοχαστική σας διαδικασία, είτε πρόκειται για τη βελτίωση της σχέσης με σαφή όρια, είτε για την απομάκρυνση σας αν είναι απαραίτητο για την ευημερία σας. Να θυμάστε ότι η αντιμετώπιση των κόκκινων σημείων απαιτεί θάρρος, αυτογνωσία και δέσμευση για την προσωπική σας ευτυχία και ασφάλεια. Εμπιστευτείτε τον εαυτό σας να πάρετε αποφάσεις που ευθυγραμμίζονται με τις αξίες σας και συμβάλλουν θετικά στο ταξίδι της ζωής σας.

Παρά το πόσο απελπιστική και αδιέξοδη μπορεί να φαίνεται η κατάσταση, είναι δυνατόν να απελευθερωθείτε από τη βία με τη σωστή υποστήριξη, και κάθε άτομο μπορεί να συμβάλει σημαντικά. Είτε πρόκειται για επαγγελματική καθοδήγηση, είτε για το να ανοίξετε την καρδιά σας σε έναν φίλο ή οικογένεια, είναι κρίσιμο να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον αποδοχής, σεβασμού και εμπιστοσύνης.

7.1 Πώς πρέπει να δράσουμε όταν μια γυναίκα αποκαλύπτει μια κατάσταση ενδοοικογενειακής βίας;

Είναι ζωτικής σημασίας να ακούσουμε χωρίς κρίσεις, να την διαβεβαιώσουμε ότι πιστεύουμε αυτό που μας εκμυστηρεύεται, τονίζοντας ότι η βία δεν δικαιολογείται

ποτέ και δεν φταίει η θύμα, αλλά μόνο ο δράστης. Επιβεβαιώστε τα συναισθήματά της λέγοντας "Λυπάμαι που περνάς αυτό, κανείς δεν αξίζει να αντιμετωπίζεται έτσι."

Αναγνωρίστε και σεβαστείτε τις δυσκολίες που μπορεί να εκφράσει η γυναίκα. Αποφύγετε ερωτήσεις όπως "Γιατί δεν έφυγες νωρίτερα;", "Γιατί δεν τον αφήνεις;" ή "Γιατί δεν το έχεις αναφέρει;". Αυτές μπορεί να την κάνουν να νιώσει κριτική και παρεξηγημένη στη δύσκολη κατάσταση που ζει. Θυμηθείτε ότι τόσο ο χωρισμός όσο και η αναφορά είναι πολύ ευαίσθητα βήματα που πρέπει να γίνουν ιδανικά με τη στήριξη ειδικών υπηρεσιών και νομικής βοήθειας. Σε τέτοιες περιπτώσεις, είναι κρίσιμο να μην υποτιμήσετε την κατάσταση ή να υποδείξετε ότι ίσως εκείνη έκανε κάτι για να προκαλέσει τη βίαιη συμπεριφορά. Αναγνωρίστε και σεβαστείτε τους φόβους και την αμηχανία που μπορεί να εκφράζει για το επόμενο βήμα, αποφεύγοντας μια κριτική ή υπερβολικά επιβλητική στάση. Αντίθετα, ενισχύστε τη δύναμη και την αυτοπεποίθησή της, διασφαλίζοντας πάντα τη στήριξή σας. Διατηρήστε την εμπιστευτικότητα! Μην μοιράζεστε καμία λεπτομέρεια με άλλους φίλους κ.λπ.

Βεβαιωθείτε ότι η γυναίκα έχει ασφαλές μέρος να μείνει, χωρίς τον επιθετικό σύντροφο. Ενημερώστε την ότι μπορεί να βασιστεί στην υποστήριξη και τη βοήθεια των Κέντρων Κατά της Βίας, εξειδικευμένων τοπικών δομών που έχουν σκοπό να υποστηρίξουν γυναίκες και, αν υπάρχουν, τα παιδιά τους, καθοδηγώντας τους σε κάθε φάση της απελευθέρωσής τους από τη βία.

Φροντίστε και τον εαυτό σας ενώ βοηθάτε! Η εμπλοκή σε μια τέτοια δύσκολη κατάσταση μπορεί να επηρεάσει τα συναισθήματά σας και την ψυχική ευημερία σας. Οι άνθρωποι που βοηθούν άλλους πρέπει να έχουν τους κατάλληλους πόρους.

7.2. Πρέπει να αναφέρετε αν αναγνωρίσετε ενδοοικογενειακή βία;

Η προτεραιότητα είναι η ασφάλεια και η συγκατάθεση του θύματος. Εάν δεν υπάρχει άμεσος κίνδυνος, μιλήστε μαζί τους πρώτα και ρωτήστε τι θέλουν να κάνουν. Πολλοί επιζώντες φοβούνται αντίποινα ή την απώλεια του ελέγχου της κατάστασής τους. Σεβαστείτε την απόφασή τους, καθώς η πίεση για αναφορά μπορεί να κάνει περισσότερο κακό παρά καλό. Προσφέρετε στήριξη δείχνοντας ότι δεν είναι μόνες και ότι μπορείτε να τους βοηθήσετε να βρουν πόρους ή να δημιουργήσουν ένα σχέδιο ασφαλείας.

Αν υπάρχει άμεσος κίνδυνος, η κλήση στην αστυνομία μπορεί να είναι αναγκαία. Αυτό ισχύει σε καταστάσεις όπου:

- Ο δράστης απειλεί τη ζωή του θύματος ή άλλων.
- Γίνεστε μάρτυρες σωματικής βίας σε πραγματικό χρόνο.
- Ένα παιδί είναι σε κίνδυνο.
- Το θύμα είναι αναίσθητο, τραυματισμένο ή αδύνατο να ζητήσει βοήθεια μόνο του.

Σε ορισμένες χώρες, η ενδοοικογενειακή βία είναι υποχρεωτική αναφορά, οπότε είναι σημαντικό να ελέγξετε τους τοπικούς νόμους ή να συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία για ακριβείς οδηγίες.

Πριν αναφέρετε χωρίς τη συγκατάθεση του θύματος, σκεφτείτε τους κινδύνους. Μπορεί να νιώσει προδομένη και να σταματήσει να σας εμπιστεύεται ή να εμπιστεύεται άλλους που θέλουν να τη βοηθήσουν. Εάν δεν είναι έτοιμη να φύγει, η αναφορά στην αστυνομία μπορεί να κλιμακώσει την κακοποίηση. Σε ορισμένες περιπτώσεις, η παρέμβαση της αστυνομίας δεν εγγυάται την ασφάλεια, ιδιαίτερα σε χώρες όπου οι νομικές προστασίες είναι αδύναμες.

Εάν η φίλη σας δεν είναι έτοιμη να πάει στην αστυνομία, υπάρχουν εναλλακτικοί τρόποι για να την υποστηρίξετε. Ενθαρρύνετε την να ζητήσει επαγγελματική βοήθεια, όπως να καλέσει μια τηλεφωνική γραμμή βοήθειας για ενδοοικογενειακή βία, έναν θεραπευτή ή μια ομάδα υπεράσπισης. Βοηθήστε την να δημιουργήσει ένα σχέδιο ασφαλείας συζητώντας ασφαλή μέρη για να πάει, επείγοντα τηλέφωνα και τι να κάνει αν η βία κλιμακωθεί. Παρέχετε συναισθηματική υποστήριξη, διαβεβαιώνοντάς την ότι δεν είναι μόνη και ότι θα είστε εκεί για εκείνη όταν είναι έτοιμη να προχωρήσει.

Εάν είναι σε άμεσο κίνδυνο, η κλήση στην αστυνομία είναι η σωστή ενέργεια. Αν δεν είναι σε άμεσο κίνδυνο, η στήριξη της στην απόφαση που θα πάρει είναι κρίσιμη. Ο καλύτερος τρόπος είναι να την ενδυναμώσετε, να της παρέχετε πόρους και να διασφαλίσετε ότι ξέρει ότι είστε εκεί για εκείνη όταν είναι έτοιμη να δράσει.

8. Κατανόηση της βίας κατά των γυναικών: Εθνικά πλαίσια

Η βία κατά των γυναικών είναι ένα παγκόσμιο ζήτημα, ωστόσο οι μορφές της, τα αίτια της και οι συνέπειές της μπορεί να διαφέρουν σημαντικά ανάλογα με τη χώρα και τον πολιτισμό. Η ιστορία κάθε έθνους, οι κοινωνικές δομές, τα νομικά πλαίσια και οι πολιτισμικές στάσεις διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο βιώνεται και αντιμετωπίζεται η έμφυλη βία. Η κατανόηση αυτών των εθνικών συμφραζομένων είναι κρίσιμη για την ανάπτυξη αποτελεσματικών στρατηγικών πρόληψης και υποστήριξης.

Σ' αυτήν την ενότητα, εξετάζουμε τις μοναδικές προκλήσεις και αντιδράσεις στη βία κατά των γυναικών σε διάφορες χώρες. Μέσω της ανάλυσης εθνικών

ερευνών, αποκτούμε μια βαθύτερη κατανόηση των κοινωνικών, νομικών και πολιτισμικών παραμέτρων που επηρεάζουν τόσο την επικράτηση της βίας όσο και τα μέτρα που λαμβάνονται για την καταπολέμησή της. Αυτές οι προσεγγίσεις όχι μόνο αναδεικνύουν τις διαφορές μεταξύ των χωρών, αλλά και υπογραμμίζουν την κοινή παγκόσμια ευθύνη για την αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών.

Μέσω αυτής της ανάλυσης, στοχεύουμε στην εις βάθος κατανόηση των πολύπλοκων πτυχών γύρω από τη βία με βάση το φύλο, ενώ παράλληλα εντοπίζουμε καλές πρακτικές και τομείς προς βελτίωση. Μαθαίνοντας από ποικίλες εθνικές εμπειρίες, μπορούμε να προχωρήσουμε προς πιο συμπεριληπτικές και αποτελεσματικές λύσεις για την προστασία και ενδυνάμωση των γυναικών παντού.

8.1 Ιταλία

Η βία κατά των γυναικών αυξάνεται στην Ιταλία, αλλά αυτή η αύξηση μπορεί να σχετίζεται και με μεγαλύτερη προθυμία για καταγγελία αυτών των περιστατικών. Αυτή η αλλαγή προκύπτει χάρη σε εκστρατείες ευαισθητοποίησης που υλοποιούν τόσο δημόσιοι όσο και ιδιωτικοί οργανισμοί, που εργάζονται για την καταπολέμηση της βίας, καθώς και σε ισχυρότερους και πιο αναλυτικούς νόμους. Αυτοί οι νόμοι επικεντρώνονται στην τιμωρία των εγκλημάτων που σχετίζονται με το φύλο, τα οποία καλύπτονται από τον Ιταλικό Ποινικό Κώδικα και τον Νόμο Νο. 69 της 19ης Ιουλίου 2019, γνωστό ως «Κώδικας Red». Ο νόμος αυτός εισήγαγε σημαντικές αλλαγές στις ποινικές και διαδικαστικές ρυθμίσεις για τη ενδοοικογενειακή και τη βία λόγω φύλου, παρέχοντας ισχυρότερη προστασία στα θύματα παρενόχλησης, ενδοοικογενειακής κακοποίησης και σεξουαλικής βίας.

Το νομικό πλαίσιο της Ιταλίας για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών βασίζεται στην Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης, την οποία η χώρα υπέγραψε στις 27 Σεπτεμβρίου 2012. Όταν η Ιταλία υπέγραψε τη Σύμβαση, υπέβαλε επίσης σημείωμα στο Συμβούλιο της Ευρώπης, δηλώνοντας ότι θα εφαρμόσει τη Σύμβαση σύμφωνα με τις συνταγματικές αρχές της. Η Ιταλική Βουλή επικύρωσε αργότερα τη Σύμβαση μέσω του Νόμου Νο. 77 το 2013.

8.1.1 – Οργανισμοί/Οργανώσεις

Πολλοί οργανισμοί στην Ιταλία δραστηριοποιούνται ενεργά στην καταπολέμηση της βίας λόγω φύλου. Οι οργανισμοί αυτοί παρέχουν απαραίτητες υπηρεσίες, από ψυχολογική υποστήριξη έως νομική βοήθεια, και συνεργάζονται στενά με κρατικούς και μη κρατικούς φορείς.

Κρατικοί φορείς

- Η **Rete Nazionale Antiviolenza (Εθνικό Δίκτυο Κατά της Βίας)** διαχειρίζεται το Υπουργείο Εσωτερικών και λειτουργεί τη γραμμή βοήθειας 1522, που προσφέρει δωρεάν ψυχολογική και νομική υποστήριξη στα θύματα βίας, 24/7.
- Η **Rete Dafne Italia** παρέχει δημόσιες και δωρεάν υπηρεσίες στα θύματα εγκλημάτων, συμπεριλαμβανομένων των γυναικών που έχουν υποστεί βία, σε συνεργασία με τις τοπικές αρχές και υπηρεσίες υγείας.

Μη Κερδοσκοπικοί Οργανισμοί

- Το D.i.Re (Donne in Rete contro la violenza) είναι ένα εθνικό δίκτυο 87 οργανισμών που διαχειρίζονται πάνω από 100 κέντρα και καταφύγια κατά της βίας. Η D.i.Re υποστηρίζει μετανάστριες και πρόσφυγες σε συνεργασία με τον UNHCR και ευαισθητοποιεί για τη βία κατά των γυναικών.
- Ο Differenza Donna διαχειρίζεται τη γραμμή βοήθειας 1522, επικεντρώνεται στην αλλαγή των πολιτισμικών αντιλήψεων για τις γυναίκες και προσφέρει άμεση υποστήριξη στα θύματα βίας μέσω νομικής βοήθειας και συμβουλευτικής.
- Η Associazione Nazionale Relive παρέχει προγράμματα στήριξης για τους δράστες της βίας, με στόχο την πρόληψη και την υπευθυνότητα, σύμφωνα με το Άρθρο 16 της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης.

8.1.2 - Νομικό Πλαίσιο

Η Ιταλία έχει αναπτύξει ένα ολοκληρωμένο νομικό πλαίσιο για την καταπολέμηση της έμφυλης βίας, με έμφαση στην προστασία των θυμάτων, τη δίωξη των δραστών και την πρόληψη περαιτέρω περιστατικών. Τα τελευταία δέκα χρόνια, η χώρα έχει υιοθετήσει σημαντικούς νόμους που ενίσχυσαν ουσιαστικά τον αγώνα κατά της βίας κατά των γυναικών. Οι νόμοι αυτοί αύξησαν τις ποινές για τους δράστες, βελτίωσαν τη διαδικασία απονομής δικαιοσύνης και προσέφεραν στοχευμένη προστασία για τα θύματα.

- **Νόμος 77/2013: Κύρωση της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης**
Ο νόμος αυτός κύρωσε τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης, ένα βασικό διεθνές εργαλείο για την πρόληψη και καταπολέμηση της βίας κατά των

γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας. Υποχρεώνει την Ιταλία να λάβει συγκεκριμένα μέτρα προστασίας των θυμάτων, δίωξης των δραστών και πρόληψης της βίας μέσα από πολιτικές, υπηρεσίες και εκστρατείες ευαισθητοποίησης.

- **Νόμος 69/2019: Ο «Κώδικας Κόκκινο» (Codice Rosso)**

Ο Κώδικας Κόκκινο εισήγαγε σημαντικές αλλαγές στον Ποινικό Κώδικα, επιταχύνοντας τις έρευνες για έμφυλη βία και ενισχύοντας την προστασία των θυμάτων:

- **Εκδικητική πορνογραφία (Άρθρο 612-ter):** Η δημοσιοποίηση σεξουαλικού περιεχομένου χωρίς συναίνεση αποτελεί ποινικό αδίκημα με ποινή φυλάκισης από 1 έως 6 έτη και πρόστιμο από €5.000 έως €15.000.
- **Παραμόρφωση προσώπου (Άρθρο 583-quinquies):** Η πρόκληση μόνιμων βλαβών στο πρόσωπο τιμωρείται με 8 έως 14 έτη φυλάκισης. Αν το θύμα πεθάνει λόγω των τραυμάτων, επιβάλλεται ισόβια κάθειρξη.
- **Αναγκαστικός γάμος (Άρθρο 558-bis):** Ο εξαναγκασμός σε γάμο, στην Ιταλία ή στο εξωτερικό, τιμωρείται με 1 έως 5 έτη φυλάκισης. Οι ποινές αυξάνονται αν το θύμα είναι ανήλικο. Ο νόμος εφαρμόζεται ακόμη κι αν το έγκλημα διαπράχθηκε εκτός Ιταλίας, αρκεί το θύμα ή ο δράστης να είναι Ιταλός πολίτης ή κάτοικος.
- **Παραβίαση περιοριστικών μέτρων (Άρθρο 387-bis):** Η παραβίαση περιοριστικής εντολής ή απομάκρυνσης από την οικογενειακή εστία τιμωρείται με 6 μήνες έως 3 έτη φυλάκισης.

Επιπλέον, ο νόμος αύξησε τις ποινές για υφιστάμενα αδικήματα που σχετίζονται με την έμφυλη βία:

- **Ενδοοικογενειακή κακοποίηση:** Η ποινή αυξήθηκε από 2-6 σε 3-7 έτη.
- **Παρανοχλητική παρακολούθηση (stalking):** Οι ποινές αυξήθηκαν από 6 μήνες – 5 έτη σε 1 – 6,5 έτη.
- **Σεξουαλική βία:** Η ποινή αυξήθηκε από 5-10 σε 6-12 έτη.
- **Ομαδική σεξουαλική βία:** Η ελάχιστη ποινή αυξήθηκε από 6 σε 8 έτη, με μέγιστο τα 14 έτη.

Ο νόμος επιβάλλει επίσης την εξειδικευμένη εκπαίδευση των αρχών ασφαλείας για την αντιμετώπιση υποθέσεων έμφυλης βίας. Εισάγει επίσης το «Προειδοποιητικό Σήμα του Κουεστόρα», που επιτρέπει στην αστυνομία να λαμβάνει άμεσα μέτρα προστασίας για θύματα που βρίσκονται σε κίνδυνο.

- **Νόμος 34/2021: Ο «Νόμος Cartabia»**

Ο νόμος αυτός, που πήρε το όνομά του από την τότε Υπουργό Δικαιοσύνης, αποσκοπεί στη μείωση της διάρκειας των ποινικών δικών στην Ιταλία. Σε υποθέσεις έμφυλης βίας, δίνεται έμφαση στη γρήγορη διερεύνηση και απονομή δικαιοσύνης, ώστε να αποφεύγονται καθυστερήσεις. Παράλληλα, περιλαμβάνει προβλέψεις για την προστασία των θυμάτων καθ' όλη τη διάρκεια της νομικής διαδικασίας, διασφαλίζοντας τα δικαιώματά τους.

- **Νόμος 168/2023: Εθνικές Κατευθυντήριες Γραμμές**

Οι κατευθυντήριες αυτές γραμμές ενισχύουν περαιτέρω την εθνική στρατηγική πρόληψης και καταπολέμησης της βίας κατά των γυναικών.

