

Φυλλάδιο 1: Είναι η Σχέση σου Υγιής και Ισότιμη ή Όχι;

Προσαρμοσμένο από:

Family Violence Law Center (FVLC): Oakland Relationship Abuse Prevention (R.A.P.) Project (http://www.fvlc.org/pdf_rap/RAP_RelationshipAbusive.pdf)



[Φυλλάδιο 1]

Εκτυπώστε το Φυλλάδιο Νο 1 που ακολουθεί.

Μη ζητήσετε από τα παιδιά να απαντήσουν σε αυτό το φυλλάδιο στην τάξη. Μοιράστε το για να το χρησιμοποιήσουν ως «εργαλείο αξιολόγησης της σχέσης τους», είτε παροντικής είτε μελλοντικής. Μη συλλέξετε αυτό το συμπληρωμένο έντυπο από τα παιδιά.

Είναι η σχέση σου υγιής και ισότιμη ή όχι;



Εάν αυτή τη στιγμή έχεις κάποια σχέση, κάνε στον εαυτό σου τις παρακάτω ερωτήσεις και αποφάσισε εάν βρίσκεσαι σε μια υγιή και ισότιμη σχέση, σε μια μη-υγιή σχέση ή σε μια βίαιη σχέση.

Βγαίνεις με κάποιον / κάποια που...	Ναι	Όχι
σε ζηλεύει και είναι κτητικός/-ή απέναντί σου;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σου λέει με ποιους/-ες θα κάνεις παρέα;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ελέγχει που πας και τι κάνεις;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε τρομάζει;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
φοβάσαι για το πως θα αντιδράσει σε διάφορα θέματα;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
είναι βίαιος/-η;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
όταν θυμώνει έχει έντονες εκρήξεις;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε σπρώχνει ή σε στριμώχνει (π.χ. στον τοίχο);	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε αρπάζει με δύναμη;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε πιέζει να κάνετε σεξ;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
στο σεξ, χρησιμοποιεί βία ή σε κάνει να φοβάσαι;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
προσπαθεί να σε απομονώσει από την οικογένεια και/ή την παρέα σου;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ταπεινώνει τους/τις φίλους /-ες σου και/ή την οικογένεια σου;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
προσπαθεί να σε ελέγχει;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε διατάζει;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
κατηγορεί εσένα ή/και άλλους για τα προβλήματα που έχει;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε μειώνει (ακόμα κι αν το κάνει υπό μορφή αστείου);	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε βρίζει;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σε κοροϊδεύει ή σε γελοιοποιεί μπροστά σε φίλους/-ες;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
σοβαρεύει απότομα;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ενώ εσύ θέλεις να χωρίσετε, δεν σε αφήνει;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Αν απάντησες «ΝΑΙ» έστω και σε μία ερώτηση, τότε ίσως είναι η ώρα που πρέπει να κάνεις ένα βήμα πίσω για να μπορέσεις να δεις μήπως η σχέση που έχεις είναι μη-υγιής ή ακόμα και βίαιη. Αν απάντησες αρκετά ή πολλά «ΝΑΙ» ίσως τώρα είναι η ώρα που πρέπει να ζητήσεις τη βοήθεια κάποιου ατόμου που εμπιστεύεσαι και που ξέρεις ότι σ' αγαπάει ή τη βοήθεια κάποιου ειδικού.

**Μη διστάσεις να ζητήσεις ΑΜΕΣΩΣ βοήθεια
σε περίπτωση που αισθανθείς ότι κινδυνεύεις.**