

2. kiadás, 2016. március

Kiadó:

NANE (Nők a Nőkért Együtt az Erőszak Ellen) Egyesület, 2016
Postacím: 1447 Budapest, Pf. 502

NANE NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET



A kiadvány az EGT/Norvég Civil Támogatási Alap támogatásával készült 2016-ban.

Szerzők:

1. rész: Luzia Köberlein, Tóth Györgyi (magyar változat)
2. rész: Petra Sartingen, Armin Krohe-Amann, Maria Rösslhumer, Sandra Massner, Tóth Györgyi, Benkő Fruzsina

Magyar fordítás:

Langerné B. Judit

Szerkesztő:

Luzia Köberlein
Cserháti Éva (2. kiadás)

Kiadvány terv:

goetzing+komplizen, Agentur für Ideen GmbH

Copyright 2008 by Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband, Landesverband Baden-Württemberg

A munkaanyag a Gyerekek és fiatalok a párkapcsolati erőszak ellen című projekt keretén belül került kifejlesztésre, melyet az **Európai Közösség a Daphne II program keretében támogatott.**

A projekt kivitelezője a Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband, Landesverband Baden-Württemberg a következő projektpartnerek részvételével: Verein Autonome Österreichische Frauenhäuser, Bécs; NANE Egyesület, Budapest; Tübinger Initiative für Mädchenarbeit, Tübingen; PfunzKerle e.V., Initiative für Jungen- und Männerarbeit, Tübingen.

Nem vállalunk felelősséget és garanciát azoknak az internetes honlapoknak az aktualitásáért, pontosságáért és teljességéért, amelyekre a munkaanyagban található linkeken keresztül utaltunk. A Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband, Landesverband Baden-Württembergnek (DPWV) nincs befolyása az internetes honlapok (valamint weboldalak) tartalmára és kivitelezésére nézve. Ebben az összefüggésben hangsúlyozzuk, hogy a DPWV a linkeken keresztül elérhető internetes honlapok tartalmától és kivitelezésétől teljes mértékben elhatárolódik, azok tartalmáért és kivitelezéséért felelősséget nem vállal. Ez a nyilatkozat vonatkozik a kiadványban található minden linkre, internetes honlapra, weboldalra, és azok tartalmára.

Az Európai Bizottság felel a kiadványban található információ további hasznosításáért.

A munkaanyag a Gyerekek és fiatalok a párkapcsolati erőszak ellen című projekt keretén belül került kifejlesztésre. A projektet az Európai Közösség a Daphne II program keretében támogatta, a Der PARITÄTische¹ Baden-Württemberg 1 kezdeményezte, koordinálta és kísérte figyelemmel szakmai szempontból. A projekt kivitelezésében német, magyar és osztrák projektpartnerek vettek részt:

- TIMA e.V., Tübinger Initiative für Mädchenarbeit, Tübingen
- PfunzKerle e.V., Initiative für Jungen- und Männerarbeit, Tübingen
- NANE Egyesület, Budapest
- TIMA e.V., Tübinger Initiative für Mädchenarbeit, Tübingen

A projekt témájában minden szervezet megalapozott ismeretekkel rendelkezett és jó kapcsolatot ápolt iskolákkal és ifjúsági szervezetekkel. A projekt megvalósításakor sokéves tapasztalattal rendelkeztek a párkapcsolati erőszak áldozatainak támogatásában, az elkövetőkkel való foglalkozásban, az erőszak-megelőzésben, valamint a gyerekekkel és fiatalokkal folytatott munkában, melynek témája a nemek közötti társadalmi egyenlőtlenség volt.

Ez a kiadvány egy kétéves, nemzetközi munka eredménye, ez alatt történt meg a tervezés, tesztelés és értékelés. A projektpartnerek 23 iskolával és 6 ifjúsági szervezettel együttműködve összesen 66 foglalkozást vezettek le 1000 gyerekekkel és fiatalokkal.

Ezen a helyen szeretnénk köszönetet mondani a projektben részvevő partnereknek, az együttműködő iskoláknak és ifjúsági szervezeteknek, valamint a foglalkozásokon résztvevő gyerekeknek és fiataloknak: lelkesedésük és együttműködésük nélkül nem jöhetett volna létre ez a segédlet.

Köszönetet mondunk továbbá az Erőszakmegelőzési Irodának és a Baden-Württembergi Kulturális Minisztérium Ifjúsági Osztályának. Az iskolák részéről a szakmai eszmecsere és a visszajelzések, valamint a párkapcsolati erőszak témájának tantervi bevezetésével kapcsolatos meglátások mind értékes támogatást jelentettek a munkaanyag elkészítésében.

Stuttgart, 2008. 10. 01.

Hansjörg Böhringer

tartományi ügyvezető

Der PARITÄTische Baden-Württemberg

¹ Der PARITÄTische a szabad szociális gondozás hat elismert csúcsegységeinek egyike. A Der PARITÄTische Baden-Württemberg szervezetéhez több mint 800 szervezet és intézmény tartozik, több mint 4000 szociális szolgáltatóval és intézménnyel együtt, amelyek átfogják a szociális munka és elkötelezettség egész spektrumát. A Der PARITÄTische Baden-Württemberg fellép a párkapcsolati erőszak áldozatainak védelmében. Támogatta a Baden-Württembergben 2002-ben bevezetett a távoltartásról szóló rendőri intézkedést, és kiáll amellett, hogy az illetékes intézmények jobban figyeljenek a párkapcsolati erőszak által érintett gyerekekre és a fiatalokra, hogy azok az erőszakos esemény után rövid időn belül szakszerű segítséget kapjanak.

1. RÉSZ

ALAPVETŐ INFORMÁCIÓK, JAVASLATOK ÉS AJÁNLÁSOK SZAKEMBEREK SZÁMÁRA



1. rész:

Alapvető információk, javaslatok és ajánlások a gyakorló szakember számára

1. A munkaanyag célcsoportja és célkitűzése
2. Bevezető
 - 2.1 Gyermekjogok – A gyermek joga a védelemhez, gondoskodáshoz, neveléshez és fejlődésének támogatásához a párkapcsolaton belüli erőszak tükrében
 - 2.2 Az ember joga az élethez, szabadsághoz és biztonsághoz a nők ellen elkövetett párkapcsolati erőszak tükrében
 - 2.3 A párkapcsolati erőszak meghatározása: okok, megjelenési formák és következmények
 - 2.4 A párkapcsolati erőszak gyakorisága
 - 2.5 A gyerek: a párkapcsolati erőszak szemtanúja és áldozata
 - 2.6 Mi könnyíti és mi nehezíti meg, hogy a gyerek segítséget kapjon?
3. Megerősítő foglalkozások gyerekek és fiatalok részére a párkapcsolati erőszak témájában
 - 3.1 Megerősítés – a kontextus
 - 3.2 Foglalkozás – célok és tartalmak
 - 3.3 Foglalkozás – módszerek és keretfeltételek
4. Javaslatok foglalkozásvezetőknek arra az esetre, ha azt feltételezik, hogy érintett van a csoportban
5. Ajánlott irodalom

2. rész

Gyakorlati útmutató és pedagógiai anyagok

1. „Beszélj velem!” modul – Gyerekek és fiatalok a párkapcsolati erőszak ellen
 1. elem Jog az erőszakmentes élethez
 2. elem Mi a párkapcsolati erőszak?
 3. elem Gyermek: a párkapcsolati erőszak szemtanúja és áldozata
 4. elem Érzelmek és erőforrások
 5. elem Kortárstámogatás
 6. elem Intézményi támogatás
 7. elem Az erőszak-ciklus: az erőszak dinamikája a párkapcsolatban (14 éves kortól)

Ez a munkaanyag elsősorban

- tanároknak, iskolai szociális munkásoknak
- az iskolán kívüli ifjúsági képzés és ifjúságvédelem munkatársainak szól.

A gyermekek és a fiatalok számára az iskola és az ifjúsággal foglalkozó intézmények olyan tanulási terek, ahol szaktudást, szociális viselkedést és konfliktuskezelést sajátíthatnak el. Képzési és nevelési megbízatásuknak megfelelően ezeknek az intézményeknek az a feladata, hogy hozzájáruljanak a gyermekek és a fiatalok átfogó személyiségfejlesztéséhez, amelyen belül különösen olyan személyes és a szociális készségeket kell kialakítani és közvetíteni, mint az

- önállóság, öntudatosság, önértékelés
- értékrend felépítése
- felelősségérzet, felelősségtudat és a közösségi létre való képesség
- kommunikációs, kooperációs készségek és konfliktustűrő képesség
- önszervezés.

Az iskola és az ifjúsággal foglalkozó intézmények ugyanakkor azok a helyszínek, ahol a gyermekek és fiatalok magatartási problémái és az erőszakos viselkedés a felszínre kerül. Ezért az iskolák és az ifjúsági munka egyre több erőszakmegelőző projektet valósít meg.

Az erőszakmegelőzés legfontosabb kiindulópontjai az alábbiak:

- a gyermekek és fiatalok életében jelentőséggel bíró, referencia személyek érzékenyítése (pl. tanárok, szülők, iskolai szociális munkások, szociálpedagógusok, kortársak)
- és az életkompetenciák fejlesztése.

Ez a munkaanyag pedagógusoknak és ifjúságsegítőknak

- kíván információt adni a párkapcsolati erőszak problematikájáról, valamint a gyerekekre és fiatalokra gyakorolt hatásáról,
- stratégiákat javasol arra vonatkozóan, hogy mi a hatékony bánásmód a gyerekekkel és szülőkkel párkapcsolati erőszak gyanúja esetén,
- valamint bemutatja a megerősítő foglalkozások anyagát a párkapcsolati erőszak témájában.

Ez a munkaanyag különösen alkalmas a 12-16 éves korosztályba tartozó

- iskolai osztályok és
- ifjúsági csoportok foglalkozásaira (klubok, táborok, stb.).