Εστιάζουν:

- ο στην ευαισθητοποίηση γύρω από τις διαφορετικές μορφές βίας και τις βαθύτερες αιτίες τους.
- ο στην έγκαιρη αναγνώριση ενδείξεων επικίνδυνων σχέσεων.
- ο στην ενημέρωση του κοινού και των επαγγελματιών για τα νομικά εργαλεία που προβλέπονται από τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης.
- ο στην προώθηση καλών πρακτικών για την πρόληψη και την απόκριση στη βία κατά των γυναικών.

8.1.3 - Εθνικές Πρωτοβουλίες

Η Ιταλία έχει υλοποιήσει αρκετές εθνικές πρωτοβουλίες με στόχο την πρόληψη και την αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών:

- **"Εθνικό Στρατηγικό Σχέδιο για την Ανδρική Βία κατά των Γυναικών 2021–2023"**, σε συνέχεια του προηγούμενου Σχεδίου 2017–2020, δομείται σε 4 Άξονες (Πρόληψη, Προστασία και Υποστήριξη, Δίωξη και Τιμωρία, Βοήθεια και Προώθηση), σε ευθυγράμμιση με τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης, με τον καθένα να αντιστοιχεί σε συγκεκριμένες προτεραιότητες. Το Σχέδιο στοχεύει να καθοδηγήσει τη δράση της κυβέρνησης στην αντιμετώπιση των διαφόρων πτυχών της βίας: πρόληψη, προστασία των θυμάτων, τιμωρία των δραστών, εκπαίδευση και επιμόρφωση επαγγελματιών και πολιτών, ενημέρωση και

ευαισθητοποίηση, δράσεις για βίαιους άνδρες, προστασία μεταναστριών και γυναικών που υφίστανται πολλαπλές διακρίσεις, οικονομική και στεγαστική αυτονομία, και δημιουργία ειδικών χώρων για τις γυναίκες.

- **Πειραματικό Σχέδιο «Εκπαίδευση στις Σχέσεις»**, που αναπτύχθηκε τον Νοέμβριο του 2023 από τα Υπουργεία Παιδείας, Πολιτισμού και Οικογένειας & Ίσων Ευκαιριών: Δίνει τη δυνατότητα στα γυμνάσια και λύκεια να εντάξουν προαιρετικά στο πρόγραμμα σπουδών 30 ώρες ετησίως για «ομάδες συζήτησης» μεταξύ μαθητών, με σκοπό την ανταλλαγή απόψεων γύρω από συναισθηματικά και διαπροσωπικά ζητήματα. Οι συζητήσεις συντονίζονται από εκπαιδευτικό και μπορούν να περιλαμβάνουν τη συμμετοχή επαγγελματιών (ψυχολόγων, παιδαγωγών κ.λπ.) ή εξειδικευμένων οργανώσεων. Η εκπαίδευση των εμπλεκόμενων εκπαιδευτικών πραγματοποιείται από το Indire (Εθνικό Ινστιτούτο Τεκμηρίωσης, Καινοτομίας και Εκπαιδευτικής Έρευνας) σε συνεργασία με ειδικούς του τομέα.
- Έργο **«ViVa – Παρακολούθηση, Αξιολόγηση και Ανάλυση Παρεμβάσεων για την Πρόληψη και Καταπολέμηση της Βίας κατά των Γυναικών»**, που υλοποιείται στο πλαίσιο συμφωνίας συνεργασίας μεταξύ του IRPPS-CNR (Ινστιτούτο Ερευνών για τον Πληθυσμό και τις Κοινωνικές Πολιτικές – Εθνικό Συμβούλιο Έρευνας) και του Τμήματος Ίσων Ευκαιριών της Προεδρίας του Υπουργικού Συμβουλίου. Το έργο περιλαμβάνει δύο βασικά επίπεδα δράσης:
 - ο Το πρώτο υποστηρίζει τις πολιτικές πρόληψης και καταπολέμησης της βίας κατά των γυναικών, μέσω σειράς δραστηριοτήτων δράσης-έρευνας με στόχο τη στήριξη του Τμήματος Ίσων Ευκαιριών στην εφαρμογή του Εθνικού Στρατηγικού Σχεδίου 2017–2020.

- ο Το δεύτερο επικεντρώνεται σε αξιολογητική ανάλυση των ποσοτικών και ποιοτικών διαστάσεων της βίας κατά των γυναικών στην Ιταλία. Περιλαμβάνει εκ των υστέρων αξιολόγηση των διαδικασιών υλοποίησης, των επιτευγμάτων και των αποτελεσμάτων του Έκτακτου Σχεδίου (2015–2017), καθώς και περαιτέρω αξιολογητικές αναλύσεις (εκ των προτέρων και εν εξελίξει) των αποτελεσμάτων του Σχεδίου 2017–2020.

8.1.4 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας

Για την κατανόηση της μεταβαλλόμενης δυναμικής της βίας κατά των γυναικών στην Ιταλία, είναι σημαντικό να αναλυθούν οι διαφορετικές μορφές έμφυλης βίας και η εξέλιξή τους τα τελευταία χρόνια. Η περίοδος από το 2019 έως το 2023 παρουσίασε σημαντικές αλλαγές, επηρεασμένες από έναν συνδυασμό νομοθετικών μεταρρυθμίσεων, εκστρατειών ευαισθητοποίησης και εξωτερικών παραγόντων, όπως η πανδημία COVID-19. Οι τάσεις αυτές όχι μόνο αναδεικνύουν την αποτελεσματικότητα ορισμένων μέτρων, αλλά και δείχνουν περιοχές όπου απαιτείται περισσότερη δουλειά.

- Ενδοοικογενειακή Κακοποίηση

Η ενδοοικογενειακή κακοποίηση παραμένει μία από τις πιο διαδεδομένες μορφές βίας κατά των γυναικών στην Ιταλία. Μεταξύ 2019 και 2022, οι καταγεγραμμένες περιπτώσεις ενδοοικογενειακής κακοποίησης αυξήθηκαν κατά 13%, φτάνοντας

από 20.850 περιπτώσεις το 2019 σε 24.570 το 2022. Αυτή η αύξηση μπορεί να αποδοθεί σε αρκετούς παράγοντες:

- Αυξημένη αναφορά, καθώς οι εκστρατείες ευαισθητοποίησης και οι ισχυρότερες προστασίες για τα θύματα, ειδικά μετά την εισαγωγή του νόμου "Κώδικας Κόκκινης Γραμμής", ενθάρρυναν περισσότερες γυναίκες να βγουν μπροστά και να αναφέρουν την κακοποίηση. Οι ταχυδρομικοί μηχανισμοί του νόμου για τις περιπτώσεις ενδοοικογενειακής βίας βοήθησαν στην επιτάχυνση της ανταπόκρισης από τις αστυνομικές και δικαστικές αρχές.
- Η πανδημία COVID-19 συνέβαλε στην αύξηση των περιπτώσεων ενδοοικογενειακής κακοποίησης παγκοσμίως, και η Ιταλία δεν αποτέλεσε εξαίρεση. Τα lockdowns, η οικονομική πίεση και η εγκλεισμό των οικογενειών μέσα στο σπίτι ενίσχυσαν τις εντάσεις, με αποτέλεσμα την αύξηση της βίας. Ταυτόχρονα, τα θύματα δυσκολεύτηκαν να αποκτήσουν πρόσβαση στις υπηρεσίες υποστήριξης κατά τη διάρκεια των περιορισμών, με αποτέλεσμα να μην καταγράφονται όλες οι περιπτώσεις, που εκτοξεύτηκαν καθώς οι περιορισμοί χαλάρωσαν.

Παρά την αύξηση των καταγεγραμμένων περιπτώσεων, οι ειδικοί πιστεύουν ότι η ενδοοικογενειακή κακοποίηση παραμένει ανεπαρκώς αναφερθείσα, ιδιαίτερα σε αγροτικές περιοχές, όπου το κοινωνικό στίγμα και η περιορισμένη πρόσβαση στις υπηρεσίες ενδέχεται να αποτρέπουν τα θύματα από το να ζητήσουν βοήθεια.

- Παρενόχληση (Stalking)

Η τάση στις περιπτώσεις Stalking δείχνει μια σταθερή άνοδο, φτάνοντας στην κορυφή το 2021 κατά τη διάρκεια της πανδημίας, προτού μειωθεί ελαφρώς το 2022. Από το 2019 έως το 2022, οι περιπτώσεις stalking αυξήθηκαν κατά 7%, από 16.085 περιπτώσεις το 2019 σε 18.671 το 2022. Ορισμένοι παράγοντες εξηγούν αυτή την τάση:

- Κατά τη διάρκεια της πανδημίας, οι κοινωνικοί περιορισμοί οδήγησαν σε αύξηση του διαδικτυακού stalking και παρενόχλησης, καθώς οι δράστες μετατοπίστηκαν σε ψηφιακά μέσα ελέγχου και εκφοβισμού. Η αύξηση της ψηφιακής επικοινωνίας, σε συνδυασμό με τα μέτρα απομόνωσης, δημιούργησε περισσότερες ευκαιρίες για την εμφάνιση αυτής της συμπεριφοράς.
- Ο νόμος "Κώδικας Κόκκινης Γραμμής" ενίσχυσε τις ποινές για το stalking, αυξάνοντας την ελάχιστη ποινή από 6 μήνες σε 1 χρόνο και την μέγιστη ποινή σε 6 χρόνια και 6 μήνες. Αυτή η νομοθετική αλλαγή, σε συνδυασμό με την αυξημένη ευαισθητοποίηση του κοινού, πιθανόν συνέβαλε στην αναφορά περισσότερων περιστατικών, ειδικά σε αστικές περιοχές, όπου τα θύματα έχουν καλύτερη πρόσβαση στις υπηρεσίες υποστήριξης.

Η ελαφριά πτώση το 2022 ενδέχεται να υποδηλώνει ότι η αυξημένη αναφορά κατά την πανδημία άρχισε να σταθεροποιείται, αλλά το stalking παραμένει σοβαρό πρόβλημα, ειδικά για τις νεότερες γυναίκες.

- Σεξουαλική Βία

Οι περιπτώσεις σεξουαλικής βίας, συμπεριλαμβανομένων των βιασμών, αυξήθηκαν σημαντικά κατά την εν λόγω περίοδο. Οι αναφορές αυξήθηκαν από 4.884 το 2019 σε 5.991 το 2022, σημειώνοντας αύξηση 35%. Παρά την πρόοδο της Ιταλίας στην αύξηση των ποινών για τη σεξουαλική βία και την ευαισθητοποίηση του κοινού για το ζήτημα, η ανεπαρκής αναφορά παραμένει ανησυχητική. Πολλά θύματα, ιδιαίτερα από περιθωριοποιημένες κοινότητες, εξακολουθούν να διστάζουν να καταγγείλουν λόγω του στίγματος, του φόβου ότι δεν θα πιστευτούν ή της δυσπιστίας στο νομικό σύστημα.

Ορισμένοι βασικοί παράγοντες που καθοδηγούν αυτή την τάση:

- Νομοθετικές μεταρρυθμίσεις, όπως ο νόμος "Κώδικας Κόκκινης Γραμμής", ο οποίος αύξησε την ελάχιστη ποινή για σεξουαλική βία από 5 σε 6 χρόνια, πιθανόν ενθάρρυναν περισσότερα θύματα να βγουν μπροστά. Η δημοσιοποίηση της ποινικοποίησης νέων αδικημάτων, όπως το «εκδικητικό πορνό», έχει επίσης αυξήσει την ευαισθητοποίηση για τις νομικές συνέπειες της σεξουαλικής βίας, οδηγώντας σε υψηλότερους δείκτες αναφοράς.
-
- Η Ιταλία έχει δει μια αύξηση των μεταναστών και προσφύγων τα τελευταία χρόνια, ιδιαίτερα γυναικών από περιοχές σύγκρουσης. Αυτές οι γυναίκες είναι ιδιαίτερα ευάλωτες στη σεξουαλική βία και την εκμετάλλευση. Πολλές αντιμετωπίζουν εμπόδια στην αναφορά εγκλημάτων λόγω γλώσσας, νομικής κατάστασης ή φόβου αντιποίνων.

- Όπως και άλλες μορφές βίας, η πανδημία δημιούργησε συνθήκες που συνέβαλαν στην αύξηση της σεξουαλικής βίας. Η οικονομική πίεση και ο εγκλεισμός κατά τη διάρκεια των lockdowns ενίσχυσαν τη βία από τους συντρόφους, ενώ η απομόνωση των θυμάτων τους έκανε πιο δύσκολη την πρόσβαση σε βοήθεια ή την απομάκρυνση από καταχρηστικές καταστάσεις.

- Γυναικοκτονία

Το 2022 σκοτώθηκαν 125 γυναίκες, αριθμός που μειώθηκε ελαφρώς σε 120 το 2023. Η πλειονότητα των γυναικοκτονιών διαπράττεται από συντρόφους ή πρώην συντρόφους. Η σχετική σταθερότητα στα ποσοστά γυναικοκτονιών, με μικρές διακυμάνσεις, υποδηλώνει ότι, ενώ η ευαισθητοποίηση έχει αυξηθεί, τα συστημικά ζητήματα που σχετίζονται με την ενδοοικογενειακή βία και τον έλεγχο στις στενές σχέσεις εξακολουθούν να υφίστανται.

Οι βασικοί παράγοντες που συμβάλλουν στις γυναικοκτονίες περιλαμβάνουν:

- Η πλειονότητα των γυναικοκτονιών συμβαίνουν στο πλαίσιο στενών σχέσεων. Ακόμη και με αυξημένη νομική προστασία, ορισμένες γυναίκες δεν μπορούν να ξεφύγουν από τις κακοποιητικές σχέσεις λόγω οικονομικής εξάρτησης, κοινωνικής πίεσης ή φόβου.
- Οι βαθιά ριζωμένες έμφυλες νόρμες και οι πατριαρχικές αξίες, ιδίως στις αγροτικές περιοχές, εξακολουθούν να παίζουν ρόλο στον τρόπο με τον οποίο οι άνδρες αντιλαμβάνονται τον έλεγχο και τη δύναμη επί των γυναικών, οδηγώντας σε βίαια αποτελέσματα.

- **Βία στον κυβερνοχώρο / Διαδικτυακή βία**

Η διαδικτυακή βία, ιδίως μεταξύ των νεότερων πληθυσμών, έχει γίνει ένα αυξανόμενο ζήτημα στην Ιταλία. Μέχρι το 2021, η Ιταλία είχε γίνει η δεύτερη χώρα στην Ευρώπη που πλήττεται περισσότερο από την κυβερνοπαρακολούθηση, με το 11% των Ιταλών να αναφέρουν εμπειρίες ψηφιακής παρακολούθησης. Η τάση αυτή μπορεί να εξηγηθεί από διάφορους παράγοντες:

- Με την άνοδο των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και των ψηφιακών πλατφορμών, οι δράστες έχουν περισσότερες ευκαιρίες να παρενοχλούν, να εκφοβίζουν και να παρακολουθούν τις γυναίκες στο διαδίκτυο. Η στροφή στην εξ αποστάσεως εργασία και επικοινωνία κατά τη διάρκεια της πανδημίας επιτάχυνε περαιτέρω αυτή την τάση.
- Παρόλο που η Ιταλία διαθέτει νόμους για την αντιμετώπιση της διαδικτυακής παρενόχλησης, η επιβολή τους παραμένει πρόκληση. Η ταχεία εξέλιξη της τεχνολογίας συχνά ξεπερνά την ικανότητα του νομικού συστήματος να ρυθμίζει και να ελέγχει τη διαδικτυακή συμπεριφορά, αφήνοντας πολλά θύματα ευάλωτα.

8.1.5 - Συμπεράσματα

Η Ιταλία έχει σημειώσει σημαντική πρόοδο στην καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών μέσω νομοθετικών μεταρρυθμίσεων, αυστηρότερων ποινών και βελτιωμένων υπηρεσιών υποστήριξης. Ο νόμος «Κόκκινος Κώδικας» και η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης παρέχουν ένα ισχυρό νομικό πλαίσιο, διασφαλίζοντας ταχύτερες αντιδράσεις και ισχυρότερη προστασία για τα θύματα.

Η δημιουργία νέων αδικημάτων, όπως η εκδικητική πορνογραφία και ο καταναγκαστικός γάμος, μαζί με την αυστηροποίηση των ποινών για την ενδοοικογενειακή κακοποίηση, την καταδίωξη (stalking) και τη σεξουαλική βία, αντανakλούν τη δέσμευση της Ιταλίας να αντιμετωπίσει τις πολυπλοκότητες της έμφυλης βίας.

Ωστόσο, ενώ τα νομικά μέτρα έχουν προχωρήσει, εξακολουθούν να υπάρχουν προκλήσεις στην εφαρμογή τους, ειδικά σε περιοχές με περιορισμένους πόρους, όπως οι αγροτικές περιοχές. Τα θύματα σε αυτές τις περιοχές ενδέχεται να αντιμετωπίζουν σοβαρά εμπόδια στην πρόσβαση σε καταφύγια, νομική υποστήριξη ή ψυχολογική βοήθεια, παρά την ύπαρξη εθνικής γραμμής βοήθειας και δικτύου κατά της βίας.

Η πανδημία COVID-19 ανέδειξε ακόμη περισσότερο την ανάγκη για ευέλικτα και προσβάσιμα συστήματα υποστήριξης. Η ενδοοικογενειακή κακοποίηση και η σεξουαλική βία αυξήθηκαν κατά τη διάρκεια των lockdowns, επιδεινώνοντας τις ήδη υπάρχουσες κοινωνικές και οικονομικές πιέσεις στις γυναίκες. Αν και οι εκστρατείες ευαισθητοποίησης συνέβαλαν στην αύξηση της αναφοράς περιστατικών, η υποαναφορά παραμένει μείζον ζήτημα, ιδίως στις περιπτώσεις βίας από οικεία πρόσωπα και κυβερνοβίας.

Μία ακόμη κρίσιμη πρόκληση αποτελεί η αντιμετώπιση των πολιτισμικών προτύπων και των κοινωνικών στάσεων που αναπαράγουν την έμφυλη ανισότητα. Αν και το ιταλικό νομικό πλαίσιο συγκαταλέγεται στα ισχυρότερα στην Ευρώπη, η κοινωνική αλλαγή παραμένει πιο αργή, με παραδοσιακούς ρόλους φύλων και πατριαρχικές αξίες να εξακολουθούν να επηρεάζουν το πώς γίνεται αντιληπτή και αναφέρεται η βία. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα σε αγροτικές και

συντηρητικές κοινότητες, όπου το κοινωνικό στίγμα εξακολουθεί να αποτρέπει τα θύματα από το να ζητήσουν βοήθεια.

