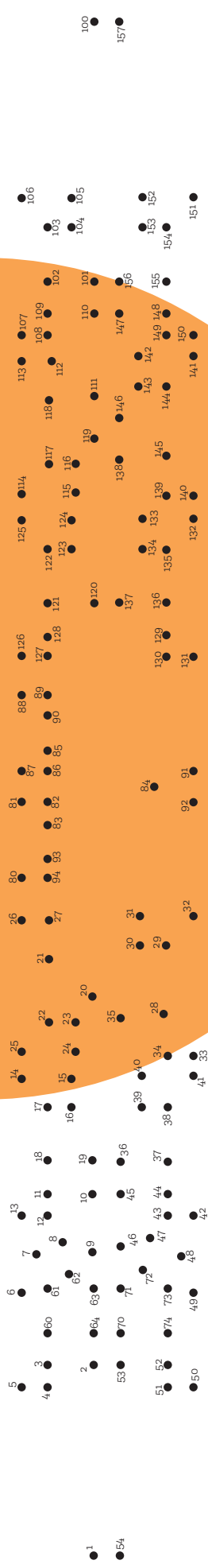


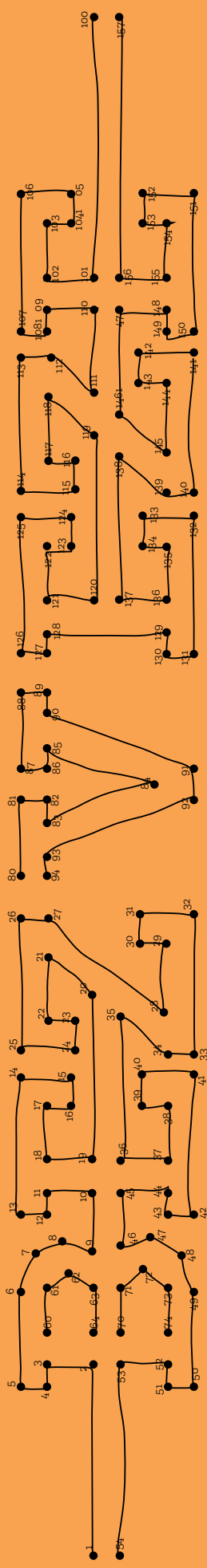
nasilne veze

SU



Priručnik
za vršnjačke
edukatore i
edukatorice

nasilne veze su



IMPRESSUM

Urednice i autorice: Nataša Bijelić, Sanja Cesar

Izdavačice: CESI

Dizajn i tisak: ACT Printlab

Godina izdanja: 2014.

Kontakt-adresa:

CESI – Centar za edukaciju, savjetovanje i istraživanje

Nova cesta 4, 10 000 Zagreb

Tel. +385 1 2422 800

Fax: +385 1 2422 801

E-mail: cesi@cesi.hr

www.cesi.hr

Ova publikacija izrađena je uz pomoć Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta. Sadržaj ove publikacije isključiva je odgovornost autorica i ni na koji se način ne može smatrati da odražava gledišta Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Zahvaljujmo na suradnji školama, ravnateljima/cama, profesorima/cama i učenicima/ama.

ISBN 978-953-7203-22-1

CIP zapis dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 883526.



Ministarstvo znanosti
obrazovanja i sporta



cesi

MREŽA
UDRUGA
ZAGOR



UDRUGA ŽENA
HERA

SADRŽAJ

1	Projekt prevencije nasilja u vezama mladih	6
2	Radionica „Nasilne veze su bez/veze“	10
3	Kako pomoći prijatelju/prijateljici?	36
4	Kako napraviti prezentaciju	42
5	Iskustvo nasilja u vezama	48
6	Što mladi mogu učiniti?	52



PROJEKT PREVENCIJE NASILJA U VEZAMA MLADIH

Cilj projekta je prevencija nasilja u partnerskim vezama mladih te razvijanje svijesti o potrebi uklanjanja rodni stereotipa i ostalih uzroka rodno uvjetovanog nasilja i poticanje provođenja učinkovitih programa koji se bave sprječavanjem nasilja u vezama mladih. Projekt provodi CESI u partnerstvu s udrugom žena Hera Križevci i Mrežom udruga Zagor u Zagrebačkoj, Krapinsko - zagorskoj, Karlovačkoj, Koprivničko - križevačkoj, Sisačko - moslavačkoj županiji i Gradu Zagrebu.

CESI su u školama i knjižnicama provodile edukacijske aktivnosti i na taj smo način utjecali na prepoznavanje nasilnih obrazaca ponašanja u vezama i unaprjeđenije vještina potrebnih za uspostavljanje kvalitetnih veza.

Djeca i mladi su dobili/e informacije preko web-stranice SEZAM, a putem medija je i šira javnost upoznata s potrebama i problemima mladih.

Na treningu vršnjačke edukacije "Isključi nasilje!" za učenike i učenice srednjih škola na kojem je sudjelovalo 53 srednjoškolki i srednjoškolaca iz 18 škola voditeljice/i su upoznale mlade s problemom nasilja u vezama, govorile/i o kvalitetnim i štetnim vezama, kako pomoći prijateljicama i prijateljima koji su u nasilnoj vezi. Učenici i učenice su na seminaru osposobljeni/e za djelovanje na prevenciji nasilja te su dobili/e zadatak da nakon treninga provedu akcije osvještavanja i informiranja u svojim školama i lokalnim zajednicama. Akcije su planirane na samom seminaru, a mladi su bili podijeljeni u grupe prema gradovima iz kojih dolaze te je svaka grupa dobila mentoricu. Mentorice su bile predstavnice druga uključenih u projekt: Ivana Radanović, Marina Švagelj Jažić, Kristina Trbuha, Martina Keča, Nataša Bijelić i Sanja Cesar. Mladi su u školama provodili/e istraživanja, održali/e prezentacije i radionice, prikazivali/e filmove, pripremali/e plakate, provodili/e kampanju na društvenim mrežama te akcije na gradskim trgovima. Edukativnim aktivnostima je obuhvaćeno oko 1300 učenika i učenica. Ankete su provedene u školama u Zaboku i Križevcima i u ispitivanju je sudjelovalo 316 učenika i učenica. U akcijama je podijeljeno 600 vezica, 600 bedževa, 2000 blokića i više od 3000 letaka.

U projektu su sudelovale sljedeće škole:

Ekonomska škola Sisak
Gimnazija AGM Zabok
Gimnazija Ivana Zakmardija Dijankovečkoga Križevci
Gimnazija Lucijana Vranjanina Zagreb
Gimnazija Sisak
Gimnazija Velika Gorica
Srednja škola Bedekovčina
Srednja škola „Ivan Seljanec“ Križevci
Srednja škola Oroslavje
Srednja strukovna škola Velika Gorica
Srednja škola Vrbovec
Srednja škola Zabok
Srednja škola Zlatar
Škola za dizajn, grafiku i odjeću (ŠUDIGO) Zabok
Škola za medicinske sestre Vrapče
Škola suvremenog plesa Ane Maletić Zagreb
Tehnička škola Sisak
Zrakoplovna tehnička škola Rudolfa Perešina Velika Gorica

Stručnjaci/kinje i donositelji/ce odluka su uključeni/e u raspravu o potrebi za sustavnim radom na prevenciji nasilja u okviru tribine i okruglog stola koji su održani u Križevcima i Zlataru što je omogućilo razmjenu informacija te unaprijedilo suradnja udruga, institucija i lokalnih vlasti. Ovisno o potrebama, institucijama pružamo podršku i pomoć u razvoju i provođenju preventivnih programa te su distribuirani edukativni materijali o prevenciji nasilja u partnerskim vezama mladih.

U okviru projekta snimljen je i radio jingle koji se nalazi na linku <https://soundcloud.com/centarcesi/ljubav-bez-nasilja>, a tiskani su različiti promotivni materijali te priručnik za vršnjačke edukatore/ice.

Priručnik „Nasilne veze su bez/veze“ namijenjen je vršnjačkim edukatorima/cama koji namjeravaju raditi na prevenciji nasilja u vezama mladih, provoditi radionice i informirati mlade o kvalitetnim vezama. Ponuđene aktivnosti za radionice su već objavljene u drugim CESI publikacijama, a mladi su ih izabrali jer su im bile izuzetno korisne i zanimljive. Nastojale smo uključiti i druge korisne informacije vezane uz izradu prezentacija, edukacijskih materijala te podijeliti ideje i iskustva sudionika i sudionica projekta.



nasilne veze su BEZVEZE

Nasilje u partnerskim vezama mladih

U zadnjih nekoliko desetljeća, sve je više istraživanja o nasilju u vezama, koja su pokazala da postoji opravdan razlog za brigu, zbog količine nasilja kojoj su mlade osobe izložene za vrijeme adolescencije i rane odrasle dobi.

Pojam rodno uvjetovano nasilje može se koristiti da bi se opisao bilo koji oblik nasilja – fizičkog, seksualnog, psihološkog, ekonomskog ili sociokulturalnog – koje ima negativan učinak na fizičko ili mentalno zdravlje, razvoj i identitet osobe, i koje je posljedica rodno uzrokovane nejednakosti, koje iskorištavaju razlike između muškaraca i žena, među muškarcima i među ženama. Rodno uvjetovano nasilje može pogađati i muškarce i žene, no puno češće su žrtve djevojke i žene, pa se stoga pojam rodno uvjetovanog nasilja često pojednostavljuje na „nasilje protiv žena“ (Vijeće Europe, 2009). U svakom slučaju, rodno uvjetovano nasilje predstavlja ozbiljnu prepreku postizanju jednakosti žena i muškaraca i predstavlja kršenje ljudskih prava.

Nasilje u intimnim partnerskim vezama – koje se često naziva i obiteljsko nasilje – može se definirati kao obrazac zlostavljачkih ponašanja, kao što su tjelesno ili seksualno zlostavljanje, ili oboje, ili verbalno/psihološko nasilje, gdje je počinitelj/ica nasilja partner/ica u intimnoj vezi (obitelj, brak, izlasci). Muško nasilje protiv žena i djece je najčešći oblik obiteljskog nasilja. Predstavlja ogroman društveni problem i pitanje javnog zdravlja.

Patrijarhalna društva i rodni stereotipi su u korijenu nastanka nasilja u intimnim partnerskim vezama. Već od rođenja, svaka osoba neprestano prima mnoštvo poruka, od obitelji, škole i zajednice, o tome što je “prikladno” za žene i muškarce, djevojčice i dječake. Ovim se porukama vrši pritisak na osobu da se povinuje nizu uloga i očekivanja koji nastaju iz njihova socijalno konstruiranog roda. Što je društvo patrijarhalnije, to su naglašenije različite vrijednosti koje bi trebale usvojiti osobe različita spola. U takvim se uvjetima od njih se očekuje da ispune svoje suprotne uloge: dječak / muškarac uvijek mora biti pobjednik, imati kontrolu i biti jak, agresivan i natjecati se, dok djevojčica / žena mora biti osjetljiva i osjećajna, tolerantna, pasivna i požrtvovna. Uz ovako jasno definirane načine gledanja, gdje je jedan spol jasno nadređen drugom, nije čudo da može doći do pojave nasilja u intimnim partnerskim vezama. Paradoks je očit: svi mi, više ili manje svjesno, jačamo društvene stereotipe, koji vode do nasilja, a istovremeno se “borimo” da nasilje izbrišemo iz svojih zajednica, pri čemu ne uviđamo vezu između rodni stereotipa i nasilja protiv žena i djevojaka.

Pravo na život bez nasilja je jedno od osnovnih ljudskih prava, a nasilje u adolescentskim vezama je vrlo rašireno kršenje prava koje utječe ne samo na zadovoljstvom vezom, nego i mentalno i fizičko zdravlje mladića i djevojaka.

Izuzetno je važan rad na prevenciji nasilja budući da je to razdoblje u kojem se stupa u prve emocionalne i seksualne veze ali također doba adolescencije je i period u kojem se usvaja obrazac počinitelj nasilja/žrtva što pokazuju brojna istraživanja ali i iskustva stručnjaka/inja koji rade s nasilnicima.

Modul 1: Rodni stereotipi i rodna jednakost

Što je rod?

Spol i rod nisu istoznačni pojmovi: spol je biološka činjenica (sva se ljudska bića rađaju kao jedno od dva biološki različita tipa: djevojčica ili dječak – Vijeće Europe, 2009). Rod je, s druge strane, društveni konstrukt; odnosi se na one karakteristike muškaraca i žena koje su društveno određene, za razliku od onih koje su biološki određene. Drugim riječima:

Spol se odnosi na biološke karakteristike koje definiraju muškarce i žene

Rod se odnosi na društveno konstruirane uloge, ponašanja, aktivnosti i atribute koje određeno društvo smatra prikladnima za muškarce i žene.

Neki primjeri spolnih obilježja su:

- Djevojke dobivaju menstruaciju, a mladići ne
- Mladići imaju testise, a djevojke ne
- Žene imaju grudi kojima mogu doći, a muškarci ne (Svjetska zdravstvena organizacija).

Neki primjeri rodni obilježja su:

- U Sjedinjenim Američkim Državama (i većini drugih zemalja), žene zarađuju značajno manje od muškaraca za isti posao
- U većem dijelu svijeta, žene obavljaju više kućanskih poslova nego muškarci
- U Saudijskoj Arabiji, muškarcima je dozvoljeno voziti automobile, a ženama ne (Svjetska zdravstvena organizacija)

Rodne se uloge oblikuju kroz socijalizaciju. Danas, „na socijalizaciju ne djeluju samo obitelj, škola i radna okolina, već i mediji, uključujući nove informacijske tehnologije, glazba i filmovi. I tradicionalni, i novi socijalizacijski agensi, služe održavanju i prenošenju rodni stereotipa“ (Vijeće Europe, 2009)

Rodni stereotipi

Od samog rođenja, svaka osoba neprestano prima, od obitelji, škole i zajednice, niz poruka, koje upućuju na to što je „prikladno“ za osobe muškog i ženskog spola. Pomoću ovih poruka stvara se pritisak na osobu da prihvate niz uloga i očekivanja koja proizlaze iz njenog društveno konstruiranog roda. Osim toga, u patrijarhalnim društvima, očekuje se da osoba usvoji vrijednosti koje naglašavaju razlike između muškaraca i žena.

U ovakvim uvjetima, muškarci i žene „zarobljeni“ u svojim rodni stereotipima prihvaćaju i ispunjavaju nametnute im uloge (primjerice, muškarac mora uvijek biti „pobjednik“, „imati sve pod kontrolom“, biti „agresivan“, nikad ne prihvaćati „Ne“ kao odgovor; dok žena mora biti „osjetljiva“, „pasivna“, „požrtvovna“). Djevojčice i dječaci koji se društveno ne pokoravaju društveno konstruiranim stereotipnim rodni očekivanjima obično doživljavaju negativne kritike, zlostavljanje od strane vršnjaka i vršnjakinja, isključivanje i diskriminaciju. Time ih se obeshrabruje od ponašanja na način koji se ne smatra tipičnim za spol osobe, ili uključivanja u takve aktivnosti.

Aktivnost 1.1 . Rodne kutije

Kratki uvod

Kroz ovu ćemo aktivnost odrediti koje su to uloge i ponašanja koja se očekuju od „tipične“ djevojčice / žene, te muškarca / dječaka. Isto tako, propitat ćemo što se događa kad osoba izađe iz svoje „rodne kutije“ i ne čini ono što se od nje očekuje. Odakle dolaze ova očekivanja? Što se događa kad ih ljudi ne ispunjavaju?