2.1 Gyermekjogok – A gyermek joga a védelemhez, gondoskodáshoz, neveléshez és fejlődésének támogatásához a párkapcsolaton belüli erőszak tükrében

„[...] a családnak a társadalom alapvető egységeként és valamennyi tagja fejlődésének és jólétének természetes környezeteként meg kell kapnia azt a védelmet és támogatást, amelyre szüksége van ahhoz, hogy a közösségben szerepét maradéktalanul betölthesse; [...] a gyermek személyiségének harmonikus kibontakozásához szükséges, hogy családi környezetben, boldog, szeretetteljes és megértő légkörben nőjön fel”² – áll az ENSZ gyermekjogi egyezményében. Az egyes európai országok hazai intézkedéseiben van lefektetve a szülők joga ahhoz, hogy gondoskodjanak a gyermekeik gondozásáról és neveléséről, és ezeknek a kötelezettségeknek a saját elképzeléseik és lehetőségeik szerint megfeleljenek. A szülők kötelesek a neveléshez való jogukat és kötelezettségüket a **gyermek jólléte** érdekében gyakorolni.

A „gyermek jólléte” jogi fogalomként magába foglalja a gyermek jogát a védelemhez, gondoskodáshoz, fejlődésének támogatásához és a neveléshez, hogy ezáltal felelősségteljes és közösségi életre alkalmas személlyé váljon. Az állam kötelessége ezt felügyelni a szülők jogainak és kötelességeinek figyelembevételével.

A gyermek joga, hogy megvédjék az erőszak, a támadás, a fizikai és lelki durvaság, az elhagyás vagy az elhanyagolás, a rossz bánásmód vagy a kizsákmányolás – ideértve a nemi erőszakot is – bármilyen formájától mindaddig, amíg szüleinek vagy valamelyik szülőjének, illetőleg törvényes képviselőjének vagy képviselőinek, vagy bármely más olyan személynek, akinél elhelyezték, felügyelete alatt áll (ENSZ Egyezmény a gyermek jogairól, 19. cikk).

A gyermek jólétének veszélyeztetése esetén a gyermekvédelemnek kell fellépnie a gyermek érdekében és el kell érniük, hogy a gondviselők segítséget vegyenek igénybe a gyermek neveléséhez, hogy a veszélyeztetést elkerüljék. Magyarországon a 1997. évi XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról III. fejezete ismerteti a gyermekvédelmi rendszer felépítését.³

Ha a veszélyeztetettség elhúzódik, a települési jegyző védelembe veheti a gyermeket. Ha a szülő(k) nem működnek együtt a gyermek veszélyeztetettségének megszüntetésében, lehetőség van a gyermek kiemelésére, és a gyermeknevelés jogának megvonására is. Németországban és Ausztriában ezen felül a családi bíróság elrendelheti a veszélyeztető szülő kilitását a család otthonából vagy a gyermek kiemelését a családból.

Azoknak a szülőknek, ill. gondviselőknek, akik nem tudják egyedül ellátni a gyermek nevelését, joguk van arra, hogy segítséget igényeljenek hozzá. A gyermekeknek és fiataloknak is van joga ahhoz, hogy a neveléssel és fejlődéssel kapcsolatos bármely dologban a gyermekjóléti szolgálathoz forduljanak. A döntést arról, hogy kapnak-e segítséget és milyen, az illetékes gyermekvédelmi szervhez tartozik. A döntést azonban nem hozhatja meg a gondviselésre jogosult személy a gyermek vagy fiatal feje fölött. A gyermeknek és a fiatalnak joga van részt venni a segítségnyújtás megtervezésében az életkorának megfelelően. Ezen kívül a gyermekek és a fiatalok vészhelyzetben és konfliktushelyzetben a szülők tudta nélkül is kaphatnak tanácsot, amennyiben a szülők bevonása meghiúsítana a tanácsadás célját.

A bántalmazással és elhanyagolással szembeni védelemhez való jog mellett Európa több országában létezik a jog az erőszakmentes neveléshez, mely elutasítja a testi erőszak és a megalázó nevelési módszerek minden fajtáját. A gyermekjogok és a gyermekvédelmi intézkedések ellenére sok gyermek él át erőszakot a családban: ellene irányuló és a szülők közötti erőszakot egyaránt. Az iskoláskorú gyermekek kb. 10-30%-a szembesül a szülők kapcsolatában erőszakkal (Tóth 1999).

2 Egyezmény a Gyermek Jogairól, Bevezető
http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=99100064.TV

3 http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=99700031.TV

2.2 Az ember joga az élethez, szabadsághoz és biztonsághoz a nők ellen elkövetett párkapcsolati erőszak tükrében

Az emberi jogok – mint pl. a méltósághoz, az élethez, a szabadsághoz és a biztonsághoz való jog – minden ember elidegeníthetetlen alapvető joga. Az állam nem hagyhatja figyelmen kívül az ember alapvető jogait. Éppen ellenkezőleg, figyelembe kell vennie, valamint támogatnia és védelmeznie kell azokat.

Világszerte sok nő, férfi és gyermek szenved el emberi jogainak sérelmét terrorcselekmény, háború, menekülés, éhezés, szegénység vagy más erőszakos esemény miatt. A nőket az erőszak specifikus módon érinti: emberi jogaik sérülnek a nemek közti egyenlőtlenség miatt, amely az egyenlőtlen munkamegosztáson alapul és a nőket elsődlegesen a magánszférába kényszeríti. A nők emberi jogait érintő sérelmek jellemzően a következők:

- a becsületgyilkosságok és a család becsületére hivatkozva elkövetett büntetések
- a nőkereskedelem és a prostitúcióra kényszerítés
- a női nemi szervek megcsonkít
- a kínzás és szexuális erőszak fegyveres konfliktus alatt és menekülés során
- a párkapcsolaton belüli erőszak.

Nők esetében az emberi jogok megsértésének leggyakoribb formája világszerte a párkapcsolati erőszak. A nők épp abban a térben vannak a leggyakrabban kitéve erőszaknak, amely az egyén számára védettséget kellene jelentsen, és amely az állami beavatkozástól is védett⁴. Az állam és a társadalom feladata, hogy a nők elleni erőszak okait megszüntesse és a párkapcsolati erőszakkal szemben a nőket megvédje.

A párkapcsolati erőszak elleni fellépés fontos mérföldkövei:

- menhelyek létrehozása, amelyek bántalmazott nők és gyerekeik számára nyújtanak védelmet
- olyan rendőri intézkedések foganatosítása, mint a távoltartás⁵, amely az erőszak elkövetőjének megtiltja, hogy közvetve vagy közvetetten kapcsolatba lépjen az áldozatokkal, és megtilthatja a közös ingatlan használatát is
- áldozatsegítés, valamint az elkövető következetes büntetőjogi felelősségre vonása
- polgárjogi intézkedések, ill. erőszaktól védő törvények, amelyek lehetővé teszik lakás kiutalását az áldozatnak és az elkövető távoltartását.

Ezek az intézkedések világossá teszik, hogy a párkapcsolati erőszak nem magánügy. Az államnak kötelessége beavatkoznia az áldozat érdekében és az elkövetőt a tettéért felelősségre vonnia

4 Az Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata, 12. cikk: „Senkinek magánéletébe, családi ügyeibe, lakóhelye megválasztásába vagy levelezésébe nem szabad önkényesen beavatkozni, sem pedig becsületében vagy jó hírnevében megsérteni. Minden személynek joga van az ilyen beavatkozásokkal vagy sértésekkel szemben a törvény védelméhez.”

5 Magyarország: 2009. évi LXXII. Törvény a hozzátartozók közötti erőszak miatt alkalmazható távoltartásról http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=A0900072.TV

2.3 A párkapcsolati erőszak meghatározása: okok, megjelenési formák és következmények

A párkapcsolati erőszak eredetűül szolgáló angol *domestic violence* kifejezés, melyet a német nyelv is átvett tükörfordítással (*häusliche Gewalt*), olyan szakkifejezés, melyet sokan eltérő módon alkalmaznak, és vitatnak. A *domestic violence* kifejezés a figyelmet az otthonra, a lakásra, a szociális közelség területére irányítja, amelyekhez az intimitás, szeretet és védetség fogalmai kötődnek. A kifejezést az angolszász (észak-amerikai és egyesült királyságbeli) nőmozgalom hozta létre az 1970-es évek elején, a párkapcsolati erőszak megjelenésére, mivel a már korábban is létező „családi erőszak” kifejezés a nem házasságban, illetve nem együtt élő párok kapcsolatában előforduló erőszakra nem terjedt ki. Pedig ez a mindennapi erőszak színhelye főként a nők, a gyerekek, az idősek, a gondozásra szoruló vagy a fogyatékkal élők számára. Ezért előfordul, hogy a *domestic violence* kifejezést az erőszak családban előforduló összes formájának gyűjtőneveként használják. Kritikus megjegyzésként hozzá kell tenni, hogy a fogalom a párkapcsolati erőszak legfontosabb jellemzőjét, a nemek közötti kapcsolati erőszakot, nem különbözteti meg.

Ebben a munkaanyagban a *párkapcsolati erőszak* kifejezés alatt a **házastársi és intim partnerkapcsolatban fennálló erőszakot** értjük. A házastársi és a partnerkapcsolatban fennálló erőszak csak ritkán egyszeri esemény, hanem legtöbbször ismétlődő, amely minden társadalmi rétegben és kultúrában jelen van.

A következő formákban nyilvánul meg:

- testi erőszak: pl. ütés, rúgás, fojtogatás, fegyver alkalmazása, illetve elszigetelés, bezárás, társas kapcsolatok tiltása...
- a nőkereskedelem és a prostitúcióra kényszerítés
- a női nemi szervek megcsonkít
- a kínzás és szexuális erőszak fegyveres konfliktus alatt és menekülés során
- a párkapcsolaton belüli erőszak.

