

Kaligtasan at Kabutihan sa mga Relasyon na may Alitan Paano Panatiliing Ligtas ang mga Bata

Ang mga bata at kabataan ay nakaka-witness ng karahasan sa kanilang tahanan sa iba't-ibang mga paraan:

Nakikita nila

- Nakikita nilang nangyayari ang pananakit
- Nakikita nila ang epekto nito sa katawan – mga pasa, nabaleng buto, pagpunta sa ospital
- Nakikita nila ang pisikal na epekto sa tahanan – may mga butas sa dingding, may mga basag na kagamitan
- Nakikita nilang humihyaw at/o trinatrato nang masamá ang kabilang magulang
- Nakikita nilang umiiyak lagi ang isang magulang
- Nakikita nilang naaasiwa o lumalayo ang isang magulang sa kabilang magulang
- Nakikita nilang nagtatago ang isang magulang ng mga bagay mula sa kabilang magulang

Naririnig nila

- Naririnig nila ang paghampas, pagsampal, pagsuntok, o paghulog ng isang tao sa sahig
- Naririnig nila ang paghiyaw, pagmura, pagbanta, pagpintas, malulupit na salita, pagmamaliit
- Pag-iyak
- Ang isang magulang ay nagsisinungaling sa kabilang magulang dahil inaalala niya ang kanyang kaligtasan
- Ang takot sa boses ng kanilang magulang
- Ang galit sa boses ng kanilang magulang
- Laging nagso-sorry ang isang magulang

Nararamdaman nila

- Nararamdaman nila ang anxiety (pagkabalisa) at stress sa tahanan
- Kinatatakutan nila ang isa sa mga magulang (o ibang tao sa tahanan)
- Natatakot sila para sa isang magulang o ibang tao sa tahanan
- Kinatatakutan nila ang kanilang sariling kaligtasan
- Nag-aalala sila na maaaring may gawin sila na maaaring magdulot ng masamáng pagtugon
- Nag-aalala sila habang pinagtataguan nila ang isang agresibong magulang

Sila'y naapektohan nito

- Napapansin nila na ang isang magulang ay laging natatakot at pinagsisikapan nilang hindi pagalitin ang kabilang magulang
- Ang kanilang mga pangangailangan ay maaaring maging hindi kasing halaga ng pagpapanatili ng kapayapaan sa tahanan.

Epekto sa mga bata at mga kabataan dahil sila'y naka-witness ng karahasan sa kanilang tahanan:

Epekto sa loob ng maikling panahon

Mga sanggol

- Sa edad na ito, ang mga sanggol ay maaaring:
 - Magdibelop ng problema sa pagtulog
 - Mahirapang maging malapít sa mga tao
 - Magkaroon ng problema sa feeding at pagkain
 - Hindi umunlad / magbawas ng timbang o hindi makaabot sa milestones
 - Mas madalas umiyak
 - Mas mataas ang panganib na masaktan

Ang mga bata sa preschool

- Ay maaaring magsimulang gumawa ng mga bagay na dati nilang ginagawa nang sila'y bata pa:
 - Umihi sa kama
 - Mag-thumbsucking
 - Mas madalas umiyak at umungol
 - Mahirapang matulog o manatiling tulog
 - Magpakita ng mga palatandaan ng takot, tulad ng stuttering o nagtatago
 - Magpakita ng mga palatandaan ng grabeng separation anxiety

Mga batang nasa edad ng pagpasok sa eskwelahan.

- Sa edad na ito, ang mga bata ay maaaring:
 - Makonsiyensiya sa kanilang pakiramdam tungkol sa abuso at magsisi sa kanilang sarili
 - Magkaroon ng mababang pagtingin sa sarili
 - Hindi lumahok sa mga aktibidad sa eskwelahan at hindi makakuha ng mahuhusay na marka sa eskwelahan
 - Magkaroon ng mas kaunting kaibigan kaysa sa iba at maaaring mas madalas silang mapahamak
 - Madalas na magkaroon ng pananakit sa ulo at tiyan
 - Magkaroon ng mga problema sa pangkaisipang kalusugan tulad ng anxiety, depression, obsessive compulsive disorder (OCD), eating disorders, at post-traumatic stress disorder (PTSD)

Mga Teenager

- Maaari silang magwala, halimbawa:
 - Makipag-away sa mga kapamilya o hindi pumasok sa eskwelahan
 - Maging barumbado sa kanilang mga ginagawa, tulad ng 'di-protektadong sex at paggamit ng alak o droga
 - Magkaroon ng mababang pagtingin sa kanilang sarili at mahirapang makipagkaibigan
 - Magsimulang makipag-away o mag-bully sa iba, at mas malamang silang mapapahamak sa batas
 - Makaranas ng anxiety, social withdrawal, at depression
 - Magkaroon ng mga problema sa pangkaisipang kalusugan tulad ng anxiety, depression, obsessive compulsive disorder (OCD), eating disorders, at post-traumatic stress disorder (PTSD).

Mga pangmatagalang epekto

- Nakakaranas ng mga problema sa pangkaisipang kalusugan tulad ng depression, anxiety, obsessive compulsive disorder (OCD), eating disorders, at mababang pagtingin sa sarili
- Nakakaranas ng mga problema sa kalusugan ng katawan, tulad ng diyabetis, pagiging mataba, at sakit sa puso
- Nang-aabuso ng alak o droga, at nagkakaproblema sa addiction
- Nagiging violent o nagiging biktima ng karahasan sa kanilang mga relasyon sa darating na panahon