Ciljevi učenja

Na kraju ove aktivnosti, sudionici i sudionice će:

- shvatiti koncept rodnih stereotipa
- uvidjeti da rodne uloge nisu trajna stvarnost, već da su društveno konstruirane
- pokrenuti raspravu o rodnim ulogama: kako se uče, kako se učvršćuju, kakva je cijena koju plaćaju mladići i djevojke kad se pokušavaju ponašati u skladu sa svojom društveno konstruiranom rodnom ulogom
- razumjeti kako su načini učenja rodnih uloga često povezani s nasiljem i strahom od nasilja

Trajanje 30 minuta

Materijal i priprema

2 Flipchart papira
Samoljepljiva traka
Flomasteri različitih boja

Aktivnost po koracima

1. Objasnite ukratko grupi pojmove 'spol' i 'rod'. Također, prema potrebi, možete grupi predstaviti (napisati na posebne papire, istaknuti i prodiskutirati) i definicije za pojmove 'rodni identitet' i 'rodne uloge'.
RODNI IDENTITET: individualni osjećaj rodne osobnosti i pripadnosti, tj. tko je i kako se osoba identificira: kao žena, ili kao muškarac, ili izvan ovih kategorija.
RODNE ULOGE: različite ideje, očekivanja i norme vezane uz stavove, izgled i ponašanje koje pojedino društvo ili kultura pripisuje osobama muškog i ženskog spola.
2. Postavite dva velika papira jedan pored drugoga na vidno mjesto.
3. Zapitajte grupu što znači 'biti 'žensko' u našem društvu. Koje poruke djevojke primaju (od roditelja, vršnjaka, medija ...) o tome kakve moraju biti, kako se moraju ponašati i izgledati, i što moraju raditi da bi se uklopile u društvenu definiciju 'ženskosti'. Odgovore zapisujte flomasterom jedne boje (npr. plava) na sredinu jednog velikog papira.
4. Zapitajte grupu što znači 'biti 'muško' u našem društvu. Koje poruke mladići primaju (od roditelja, vršnjaka, medija ...) o tome kakvi moraju biti, kako se moraju ponašati i izgledati, i što moraju raditi da bi se uklopili u društvenu definiciju 'muškosti'. Odgovore zapisujte flomasterom druge boje (npr. crvena) na sredinu drugog velikog papira.
5. Oko svake liste nacrtajte kutiju (okvir), te ih odgovarajuće naslovite: 'Ponašaj se kao dama!' i „Ponašaj se kao pravi muškarac!“
6. Pitanje: Što je sve ovo što ste nabrojali?
Odgovor: različite rodne uloge mladića i djevojaka.
7. Gdje učimo ove rodne uloge? Kad ih počinjemo učiti? Tko nas uči ovim ulogama? Vidimo li ove stavove kod naših roditelja?
Odgovor: roditelji, braća i sestre, prijatelji i prijateljice, profesori i profesorice, udžbenici; televizijske emisije, reklame, video igre; glazba; časopisi, knjige; sport; crkva, itd.
Možete li dati neke primjere iz televizijskih emisija, reklama, časopisa, video igara, itd?
8. Raspravite razliku između rodnih uloga / poruka koje se pripisuju mladićima, i koje se pripisuju djevojkama (primjerice, djevojke bi trebale biti „pasivne“, „poslušne“, „brižne“, „požrtvovne“, dok mladići trebaju biti „snažni“, „seksualno aktivni“, „ne pokazivati emocije“).

9. Je li ovako u životu? Recimo, ako muškarac pere suđe ili pokazuje emocije, znači li to da nije „pravi muškarac“? Ako sudionici i sudionice to ne spomenu za vrijeme rasprave, objasnite da su sva navedena ponašanja stereotipi, odnosno, načini ponašanja mladića i djevojaka, koje društvo od njih očekuje.
Ako se ove stereotipne uloge prihvate:
Što muškarci/dječaci očekuju od žena/djevojaka?
Što žene/djevojke očekuju od muškaraca / dječaka?
10. Što nas drži unutar kutije?
11. Zapitajte grupu nalaze li se sve djevojke i žene unutar kutije 'Ponašaj se kao dama!'. Pripadaju li sve žene i djevojke uvijek i u potpunosti u tu kutiju? Koje su to stvari (vezane uz izgled, ponašanja, aktivnosti) koje neke djevojke i žene čine, a pozicioniraju ih van kutije? Odgovore zapisujte flomasterom neke druge boje (npr. zelena) uz gornje i donje rubove papira s nacrtanom 'ženskom' kutijom. Zatim pitajte grupu koje su to stvari koje neki mladići i muškarci rade (u odnosu na njihov izgled i ponašanje), a kojima izlaze iz definirane kutije „Ponašaj se kao pravi muškarac!“. Odgovore zapisujte također uz gornje i donje rubove 'muškog' papira.
12. Plaća li se cijena za napuštanje kutije? Što se događa osobama koje se ne povinuju porukama unutar kutije?
Što se događa ako dječak napusti svoju rodnu kutiju, i počne se ponašati na način koji nije s njom u skladu? Kako se prema njemu odnose njegova obitelj, vršnjaci i vršnjakinje i društvo? Sve te stvari (pritiske i strahove da se ostane unutar kutije) zapišite nekom drugom bojom (npr. crnom) između kutije i desnog i lijevog ruba papira. Ovu 'crnu listu' možete i zaokružiti nacrtanom šakom i nazivom 'verbalno i fizičko zlostavljanje'
Što se događa djevojčici? Kojim imenima se nazivaju, što se o njima priča, a koje su to fizičke stvari koje se dešavaju djevojkama i ženama koje se percipiraju izvan kutije 'Ponašaj se kao dama!'. Zapišite između kutije i desnog i lijevog ruba papira. Ovu 'crnu listu' možete i zaokružiti nacrtanom šakom i nazivom 'verbalno i fizičko zlostavljanje'.
13. Koje se stvari sa 'crne liste' odnose na nasilje i strah od nasilja?
Koje se stvari odnose na seksualnost? Postoji li i u čemu je razlika između ženske i muške kutije? Odnose li se neke stvari izvan muške kutije na negativna određenja vezana uz žensku kutiju? Što nam to govori o tome kako se očekuje da se muškarci ponašaju prema ženama? Koje su privilegije vezane uz pozicije unutar muške kutije?
Je li j moguće mijenjanje karakteristika između kutija? Mogu li se neki mladići i muškarci ponekad uklopiti u neke karakteristike ženske kutije? Mogu li neke djevojke i žene pokazivati neke karakteristike muške kutije? Je li moguće da se neke karakteristike iz muške i ženske kutije preklapaju za pojedinu osobu?
14. Poznajete li djevojku ili ženu koja se ponaša na način koji nije u skladu s rodnom kutijom za žene i koja se ne pokorava porukama unutar kutije?
Poznate li mladića ili muškarca koji se ponaša na način koji nije u skladu s rodnom kutijom za muškarce i koji se ne pokorava porukama unutar kutije?
Ako da, kako su uspjeli izbjeći tim porukama? Je li bilo nekih reakcija društva na njih?
Opišite muškarce i žene kojima se divite: uklapaju li se oni u Rodnu kutiju?
15. Kako ova očekivanja mogu djelovati na naše ciljeve i naše snove za budućnost? Što možete učiniti kako biste izašli na kraj s tim očekivanjima i postigli svoje ciljeve?
16. Što radimo kad nas zadirkuju ili maltretiraju zato što se ne uklapamo u ove uloge, odnosno, kad izađemo iz kutije?
Jeste li ikad zadirkivali ili maltretirali nekog zato što se ponašao drugačije no što se očekuje?
Jesu li vas ikad zadirkivali ili maltretirali jer ste se ponašali drugačije no što se očekivalo?
17. Što možemo iz ovih prikaza naučiti o rodnom sistemu i rodnim odnosima u našem društvu? Što znači da djecu odgajamo u skladu s ovakvim porukama?
Možemo li napraviti nešto drugačije od ovih prikaza? Kako možemo podržati jedni druge bez obzira unutar koje kutije se nalazimo (ili van kutija)?
Što možete učiniti da promijenite vlastita ponašanja i stavove i postanete bolji uzori za dječake i muškarce, odnosno djevojčice i žene u vašim životima?
Važno je da uzor postanu mladići koji uvažavaju sve ljude bez obzira na njihovu različitost, izražavaju osjećaje, poštuju žene, zalažu se za sprječavanje svih vrsta nasilja protiv žena i reagiraju u situacijama nasilja, uvijek se zalažu za uvažavanje žena, za rodnu ravnopravnost i nenasilje.

Očekivani ishod:

Sudionice/ci će biti u prilici istražiti što znači i kako je to 'biti žensko' i 'biti muško' u našem društvu. Također, imat će priliku detaljnije analizirati utjecaj obitelji, vršnjaka, i medija na percepciju vlastitih rodni identiteta i uloga. Uz to, razumjet će kako stroge rodne uloge doprinose seksizmu i utječu na rodno uvjetovano nasilje.

Modul 2: Kvalitetne i štetne veze

Cilj ovog modula je pružiti učenicima i učenicama mogućnost da razgovaraju o karakteristikama zdravih i loših veza, kao i o tome kako društvo vidi uloge žena i muškaraca, kad je riječ o nasilju. Sudionicima i sudionicama ćemo pomoći da shvate koncept zdravih i nezdravih veza, vidjet će primjere, imati priliku za raspravu.

U ovom modulu se bavimo adolescentima i adolescenticama, bez obzira jesu li već u romantičnoj / ljubavnoj vezi ili nisu. Mladi ljudi koji ulaze u svoje prve romantične / seksualne veze često nemaju dovoljno vještina i znanja potrebnih za građenje kvalitetne i ispunjavajuće veze s partnerom/icom. Nužno je ne samo govoriti o negativnim ishodima veze, već i pomoći mladim ljudima da nauče više o pozitivnim stranama veza, i o tome što od veze mogu dobiti.

Aktivnost 2.1 Kvalitetne i štetne veze – znakovi upozorenja

Kratki uvod

Kako bi mogli razviti pozitivne i zdrave veze, adolescenti i adolescentice moraju znati prepoznati kad je veza nekvalitetna i destruktivna. Problemi mogu početi s nečim naizgled bezazlenim i dovesti do nasilja i zlostavljanja. Kroz sljedeće aktivnosti, učenike i učenice potičemo na prepoznavanje nekih znakova nekvalitetnih veza.

Ciljevi učenja

Osposobiti učenike i učenice da:

Prepoznaju karakteristike kvalitetnih veza, zasnovanih na jednakim pravima, za razliku od štetnih

Spoznaju važnost kvalitetnih veza

Opišu stavove, ponašanja i vještine potrebne za stvaranje i održavanje kvalitetnih veza

Trajanje 30 minuta**Materijal i priprema**

Set praznih samoljepljivih (post-it) papira

Dva flipchart papira, naslovljena KVALITETNE VEZE i ŠTETNE VEZE

Samoljepljiva traka

Flomasteri i olovke

Aktivnost po koracima

1. Pripremite dva flipchart papira (jedan naslovljen KVALITETNE VEZE, a drugi naslovljen ŠTETNE VEZE). Postavite ih u razred na određenoj udaljenosti, tako da se sudionici i sudionice ne moraju gurati oko njih.
2. Upute sudionicima i sudionicama: Prijateljstva i odnose stvaramo s različitim ljudima, recimo, profesorima i profesoricama, roditeljima, braćom i sestrama, kolegama i kolegicama iz razreda, dečkom ili djevojkom. Neki od naših odnosa čine nas sretnim i zbog njih se osjećamo dobro. Zbog drugih se osjećamo manje sretni, osjećamo se nelagodno ili čak loše, pa se pitamo: „Je li ovdje nešto pogrešno?“
3. Dakle, nekad možda trebamo zakoračiti unazad, i procijeniti svoju vezu. Često, kad smo u vezi, ne možemo prepoznati upozoravajuće znake, kao što bismo mogli, da promatramo vezu svog prijatelja ili prijateljice.

4. Podijelite učenike i učenice u grupe od pet sudionika i sudionica. Svakoj grupi dajte: 10 praznih samoljepljivih (post-it) papira
5. Nakon što međusobno razgovarate, napišite na prazne papire:
 - 5 ponašanja koja pokazuju da je veza kvalitetna
 - 5 ponašanja koja pokazuju da je veza štetna
 Imate pet minuta!
6. Nakon što završite, pola grupe uzet će „kvalitetna ponašanja“, a druga polovica „štetna ponašanja“ i zalijepit će ih na odgovarajući flipchart papir (KVALITETNE VEZE – ŠTETNE VEZE). Suradujte s članovima i članicama drugih grupa, pa ako ste napisali ista ili slična ponašanja, smjestite ih na odgovarajući način. Imat ćete samo pet minuta, pa vodite računa da surađujete međusobno (ako je potrebno, možete i sami pomoći grupi u toku procesa).
7. Nakon što se na flipchart papir zalijepe svi papirići, na glas pročitajte sva ponašanja s oba lista papira, da vidite slažete li se sa svime, je li nešto na vas ostavilo poseban dojam, itd.
 PAŽNJA: Ukoliko je bilo nekih grešaka, ne ispravljajte ih odmah. Prvo, raspravite prethodna dva pitanja, zatim se vratite i ponovno pitajte: slažete li se svi s rasporedom ponašanja, ili želite za neka izmijeniti mjesta?

Rasprava

- Što mislite, koja je najvažnija karakteristika kvalitetne veze? Kako takva veza izgleda? Kako se osobe u takvoj vezi ponašaju jedna prema drugoj? (odgovore pronađite na flipchartu i označite ih, tj. zao-kružite ih).
- Što mislite da je karakteristika štetnih veza? Kako takva veza izgleda? Kako se osobe u takvoj vezi ponašaju jedna prema drugoj? (Odgovore pronađite na flipchartu i označite ih).
 - Štetna se veza može pretvoriti i u nasilnu vezu. Koje karakteristike štetnih veza predstavljaju znakove upozorenja da bi se moglo pojaviti nasilje? (odgovore pronađite na flipchartu i označite ih)
 - Slažete li se svi s rasporedom ponašanja, ili želite za neka izmijeniti mjesta?
 - Zašto je osobi nekad teško prepoznati da je u štetnoj vezi?
 - Zašto neki ljudi ostaju u štetnim vezama?
 - Što može učiniti osoba koja je u štetnoj vezi?
 - Što ste naučili iz ove aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete primijeniti u svom životu i svojim vezama?

Očekivani ishod

Karakteristike kvalitetne veze

- Uzajamno poštovanje i ljubav: on/a me nikad ne ponižava i ne čini da se osjećam loše. On/a me sluša i poštuje mene i moje osobne granice. Isto tako se ponašam i ja.
- Povjerenje: on/a me ne provjerava cijelo vrijeme, i ne krivi me bez razloga. Ugodno nam je jednom s drugim. Slobodno možemo reći ili učiniti što god želimo.
- Dobra komunikacija: slušamo jedno drugo. Razgovaramo otvoreno i nema nesporazuma. Mogu izraziti svoje osjećaje bez straha od odbijanja.
- Iskrenost: nikad ne lažemo jedno drugom. Ako ste ikad uhvatili dečka ili djevojku u nekoj velikoj laži, znate da treba vremena prije no što mu/joj možete opet vjerovati.
- Osnaživanje: pružanje podrške jedno drugom, i u dobru, i u zlu
- Privatnost – individualnost: svaka osoba ima prostor za sebe, i trebate jedno drugom dati prostor da „dišete“. Vaši su identiteti neovisni / odvojeni. Budi svoj/a, tvoja osobnost ne smije ovisiti o tvom dečku ili tvojoj djevojci.
- Sigurnost: jedno s drugim se osjećate sigurnim, nikad ne udarate jedno drugo, niti jedno drugom prijetite.
- Jednakost - pravednost: zajednički odlučujete, nijedno ne naređuje onom drugom. Postoji ravnoteža u uzimanju i davanju. Ne smijemo nametati svoje mišljenje drugoj osobi, samo da bismo pobijedili u raspravi.
- On/a me čini sretnim/sretnom, i sigurnijim/sigurnijom.
- Stalo nam je jednom do drugog.

- Empatija: nastojim shvatiti kako se on/a osjeća, mogu se staviti u njen/njegov položaj. On/a nastoji osjetiti što ja osjećam.
- Svađanje, ali uz rješavanje problema: Kod svih u nekoj točki može doći do neslaganja, ali to nam ne daje pravo da vrijeđamo druge ljude. Pokušajte naći rješenje. Postane li rasprava prežučna, bolje je prekinuti i nastaviti kasnije.
- Kontroliranje bijesa: svi se ponekad naljutimo, no način na koji izražavamo svoju ljutnju može utjecati na naš odnos s drugim ljudima. Postoje načini kako se može kontrolirati bijes, primjerice, dubokim disanjem, brojanjem do 10, ili razgovorom.
- Smisao za humor

U kvalitetnoj vezi osjećate se ugodno, sigurno, mislite dobro o sebi, osjećate da vam se vjeruje i da imate poštovanje – ne bojite se, ne osjećate nesigurnost. Svi zaslužujemo kvalitetne veze.

Veze u kojima smo mogu imati različite oblike, i svaka je veza posebna. Razni ljudi imaju razna shvaćanja što čini vezu „dobrom“. Općenito, kvalitetne veze su one koje se temelje na jednakosti, a ne na kontroli i moći nad drugom osobom. Svatko zaslužuje osjećati se sigurnim / sigurnom u vezi, i treba zahtijevati da druge osobe poštuju njegova /njena prava.

Koje su značajke štetne veze?