Annak ellenére, hogy a párkapcsolati erőszak heteroszexuális és azonos nemű párkapcsolatokban egyaránt előfordul, és annak ellenére, hogy az áldozatok és az elkövetők csoportjába egyaránt találunk nőket és férfiakat, eredetét, mértékét és következményeit tekintve elmondható, hogy a párkapcsolati erőszakot a férfiak által nők ellen elkövetett erőszakként kell tematizálni, mivel szisztematikusan bántalmazást, különösen fizikai erőszakot, túlnyomó többségben férfiak követnek el női partnerükkel, ill. volt partnerükkel szemben.

A párkapcsolati erőszaknak messzemenő következményei vannak az áldozatra és annak hozzátartozóira (vö. 2.4 fejezet), valamint a társadalomra nézve. A következmények a testi sérüléstől kezdve a pszichoszomatikus panaszokon és pszichés betegségeken át a halálig terjedhetnek. Ezek megnyilvánulási formái az állandó félelem és szorongás, alvási zavarok, kapcsolati és szexuális problémák, poszttraumás stressz zavar, depresszió, öngyilkosság és szerfüggőség (Lewis Herman 2011). Növekvő mértékben lehetnek kihatással az áldozat szociális, munkahelyi és gazdasági helyzetére: gyakori a munkahely, a lakhatás, a család vagy a szociális környezet elvesztése.

A párkapcsolati erőszak áldozatainak gyakran nehéz elszakadni a bántalmazótól. Ennek okai a következők:

- Bántalmazó kapcsolatban gyakran alakul ki egy jellegzetes dinamika, melyet „traumás kötődésnek” neveznek. A súlyos és tartós erőszak áldozatai egyfajta önvédelmi mechanizmusként feltétlen lojalitást mutatnak és éreznek a bántalmazó iránt.
- A gyermekkorban elszenvedett bántalmazás és megtapasztalt párkapcsolati erőszak ahhoz vezethet, hogy az áldozat felnőttként sem kérdőjelezi meg az erőszak alkalmazását partnerkapcsolatában.
- A kapcsolatból való kilépést fontolgató nőt sokszor visszatartja az anyagi bizonytalanság, a szociális helyzet, valamint a gyermekek miatt érzett aggodalom. Migráns nők sokszor tartanak attól, hogy családjuk ki fogja őket rekeszteni, illetve, hogy elvesztik tartózkodási engedélyüket.
- A kapcsolatból való kilépés időszaka rejti a legnagyobb fenyegetettséget a nő számára, mivel az erőszak ilyenkor fokozódik, és jelentősen megnő az emberrablás és a gyilkosság kockázata.

A párkapcsolati erőszak megakadályozza az áldozatot abban, hogy kibontakoztathassa lehetőségeit a családban, a munkában és a közéletben. Ezáltal elvesznek a társadalom számára fontos produktív és reprodukív erőforrások és többletköltségek jelentkeznek az egészségügyben, a szociális, az igazságügyi és a rendészeti ágazat területén.

2.4 A párkapcsolati erőszak gyakorisága⁶

Európában a 16 és 44 év közötti nők körében az elhalálozás és maradandó egészségkárosodás fő oka a párkapcsolati erőszak, ami megelőzi a rangsorban a rákos megbetegedéseket és a közlekedési baleseteket.

Az Európa Tanács adatai azt mutatják, hogy minden európai országban előfordul az erőszak. A különböző országok eltérő kutatási módszerekkel készített statisztikáit nehéz összehasonlítni, összességében a következőket mutatják:

- A nők egynegyede életében legalább egyszer megtapasztalta a fizikai erőszakot és több mint egytizedük volt már nemi erőszak áldozata;
- A nők 45%-a tapasztalta meg élete során az erőszak valamely formáját, ideértve a fenyegető zaklatást is;
- a férfiak által nők ellen leggyakrabban a partnerek vagy volt partnerek követnek el erőszakos tetteket;
- a párkapcsolati erőszak társadalomra jutó költségei hatalmasak. Az egyes országok tanulmányai alapján a költségek évi 2,4 milliárd eurótól (Spanyolország) 34 milliárd euróig (Egyesült Királyság).

Egy a nők elleni erőszak gyakoriságáról Németországban készült tanulmány szerint a 16 és 85 év közötti nők 25%-a szenvedte el partnerétől a testi és/vagy nemi erőszak valamelyik formáját. Ezeknek a nőknek az egyharmada egyszer élte meg az erőszakot, egyharmada kettő-tíz alkalommal és egyharmada tíz-negyven alkalommal. 64%-uk testi sérüléseket szenvedett, melyek a zúzódásoktól, a töréseken keresztül, fojtogatási nyomokig és fejsérülésekig terjedtek.

Ausztriában és Magyarországon nem készítettek gyakorisági tanulmányt, de a számok itt is magukért beszélnek:

- Ausztriában a párkapcsolati erőszak esetében az elkövetők 92%-a férfi, az áldozatok 93%-a nő.
- Becslések szerint Ausztriában minden ötödik nő érintett egy közeli férfi hozzátartozó által elkövetett erőszakos tettben.
- Ausztriában évente nők és gyermekek ezreinek kell menhelyre menekülniük. 2007-ben ez 3190 nőt és gyermeket jelentett, akik menedéket és biztonságot kerestek a menhelyeken bántalmazóik elől. Ennek kb. a fele (1549) volt gyermek.
- Ausztriában évente nők és gyermekek ezreinek kell menhelyre menekülniük. 2007-ben ez 3190 nőt és gyermeket jelentett, akik menedéket és biztonságot kerestek a menhelyeken bántalmazóik elől. Ennek kb. a fele (1549) volt gyermek.

6 A munkaanyag első kiadása óta (2009) sok új felmérés készült a témában. Az Európai Unió Alapjogi Ügynöksége (FRA) 2011–2012-ben az egész EU-ra kiterjedő felmérést készített a nők elleni erőszakról. Ez az első EU-s reprezentatív felmérés, amely 42.000, a lakosság minden rétegét és korosztályát képviselő nőt kérdezett meg a 27 uniós tagállamban és Horvátországban. A felmérés olyan megbízható és összehasonlítható adatokkal szolgál, amelyek alapján a politikai döntéshozók megalapozott és célzott szakpolitikákat tudnak kidolgozni a nők elleni erőszak leküzdéséhez.

A kutatás háttéréről magyarul:

http://fra.europa.eu/sites/default/files/fra-2014-vaw-survey-factsheet_hu.pdf

Az egész EU-ra vonatkozó főbb megállapítások:

http://fra.europa.eu/sites/default/files/fra-2014-vaw-survey-at-a-glance-oct14_hu.pdf

Összefoglaló a FRA Magyarországra vonatkozó fontosabb adatairól:

<http://nokjoga.hu/sites/default/files/filefield/nane-fra-nepesseg-enyubs-final-2014-w-w-2015jun19.pdf>

További statisztikák:

<http://nokjoga.hu/alapinformaciok/statisztikak>

- A rendőrség Ausztriában naponta kb. 20 alkalommal, tehát majdnem óránként vonul ki helyszínre családon belüli erőszakos tett miatt. 2007-ben az osztrák bíróságok 6.347 távoltartási határozatot hoztak az erőszak elkövetői ellen. A bántalmazás ellen védő törvény bevezetése óta ez a szám majdnem 46.000 távoltartást tesz ki (45.932).
- Az 1998-ban Magyarországon 1010 18 év feletti nővel készített felmérés eredményét Tóth Olga foglalja össze az *Erőszak a családban* című tanulmányában (Tóth 1999):
- A nők 18,1%-a válaszolta, hogy fél attól, hogy partnere megveri, 11,8% válaszolt nem tudommal és 69,1% nemmel.
- 22,3% válaszolta, hogy partnerük megfenyegette őket, 11,9% válaszolt nem tudommal és 65,4% nemmel.
- 13,4% válaszolta, hogy partnerük megverte, 14,2% válaszolt nem tudommal és 72,1% nemmel.
- 19,6% válaszolta, hogy az apja verte az anyját, 10,9% válaszolt nem tudommal és 68,3% nemmel.
- 7,6% válaszolta, hogy partnerük megerőszakolta őket, 12,3% válaszolt nem tudommal és 79,5% nemmel.

Az erőszak áldozatai férfiak is lehetnek. Barbara Kavemann a férfiak ellen elkövetett erőszakra szóló kutatási eredményeit a következőképpen foglalja össze:

„Az erőszak a férfiak ellen” témában folytatott kutatás Németországban az összes nemzetközi kutatáshoz hasonlóan azonos eloszlást mutat. Ha csak az erőszakos cselekedetek következményeit és intenzitását vesszük figyelembe, akkor látszik, hogy a férfiaknak igaz ugyanolyan gyakran, de nem ugyanolyan mértékű erőszakot kell elszenvedniük a partnerüktől.

- A 300 megkérdezett férfi 25%-a legalább egyszer átélte partnere agresszív megnyilvánulását.
- 5%-a partner támadása során sérülést szenvedett.
- 5%-a félt a sérüléstől.

Empirikus kutatás bizonyítja, hogy a nők és a férfiak sok erőszakot élnek át, de ezt eltérő kontextusban. Egy Amerikában 8.000 nő és 8.000 férfi körében végzett vizsgálat azt mutatta, hogy:

- A nők az erőszakot túlnyomóan a magánszférában élik meg a férfi partnerük által.
- A nők elleni erőszak gyakran szexuális erőszak.
- A nők esetében *megnő a sérülés kockázata*, ha az erőszak elkövetője a partner.

Más az erőszakminta, amit a férfiak élnek át:

- A férfiak az erőszakot túlnyomóan nyilvános helyen élik meg más férfiak által.
- A férfiak elleni erőszak ritkán nemi erőszak.
- A férfiak esetében *csökken a sérülés kockázata*, ha az erőszak elkövetője a partner.

