

## Δραστηριότητα 4.1.6 Ευαισθητοποίηση των Νέων στις Προειδοποιητικές Ενδείξεις της ΒΕΣ & στους Τρόπους που Μπορούν να Προσφέρουν Βοήθεια

Προσαρμογή από:

- ◇ Oregon Coalition against Domestic and Sexual Violence. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: [www.ocadsv.com/red.htm](http://www.ocadsv.com/red.htm).
- ◇ Seventeen Signs to Look for in a Battering Personality-Project for Victims of Family Violence, Inc.
- ◇ Women's Rural Advocacy Programs. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: <http://www.letswrap.com/>

### Σύντομη Εισαγωγή

Μπορεί να μη βλέπουμε τη βία αλλά βλέπουμε τα “σημάδια” που προηγούνται ή αφήνει πίσω της. Έχουμε συνηθίσει να πιστεύουμε ότι η Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων αποτελεί αυστηρά ιδιωτικό ζήτημα και δεν μας αφορά. Πιστεύουμε ότι δεν έχουμε ούτε την υποχρέωση ούτε το δικαίωμα να παρέμβουμε. Αλλά η βία αποτελεί έγκλημα, όπου κι αν συμβαίνει.

### Μαθησιακοί Στόχοι

- ◆ Να μάθουν πώς να αναγνωρίζουν την ύπαρξη κακοποίησης σε μια σχέση
- ◆ Να μάθουν τις συνηθισμένες ενδείξεις ενός κακοποιημένου ατόμου
- ◆ Να μάθουν τη συνηθισμένη συμπεριφορά ενός δράστη προς το/τη σύντροφο του/της
- ◆ Να μάθουν τι μπορεί κάποιος/-α να κάνει:
  - ◇ αν ένα θύμα ζητήσει βοήθεια
  - ◇ αν ένας δράστης ζητήσει βοήθεια
  - ◇ αν βρεθεί μπροστά σε ένα επεισόδιο κακοποίησης ή αν συνειδητοποιήσει ότι κάποιο αγαπημένο του/της πρόσωπο κακοποιείται στη σχέση του/της

### Υλικό & Προετοιμασία

- ◆ Μεγάλο φύλλο χαρτιού & Μαρκάδοροι
- ◆ Ενημερωτικά Φυλλάδια Νο 1, 4, 7, 8, 9 και 10

### Προτεινόμενη βήμα-προς-βήμα διαδικασία

Βήμα 1

1

Σε αυτή τη δραστηριότητα θα συζητήσουμε τις ενδείξεις κακοποίησης και τις συμπεριφορές των ανθρώπων που είναι θύματα ΒΕΣ, καθώς και τις συμπεριφορές που ίσως μπορούμε να διακρίνουμε σε ανθρώπους που κακοποιούν τους/τις συντρόφους τους.

2

Χρησιμοποιώντας ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού (βλ. ενότητα “Αναμενόμενο Αποτέλεσμα”), γράψτε σε δύο στήλες τις ερωτήσεις, “Πως μπορείτε να καταλάβετε ότι ένα άτομο είναι θύμα Βίας μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων;” και “Πως μπορείτε να καταλάβετε ότι ένα άτομο είναι δράστης κακοποίησης;”

3

Οδηγίες προς μαθητές/-τριες:

- ◆ Χωριστείτε σε 4 μικρές ομάδες με ίσο αριθμό κοριτσιών και αγοριών, εάν είναι εφικτό (μεικτές ομάδες)
- ◆ Η αποστολή των δύο από τις ομάδες είναι να συζητήσουν τους πιθανούς τρόπους με τους οποίους ένα άτομο συμπεριφέρεται ή άλλες ενδείξεις που μπορεί να δείχνουν ότι αυτό το άτομο κακοποιείται; Φτιάξτε ένα κατάλογο με τέτοιου είδους συμπεριφορές
- ◆ Οι άλλες δύο ομάδες θα κάνουν το ίδιο για τις συμπεριφορές ή τις ενδείξεις που μπορεί να δείχνουν ότι αυτό το άτομο είναι δράστης κακοποίησης.

4

Μόλις τελειώσουν, ζητήστε από ένα/μία συμμετέχοντα/-ουσα από κάθε ομάδα να διαβάσει τις απαντήσεις τους και δημιουργήστε δύο λίστες σε ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού με τις απαντήσεις κάθε ομάδας. Συμπληρώστε τον κατάλογο (εάν είναι απαραίτητο) χρησιμοποιώντας ιδέες από τις προειδοποιητικές ενδείξεις κακοποίησης που θα βρείτε στο Παράρτημα Α “Γενικές Θεωρητικές Πληροφορίες” και τις πληροφορίες που παρέχονται στην ενότητα “Αναμενόμενο Αποτέλεσμα” αυτής της δραστηριότητας.