- Odluke donosi uvijek ista osoba.
- Osoba radi grimase (koluta očima, i slično) dok ne dobije što želi.
- Osoba vrši pritisak dok ne dobije ono što želi.
- Osoba prestaje razgovarati s vama ili prestaje obraćati pažnju na vas dok govorite.
- Osoba vjeruje da ima više prava nego vi.
- On/a je izrazito ljubomoran/ljubomorna.
- Osuđuje vas ili vaše prijatelje i prijateljice.
- Sprječava vas da vidate druge ljude.
- Čini da se osjećate loše.
- Bojite se da ga/je ne naljutite.
- Kad je ljut/a, viče na vas, ruga vam se, vrijeđa vas, udara vas ili baca stvari na vas
- Napada vas.
- Vrijeđa vas i omalovažava.
- Uništava vaše osobne stvari.
- Prisiljava vas da činite stvari koje ne želite.
- Jedno drugom lažete.
- Bojite se za svoju sigurnost.

Zašto je ponekad teško prepoznati da smo u štetnoj vezi?

Nekad su izrazi „ljubav je slijepa“ i „ljubavlju zaslijepljen/a“ točni. Neke osobe mogu misliti da osjećaju tako snažnu ljubav i da ako ima problema, oni/one ih ne mogu vidjeti i ostaju u vezi zbog niza razloga.

Zašto se ostaje u štetnim vezama?

- Osobe koje su u štetnim vezama obično vjeruju da će se stvari popraviti, da je riječ samo o „fazi“ koja će proći, ili da mogu promijeniti osobu s kojom su u vezi.
- Moguće je da su neki / neke od njih već vidjeli / vidjele takve oblike ponašanja u drugim vezama, primjerice, u vlastitom domu, pa ne prepoznaju ove znakove kao upozorenje da je nešto pogrešno.
- Određen broj ljudi smatra da je bolje imati mladića / djevojku, nego prekinuti štetan odnos.
- Neki se boje prekinuti vezu, bilo zato što misle da ne mogu živjeti bez partnera / ice, bilo zato što se boje da će se ta osoba ponašati nasilno.
- Još jedan od mogućih strahova je da više nikad neće pronaći osobu za vezu.

Neki znakovi koji upozoravaju na nasilnu vezu

- Kontrola i provjeravanje druge osobe, njenih / njegovih aktivnosti (gdje ide, s kim, kad se vraća, itd.), svih odnosa / prijatelja i prijateljica
- Izrazita ljubomora i posesivnost
- Uvrede, nazivanje pogrdnim imenima, omalovažavanje i slični komentari
- Prijetnje
- Zastrašivanje
- Guranje, udaranje, ograničavanje pokreta, ograničavanje kretanja
- Prisila u seksu, neželjeni dodiri, ponižavajući seksualni komentari

Što može učiniti osoba koja je u štetnoj vezi?

Važno je prepoznati znakove upozorenja, da je veza štetna, prije no što se pretvori u nasilnu vezu.

Ukoliko netko smatra da veza u kojoj se nalazi nije kvalitetna, može o tome razgovarati s osobom s kojom je u vezi. Također, može o tome razgovarati i sa prijateljima i prijateljicama, i drugim osobama od povjerenja – obično nam netko sa strane može dati svoj pogled na vezu u kojoj smo.

Ukoliko u vezi dolazi do nasilja ili zlostavljanja, trebate se za pomoć obratiti odrasloj osobi u koju imate povjerenja ili stručnoj osobi. O nasilju ćemo detaljnije razgovarati nešto kasnije.

Modul 3: Nasilje u partnerskim vezama mladih

Definicija nasilja u vezama: „nasilje u vezama je obrazac napadačkih i kontrolirajućih ponašanja koje jedna osoba koristi protiv druge, kako bi stekla, ili zadržala moć u odnosu. Osoba koja zlostavlja se namjerno ponaša tako da uzrokuje strah, degradaciju i ponižavanje druge osobe. Zlostavljanje može biti fizičko, seksualno, emocionalno i psihološko“

Tri su glavna oblika nasilja u vezama:

- **Verbalno ili emocionalno nasilje** u vezama oblik je zlostavljajućeg ponašanja koje uključuje ponašanja kojima se prijete, zastrašuje i potkopava osjećaj samopoštovanja ili vrijednosti žrtve, čak i pred drugima, tako da se osjeća posramljeno ili omalovaženo. Tu spadaju i ponašanja kojima je cilj kontrolirati osjećaje i ponašanje žrtve, pa čak i njenu/njegovu slobodu.
- **Fizičko nasilje u vezama** uključuje bilo kakav namjeran neželjeni kontakt s tijelom druge osobe, koji može uzrokovati bol, ozljede, ili drugi oblik patnje.
- **Seksualno nasilje** u vezama odnosi se na bilo koje neželjeno seksualno ponašanje, ili ponašanje koje je u suprotnosti s pravom druge osobe da kaže „Ne“. Može biti u rasponu od neželjenih poljubaca ili dodira, do neželjenog spolnog odnosa i silovanja, itd.

Nasilje u vezama može imati neposredne, kao i dugoročnije posljedice za žrtve, počinitelje/ice, obitelji i zajednicu. Nasilje u vezama može fizički, seksualno ili psihološki naškoditi žrtvama, i posljedice mogu ostaviti traga cijeli njihov život - može osobi smanjiti samopoštovanje, samopouzdanje i osjećaj sigurnosti, utjecati na razvoj i funkcioniranje. Za posljedicu može imati i fizičke ozljede, seksualno prenosive infekcije, HIV/AIDS ili smrt. Za one koji dožive nasilje u vezama u mlađoj dobi veća je vjerojatnost da će i budućim vezama doživljavati nasilje.

Istraživanje koje su CESI provele 2006. godine pokazuje da velika većina mladih u dobi od 16 do 19 godina već ima iskustvo veze i mnogi/e smatraju da je nasilje u vezama ozbiljan problem. Za neke mlade, saznanje o postojanju nasilja u partnerskim vezama dio njihove svakodnevice: otprilike trećina mladih druži se u grupi u kojoj se nalaze i osobe u nasilnoj vezi, a svaka peta mlada osoba izjavila je da direktno poznaje neku/nekoga u nasilnoj vezi.

S obzirom na vlastita iskustva, više od dvije trećine mladih izjavilo je da je doživjelo da se osoba s kojom su u vezi prema njima nasilno ponašala, a nešto manje od polovice ispitanika/ca izjavljuje da je u vezi koristilo barem jedno agresivno ponašanje prema partneru/ici. Najprisutnija su nasilna ponašanja kojima se nastoji dominirati i kontrolirati osobu u vezi – izrazita ljubomora, posesivnost,

kontrola, optuživanje i emocionalne ucjene. Seksualno nasilje i fizička agresija u vezama mladih prisutni su u manjem obimu. Izrazito ljubomorno ponašanje partnera/ice, iskustvo je koje je obilježilo vezu za više od polovice ispitanika/ca.

Ljubomora, posesivnost i kontrola su ponašanja koje mladi u velikoj mjeri ne prepoznaju kao nasilje, dok se za neke mlade to odnosi i na neprepoznavanje oblika seksualnog i fizičkog nasilja.

Mladići značajnije više koriste oblike seksualnog zlostavljanja prema osobi s kojom su u vezi te više zastupaju tradicionalne i seksističke stavove o rodnim ulogama, kao i stavove koji opravdavaju upotrebu nasilja u određenim situacijama, te su značajnije skloniji ne prepoznavati određena ponašanja kao zlostavljanje.

Posljedice doživljenog nasilja za djevojke su znatno negativnije i ozbiljnije. Doživljeno nasilno ponašanje u vezi kod djevojaka u znatno većoj mjeri rezultira osjećajima povrijeđenosti, tuge, nesigurnosti, nelagode, straha, srama i krivnje. Mladići pak, u znatno većoj mjeri, nakon doživljenog zlostavljanja u vezi ostaju neuznemireni, ravnodušni, te izjavljuju da im je nasilna situacija bila smiješna.

Strah, sram, neosviještenost, nepovjerenje, te nedostatak relevantnih informacija i resursa, razlozi su zbog kojih mladi problem nasilja u vezi uglavnom nastoje riješiti sami, oslanjajući se na vlastite sposobnosti i vještine za eventualni prekid takve veze, te se najčešće ne odlučuju prijaviti nasilje nekoj odrasloj osobi, kao niti potražiti pomoć i savjete izvan grupe bliskih prijatelja/ica.

Neki **znakovi koji upozoravaju na nasilnu vezu**: kontrola i provjeravanje druge osobe, njenih / njegovih aktivnosti (gdje ide, s kim, kad se vraća, itd.), svih odnosa / prijatelja i prijateljica; izrazita ljubomora i posesivnost; uvrede, nazivanje pogrdnim imenima, omalovažavanje i slični komentari; prijetnje, zastrašivanje; guranje, udaranje, ograničavanje pokreta, ograničavanje kretanja; prisila u seksu, neželjeni dodiri, ponižavajući seksualni komentari.

Osobe koje su u štetnim/nasilnim vezama obično vjeruju da će se stvari popraviti, da je riječ samo o „fazi“ koja će proći, ili da mogu promijeniti osobu s kojom su u vezi. Moguće je da su neki / neke od njih već vidjeli / vidjele takve oblike ponašanja u drugim vezama, primjerice, u vlastitom domu, pa ne prepoznaju ove znakove kao upozorenje da je nešto pogrešno.

Određen broj ljudi smatra da je bolje imati mladića / djevojku, nego prekinuti štetan odnos. Neki se boje prekinuti vezu, bilo zato što misle da ne mogu živjeti bez partnera / ice, bilo zato što se boje da će se ta osoba ponašati nasilno. Još jedan od mogućih strahova je da više nikad neće pronaći osobu za vezu.

Aktivnost 3.1

Vjerovanja o nasilju - GDJE STOJIŠ?

Kratki uvod

Uz nasilje je vezano mnogo mitova, raširenih vjerovanja, stavova i zabluda. Ljudi i dalje nastavljaju u njih vjerovati i ponašaju se u skladu s njima, tako da su, na neki način, mitovi snažniji od činjenica.

Zašto je vrijedno truda pokušati ukloniti najčešće mitove o nasilju u intimnim partnerskim vezama? Mitovi sadrže pogrešne informacije o tome zašto dolazi do nasilja u intimnim partnerskim vezama, a mnogi od tih mitova su rašireni po cijelom svijetu. Mitovi jednim dijelom nastaju zbog toga što nam je teško shvatiti zašto bi jedna osoba nanijela bol drugoj, posebno kad je riječ o intimnoj vezi. Dakle, mitovi o nasilju u intimnim partnerskim vezama mogu biti dodatni teret u situaciji kad se trudimo suprotstaviti nasilju. S druge strane, razumijevanje mitova i stvarnosti nasilja u intimnim partnerskim vezama nužno je da bismo mogli razviti učinkovite strategije za suprotstavljanje nasilju u intimnim partnerskim vezama, i na osobnoj, i na društvenim razinama.

Osim toga, mnogi su mitovi toliko rasprostranjeni, da je važno naučiti što učiniti kad se s njima susretnemo, u procesu našeg djelovanja kojim druge osobe želimo osvijestiti, obrazovati i podučiti u područjima nasilja u intimnim partnerskim vezama i seksističkih stavova. Shvate li osobe da njihovo ponašanje dovodi do toga da

se druga osoba osjeća kao objekt, i da je njihovo ponašanje nasilno, možda će razmisliti o mijenjanju ponašanja koje su ranije smatrali prihvatljivim, bezazlenim ili čak poželjnim djevojkama /ženama.

U ovoj ćemo se aktivnosti najviše baviti seksističkim stavovima i najčešćim mitovima vezanim uz nasilje u intimnim partnerskim vezama. Pokušat ćemo ukloniti mitove tako što ćemo ih dovesti u kontrast sa stvarnošću.

Ciljevi učenja

Potaknuti raspravu o seksističkim stavovima i vjerovanjima

Prepoznati i razbiti uobičajene mitove o nasilju u intimnim vezama

Potaknuti raspravu o znakovima koji upozoravaju na opasnost od nasilja i nasilnih ponašanja

Materijal i priprema

Radni list.

Vrijeme trajanja: oko 25 minuta

Aktivnost po koracima

1. Priprema: prije početka vježbe na jednu stranu prostorije zalijepite papir sa znakom + (slažem se), a na suprotan kraj prostorije znak - (ne slažem se).
2. Zamolite sudionike/ice da ustanu i pomaknite sve stvari koje bi mogle smetati slobodnom kretanju po prostoriji.
3. Objasnite sudionicima/ama da ćete sada čitati izjave koje su vezane uz položaj žena u društvu, a oni/e će se, ovisno o tome koliko se svaki/a od njih slaže s tvrdnjom, smještati u prostoru. Ako se slažu s tvrdnjom, stat će najbliže što mogu oznaci +. Ako se ne slažu, stat će pored oznake -. Oni koji su neopredijeljeni/e i neodlučni/e ostaju u sredini, ali bez prava na komentare.
4. Pročitajte prvu izjavu.
5. Kada su svi/e izabrali/e pozicije, zamolite one sudionike/ice pored zidova neka po redu objasne drugima svoj izbor pozicije. Trebaju uvjeriti ostatak skupine da su u pravu i da im se svi ostali trebaju pridružiti.
6. Nakon rasprave pozovite one koji žele promijeniti poziciju da to učine.
7. Sada pročitajte drugu izjavu i ponovite postupak.
8. Kada pročitate sve izjave odmah nastavite s diskusijom u grupi.
Neka od pitanja za diskusiju:
Kako ste se osjećali tijekom vježbe?
Je li bilo teško opredijeliti se? Zašto?
Je li teško ostati u sredini bez mogućnosti komentara?
Koliko u stvari slušamo tuđe argumente?
Kakvi su se argumenti koristili, oni temeljeni na činjenici ili oni koji se pozivaju na emocije? Koji su bili učinkovitiji?
Jesu li izjave pravovaljane?
9. Na kraju, sažmite rezultate aktivnosti, posebno naglasite:
 - Općenito, mitovi o nasilju u intimnim partnerskim vezama za nasilje krive žrtvu, ili neki drugi čimbenik, kao što je alkohol, bijes ili mentalnu bolest. Posljedica toga je da mitovi skreću pažnju s onoga što čini zlostavljač/ica, osoba koja je 100% odgovorna za nasilno ponašanje.
 - Shvatimo li mi mitove i stvarnost nasilja u intimnim partnerskim vezama, možemo se lakše usredotočiti na odgovornost osobe koja zlostavlja. Ova usmjerenost na odgovornost zlostavljača/ice je kritična točka svakog učinkovitog djelovanja za zaštitu žrtava i usmjerenog ka stvaranju društva u kom se nasilje neće nimalo tolerirati.

Napomena

Ispitanici/ice će iskazati svoje mišljenje. Nije uvijek lako zauzeti stav i zadržati ga. Neki će se možda osjećati osamljeno, ugroženo. Vježba može podići samosvijest sudionika/ica o ulozi koju imaju kao članovi/ice društva. Može se razgovarati i o tome kakve se akcije mogu poduzeti kako bi se unaprijedio položaj žena.

1. Silovatelji su nepoznati manijaci u mračnim ulicama.
2. Žene izazivaju silovanje svojom odjećom ili ponašanjem.
3. Ljubomora je znak ljubavi.
4. Alkohol i zloupotreba droga su stvarni uzroci nasilja.
5. Nasilje i ljubav ne idu zajedno.
6. Ako žrtva napusti zlostavljača nasilje će prestati.
7. Kad dvoje izađe na spoj ne može se govoriti da se desilo silovanje.
8. Muškarci su po prirodi nasilni

ČINJENICE:

1. Vrlo često su silovatelji partneri, prijatelji, rođaci, poznanici ili susjedi. Silovanje se često događa u kući i unaprijed je planirano.
2. Nasilje nikad nije krivnja žrtve, bez obzira na način odijevanja, noćne izlaske ili ponašanje. Odgovornost i krivnja je uvijek na počinitelju.
3. Ljubomora se javlja kada mladić ili djevojka misle da njihovu vezu ugrožava treća osoba, bilo to stvarno ili ne. Ljubomora je pokazatelj nesigurnosti u sebe i u partnera. Često je to način kontroliranja partnera te je ne treba miješati s pokazivanjem ljubavi.
4. To nisu uzroci nasilja jer nasilje se javlja i kad ne postoje ovi faktori. Nasilne osobe su nasilne bez obzira da li su pijani ili drogirani. Ali društveno je prihvatljivo okriviti alkohol i drogu za nasilno ponašanje.
5. Često je vjerovanje da su ljubav i nasilje toliko različiti da ne mogu biti dio istog odnosa. No, stvarnost je drugačija jer neka djeca već u djetinjstvu nauče da ih ljudi koji ih vole ujedno i tuku.
6. Nasilje ne prestaje odlaskom od partnera. Ovaj mit u osnovi sadrži uvjerenje da žena ima kontrolu nad nasiljem koje trpi, te ukoliko želi da ono prestane, može samo "napustiti" zlostavljača što pretpostavlja njenu odgovornost u čitavoj situaciji. Žene nemaju dovoljno podrške u društvu kada žele okončati nasilan odnos.
7. Silovanje je silovanje bez obzira na odnos žrtve i počinitelja. Većina počinitelja su poznate osobe. U razdoblju adolescencije počinitelji su u 70% slučajeva partneri ili bivši partneri.
8. Dječaci se ne rađaju nasilni. To uče, kroz poruke koje primaju od društva i svoje obitelji. Mnogi muškarci nauče rješavati razmirice i kontrolirati druge uporabom nasilja. Kao što su naučili koristiti nasilje, tako se mogu i odučiti

Aktivnost 3.2

Slučajevi nasilja

Kratki uvod

Nekim mladim ljudima je nasilje u vezama dio svakodnevnih interakcija i društvenih mreža. Pri ulazu u prve emocionalne / seksualne veze, mladima često nedostaje vještina i znanja da bi uspostavili kvalitetne i zadovoljavajuće veze s drugom osobom. Isto tako, nemaju znanja koja bi im omogućila da prepoznaju znakove i obrasce nasilnog ponašanja ili da na nasilje reagiraju.