2.5 A gyerek: a párkapcsolati erőszak szemtanúja és áldozata

A gyerekek látják:

Az apa veri az anyát, lökdösi, ököllel üti, a haját tépi.
Rugdossa a földön fekvő anyát.
Tárgyakkal üti, tárgyakat dobál.
Az anyát késsel vagy más fegyverrel fenyegeti.
Megerőszakolja az anyát.
Az anya összeesik.
Az anya nekimegy az apának, védekezik és küzd.
Az anya vérzik.

A gyerekek hallják:

Az apa kiabál, üvölt.
Fenyegeti az anyát, halálosan megfenyegeti.
Megalázza és szidja az anyát.
Szexuálisan kihasználja.
Lealacsonyítja, megalázza mint embert, mint nőt és mint anyát.
Az anya kiabál, sír.
Az anya kiabál az apával, szidja és védekezik.

A gyerekek érzik:

Az apa mérgét, romboló dühének hevesességét.
Az anya félelmét, tehetetlenségét és alávetettségét.
A testvérek félelmét, főleg a kisebbekét.
Az erőszak fenyegető, bizonytalan légkörét.
A vitás és konfliktusos helyzetek fokozódását.
A saját félelmük és tehetetlenségük.

A gyerekek azt gondolják, hogy:

Apa meg fogja ölni anyát.
Segítenem kell anyának.
A kicsiket ki kell hagyni ebből.
Be kell avatkoznom, de félek.
Apa meg fog verni engem.
Mindannyiunkat megöl.
Anya az oka mindennek, mert mindig ellenkezik.
Anya olyan gyenge, lenézem őt.
Sajnálom anyát, szeretem apát.
Nem akarom, hogy apa elmenjen.
Nekik kell ezt rendbe hozniuk, nincs közöm hozzá.
Szeretnék láthatatlan lenni.
Nem számítok, senki sem foglalkozik velem és a félelmemmel.
Anya sosem lesz képes megvédeni.

A partnerkapcsolaton belüli erőszak elsősorban a partnerre irányul, de messzemenő következményei vannak a gyermekekre nézve is. A gyerekek úgymond a felnőttek közötti erőszak tűzvonalaiba kerülnek: hallják és látják, ahogyan az apa megalázza, megveri, megerőszakolja, halállal fenyegeti és a legrosszabb esetben megöli az anyát. Gyakran őket is megverik, és kémként vagy szövetségesként bevonják az erőszak körforgásába.

Ahogyan azt kutatások is kimutatták, szoros összefüggés van az anyák elleni erőszak és a gyermekek elleni erőszak között:

- ha az anyát bántalmazzák, nagy a valószínűsége annak, hogy a gyermekeket is erőszak éri
- ha a gyermekeket bántalmazzák, akkor az esetek több mint felében az anya is erőszak áldozata

A szülők közötti erőszak a gyermekeknél súlyos lojalitási konfliktust okoz: a gyerekek félnek az apa dühétől és erőszakos kitöréseitől. Gyűlölik őt ezért és ezzel egyidejűleg vágnak az elismerésére és szeretetére. Gyakran érzik bűnösnek magukat az apa erőszakossága miatt és felelősnek az anya és a testvérek védelméért. Ebben a védelmező szerepben menthetetlenül túlterheltek. Az anyát egy részt védtelennek és gyengének látják, másrészt elhanyagolónak és/vagy erőszakosnak is.

A szülők párkapcsolatában fennálló erőszak a gyermeket hatalmas stressznek teszi ki és károsan hat fizikai, pszichikai és szociális fejlődésére. Poszttraumás zavarok, testi problémák, tanulási és teljesítmény-zavarok, problematikus szerepképek és az erőszak körforgásának folytatása a következő generációban előre látható következményei annak, ha a gyermekeket ezekkel a traumatizáló tapasztalatokkal magukra hagyják. Ezért a párkapcsolati erőszak komoly jelzés arra vonatkozóan, hogy a gyermek jólléte forog veszélyben.

2.6 Mi könnyíti és mi nehezíti meg, hogy a gyerek segítséget kapjon?

Az erőszak körforgásának megszakításához elengedhetetlen, hogy az érintett gyermekek és fiatalok minél előbb kapcsolatba tudjanak lépni a témában járatos segítőkkel. Ennek a feltétele az, hogy a gyerekek érintettségét mind a saját környezet, mind az illetékes intézmények érzékeljék és komolyan vegyék. A párkapcsolati erőszak áldozatai szakszerű tanácsadást és támogatást igényelnek. Ezeket a lehetőségeket kifejleszteni és készenlétben tartani elsődlegesen a gyermek- és ifjúságvédelem feladata.

Ahhoz, hogy a gyerekek mielőbb segítséget tudjanak kérni és megfelelő támogatást találni, nem elég ezeknek a megléte, de szükséges a megelőzés is, hogy a párkapcsolati erőszak témáját ne kezeljék tabuként. Corinna Seith a Svájci Nemzeti Alap tanulmányában rámutatott, a gyerekek félelemből, szégyenérzetből és a szülőkkel szembeni lojalitás miatt ritkán fordulnak segítségért, és árulják el a párkapcsolati erőszak családi titkát a külvilágnak. Egy ezernégyszáz 9 és 17 év közötti, zürichi iskolás körében végzett vizsgálat azt találta, hogy tíz gyermekből csak négy gondolja úgy, hogy a gyerekeknek segítséget kell kérniük, ha szüleik kapcsolatában erőszakot tapasztalnak. A párkapcsolati erőszakról folytatott beszélgetések legnagyobb akadálya, hogy a gyerekek „nem bíznak benne, hogy az információ bizalmasan lesz kezelve, aggódnak a család jóhíre miatt, és úgy gondolják, hogy a párkapcsolati erőszak magánügy”. A fiúkra jellemző, hogy nagyobb arányban tartanak a család „jó hírének” elvesztésétől, míg a lányok esetében a harmadik személy reakciójának kiszámíthatatlansága a hallgatás fő oka. A gyerekek a legrosszabbtól tartanak – intézetbe kerülés vagy a szülők elvesztése –, ezért csak kis hányaduk fordulna tanárához vagy a gyermekvédelem munkatársához. Leginkább testvérhez, barátához vagy barátnőhöz folyamodnának segítségért, vagy névtelenül kérnének tanácsot gyermekeknek fenntartott segélyvonalon.

A kortársak fontos bizalmi személyek és gyakran ők az elsők, akikhez a gyerek nehéz élethelyzetekben fordul. Ezért a párkapcsolati erőszakot megelőző munka fontos kiindulópontja a kortárstámogatásban rejlő lehetőségek fejlesztése és kiaknázása az érintett gyerek megerősítésére és támogatására. Ebben központi szerepet kap az iskola, mivel ott napi szinten együtt van a kortárs csoport és az érintett gyermek/fiatal.

3.1 Megerősítés – a kontextus

Az megerősítés célja olyan önmeghatározás és közösségi én kialakítása, amely az egyén erősségeire és nem a hiányosságaira épít.

A személyes és szociális erőforrások erősítése és fejlesztése azokra a strukturális és anyagi erőforrásokra támaszkodik, amelyek a személyes fejlődést és társadalmi integrációt biztosítják.

- A **személyes erőforrások** az önmeghatározás, a pozitív meggyőződések, az érzelmi feldolgozás módszerei, valamint a cselekvési készségek, amelyeket az egyén képes alkalmazni kritikus élethelyzetekben, és amelyek védelmet jelentenek számára az őt fenyegető sérülésekkel szemben. Ezek többek között az alábbiak:
 - az emberi kapcsolatra való képesség, melynek alapja a mások iránti empátia és érzékenység
 - az önfogadás és a valóságnak megfelelő önértékelés
 - az egyén saját problémamegoldó képességébe vetett bizalma
 - a problémák aktív kezelése és a problémamegoldásra való összpontosítás
 - a képesség, hogy az egyén válsághelyzetekben segítséget és támogatást tudjon kérni.

- A társas erőforrások a támogató kapcsolathálózatok (pl. rokonság, baráti és ismeretségi kör). Az ebbe a hálózatba való tartozás az egyén számára a következőket kínálja:
 - **Érzelmi támogatás:** a tehetetlenség, függőség és elszigeteltség érzésének csökkentése; megerősítés az önbecsülés és mások elismerése által;
 - **Anyagi és tárgyi támogatás:** a támogató kapcsolathálózatok anyagi segítséget nyújtanak, a konkrét technikákat, lépéseket és kézzelfogható, gyakorlati segítséget biztosítanak a mindennapokban, aminek köszönhetően az egyén később kezelni tudja a válsághelyzeteket. Segítenek a terhek csökkentésében és támogatják az egyént az új életirány megtalálásában;
 - **Kognitív (információs) támogatás:** felvilágosítás, tájékoztatás, ismeretek átadása az egyén jogairól és a rendelkezésére álló szolgáltatásokkal kapcsolatban, további segítők ajánlása; támogatás és irányítás az új ismeretek megszerzésében és a további információforrások feltérképezésében.
 - **A társas identitás fenntartása:** az önértékelés és a társas identitás erősítése az értékelésről, elismerésről és odafigyelésről folytatott beszélgetésen keresztül;
 - **Új társas kapcsolatok közvetítése:** a hasonló élethelyzetben levő emberekkel, érintettekkel való kapcsolatba kerülés.

3.2 Foglalkozás – célok és tartalmak

A párkapcsolati erőszak témájában tartott foglalkozások célkitűzése, hogy megerősítse a lányokat és a fiúkat mint potenciális érintetteket, mint kortárs bizalmi személyeket és mint a jövőben párkapcsolatban élő partnereket.