## Δραστηριότητα 4.1.6

**Βήμα 2** Εξηγήστε στους/στις μαθητές/τριες: Τώρα που ξέρουμε πώς να αναγνωρίζουμε τις ενδείξεις κακοποίησης, το επόμενο βήμα είναι να συζητήσουμε πώς να βοηθήσουμε ένα θύμα ή ένα δράστη.

**1** Θα σας διαβάσω μια ιστορία\* για ένα κορίτσι που είναι σε μια βίαιη σχέση και το οποίο ζητάει τη βοήθεια σας. Στο τέλος της ιστορίας θα σας ρωτήσω: "Τι θα κάνατε αν ερχόταν σε εσάς να τη βοηθήσετε;"

*Αυτό που με πληγώνει περισσότερο είναι τα σκληρά του λόγια και ότι με βρίζει. Του είπα ότι με πληγώνει. Κάθε φορά που προσπαθώ να τον χωρίσω κλαίει και με ικετεύει: "Συγγνώμη, μην μ' αφήσεις, θα σταματήσω να σε πληγώνω". "Τον πιστεύω γιατί δεν θέλω να τον αφήσω· θέλω απλά να αλλάξει.*

*...Με ελέγχει και θέλει να είναι σίγουρος ότι δεν μιλάω ή κάνω κάτι με κάποιον άλλον. Με αποκαλεί με αηδιαστικά ονόματα και με κάνει να κλαίω. Ουρλιάζει και με έχει χτυπήσει. Όταν με χτυπάει, λέει ότι δεν το ήθελε, και το γυρίζει σαν να είναι δικό μου το λάθος: "Εάν δεν έκανες αυτά τα πράγματα, δεν θα σε χτυπούσα". Δεν θα έπρεπε να τον θυμώνω τόσο πολύ ή να τον προκαλώ να με χτυπήσει. Έχω μείνει πίσω στο σχολείο. Ντρέπομαι και νιώθω χάλια. Δεν ξέρω τι να κάνω...*

♦ **Τι θα της λέγατε;**

♦ **Τι θα μπορούσατε να κάνετε για να τη βοηθήσετε;**

**2** Εξηγήστε στους/στις μαθητές/τριες: τώρα θα σας διαβάσω μια ιστορία για ένα αγόρι που είναι βίαιο στη σύντροφό του. Στο τέλος της ιστορίας θα σας ρωτήσω: Τι θα κάνατε αν ερχόταν σε σας για να τον βοηθήσετε;"

*"Μια μέρα, ήταν έξω με τους/τις φίλες της· την φώναζα αλλά δεν μου απάντησε ποτέ. Τα πάντα είναι πιθανά. Δεν μπορούσα να κοιμηθώ σκεπτόμενος ότι ήταν έξω με άλλους. Τη συνάντησα την άλλη μέρα στο σχολείο. Ήμουν πολύ θυμωμένος... έχασα τον έλεγχο και τη χτύπησα." "Δεν το ήθελα αλλά ξέφυγε η κατάσταση. Απειλούσε ότι θα με αφήσει· πώς θα αισθανόσουν εσύ αν ήσουν στη θέση μου; Τι θα έκανες στη θέση μου..."*

♦ **Τι θα του λέγατε;**

♦ **Τι θα μπορούσατε να κάνετε για να τον βοηθήσετε;**

**3** Τι δυσκολίες φαντάζεστε ότι θα είχατε σε παρόμοιες καταστάσεις; Ποιοι θα μπορούσαν να είναι οι πιθανοί τρόποι για να ξεπεράσετε αυτές τις δυσκολίες;

**4** Μοιράστε στους/στις μαθητές/-τριες το **Ενημερωτικό Φυλλάδιο 7**, τον κατάλογο με τις υπηρεσίες υποστήριξης (**Φυλλάδιο 8**) και το **Φυλλάδιο 10: Τα Δικαιώματά μου στις Σχέσεις μου**.

**5** Μπορείτε επίσης να μοιράσετε στους/στις μαθητές/-τριες το **Φυλλάδιο 1**: "Είναι η Σχέση σου Υγιής και Ισότιμη ή Όχι;" και/ή το **Φυλλάδιο 9**: "Τεστ για τη Βία στα Σχέση" που θα τους δώσουν την ευκαιρία να αξιολογήσουν τις σχέσεις τους και να προσδιορίσουν εάν εμφανίζουν κάποιο από τα χαρακτηριστικά της συμπεριφοράς είτε του θύματος είτε του δράστη.