Ciljevi učenja

Prepoznati i raspraviti različite oblike nasilnog ponašanja u adolescentnim vezama.

Trajanje: 45 minuta

Materijal i priprema:

Radni listovi - studije slučaja

Aktivnost po koracima

1. Podijelite sudionike/ce u male grupe od 4-6 članova/ica. Svakoj maloj grupi dodijelite jednu studiju slučaja, a njihov zadatak će biti analizirati situaciju uz pomoć zadanih pitanja. Omogućite 15 minuta za ovaj zadatak.
2. Vratite se u veliku grupu i neka svaka grupa iznese svoj slučaj i odgovore na pitanja.
3. Prodiskutirajte u velikoj grupi ove studije slučaja. Dajte sudionicima/ama priliku da postave pitanja vezana uz studije slučaja drugih grupa. Moguća pitanja za diskusiju: Odgovaraju li ovi slučajevi stvarnosti? Koliko su česte ovakve situacije u adolescentskim vezama?

Na kraju diskusije možete ponoviti koje su vrste nasilja u vezama mladih i prezentirati im podatke istraživanja koji uključuju učestalost, stavove i skusvo nasilja u vezama mladih.

Očekivani ishod

Sudionici i sudionice postali osjetljiviji na različite vrste nasilnog ponašanja u vezama. Također su i razmišljali o nenasilnom rješavanju konflikata.

STUDIJA SLUČAJA 1

ANA I TVRTKO

Ana i Tvrtko bili su sasvim prosječni srednjoškolci. Ana je išla u 1. razred gimnazije a Tvrtko u 3. razred tehničke škole. Bili su u vezi već pet mjeseci. Ana je primijetila kako Tvrtko u zadnje vrijeme stalno spominje seks i to je odjednom postala glavna tema njihovih razgovora. Tvrtko je postao sve nestrpljiviji i smatrao je kako su već dugo zajedno i kako bi trebali već "konzumirati vezu" pa je tako Ana skoro svaki dan slušala rečenice poput:

- "Hodamo već dosta dugo pa zašto ne bi?"
- "Nikad prema drugoj curi nisam osjećao isto i znam da će s tobom biti posebno!"
- "Svi to rade!"
- "Znam da i ti to želiš!"
- "Bit će nam jako lijepo, nemaš se čega bojati!"
- "To će još više učvrstiti našu vezu!"

Nedavno, dok su nakon škole sjedili na klupi u parku i strastveno se ljubili Tvrtko je izjavio kako on ne može više ovako, jer ju previše voli i ako ona voli njega neće ga više mučiti već će spavati s njim. Također je dodao da mu je za dva tjedna rođendan i da bi mu to bio najljepši rođendanski poklon.

Ana je bila zbunjena, kroz glavu joj je prolazilo stotine misli:

"Ja ga volim"..."Možda bi trebala spavati s njim?!"..."Ako to ne učinim sigurno će me ostaviti, a to ne bih mogla podnijeti".

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- 1) Što je problem?
- 2) Prepoznajete li neka nasilna ponašanja; ako da, koja?
- 3) Što bi trebalo napraviti da bi se situacija poboljšala?

STUDIJA SLUČAJA 2

LOVRO I MIA

Lovro (18. god, 4. razred) i Mia (17.god, 3. razred) prohodali su tijekom ljetovanja sa zajedničkim prijateljima u kolovozu na jednom jadranskom otoku. Tri tjedna nakon početka njihove veze počela je nova školska godina (Mia i Lovro idu u istu gimnaziju). Mia, društvena i otvorena kao i uvijek, priča i šali se i sa drugim dečkima u školi i njena pažnja više nije usmjerena samo na Lovru, kako je to bilo prije. Naročito, kada mora malo više vremena provoditi s Andrejem, prijateljem iz razreda s kojim piše referat iz biologije. Lovro je počeo biti ljubomoran, a njoj se to činilo 'baš simpatično', i kao znak da mu je stalo do nje i da je stvarno voli.

Nakon što su Andrej i Mia uspješno napisali referat, otišli su to proslaviti u popularni kafić pokraj škole. Pričali su i smijali se zajedno sa drugim prijateljima i prijateljicama iz razreda. Odjednom se pokraj njihovog stola pojavio Lovro, čvrsto ju primio za ruku, procijedio kroz zube da je 'jako, jako ljut na nju' i odvukao je van iz kafića. Osjetila je alkohol u njegovom zadahu, a ubrzo i Lovrinu ruku na obrazu – ošamario ju je i brzo otišao u pokrajnju ulicu. Miu je počelo biti strah. No, sutradan, Lovro ju je sačekao nakon nastave sa čokoladom i kartama za najnoviji filmski hit. Ispričao joj se za jučerašnji 'mali incident', i rekao da ju on voli 'cijelim svojim srcem' i da ju moli da mu oprostí 'za ono jučer' jer se napio i nije znao što radi. Tu večer bio je opet onaj 'stari, dobri Lovro', Mia mu je oprostila i osjetila 'još jaču ljubav'.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Što je problem?
2. Prepoznajete li neka nasilna ponašanja; ako da, koja?
3. Što bi trebalo napraviti da bi se situacija poboljšala?

STUDIJA SLUČAJA 3

IVANA I IGOR

Nema profesora iz fizike, možemo kući!

Vijest se brzo proširila školom, i 3. b je brzo krenuo ka vratima – nikad se ne zna hoće li se profesor ipak u zadnji čas odlučiti pojaviti. Ivana je među prvima krenula van, i Maja je potrčala za njom. Otkad je Ivana s Igorom, više nema vremena ni za telefonske razgovore, a kamoli za druženja. Ovo je bila izvrsna prilika da nadoknade izgubljeno. Nakon nećkanja (Ivaninog) i nagovaranja (Majinog), ipak su krenule prema kafiću, gdje su već bili zauzeti svi stolovi. Sjele su uz svoju kolegicu iz razreda i neke njima nepoznate djevojke. Ivana je sjela blizu vrata, i odmah stavila mobitel na stol. Novi mobitel je privukao svima pažnju – Ivana ga je dobila od Igora nakon tjedan dana hodanja. Sad ga je svako malo uzimala u ruku i provjeravala ima li novih poruka, i je li joj što promaklo. Da, nije baš pratila razgovor, ali Igor se tako brinuo ako mu ona odmah ne odgovori.

Prošli tjedan je bila kod bake, i nije se javila kad je Igor zvao. Kad je izlazila iz zgrade, on ju je čekao – trčao je preko pola grada, samo da se uvjeri da je dobro. Zapravo, nije ga ni pitala kako je znao gdje njena baka živi? Jedna od djevojaka za stolom, Stela, je čudno reagirala na tu priču. Pitala ju je koliko često Igor dolazi pred nju, kad ga ne očekuje. Svaki dan? Ivana je navikla da joj prijateljice pomalo zavide na tako pažljivom dečku, koji je uvijek prati kući, naziva i šalje poruke, pamti njen raspored, a ova ju je čudakinja nekako sažaljivo gledala i postavljala čudna pitanja, kao da je to nešto loše.

Zar ona ne zna što je prava ljubav?

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Što je problem?
2. Prepoznajete li neka nasilna ponašanja; ako da, koja?
3. Što bi trebalo napraviti da bi se situacija poboljšala?

STUDIJA SLUČAJA 4

DRAŽEN I RENATA

Dražen (18 god.) i Renata (17 god.) bili su u vezi već mjesec dana. To večer su se dogovorili da odu u kino. Renata je došla na vrijeme i čekala Dražena ispred kina. Dražen je kasnio i Renata se već polako počela brinuti. Kad se napokon pojavio odmah je komentirao Renatin izgled. Rekao joj je kako super izgleda i kako je najljepša žena na svijetu, ali je dodao kako joj je suknja malo uska. Ona je odmah zabrinuto reagirala a on joj je odgovorio da je zbilja smiješna što se zabrinjava zbog tih par kila viška. Uostalom, dodao je on, u kinu je ionako mrak pa te nitko neće vidjeti. Renata nije znala što bi odgovorila i promucala je samo "Čuj..." a ostatak rečenice je jednostavno otišao uz vjetar.

Nakon ovoga Dražen je odmah skrenuo na sljedeću temu koja se odnosila na to kako je susreo jednog frenda Krešu, i kako zapravo zbog toga kasni u kino. Krešo mu je rekao kako je sreo Renatu pred školom prije neki dan i kako su razgovarali. Dražen je odmah, prilično oštro, dao do znanja Renati kako ne voli da ona priča s Krešom jer on misli da je zgodna i zapravo ju želi samo iskoristiti. "Tako si naivna! Samo se brinem za tebe... obećaj mi da više nećeš s njim razgovarati?" bile su Draženove riječi. Renati nije bilo jasno zašto on to želi kada je Krešo njegov prijatelj, ali je rekla dobro i obećala ono što je Dražen tražio od nje. Kino predstava je uskoro počinjala i trebalo je još samo kupiti karte. Draženovi starci, po njegovim riječima, nisu imali sitno za kino tako da je zamolio Renatu da plati karte što je ona i učinila.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Što je problem?
2. Prepoznajete li neka nasilna ponašanja; ako da, koja?
3. Što bi trebalo napraviti da bi se situacija poboljšala?

STUDIJA SLUČAJA 5

SAŠA I IVANA

Saša (19. god.) je odlučio odvesti svoju djevojku Ivanu (17. god.) na pizzu kako bi proslavili tri mjeseca njihove veze. Sjedili su za stolom već neko vrijeme i Saša se nervirao što konobarica nikako ne dolazi. Ivana je rekla kako nije strašno jer čekaju tek pet minuta, a Sašin odgovor na to je bio: "Zar hoćeš reći da sam ja lažov?"

U taj čas se stvorila konobarica i upitala ih što bi željeli naručiti. Saša je odmah kao iz topa naručio i za sebe i za Ivanu i to 2 miješane pizze, jednu pivu i jedan juice. Ivana je uspjela dodati samo to da bi ona ipak radije coca – colu, na što je Saša rekao konobarici da joj da juice jer ona ipak uvijek pije juice. Nakon što je konobarica preuzela narudžbu i otišla, Saša je razljućeno upitao Ivanu zašto mu je to učinila. Njoj nije bilo jasno o čemu govori. On je smatrao kako je ona napravila budalu od njega pred konobaricom. Ona je odgovorila da je htjela colu i upitala ga zašto ju je natjerao da uzme juice. Na to se on razbjjesnio, počeo vikati i mahati vilicom i nožem: "Zbilja me živciraš! Zašto si takva gadura? Znaš da sam imao težak dan". Optužio ju je još da ga naziva lažovom i da se svađa s njim pred konobaricom.

Njihovu raspravu prekinula je konobarica koja se pojavila s pizzama, jedna miješana i jedna sa sirom. Kad je vidio da je pomiješala narudžbu, počeo je urlati i vikati kako oni to nisu naručili i da on ne želi više ostati tu niti sekunde i da smjesta odlaze. Ivani ništa nije bilo jasno, ostala je ukočeno sjediti sve dok ju on nije zgrabio za rukav i počeo vući prema izlazu. Nije se ni snašla a već su bili na ulici.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Što je problem?
2. Prepoznajete li neka nasilna ponašanja; ako da, koja?
3. Što bi trebalo napraviti da bi se situacija poboljšala?

Modul 4: Reagiraj!

Aktivnost 4.1

Što možemo učiniti da zaustavimo nasilje u intimnim partnerskim vezama - alati za intervenciju

Kratki uvod

Ovu aktivnost čine dijelovi različitih aktivnosti čiji je cilj pomoći učenicama i učenicima da promisle kako intervenirati u situacijama kad svjedoče zlostavljanju žena/djevojaka, te da senzibiliziraju učenike i učenice, kroz propitivanje dominantnog modela maskuliniteta. Cilj aktivnosti je podići svijest o tome da, kao promatrači/ce imamo odgovornost reagiranja, promijeniti stav: „To se mene ne tiče“ i poslati poruku: „Učinite nešto. Nemojte šutjeti“

Ciljevi učenja

Po završetku aktivnosti, učenici i učenice će:

znati što mogu učiniti kad su promatrači/ce

upoznati se sa specifičnim tehnikama propitivanja stavova i ponašanja svojih vršnjaka i vršnjakinja kojima se podupire nasilje protiv žena

znati što svaka osoba može učiniti kako bi zaustavila nasilje u intimnim partnerskim vezama

znati što je kvalitetna veza i kako do nje doći

Trajanje: 45 minuta

Materijal i priprema

Flipchart papir

Samoljepljiva traka

Flomasteri i olovke

Radni list - Scenariji

Aktivnost po koracima

Uvod

1. Jedan od najboljih načina prevladavanja neizvjesnosti i strahova zbog kojih šutimo je imati kutiju s alatima, strategije koje možemo koristiti kako bismo intervenirali u slučaju potrebe. Na taj način, ne moramo toliko razmišljati o tome što ćemo učiniti, hoćemo li učiniti, kad ćemo učiniti, i tako dalje. Jednostavno ćete biti spremni za djelovanje kad to bude potrebno. Sljedeća će vam vježba pomoći da dođete do nekih učinkovitih intervjuskih strategija.
2. Molim vas da se podijelite u 6 malih grupa (miješane po spolu). Odlučite li koristiti manje od šest scenarija, neka broj malih grupa bude jednak broju scenarija koje ćete koristiti.
3. Svaka će grupa dobiti jedan scenarij, u kom je potrebna intervencija. Pokušajte zamisliti sebe u toj situaciji, razgovarajte o tome unutar grupe i napišite što biste učinili. Zamislite da poznate osobe u scenariju. Nitko od njih nije vaš blizak prijatelj ili prijateljica, samo ste u istom društvu. Imate desetak minuta da odgovorite na sva pitanja. Nakon toga ćemo se vratiti u veliku grupu i razgovarati o strategijama koje ste smislili.
4. Dok grupe rade na zadatku, šetajte prostorijom, promatrajte proces i po potrebi ih usmjeravajte. Po isteku vremena, vratite se u veliku grupu. Zamolite male grupe (ili jednu osobu iz svake grupe) da prenesu o čemu se razgovaralo. Aktivnost treba biti usmjerena ka stvaranju popisa konkretnih strategija za intervencije, koje može koristiti bilo tko, ne samo u situacijama koje su slične onima o kojima se razgovaralo, već i u drugim i drugačijim situacijama.
5. Dok raspravljate o strategijama koje su rezultat grupnog rada, zapišite ih na flipchart papir. Sudionice i sudionici će vjerojatno opisati većinu strategija s popisa strategija navedenih u Očekivanom ishodu.
6. Možete koristiti Popis strategija kao smjernice koje će vam pomoći da kategorizirate prijedloge učenika i učenica. Dodajte na popis nove prijedloge do kojih možda dođu učenici i učenice. Na kraju ih možete potaknuti da porazgovaraju o strategijama koje nisu spomenuli – opišite strategiju, i pitajte ih o razlozima zašto se nisu sjetili ovu strategiju uključiti u svoj popis. Ako oni to prihvate, dodajte strategiju na popis.