A képzés feladata:

- elősegíti a párkapcsolati erőszak témájának tabuk nélküli kezelését,
- tudatossá teszi, hogy a bántalmazáshoz senkinek nincs joga,
- láthatóvá teszi és fejleszti a kortársak segítő erejét,
- megkönnyíti a segítségkéréshez vezető utat,
- megelőzi az erőszak-körforgás kialakulását.

A lányoknak és a fiúknak tartott iskolai és iskolán kívüli foglalkozásokon a fiatalok a következő dolgok megvitatásán és megtapasztalásán keresztül tanulnak:

- minden embernek joga van a fizikai és lelki épséghez, és minden gyermeknek joga van a védelemhez, gondoskodáshoz, fejlődéshez és az erőszakmentes neveléshez,
- mit jelent a párkapcsolati erőszak, ill. az erőszak a párkapcsolatban,
- a párkapcsolati erőszak nem egyedi eset,
- a párkapcsolaton belüli erőszak elfogadhatatlan és a párkapcsolati erőszak nem magánügy,
- a másik nemmel tisztelettel kell bánni,
- melyek az erőszakmentes konfliktusmegoldó stratégiák,
- a résztvevő azonosítani fogja saját érzéseit a párkapcsolati erőszak témájával kapcsolatban,
- mit éreznek a bántalmazott vagy bántalmazó szülők gyermekei,
- a gyermekek soha sem hibásak a szülők közötti erőszak kialakulásában,
- ilyen vész helyzetben kihez fordulhatnak a gyermekek és a fiatalok,
- kihez fordulhatnak, ha a párkapcsolati erőszakban érintett vonta őket a bizalmába,
- melyek a kortárstámogatás lehetséges határai.

3.3 Foglalkozás – módszerek és keretfeltételek

A módszerek és az eszközök sokfélesége

A gyermekek és fiatalok foglalkozásokon való aktív részvételének elősegítéséhez fontos, hogy életkoruknak megfelelő és sokoldalú eszközöket és módszereket alkalmazzunk. Az információközpontú módszerek mellett (előadás, olvasmány, megbeszélés, filmek, dalok, hangjátékok és képregények) kreatív, játékos módszereket (szerepjáték, mozgás, festés, tervezőjátékok, szociometriai, valamint test- és képzeletgyakorlatok) is kell alkalmazni, amelyek támogatják az érzelmi és társas tanulást, valamint megtapasztalhatóvá teszik a tartalmakat és tevékenységeket.

A foglalkozások megtervezésénél tudatosan kell figyelni a nemekre

A foglalkozás megtervezésénél figyelembe kell venni a nemek közötti különbségeket az érintettség, a hozzáállás és a következmények tekintetében. A tudatos előkészítés reflektál a társadalmi nemi szerepekkel kapcsolatos normákra, illetve a pedagógus nemi identitását is bevonja a munkába. A koedukált foglalkozások mellett ajánlott nemek szerint differenciált feladatokat is beilleszteni a foglalkozásba. A fiatalok számára könnyebb a nemek tekintetében homogén csoportban megvitatni nemi identitásuk, személyes érzelmeik, véleményük, valamint a szerelemhez és partnerkapcsolathoz való viszonyulásuk.

Iskolai együttműködés – iskolán kívüli szakmai kapcsolatok

Lehetőség van rá, hogy a párkapcsolati erőszak témájában szervezett iskolai napokat az erőszakmegelőzésben vagy a párkapcsolati erőszak elleni védelemben dolgozó, szakmai szervezetekkel együttműködve valósítsák meg. A külső szakemberek, akik a napi munkájuk során foglalkoznak a témával hatékonyabban keltik fel a diákok érdeklődését is kíváncsiságát. A beavatkozás és a segítségnyújtás lehetősége arcot kap, és ezáltal konkrétabbá és kézzelfoghatóbbá válik. A diákok számára gyakran könnyebb személyes tapasztalataikat, érzéseiket és véleményüket kifejezésre juttatni, ha olyan szakemberek vezetik a foglalkozásokat, akikkel nem állnak alárendelt viszonyban, mint például az őket értékelő tanár.

A foglalkozás hatékonysága azonban nem csak az iskolán kívüli foglalkozások vezetőjének pedagógiai és szakmai kompetenciájától függ. A foglalkozás sikerességének és tartósságának szempontjából döntő tényező az iskola részéről mutatott készségesség. Hatékonyabba foglalkozás, ha az iskolavezetés, a tantestület és az iskolai szociális munkás,

- nyitottnak mutatkozik a párkapcsolati erőszak témájának megvitatására a diákokkal,
- a nevelés és oktatás hétköznapijaiban következetes magatartást mutat a párkapcsolati erőszakkal szemben,
- az érintett gyermek és a szülő számára biztosítja annak lehetőségét, hogy problémájával hozzá fordulhasson, azaz hidat képez a segítőrendszerben.

Az osztályfőnök, az iskolai szociális munkás és az iskolán kívüli foglalkozásvezetők a foglalkozás tartalmát, feladatát, szerepét és funkcióját kötelező érvénnyel és egyetértésben határozza meg a tervezéskor. Döntően a közös előkészítő szakasztól függ, hogy a tanárok részvétele a foglalkozásokon ajánlott-e, akár aktív közreműködőként vagy passzív megfigyelőként. A foglalkozás napja előtt ajánlott minden tanár számára egy iskolán belüli továbbképzést szervezni. Itt a tanároknak lehetőségük nyílik arra, hogy megismerhessék a párkapcsolati erőszak problematikáját, a segítő rendszert, és annak potenciális kapcsolattartó szerepét a diákok és szüleik számára.

A foglalkozás vezetése és időtartama

Mivel a párkapcsolati erőszak egy nagyon nehéz és érzékeny téma, nagyon fontos, hogy a foglalkozást két ember vezesse.

Ajánlott a foglalkozásokat két négyórás egységre felosztani, lehetőleg egymást követő két napon.

Az érintettség kezelése a foglalkozás alatt

A foglalkozásoknak nem célja az erőszak feltárása, mégis abból kell kiindulni, hogy minden iskolai osztályban több olyan gyermek/fiatal van, aki érintett a párkapcsolati erőszakban. A gyermekek/fiatalok az érintettségüket eltérő módon fejezik ki: néhányan „kifakadnak” a foglalkozás alatt, vagy a foglalkozás végén segítséget kérnek a vezetőtől, az iskolai szociális munkástól vagy a tanártól. Mások a személyes érintettségüket heves verbális vagy testi agresszióval, sírással, feszültséggel, közérzeti zavarokkal, testi tünetekkel (pl. hasfájás), visszavonulással és tagadással fejezik ki, vagy megpróbálják a témát nevetségessé tenni.

Ha a gyermek/fiatal a foglalkozás alatt jelzi, hogy nem akar, vagy nem tud a témával dolgozni, fontos, hogy legyen a lehetősége elvonulni. Mindenkinek lehetőséget kell biztosítani arra, hogy egy-egy feladatban ne vegyen részt aktívan, vagy hogy a helyzetből kilépve egy másik teremben tartózkodhasson tanári felügyelet mellett, vagy hogy felkeressen iskolai segítőt (gyermekvédelmi felelőst, szociális munkást, stb.), akivel egyéni beszélgetést folytathat.

Ha a gyermek/fiatal a foglalkozás alatt kifakad, fontos, hogy a megnyilvánulásaira odafigyeljünk, és közvetíteni kell felé, hogy az, amit megtapasztalt, nem csak az ő családjában fordul elő, valamint javasolni kell neki, hogy beszéljen róla olyan személlyel, akiben megbízik. Fel kell ajánlani, hogy a foglalkozás vezetője, az iskolai szociális munkás, az iskolai gyermekvédelmi felelős vagy a tanár a szünetben vagy a foglalkozás után a résztvevők rendelkezésére áll, hogy hozzá fordulhassanak problémáikkal.

A tanár vagy más iskolai segítő beszélgetése a gyermekkel/fiatallal párkapcsolati erőszak feltételezése esetén

A gyermekek és fiatalok átlagostól eltérő viselkedésének hátterében sokféle ok húzódhat meg. A szokatlan viselkedés egyik lehetséges oka a párkapcsolati erőszak megtapasztalása otthon. Konkrét okainak feltárásához fontos a rendszeres megfigyelés, azok időrendben való lejegyzése és kiértékelése. Ebből lehet azután a tantestületben vagy más nevelői csoportban a viselkedés okait feltárni, és a vezetőséggel közösen megtervezni a további lépéseket az érintett gyermek érdekében.

Ha úgy döntenek, hogy megpróbálnak beszélni az érintett gyermekkel/fiatallal, akkor első helyen a megfigyelt és dokumentált viselkedési formákat kell megemlíteni. A következő pontok nyújthatnak segítséget annak feltérképezésében, hogy a szokatlan viselkedés mögött valóban párkapcsolati erőszak áll-e:

- Bátorítsa a gyereket, hogy beszéljen otthoni helyzetéről. A mellékesnek tűnő dolgok, amelyek az otthoni szabályokról és ellenőrzésről árulnak el valamit, segítséget nyújthatnak abban, hogy a segítő benyomást szerezhessen az erőszak és félelem beárnyékolt élethelyzetről.
- Óvatosan kérdezzen, ne kényszerítse a gyereket. Ha nem akar beszélni, ajánlja fel, hogy egy későbbi időpontban is szívesen rendelkezésére áll, ha meggondolná magát.
- Higgyen a gyerekeknek! Mondja, hogy nagyon sokat segít, ha beszél róla.
- Tegye világossá, hogy a bántalmazás soha nem jogos és nincs rá mentség. Biztassa, hogy vannak olyan szakemberek, akik segítenek véget vetni az erőszaknak.
- Mondja le neki, milyen védelemre számíthat, és honnan kaphat tanácsot ő és az anya. Valamint tájékoztassa az elkövetőknek szóló szolgáltatásokról.
- Beszélje meg a további lépéseket!
- A párkapcsolati erőszaknak súlyos következményei lehetnek a gyerekekre nézve, akik traumatizálódhatnak. Ebben az esetben fontos, hogy a gyerek érdekében külső szakembert vonjon be.