Οι τάσεις που παρατηρήθηκαν κατά την περίοδο 2019–2023 δείχνουν σαφή πρόοδο σε ό,τι αφορά την αύξηση των αναφορών και των διώξεων, όμως η επιμονή φαινομένων όπως ο γυναικοκτονία και η ταχεία αύξηση της κυβερνοβίας δείχνουν την ανάγκη για συνεχή δράση. Η σταθερότητα στα ποσοστά γυναικοκτονίας, παρά τις αυξημένες νομικές προστασίες, υπογραμμίζει το βάθος των πολιτισμικών προβλημάτων που η Ιταλία καλείται να συνεχίσει να αντιμετωπίζει.

Κοιτώντας μπροστά, η Ιταλία πρέπει να βασιστεί στην πρόοδο που έχει ήδη επιτευχθεί μέσω:

- της διασφάλισης καλύτερης πρόσβασης σε υπηρεσίες στις αγροτικές περιοχές,
- της περαιτέρω εκπαίδευσης και κατάρτισης των αρχών επιβολής του νόμου για την αναγνώριση και πρόληψη της έμφυλης βίας,
- της ενίσχυσης της ψηφιακής προστασίας ενάντια στην κυβερνοβία, και
- της συνέχισης των εκστρατειών ευαισθητοποίησης για την αλλαγή κοινωνικών στάσεων και την ενθάρρυνση της αναφοράς περιστατικών.

Διατηρώντας τη δυναμική σε αυτούς τους τομείς, η Ιταλία μπορεί να συνεχίσει να βελτιώνει την αντίδρασή της απέναντι στην έμφυλη βία, διασφαλίζοντας ότι όλες οι γυναίκες, ανεξαρτήτως συνθηκών, έχουν πρόσβαση στη δικαιοσύνη, την προστασία και την υποστήριξη.

8.2 Πολωνία

Η βία κατά των γυναικών στην Πολωνία αποτελεί ένα σημαντικό και σύνθετο ζήτημα. Για να γίνει πλήρως κατανοητό, πρέπει να ληφθούν υπόψη η ιστορία, ο πολιτισμός, η κοινωνία και το νομικό πλαίσιο της χώρας. Το παρελθόν της Πολωνίας, που χαρακτηρίστηκε από πολέμους και πολιτικές αναταραχές, έχει επηρεάσει τις κοινωνικές αντιλήψεις σχετικά με τους ρόλους των φύλων και τη βία. Ο αγώνας για ανεξαρτησία συχνά επισκίαζε κοινωνικά ζητήματα, συμπεριλαμβανομένης της βίας κατά των γυναικών.

Η Καθολική Εκκλησία ασκεί ισχυρή επιρροή στην Πολωνία. Οι παραδοσιακές της αξίες συχνά υποστηρίζουν πατριαρχικές οικογενειακές δομές, συμβάλλοντας στην έμφυλη ανισότητα και καθιστώντας πιο δύσκολη για τα θύματα βίας την αναζήτηση βοήθειας. Οι θέσεις της Εκκλησίας για το διαζύγιο, την αντισύλληψη και τις αμβλώσεις μπορούν να περιορίσουν περαιτέρω τις επιλογές των γυναικών και την ικανότητά τους να ξεφύγουν από κακοποιητικές σχέσεις.

Η Πολωνία διαθέτει νόμους για την αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής κακοποίησης, όπως ο Νόμος για την Αντιμετώπιση της Ενδοοικογενειακής Βίας (Ustawa o Przeciwdziałaniu Przemocy w Rodzinie) του 2005. Ωστόσο, αυτοί οι νόμοι συχνά επικρίνονται για την ανεπαρκή εφαρμογή τους ή επειδή δεν είναι αρκετά ολοκληρωμένοι. Το 2015, η Πολωνία υπέγραψε τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών, αλλά υπάρχει συνεχής πολιτική συζήτηση για την απόσυρση από τη Συνθήκη, με ορισμένους να υποστηρίζουν ότι έρχεται σε αντίθεση με τις παραδοσιακές οικογενειακές αξίες.

Υπάρχουν τόσο κυβερνητικοί όσο και μη κυβερνητικοί φορείς που προσφέρουν υποστήριξη στα θύματα ενδοοικογενειακής βίας, ωστόσο οι πόροι είναι συχνά

περιορισμένοι, ιδιαίτερα σε αγροτικές περιοχές. Η Πολωνία κατατάσσεται χαμηλά ως προς την ισότητα των φύλων στην Ευρώπη. Στον Δείκτη Ισότητας των Φύλων του 2020, η Πολωνία βρισκόταν στην τελευταία θέση μεταξύ των χωρών της ΕΕ, γεγονός που αντικατοπτρίζει τις οικονομικές ανισότητες, τη χαμηλή πολιτική εκπροσώπηση των γυναικών και τις κοινωνικές αντιλήψεις που διαιωνίζουν τις διακρίσεις.

Η οικονομική εξάρτηση από τους άνδρες καθιστά ιδιαίτερα δύσκολο για τις γυναίκες να εγκαταλείψουν κακοποιητικές σχέσεις. Η ανεργία, η φτώχεια και η έλλειψη προσιτής στέγασης περιπλέκουν περαιτέρω το ζήτημα.

Παρά τις δυσκολίες αυτές, η ευαισθητοποίηση και ο ακτιβισμός γύρω από την έμφυλη βία αυξάνονται. Κινήματα όπως οι Μαύρες Διαμαρτυρίες (Czarny Protest), που αντιτάχθηκαν στους αυστηρούς νόμους για τις αμβλώσεις, έφεραν στο προσκήνιο ευρύτερα ζητήματα δικαιωμάτων των γυναικών. Η προηγούμενη κυβέρνηση, υπό την ηγεσία του κόμματος Νόμος και Δικαιοσύνη (PiS), υιοθέτησε συντηρητικές θέσεις σε πολλά κοινωνικά ζητήματα, αυστηροποιώντας τη νομοθεσία για τις αμβλώσεις και υποβαθμίζοντας τη σοβαρότητα της ενδοοικογενειακής κακοποίησης. Αν και μια νέα κυβέρνηση ανέλαβε πρόσφατα την εξουσία, και υπάρχει ελπίδα για θετικές αλλαγές, είναι ακόμη πολύ νωρίς για να αξιολογηθεί ο αντίκτυπός της.

8.2.1 - Οργανισμοί/Οργανώσεις

Στην Πολωνία, διάφορες ομάδες εργάζονται για την καταπολέμηση της έμφυλης βίας. Σε αυτές περιλαμβάνονται κυβερνητικοί φορείς, μη κερδοσκοπικοί οργανισμοί και κοινοτικές πρωτοβουλίες, καθεμία από τις οποίες διαδραματίζει

κρίσιμο ρόλο στην υποστήριξη των θυμάτων και την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας.

Κυβερνητικοί Φορείς

- **Υπουργείο Οικογένειας και Κοινωνικής Πολιτικής (Ministry of Family and Social Policy):**

Το υπουργείο αυτό αναπτύσσει προγράμματα υποστήριξης για τα θύματα ενδοοικογενειακής βίας και έχει διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο στη δημιουργία νόμων για την αντιμετώπιση της παρενόχλησης και του ψηφιακού καταδιωκτισμού (stalking).

- **Συνήγορος του Πολίτη (Rzecznik Praw Obywatelskich - RPO):**

Ο RPO παρέχει νομική βοήθεια στα θύματα έμφυλης βίας και υποστηρίζει την ενίσχυση της νομοθεσίας και των πολιτικών για την προστασία των δικαιωμάτων των γυναικών.

Μη Κερδοσκοπικοί Οργανισμοί

- **Κέντρο Δικαιωμάτων των Γυναικών (Centrum Praw Kobiet):**

Ο οργανισμός αυτός προσφέρει νομική, ψυχολογική και κοινωνική υποστήριξη σε γυναίκες που αντιμετωπίζουν βία, ενώ παράλληλα υλοποιεί εκστρατείες ευαισθητοποίησης και εκπαιδευτικά προγράμματα.

- **Ίδρυμα La Strada (La Strada Foundation):**

Εστιάζοντας στην καταπολέμηση της εμπορίας ανθρώπων, το ίδρυμα La Strada υποστηρίζει κυρίως γυναίκες-θύματα και εργάζεται για την πρόληψη του φαινομένου μέσω της εκπαίδευσης και της συνηγορίας.

- **Amnesty International Πολωνίας:**

Η οργάνωση πραγματοποιεί εκστρατείες κατά της έμφυλης βίας και διενεργεί έρευνες για την ανάδειξη θεμάτων όπως η ενδοοικογενειακή κακοποίηση και τα δικαιώματα των σεξουαλικών μειονοτήτων.

Κοινοτικές Ομάδες και Πρωτοβουλίες

- **Ίδρυμα Feminoteka (Feminoteka Foundation):**

Η Feminoteka διαχειρίζεται μια τηλεφωνική γραμμή βοήθειας για τα θύματα ενδοοικογενειακής βίας και οργανώνει εργαστήρια που προάγουν την ισότητα των φύλων και την πρόληψη της βίας.

- **Δίκτυο κατά της Βίας (Anti-Violence Network):**

Ένα δίκτυο τοπικών ομάδων που παρέχουν άμεση βοήθεια στα θύματα βίας, ενώ παράλληλα υποστηρίζουν τη θέσπιση ισχυρότερων συστημάτων προστασίας και υποστήριξης.

8.2.2 - Νομικό Πλαίσιο

Η Πολωνία έχει εφαρμόσει διάφορους νομικούς μηχανισμούς για την προστασία των θυμάτων ενδοοικογενειακής κακοποίησης, αν και η επιβολή των νόμων και η

κατανομή πόρων συχνά παραμένουν ασυνεπείς. Παρόλο που υπάρχουν καταφύγια, γραμμές βοήθειας και υπηρεσίες συμβουλευτικής, αυτά τα μέσα είναι υποχρηματοδοτούμενα και λιγότερο προσβάσιμα στις αγροτικές περιοχές.

- **Νόμος για την Αντιμετώπιση της Ενδοοικογενειακής Βίας (Act on Counteracting Domestic Violence)**, που θεσπίστηκε το 2005: Ο νόμος αυτός προβλέπει μέτρα όπως περιοριστικά μέτρα και παρέμβαση της αστυνομίας για την προστασία των θυμάτων και την απομάκρυνση των δραστών από την οικία.
- **Ποινικός Κώδικας:** Περιλαμβάνει κυρώσεις για διάφορες μορφές βίας κατά των γυναικών, όπως σωματική επίθεση, σεξουαλική βία και παρενόχληση.
- **Υπουργείο Οικογένειας και Κοινωνικής Πολιτικής:** Υλοποιεί προγράμματα που ενισχύουν τη νομική προστασία των θυμάτων παρενόχλησης και ψηφιακού καταδιωκτισμού (stalking).
- **Συνήγορος του Πολίτη (Rzecznik Praw Obywatelskich):** Παρέχει νομική υποστήριξη στα θύματα και προωθεί την ενίσχυση της προστασίας μέσω παρεμβάσεων πολιτικής.

Η Πολωνία υπέγραψε τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης το 2015, γεγονός που οδήγησε σε αυστηρότερες ποινές για τους δράστες και στη βελτίωση των διαδικασιών υποστήριξης των θυμάτων. Ωστόσο, η πολιτική αντίθεση προς τη Σύμβαση, ιδιαίτερα από συντηρητικές και δεξιές ομάδες, υποστηρίζει ότι η Σύμβαση συγκρούεται με τις παραδοσιακές οικογενειακές αξίες. Αυτό έχει οδηγήσει σε συνεχιζόμενες συζητήσεις σχετικά με την ενδεχόμενη αποχώρηση

της Πολωνίας από τη Συνθήκη, παρά τις μαζικές διαμαρτυρίες και την έντονη συνηγορία από οργανώσεις για τα δικαιώματα των γυναικών.

8.2.3 - Εθνικές Πρωτοβουλίες

- **Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Καταπολέμηση της Βίας κατά των Γυναικών:** Ένα ολοκληρωμένο σχέδιο που περιγράφει τα μέτρα πρόληψης και αντιμετώπισης της βίας κατά των γυναικών, επικεντρωμένο στη βελτίωση της νομοθεσίας, την ενίσχυση των υπηρεσιών υποστήριξης των θυμάτων και την αύξηση της ευαισθητοποίησης του κοινού.
- **Γαλάζια Γραμμή (Niebieska linia):** Εθνική τηλεφωνική γραμμή άμεσης βοήθειας για τα θύματα ενδοοικογενειακής βίας, η οποία προσφέρει νομικές συμβουλές, ψυχολογική υποστήριξη και υπηρεσίες παρέμβασης.
- **Επείγουσα ανταπόκριση του συστήματος υγείας:** Σε απάντηση στην αύξηση της έμφυλης βίας, ιδιαίτερα μεταξύ των Ουκρανών προσφύγων, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) και εθνικοί εταίροι έχουν ξεκινήσει πρωτοβουλίες για την ενίσχυση της ικανότητας του πολωνικού συστήματος υγείας να στηρίζει τα θύματα βίας σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.
- **Στήριξη προσφύγων και εκτοπισμένων ατόμων:** Η Πολωνία έχει καταβάλει σημαντικές προσπάθειες για τη στήριξη των Ουκρανών προσφύγων —κυρίως γυναικών και παιδιών— καλύπτοντας ανάγκες υγείας και ασφάλειας και παρέχοντας προσωρινή προστασία.

- **Πρωτοβουλία Spotlight των Ηνωμένων Εθνών και της ΕΕ:** Η πρωτοβουλία αυτή στοχεύει στην εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών και των κοριτσιών μέσω ολοκληρωμένων προγραμμάτων που περιλαμβάνουν νομικές μεταρρυθμίσεις, υπηρεσίες υποστήριξης και στρατηγικές πρόληψης. Επίσης, εξασφαλίζει αυξημένη χρηματοδότηση για τοπικές οργανώσεις γυναικών και κινήσεις βάσης, δίνοντάς τους τα μέσα να συνεχίσουν το έργο τους.

8.2.4 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας

Για να κατανοήσουμε βαθύτερα τη δυναμική της βίας κατά των γυναικών στην Πολωνία, είναι ουσιαστικό να εξετάσουμε πώς έχουν εξελιχθεί οι διάφορες μορφές βίας με την πάροδο του χρόνου. Η παρακάτω ενότητα παρουσιάζει τόσο έναν συγκριτικό πίνακα όσο και μια λεπτομερή ανάλυση των τάσεων στις αναφερόμενες περιπτώσεις ενδοοικογενειακής κακοποίησης, παρενόχλησης/καταδίωξης (stalking), σεξουαλικής βίας, γυναικοκτονίας και κυβερνοβίας για την περίοδο 2018–2022.

- Ενδοοικογενειακή κακοποίηση

Η ενδοοικογενειακή κακοποίηση παραμένει σοβαρό πρόβλημα στην Πολωνία, με την πανδημία COVID-19 να επιδεινώνει την κατάσταση. Το 2018, η αστυνομία κατέγραψε περίπου 92.000 επεμβάσεις σε περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας, αριθμός που αυξήθηκε στις 94.000 το 2019. Αν και υπήρξε μικρή μείωση το 2020,

τα περιστατικά παρέμειναν σε υψηλά επίπεδα. Πάνω από το 75% των θυμάτων ήταν γυναίκες.

Η πανδημία οδήγησε σε αύξηση της βίας στο σπίτι, αντανakλώντας τις παγκόσμιες τάσεις έντασης κατά τη διάρκεια των lockdown. Νομοθετικές μεταρρυθμίσεις προσέφεραν καλύτερη προστασία στα θύματα, εισάγοντας περιοριστικά μέτρα και αυστηρότερες ποινές για τους δράστες.

Τα θύματα αντιμετωπίζουν δυσκολίες πρόσβασης σε ξενώνες, ιδιαίτερα σε αγροτικές περιοχές όπου οι υποστηρικτικές υπηρεσίες είναι περιορισμένες. Οι επαγγελματίες υγείας συχνά δεν διαθέτουν επαρκή εκπαίδευση για την αναγνώριση τέτοιων περιστατικών, οδηγώντας σε υποαναφορά.

Κυβερνητικοί και μη κυβερνητικοί φορείς έχουν επεκτείνει τις υπηρεσίες τους (γραμμές βοήθειας, ψυχολογική υποστήριξη), όμως η κάλυψη παραμένει άνιση. Εκστρατείες ενημέρωσης ενίσχυσαν την προσπάθεια για αύξηση των καταγγελιών και μείωση του στίγματος.

- Παρενόχληση/Καταδίωξη (Stalking)

Τα περιστατικά παρενόχλησης αυξήθηκαν κατά την πανδημία, από 5.300 το 2018 σε πάνω από 6.000 κατά τη διάρκεια των lockdown. Το 2022, οι καταγγελίες μειώθηκαν ελαφρώς σε 5.800. Η πρωτοβουλία «Κόκκινος Κώδικας» (Red Code) βελτίωσε την ανταπόκριση της αστυνομίας και έδωσε προτεραιότητα στις επείγουσες περιπτώσεις παρενόχλησης, ενισχύοντας την προστασία των θυμάτων και απλοποιώντας τη διαδικασία για περιοριστικά μέτρα.

Οι γυναίκες ηλικίας 18–35 ετών εμφανίζουν τα υψηλότερα ποσοστά θυμάτων. Παρόλο που περιστατικά καταγράφονται τόσο σε αστικές όσο και αγροτικές

περιοχές, οι τελευταίες αντιμετωπίζουν μεγαλύτερες δυσκολίες λόγω έλλειψης πόρων.

- Σεξουαλική βία

Το 2019 καταγράφηκαν περίπου 2.500 περιπτώσεις βιασμού στην Πολωνία, αριθμός που αυξήθηκε στις 2.700 το 2021. Η σεξουαλική παρενόχληση και βία αυξήθηκαν κατά την πανδημία, εντείνοντας τη ζήτηση για υποστηρικτικές υπηρεσίες.

Οι νέες γυναίκες, ηλικίας 15–49, πλήττονται δυσανάλογα. Η άφιξη Ουκρανών προσφύγων από το 2022 αύξησε τη βιωσιμότητα για γυναίκες και κορίτσια σε ευάλωτη κατάσταση. Η αναφορά παραμένει πρόβλημα, καθώς πολλές γυναίκες διστάζουν να καταγγείλουν λόγω κοινωνικού στίγματος. Γίνονται προσπάθειες για βελτίωση μέσω εκπαίδευσης του ιατρικού προσωπικού και ενίσχυσης των υπηρεσιών υποστήριξης.

- Γυναικοκτονίες

Οι γυναικοκτονίες αυξάνονται στην Πολωνία, με περίπου 400 γυναίκες να δολοφονούνται το 2019, συνήθως λόγω ενδοοικογενειακής βίας. Δράστες είναι συχνά σύντροφοι ή συγγενικά πρόσωπα.

Οι αστικές περιοχές παρουσιάζουν υψηλότερα ποσοστά λόγω καλύτερων μηχανισμών καταγραφής, ενώ στις αγροτικές περιοχές πιθανόν να υποεκτιμάται το πρόβλημα εξαιτίας του κοινωνικού στίγματος και της έλλειψης πόρων.