7. Naglasite da:
- Nasilje NIKAD nije prikladan način reagiranja na nasilje, razgovarajte koje su nasilne metode reagiranja.
 - Ovakve su situacije doista teške i teško je suočiti se s muškom osobom koja zlostavlja ženu ili djevojku.
 - Možete li zamisliti kako bi vam bilo da ste žrtva iz jednog od ovih scenarija, a nitko ne bi ništa učinio?
 - Pitanja za daljnju raspravu:
 - Kad biste bili u nasilnoj vezi, gdje biste krenuli, kome biste se obratili za pomoć?
 - Da je vaš prijatelj/ica u nasilnoj vezi, što biste učinili? Što biste rekli toj osobi?
 - Da vaš prijatelj/ica zlostavlja osobu s kojom je u vezi, što biste učinili? Što biste mu/joj rekli?
 - Jeste li ikad svjedočili činu zlostavljanja? Jeste li nešto rekli ili učinili? Je li itko išta rekao ili učinio? Što?
8. Na kraju aktivnosti, pitajte učenike i učenice: kako možemo promijeniti ovu situaciju? (vidi i dio: Očekivani ishod)
9. Završite aktivnost ovim, ili sličnim zaključkom: Vašim radom smo došli do sjajne liste strategija kojima možemo druge potaknuti da propitaju načine na koji podržavaju nasilje, korištenjem jezika, stavovima i djelovanjem. Nadam se da se sad osjećate spremnijim da progovorite ukoliko se ukaže potreba. Zapamtite, što više budete vježbali, bit će vam manje neugodno. Prije no što završimo, još samo jedan savjet: ne očekujte da ćete postići čuda. Nema savršene intervencije, niti trenutnih promjena. Što se nas tiče, svaka je intervencija uspjeh. Svaki put kad progovorimo, činimo svijet sigurnijim, djelujemo ka uklanjanju nasilja. Iako nije lako intervenirati, to je nešto što jednostavno moramo činiti.“
10. Nije lako nekoga pozvati na red zato što se prema drugoj osobi ponaša nasilno, ili tu osobu ponižava. To može biti opasno, neugodno (može se dogoditi da vas ismiju, ili ne shvate ozbiljno), može nas biti strah da ćemo izgubiti prijateljstvo te osobe. Uvijek treba prvo voditi računa o sigurnosti kad se suočavamo s nasilnom osobom; važno je izbjeći nasilje. Isto tako, cilj nam nije žrtvi sugerirati da je bespomoćna, i da joj/mu treba zaštitnik/ca. S druge strane, ne reći ništa šalje poruku da se ponašanje osobe koja zlostavlja oprašta, ili čak odobrava. Sigurnost je najvažnija stvar koju uzimamo u obzir pri odlučivanju hoće li doći do intervencije. Ako se situacija ne čini sigurnom, ili ako je vjerojatno da bi izazvala daljnje nasilje kod počinitelja/ice, onda je bolje pustiti komentar ili djelo bez komentara, i pokušati naći način suočavanja nekom drugom prilikom. No, istovremeno, zabrinutost zbog reakcije druge osobe nije izgovor da se ne učini ništa. To što smo svjesni svojih strahova ne daje nam pravo da im se predamo. Upravo suprotno, ta svijest nam daje mogućnost da pokušamo uspostaviti kontrolu nad svojim strahovima, tako da nas ne paraliziraju kad trebamo progovoriti.“

Očekivani ishod

Najvažniji dio ove aktivnosti je promijeniti stav: „To se mene ne tiče.“

POPIS STRATEGIJA

Ovdje su neke sugestije kako potaknuti raspravu o određenim strategijama.

STRATEGIJA: Traži pojašnjenje

Ljudi koji izražavaju stavove povezane s nasilnom kulturom očekuju da će se drugi s njima složiti, nasmijati, pridružiti. Ne očekuju da će netko propitivati njihove stavove. Kažete li: „Nije mi baš jasno što si time mislio/mislila. Možeš mi pojasniti?“, ili na neki drugi način potražite pojašnjenje, mijenjate dinamiku i tok konverzacije. Isto tako, time potičete ljude da razmisle o pretpostavkama koje su u podlozi njihovih tvrdnji i stavova. Posebno je važno istaknuti da pitanja treba postavljati na neagresivan način.

STRATEGIJA: Daj žrtvi lice

Ovom strategijom se ponižavanoj osobi vraća ljudski lik. Podsjetite li nekog da bi se o njihovoj sestri, majci ili djevojci moglo govoriti na taj način, ili tako s njom postupati, često je dovoljno da vide kako su žene živa ljudska bića.

STRATEGIJA: Ne optužuj... reci jasno što misliš

Pitajte sudionike i sudionice kako se osjećaju kad netko u njih uperi prsti, kad optužujućim glasom kaže: „TI...“. Recite kako ljudi lakše čuju „Ja rečenice“, jer one govore o osobi koja ih izriče, i time je manje vjerojatno da će se ljudi kojima je rečenica upućena početi braniti.

Umjesto da kažete: „TI si seksist, a ovo je nešto najgluplje što sam ikad čuo/čula“, što je rečenica nakon koje ljudi obično postaju defanzivni, možete reći: „Ne slažem se s tim što kažeš; ja vjerujem da nitko ne zaslužuje da se s njim tako postupa.“

STRATEGIJA: Koristi humor

S ovom strategijom smo na prilično kliskom terenu, jer humor može lako povećati tenzije, ako ljudi osjete da im se rugate. Međutim, učinkovito korištenje humora može smanjiti tenzije, koje su uvijek prisutne pri intervenciji. Ipak, budite pažljivi – nemojte biti toliko duhoviti, da sabotirate poruku koju želite prenijeti.

STRATEGIJA: Bez riječi...

Ova strategija može biti prilično učinkovita kod mladih ljudi, ako je povežete s primjerom roditelja, koji imaju nevjerovatnu sposobnost da svoje nezadovoljstvo djecom prenesu jednostavnim pogledom. Riječi nisu potrebne.

STRATEGIJA: Traži slične sebi

Prema istraživanjima, 90% mladića / muškaraca se povremeno osjeća neugodno zbog načina na koji muškarci u njihovoj okolini govore o ženama / djevojkama, ili kako s njima postupaju, ali gotovo nitko od njih ne reagira, jer vjeruju da su jedini kojima je neugodno. Cilj ove strategije je drugima poručiti da nisu jedini koji se tako osjećaju. Primjerice, možete se jednostavno okrenuti grupi i pitati: „Jesam li ja jedini kome je ovo neugodno?“ Ova strategija može biti posebno korisna kad znate nekog tko često izražava stavove koji podržavaju nasilje. Prijatelji i obitelj mogu, kao grupa, zajednički intervenirati.

STRATEGIJA: Traži ili nudi pomoć

Ako svjedočite nasilnom incidentu, može biti nužno da zovete policiju i tražite pomoć ljudi oko sebe. Ne intervenirajte ako ste sami i smatrate da bi to moglo biti opasno.

Drugi koristan način pružanja pomoći je da obznanite da ste prisutni. Na taj način počinitelj/ica zna da netko svjedoči svemu što se događa.

Možete žrtvi ponuditi pomoć i razgovorom. Time pomažete da se žrtva osjeća sigurnije, ali imajte na umu da je bolje razgovarati s osobom po završetku incidenta.

Kako možemo promijeniti ovu situaciju?

Obvežimo se da nećemo opraštati nasilna djela, nećemo tražiti opravdanja za osobe koje vrše nasilje, i nećemo smatrati da je ijedna djevojka/žena „sama to tražila“. Obvežimo se da nećemo šutjeti. Obvežimo se da ćemo poticati ljude oko sebe da djeluju ka uklanjanju nasilja.

Suprotstavite se korištenju seksističkog jezika i vicevima koji ponižavaju žene/djevojke.

Seksističke šale i jezik pomažu stvoriti klimu u kakvoj su i predugo bili prihvaćeni svi oblici nasilja i zlostavljanja. Riječi koje omalovažavaju žene i djevojke odražavaju društvo koje ima povijest stavljanja žena u položaj drugog reda. Odražavanjem ove realnosti, oni opet stavljaju žene i djevojke „gdje im je mjesto“, čak i ako im to nije bila namjera.

Mladićima je jedna od najtežih stvari za naučiti kako se suprotstaviti drugim mladićima. Suprotstaviti se seksističkom jeziku. Suprotstaviti se mladićima koji olako govore o nasilju protiv žena i suprotstaviti se osobama koje vrše nasilje.

Način na koji reagirate može tu reakciju učiniti više ili manje opasnom. Situacije zlostavljanja su opasne, zato stanite i razmislite prije no što se upletete. No, ako ne reagiramo, situacija i dalje ostaje opasna, a nasilna osoba dobije poruku da je u redu nekom nanositi bol. I govori osobi koja je zlostavljana da nikog nije briga, da on/a nije važan/na. Kad na nasilje nitko ne reagira, svi osjetimo nesigurnost.

ŠTO UČINITI KAD ODLUČITE REAGIRATI:

- nasilnoj osobi jasno recite da to što čini nije u redu
- razgovarajte sa žrtvom, da biste pomogli ili pomogli da se osjeća sigurnijom/im
- tražite pomoć od ljudi u blizini
- pozovite policiju
- stanite tako da nasilna osoba vidi da netko svjedoči onome što se događa

Savjet više

Upute voditelju/voditeljici:

Kad bi svaki put kad netko kaže ili učini nešto što podržava nasilje protiv žena, netko viknuo, buka koja bi nastala bila bi neprestana i gromoglasna. Međutim, trenutno su glasovi koji podržavaju kulturu koja podržava nasilje i brojniji, i glasniji od onih koji govore protiv nasilja. Upravo je zato toliko važno pridružiti se sve većem zboru glasova koji se suprotstavljaju stavovima, ponašanjima, pretpostavkama, i jeziku koji pridonosi kulturi nasilja protiv žena, i zašto je toliko važno progovoriti i poduprti načine komunikacije koji njeguju uzajamno poštovanje i brigu.

Kroz ovu aktivnost, nastoji se pomoći mladim ljudima da počnu razvijati promišljene i strateške načine suprotstavljanja. Kad je riječ o progovaranju u ovim situacijama, nužno je da svi znaju da ste ozbiljni kad je riječ o sigurnosti. Ipak, nemojte se previše zadržavati na strahovima i rizicima vezanim uz intervenciju. Budete li to činili, riskirate gubitak potencijalnih saveznika/ca. Imajte uvijek na umu pozitivnu poruku, da možemo prevladati svoje strahove i naći načina za djelovanje. Isto tako, ne zaboravite da ni na koji način ne ohrabrujete sudionike i sudionice da se uključe u rizična ponašanja.

Kako se u ovoj aktivnosti eksplicitno traži od učenika i učenica da interveniraju u situacijama u kojima su navikli ne reagirati, mogao bi se pojaviti određeni otpor razvijanju strategija. Nekad će se učenici i učenice opirati osmišljavanju strategija, tvrdeći da u takvim situacijama ne bi reagirali. Recite im da zamisle hipotetsku situaciju. Što bi mogli reći, da se dogodi promjena?

Posebno obratite pažnju na to kad mladi predlažu agresivne ili nasilne intervencije (primjerice: „Ja bih ga razbio“). Želja da se dojaše na bijelom konju, pod punom ratnom opremom i sve dovede u red, jedna je od glavnih komponenti tradicionalnog maskuliniteta, i često uzrokuje više štete, nego koristi. Umjesto toga, potičemo učenike i učenice da se odupru tome da se protiv nasilja bore nasiljem, da promisle prije djelovanja, i da traže nenasilne metode otpora nasilju, koje minimaliziraju rizik da itko bude ozlijeđen. U suprotnom, mala je razlika između naše intervencije i preuzimanja zakona u svoje ruke.

Drugi argument, koji možemo koristiti da bismo mlade uvjerali da treba izbjegavati nasilje kao reakciju na nasilje, je da objasnimo sličnosti između ovog ponašanja i ponašanja osobe koja fizički zlostavlja. Poruka koju šaljemo i žrtvi, i društvu, kad usmjeravamo agresivno ponašanje na zlostavljača je da pobjeđuje tko je jači, i da žrtva nema nikakvu kontrolu nad svojom sudbinom, ni onda kad je zlostavljana, ni onda kad je spašava druga nasilna osoba, kroz nasilni incident.

Naglasite da se nasiljem ne može izgraditi društvo u kom nema nasilja, ili u kom se neće tolerirati ni najmanji oblik nasilja.

Kako pomoći prijateljici/prijatelju

PROGOVORITE: čujete li prijatelja/icu da govori nešto neljubazno o nekome, ili da priča kako će učiniti nešto nasilno, recite što je ispravno. Možete zamoliti i odraslu osobu za pomoć.

USKOČITE: Ako netko postupa loše s drugom osobom, bilo verbalno (npr. vrijeđa) ili fizički (npr. tuče), reagirajte kako biste zaustavili ono što se događa ili pozovite odraslu osobu u pomoć.

PRIČAJTE KASNIJE: Nekad je najbolje pričekati i razgovarati kasnije, u četiri oka. Tako bi razgovor mogao biti otvoreniji.

RAZGOVARAJTE S ODRASLOM OSOBOM: nekad je najbolje obratiti se odrasloj osobi – profesor/ica, trener/ica, član/ica obitelji mogu biti od pomoći.

TRAŽITE POMOĆ: ako je netko u opasnosti, odmah potražite pomoć ili nazovite policiju. Ne pokušavajte se upletati ako netko ima oružje, ili je tuča izvan kontrole.

SCENARIJ 1

Priča se da je dečko kojeg poznajete silovao djevojku. Pričate o tome s dvoje svojih najboljih prijatelja. Jedno od njih brani optuženog i za djevojku govori rečenice tipa: "ona je to tražila.. spava sa svima... vidi kako se oblači... pa ćeš i ti vidjeti da je sama to tražila..."

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?

Odabir grupe: _____

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Prijatelja/ice koji ga brani?.

Žrtve?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

SCENARIJ 2

S društvom ste. Jedan od prijatelja se sprema otići, kaže da ne može više ostati jer ga čeka djevojka. Drugi ga počinju zadirkivati: "Koliko si nisko potonuo? Vrte te oko malog prsta!" "Zašto puštaš da te vuče za nos?" i dalje, i dalje, sve gore. Jedan od njih kaže: "Da se meni moja usudi tako nešto napraviti, razbio bih je."

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?

Odabir grupe: _____

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Prijatelja kojem sve to govore?

Drugih prijatelja koji komentiraju?

SCENARIJ 3

Na tulumu ste i dok odlazite vidite kako se dečko upucava djevojci koja je pijana. Ne samo da je pripita, ona je pijana, ne može ni hodati. Čini vam se da ona oklijeva poći s njim.

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?

Odabir grupe: _____

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Mladića?

Djevojke?

SCENARIJ 4

Ulazite u kafić i čujete par kako se svađa. Iznenada, muškarac ženu gurne o zid. Nitko od prisutnih ništa ne čini. Nešto kasnije, situacija posve izmiče kontroli. Muškarac je sve nasilniji prema ženi...

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?

Odabir grupe: _____

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

počinitelj?

žrtva?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

SCENARIJ 5

Nađete se s prijateljicom da odete u kino. Čini vam se da je uplakana. Jednom prije vam je rekla da njen dečko viče na nju i psuje, vrijeđa je, ponižava, uvijek želi znati gdje je i s kim. Čini vam se i da ima modrice na ruci.

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?

Odabir grupe: _____

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Njenog dečka?

Vaše prijateljice?

SCENARIJ 6

Subota je i vani ste s prijateljima. Vaš prijatelj vidi zgodnu djevojku, komentira njeno tijelo i uznemirava je.

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?

Odabir grupe: _____

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Vašeg prijatelja?

Djevojke?

Ostatka društva?

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____



KAKO POMOĆI PRIJATELJICI/PRIJATELJU?

Mnoga istraživanja i statistike pokazuju da su većinom žrtve nasilja žene/djevojke, a zlostavljači muškarci/mladići. No, to ne znači da se nasilje ne vrši i nad mladićima. Ono je zasigurno prisutno, ali u manjoj mjeri nego što je to nasilje protiv žena. Bez obzira je li žrtva osoba ženskog ili muškog spola, bilo koji oblik nasilja u vezi je NEPRIHVATLJIV!