\* Προσαρμοσμένη από: Liz Claiborne Inc. (2006). Love is Not Abuse: a teen dating violence prevention curriculum. Liz Claiborne Inc. (Διαθέσιμο στο: [www.loveisnotabuse.com](http://www.loveisnotabuse.com), ανακτήθηκε 5 Ιουλίου 2009)

## Δραστηριότητα 4.1.6

## Αναμενόμενο Αποτέλεσμα (Για πιο λεπτομερή περιγραφή βλ. Παράρτημα Α.2.7)

## Βήμα 1\*

Πως μπορείτε να καταλάβετε ότι ένα άτομο είναι <b>θύμα</b> Βίας μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων;	Πως μπορείτε να καταλάβετε ότι ένα άτομο είναι <b>δράστης</b> κακοποίησης;
<p><b>1.</b> Το αγόρι/κορίτσι του <b>ζηλεύει και είναι κτηκικό:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ μοιάζει να προσπαθεί να <b>ελέγξει</b> τη συμπεριφορά του/της</li> <li>◆ <b>παίρνει όλες τις αποφάσεις</b></li> <li>◆ <b>τον/την ελέγχει</b></li> <li>◆ <b>απαιτεί να γνωρίζει</b> με ποιόν/-α είναι μαζί</li> </ul> <p><b>2.</b> Έχετε δει το/τη σύντροφό του/της να <b>γίνεται βίαιος/-η:</b> λεκτικά (φωνές, προσβολές) ή σπάζοντας, χτυπώντας ή πετώντας αντικείμενα</p> <p><b>3.</b> Εμφανίζει <b>ξαφνικές αλλαγές</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ στην <b>εμφάνιση ή τη συμπεριφορά</b> του/της</li> <li>◆ στην <b>διάθεση ή την προσωπικότητα.</b> Γίνεται νευρικός/-ή ή καταθλιπτικός/-ή, προσποιείται ή γίνεται μυστικοπαθής αποφεύγει την οπτική επαφή</li> </ul> <p><b>4.</b> Φαίνεται να έχει <b>χάσει το ενδιαφέρον</b> ή να έχει παρατήσει πράγματα που πριν ήταν σημαντικά· έχει χάσει το ενδιαφέρον για το σχολείο ή για άλλες δραστηριότητες <b>Οι βαθμοί του/της στο σχολείο πέφτουν ή μένει στην ίδια τάξη</b></p> <p><b>5.</b> Συστηματικά <b>ακυρώνει σχέδια την τελευταία στιγμή</b> και σταδιακά <b>απομονώνεται</b> από τους/τις φίλους/-ες</p> <p><b>6.</b> Δείχνει συχνά <b>αρνητικά συναισθήματα</b>, δηλαδή αισθάνεται:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>ενοχή, αμφιθυμία και φόβο</b></li> <li>◆ <b>θυμό, ντροπή</b></li> <li>◆ <b>απομόνωση, δυσπιστία στους άλλους</b></li> <li>◆ <b>αβοήθητος/-η και αδύναμος/-η</b></li> </ul> <p><b>7.</b> Έχει <b>φτωχή αυτοεικόνα</b> (αυτό δεν ισχύει ΠΡΙΝ τη σχέση)</p> <p><b>8.</b> Δείχνει να <b>φοβάται</b> τον/την σύντροφό</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>απολογείται για τη συμπεριφορά του αγοριού/κοριτσιού του/της</b></li> <li>◆ <b>είναι νευρικός/-ή όταν είναι κοντά ο/η σύντροφος του/της</b></li> <li>◆ <b>δείχνει σαν να φοβάται μην τον/την θυμώσει</b></li> </ul> <p><b>9.</b> Έχει <b>τραύματα</b>, μελανιές ή σημάδια που <b>δεν μπορεί να δικαιολογήσει</b></p> <p><b>10. Ιστορικό κακοποίησης:</b> άλλες γυναίκες στην οικογένειά της/του κακοποιούνται ή έχουν κακοποιηθεί ή το θύμα είχε κακοποιηθεί ως παιδί</p>	<p><b>1. Ζήλεια</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>κατηγορεί το άλλο άτομο ότι τον/την απατά</b></li> <li>◆ <b>τηλεφωνεί και τον/την ελέγχει διαρκώς</b></li> <li>◆ <b>ακολουθεί και παρακολουθεί το άλλο άτομο (stalking)</b></li> </ul> <p><b>2. Εξουσιαστική Συμπεριφορά</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>απαιτεί να γνωρίζει</b> που είναι ο/η άλλος/-η <b>όλη την ώρα</b></li> <li>◆ <b>νιώθει ότι πρέπει να παίρνει όλες τις αποφάσεις</b></li> <li>◆ <b>δεν δέχεται το "όχι" ως απάντηση (κι αυτό μπορεί να περιλαμβάνει και το να αρνείται να χωρίσουν)</b></li> </ul> <p><b>3. Γρήγορη Ανάμειξη</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>χρησιμοποιεί την ενοχή του άλλου ατόμου (Αν μ' αγαπούσες...)</b></li> </ul> <p><b>4. Μη Ρεαλιστικές Προσδοκίες</b></p> <p><b>5. Άκαμπτοι Έμφυλοι Ρόλοι:</b> Επιβάλλει στερεοτυπικές απόψεις για τις σχέσεις ανδρών-γυναικών (οι άνδρες έχουν τον έλεγχο, οι γυναίκες είναι υποτακτικές κτλ.)</p> <p><b>6. Απομόνωση:</b> Χειραγωγεί και ελέγχει τις επαφές του άλλου ατόμου με φίλους/-ες, οικογένεια, εξωτερικές δραστηριότητες, ή τον/την απομονώνει από την οικογένεια και τους/τις φίλους/-ες του</p> <p><b>7. Φτωχή Αυτοεικόνα</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>κατηγορεί τους άλλους για τα προβλήματα του/της</b></li> <li>◆ <b>κατηγορεί τους άλλους για τα συναισθήματα του/της</b></li> <li>◆ <b>υπερευαίσθησία</b></li> </ul> <p><b>8. Χρησιμοποιεί "Παιχνιδιάρικη" Βία στο Σεξ</b></p> <p><b>9. Κακοποιεί λεκτικά και υποβαθμίζει</b> τις απόψεις, τους/τις φίλους/-ες, την οικογένεια, την εμφάνιση του άλλου ατόμου</p> <p><b>10. Γίνεται πολύ σοβαρός πολύ γρήγορα</b> (Dr Jekyll &amp; Κος Hyde)</p> <p><b>11. Απειλές Βίας</b></p> <p><b>12. Σπάει ή πετάει αντικείμενα</b> – χρησιμοποιεί βία κατά τη διάρκεια μιας συζήτησης</p> <p><b>13. Κακομεταχειρίζεται ζώα</b></p> <p><b>14. Υπάρχει Ιστορικό κακοποίησης</b> στην πατρική οικογένεια ή ιστορικό προηγούμενων σχέσεων κακοποίησης</p>