- Βία στον κυβερνοχώρο / Διαδικτυακή βία

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός (cyberbullying) στους εφήβους έχει αυξηθεί σημαντικά, με σχεδόν το 50% των εφήβων στην Πολωνία να τον έχουν υποστεί έως το 2022. Η τάση αυτή σχετίζεται με τη μεγαλύτερη χρήση διαδικτύου κατά την πανδημία.

Τα περισσότερα περιστατικά συμβαίνουν σε πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης όπως το YouTube, το TikTok και το Snapchat. Συνήθεις μορφές είναι η λεκτική επίθεση, η διάδοση ψευδών φημών και η αποστολή άσεμνων εικόνων.

Τα θύματα υποφέρουν από άγχος, κατάθλιψη και χαμηλή αυτοεκτίμηση. Οι προσπάθειες αντιμετώπισης περιλαμβάνουν αποκλεισμό δραστών και καταγγελίες, ωστόσο η συμμετοχή των σχολείων και των γονέων παραμένει καθοριστική.

Επιπτώσεις της πανδημίας

Η πανδημία επιδείνωσε την ενδοοικογενειακή βία, καθώς τα lockdown οδήγησαν σε αυξημένη ένταση στο οικογενειακό περιβάλλον και μείωσαν την πρόσβαση σε υπηρεσίες υποστήριξης. Αν και οι καταγγελίες μειώθηκαν αρχικά, καθώς χαλάρωσαν τα περιοριστικά μέτρα, οι αναφορές κακοποίησης αυξήθηκαν σημαντικά.

Η πανδημία ανέδειξε την ανάγκη για ισχυρότερα και πιο ευέλικτα συστήματα υποστήριξης που μπορούν να λειτουργούν αποτελεσματικά σε συνθήκες έκτακτης ανάγκης. Αυτές οι εμπειρίες αναμένεται να επηρεάσουν τη διαμόρφωση μελλοντικών πολιτικών και πρακτικών για την αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής βίας.

8.2.5 - Συμπεράσματα

Η Πολωνία έχει σημειώσει σημαντική πρόοδο στην καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών, χάρη στη βελτίωση των μηχανισμών αναφοράς, τις νομικές μεταρρυθμίσεις και την ενίσχυση των υπηρεσιών υποστήριξης. Η αναγκαιότητα αυτών των αλλαγών έγινε ακόμη πιο εμφανής κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19, η οποία όχι μόνο ενέτεινε τα υπάρχοντα προβλήματα, αλλά αποτέλεσε και καταλύτη για καινοτομίες στον τρόπο με τον οποίο η χώρα αντιμετωπίζει τη βία με βάση το φύλο.

Ένα βασικό βήμα προόδου αφορά τον τρόπο με τον οποίο τα θύματα καταγγέλλουν την κακοποίηση. Οι αρχές έχουν καταβάλει σημαντικές προσπάθειες ώστε να ενθαρρύνουν περισσότερα θύματα να μιλήσουν, δημιουργώντας προσβάσιμα συστήματα και εκπαιδεύοντας την αστυνομία να χειρίζεται τις υποθέσεις ενδοοικογενειακής βίας με περισσότερη ευαισθησία. Αυτές οι προσπάθειες, σε συνεργασία με οργανισμούς όπως ο ΟΗΕ Γυναικών (UN Women), έχουν οδηγήσει σε πιο αποτελεσματικές και ανθρώπινες αστυνομικές παρεμβάσεις.

Παράλληλα, οι νομικές μεταρρυθμίσεις έχουν ενισχύσει την προστασία των ατόμων που βρίσκονται σε κίνδυνο. Ο διευρυμένος ορισμός της ενδοοικογενειακής βίας στην Πολωνία περιλαμβάνει πλέον την παρακολούθηση (stalking) και τη σεξουαλική παρενόχληση, ενώ έχουν επιβληθεί αυστηρότερες ποινές στους δράστες. Τα θύματα έχουν πλέον καλύτερη πρόσβαση σε περιοριστικά μέτρα, γεγονός που αντικατοπτρίζει τη δέσμευση της χώρας για την ασφάλεια και την ευημερία τους. Αυτές οι νομικές αλλαγές είναι καθοριστικής σημασίας για την αντιμετώπιση της πολυπλοκότητας της έμφυλης βίας και την απονομή δικαιοσύνης.

Οι υπηρεσίες υποστήριξης έχουν επίσης εξελιχθεί ώστε να ανταποκρίνονται στις αυξανόμενες ανάγκες των θυμάτων, ιδίως κατά τη διάρκεια της πανδημίας, όταν οι παραδοσιακές μορφές βοήθειας ήταν δυσπρόσιτες. Οργανώσεις όπως το Κέντρο Δικαιωμάτων των Γυναικών (Centrum Praw Kobiet) και το Ίδρυμα La Strada διαδραμάτισαν καθοριστικό ρόλο, παρέχοντας νομική βοήθεια, ψυχολογική υποστήριξη και κοινωνική φροντίδα. Κατά τη διάρκεια των lockdown, πολλές από αυτές τις υπηρεσίες μεταφέρθηκαν διαδικτυακά, εξασφαλίζοντας ότι η βοήθεια παρέμενε προσβάσιμη. Η ταχεία προσαρμογή στις ψηφιακές μορφές στήριξης ανέδειξε την ανθεκτικότητα και την αφοσίωση αυτών των οργανώσεων σε περιόδους κρίσης.

Η πανδημία, ενώ αποκάλυψε τη δυσκαμψία των υφιστάμενων συστημάτων, ενίσχυσε επίσης την ευαισθητοποίηση και προκάλεσε πιο αποφασιστικές αντιδράσεις απέναντι στη βία κατά των γυναικών. Αρχικά, οι καταγγελίες μειώθηκαν, καθώς πολλά θύματα ήταν απομονωμένα με τους κακοποιητές τους. Ωστόσο, με την άρση των περιορισμών και την εντατικοποίηση των εκστρατειών ευαισθητοποίησης, οι αναφορές αυξήθηκαν και πάλι. Οι τηλεφωνικές γραμμές υποστήριξης και οι διαδικτυακές πλατφόρμες έγιναν κρίσιμα εργαλεία για την ασφαλή αναζήτηση βοήθειας.

Η εμπλοκή της κοινωνίας και η αυξημένη προβολή στα μέσα ενημέρωσης συνέβαλαν περαιτέρω στην αλλαγή των στάσεων απέναντι στη βία λόγω φύλου. Οι οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών ηγήθηκαν των προσπάθειών για μεταρρυθμίσεις, συνεργαζόμενες στενά με την αστυνομία και τις κυβερνητικές υπηρεσίες, προκειμένου να προωθήσουν την εμπιστοσύνη και να βελτιώσουν τις πολιτικές προστασίας. Αυτές οι συνεργασίες δεν βελτίωσαν μόνο τις αντιδράσεις

στην ενδοοικογενειακή βία, αλλά τροφοδότησαν και ευρύτερες συζητήσεις για την ισότητα των φύλων.

Κοιτώντας προς το μέλλον, η Πολωνία επιδιώκει να ενισχύσει αυτή την πρόοδο. Οι συνεχιζόμενες προσπάθειες επικεντρώνονται στο να καλυφθούν τα υφιστάμενα κενά, διασφαλίζοντας ότι όλα τα θύματα, ανεξαρτήτως συνθηκών, έχουν πρόσβαση στην υποστήριξη και τη δικαιοσύνη που χρειάζονται. Αυτό περιλαμβάνει τη συνεχιζόμενη εκπαίδευση της αστυνομίας, περαιτέρω νομικές μεταρρυθμίσεις και σταθερή στήριξη προς τις μη κυβερνητικές οργανώσεις και τις τοπικές πρωτοβουλίες. Διατηρώντας τη δυναμική και επεκτείνοντας αυτές τις προσπάθειες, η Πολωνία εργάζεται για ένα μέλλον όπου η ασφάλεια και η ισότητα είναι εξασφαλισμένες για όλους.

8.3 Βουλγαρία

Η Βουλγαρία δεν διαθέτει επίσημα στατιστικά στοιχεία για τα θύματα ενδοοικογενειακής και έμφυλης βίας. Τα διαθέσιμα δεδομένα προέρχονται από διάφορους φορείς που ασχολούνται με το πρόβλημα, από τα σήματα στην τηλεφωνική γραμμή έκτακτης ανάγκης 112, καθώς και από τις στατιστικές των υποθέσεων που έχουν ανοιχτεί ή κλείσει. Ωστόσο, πολλά περιστατικά παραμένουν αθέατα, καθώς τα θύματα δεν αναφέρουν τα προβλήματα ή το κάνουν περιστασιακά. Γι' αυτόν τον λόγο, μεγάλο μέρος των πληροφοριών για την παρούσα μελέτη βασίζεται σε δημοσιεύματα των ΜΜΕ, συνεντεύξεις και δηλώσεις εκπροσώπων κυβερνητικών και μη κυβερνητικών οργανώσεων. Ο

βασικός στόχος είναι να προσδιοριστεί το πρόβλημα και να παρουσιαστούν οι λύσεις που εφαρμόζονται.

Το φαινόμενο της ενδοοικογενειακής βίας είναι πολύπλοκο και πολυδιάστατο, επηρεάζοντας κάθε πτυχή της ζωής – οικονομική, ψυχολογική, κοινωνική, διαπροσωπική και νομική. Η εξάλειψή του απαιτεί συντονισμένες αλλαγές σε όλα τα επίπεδα.

Σύμφωνα με την έρευνα «Η Βία στη Βουλγαρία», κάθε δεύτερος πολίτης θεωρεί την ενδοοικογενειακή βία πολύ σοβαρό πρόβλημα – το 54% της κοινωνίας την αξιολογεί με βαθμολογία 8 έως 10 σε δεκάβαθμη κλίμακα. Η άποψη αυτή καταγράφεται σχεδόν ομοιόμορφα ανάμεσα στα διαφορετικά κοινωνικοδημογραφικά στρώματα, άνδρες και γυναίκες. Η έμφυλη βία επίσης αναγνωρίζεται ως σημαντικό κοινωνικό πρόβλημα, με το 45% των ερωτηθέντων να της αποδίδουν υψηλή βαρύτητα (8 έως 10).

Η προστασία των γυναικών από τη βία είναι σχετικά νέο αίτημα σε παγκόσμιο επίπεδο. Ο ΟΗΕ ξεκίνησε καμπάνια για το ζήτημα αυτό μόλις το 2000, ανακηρύσσοντας την 25η Νοεμβρίου ως Διεθνή Ημέρα για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών.

Μέχρι σήμερα, το ζήτημα παραμένει ιδιαίτερα ευαίσθητο για τη βουλγαρική κοινωνία – δυστυχώς, συχνά με κόστος για τα θύματα, των οποίων οι ιστορίες γίνονται γνωστές μέσω των ΜΜΕ. Σύμφωνα με εθνικά αντιπροσωπευτική έρευνα του 2019 με τίτλο «Η Βία στη Βουλγαρία», τα ¾ όλων των περιστατικών βίας που βίωσαν άτομα κατά τη διάρκεια του τελευταίου έτους αφορούσαν ενδοοικογενειακή βία. Επιπλέον, για το 56,6% των ερωτηθέντων, η πιο σοβαρή εμπειρία βίας που είχαν ποτέ συνέβη μέσα στο ίδιο τους το σπίτι.

Για πολλά χρόνια, η συζήτηση γύρω από το θέμα παραμερίστηκε λόγω της αντίστασης στην Κωνσταντινούπολη Σύμβαση και του φόβου για την "ιδεολογία φύλου". Αυτό σε μεγάλο βαθμό παρεμπόδισε τη σωστή διατύπωση του πραγματικού προβλήματος, δηλαδή: «Πώς μπορούμε να σταματήσουμε τη βία;». Η απάντηση σε αυτό το ερώτημα φανερώνει πολλές κρίσιμες ανάγκες, όπως:

- σύστημα πρόληψης,
- ευαισθητοποίηση του κοινού,
- γρήγορη και συντονισμένη προστασία των θυμάτων,
- υπηρεσίες για την εργασία με τους δράστες,
- ενίσχυση της εμπιστοσύνης στις αρχές,
- ενθάρρυνση της αναφοράς περιστατικών από θύματα και συγγενείς τους.

Ο όρος «ενδοοικογενειακή βία» είναι πλέον γνωστός στο βουλγαρικό κοινό (ο Νόμος για την Προστασία από την Ενδοοικογενειακή Βία θεσπίστηκε το 2005), ωστόσο ο όρος «έμφυλη βία» παραμένει άγνωστος για πολλούς, με ασαφές περιεχόμενο και συχνά συγχέεται με τη βία κατά των γυναικών. Ορισμένες ΜΚΟ πραγματοποιούν εκστρατείες για τη διευκρίνιση του περιεχομένου του όρου, καθώς και εκπαιδευτικές και διεκδικητικές δράσεις για τον περιορισμό του φαινομένου.

8.3.1 - Οργανισμοί/Οργανώσεις

Πολλές βουλγαρικές οργανώσεις, τόσο κρατικές όσο και μη κυβερνητικές, εργάζονται για την καταπολέμηση της έμφυλης βίας και την υποστήριξη των

θυμάτων μέσω νομικής βοήθειας, παρεμβάσεων σε κρίσεις και εκστρατειών ενημέρωσης.

Κρατικοί Φορείς

- **Υπουργείο Δικαιοσύνης**

Έχει αναλάβει σημαντικές πρωτοβουλίες για την αναθεώρηση της νομοθεσίας περί ενδοοικογενειακής βίας, επεκτείνοντας το φάσμα της προστασίας και προωθώντας ταχύτερους μηχανισμούς ανταπόκρισης προς τα θύματα.

- **Υπηρεσία Κοινωνικής Πρόνοιας**

Λειτουργεί σε συνεργασία με τους δήμους για την παροχή στέγασης, συμβουλευτικής υποστήριξης και άλλων μορφών κοινωνικής βοήθειας σε επιζώσες ενδοοικογενειακής βίας.

Μη Κυβερνητικές Οργανώσεις

- **Ίδρυμα P.U.L.S.**

Παρέχει ουσιώδεις υπηρεσίες υποστήριξης όπως ψυχολογική συμβουλευτική και επείγουσα βοήθεια στα θύματα, ενώ διοργανώνει και εκστρατείες ευαισθητοποίησης για την ενδοοικογενειακή βία.

- **Ίδρυμα Animus Association**

Μία από τις πιο δραστήριες ΜΚΟ στη Βουλγαρία, προσφέρει ψυχολογική στήριξη, νομική βοήθεια και διαχειρίζεται κέντρο κρίσης για γυναίκες και παιδιά.

- **Ίδρυμα Βουλγαρικών Γυναικών (Bulgarian Women's Fund)**

Εστιάζει στην υποστήριξη μέσω χρηματοδότησης, στην έρευνα και στην υπεράσπιση δικαιωμάτων, ενισχύοντας μικρότερες οργανώσεις που εργάζονται για την καταπολέμηση της έμφυλης βίας σε όλη τη χώρα.

8.3.2 - Νομικό Πλαίσιο

Η ανάλυση του νομικού πλαισίου απαιτεί να εξετάσουμε μια μεγαλύτερη περίοδο, κατά τη διάρκεια της οποίας έχουν συμβεί πολλές αλλαγές στην κοινωνικοπολιτική ζωή της Βουλγαρίας.

Είναι σημαντικό να σημειώσουμε ότι η εισαγωγή του όρου «οικογενειακή βία» δεν αποτελεί απλώς μια βελτίωση του νομικού πλαισίου. Αντιπροσωπεύει βαθιές διαδικασίες αλλαγής στις δημόσιες στάσεις, στις οικονομικές αλλαγές, στις αξίες, στις αντιλήψεις, στις σχέσεις. Η χαρακτηρισμός μιας συγκεκριμένης συμπεριφοράς ως πράξης οικογενειακής βίας ακολουθεί την πορεία αντιλήψεων όπως:

- είναι οικογένεια και δεν πρέπει να επεμβαίνουμε σε αυτήν.
- αν δεν είναι ζηλιάρης, τότε δεν σε αγαπάει.
- η γυναίκα πρέπει να είναι σιωπηλή και υπάκουη.
- το ζήτησε, είναι υπεύθυνη.
- αν ενεργούσε έτσι, πρέπει να υπήρχε λόγος.
- ο άντρας φέρνει τα χρήματα στο σπίτι και αξίζει σεβασμό.
- αυτό είναι στη φύση κάθε άντρα και άλλα πολλά.

σε αντιλήψεις όπως:

- αυτό δεν πρέπει να συμβαίνει.

- δεν έχεις δικαίωμα να το κάνεις αυτό.
- έχεις το δικαίωμα για προστασία.
- δεν χρειάζεται να το ανεχτείς αυτό.
- η αγάπη δεν πρέπει να πληγώνει.
- δεν είσαι αδύναμη, κλπ.

Αυτός ο μακρύς δρόμος αλλαγής αντικατοπτρίζεται στο κρατικό νομικό πλαίσιο. Ως μέλος της ΕΕ, η Βουλγαρία συγχρονίζει τη νομοθεσία της με τις ευρωπαϊκές κανονιστικές διατάξεις.

Μέχρι το 2005, ο όρος «οικογενειακή βία» δεν εμφανιζόταν στους νόμους της χώρας. Αυτό δεν αντικατοπτρίζει την απουσία του φαινομένου από τις ζωές των Βουλγάρων, καθώς και την έλλειψη δίωξης των υπαιτίων, καθώς οι υποθέσεις που καταχωρούνταν είχαν άλλες κατηγοριοποιήσεις – σωματική βλάβη, φόνος, εξαναγκασμός, βιασμός κλπ.

Το Μάρτιο του 2005, ένα καθοριστικό σημείο στην προστασία από την οικογενειακή βία σημειώνεται με την προώθηση του Νόμου για την Προστασία από την Οικογενειακή Βία. Ο νόμος αποσκοπεί να προσφέρει άμεση και αποτελεσματική προστασία και να παρέχει βοήθεια και υποστήριξη σε άτομα που υπέστησαν ή κινδυνεύουν από οικογενειακή βία, ενώ ασκεί προληπτική και αποτρεπτική δράση στον δράστη της βίας. Δίνει έναν νομικό ορισμό του όρου και καθορίζει ποιοι και σε ποιες περιπτώσεις μπορούν να ζητήσουν προστασία από το δικαστήριο και, σε περίπτωση άμεσου κινδύνου για τη ζωή ή την υγεία, από την αστυνομία. Η προστασία από τη βία με βάση το φύλο δεν υπόκειται ακόμα σε ανεξάρτητη νομική ρύθμιση μέσω κανονιστικής πράξης με την

κατηγορία του νόμου, πέρα από ό,τι προβλέπεται από τους κανόνες του Ποινικού Κώδικα. Μέχρι το 2023, ο Νόμος για την προστασία από την οικογενειακή βία θα υποστεί πολλές τροποποιήσεις και προσθήκες, διευρύνοντας την έννοια της «οικογενειακής βίας», προσθέτοντας άτομα που μπορούν να ζητήσουν προστασία, παρατείνοντας την ισχύ των μέτρων κλπ.