Beszélgetés a szülőkkel

Amennyiben úgy döntenek, hogy beszélnek a szülőkkel, úgy tanácsos felvenni a kapcsolatot egy szaktanácsadó hellyel, vagy felhívni egy segélyvonalat.

Néha rendkívül nehéz, ha nem teljesen lehetetlen felvenni a kapcsolatot a szülőkkel a problémamegoldás céljából.

A bántalmazást elszenvadó anyák gyakran felelősnek érzik magukat a családban zajló bántalmazás miatt, és félnek, hogy még rosszabb lesz a helyzet – a férfi még erőszakosabbá válik – lesz, ha külső segítséget kérnek. Ezért igyekezzenek elkerülni, hogy kimondják: a párkapcsolati erőszak áll gyermek szokatlan viselkedésének hátterében. A negatív következményektől való félelmükben (pl. a gyermekfelügyeleti jog megvonása) az érintett anyák nem akarnak a gyermekjóléti szolgálatokhoz vagy más gyermekvédelmi intézményhez fordulni segítségért. Az anyák önbizalma nagyon alacsony, míg a bántalmazók fellépése megtévesztően magabiztos.

A párkapcsolati erőszakra utaló jelek esetén a bántalmazott szülővel négy szemközt kell beszélni, és biztosítani kell őt a titoktartásról.

A beszélgetés során először be kell számolni a gyerek szokatlan viselkedéséről, és csak utána lehet rátérni a lehetséges okokra és megoldási lehetőségekre.

Ne szembesítse túl gyorsan az anyát a gyanújával és feltételezésével, és ne tegyen neki szemrehányást az őt érő bántalmazás miatt!

Kezdje általánosítással: „Sok anyának, akikkel gyermekük magatartási problémái miatt beszéltem, problémái vannak otthon. Van esetleg valaki a családban, aki rendszeresen gyakorol nyomást önre?”

Ne kérdezze meg egyenesen, hogy veri-e a férje vagy párkapcsolati erőszak áldozata-e. Fogalmazza meg a kérdést így: „Tesz önnel a partnere olyasmit, ami félelmet kelt önben?” „Nyomást gyakorol önre a partnere?” Ha az anya igennel válaszol, akkor lehet kérdezni: „Hogyan tudok segíteni önnek?”

Fontos, hogy el kell mondani, milyen segítséget kérhet az anya, annak milyen formái vannak, és végül meg kell adni a segítő szervezetek és személyek elérhetőségét.

Ha az anya tagadja, hogy bántalmazná a partnere, akkor jelezze, hogy sok nő életében van jelen a párkapcsolati erőszak, és kérje meg, hogy tegye el a legközelebbi segítő szervezet vagy segélyvonal telefonszámát arra az esetre ha –nem neki – de más nőnek az ismeretségi körében szüksége lenne rá.

A szülők a gyerek nevelésében közreműködő partnerek, ezért óvatosan kell kezelni a velük való kapcsolatot, hogy a hosszútávú együttműködést biztosítva legyen. Abban az esetben, ha a szülő nem kész a probléma feldolgozására és a segítség elfogadására, beleegyezése nélkül csak akkor lehetséges másik intézményhez fordulni, ha a gyermek jólléte forog veszélyben. Ha ez nem áll fenn, akkor az iskolának garantálnia kell az adatvédelmet. Az a lehetőség azonban fennáll a tanár vagy iskolai szociális munkás számára, hogy telefonon vagy személyesen kérjen tanácsot különböző segítő szervezetektől vagy anonim segélyvonalon, anélkül, hogy az érintett család adatait megadná. Amennyiben a gyermek jólléte veszélyben van, tájékoztatni kell a gyermekjóléti szolgálatot; **a gyermek jólléte előbbre való az adatvédelelemnél.** A gyermek lehetséges veszélyeztetésének tisztázásához az érintett család anonimitásának megőrzése mellett is fordulhat az ifjúságvédelmi hivatalhoz. Ezek után dönthet a további lépésekről, és arról hogy milyen intézményeket és hivatalokat vonjon be.

A bántalmazás és az erőszak természetrajza

Bancroft, Lundy. 2015. *Mi jár a bántalmazó fejében? Az erőszakos és uralkodni vágyó férfi.*
Fordította: Rédei Dorottya és Cserháti Éva
Budapest: Háttér - NANE Egyesület.

Bonino, Luis, Szil Péter és Kuszing Gábor. 2006. *Hétköznapi hímsovinizmus. A párkapcsolati erőszak, amit még nem nevezünk annak.*
Fordította Cserháti Éva és Hajdu Bianka
Budapest: Habeas Corpus Munkacsoport – Stop Férfierőszak Projekt
http://www.stop-ferfieroszak.hu/sites/default/files/dokumentumok/hh_pdf_18466.pdf.

Cseres Judit. 2000. *Eltékozolt újszülöttek: Az újszülöttölést elkövető nők helyzetének kriminológiai elemzése.*
Budapest: Belügyminisztérium Kiadó.

Haas Anna. 2005. *A feleséged vagyok, nem a cseléded.*
Budapest: Arsenicum.

Johnsson-Latham, Gerd. 2007. *Patriarchális erőszak: Támadás az emberi biztonság ellen.*
Fordította Recski Ágnes
Budapest: Habeas Corpus Munkacsoport – Stop Férfierőszak Projekt.
http://www.stop-ferfieroszak.hu/sites/default/files/dokumentumok/patriarchalis_eroszak_ok_pdf_15275.pdf.

McMillan, Dina. 2009. *De hiszen azt mondja, hogy szeret! Vagy csak uralkodni akar?*
Fordította Marczali Ferenc, Kuszing Gábor és Szil Péter
Budapest: Nyitott Könyvműhely - Stop-férfierőszak Projekt.

Morvai Krisztina. 2003. *Terror a családban. A feleségbántalmazás és a jog.* 2. kiad.
Budapest: Kossuth Kiadó.

Miért marad? – Kézikönyv a családon belüli erőszakról elsősorban szakmai csoportoknak, illetve minden érdeklődőnek.
2015. 3. kiad.
Budapest: NANE Egyesület.
Elérhető online a NANE Egyesület honlapján (www.nane.hu).

Szil Péter. 2015. *Miért bántalmaz? Miért bántalmazhat? A családon belüli erőszak: a férfiak felelőssége.* 2. kiad.
Budapest: Habeas Corpus Munkacsoport – Stop Férfierőszak Projekt.
http://www.stop-ferfieroszak.hu/sites/default/files/dokumentumok/miert_bantalmaz_pdf_75234.pdf.

Szil Péter és Kuszing Gábor, szerk. 2007. *Férfierőszak: írások a nők és gyerekek elleni erőszakról.*
Budapest: Habeas Corpus Munkacsoport – Stop Férfierőszak Projekt.
http://www.stop-ferfieroszak.hu/sites/default/files/dokumentumok/ferfieroszak_pdf_17106.pdf.

Tóth Olga. 1999. *Erőszak a családban.*
Budapest: Társadalomkutatási Informatikai Egyesülés.
<http://www.tarki.hu/adatbank-h/kutjel/pdf/a396.pdf>

Wirth Judit, Spronz Júlia és Kuszing Gábor. 2012. *Szakmai módszertani útmutató a párkapcsolati erőszak elleni hatékony fellépésre.*
Budapest: NANE Egyesület - PATENT Egyesület.
<http://nokjoga.hu/sites/default/files/filefield/mu-fulltext.pdf>.

A gyerekek és a párkapcsolaton belüli erőszak

A B-side projekt: Az otthoni dominóhatás megállítása - felépülést támogató programok párkapcsolati erőszak tanújává vált gyermekek számára. Jó gyakorlatok és irányelvek.

2015. Budapest: NANE Egyesület.

Elérhető online a NANE Egyesület honlapján (www.nane.hu) és a Nők Joga honlapon (nokjoga.hu).

Állj mellette! - „Back up the children” -A traumatizált gyermekek támogatásának alapjai.

2011. Budapest.

Elérhető online a NANE Egyesület honlapján (www.nane.hu).

Bancroft, Lundy. 2013. *Lehet-e jó apa a bántalmazó? A partnerbántalmazás hatása a szülő-gyermek kapcsolatra.*

Fordította Kuszling Gábor és Szil Péter.

Budapest: Háttér - NANE Egyesület.

Köberlein, Luzia, Tóth Györgyi és mások. 2010. *Heartbeat – Szívdobbanás. Párkapcsolat erőszak nélkül. A fiatalok közti párkapcsolati erőszak megelőzése – kézikönyv iskolai és iskolán kívüli foglalkozásokhoz.*

Fordította Szigeti Vera. Stuttgart: Der PARITÄTISCHE Baden-23 Würtemberg.

Elérhető online a NANE Egyesület honlapján (www.nane.hu).

Az erőszak megelőzése és felismerése

Benedict, Helen. 2004. *Csak okosan! Önvédelem kamaszoknak.*

Fordította Drixler Ildikó. Budapest: Háttér - NANE Egyesület.

Evans, Patricia. 2012. *Szavakkal verve – Szóbeli erőszak a párkapcsolatokban.* Fordította Recski Ágnes. 2. kiad.

Budapest: Háttér - NANE Egyesület.

Feldolgozás és gyógyulás

Forward, Susan. 2010. *Mérgező szülők. Hogyan szabaduljunk meg fájdalmas örökségünkötől, és nyerjük vissza életünket?*

Fordította Recski Ágnes.

Budapest: Háttér Kiadó. 3. kiad.

Lewis Herman, Judith. 2011. *Trauma és gyógyulás. Az erőszak hatása a családon belüli bántalmazástól a politikai terrorig.*

Fordította Kuszling Gábor.