Osoba koja trpi nasilje u vezi osjeća se izolirano i nesretno. Takvoj osobi razgovor s prijateljem/prijateljicom može jako puno značiti. Dajte joj do znanja da ste tu ako želi razgovarati i da ste zabrinuti za nju. Poslušajte što vam ona ima za reći, ali bez optuživanja ili procjenjivanja. Budite joj podrška i kažite joj zašto ste zabrinuti (npr. "Osjećam se loše kad te vrijeđa pred drugima. Nema pravo ponašati se na taj način. Što ti misliš o tome?"). Dajte joj do znanja da vam se nasilno ponašanje koje se događa, a koje ste zamijetili ne sviđa i kažite joj kako se vi pritom osjećate. Pomozite joj da potraži informacije i pomoć. Pružite joj pomoć i podršku u traženju stručne pomoći i ponudite se da budete uz nju za to vrijeme (npr. da idete s njom u savjetovalište). Prekinuti nasilnu vezu nije jednostavno, ali je moguće.

Većina dečki koji su nasilni prema djevojkama ne smatraju se nasilnicima. Mnogi poriču ili ne pridaju neki preveliki značaj takvim djelima. I vama kao prijateljima/icama može biti teško povjerovati da je vaš prijatelj nasilan. Razgovarati s prijateljem koji se ponaša nasilno nije laka stvar, ali je čin pravog prijateljstva. Kada razgovarate s takvom osobom važno je imati na umu par stvari koje vam mogu pomoći. Budite konkretni govoreći o onome što ste vidjeli i kako ste se vi pritom osjećali. Dajte mu do znanja da nećete samo promatrati što se dešava i dopustiti da se takvo ponašanje nastavi i u budućnosti. Pobrinite se da shvati da je odgovoran za svoje ponašanje i za posljedice svojih djela te da je u ozbiljnom problemu jer je nasilje kazneno djelo. Pomozite mu da potraži stručnu pomoć, da porazgovara s nekim od nastavnika/ica u školi, školskim psihologom, pedagogom ili bilo kojom odraslom osobom u koju ima povjerenja i ponudite se da mu budete podrška u procesu traženja pomoći. Stručna osoba će mu pomoći da nauči kontrolirati svoj bijes uz pomoć nenasilnog reagiranja, gdje je krajnji cilj uspostavljanje osjećaja kontrole i osobne moći. Recite mu da vam je stalo do njega, da se brinete i da vjerujete u njegovu snagu i volju da promijeni svoje nasilno ponašanje.

Što možete učiniti da pomognete žrtvi?

Prvo i osnovno, ako znate da je netko u neposrednoj opasnosti, nazovite telefonsku liniju za pomoć žrtvama nasilja, ili policiju.

Sama pomisao da biste mogli razgovarati s nekim za kog znate ili sumnjate da je žrtva nasilja – prijatelj/ica, rođak/inja, ili razredni kolega/ica – o nasilju može biti neugodna ili zastrašujuća. Puno ljudi misli da od toga nema nikakve koristi. Međutim, istina je da već samim započinjanjem razgovora o nasilju, žrtvi pokazujete da vam je stalo i da nije sam/a.

Evo kako možete pomoći:

- **Budite tu. Slušajte** bez davanja savjeta, osim ako vas se pita za savjet. Razgovarajte s prijateljicom/prijateljem o tome koje mogućnosti ima, i recite joj/mu **da mu/joj vjerujete**.
- Recite joj/mu da **ne zaslužuje bol** i da nije kriv/a. Nitko ne zaslužuje loše postupanje.
- **Ne vršite pritisak** da prekine vezu, i **ne govorite loše o osobi s kojom je u vezi**. To može odbiti tvoju prijateljicu/prijatelja.
- **Poštujte osjećaje svoje prijateljice/prijatelja**, i nemojte joj/mu govoriti kako bi se trebala/o osjećati. Ne zaboravite da je i dalje moguće voljeti nekog tko nam nanosi bol.
- **Ne prosuđujte!** Doznajte što vaša PRIJATELJICA/PRIJATELJ želi učiniti sa svojom vezom, i podržite ju/ga. Možete pomoći, i **bez toga da govorite drugima što bi, i što ne bi trebali učiniti**
- Prijateljica/prijatelj može biti zbunjena/en – **može se predomisлити**. To je u redu!
- Nemojte pretjerivati s reakcijom na situaciju! Ako vam je reakcija pretjerana, prijateljica/prijatelj se može osjećati još gore. To ne pomaže.
- Ne pitajte nepotrebna pitanja. Nije vrijeme za radoznalost.
- Pazite na govor tijela i poštujujte osobni prostor svoje prijateljice/prijatelja. Ne žele svi zagrljaje!

- Ona/on može osjećati "krivnju" što ti ovo govori. Možda ju/ga je sram... ili je ljut/a. Očekujte brojne emocije i/ili reakcije.
- Ohrabrite ju/ga da potraži pomoć. Ponudite pomoć da nađe stručnu osobu kojoj može vjerovati, i ponudite da idete s njom/njim na sastanak.
- Nazovite SOS telefonsku liniju da doznate što još možete učiniti za svoju prijateljicu/prijatelja. Možete ostati i anonimni, ako to želite.
- Pružite podršku! Pomozite prijateljici/prijatelju da prikupi informacije – **nabavite pisane informacije** o zlostavljanju u vezama i dajte prijateljici/prijatelju (budite jako pažljivi! Pisane informacije dajte samo onda, ako ste sigurni da time nećete prijatelja/icu izložiti još većoj opasnosti, otkrije li ih zlostavljač/ica) – ako je to slučaj, informacije prenesite usmeno.
- **Ne suočavajte se s partnerom/icom** osim ako vaša prijateljica/prijatelj misli da bi to moglo pomoći. Takvo bi suočavanje moglo lošu situaciju učiniti još gorom. Ne činite ništa što bi ugrozilo vašu sigurnost.
- Dozvolite prijateljici/prijatelju da sama/sam odlučuje, i poštuju te odluke, ako se s njima i ne slažete.
- **Ne kritizirajte** prijateljicu/prijatelja što ostaje u vezi, ili je pokušava popraviti. Samo ju/ga podsjetite da ćete joj/mu biti na raspolaganju.

NEMOJTE ŠUTJETI!

Ako poznate nekog tko zlostavlja osobu s kojom je u vezi, evo kako možete pomoći:

- Slušajte i budite strpljivi. Svakome je teško priznati da ima problem.
- Jasno recite prijatelju/ici da takvo ponašanje nije u redu.
- Recite mu/joj da je nasilno ponašanje pogrešno, i da je **NAPAD ZLOČIN!**
- Potaknite prijatelja/icu da potraži pomoć. Ne može sam/a riješiti problem. Ponudite pomoć u pronalženju stručne osobe kojoj može vjerovati, ponudite da idete s njim/njom na sastanak.
- Pomozite prijatelju/ici da preuzme odgovornost za svoje ponašanje, tako što ćete imenovati zlostavljanje kad ga vidite ili čujete. Recite prijatelju/ici da su krivljenje alkohola, droge ili osobe s kojom je u vezi, samo izgovori.
- Ukoliko vam je prijatelj/ica odrastao/la u nasilnom domu, pokušajte s njim/njom razgovarati kako je to utjecalo na njegove/njene veze.
- Recite prijatelju/ici da je zlostavljanje naučeno ponašanje, i da mogu naučiti promijeniti se.
- Pružite podršku osobi s kojom je vaš prijatelj/ica u vezi. Neka zna da ne zaslužuje biti zlostavljana/zlostavljan.
- Podijelite s prijateljem/icom činjenice o zlostavljanju i nasilju. Recite mu/joj da će, ne potraži li pomoć, izgubiti iz života sve ljude do kojih mu/joj je stalo.
- Nazovite telefonsku liniju za pomoć u slučajevima nasilja, da doznate kako još možete pomoći. Ako želite, možete ostati i anonimni.
- Nabavite pisane informacije o zlostavljanju u vezama, i dajte ih svom prijatelju/ici, kao i osobi s kojom je u vezi (vodite računa o sigurnosti partnera/ice svog prijatelja/ice).
- Budite uzor za zdrave veze, odnosite se s poštovanjem prema svom partneru/ici, prijateljima i prijateljicama.

Kome se obratiti za pomoć i podršku?

Prijateljima i prijateljicama, roditeljima, ženskim skloništima, centrima za seksualno nasilje, službama mentalnog zdravlja, stručnim suradnicima i suradnicama u školama, centrima za socijalnu skrb, policiji.

Popis relevantnih institucija:

Policija 192

Ured pravobranitelja/ice za djecu

Zagreb

Adresa: Teslina 10, 10000 Zagreb

Tel: 01/4929-669, 01/4929-278

Fax: 01/4921-277

E-mail: info@diijete.hr

Web: www.diijete.hr

Osijek

Adresa: Šetalište Petra Preradovića 7/1, 31000 Osijek

Tel: 031/213-098

Fax: 031/213-098

E-mail: info@diijete.hr

Rijeka

Adresa: Trpimirova 2, 51000 Rijeka

Tel: 051/311-121

Fax: 051/311-121

E-mail: info@diijete.hr

Split

Adresa: Braće Kaliterne 10, 21000 Split

Tel: 021/488 462, 021/488 495

Fax: 021/488-462

E-mail: info@diijete.hr

Pravobranitelj/ica za ravnopravnost spolova

Adresa: Preobraženska 4/1, 10000 Zagreb

Tel: 01/4848-100

Fax: 01/4844-600

E-mail: ravnopravnost@prs.hr

Web: www.prs.hr

Poliklinika za zaštitu djece grada Zagreba

Adresa: Đorđićeva 26, 10000 Zagreb

Tel: 01/3457-518

Fax: 01/3436-577

E-mail: info@poliklinika-djeca.hr

Web: www.poliklinika-djeca.hr

Hrabri telefon – telefon za zlostavljanu i zanemarenu djecu

Adresa: Đorđićeva 26, 10000 Zagreb

Tel: 01/3793-000

Fax: 01/3793-300

E-mail: info@hrabritelefon.hr

Web: www.hrabritelefon.hr

Savjetodavna linija za zlostavljanu i zanemarenu djecu

Hrabri telefon za djecu

116 111

Hrabri telefon za mame i tate

0800 0800

Snaga obitelji – Savjetovalište za djecu i roditelje

E-mail: savjet@hrabritelefon.hr

Centar za žrtve seksualnog nasilja

Tel: 01/6119-444

E-mail: savjetovaliste@zenskasoba.hr

Savjetovalište Luka Ritz

Fabkovićeva 1/3, 10 000 Zagreb

Tel: 01/888 5440

Tel/fax: 01/888 5441

E-mail: info@savjetovaliste.hr

www.savjetovaliste.hr

Online savjetovalište: pitaj@savjetovaliste.hr

Zajednica saveza osoba s invaliditetom Hrvatske – SOIH

SOIH – SOS telefon za žene s invaliditetom žrtve nasilja

Adresa: Savska cesta 3, 10000 Zagreb

Tel: 01/4813-999

Fax: 01/4812-551

E-mail: soih@zg.t-com.hr

Web: www.soih-sos.hr



KAKO NAPRAVITI PREZENTACIJU

Tema nasilja u vezama mladih može se obraditi kroz prezentaciju. Pri izradi prezentacije vodite računa o tome da prezentacija ne bi smjela biti predugačka i ne bi smjela sadržavati jako puno teksta na svakom pojedinom slajdu. Prezentacija je zanimljivija i jednostavnija za praćenje ako sadrži neke ključne pojmove i objašnjenja, ili različite slike i ilustracije.

Prezentacija na temu nasilja u vezama mladih bi trebala uključiti sljedeće teme:

- razlikovanje kategorija spola i roda
- rodne uloge
- rodni stereotipi
- definicija nasilja u vezama mladih i vrste nasilja
- mitovi i činjenice o nasilju
- znakovi nasilja u vezi
- faze nasilnog odnosa
- kvalitetne veze
- prava u vezi

1 Razlikovanje kategorija spola i roda

Spol i rod nisu istoznačni pojmovi: spol je biološka činjenica (sva se ljudska bića rađaju kao jedno od dva biološki različita tipa: djevojčica ili dječak – Vijeće Europe, 2009). Rod je, pak, društveni konstrukt i odnosi se na one karakteristike muškaraca i žena koje su društveno određene, za razliku od onih koje su biološki određene. Odnosno, spol se odnosi na biološke karakteristike koje definiraju muškarce i žene a rod se odnosi na društveno konstruirane uloge, ponašanja, aktivnosti i atribute koje određeno društvo smatra prikladnima za muškarce i žene.

Neki primjeri spolnih obilježja su:

- Djevojke dobivaju menstruaciju, a mladići ne
- Mladići imaju testise, a djevojke ne
- Žene imaju grudi kojima mogu dobiti, a muškarci ne (Svjetska zdravstvena organizacija)

Neki primjeri rodni obilježja su:

- U Sjedinjenim Američkim Državama (i većini drugih zemalja), žene zarađuju značajno manje od muškaraca za isti posao
- U većem dijelu svijeta, žene obavljaju više kućanskih poslova nego muškarci
- U Saudijskoj Arabiji, muškarcima je dozvoljeno voziti automobile, a ženama ne (Svjetska zdravstvena organizacija)

2 Rodne uloge

Rodne uloge vežu se uz ono što društvo smatra prikladnim za muškarce i žene. Od samog rođenja, svaka osoba neprestano prima, od obitelji, škole i zajednice, niz poruka, koje upućuju na to što je „prikladno“ za osobe muškog i ženskog spola. To se odnosi na različite ideje, očekivanja i norme vezane uz stavove, izgled, ponašanje koje pojedina kultura/društvo pripisuje i zahtjeva od osoba muškog i ženskog spola. Rodne uloge se uče i oblikuju kroz socijalizaciju. Danas, „na socijalizaciju ne djeluju samo obitelj, škola i radna okolina, već i mediji, uključujući nove informacijske tehnologije, glazba i filmovi. I tradicionalni, i novi socijalizacijski agensi, služe održavanju i prenošenju rodni stereotipa“ (Vijeće Europe, 2009).

3 Rodni stereotipi

Rodni stereotipi predstavljaju generalizirana uvjerenja o tipičnim karakteristikama žena ili muškaraca, bilo fizičkih bilo psihičkih, koje tu grupu opisuju i određuju. Neki od primjera rodni stereotipa vezanih za muški spol karakteriziraju muškarce kao agresivnije, bezosjećajnije, neovisnije, objektivnije, dominantnije i aktivnije dok se žene karakterizira kao pasivne, osjetljivije, pričljivije, nježne, osjećajne, brižljive i požrtvovne. Djevojčice i dječaci koji se ne ponašaju u skladu sa stereotipnim rodni očekivanjima obično doživljavaju negativne komentare, kritike, ali i zlostavljanje od strane vršnjaka i vršnjakinja, te isključivanje i diskriminaciju. Time ih se obeshrabruje od ponašanja na način koji se ne smatra tipičnim za njihov spol, ili uključivanja u aktivnosti koje nisu tipične za njihov spol. Npr. dječak koji se želi baviti plesom ili djevojčica koja se želi baviti nogometom mogu doživjeti neodobravanje okoline.

4 Definicija nasilja u vezama mladih i vrste nasilja

Nasilje u vezama je obrazac napadačkih i kontrolirajućih ponašanja koje jedna osoba koristi protiv druge, kako bi stekla, ili zadržala moć u odnosu. Uvijek imamo, ili nemamo moć/kontrolu u odnosu s drugom osobom ili grupom osoba. Nekad nejednaki raspored moći u odnosu može dovesti do toga da jedna osoba s drugom postupa kao sa stvari. Nejednaka raspodjela moći između muškaraca i žena u intimnim/romantičnim vezama može dovesti do toga da jedna osoba zlostavlja drugu. Primjerice, djevojka možda nije u stanju svom partneru reći želi li seksualni kontakt i ako da, kad i kako bi do njega trebalo doći, zbog tradicionalnog shvaćanja da su muškarci ti koji trebaju odlučivati, žene trebaju slušati (ili da je ženina „dužnost“ seksualno zadovoljavati muškarca). Drugim riječima, ona može osjećati da nema snage/pravo reći: „Ne.“ Moć/kontrola nije stalna – mi smo u neprestanom kretanju, ulazimo ili izlazimo iz veza, u kojima nekad imamo više, a nekad manje moći/kontrole.

Osoba koja zlostavlja se namjerno ponaša tako da uzrokuje strah, degradaciju i ponižavanje druge osobe. Zlostavljanje može biti fizičko, seksualno, emocionalno i psihološko.