Άλλοι νομικοί κανονισμοί που σχετίζονται με την προστασία των θυμάτων οικογενειακής βίας:

- **Κανόνες εφαρμογής του νόμου για την προστασία από την οικογενειακή βία**, - θεσπίστηκαν το 2010 και ρυθμίζουν::
 1. την εφαρμογή των μέτρων προστασίας από την οικογενειακή βία;
 2. την αλληλεπίδραση των κρατικών αρχών και νομικών προσώπων που εργάζονται για την προστασία από την οικογενειακή βία;
 3. τη χρηματοδότηση προγραμμάτων μη κερδοσκοπικών νομικών προσώπων για την ανάπτυξη και εφαρμογή προγραμμάτων και εκπαιδεύσεων.
- **Οικογενειακός Κώδικας** - Ο Οικογενειακός Κώδικας ρυθμίζει τις σχέσεις που βασίζονται στο γάμο, την συγγένεια και την υιοθεσία, καθώς και την κηδεμονία και την επιμέλεια
- **Νόμος για την Ισοτιμία Ανδρών και Γυναικών** - διασφαλίζει την ίση μεταχείριση των ανδρών και των γυναικών και την απαγόρευση των διακρίσεων και της βίας λόγω φύλου.

- **Νόμος για την παροχή βοήθειας και οικονομικής αποζημίωσης στα θύματα εγκλημάτων** - ρυθμίζει τις προϋποθέσεις και τη διαδικασία παροχής βοήθειας και οικονομικής αποζημίωσης από το κράτος στα θύματα εγκλημάτων, είτε είναι Βούλγαροι πολίτες είτε πολίτες κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Αυτό περιλαμβάνει την οικογενειακή βία.
- **Ποινικός Δικονομικός Κώδικας - Ποινικός Δικονομικός Κώδικας** - προβλέπει τη διαδικασία ανάκρισης σε περιπτώσεις οικογενειακής βίας.
- **Νόμος για τις Κοινωνικές Υπηρεσίες** - ρυθμίζει την παροχή, χρήση, προγραμματισμό, χρηματοδότηση, ποιότητα, έλεγχο και παρακολούθηση των κοινωνικών υπηρεσιών στη Δημοκρατία της Βουλγαρίας, περιλαμβανομένων των υπηρεσιών για τα θύματα οικογενειακής βίας.
- **Κανονισμοί για την οργάνωση, λειτουργία και δραστηριότητες του Εθνικού Συμβουλίου για την Πρόληψη και Προστασία από την Οικογενειακή Βία.**
- **Στρατηγική «Καταπολέμηση της βίας και προστασία και υποστήριξη των θυμάτων».**
- **Εθνικό πρόγραμμα για την πρόληψη και αντιμετώπιση της εμπορίας ανθρώπων και προστασία των θυμάτων για το 2023..**

Υπό την επίδραση της δημόσιας πίεσης (Υπόθεση "H Deborah") και των στοιχείων από την έρευνα του Υπουργείου Δικαιοσύνης, το 2023 πραγματοποιείται σημαντική αναμόρφωση της νομοθεσίας που προστατεύει από την οικογενειακή βία και τη βία λόγω φύλου. Λόγω της πολυπλοκότητας των περιπτώσεων οικογενειακής βίας μεταξύ συντρόφων που ζουν χωρίς γάμο και δεν μοιράζονται

κοινό νοικοκυριό, ο νομοθέτης καθόρισε τη «στενή σχέση», κάτι που προκάλεσε πολλές αντιδράσεις μεταξύ δικηγόρων και του κοινού.

8.3.3 - Η (μη) αποδοχή της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης

Η Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας, γνωστή και ως Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης, είναι ένα έγγραφο που καθορίζει το χρυσό πρότυπο για το έργο των θεσμών. Προτάθηκε για υπογραφή στις 11 Μαΐου 2011 στην Κωνσταντινούπολη, Τουρκία, και τέθηκε σε ισχύ στις 1 Αυγούστου 2014. Η Βουλγαρία, εκπροσωπούμενη από την τότε Υπουργό Δικαιοσύνης, Κατερίνα Ζαχαρίεβα, υπέγραψε τη Σύμβαση στις 21 Απριλίου 2016.

Τον Ιούλιο του 2017, η «Συμμαχία για την Προστασία από τη Βία Βασισμένη στο Φύλο», που ενώνει 11 οργανώσεις από όλη τη χώρα, και το Ίδρυμα «Βουλγαρικό Κέντρο Φύλου», υπέβαλαν δημόσια αίτηση για άμεση κύρωση της Σύμβασης.

Στις 28 Νοεμβρίου 2017, η Αναπληρώτρια Υπουργός Δικαιοσύνης, Δεσιλάβα Αχλάδοβα, ανακοίνωσε κατά τη διάρκεια ενός τραπεζιού στρογγυλής συζήτησης που οργανώθηκε από το Βουλγαρικό Γυναικείο Ταμείο ότι η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης θα κυρωθεί μέχρι το τέλος του 2017. Δημιουργήθηκε ομάδα κυβερνητικών και μη κυβερνητικών οργανώσεων για την προετοιμασία Στρατηγικής για την εισαγωγή των αρχών και απαιτήσεων της Σύμβασης στην βουλγαρική νομοθεσία.

Το 2018, το Βουλγαρικό Συνταγματικό Δικαστήριο αποδέχθηκε ότι υποστηρίζει νομικές έννοιες σχετικά με την έννοια του «φύλου» που ήταν ασύμβατες με τις βασικές αρχές του Συντάγματος.

«Το άρθρο 216, παράγραφος 2 της Συνθήκης για τη Λειτουργία της Ευρωπαϊκής Ένωσης αναφέρει ότι οι συμφωνίες που συνάπτει η Ένωση δεσμεύουν τα θεσμικά όργανα και τα κράτη μέλη της», επισήμανε η Επιτροπή.

Πολλές διαμαρτυρίες, υπογραφές και συζητήσεις πραγματοποιούνται κατά της Σύμβασης. Τα επιχειρήματα αφορούν εξολοκλήρου τους ορισμούς των εννοιών «κοινωνικό φύλο» και «ταυτότητα φύλου», και οι αντίπαλοι της Σύμβασης υποψιάζονται τον κίνδυνο προώθησης της ιδεολογίας του φύλου στη Βουλγαρία. Η ερμηνεία τους είναι ότι αυτή θα νομιμοποιήσει το «φύλο επιλογής» και τον γάμο του ιδίου φύλου, καταστρέφοντας την παραδοσιακή χριστιανική οικογένεια. Σε σύντομο χρονικό διάστημα, όλα τα κόμματα της αντιπολίτευσης τάχθηκαν κατά της κύρωσης της Σύμβασης. Στις 22 Ιανουαρίου 2018, η Αγία Σύνοδος της Βουλγαρικής Ορθόδοξης Εκκλησίας δημοσίευσε έκκληση προς τους Ορθόδοξους Χριστιανούς, πολίτες και εκπροσώπους της κρατικής εξουσίας στη χώρα, καλώντας την Εθνοσυνέλευση να μην κυρώσει τη Σύμβαση. Την ίδια στιγμή, πάνω από 140 μη κυβερνητικές οργανώσεις εξέδωσαν έκκληση προς την Εθνοσυνέλευση να κυρώσει τη Σύμβαση. Παρουσίασαν στοιχεία σύμφωνα με τα οποία για χιλιάδες Βουλγάρες γυναίκες, η βία είναι καθημερινό φαινόμενο. Σύμφωνα με στατιστικά στοιχεία του 2016, το 90% των 311 πελατών του Ιδρύματος PULS υπέφεραν από βία λόγω φύλου, όπως και τα παιδιά τους. Υποφέρουν κυρίως από ενδοοικογενειακή βία κατά των γυναικών και των μητέρων στην οικογένεια, καθώς είναι συστηματικά μάρτυρες ή υφίστανται διάφορους τύπους βίας,

περιλαμβανομένων των σεξουαλικών. Την ίδια χρονιά (2018), 107 καθηγητές πανεπιστημίου υπέγραψαν επιστολή υπέρ της κύρωσης.

Η Βουλγαρία είναι μία από τις έξι χώρες που αρνήθηκαν να κυρώσουν τη Σύμβαση, κάτι που καθυστερεί την υιοθέτησή της σε επίπεδο ΕΕ. Στον Μάιο του 2023, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο ψήφισε απόφαση, με την οποία συμφώνησε με το Συμβούλιο της ΕΕ να ολοκληρωθεί η διαδικασία κύρωσης της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης. Η σύσταση εγκρίθηκε με δύο ξεχωριστές ψηφοφορίες με συντριπτική πλειοψηφία - πάνω από 450 ψήφους από περίπου 600 συμμετέχοντες ευρωβουλευτές. Από την 1η Οκτωβρίου, η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας τέθηκε σε ισχύ σε ολόκληρη την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΕ). Στη Βουλγαρία, αυτό συνέβη μόνο εν μέρει. Ως μέλος της ΕΕ, η Βουλγαρία είναι υποχρεωμένη να εφαρμόσει το δίκαιο της Ένωσης στους τομείς στους οποίους ισχύει το ευρωπαϊκό δίκαιο. Στις περισσότερες διατάξεις της, θα είναι έγκυρος νόμος για τη Δημοκρατία της Βουλγαρίας, αλλά όχι στο σύνολό του.

8.3.4 - Εθνικές Πρωτοβουλίες

Η Βουλγαρία διαθέτει μια σειρά από σημαντικές εθνικές πρωτοβουλίες που στοχεύουν στην καταπολέμηση της βίας λόγω φύλου, με τη στήριξη τόσο από κρατικούς φορείς όσο και από ΜΚΟ, όπως:

1. **Η Εκστρατεία "Δεν Είσαι Μόνη"**, η οποία φέρνει στο προσκήνιο τη βία κατά των γυναικών, με τη συμμετοχή δημοσίων προσώπων που

ευαισθητοποιούν το κοινό και βοηθούν στην ενίσχυση μιας συλλογικής αντίδρασης.

2. **Τα Επείγοντα Ταμείο για τις Επιζήσασες Ενδοοικογενειακής Βίας**, το οποίο ξεκίνησε από το Βουλγαρικό Γυναικείο Ταμείο σε συνεργασία με το Ίδρυμα BCause και το Βουλγαρικό Φόρουμ Δωρητών, δημιουργήθηκε κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19 για να παρέχει άμεση βοήθεια στις θύματα και στις οργανώσεις που τις υποστηρίζουν, όπως τα κέντρα κρίσης και οι υπηρεσίες νομικής υποστήριξης.
3. **Η Παρακολούθηση ΜΜΕ από την Επιτροπή της Χελσίνκης της Βουλγαρίας**, που σε απάντηση στην αύξηση των γυναικοκτονιών, συλλέγει δεδομένα για τις εσκεμμένες ανθρωποκτονίες γυναικών παρακολουθώντας τις πηγές ειδήσεων, δημιουργώντας μια διαφανή καταγραφή των υποθέσεων.
4. **Η Μελέτη για τη Βία λόγω Φύλου από την Εθνική Στατιστική Υπηρεσία**, η οποία υποστηρίζεται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και παρέχει κρίσιμα δεδομένα για την επικράτηση της βίας λόγω φύλου στη Βουλγαρία.
5. **Εκπαίδευση Αστυνομικών από το Ίδρυμα Animus**, που παρέχει εξειδικευμένη εκπαίδευση για αστυνομικούς, με στόχο να τους εξοπλίσει με τις απαραίτητες δεξιότητες για να υποστηρίξουν τα θύματα ενδοοικογενειακής βίας.
6. **Το Πρόγραμμα Προστασίας Ηλικιωμένων Γυναικών από την Ένωση Naya**, που χρηματοδοτείται από το Πρόγραμμα CERV της ΕΕ, βελτιώνει τις δια-θεσμικές αντιδράσεις στην βία κατά των ηλικιωμένων γυναικών.
7. **Το Πρόγραμμα PATTERN του Κέντρου Amalipe**, που επικεντρώνεται στις Ρομά κοινότητες και στοχεύει στην πρόληψη της ενδοοικογενειακής βίας

μέσω της εκπαίδευσης των γυναικών για τα δικαιώματά τους και την προσφορά υποστηρικτικών πόρων. Η ταινία τους «Γύρισε τη Σελίδα» ενισχύει αυτό το μήνυμα.

8. **Εκπαιδευτική Ταινία από την Ένωση NAYA ("Sevda – Μοίρα ή Λαχτάρα")**, η οποία χρησιμοποιεί τη διήγηση ιστοριών για να ευαισθητοποιήσει το κοινό για τις επιπτώσεις της βίας λόγω φύλου, εστιάζοντας στις εμπειρίες των επιζώντων.
9. **Ίδρυμα PULS**, που αποσκοπεί στη βελτίωση των υποστηρικτικών συστημάτων για τις επιζήσασες ενδοοικογενειακής βίας, εξασφαλίζοντας ότι έχουν έγκαιρη πρόσβαση σε βοήθεια και πόρους.

8.3.5 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας

Τα τελευταία χρόνια, η Βουλγαρία αντιμετωπίζει αυξανόμενες ανησυχίες σχετικά με τη βία στο σπίτι και τη βία λόγω φύλου. Η πανδημία COVID-19 ενέτεινε αυτή την κρίση, εγκλωβίζοντας πολλές θύματα σε ασταθείς συνθήκες με περιορισμένες επιλογές για βοήθεια. Ενώ θέματα όπως η ενδοοικογενειακή κακοποίηση, ο εκφοβισμός και η κυβερνοβία αποκτούν όλο και μεγαλύτερη προσοχή, το βαθιά ριζωμένο στίγμα και οι περιορισμένοι πόροι συνεχίζουν να καθιστούν δύσκολη την αναφορά και την υποστήριξη. Ωστόσο, η αυξανόμενη δημόσια ευαισθητοποίηση και οι νομικές εξελίξεις αντικατοπτρίζουν μια κοινωνία που αρχίζει να αντιμετωπίζει αυτές τις προκλήσεις, προκειμένου να προωθήσει ένα ασφαλέστερο μέλλον εν μέσω σύνθετων και εξελισσόμενων απειλών.

- Ενδοοικογενειακή κακοποίηση

Η ενδοοικογενειακή βία παραμένει ένα βαθιά ριζωμένο ζήτημα στη Βουλγαρία, επηρεάζοντας ένα μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού και παρουσιάζοντας διάφορες μορφές – συναισθηματική, σωματική, σεξουαλική και οικονομική κακοποίηση. Σύμφωνα με μια έρευνα του 2021 από την Εθνική Στατιστική Υπηρεσία (ΕΣΥ), το 28% των γυναικών ηλικίας 18-74 ανέφεραν ότι έχουν βιώσει ενδοοικογενειακή κακοποίηση κάποια στιγμή στη ζωή τους, με την συναισθηματική και ψυχολογική κακοποίηση να είναι η πιο κοινή. Η οικονομική βία, η οποία περιορίζει την πρόσβαση των γυναικών σε χρηματοοικονομικούς πόρους και στη λήψη αποφάσεων, παραμένει επίσης σημαντικό πρόβλημα, επηρεάζοντας την ανεξαρτησία και την ασφάλειά τους.

Το 2022, καταγράφηκαν 736 περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας στο πρώτο εξάμηνο του έτους, τα οποία αφορούσαν 188 γυναίκες, 6 άνδρες, 542 παιδιά και 10 άτομα με αναπηρία. Μέχρι το 2023, τα αναφερόμενα περιστατικά αυξήθηκαν σημαντικά, φτάνοντας τα 4.590, από τα οποία τα 2.828 οδήγησαν σε προστατευτικά μέτρα. Αν και τα μέτρα προστασίας αυξήθηκαν, η πρόσβαση σε πόρους όπως τα καταφύγια παραμένει περιορισμένη, ιδιαίτερα σε αγροτικές περιοχές, όπου τα θύματα συχνά αντιμετωπίζουν σημαντικά λογιστικά και οικονομικά εμπόδια για να ξεφύγουν από τη βία.

Μια έρευνα του Trend Research Center στις αρχές του 2024 ανέδειξε σύνθετες κοινωνικές στάσεις απέναντι στην ενδοοικογενειακή βία, με το 82% να αναγνωρίζει ότι αποτελεί σοβαρό ζήτημα, ενώ το 48% πιστεύει ότι τα οικογενειακά ζητήματα πρέπει να λύνονται ιδιωτικά. Άλλα ευρήματα δείχνουν ότι το 20% θεωρεί τη ζήλια σημάδι αγάπης, το 15% βρίσκει αποδεκτό να ελέγχει κανείς τα προσωπικά μηνύματα του συντρόφου του, και το 13% δεν θεωρεί τη

σφαλιάρα ως βία. Επιπλέον, το 55% των ερωτηθέντων δεν έχει εμπιστοσύνη στη δυνατότητα του βουλγαρικού δικαστικού συστήματος να χειριστεί υποθέσεις ενδοοικογενειακής βίας, κάτι που υπογραμμίζει την έλλειψη εμπιστοσύνης και την ανάγκη για μεταρρύθμιση. Ταυτόχρονα, το 67% υποστηρίζει αυστηρότερους νόμους και ποινές, δείχνοντας επιθυμία για μεγαλύτερη λογοδοσία και προστασία.

- Παρενόχληση/Καταδίωξη (Stalking)

Ο εκφοβισμός, ο οποίος έγινε αδίκημα το 2018 υπό το βουλγαρικό δίκαιο όταν σχετίζεται με ενδοοικογενειακή βία, έχει προσελκύσει όλο και περισσότερη προσοχή ως μορφή κακοποίησης που απαιτεί πιο ισχυρές προστασίες. Η νομοθεσία τώρα επιτρέπει ποινές έως και πέντε χρόνια για εκφοβισμό και ψυχική κακοποίηση. Δεδομένα από μια πανευρωπαϊκή έρευνα δείχνουν ότι το 18% των Βουλγαρίδων γυναικών έχουν πέσει θύματα εκφοβισμού από την ηλικία των 15 ετών, ενώ το 5% υπήρξε θύμα παρενόχλησης τον τελευταίο χρόνο πριν από την έρευνα. Παρά την επικράτηση, το 74% των θυμάτων εκφοβισμού δεν αναφέρουν τα περιστατικά στην αστυνομία, λόγω των αντιληπτών εμποδίων και έλλειψης υποστήριξης. Επιπλέον, το 21% των θυμάτων εκφοβισμού υπέφεραν από τη βία για πάνω από δύο χρόνια, τονίζοντας την ανάγκη για προληπτικές ενέργειες και βελτιωμένη προσβασιμότητα σε περιοριστικά μέτρα και επείγουσα βοήθεια.