\* Προσαρμοσμένο από:

- ◆ Metropolitan Center for Women & Children: [www.mcwcgno.org/gethelp/battering-more.html](http://www.mcwcgno.org/gethelp/battering-more.html) & [www.mcwcgno.org/downloads/TeenBrochure.pdf](http://www.mcwcgno.org/downloads/TeenBrochure.pdf);
- ◆ Helpline.org: [www.helpline.org/mental/domestic\\_violence\\_abuse\\_types\\_signs\\_causes\\_effects.htm](http://www.helpline.org/mental/domestic_violence_abuse_types_signs_causes_effects.htm);
- ◆ [www.theredflagcampaign.org/index.php/dating-violence/red-flags-for-abusive-relationships/](http://www.theredflagcampaign.org/index.php/dating-violence/red-flags-for-abusive-relationships/);
- ◆ [www.lilaclane.com/relationships/emotional-abuse/](http://www.lilaclane.com/relationships/emotional-abuse/);
- ◆ Oregon Coalition against Domestic and Sexual Abuse. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: [www.ocadsv.com/OCADSV\\_WhatYouShouldKnow\\_TeensAndYouth.asp](http://www.ocadsv.com/OCADSV_WhatYouShouldKnow_TeensAndYouth.asp)
- ◆ Women's Rural Advocacy Programs. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: [www.letswrap.com/dvinfo/warning.htm](http://www.letswrap.com/dvinfo/warning.htm)
- ◆ [www.adcouncil.org/issues/Domestic\\_Violence\\_Prevention](http://www.adcouncil.org/issues/Domestic_Violence_Prevention) (Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005)
- ◆ Center for Relationship Abuse Awareness. Ανακτήθηκε 10 Απριλίου 2010 από: [www.stoprelationshipabuse.org/signs.html](http://www.stoprelationshipabuse.org/signs.html)

## Δραστηριότητα 4.1.6

### Προειδοποιητικές Ενδείξεις Βίας μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων

Σ' αυτό το σημείο χρειάζεται να επισημανθεί ότι κάθε ένδειξη κακοποίησης δεν σημαίνει απαραίτητα ότι αυτό το άτομο είναι θύμα κακοποίησης. Ο συνδυασμός, ωστόσο, αρκετών ενδείξεων μπορεί να εγείρει βάσιμες υποψίες ότι το συγκεκριμένο άτομο μπορεί να κακοποιείται.