Budapest: Háttér - NANE Egyesület. 2. kiad.

Miller, Alice. 2014. *Kezdetben volt a nevelés.*

Fordította Fischer Eszter.

Budapest: Pont Kiadó. 3. kiad.

Miller, Alice. 2016. *A tehetséges gyermek drámája és az igazi én felkutatása.*

Fordította Pető Katalin.

Budapest: Osiris Kiadó. 2. kiad.

Erőszakmentesség és asszertivitás

Dickson, Anne. 1989. *A teljes jogú nő, avagy a természetes viselkedés kézikönyve.*
Fordította Zentai Éva.
Budapest: Park Kiadó.

Gordon, Thomas. 2008. *P.E.T.: A gyerekevelése aranykönyve.*
Fordította Várkonyi F. Zsuzsa.
Budapest: Assertiv.

Rosenberg, Marshall B. 2005. *A szavak ablakok vagy falak. Az erőszakmentes kommunikáció.*
Fordította Bojtár Tamás. 2. bővített.
Budapest: Agykontroll

Statisztikák

„Nőkkel szembeni, nemi alapú erőszak – az Unió egészére kiterjedő felmérés”
2014. In. Európai Unió Alapjogi Ügynöksége.
<http://nokjoga.hu/sites/default/files/filefield/fra-factsheet-violenceagainstwomen-hu.pdf>.

Tóth Olga. 1999. *Erőszak a családban.*
Budapest: Társadalomkutatási Informatikai Egyesülés.
<http://www.tarki.hu/adatbank-h/kutjel/pdf/a396.pdf>

Wirth Judit és Winkler Zsuzsanna. 2015. „Nők elleni erőszak az adatok tükrében. FRA-népeség-bűnügyi statisztikák”
<http://nokjoga.hu/sites/default/files/filefield/nane-fra-nepesseg-enyubs-final-2014-w-w-2015jun19.pdf>.

2. RÉSZ

GYAKORLATI ÚTMUTATÓ ÉS PEDAGÓGIAI ANYAGOK



1. rész:

Alapvető információk, javaslatok és ajánlások a gyakorló szakember számára

1. A munkaanyag célcsoportja és célkitűzése
2. Bevezető
 - 2.1 Gyermekjogok – A gyermek joga a védelemhez, gondoskodáshoz, neveléshez és fejlődésének támogatásához a párkapcsolaton belüli erőszak tükrében
 - 2.2 Az ember joga az élethez, szabadsághoz és biztonsághoz a nők ellen elkövetett párkapcsolati erőszak tükrében
 - 2.3 A párkapcsolati erőszak meghatározása: okok, megjelenési formák és következmények
 - 2.4 A párkapcsolati erőszak gyakorisága
 - 2.5 A gyerek: a párkapcsolati erőszak szemtanúja és áldozata
 - 2.6 Mi könnyíti és mi nehezíti meg, hogy a gyerek segítséget kapjon?
3. Megerősítő foglalkozások gyerekek és fiatalok részére a párkapcsolati erőszak témájában
 - 3.1 Megerősítés – a kontextus
 - 3.2 Foglalkozás – célok és tartalmak
 - 3.3 Foglalkozás – módszerek és keretfeltételek
4. Javaslatok foglalkozásvezetőknek arra az esetre, ha azt feltételezik, hogy érintett van a csoportban
5. Ajánlott irodalom

2. rész

Gyakorlati útmutató és pedagógiai anyagok

1. „Beszélj velem!” modul – Gyerekek és fiatalok a párkapcsolati erőszak ellen
 1. elem Jog az erőszakmentes élethez
 2. elem Mi a párkapcsolati erőszak?
 3. elem Gyermek: a párkapcsolati erőszak szemtanúja és áldozata
 4. elem Érzelmek és erőforrások
 5. elem Kortárstámogatás
 6. elem Intézményi támogatás
 7. elem Az erőszak-ciklus: az erőszak dinamikája a párkapcsolatban (14 éves kortól)

Áttekintő táblázat

KÉPZÉSI ELEM	CÉL	MÓDSZER	ANYAG
1. Jog az erőszakmentes élethez	1. Ismeretátadás az emberi jogokról, a nők és a gyermekek jogairól, kiemelve az erőszakmentes élethez való jogot	Rövid előadás, utána beszélgetés, kérdések megválaszolása	1. Két plakát és egy kézirat az előadáshoz „Az emberi jogok és a gyermekek jogai”
	2. Ismeretátadás arról, hogy az erőszak büntetendő és a bántalmazásra nincs menetség		2. Rövid előadás kézírata, emlékeztető – az erőszak ellen védő törvény
2. Mi a párkapcsolati erőszak?	1. Bevezetés a párkapcsolati erőszak témájába. A téma körbejárása	1. Ötletvihar	1. Papírfunkciós tábla (flipchart), vagy falra ragasztott csomagolópapír, vastag filctoll vagy tábla és kréta
		2. Táblára írás	2. Post-it vagy mágneses tábla és kártyák
	2. Egyéni beszélgetés kezdeményezése a témáról	1. Egyéni munka-kérdésdoboz	1. Cédulák és doboz az összegyűjtésükhöz
		2. Csoportmunka - „Csendes fal/padló”	2. Papírfunkciós tábla és több vastag filctoll
	3. A saját álláspont kialakítása az erőszakkal kapcsolatban és a saját vélemény megvédése érveléssel	Szociometriai gyakorlat – Erőszakbarométer 1.	Egy egyenes elhelyezése a padlón, rá A4-es papírra nyomtatott vagy rajzolt jól olvasható „0”, „5”, „10”, számokat, szituációs példák
	4. Erőszakhelyzetek egyéni értékelése	Szociometriai gyakorlat – Erőszakbarométer 2.	Az egyenesre 0-tól 10-ig kerüljenek számok
5. Beszélgetés a nemi szerepekről; saját vélemény megalkotása és képviselése a jó és a rossz partnerkapcsolatot illetően	Szociometriai gyakorlat – „Hol állsz te?”	Az „álláspontok” listája	
6. Előadás a partnerkapcsolaton belüli erőszakra vonatkozó számokról és tényekről	Előadás	Plakát vagy kiosztandó emlékeztető	

KÉPZÉSI ELEM	CÉL	MÓDSZER	ANYAG
3. Gyermekek: a párkapcsolati erőszak szemtanúi és áldozatai	Az érintettek iránti érzékenyítés, a támogatási lehetőségek megtárgyalása	1. A Te is ismered ezt? Című német nyelvű rajzfilm megbeszélése, szerepjáték	DVD-lejátszó, vetítő és a Te is ismered ezt? című film ⁷ , kétféle színű cédulák
		2. Beszélgetés dalokról és dalszövegekről	CD-lejátszó, CD Christina Aguilera: I'm OK és Die 3. Generation: Vater, wo bist Du?, dalszövegek fordítással
4. Érzelmek és erőforrások	1. Lazítani, érzelmeket átérezni és bemutatni	Mozgásgyakorlat – „Mozgolódó érzések”	Esetleg CD-lejátszó, zene
	2. Érzékenyítés a saját és mások határainak felismerésére és elfogadására	Önismereti gyakorlat – „Az Állj! azt jelenti, Állj!” (Külön lány- és fiúcsoport)	
	3. A düh és az agresszió pozitív kezelésnek támogatása	Kiabáló-kör (Külön lány- és fiúcsoport)	Papírfunkciós tábla (flipchart) vagy csomagoló papír a falra, filctoll
	4. A saját érzések tudatosítása a párkapcsolati erőszak megvitatásával kapcsolatban	Képzletgyakorlat – „Ha erről a témáról hallok, úgy érzem magam, mint...”	Székekből kör, középebe különböző tárgyakkal, képekkel, természetes anyagokkal teli doboz
	5. Figyelni saját magunkra és felismerni erőforrásainkat	Képzletgyakorlat – „Erőforrások”	„Erőforrás” – kiállítás, tárgyak
	6. A saját érzések bemutatása, mások érzéseinek felismerése és elfogadása	Empátiakör	
5. Kortárstámogatás	A kortárstámogatás lehetőségeinek megbeszélése. Az empátia és a szolidaritás fejlesztése. Hogyan erősítse meg a kortárs bizalmas az érintett biztonságérzetét? Melyek a felelősség és segítségnyújtás határai?	Páros gyakorlat – „Figyelmesen hallgatni”	
		Szerepjáték – „Beszélgetés barátok/barátnők között” (külön fiú- és lánycsoport)	A szerepjátékhoz utasítás az érintett fiú/lány számára, színpad előkészítése, nyaklánc, sapka

7 A film német nyelvű és beszerezhető itt: <http://www.big-berlin.info/medien/kennst-du-das-auch>

KÉPZÉSI ELEM	CÉL	MÓDSZER	ANYAG
6. Intézményi támogatás	A szakszerű segítségnyújtás bemutatása	Az egyes szakemberek, illetve szakintézmények képviselőinek személyes bemutatkozása, vagy rövid előadás a foglalkozás vezetőjétől	Tájékoztatók és szórólapok
	Kapcsolatfelvétel az intézményekkel és szakemberekkel	Kiscsoportos munka: keresés telefonkönyvben vagy interneten	papírfunkciós tábla, filc, telefonkönyvek vagy internethozzáférés
		Szerepjáték – „Kapcsolatfelvétel”	Papírfunkciós tábla, filc, kellek (telefon)
7. Az erőszak-ciklus: az erőszak dinamikája a párkapcsolatban	A párkapcsolaton belüli erőszak figyelmeztető jelei, okai és jellemzői	Szociometriai gyakorlat – „A barátom meséli” (külön fiú és lány csoport)	Minta „A barátom meséli”
		Szociometriai gyakorlat – „Egy tinédzser-kapcsolat története” (külön fiú- és lánycsoport)	Minta „Egy tinédzser-kapcsolat története” (külön fiúknak és lányoknak)
		Csoportmunka – „Figyelmeztető jelek”	Figyelmeztető jelek és példák kártyákra Vagy kártyák a jelekkel, rajzlap, színes ceruza, ragasztó

1. CÉL: Ismeretátadás az emberi jogokról, a nők és a gyermekek jogairól, kiemelve az erőszakmentes élethez való jogot

MÓDSZER: Előadás, utána beszélgetés, kérdések megválaszolása

ANYAG: Két plakát és egy kézirat az előadáshoz, „Az emberi jogok és a gyermekek jogai”

Kézirat rövid előadáshoz: Az emberi jogok és a gyermekek jogai (Gyermekek számára)

Biztosan feltettétek magatoknak a kérdést, hogy miért vagyunk ma itt. Ahhoz, hogy ezt elmagyarázzuk, két plakátot hoztunk magunkkal. (Egy diákot megkérni, hogy olvassa fel az 1. plakátot.) A gyermekek erőszak elleni védelemhez való jogának hosszú története van. 1948-ban az Egyesült Nemzetek meghatározták az emberi jogokat. Többek között ide tartozik, hogy minden embernek ugyanolyan joga van a méltósághoz, függetlenül attól, hogy milyen színű a bőre, milyen nemű, és hogy gazdag vagy szegény családból származik-e.