- Σεξουαλική βία

Η σεξουαλική βία πλήττει ένα ευρύ δημογραφικό των γυναικών στη Βουλγαρία, αλλά οι νεαρές γυναίκες και αυτές που βρίσκονται σε σχέσεις με οικείους συντρόφους πλήττονται δυσανάλογα. Τα δεδομένα της ΕΣΥ από το 2021 αποκαλύπτουν ότι το 11,9% των γυναικών ηλικίας 18-74 έχουν βιώσει σωματική ή

σεξουαλική βία κάποια στιγμή, ενώ το 20,5% έχει υποστεί βία από τον σύντροφό τους. Οι νεαρές γυναίκες μεταξύ 18 και 29 ετών είναι ιδιαίτερα ευάλωτες, με το 36,3% να αναφέρει ότι έχουν πέσει θύματα βιασμού από τρέχοντες ή πρώην συντρόφους. Επιπλέον, η παρενόχληση στον χώρο εργασίας παραμένει σημαντικό πρόβλημα, επηρεάζοντας το 12,2% των γυναικών στον επαγγελματικό τομέα, ενώ το 28% των γυναικών αναφέρουν κακοποίηση στην παιδική τους ηλικία, συνήθως από έναν από τους γονείς τους.

Ο πολιτιστικός στιγματισμός συνεχίζει να καταπιέζει τα ποσοστά αναφοράς, καθώς πολλές θύματα διστάζουν να αναφέρουν τη βία. Για να αντιμετωπιστεί αυτό, οι επαγγελματίες υγειονομικής περίθαλψης λαμβάνουν εξειδικευμένη εκπαίδευση για να αναγνωρίζουν τα σημάδια κακοποίησης, να υποστηρίζουν τα θύματα και να τα καθοδηγούν σε κατάλληλους πόρους. Η ελπίδα είναι ότι η βελτίωση της εκπαίδευσης και της ευαισθητοποίησης των επαγγελματιών θα αυξήσει τα ποσοστά αναφοράς και θα βελτιώσει την ποιότητα της υποστήριξης για τους επιζώντες.

- Γυναικοκτονίες

Οι γυναικοκτονίες, μια ιδιαίτερα σοβαρή εκδήλωση ενδοοικογενειακής βίας, είναι ανησυχητικά συχνές στη Βουλγαρία, με τους στενούς συντρόφους ή τα μέλη της οικογένειας να αναγνωρίζονται συχνά ως δράστες. Επίσημα στοιχεία δείχνουν 33 περιπτώσεις προμελετημένων φόνων που σχετίζονται με ενδοοικογενειακή βία το 2021, με τις γυναικοκτονίες να καταγράφονται συχνότερα σε αστικές περιοχές, όπου τα θύματα έχουν ευκολότερη πρόσβαση σε υπηρεσίες υποστήριξης. Ωστόσο, αυτή η διαίρεση μεταξύ πόλης και επαρχίας δημιουργεί προκλήσεις, καθώς οι περιορισμένοι πόροι στις μικρότερες πόλεις σημαίνουν ότι οι

γυναικοκτονίες συχνά μένουν αδιάφορες ή δεν καταγράφονται. Δεδομένα από την παρακολούθηση των ΜΜΕ από την Επιτροπή της Βουλγαρικής Ελσίνκι δείχνουν τουλάχιστον 26 γυναικοκτονίες το 2022, 21 το 2023 και 5 μέχρι στιγμής το 2024, αν και οι πραγματικοί αριθμοί ενδέχεται να είναι υψηλότεροι λόγω της υποαναφοράς σε απομονωμένες κοινότητες.

- **Βία στον κυβερνοχώρο / Διαδικτυακή βία**

Η διαδικτυακή βία έχει αναδειχθεί ως σοβαρή ανησυχία στη Βουλγαρία, επηρεάζοντας ιδιαίτερα τους νεότερους, καθώς η πρόσβαση στο διαδίκτυο και η χρήση των κοινωνικών μέσων αυξάνονται. Το 2023, μια μελέτη αποκάλυψε ότι ένα στα επτά παιδιά δήλωσε ότι έχει πέσει θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού ή παρενόχλησης. Παράλληλα, το 37% των παιδιών που υπέστησαν διαδικτυακή κακοποίηση ανέφεραν ότι αισθάνονται αδύναμα να μοιραστούν την εμπειρία τους με άλλους, υπογραμμίζοντας την απομόνωση που συνήθως συνοδεύει την κυβερνοβία. Ως αποτέλεσμα, το Εθνικό Κέντρο για Ασφαλέστερο Διαδίκτυο κατέγραψε πάνω από 32.000 αναφορές επιβλαβούς διαδικτυακού περιεχομένου μόνο στους πρώτους εννέα μήνες του 2023, αύξηση 79% σε σχέση με την προηγούμενη χρονιά. Πάνω από το 90% αυτών των αναφορών αφορούσαν σεξουαλική εκμετάλλευση παιδιών, τονίζοντας την επιτακτική ανάγκη για προληπτικά μέτρα και παρεμβάσεις.

Για την καταπολέμηση της κυβερνοβίας, η Βουλγαρία έχει δημιουργήσει αρκετές γραμμές υποστήριξης, όπως τη Γραμμή Προστασίας Παιδιών και το Τμήμα Κυβερνοεγκλήματος, προσφέροντας βοήθεια σε παιδιά και οικογένειες. Παρά τους διαθέσιμους πόρους, η συχνότητα της κυβερνοβίας αναδεικνύει την ανάγκη για ενισχυμένη ψηφιακή παιδεία, αυστηρότερους κανονισμούς ασφαλείας και

εκπαιδευτικά προγράμματα που να βοηθούν τη νεολαία να πλοηγηθεί στους κινδύνους του διαδικτύου.

Επίδραση της πανδημίας COVID-19

Η πανδημία COVID-19 προκάλεσε νέα κύματα προκλήσεων, με τα περιοριστικά μέτρα να εντείνουν τα περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας. Στην αρχή της πανδημίας, οι ΜΚΟ ανέφεραν αύξηση 30% στις κλήσεις στις γραμμές βοήθειας από θύματα, με πολλά από τα άτομα που καλούσαν να είναι παιδιά που ήταν μάρτυρες ή υπέστησαν βία στο σπίτι. Μόνο τους πρώτους μήνες, εννέα γυναίκες έχασαν τη ζωή τους από ενδοοικογενειακή βία, ενώ η αστυνομία διαχειρίστηκε 3.500 περιστατικά οικογενειακής βίας και εξέδωσε 600 προστατευτικά μέτρα μόνο στη Σόφια. Με περιορισμένες δυνατότητες μετακίνησης και πολλά θύματα εγκλωβισμένα σε σπίτια που μοιράζονταν με τους θύτες τους, η κατάσταση ανέδειξε μια "σιωπηλή πανδημία" βίας.

Σε απάντηση, οργανώσεις όπως το Βουλγαρικό Γυναικείο Ταμείο και το Ίδρυμα BCause λάνσααν επείγουσες πρωτοβουλίες, όπως το ταμείο "Η Αόρατη Πρώτη Γραμμή", που είχε ως σκοπό την υποστήριξη των οργανώσεων πρώτης γραμμής που παρέχουν νομικές, ψυχολογικές και κοινωνικές υπηρεσίες στα θύματα ενδοοικογενειακής βίας. Μέχρι το 2021, τα περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας είχαν αυξηθεί κατά 10% σε σχέση με το 2020, ενώ αυξήθηκε επίσης ο αριθμός των παραβιάσεων προστατευτικών μέτρων. Η πανδημία ανέδειξε τις αδυναμίες στην υποστηρικτική υποδομή της Βουλγαρίας και τόνισε την ανάγκη για ανθεκτικές, προσαρμοστικές λύσεις που να μπορούν να υποστηρίξουν τα θύματα ακόμη και κατά τη διάρκεια εθνικών κρίσεων.

8.3.6 - Συμπεράσματα

Η Βουλγαρία αντιμετωπίζει σύνθετες προκλήσεις στην καταπολέμηση της ενδοοικογενειακής και της έμφυλης βίας, ένα ζήτημα που εντείνεται από τον πολιτισμικό στίγμα, την υποαναφορά και τις περιορισμένες πόρους. Παρά την έλλειψη ενός κεντρικού συστήματος δεδομένων, εκτενή στοιχεία από την κυβέρνηση, τα μέσα ενημέρωσης και τις ΜΚΟ επισημαίνουν τη σοβαρότητα της ενδοοικογενειακής βίας, του εκφοβισμού, της σεξουαλικής βίας, των φεμικίδων και της κυβερνοβίας σε όλη τη χώρα. Το νομικό πλαίσιο της χώρας έχει εξελιχθεί σημαντικά, με τον Νόμο για την Προστασία από την Ενδοοικογενειακή Βία του 2005 να σηματοδοτεί μια καθοριστική στιγμή. Ωστόσο, οι κοινωνικές στάσεις και τα κενά στη νομική σαφήνεια, ειδικά γύρω από όρους όπως «έμφυλη βία», συνεχίζουν να εμποδίζουν την πρόοδο.

Οι προσπάθειες των κυβερνητικών φορέων, όπως το Υπουργείο Δικαιοσύνης και η Υπηρεσία Κοινωνικής Πρόνοιας, καθώς και των βασικών ΜΚΟ, όπως το Ίδρυμα P.U.L.S. και ο Σύλλογος Animus, κάνουν βήματα προς τη στήριξη των θυμάτων, τις καμπάνιες ευαισθητοποίησης και την προώθηση μεταρρυθμίσεων. Πρόσφατες πρωτοβουλίες—όπως η εξειδικευμένη εκπαίδευση των αστυνομικών και η δημιουργία επείγουσων ταμείων κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19—τονίζουν τη σημασία των ευέλικτων και προσαρμοστικών συστημάτων υποστήριξης. Επιπλέον, οι συζητήσεις γύρω από την μερική υιοθέτηση της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης από τη Βουλγαρία δείχνουν τόσο τα εμπόδια όσο και την ανάγκη για προσαρμογή της νομοθεσίας με τα πρότυπα της ΕΕ για τη βία κατά των φύλων.

Ενώ η δημόσια ευαισθητοποίηση και οι πολιτικές εξελίξεις υποδεικνύουν μια αυξανόμενη κοινωνική αναγνώριση αυτών των ζητημάτων, ο δρόμος της Βουλγαρίας προς ουσιαστική αλλαγή θα απαιτήσει συνεχιζόμενες προσπάθειες σε όλα τα επίπεδα. Προχωρώντας, είναι κρίσιμη η δημιουργία ολοκληρωμένων συστημάτων πρόληψης, η ενίσχυση των υπηρεσιών στήριξης των θυμάτων, η εκπαίδευση για την αποδόμηση των επιβλαβών στερεοτύπων και η αύξηση της εμπιστοσύνης στις θεσμικές αντιδράσεις. Καθώς η χώρα πορεύεται σε αυτό το περίπλοκο ταξίδι, οι συνδυασμένες προσπάθειες των κυβερνητικών φορέων, των ΜΚΟ και του κοινού θα είναι ουσιαστικές για την εξασφάλιση ενός ασφαλέστερου και πιο ισότιμου μέλλοντος.

8.4 Κύπρος

Η ενδοοικογενειακή βία και η βία κατά των γυναικών είναι διαδεδομένα προβλήματα που επηρεάζουν τις κοινωνίες σε παγκόσμιο επίπεδο, χωρίς να αναγνωρίζουν πολιτισμικά, οικονομικά ή γεωγραφικά όρια. Στην Κύπρο, αυτές οι μορφές βίας παραμένουν δυστυχώς κρίσιμα κοινωνικά προβλήματα που επηρεάζουν άτομα, οικογένειες και την κοινωνία ως σύνολο. Παρά τις σημαντικές βελτιώσεις στη νομοθεσία και τις ενέργειες ευαισθητοποίησης τα τελευταία χρόνια, η ενδοοικογενειακή βία και η βία κατά των γυναικών εξακολουθούν να υπάρχουν, κάτι που απαιτεί συνεχείς και συντονισμένες προσπάθειες για την αντιμετώπιση των επιπτώσεών τους.

Η Κύπρος είναι μια μικρή κοινωνία που εμφανίζει μοναδική κοινωνικοπολιτική συμπεριφορά, με ένα ιδιαίτερο πλαίσιο για την εξέταση της ενδοοικογενειακής βίας και της βίας κατά των γυναικών. Μετά την τουρκική εισβολή του 1974, η Κυπριακή Δημοκρατία διαιρέθηκε σε δύο μέρη, με αποτέλεσμα να υπάρξουν σημαντικές πολιτικές και κοινωνικές αναταράξεις. Όλα αυτά έχουν επηρεάσει τις κοινωνικές δυναμικές και τις στάσεις της κοινωνίας απέναντι στη βία με βάση το φύλο.

Τα τελευταία χρόνια, και κυρίως στην ελεύθερη περιοχή της Κυπριακής Δημοκρατίας, έχουν γίνει αρκετά βήματα προς την αναγνώριση και αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής και έμφυλης βίας μέσω διαφόρων νομοθετικών βελτιώσεων, καμπανιών ευαισθητοποίησης του κοινού και υπηρεσιών στήριξης θυμάτων. Η ενδοοικογενειακή βία στην Κύπρο δεν περιορίζεται σε καμία συγκεκριμένη δημογραφική ομάδα και επηρεάζει όλες τις κοινωνικοοικονομικές τάξεις, τις ηλικίες και τις εθνικότητες. Η σύνθετη αλληλεπίδραση παραδοσιακών ρόλων φύλου, οικονομικών εξαρτήσεων και κοινωνικών προτύπων συχνά επιδεινώνει το πρόβλημα, καθιστώντας δύσκολο για τα θύματα να ζητήσουν βοήθεια.

Πολλά θύματα ενδοοικογενειακής βίας στην Κύπρο αντιμετωπίζουν σημαντικά εμπόδια, όπως το στίγμα, ο φόβος αντιποίνων και η έλλειψη ενημέρωσης για τους διαθέσιμους πόρους. Αυτά τα εμπόδια είναι συχνά πιο έντονα σε αγροτικές περιοχές, όπου η πρόσβαση σε υπηρεσίες στήριξης μπορεί να είναι περιορισμένη. Πολλά θύματα της ενδοοικογενειακής βίας στην Κύπρο αντιμετωπίζουν σημαντικά εμπόδια, όπως το στίγμα, ο φόβος αντιποίνων και η έλλειψη ενημέρωσης για τους διαθέσιμους πόρους στήριξης. Αυτά τα εμπόδια είναι συχνά πιο έντονα σε

αγροτικές περιοχές, όπου η πρόσβαση σε υπηρεσίες στήριξης μπορεί να είναι περιορισμένη.

Η βία κατά των γυναικών στην Κύπρο είναι ένα κρίσιμο ζήτημα στο ευρύτερο φάσμα της ενδοοικογενειακής βίας. Περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα κακοποιήσεων, από φυσική και σεξουαλική βία έως ψυχολογική και οικονομική πίεση. Στατιστικά, όπως και στον υπόλοιπο κόσμο, οι γυναίκες στην Κύπρο πλήττονται δυσανάλογα από τη βία από τον σύντροφο. Η κυπριακή κοινωνία διαθέτει μια παραδοσιακή πατριαρχική δομή, η οποία, σε συνδυασμό με τις πολιτισμικές στάσεις μιας μικρής κοινωνίας που ανέχεται τη βία με βάση το φύλο, συμβάλλει στην εμφάνιση και την επιμονή της βίας κατά των γυναικών. Παρά τη νομοθεσία που έχει βελτιωθεί τα τελευταία χρόνια και που βοηθά στην προστασία των δικαιωμάτων των γυναικών και στην εξασφάλιση της δικαιοσύνης, η εφαρμογή της παραμένει άنيση και τα θύματα συχνά αντιμετωπίζουν εμπόδια στο νομικό σύστημα.

Η Κύπρος έχει κάνει βήματα προς την ευθυγράμμιση με τα πρότυπα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την ισότητα των φύλων και τη βία κατά των γυναικών. Η επικύρωση της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης το 2017 ήταν ένα πολύ σημαντικό ορόσημο, δεσμεύοντας την Κύπρο να λάβει ολοκληρωμένα μέτρα για την πρόληψη της βίας, την προστασία των θυμάτων και την ποινική δίωξη των δραστών. Επιπλέον, η δημιουργία της Συμβουλευτικής Επιτροπής για την Πρόληψη και Καταπολέμηση της Βίας στην Οικογένεια και η υιοθέτηση του Εθνικού Σχεδίου Δράσης για την Ισότητα των Φύλων (2019-2023) αντικατοπτρίζουν τη δέσμευση της Κύπρου να αντιμετωπίσει αυτά τα ζητήματα. Ωστόσο, η εφαρμογή αυτών των πολιτικών απαιτεί συνεχόμενο έλεγχο, επαρκή χρηματοδότηση και σταθερή πολιτική βούληση.

Το Υπουργείο Δικαιοσύνης και Δημοσίας Τάξεως, μαζί με την αστυνομία και τις κοινωνικές υπηρεσίες, είναι επίσης βασικοί φορείς στην αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών.

8.4.1 - Οργανισμοί/Οργανώσεις

Πολλοί οργανισμοί και φορείς στην Κύπρο εργάζονται ενεργά για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών, προσφέροντας υπηρεσίες όπως νομική υποστήριξη, καταφύγια έκτακτης ανάγκης και δημόσια εκπαίδευση:

Κρατικοί Φορείς

- **Υπουργείο Δικαιοσύνης και Δημοσίας Τάξεως**, υπεύθυνο για την πολιτική διαμόρφωση και την επίβλεψη της εφαρμογής του νόμου σχετικά με την ενδοοικογενειακή βία.
- **Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων**, που παρέχει υπηρεσίες ευημερίας, όπως καταφύγια και ψυχολογική υποστήριξη.
- **Υπουργείο Υγείας**, που διαχειρίζεται τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης για τα θύματα, περιλαμβάνοντας ιατρική και ψυχολογική στήριξη.
- **Κυπριακή Αστυνομία**, που διερευνά υποθέσεις ενδοοικογενειακής βίας και παρέχει προστασία στους θύματα.
- **Γραφείο Επιτρόπου Διοικήσεως και Προστασίας Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων (Συνήγορος του Πολίτη)**, που διαχειρίζεται καταγγελίες για παραβιάσεις ανθρωπίνων δικαιωμάτων, περιλαμβανομένων αυτών που σχετίζονται με τη βία με βάση το φύλο.

Οργανώσεις και Μη Κυβερνητικοί Φορείς

- Κυπριακή Ομοσπονδία Γυναικών, δίκτυο εννέα οργανώσεων που προωθούν την ισότητα των φύλων και αγωνίζονται ενάντια στη βία κατά των γυναικών.
- Σύνδεσμος για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Βίας στην Οικογένεια (ΣΠΑΒΟ), που λειτουργεί καταφύγια και προσφέρει νομική υποστήριξη και συμβουλευτική για τα θύματα.
- Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού, που παρέχει υπηρεσίες σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, επικεντρωμένος σε ζητήματα βίας με βάση το φύλο.
- Μεσογειακό Ινστιτούτο Μελετών για τα Φύλα, το οποίο διεξάγει έρευνες και παρέχει εκπαίδευση σε επαγγελματίες που ασχολούνται με τη βία κατά των γυναικών.

Αυτοί οι οργανισμοί και φορείς συνεργάζονται για την ενίσχυση των προσπάθειών καταπολέμησης της βίας κατά των γυναικών και για την παροχή των απαραίτητων υπηρεσιών υποστήριξης στα θύματα.