#### Βήμα 2 Τι μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε ένα θύμα

Πριν και πάνω από όλα, εάν γνωρίζετε κάποιον/-α που βρίσκετε σε άμεσο κίνδυνο καλέστε μια τηλεφωνική γραμμή SOS ή την αστυνομία.

Το να μιλήσεις σε κάποιον/-α που γνωρίζεις ή που υποπτεύεσαι ότι κακοποιείται (φίλο/-η, συγγενή ή συμμαθητή/-τρια) μπορεί να σε κάνει να νιώθεις άβολα ή ακόμη και να σε φοβίζει. Πολλοί άνθρωποι πιστεύουν ότι κάτι τέτοιο δεν θα βοηθούσε σε τίποτα. Η αλήθεια είναι ότι, ξεκινώντας μια συζήτηση για τη βία, δείχνεις στο θύμα ότι ενδιαφέρεσαι, ότι δεν είναι μόνος/-η του/της. Ακολουθούν μερικές χρήσιμες ιδέες για το πώς μπορείτε να χειριστείτε τη συζήτηση:

- ◆ Μην πείτε τίποτα σε κανένα άλλο άτομο, εκτός αν το θύμα βρίσκεται σε κίνδυνο
- ◆ Ακούστε προσεκτικά, πιστέψτε αυτά που σας λέει και να μην τον/την κρίνετε. Η αυτοπεποίθηση του/της λογικά θα είναι διαλυμένη. Πείτε του/της ότι δεν υπάρχει ΚΑΝΕΝΑΣ λόγος να ντρέπεται
- ◆ Πείτε του/της ότι δεν είναι δικό του/της λάθος, και ότι δεν υπάρχει ΠΟΤΕ, καμία δικαιολογία για τη χρήση βίας σε μια σχέση
- ◆ Πείτε του/της πως μπορεί να βρει βοήθεια
- ◆ Πείτε του/της ότι δεν είναι μόνος/-η
- ◆ Μη του/της πείτε ότι πρέπει απλώς να αφήσει το/τη σύντροφό του γιατί μπορεί να μην είναι τόσο απλό όσο εσείς φαντάζεστε
- ◆ Μη προτείνετε κάποια λύση, επειδή νομίζετε ότι αυτή θα ήταν η καλύτερη λύση για σας: προσπαθήστε να τον/την βοηθήσετε να βρει την καλύτερη λύση για τον εαυτό του/της
- ◆ Ενθαρρύνετε τον/την να αναζητήσει επαγγελματική βοήθεια και συνοδεύστε τον/την, αν σας το ζητήσει.

#### Τι μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε ένα δράστη

- ◆ Μην παριστάνετε ότι δεν ξέρετε τι συμβαίνει. Μη συμπεριφέρεστε σαν να "μη συμβαίνει τίποτα το σημαντικό"
- ◆ Μιλήστε του/της όταν είναι μόνος/η και όχι μπροστά σε άλλα άτομα ή κατά τη διάρκεια ενός βίαιου επεισοδίου
- ◆ Μην είστε επιθετικός/-ή ούτε να καβγαδίσετε μαζί του/της
- ◆ Πέστε του/της ξεκάθαρα ότι η συμπεριφορά του/της δεν είναι εντάξει
- ◆ Μην αποδεχτείτε καμία δικαιολογία
- ◆ Ενθαρρύνετε τον/την να ζητήσει βοήθεια και προσφερθείτε να τον/την συνοδεύσετε σε ένα επαγγελματία
- ◆ Στηρίξτε το/τη σύντροφό του/της. Πείτε του/της ότι δεν του/της αξίζει να κακοποιείται.
- ◆ Καλέστε μια SOS γραμμή για να μάθετε τι μπορείτε να κάνετε για να τον/την βοηθήσετε. Μπορείτε να διατηρήσετε την ανωνυμία σας αν το επιθυμείτε.
- ◆ Να αποτελείτε παράδειγμα για τη δημιουργία υγιών σχέσεων, με το να συμπεριφέρεστε στο/στη σύντροφό σας και στους/τις φίλους/-ες σας με σεβασμό.

**Μη σιωπάτε!**