Tri su glavna oblika nasilja u vezama:

- Verbalno ili emocionalno/psihološko
- Fizičko
- Seksualno

Verbalno ili emocionalno nasilje u vezama oblik je zlostavljajućeg ponašanja koje uključuje ponašanja kojima se prijeti, zastrašuje i potkopava osjećaj samopoštovanja ili vrijednosti žrtve, čak i pred drugima, tako da se osjeća posramljeno ili omalovaženo. Tu spadaju i ponašanja kojima je cilj kontrolirati osjećaje i ponašanje žrtve, pa čak i njenu/njegovu slobodu (npr. ponižavanje, nazivanje pogrdnim imenima, ismišljavanje u javnosti, prijetnje, uhođenje, ne dopušta vam da izlazite s prijateljima/cama, kontrolira svaki vaš pokret, govori vam što ćete obući, ne dopušta vam da razgovarate s osobama drugog spola, želi znati sadržaj svakog vašeg razgovora, itd.)

Fizičko nasilje u vezama uključuje primjenu fizičke sile nad drugom osobom bez obzira da li je nastupila tjelesna ozljeda ili nije (npr. guranje, udaranje, šamaranje, trganje odjeće s osobe, fizičko zadržavanje, sprječavanje kretanja, itd.).

Seksualno nasilje u vezama odnosi se na bilo koje neželjeno seksualno ponašanje, na seksualno uznemiravanje, tj. bilo koji oblik seksualne aktivnosti (npr. ljubljenje, dodirivanje, milovanje...) bez pristanka druge osobe, prisiljavanje na seks, i silovanje. Seksualno uznemiravanje je jedan od najčešćih oblika seksualnog nasilja koji uključuje neželjene seksualne primjedbe/komentare i verbalne prijedloge ali i ponašanja poput buljenja, stajanja suviše blizu davanja raznih znakova koji osobu dovode u ponižavajući položaj i izazivaju osjećaj srama.

5 Mitovi i činjenice o nasilju

Mitovi o nasilju predstavljaju uvriježena ali netočna vjerovanja. Iza svakog mita stoji točan podatak odnosno činjenica. Postoji jako puno mitova o nasilju a ovdje izdvajamo samo neke od primjera:

Mit: Silovatelji su nepoznati manijaci u mračnim ulicama.

Činjenica: Vrlo često su silovatelji partneri, prijatelji, rođaci, poznanici ili susjedi. Silovanje se često događa u kući i unaprijed je planirano.

Mit: Ponekad je žrtva sama kriva za nasilje.

Činjenica: Nasilje nikad nije krivnja žrtve, bez obzira na način odijevanja, noćne izlaske ili ponašanje. Odgovornost i krivnja je uvijek na počinitelju.

Mit: Ljubomora je znak ljubavi.

Činjenica: Ljubomora se javlja kada mladić ili djevojka misle da njihovu vezu ugrožava treća osoba, bilo to stvarno ili ne. Ljubomora je pokazatelj nesigurnosti u sebe i u partnera. Često je to način kontroliranja partnera te je ne treba miješati s pokazivanjem ljubavi.

Mit: Alkohol i zloupotreba droga su stvarni uzroci nasilja.

Činjenica: To nisu uzroci nasilja jer nasilje se javlja i kad ne postoje ovi faktori. Nasilne osobe su nasilne bez obzira da li su pijani ili drogirani. Ali društveno je prihvatljivo okriviti alkohol i drogu za nasilno ponašanje.

Mit: Ako žrtva napusti zlostavljača nasilje će prestati.

Činjenica: Nasilje ne prestaje odlaskom od partnera. Ovaj mit u osnovi sadrži uvjerenje da žena ima kontrolu nad nasiljem koje trpi, te ukoliko želi da ono prestane, može samo "napustiti" zlostavljača što pretpostavlja njenu odgovornost u čitavoj situaciji. Žene nemaju dovoljno podrške u društvu kada žele okončati nasilan odnos.

6 Znakovi nasilja u vezi

Neki od znakova koji mogu ukazivati da se u vezi dešava nasilje su:

- Naziva osobu pogrdnim imenima (npr. Glupačo!), i kad su sami i pred drugima
- Ponaša se ljubomorno kad osoba priča s drugima
- Jedna od osoba u vezi stalno pronalazi isprike za nasilno ponašanje one druge osobe i opravdava to ponašanje pred drugima
- Uvijek provjerava gdje je osoba s kojom je u vezi i s kim, i zahtijeva cijelo vrijeme znati što radi
- Često gubi živce, možda čak i udara ili razbija predmete kad je ljut/a
- Jedna od osoba u vezi konstantno brine da ne naljuti onu drugu
- Jedna od osoba u vezi odustaje od stvari koje su joj/mu bile važne, npr. druženja s prijateljima/icama, ili bavljenja nekim aktivnostima; postaje sve više izoliran/a i sve više usmjeren/a na osobu s kojom je u vezi
- Ocjene, fizički izgled i/ili tjelesna težina osobe koja doživljava nasilje se drastično mijenjaju. Pokazatelj zlostavljanja mogu biti i znakovi depresije
- Jedna od osoba u vezi ima ozljede i rane koje ne može objasniti, ili su objašnjenja koja daje nejasna i neuvjerljiva

Važno je imati na umu da se ova ponašanja češće događaju djevojkama, jer su one češće žrtve nasilja u vezama.

7 Faze nasilnog odnosa

Svaki nasilni odnos ima nekoliko faza. Faze nasilnog odnosa su:

- Jačanje ili eskalacija nasilja – početak događaja, nasilnikov stres i napetost jačaju, javlja se srdžba.
- Eksplozija/nasilno ponašanje – uključuje sve vrste zlostavljanja. Nasilnik pokušava uz pomoć nasilja kontrolirati situaciju.
- Medeni mjesec ili žaljenje – nakon zlostavljanja. Nasilnik može osjećati olakšanje ili stid, ispričava se i pokušava biti nježan. Obecava da će se u buduće ponašati bolje, može se pokušati iskupiti poklonom.

VAŽNO JE POTRAŽITI POMOĆ I ŠTO PRIJE IZAĆI IZ NASILNE VEZE!

Za pomoć se obratite odrasloj osobi u koju imate povjerenja (roditelji, nastavnici/e) ili stručnoj osobi (školski psiholog/inja, pedagog/inje).

Posljedice zlostavljanja: kao rezultat psihičkog i tjelesnog zlostavljanja, javljaju se ozbiljne teškoće vezane uz zdravstveno stanje (u većini, kod djevojaka). Neki od fizičkih i psihičkih simptoma koji se javljaju su:

- česte glavobolje
- želučani problemi
- problemi s koncentracijom
- teškoće u učenju
- poremećaji spavanja
- depresija
- ostali simptomi vezani uz stres

8 Kvalitetne veze

U vezi se može puno naučiti o sebi i drugoj osobi i steći nova pozitivna iskustva. Mladima je najčešće teško prepoznati kako izgleda kvalitetna veza. U kvalitetnoj vezi osjećate se ugodno, sigurno, mislite dobro o sebi, osjećate da vam se vjeruje i da vas se poštuje - ne bojite se, ne osjećate nesigurnost. Općenito, kvalitetne veze su one koje se temelje na jednakosti/ravnopravnosti, a ne na kontroli i iskazivanju moći nad drugom osobom. „Imati dobru i kvalitetnu vezu“ podrazumijeva sljedeće:

- **Uzajamno poštovanje i ljubav:** on/a me nikad ne ponižava i ne čini da se osjećam loše. On/a me sluša i poštuje mene i moje osobne granice. Isto tako se ponašam i ja.
- **Povjerenje:** on/a me ne provjerava cijelo vrijeme, i ne krivi me bez razloga. Ugodno nam je jednom s drugim. Slobodno možemo reći ili učiniti što god želimo.
- **Dobra komunikacija:** slušamo jedno drugo. Razgovaramo otvoreno i nema nesporazuma. Mogu izraziti svoje osjećaje bez straha od odbijanja.
- **Iskrenost:** nikad ne lažemo jedno drugom. Ako ste ikad uhvatili dečka ili djevojku u nekoj velikoj laži, znate da treba vremena prije no što mu/joj možete opet vjerovati.
- **Osnaživanje:** pružanje podrške jedno drugom, i u dobru, i u zlu
- **Privatnost – individualnost:** svaka osoba ima prostor za sebe, i trebate jedno drugom dati prostor da „dišete“. Vaši su identiteti neovisni / odvojeni. Budi svoj/a, tvoja osobnost ne smije ovisiti o tvom dečku ili tvojoj djevojci.
- **Sigurnost:** jedno s drugim se osjećate sigurnim, nikad ne udarate jedno drugo, niti jedno drugom prijetite.
- **Jednakost - pravednost:** zajednički odlučujete, nijedno ne naređuje onom drugom. Postoji ravnoteža u uzimanju i davanju. Ne smijemo nametati svoje mišljenje drugoj osobi, samo da bismo pobijedili u raspravi.
- **On/a me čini sretnim/sretnom, i sigurnijim/sigurnijom.**
- **Stalo nam je jednom do drugog.**
- **Empatija:** nastojim shvatiti kako se on/a osjeća, mogu se staviti u njen/njegov položaj. On/a nastoji osjetiti što ja osjećam.

- **Svađanje, ali uz rješavanje problema:** Kod svih u nekoj točki može doći do neslaganja, ali to nam ne daje pravo da vrijeđamo druge ljude. Pokušajte naći rješenje. Postane li rasprava prežučna, bolje je prekinuti i nastaviti kasnije.
- **Kontroliranje bijesa:** svi se ponekad naljutimo, no način na koji izražavamo svoju ljutnju može utjecati na naš odnos s drugim ljudima. Postoje načini kako se može kontrolirati bijes, primjerice, dubokim disanjem, brojanjem do 10, ili razgovorom.
- **Smisao za humor**

KAKO OSTVARITI KVALITETNU VEZU?

- Kad ste od početka jedno s drugim iskreni
- Kad jedno drugom dajete prostora za sebe
- Kad ste odgovorni za to kako se osjećate i cijenite sebe
- Kad ne očekujete da će druga osoba riješiti sve vaše probleme, ili da će vam dati sve što trebate
- Kad govorite istinu čak i onda kad je to teško - ne da biste povrijedili drugu osobu, već da iskrenošću pokažete da poštujete sebe i osobu s kojom ste u vezi
- Kad ne pustite bilo kome da s vama postupa kao s "otiračem za cipele"!
- Kad postupate s drugom osobom onako kako biste voljeli da se postupa s vama

9 Prava u vezi

Svatko zaslužuje osjećati se dobro i sigurno u vezi s drugom osobom a to podrazumijeva da imamo određena prava!

IMAM PRAVO

- Bez osjećaja krivnje odbiti izaći s nekim
- Ne biti "macho" ili "zavodljiva"
- Izabrati negdje ići sam/a, bez potrebe da idem u paru
- Reći: "Ne" fizičkoj bliskosti
- Reći: "Želim te bolje upoznati prije no što se zbližimo"
- Reći: "Ne želim više biti u ovoj vezi"
- Imati ravnopravnu vezu
- Imati prijatelje, prijateljice i prostor za sebe, odvojeno od osobe s kojom sam u vezi
- Izraziti svoje mišljenje, i da se moje mišljenje poštuje
- Da se moje potrebe smatraju jednako važnim kao potrebe osobe s kojom sam u vezi
- Rasti kao osoba, na svoj način, svojim tempom
- Prekinuti vezu i zaljubiti se u nekog drugog, a da pri tom ne osjećam prijetnju

Uvijek imam pravo na sigurnost!



ISKUSTVO NASILJA U VEZAMA

ŠTO O NASILJU U VEZAMA KAŽU BROJKE?

Otprilike 1 od 5 adolescentica izjavljuje da je doživjela fizičko i/ili seksualno nasilje od strane partnera¹.

10% srednjoškolkici izjavljuje da ih je partner gurnuo a 3% kaže da su doživjele da je partner na njih bacao nešto ili ih gađao nečim².

3-24% žena izjavljuje da se njihovo prvo seksualno iskustvo dogodilo pod prisilom i za većinu se to desilo u doba adolescencije³.

33% žena je doživjelo fizičko i/ili seksualno nasilje od svoje 15-te godine. To odgovara brojki od 62 milijuna žena (u zemljama članicama EU)⁴.

55% žena je doživjelo neki oblik seksualnog uznemiravanja⁵.

43% žena je doživjelo neki oblik psihološkog nasilja od trenutnog ili bivšeg partnera, kao što je poniženje u javnosti, zabrana da izađe iz kuće ili zaključavanje u kući, prisiljavanje na gledanje pornografije i prijeteće nasiljem⁶.

42.2% žena žrtava silovanja doživjelo je silovanje prije 18-te godine. 27.8% muškaraca žrtava silovanja doživjeli su silovanje u dobi od 10 godina ili u mlađoj dobi⁷.

Otprilike 1 od 4 žene (24.3%) i 1 od 7 muškaraca (13.8%) doživjeli su teško fizičko nasilje od strane intimnih partnera (npr. udarac šakom ili tvrdim predmetom, premlaćivanje, udaranje o nešto) u toku života⁸.

Otprilike polovina žena i muškaraca u SAD-u doživjeli su psihološko nasilje od strane partnera/ice u toku života (48.4% naspram 48.8%)⁹.

U Republici Hrvatskoj, 70% adolescenata i adolescentica doživjelo je da se osoba s kojom su u vezi prema njima nasilno ponašala¹⁰.

Za 57% adolescenata i adolescentica ljubomora je bila najčešći razlog za počinjeno nasilje u vezi¹¹.

¹ Silverman JG, Raj A, Mucci LA, Hathaway JE. Dating violence against adolescent girls and associated substance use, unhealthy weight control, sexual risk behavior, pregnancy, and suicidality. JAMA.2001;286:572-579.

² Halpern CT, Oslak SG, Young ML, Martin SL, Kupper LL. Partner violence among adolescents in opposite-sex romantic relationships: findings from the National Longitudinal Study of Adolescent Health. Am J Public Health. 2001;91:1679-1685.

³ The WHO Multi-country study on women's health and domestic violence against women (Garcia-Moreno et al., 2005)

⁴ Violence against women: an EU-wide survey. Main results report, European Agency for Fundamental Rights, 2014.

⁵ Violence against women: an EU-wide survey. Main results report, European Agency for Fundamental Rights, 2014.

⁶ Violence against women: an EU-wide survey. Main results report, European Agency for Fundamental Rights, 2014.

⁷ Black, M.C., Basile, K.C., Breiding, M.J., Smith, S.G., Walters, M.L., Merrick, M.T., Chen, J., & Stevens, M.R. (2011). The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey (NISVS): 2010 Summary Report. Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.

⁸ Black, M.C., Basile, K.C., Breiding, M.J., Smith, S.G., Walters, M.L., Merrick, M.T., Chen, J., & Stevens, M.R. (2011). The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey (NISVS): 2010 Summary Report. Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.

⁹ Black, M.C., Basile, K.C., Breiding, M.J., Smith, S.G., Walters, M.L., Merrick, M.T., Chen, J., & Stevens, M.R. (2011). The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey (NISVS): 2010 Summary Report. Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.

¹⁰ Hodžić, A. (2007). Nasilje ne prolazi samo od sebe-izvještaj o istraživanju rodno-uvjetovanog nasilja u adolescentskim vezama u Republici Hrvatskoj, CESI.

¹¹ Hodžić, A. (2007). Nasilje ne prolazi samo od sebe-izvještaj o istraživanju rodno-uvjetovanog nasilja u adolescentskim vezama u Republici Hrvatskoj, CESI.

24% mladića je vrijeđalo ili ponižavalo svoju djevojku ili neku drugu mladu ženu a 4% njih je ošamarilo svoju djevojku ili neku drugu mladu ženu¹².

93.1% mladih koji su izjavili da su bili u partnerskoj vezi u posljednjih 6 mjeseci doživjelo je nasilje u vezi a njih 93.1% kaže da su počinili nasilje u vezi¹³.

NASILJE U PARTNERSKIM VEZAMA MLADIH – KVIZ

Uputa:

Ovaj kratki kviz bi vam mogao pomoći da razmislite o mogućnosti da budete zlostavljani ili osoba koja zlostavlja. Drugim riječima, može vam pomoći da razgraničite jeste li žrtva ili zlostavljač/ica u nasilju u intimnoj partnerskoj vezi. Ovdje je nekoliko pitanja koja vam mogu pomoći da razmislite o svom životu.