8.4.2 - Νομικό Πλαίσιο

Η Κύπρος έχει ενισχύσει σημαντικά το νομικό της πλαίσιο, με αρκετούς νόμους που έχουν σκοπό την πρόληψη, δίωξη και αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών:

- **Νόμος για την Πρόληψη και Καταπολέμηση της Βίας κατά των Γυναικών και της Ενδοοικογενειακής Βίας (2021):**

Ο νόμος αυτός ορίζει την ενδοοικογενειακή βία ευρέως, περιλαμβάνοντας φυσική, σεξουαλική, ψυχολογική και οικονομική βία, και ευθυγραμμίζεται με τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης.

– **Διατάγματα Προστασίας και Εντολές Περιορισμού:**

Σύμφωνα με τον Νόμο για την Πρόληψη της Βίας στην Οικογένεια και την Προστασία των Θυμάτων (2000), τα θύματα μπορούν να υποβάλουν αίτηση για εντολές προστασίας προκειμένου να περιορίσουν την πρόσβαση των δραστών.

– **Τροποποιήσεις του Ποινικού Κώδικα:**

Οι τροποποιήσεις αυτές ενισχύουν τις ποινές για την ενδοοικογενειακή βία και ποινικοποιούν την παρενόχληση, τον διαδικτυακό εκφοβισμό και τη μη συναινετική διανομή προσωπικών εικόνων.

8.4.3 - Εθνικές Πρωτοβουλίες

Η Κύπρος έχει υλοποιήσει αρκετές εθνικές πρωτοβουλίες για την πρόληψη και την αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών:

- **Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Ισότητα των Φύλων (2019-2023)**, το οποίο στοχεύει στην αντιμετώπιση της βίας με βάση το φύλο μέσω της πρόληψης, της προστασίας και των υπηρεσιών υποστήριξης.
- **Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Υλοποίηση της Απόφασης 1325 του Συμβουλίου Ασφαλείας του ΟΗΕ για τις Γυναίκες, την Ειρήνη και την Ασφάλεια (2021-2025)**, το οποίο επικεντρώνεται στη συμμετοχή, την ενδυνάμωση και την προστασία των γυναικών.

- **Καμπάνια «Σπάσε τη Σιωπή»**, η οποία είναι μια πρωτοβουλία ευαισθητοποίησης που ενθαρρύνει την αναφορά της ενδοοικογενειακής βίας, με εκτεταμένη επικοινωνία μέσω των κοινωνικών μέσων, της τηλεόρασης και του ραδιοφώνου.

8.4.4 - Σύγκριση των Τάσεων Βίας

Μια ανάλυση της βίας κατά των γυναικών στην Κύπρο από το 2017 έως το 2023 αποκαλύπτει τόσο σημαντική πρόοδο όσο και επίμονες προκλήσεις σε διάφορες μορφές βίας με βάση το φύλο. Οι νομοθετικές μεταρρυθμίσεις, οι εκστρατείες ευαισθητοποίησης και εξωτερικοί παράγοντες όπως η πανδημία COVID-19 έχουν επηρεάσει αυτές τις τάσεις, αναδεικνύοντας περιοχές που απαιτούν συνεχιζόμενη εστίαση και βελτίωση.

- **Ενδοοικογενειακή κακοποίηση**

Η ενδοοικογενειακή κακοποίηση είναι μία από τις πιο διάχυτες μορφές βίας κατά των γυναικών στην Κύπρο. Μια έρευνα του 2014 από την Ευρωπαϊκή Υπηρεσία Θεμελιωδών Δικαιωμάτων ανέφερε ότι το 22% των Κυπρίων γυναικών είχαν βιώσει σωματική και/ή σεξουαλική βία από την ηλικία των 15 ετών. Από το 2017 έως το 2023, τα αναφερθέντα περιστατικά δείχνουν αυξητική τάση, ειδικά κατά τη διάρκεια της πανδημίας, όταν οι κλήσεις στις εθνικές γραμμές βοήθειας αυξήθηκαν κατά 30% κατά τη διάρκεια του εγκλεισμού το 2020. Κύριοι παράγοντες που συνέβαλαν σε αυτήν την τάση περιλαμβάνουν:

- ο Οι εκστρατείες ευαισθητοποίησης και η ενισχυμένη προστασία των θυμάτων έχουν οδηγήσει σε μεγαλύτερη προθυμία να αναφερθεί η

κακοποίηση. Τα μέτρα ταχείας διεκπεραίωσης που εισήχθησαν για τις υποθέσεις ενδοοικογενειακής κακοποίησης έχουν βελτιώσει επίσης τους χρόνους ανταπόκρισης της αστυνομίας.

- Η πανδημία COVID-19 επιδείνωσε την κατάσταση, καθώς η οικονομική πίεση, ο εγκλεισμός και η περιορισμένη πρόσβαση σε υπηρεσίες υποστήριξης αύξησαν τις εντάσεις στα νοικοκυριά, οδηγώντας σε αύξηση της βίας. Ενώ τα περιστατικά αυξήθηκαν μετά τον εγκλεισμό, οι ειδικοί πιστεύουν ότι η ενδοοικογενειακή κακοποίηση παραμένει σημαντικά αδιάγνωστη, ειδικά στις αγροτικές περιοχές, όπου οι πολιτιστικές προκαταλήψεις και η περιορισμένη πρόσβαση σε υπηρεσίες παραμένουν.

- Παρενόχληση/Καταδίωξη (Stalking)

Η παρακολούθηση (stalking) έχει παρουσιάσει σταθερή αύξηση στην ευαισθητοποίηση και στην αναφορά περιστατικών στην Κύπρο. Ο αριθμός των αναφερόμενων περιστατικών αυξήθηκε από περίπου 120 το 2019 σε περίπου 150 το 2020. Αυτή η αύξηση αντανακλά αρκετές εξελίξεις:

- Η τροποποίηση του 2020 ενίσχυσε τις νομικές διατάξεις κατά της παρακολούθησης, επιτρέποντας περισσότερες εντολές περιοριστικών μέτρων και αυξάνοντας τις ποινές. Αυτές οι αλλαγές, μαζί με τη μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση του κοινού, έχουν πιθανώς συμβάλει στην αύξηση των αναφορών.
- Δημόσιες πρωτοβουλίες που τονίζουν την παρακολούθηση ως σοβαρό αδίκημα έχουν ενθαρρύνει τα θύματα να προχωρήσουν σε

αναφορές, ειδικά σε αστικές περιοχές όπου οι πόροι υποστήριξης είναι πιο προσιτοί. Ωστόσο, η παρακολούθηση παραμένει δύσκολη να αναφερθεί με συνέπεια, καθώς πολλά περιστατικά μένουν αδιάγνωστα λόγω φόβου ή στίγματος.

Η μεγάλη πλειοψηφία των περιπτώσεων παρακολούθησης περιλαμβάνει δράστες γνωστούς στο θύμα, με πρώην συντρόφους να αποτελούν περίπου το 40% των αναφερόμενων περιστατικών.

- Σεξουαλική βία

Οι αναφορές για σεξουαλική βία, περιλαμβανομένων των βιασμών, έχουν αυξηθεί σημαντικά κατά την περίοδο αυτή, με τις περιπτώσεις σεξουαλικής επίθεσης να αυξάνονται από 120 το 2020 σε 145 το 2022. Αν και η ευαισθητοποίηση και οι νομοθετικές μεταρρυθμίσεις έχουν ενθαρρύνει περισσότερα θύματα να προχωρήσουν σε αναφορά, παραμένουν προκλήσεις:

- ο Οι νομοθετικές αλλαγές, που περιλαμβάνουν αυστηρότερες ποινές και σαφέστερους ορισμούς των σεξουαλικών εγκλημάτων, έχουν οδηγήσει σε υψηλότερο ποσοστό αναφορών. Η Κύπρος έχει επίσης ποινικοποιήσει αδικήματα όπως η σεξουαλική παρενόχληση και η μη συναινετική κοινοποίηση προσωπικών εικόνων, ενισχύοντας την ευαισθητοποίηση του κοινού και την εμπιστοσύνη στο σύστημα.
- ο Παρά τις νομικές βελτιώσεις, το στίγμα γύρω από την αναφορά της σεξουαλικής βίας παραμένει, ιδιαίτερα στις περιθωριοποιημένες κοινότητες. Πολλά θύματα διστάζουν να προχωρήσουν λόγω φόβου

κοινωνικής κρίσης, δυσπιστίας στο νομικό σύστημα ή πιθανών αντιποίνων.

Ενώ οι αναφορές έχουν αυξηθεί, το ποσοστό των διώξεων παραμένει γύρω από το 60%, με ποσοστό καταδίκης περίπου 30%, υποδεικνύοντας κενά στην νομική συνέχεια.

- Γυναικοκτονίες

Οι φονικές επιθέσεις κατά γυναικών στην Κύπρο, αν και παραμένουν σχετικά σταθερές, εξακολουθούν να αποτελούν ένα βαθύ ανησυχητικό πρόβλημα. Κατά μέσο όρο, αναφέρονται 5-6 φονικές επιθέσεις ετησίως, με τους οικείους συντρόφους να εμπλέκονται σε περίπου το 70% αυτών των περιπτώσεων. Κύριοι παράγοντες που συμβάλλουν στα ποσοστά των φονικών επιθέσεων περιλαμβάνουν:

- Οι περισσότερες φονικές επιθέσεις διαπράττονται από τρέχοντες ή πρώην συντρόφους, γεγονός που αντικατοπτρίζει προβλήματα ελέγχου, κτητικότητας και δυναμικής εξουσίας που συχνά κλιμακώνονται σε θανατηφόρες καταστάσεις.
- Η πατριαρχική κοινωνία της Κύπρου, ιδιαίτερα στις αγροτικές περιοχές, ενισχύει τους παραδοσιακούς ρόλους των φύλων και τις εξαρτήσεις, που καθιστούν δύσκολο για τα θύματα να εγκαταλείψουν κακοποιητικές σχέσεις.

Οι φονικές επιθέσεις κατά γυναικών εμφανίζονται τόσο στις αστικές όσο και στις αγροτικές περιοχές, με μεγάλες πόλεις όπως η Λευκωσία και η Λεμεσός να

καταγράφουν υψηλότερες συγκεντρώσεις περιπτώσεων. Το ηλικιακό εύρος των θυμάτων κυμαίνεται γενικά μεταξύ 25 και 45 ετών, με γυναίκες σε πιο ευάλωτες οικονομικές ή κοινωνικές καταστάσεις να πλήττονται δυσανάλογα.

- **Βία στον κυβερνοχώρο / Διαδικτυακή βία**

Η κυβερνοβία, ιδιαίτερα μεταξύ των νεότερων πληθυσμών, έχει γίνει ένα ταχέως αυξανόμενο πρόβλημα στην Κύπρο. Από το 2019 έως το 2023, οι καταγεγραμμένες περιπτώσεις κυβερνοβίας, συμπεριλαμβανομένων του κυβερνοεκφοβισμού, της διαδικτυακής παρενόχλησης και της μη συναινετικής κοινοποίησης προσωπικών εικόνων, αυξήθηκαν κατά 10-15% ετησίως. Οι κύριες τάσεις που οδηγούν σε αυτή την αύξηση περιλαμβάνουν:

- Η αυξημένη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ιδιαίτερα μεταξύ των νεότερων ατόμων, έχει επεκτείνει τις ευκαιρίες για παρενόχληση και εκμετάλλευση. Οι ψηφιακές πλατφόρμες έχουν καταστεί τα κύρια περιβάλλοντα για την κυβερνοβία, ιδιαίτερα καθώς οι απομακρυσμένες αλληλεπιδράσεις αυξήθηκαν κατά τη διάρκεια της πανδημίας.
- Νέα νομικά μέτρα κατά του κυβερνοεκφοβισμού και της παρενόχλησης έχουν ενθαρρύνει τις καταγγελίες, με τα θύματα να είναι πιο πιθανό να προβούν σε καταγγελία λόγω των ενισχυμένων προστασιών.

Τα θύματα της κυβερνοβίας είναι κυρίως γυναίκες ηλικίας 18-35 ετών, γεγονός που αντικατοπτρίζει την ευαλωτότητα των νεότερων πληθυσμών που είναι ενεργοί

στις ψηφιακές πλατφόρμες. Σε περίπου 60% των περιπτώσεων, οι δράστες είναι γνωστοί στα θύματα, επισημαίνοντας την ανάγκη για ψηφιακή παιδεία και προστατευτικά μέτρα.

8.4.5 - Συμπεράσματα

Η Κύπρος έχει σημειώσει σημαντική πρόοδο στην αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών μέσω νομοθετικών μεταρρυθμίσεων, εκστρατειών ευαισθητοποίησης και βελτιωμένων υπηρεσιών υποστήριξης των θυμάτων. Η επικύρωση της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης το 2017 ήταν ένα σημαντικό βήμα προς την ενίσχυση του νομικού πλαισίου, και οι επακόλουθοι νόμοι εισήγαγαν κρίσιμες προστασίες, όπως τα περιοριστικά μέτρα και ποινές για νέες μορφές βίας, όπως η διαδικτυακή παρενόχληση. Η πανδημία COVID-19, ωστόσο, ανέδειξε ευπάθειες στα υπάρχοντα συστήματα υποστήριξης, με τα lockdowns να οδηγούν σε αύξηση 30% στις κλήσεις των γραμμών βοήθειας και σε εντατικοποίηση των δυσκολιών για τα θύματα που ζητούσαν βοήθεια.

Παρά τις προόδους, παραμένουν προκλήσεις. Οι ασυνέπειες στην εφαρμογή του νόμου, ιδιαίτερα στις αγροτικές περιοχές, δημιουργούν εμπόδια στην πρόσβαση σε πόρους όπως καταφύγια, νομική βοήθεια και ψυχολογική υποστήριξη. Το κοινωνικό στίγμα και οι παραδοσιακοί φύλο-στρατηγικοί ρόλοι περιπλέκουν περαιτέρω την καταγγελία και την πρόσβαση σε υποστήριξη, ειδικά σε συντηρητικές κοινότητες. Επιπλέον, ενώ η αυξημένη ευαισθητοποίηση έχει οδηγήσει σε υψηλότερα ποσοστά αναφορών, η υποκαταγγελία παραμένει, ιδιαίτερα για περιπτώσεις που αφορούν βία από οικείους συντρόφους και κυβερνοβία.

Κοιτάζοντας μπροστά, η Κύπρος μπορεί να οικοδομήσει πάνω στην πρόοδό της μέσω:

- Επέκτασης των υπηρεσιών και δικτύων υποστήριξης στις αγροτικές περιοχές,
- Αυξημένης εκπαίδευσης των αρχών επιβολής του νόμου για την καλύτερη αναγνώριση και αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών,
- Ενίσχυσης των ψηφιακών προστασιών και των πόρων κατά της κυβερνοβίας, και
- Συνεχιζόμενης εκστρατείας δημόσιας ευαισθητοποίησης για την αλλαγή των κοινωνικών στάσεων και την ενθάρρυνση των καταγγελιών.

Διατηρώντας τη δυναμική σε αυτούς τους τομείς, η Κύπρος μπορεί να συνεχίσει να βελτιώνει την αντίδρασή της στη βία κατά των γυναικών, διασφαλίζοντας ότι όλες οι γυναίκες έχουν ισότιμη πρόσβαση στη δικαιοσύνη, την προστασία και την υποστήριξη.

9. Σύγκριση χωρών

Η Ιταλία, η Πολωνία, η Βουλγαρία και η Κύπρος μοιράζονται κοινές προκλήσεις που προέρχονται από τις παραδοσιακές έμφυλες ρόλους και τις συντηρητικές κοινωνικές δομές. Ωστόσο, το μοναδικό ιστορικό πλαίσιο κάθε χώρας έχει διαμορφώσει τις πολιτισμικές στάσεις απέναντι στη βία κατά των γυναικών με συγκεκριμένους τρόπους. Για παράδειγμα, η βαθιά ριζωμένη καθολική επιρροή στην Πολωνία ενισχύει τις πατριαρχικές αξίες που μπορούν να εμποδίσουν την πρόσβαση των γυναικών σε πόρους, ενώ το περίπλοκο κοινωνικοπολιτικό παρελθόν της Βουλγαρίας έχει οδηγήσει σε σημαντικό πολιτισμικό στίγμα γύρω

από την καταγγελία ενδοοικογενειακής βίας. Στην Κύπρο, το τραύμα από την διαίρεση του 1974 εξακολουθεί να αντηχεί, επηρεάζοντας την προσέγγιση της χώρας σε κοινωνικά ζητήματα, συμπεριλαμβανομένης της βίας κατά των γυναικών. Οι παραδοσιακά συντηρητικές κοινωνικές απόψεις στην Ιταλία επίσης παραμένουν, αν και η αυξημένη δημόσια ευαισθητοποίηση και οι προληπτικές ενέργειες τα τελευταία χρόνια δείχνουν μία πολιτισμική στροφή προς την αναγνώριση της σοβαρότητας αυτών των ζητημάτων.

Η Ιταλία και η Κύπρος έχουν επικυρώσει την Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης, ενσωματώνοντάς την στα νομοθετικά τους πλαίσια, ενώ η Πολωνία και η Βουλγαρία έχουν μια πιο σύνθετη σχέση με τη Σύμβαση. Ο "Κόκκινος Κώδικας" της Ιταλίας και οι πρόσφατες επικαιροποιήσεις, όπως ο Νόμος Καρτάμπια, δείχνουν τη δέσμευση της Ιταλίας να ενισχύσει τις νομικές προστασίες για τα θύματα, εισάγοντας αυστηρές ποινές για εγκλήματα όπως η παρενόχληση, το "revenge porn" και οι εξαναγκασμένοι γάμοι. Παρόμοια, ο Νόμος Προστασίας και Καταπολέμησης της Βίας κατά των Γυναικών και Ενδοοικογενειακής Βίας της Κύπρου του 2021 ευθυγραμμίζεται στενά με τη Σύμβαση, επεκτείνοντας τις προστασίες για τις γυναίκες.

Αντιθέτως, η Βουλγαρία έχει υιοθετήσει μερικώς τη Σύμβαση λόγω εσωτερικής αντίστασης και πολιτικής συζήτησης, κυρίως λόγω φόβων για την "ιδεολογία του φύλου". Η Πολωνία αντιμετωπίζει επίσης συνεχιζόμενες συζητήσεις για την απόσυρση από τη Σύμβαση, λόγω ανησυχιών ότι οι διατάξεις της συγκρούονται με τις παραδοσιακές αξίες της οικογένειας. Παρά αυτά, και οι δύο χώρες έχουν θεσπίσει νόμους για την ενδοοικογενειακή βία και μηχανισμούς όπως οι προστατευτικές εντολές, αν και η εφαρμογή τους παραμένει ασυνεπής.

9.1 - Υπηρεσίες υποστήριξης και δημόσια ευαισθητοποίηση

Η Ιταλία και η Κύπρος διαθέτουν εκτεταμένα δίκτυα υποστήριξης για τα θύματα, περιλαμβάνοντας γραμμές βοήθειας έκτακτης ανάγκης, καταφύγια και νομικές υπηρεσίες υποστήριξης. Η Εθνική Δικτύωση Αντι-Βίας της Ιταλίας (1522) και η Ένωση για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Βίας στην Οικογένεια της Κύπρου (SPAVO) αποτελούν παραδείγματα οργανωμένων συστημάτων που προσφέρουν προσβάσιμη υποστήριξη στα θύματα. Και οι δύο χώρες εμπλέκουν ενεργά ΜΚΟ στην υποστήριξη των θυμάτων, μία συνεργασία που ενισχύει τη διαθεσιμότητα των υπηρεσιών.

Η Πολωνία και η Βουλγαρία διαθέτουν περιορισμένα συστήματα υποστήριξης, ιδιαίτερα στις αγροτικές περιοχές όπου η έλλειψη πόρων και το κοινωνικό στίγμα δημιουργούν επιπλέον εμπόδια. Για παράδειγμα, η Βουλγαρία δεν διαθέτει κεντρική στατιστική για την ενδοοικογενειακή βία, με πολλά περιστατικά να μην αναφέρονται ή να μην καταγράφονται. Ωστόσο, η δημόσια ευαισθητοποίηση και στις τέσσερις χώρες αυξάνεται, ενισχυμένη από την κάλυψη των ΜΜΕ για τις γυναικοκτονίες, τις καμπάνιες υπεράσπισης και τα κινήματα της κοινωνίας των πολιτών, όπως οι «Μαύρες Διαδηλώσεις» στην Πολωνία. Οι καμπάνιες «Δεν Είσαι Μόνη» στη Βουλγαρία και «Σπάσε τη Σιωπή» στην Κύπρο είναι επιπλέον παραδείγματα προσπάθειών με σκοπό τη μείωση του στίγματος και την ενθάρρυνση των θυμάτων να αναφέρουν τη βία.

9.2 - Τύποι και τάσεις της έμφυλης βίας

Όλες οι τέσσερις χώρες καταγράφουν υψηλά επίπεδα ενδοοικογενειακής κακοποίησης, σεξουαλικής βίας, παρενόχλησης και γυναικοκτονιών, αν και ο

βαθμός και η ορατότητα κάθε τύπου βίας διαφέρουν. Η Ιταλία και η Κύπρος διαθέτουν ιδιαίτερα ισχυρούς μηχανισμούς συλλογής δεδομένων και σαφείς νομικές ορισμούς για αυτά τα εγκλήματα, οι οποίοι ενισχύουν την αναφορά και την αντίδραση. Η Ιταλία έχει δείξει αύξηση των περιστατικών παρενόχλησης και «revenge porn» λόγω των νομοθετικών μεταρρυθμίσεων και της αυξημένης ευαισθητοποίησης, ενώ η συμπερίληψη της κυβερνοβίας στο νομικό πλαίσιο της Κύπρου αντικατοπτρίζει την ανταπόκριση της χώρας σε νέες απειλές.

Η Πολωνία και η Βουλγαρία αντιμετωπίζουν σημαντικές προκλήσεις με την υποκαταγραφή, ιδιαίτερα όσον αφορά τη σεξουαλική βία και την παρενόχληση. Στην Πολωνία, οι γυναικοκτονίες είναι ιδιαίτερα υψηλές, ενώ στη Βουλγαρία, οι γυναικοκτονίες από τους συντρόφους αποκαλύπτουν την επείγουσα ανάγκη για ισχυρότερη πρόληψη και παρέμβαση. Και οι δύο χώρες έχουν καταγράψει αυξημένα περιστατικά κυβερνοβίας, ειδικά μεταξύ των νεότερων πληθυσμών, υπογραμμίζοντας την ανάγκη για ψηφιακή προστασία και εκπαιδευτικά προγράμματα για την καταπολέμηση της διαδικτυακής παρενόχλησης.

9.3 - Αντίκτυπος της πανδημίας COVID-19

Η πανδημία ενδυνάμωσε την ενδοοικογενειακή βία και στις τέσσερις χώρες, οδηγώντας σε αυξημένες κλήσεις στις γραμμές βοήθειας και αναφορές κακοποίησης. Η Ιταλία και η Κύπρος αντέδρασαν γρήγορα προσαρμόζοντας τα συστήματα υποστήριξής τους, επεκτείνοντας τους ψηφιακούς πόρους και ενισχύοντας τις υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης. Η γρήγορη προσαρμογή της Ιταλίας σε ψηφιακά συστήματα υποστήριξης διασφάλισε ότι τα θύματα θα μπορούσαν να έχουν πρόσβαση σε βοήθεια εξ αποστάσεως, ενώ στην Κύπρο καταγράφηκε

αύξηση 30% στις κλήσεις στις γραμμές βοήθειας κατά τη διάρκεια των lockdowns, προκαλώντας επιπλέον κρατική υποστήριξη για τα κέντρα κρίσης.

Στην Πολωνία και τη Βουλγαρία, η πανδημία ανέδειξε κρίσιμα κενά στην προσβασιμότητα και την προσαρμοστικότητα των υπηρεσιών υποστήριξης. Και οι δύο χώρες παρατήρησαν αρχική πτώση στις αναφορές λόγω της περιορισμένης κινητικότητας των θυμάτων με τους δράστες, ακολουθούμενη από αύξηση καθώς οι περιορισμοί χαλάρωσαν. Η πανδημία ανέδειξε την ανάγκη για ευέλικτα, κρίσης-ευαίσθητα συστήματα υποστήριξης που να μπορούν να αντέξουν μελλοντικές καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.

9.4 - Κοινωνικές και θεσμικές στάσεις

Κάθε χώρα δείχνει διαφορετικούς βαθμούς υποστήριξης από το κοινό και τα θεσμικά όργανα για την έμφυλη ισότητα και τις προστασίες κατά της βίας. Η Ιταλία και η Κύπρος επωφελούνται από ευρύτερη δημόσια υποστήριξη για τα θύματα, με αυξανόμενη ευαισθητοποίηση για τη βία κατά των γυναικών και τις συνέπειές της. Αντιθέτως, η Βουλγαρία και η Πολωνία αντιμετωπίζουν συντηρητικές στάσεις και δυσπιστία στα νομικά ιδρύματα. Στη Βουλγαρία, έρευνα του 2024 έδειξε ότι πάνω από το ήμισυ των ερωτηθέντων αμφιβάλλουν για την ικανότητα του συστήματος δικαιοσύνης να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά την ενδοοικογενειακή βία. Παρόμοιο σκεπτικισμό υπάρχει και στην Πολωνία, όπου οι κοινωνικές νόρμες συχνά ενθαρρύνουν την ιδιωτική επίλυση οικογενειακών ζητημάτων, εμποδίζοντας τις ανοιχτές συζητήσεις για τη βία.

9.5 - Τελική Συμπερασματική Σύγκριση

Η Ιταλία, η Πολωνία, η Βουλγαρία και η Κύπρος έχουν κάνει σημαντικά βήματα στην αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών, αν και κάθε χώρα αντιμετωπίζει μοναδικές προκλήσεις που σχετίζονται με πολιτισμικές αντιλήψεις, περιορισμούς πόρων και νομοθετικές δεσμεύσεις. Η Ιταλία και η Κύπρος δείχνουν ισχυρή προσήλωση στα ευρωπαϊκά πρότυπα, με πλήρη νομικά πλαίσια και προσβάσιμες υπηρεσίες υποστήριξης. Η Πολωνία και η Βουλγαρία, ενώ έχουν σημειώσει πρόοδο, δείχνουν επιφυλακτικότητα προς τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης και αντιμετωπίζουν δομικά εμπόδια που περιορίζουν τη συνολική υποστήριξη προς τα θύματα.

Για να ενισχυθεί η αποτελεσματικότερη και ενιαία αντίδραση κατά της έμφυλης βίας σε αυτές τις χώρες, είναι απαραίτητες ορισμένες συστάσεις:

- Η Βουλγαρία και η Πολωνία, ιδιαίτερα, πρέπει να δώσουν προτεραιότητα στην κατανομή πόρων στις αγροτικές περιοχές, διασφαλίζοντας ότι καταφύγια, συμβουλευτική και νομική βοήθεια είναι προσβάσιμα σε όλα τα θύματα, ανεξαρτήτως τοποθεσίας.
- Συνεχιζόμενες δημόσιες εκστρατείες και προγράμματα στα σχολεία είναι απαραίτητα για να αμφισβητήσουν τα επιβλαβή στερεότυπα και τις κοινωνικές νόρμες, ιδιαίτερα στην Πολωνία και τη Βουλγαρία, όπου οι συντηρητικές αξίες συχνά εμποδίζουν τα θύματα να ζητήσουν βοήθεια.
- Δεδομένης της αύξησης της κυβερνοβίας, ιδιαίτερα στην Ιταλία και την Κύπρο, όλες οι χώρες πρέπει να επενδύσουν σε προγράμματα ψηφιακής εκπαίδευσης και να ενισχύσουν τους νόμους κατά της κυβερνοβίας για να προστατεύσουν τα θύματα.

- Η πανδημία ανέδειξε την ανάγκη για ευέλικτα συστήματα υποστήριξης. Η διασφάλιση της ψηφιακής πρόσβασης στις υπηρεσίες και η απομακρυσμένη νομική υποστήριξη θα βοηθήσουν κάθε χώρα να προετοιμαστεί για μελλοντικές κρίσεις, ελαχιστοποιώντας τις διακοπές στην υποστήριξη των θυμάτων.
- Και οι τέσσερις χώρες θα μπορούσαν να επωφεληθούν από την ενισχυμένη εκπαίδευση της αστυνομίας, προκειμένου να βελτιώσουν την κατανόησή τους για τη βία κατά των γυναικών, να προάγουν την ενσυναίσθηση προς τα θύματα και να διασφαλίσουν τη συνεπή εφαρμογή των νομικών προστασιών.

10. Τελικές σκέψεις και συμπεράσματα

Ο παρών οδηγός ανέλυσε τον εκτενή αντίκτυπο της βίας κατά των γυναικών – από τη συναισθηματική και ψυχολογική επιβάρυνση έως τις σωματικές και κοινωνικές συνέπειες. Τονίσαμε τη σημασία της έγκαιρης αναγνώρισης των σημάτων κακοποίησης, της κατανόησης της δυναμικής των τοξικών σχέσεων και τον καθοριστικό ρόλο της εκπαίδευσης στην πρόληψη.

Εξετάσαμε επίσης πώς οι πολιτισμικές και εθνικές συνθήκες επηρεάζουν την έκταση και την αντιμετώπιση της έμφυλης βίας, αναδεικνύοντας τη σημασία ισχυρής νομικής προστασίας, προσβάσιμων υπηρεσιών υποστήριξης και αποτελεσματικής εφαρμογής των νόμων. Σε όλο τον οδηγό, αναδείχθηκε η ανάγκη για ευαισθητοποίηση και συνεργασία μεταξύ ατόμων, κοινοτήτων και κυβερνήσεων ως βασική προϋπόθεση για ουσιαστική αλλαγή.

Τελικά, ο οδηγός υπογραμμίζει ότι η αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών απαιτεί τόσο συστημικές μεταρρυθμίσεις όσο και προσωπική ευθύνη. Μέσα από την ενσυναίσθηση, την αποδόμηση επιβλαβών στερεοτύπων και τη στήριξη των θυμάτων, μπορούμε να προχωρήσουμε προς μια κοινωνία όπου η βία δεν έχει θέση και κάθε άνθρωπος έχει το δικαίωμα να ζει χωρίς φόβο.

Βασικά Συμπεράσματα

1. Η ευαισθητοποίηση είναι το πρώτο βήμα

Η αναγνώριση των ενδείξεων τοξικών σχέσεων και έμφυλης βίας είναι ζωτικής σημασίας. Η εκπαίδευση και η ενημέρωση ενδυναμώνουν τα άτομα να εντοπίζουν τα πρώιμα προειδοποιητικά σημάδια και να αναλαμβάνουν δράση πριν η κακοποίηση κλιμακωθεί. Οι κοινότητες και οι

θεσμοί οφείλουν να συνεχίσουν να προωθούν την ευαισθητοποίηση, ώστε όλο και περισσότεροι άνθρωποι να κατανοούν τις πολυπλοκότητες αυτών των φαινομένων.

2. Τα συστήματα υποστήριξης είναι γραμμές ζωής

Ένα ισχυρό δίκτυο υποστήριξης —είτε πρόκειται για φίλους, οικογένεια, είτε για επαγγελματικές υπηρεσίες— μπορεί να αποδειχθεί σωτήριο για τα άτομα που βιώνουν βία. Οι επίσημες υπηρεσίες, όπως τηλεφωνικές γραμμές βοήθειας, ξενώνες και συμβουλευτική, πρέπει να είναι προσβάσιμες και διαθέσιμες σε ευρεία κλίμακα, ιδιαίτερα σε αγροτικές και υποεξυπηρετούμενες περιοχές. Τα ανεπίσημα δίκτυα υποστήριξης, όπως έμπιστοι φίλοι ή συνάδελφοι, διαδραματίζουν επίσης κρίσιμο ρόλο προσφέροντας στα θύματα έναν ασφαλή χώρο για να μιλήσουν και να ζητήσουν βοήθεια.

3. Η νομική προστασία πρέπει να ενισχυθεί και να εφαρμόζεται αποτελεσματικά

Παρόλο που οι νομικές μεταρρυθμίσεις έχουν σημειώσει πρόοδο στην προστασία των θυμάτων, εξακολουθούν να υπάρχουν κενά στην εφαρμογή των νόμων και στην κατανομή των πόρων. Οι αυστηρότεροι νόμοι από μόνοι τους δεν αρκούν· απαιτείται συνεχής εκπαίδευση των αστυνομικών, των επαγγελματιών υγείας και των νομικών λειτουργών ώστε να κατανοούν τη δυναμική της έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας και να ανταποκρίνονται με κατάλληλο τρόπο. Η συνέχιση των νομικών μεταρρυθμίσεων, όπως η αναγνώριση του «stalking» και της παρενόχλησης

ως μορφές κακοποίησης, είναι κρίσιμη, αλλά πρέπει να συνοδεύεται από συνεπή και αποφασιστική εφαρμογή.

4. Καταρρίπτοντας πολιτισμικά εμπόδια

Τα έμφυλα στερεότυπα και οι πολιτισμικές νόρμες συχνά συντηρούν τη βία και τη σιωπή των θυμάτων. Για να αντιμετωπίσουμε ουσιαστικά τη βία κατά των γυναικών, πρέπει να αμφισβητήσουμε αυτές τις επιβλαβείς κοινωνικές αντιλήψεις. Εκπαιδευτικά προγράμματα που προάγουν την ισότητα των φύλων από νεαρή ηλικία, καθώς και εκστρατείες ενημέρωσης που αποδομούν τα στερεότυπα, αποτελούν βασικά εργαλεία για την αλλαγή της κοινωνικής στάσης.

5. Η ίαση και η ανάρρωση χρειάζονται χρόνο και στήριξη

Η αποχώρηση από μια τοξική ή βίαιη σχέση είναι συχνά μόνο η αρχή. Οι συναισθηματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις της κακοποίησης απαιτούν χρόνο για να επουλωθούν. Η συμβουλευτική και η ψυχική υποστήριξη είναι καθοριστικές για να βοηθήσουν τους/τις επιζώντες/επιζώσες να ξαναχτίσουν τη ζωή τους, να ανακτήσουν την αυτοπεποίθησή τους και να πορευτούν προς πιο υγιείς και ολοκληρωμένες σχέσεις.

6. Ο ρόλος των κοινοτήτων και των κυβερνήσεων

Οι κυβερνήσεις, η κοινωνία των πολιτών και οι κοινότητες πρέπει να συνεργαστούν για να δημιουργήσουν περιβάλλοντα όπου η βία δεν είναι αποδεκτή. Οι δημόσιες πολιτικές, τα κοινοτικά προγράμματα και οι πρωτοβουλίες βάσης διαδραματίζουν ρόλο στην αντιμετώπιση των αιτίων

της βίας και στη στήριξη των θυμάτων. Οι κυβερνήσεις πρέπει να δώσουν προτεραιότητα στη χρηματοδότηση ξενώνων, νομικής βοήθειας και εκπαιδευτικών εκστρατειών, ενώ οι κοινότητες μπορούν να ενισχύσουν μια κουλτούρα ασφάλειας και λογοδοσίας.

7. Η εκπαίδευση είναι το θεμέλιο για μακροπρόθεσμη αλλαγή

Η πρόληψη της βίας ξεκινά με την εκπαίδευση. Τα σχολεία, οι χώροι εργασίας και οι κοινωνικές ομάδες πρέπει να επικεντρωθούν στη διδασκαλία υγιών σχέσεων, αμοιβαίου σεβασμού και στις επιπτώσεις της έμφυλης βίας. Μέσω της εκπαίδευσης της νέας γενιάς, μπορούμε να θέσουμε τα θεμέλια για διαρκή κοινωνική αλλαγή και να σπάσουμε τον κύκλο της βίας.

8. Όλοι έχουμε ρόλο να παίξουμε

Η αντιμετώπιση της βίας κατά των γυναικών δεν είναι αποκλειστικά ευθύνη των κυβερνήσεων ή των οργανισμών. Κάθε άτομο μπορεί να κάνει τη διαφορά, είτε ευαισθητοποιώντας το περιβάλλον του, στηρίζοντας κάποιον/κάποια που έχει ανάγκη ή παρεμβαίνοντας όταν γίνεται μάρτυρας κακοποιητικής συμπεριφοράς. Η συλλογική δράση μπορεί να φέρει ουσιαστική αλλαγή και να οικοδομήσει μια κοινωνία στην οποία η βία δεν είναι αποδεκτή.

9. Η διαφυγή από τη βία είναι εφικτή

Όσο παγιδευμένο κι αν νιώθει ένα άτομο, υπάρχει πάντα ελπίδα. Με τους κατάλληλους πόρους και τα δίκτυα υποστήριξης, η έξοδος από μια τοξική ή

βίαιη σχέση είναι δυνατή. Τα θύματα πρέπει να γνωρίζουν πως δεν είναι μόνα και ότι βοήθεια υπάρχει. Είτε μέσω επίσημων δομών είτε μέσω προσωπικών σχέσεων, η στήριξη είναι το κλειδί για να ξεφύγει κανείς και να ξεκινήσει τη διαδρομή προς την ίαση και την ενδυνάμωση.

10. Ο δρόμος προς την ισότητα και την ασφάλεια είναι συνεχής

Η εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών είναι μια διαδικασία που απαιτεί συνεχή δέσμευση και δράση από όλα τα επίπεδα της κοινωνίας. Παρότι έχει σημειωθεί πρόοδος, απομένει ακόμη πολλή δουλειά. Διατηρώντας την ισότητα των φύλων και τη μη βία στο επίκεντρο των συλλογικών μας προσπαθειών, μπορούμε να χτίσουμε ένα μέλλον όπου κάθε άνθρωπος έχει το δικαίωμα να ζει χωρίς φόβο και κακοποίηση.