Jesi li zlostavljan/a? Odgovori na ova pitanja:

- Bojiš li se osobe s kojom si u vezi?
- Bojiš li se izraziti neslaganje s njim/njom?
- Ispričavaš li se stalno za ponašanje osobe s kojom si u vezi, posebno kad se prema tebi ponaša loše?
- Je li te ikad udario/la, šutnuo/la, gurnuo/la, ili te gađao/la nekim stvarima?
- Je li te ikad prisilio/la na seks, kad to nisi htjela/htio?
- Gura li te i odguruje (recimo, prema zidu) velikom silom osoba s kojom si u vezi?
- Bojiš li se prekinuti vezu jer je tvoj partner/ica prijetio/la da će se ozlijediti?
- Ustežeš li se od viđanja s prijateljicama, prijateljima i obitelji zbog ljubomore osobe s kojom si u vezi?
- Vrijeđa li te osoba s kojom si u vezi?
- Zahtijeva li osoba s kojom si u vezi da ispunjavaš njegove/njene zahtjeve?
- Sprječava li te da imaš prijatelje i prijateljice?
- Zahtijeva li da ostaješ kod kuće?
- Viče li na tebe?
- Postupa li s tobom kao s budalom?
- Naljuti li se ako se ne slažeš s njim/njom?

Ako ste odgovorili DA na bilo koje od ovih pitanja, moguće je da ste u nasilnoj vezi. Možda je vrijeme da potražite pomoć od nekog kome vjerujete i tko vas voli ili stručnu pomoć.

Zlostavljaš li osobu s kojom si u vezi? Zapitaj se sljedeće:

- URLaš li i vičeš li na osobu s kojom si u vezi?
- Govoriš li loše o osobi s kojom si u vezi?
- Eskaliraju li mali sukobi u svađe s optuživanjima, kritiziranjem, vrijeđanjem, pozivanjem na prošlost? Je li to uobičajena situacija?
- Stalno provjeravaš osobu s kojom si u vezi? Optužuješ je da te vara?
- Jesi li osobu s kojom si u vezi prisiljavao/la na seks ili je toliko zastrašivao/la da ju/ga je bilo strah odbiti?
- Jesi li osobi s kojom si u vezi prijetio/la da ćeš je/ga ozlijediti?
- Jesi li prijetio/la da ćeš ozlijediti sebe, ako te osoba s kojom si u vezi ostavi?
- Ismijavaš li sposobnosti osobe s kojom si u vezi?
- Vrijeđaš li osobu s kojom si u vezi pred drugima?
- Govoriš li osobi s kojom si u vezi da je glup/a?
- Postaješ li nasilan/na kad piješ ili uzimaš droge?

Ako ste odgovorili DA na bilo koje od ovih pitanja, moguće je da si ti ona/onaj nasilni/a partner/ica. Možda je vrijeme da potražiš stručnu pomoć.

¹² Inicijativa mladića za prevenciju rodno uvjetovanog nasilja u regiji (Hrvatska, BiH i Srbija). Tehnički sažetak početnog istraživanja – Izvješće za Hrvatsku (2009.), CARE i ICRW.

¹³ Ajduković, D., Low A., i N. Sušac (2011). Rodne razlike i prediktori partnerskog nasilja u mladenačkim vezama. Ljetopis socijalnog rada, 18(3): 527-533.



ŠTO MLADI MOGU UČINITI?

Bez obzira na dob, spol, rasu, vjeru ili nacionalnost, svatko može biti katalizator promjene. Kao mladi svakodnevno se susrećemo s raznim nepravdama na koje često ne reagiramo jer mislimo da se naš otpor neće uvažiti samo zato što glas odrasle osobe, bio on u pravu ili ne, bitniji je od našeg. Sama sam se susretala s ovim problemom. Društvo me činilo pasivnijom, koliko god sam htjela nešto promijeniti mislila sam da ne mogu, moram čekati punoljetnost. Shvatila sam da to nije istina. Jedan glas može se daleko čuti i može daleko doprijeti. Nije toliko bitno tko govori već što ta osoba govori. Počela sam time da sudjelujem u prosvjedima te da se obrazujem na konferencijama. Na konferencijama sam naučila o važnosti djelovanja i društvenog aktivizma. Na koji god način možeš i želiš, aktiviraj se i promjeni nešto. Jedan glas može dodirnuti i aktivirati mnoge, jedno dobro djelo može promijeniti mnoge živote.

Ako postoji nešto što želiš promijeniti ili ako postoji nešto što želiš poboljšati to i učini. Moguće je i mnogo je jednostavnije nego što bi pomislili.

Prvo, razmisli o tome kojem problemu se želiš posvetiti. Pronađi jednu ili više osoba koje dijele tvoje interese. Kroz „brainstorming“ smislite način na koji se želite aktivirati. Prednost grupe jest bogatstvo idejama.

Nakon koncepta potrebno je razraditi ideju te oformiti plan djelovanja. Što, kako, kada i gdje. Na ta pitanja morate odgovoriti. Pod time mislim na organizaciju, na realizaciju plana.



Slijedi marketing. Kako bi vaša akcija bila uspješna, treba biti posjećena. Smislite upečatljiv slogan ili opis akcije kako bi ju učinili zanimljivom i približili ljudima. Koristite društvene mreže i medije da promovirate svoju akciju, to je jeftino sredstvo promocije koje koristi iznimno velik broj ljudi. Možete napraviti plakate, napisati članak za školske novine o akciji.

Svojim djelovanjem možete promijeniti ljude i društvo, a ako ustrajete u tome, i hoćete. To je ono čemu svi mi mladi aktivisti težimo.

Dorak Skelin, , 17 godina, učenica XVI gimnazije, Zagreb.

SUDIONICE/SUDIONICI PROJEKTA „NASILNE VEZE SU BEZVEZE“

Osnovna motivacija bila je želja da nakon seminara mogu prenijeti znanja svojim kolegama o ovoj temi koju smatram iznimno važnom pogotovo danas kada sve više mladih neoprezno „uleti“ u vezu.



Mišljenja sam da vršnjaci vršnjacima mogu najbolje prenijeti znanja, jer su svakako puno bliži nego neki standardni predavači stoga mogu imati slobodniju komunikaciju, te vršnjaci najbolje i poznaju probleme svojih vršnjaka.

Okolina (učenici škole koju pohađam), uglavnom prihvaćaju temu, a postoje i oni koji pokazuju veliki interes za ovu temu. Osobno sam vrlo zadovoljan kako se za sada odvijaju akcije i nadam se da će se tako i nastaviti.

Plan akcija podijelili smo u dva dijela, prvi se odnosio na naše škole u kojima smo proveli radionice s učenicima. Na radionicama smo educirali vršnjake o temi nasilja u vezama, ali i o tome što zapravo znači kvalitetna veza. U školama je radionicu prošlo približno 20 razreda, sudjelovalo je oko 500 učenika/ca.

Ovakva metoda je vrlo primjenjiva, i mislim da je ona zapravo i najbolji način rada s našim vršnjacima, jer je na ovaj način najlakše prikupiti najveći broj zainteresiranih sudionika/ca. Drugi dio akcije je postavljanje štanda u gradu, u okviru sajma cvijeća, na kojem smo dijelili/e informativne materijale i educirali/e sugrađane/ke o temi. O broju sudionika/ca još je prerano govoriti, ali svakako će tog dana puno ljudi vidjeti naš štand, a već i time smo postigli određeni efekt.

Bruno Raguž, Gimnazija Sisak



PLAN AKCIJE „REAGIRAJ“

TKO: Gimnazija Ivana Zakmardija Dijankovečkoga Križevci, Srednja škola „Ivan Seljanec“ Križevci, Srednja škola Vrbovec
CILJ: edukacija vršnjaka o oblicima nasilja i prevenciji
AKTIVNOSTI:

- provođenje anketa;
- prikazivanje videa;
- jingle;
- održavanje radionica i
- izlaganje rezultata akcije

MJESTO: škole, multimedijски centar, Pučko učilište

VRIJEME: sredina travnja

PREPREKE: nezainteresiranost, neispunjeni uvjeti, nesuradnja

PODRŠKA:

- Udruga p.o.i.n.t,
- udruga K.V.A.R.K.,
- Udruga „Sv. Margareta“,
- škole,
- mediji



Prezentacija projekta u Križevcima

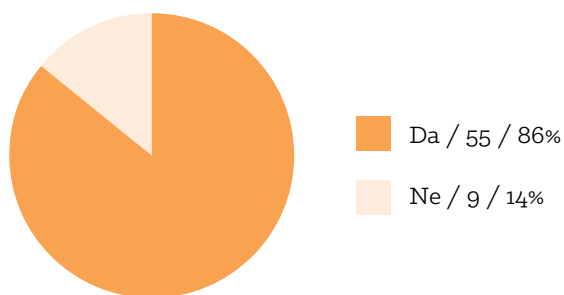
ISTRAŽIVANJA

Učenci/ce su izradili anketni upitnik koji se proveo nad 252 učenika/ca u sve tri srednje škole u Zaboku i među svim generacijama.

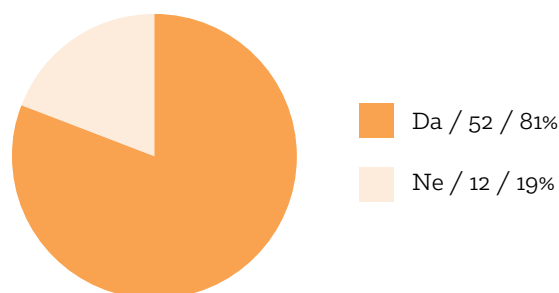
Prema rezultatima ankete 27% djevojaka i 20% mladića poznaje žrtvu seksualnog nasilja. 6% mladića i 19% djevojaka izjavljuje da bi se upustili/e u spolne odnose kako ne bi izgubili partnera/icu. 33% mladića i 46% djevojaka smatra da je ljubomora je jedan od načina iskazivanja ljubavi. 28% mladih smatra da kada djevojka kaže "ne" zapravo misli "da", dok 25% misli da je djevojka sama kriva za silovanje, ako je bila izazovno odjevena.

U anketi koju su osmislili/e učenici/e iz Križevaca sudjelovala su 64 učenika/ce. 81% mladih je bilo ili je trenutno u vezi, a 25% izjavljuje da su doživjeli/e neki oblik nasilja.

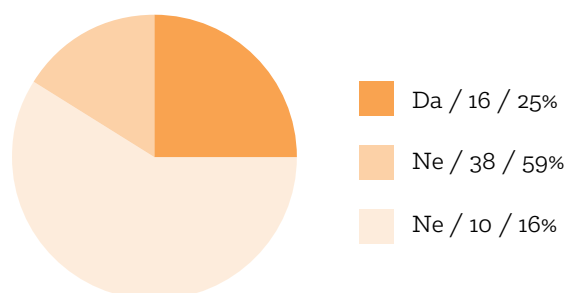
Smatraš li da si dobro upoznat/a sa svim oblicima nasilja?



Jesi li ikad bio/la u vezi ili si trenutno u jednoj?



Jesi li pretrpio/la neki od oblika nasilja u vezi (verbalno, psihičko, fizičko...)?



PREZENTACIJE I RADIONICE

Radionica je sadržavala kratko predavanje uz Power Point prezentaciju - općenito o ljubavi i nasilju u partnerskim vezama, te razgovor s učenicima/cama koliko znaju i jesu li se susreli s nasiljem u vezi. Podijelile smo im anketu "Je li ti veza ravnopravna i kvalitetna, ili ne?" - iz koje se može zaključiti da anketirani/e učenici/e imaju ravnopravnu i kvalitetnu vezu što nam je drago, jer bi mladi ljudi trebali tako postupati i razmišljati.

Radionica s prvim razredom razlikovala se od radionica s ostalim razredima jer su prvaši bili malo neozbiljni i uglavnom im je sve bilo smiješno. I s njima smo provele anketu, a rezultati pokazuju da oni još nemaju partnerske veze.

Na kraju svake radionice učenicima smo podijelile pisane materijale o karakteristikama kvalitetne partnerske veze i druge pisane materijale koje smo same pripremile i koje smo dobile na seminaru u ožujku.

Učenice Škole suvremenog plesa Ane Maletić

Učenice Srednje škole Bedekovčina provele su radionice u trećim razredima škole. „Lijepo smo se zabavile na radionicama, većini učenika/ca je bilo zanimljivo. Svi/sve su bili/e jako aktivni/e i sudjelovali/e u svemu što smo pripremile, osim jednog razreda s kojim ništa nismo uspjele napraviti zbog nezainteresiranosti i neozbiljnosti. Razrednici se svidjela radionica, te ćemo ju provesti u Domu za psihički bolesne odrasle osobe Lobor Grad gdje obavljamo praksu.

PLAN RADIONICE

UVOD : predstavljanje, kratki razgovor o tome gdje smo bile i što smo tamo radile/ naučile

“ZAPLET”:

- prezentacija pod nazivom CESI – ukratko objašnjavamo čime se udruga bavi
- Igra Gdje stojiš?, uz razgovor s učenicima/ama o prepoznavanju nasilja u vezama
- svaka od nas na najbolji mogući način objašnjava koje su vrste nasilja i kako prepoznati nasilje u vezi - Nasilje u partnerskim vezama mladih, uz podlogu slajdova prezentacije Istraživanje o nasilju u vezama
- razgovor o karakteristikama kvalitetne veze

KRAJ: podjela listića – letak kvalitetne veze, podjele blokića i vezica kao nagrada za aktivno sudjelovanje, te zahvale

Zrakoplovna tehnička škola Rudolfa Perešina



Radionica u Srednjoj školi
Lucijana Vranjanina



Radionica u Srednjoj školi Oroslavlje



Srednja strukovna škola Velika Gorica

JAVNE AKCIJE

Nakon radionica u Ekonomskoj školi i Gimnaziji u Sisku za na kojima je sudjelovalo nešto više od 500 učenika/ca iz 18 razreda provedena je javna akcija. Akcija u gradu održana je u subotu 17.5. od 9 do 12 sati u sklopu Sisačkog sajma cvijeća kada su učenici/e zajedno s nastavnicama na štandu dijelili/e materijale i informirali/e posjetitelje/ice.

AKTIVNOSTI U ZABOKU

Akciju su proveli učenici/e Srednje škole Zabok, Gimnazije Antuna Gustava Matoša Zabok i Škole za dizajn, grafiku i odjeću Zabok koji/e su željeli svojim vršnjacima/kinjama predstaviti najčešće vrste nasilja i kako ih prepoznati te su osmislili/e sljedeće aktivnosti:

Izrada i provođenje anketnog upitnika

Izrada povelje o nenasilju u vezama mladih

Učenici/e su zajedno osmislili/e tekst koji govori o nenasilnom ponašanju u školama i vezama mladih, te su izradili/e plakate s upozorenjima o nasilju među mladima i u vezama.

Tekst plakata:

NASILJE NEMA OPRAVDANJA!

Silovanje se može dogoditi i u vezi.

Kad djevojka kaže "ne" zaista i misli "ne".

Svatko ima pravo na privatnost u vezi.

Ljubomora nije dokaz ljubavi.

Grubo ponašanje i vrijeđanje nisu opravdani!

Akcija dijeljenja balona s porukama na gradskom trgu

U sve tri srednje škole podijeljeni su žuti baloni te su sudionici/e projekta iz svih srednjih škola zajedno sa svojim vršnjacima/kinjama na balone napisali poruke: „lajkam ljubav“, „nasilne veze su bez veze“, „mir i ljubav“, „progovorite ako ste žrtva nasilja“, „širi dobro i sreću“, „zaustavi nasilje“, „ljubav, a ne nasilje“.... Balone i materijale tiskane u okviru projekta učenici/ce su sa svojim kolegama/cama iz škole dijelili prolaznicima/am na trgu u Zaboku

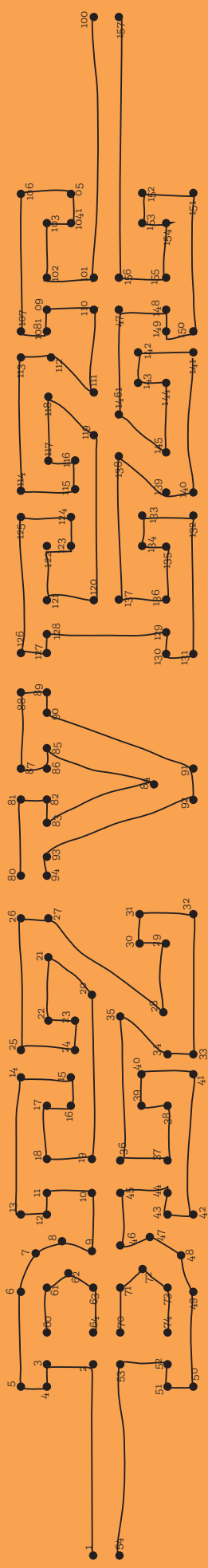


Akcija u Sisku



Akcija u Zaboku

nasilne veze su



**Progovorite
ako ste žrtva
nasilja**

**Kad djevojka
kaže NE,
misli NE!**



Ministarstvo znanosti
obrazovanja i sporta



Cesi

**MREŽA
UDRUGA
ZAGOR**



UDRUGA ŽENA
HERA