Az általános emberi jogok természetesen a gyermekekre is vonatkoznak. Hogy ez valóban érvényesüljön, az Egyesült Nemzetek egyik munkacsoportja az emberi jogokat újrafogalmazta a gyermekek számára, és így született meg 1989-ben az Egyesült Nemzetek Gyermekjogi Egyezménye. Ebben található meg, hogy milyen jogai vannak a gyermekeknek és a fiataloknak. Többek között joguk van az oktatáshoz, tehát ahhoz, hogy tanulhassanak és iskolába járhassanak. Ez a világ más részein élő gyermekek számára még nem magától értetődő. Még ha néha azt is kívánjátok, hogy ne kelljen iskolába menni: alapjában véve fontos, hogy tudjatok írni és olvasni és tanuljatok. Ennek a lehetőségnek minden gyermek számára adottnak kellene lennie.

A mi munkánk szempontjából a legfontosabb gyermekjog a gyermek joga az erőszak elleni védelemhez. Az erőszak károsíthatja a gyermeket, fáj, ha az ember a saját testén érzi, és a lélekben is fájhat, ha végig kell néznünk azt. A gyermekek megóvása az erőszaktól nagyon fontos része a munkánknak. Ehhez tartozik az is, hogy tájékoztassuk a gyermekeket és a fiatalokat arról, hogy mit tudnak tenni akkor, ha az erőszak egyik vagy másik formájával találkozhatnak, és elmondani nekik, hova fordulhatnak segítségért.

1. plakát:

*A gyermekeknek és a fiataloknak joguk van arra, hogy megvédjék őket az erőszakkal szemben.
ENSZ Egyezmény a Gyermek Jogairól 19. cikkely, 1989*

2. plakát

*A gyermekeknek és a fiataloknak joguk van az erőszakmentes neveléshez.
1997. évi XXXI. Törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról, 6. §, 5. bekezdés*

Habár vannak gyermeki jogok, sok gyermek és fiatal tapasztal az életében erőszakot és bántalmazást. Erőszak előfordulhat az utcán és a kortársak között is. Erőszak zajlik gyakran otthon is, ott, ahol az embernek leginkább védettnek kellene lennie, ezért ez az erőszak egyik legsúlyosabb formája. Ezt a törvényhozók is észrevették, és ezért törvényt hoztak a gyerekek erőszakkal szembeni védelméről (Meggérni a diákot, hogy olvassa fel a 2. plakátot.)

Az idézett rész azt jelenti, hogy a gyermekeket nem szabad verni, és hogy az erőszak más formáit sem szabad ellenük elkövetni, még akkor sem, ha az erőszakos ember azt hiszi vagy mondja, hogy a gyermek nevelése érdekében alkalmaz erőszakot. Azt, aki ezt ennek ellenére megteszi, meg lehet ezért büntetni.

Tudjuk, hogy ennek ellenére a gyermekeknek még mindig nagyon sok erőszakot kell elszenvedniük és végignézniük. Ennek ellenére fontos lépésnek tartjuk, hogy már törvény született ellene.

Az erőszak egyik formája, amelyről mostanában többen beszélnek, és amely a gyermeket és a fiatalokat is érinti, a párkapcsolati erőszak. Az erőszak eme formája lesz a foglalkozásunk témája. Meg fogjuk beszélni, hogy milyen lehetőségek vannak a segítségre, ha gyermekek vagy felnőttek ilyen helyzetbe kerülnek.

Számunkra nagyon fontos, hogy beszéljessetek velünk. Meg szeretnénk tudni, mi a véleményeteket a párkapcsolati erőszakról, és a segítségnyújtással kapcsolatos ötleteiteket is szeretnénk hallani. A véleményeteket és javaslataitokat nem az alapján ítéljük meg, hogy helyesek-e vagy sem. Minket ti és a ti nézeteitek érdekelnek. Ezért szeretnénk veletek egy jó hangulatú beszélgetést folytatni. Ha érdekel benneteket valami, forduljatok hozzánk a kérdéseitekkel, és mi meg fogunk próbálni lehetőségeinkhez mérten válaszolni rájuk.

Van-e esetleg kérdés azzal kapcsolatban, amit eddig mondtam?

2. CÉL: Ismeretátadás arról, hogy az erőszak büntetendő és a bántalmazásra nincs mentesség

MÓDSZER: Rövid előadás, utána beszélgetés, kérdések megválaszolása

ANYAG: Rövid előadás kézírata, emlékeztető – az erőszak ellen védő törvény; „Jog az erőszakmentes élethez felelősségvállalás az erőszakért”

Rövid előadás kézírata: Jog az erőszakmentes élethez és a felelősségvállalás az erőszakért (fiatalok számára)

Minden embernek, azaz minden gyermeknek, minden férfinak és minden nőnek joga van az erőszakmentes élethez. Ezt az alapvető emberi jogot 1948-ban az ENSZ Emberjogi Egyezményében fektették le, aztán bekerült az Európai Emberi Jogi Egyezménybe, valamint az egyes országok alkotmányába.

Néhány országban – így pl. Ausztriában 1997 óta, Németországban 2002 óta – léteznek törvények, amelyek védik az embereket a saját otthonukban elkövetett erőszak ellen. Magyarországon 2006 óta van ilyen törvény, de sajnos ellentétben az osztrák és a német törvénnyel, nem működik jól – remélhetőleg a jövőben javulni fog a helyzet. Az erőszak elleni törvény világossá teszi, hogy a magánszférában elkövetett erőszak – tehát a felnőtt családtagok és a partnerek közötti erőszak – ugyanúgy büntethető, mint a nyilvános helyen elkövetett erőszak. „Aki üt, annak mennie kell!” – így lehet összefoglalni az erőszak ellen védő távoltartási törvényt. Ez azt jelenti, hogy már nem az áldozatnak kell elhagynia a lakását és menhelyre menekülnie, ha otthon erőszakot szenved el, hanem a tettest utasítja ki a rendőrség a lakásból, ha az továbbra is veszélyt jelent az áldozatra nézve. Az áldozat a bíróságon kérelmezheti, hogy az elkövető többet ne mehessen be a lakásba, és hogy az áldozathoz a lakáson kívül se közeledhessen. Az elkövetőt meg lehet büntetni, ha ezt a távoltartási rendelkezést nem tartja be.

A családon belül a gyermekek ellen elkövetett erőszak is tilos. A gyermekek joga az erőszak elleni védelemhez és az erőszakmentes neveléshez az ENSZ Gyermekjogi Egyezményében és az egyes országok törvényeiben van lefektetve. Így tudja a bíróság elrendelni, hogy az a szülő, amelyik erőszakos, ne tehesse be a lábát a lakásba. Ha a szülő a gyermek testi épségére, életére és egészséges fejlődésére nézve veszélyt jelent, akkor a bíróság megvonhatja a szülőtől a gyermek felügyeleti jogát. Elvileg ez a joga a magyar bíróknak is megvan, ám eddig nem igazán használták ki ezt a lehetőséget.

Minden felnőtt embernek és a fiataloknak is vállalniuk kell a felelősséget a tetteikért. Erőszakot – legyen az a családban, a bandában, az iskolában, az utcán – a társadalom nem tűrheti el.

A gyermekek 14. életévüktől kezdődően büntethetők erőszakos tetteikért. A büntetés mértéke azonban enyhébb, mint a felnőtteknél. Azonban a fiatakorúak büntetésének is vannak következményei, pl. a szakmai pályafutásra nézve. A büntetés nyilvántartásba kerül, amelyet a munkáltatók kérhetnek.

1. plakát:

*A gyermekeknek és a fiataloknak joguk van arra, hogy megvédjék őket az erőszakkal szemben.
ENSZ Egyezmény a Gyermek Jogairól 19. cikkely, 1989*

2. plakát

*A gyermekeknek és a fiataloknak joguk van az erőszakmentes neveléshez.
1997. évi XXXI. Törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról, 6. §, 5. bekezdés*

1. CÉL: Bevezetés a párkapcsolati erőszak témájába. A téma körbejárása

MÓDSZER: a) Ötletvihar
b) Táblára írás

ANYAG: a) Papírfunkciós tábla (flipchart), vagy falra ragasztott csomagolópapír, vastag filctoll vagy tábla és kréta
b) Post-it vagy mágneses tábla és kártyák

a) Útmutató az ötletviharhoz

A tábla közepére felírtuk azt, hogy „párkapcsolati erőszak”. Kérlek, jelentkeztek és mondjátok el nekünk, hogy szerintetek mit jelent ez a kifejezés. Minden ötletet felírunk a falra/táblára. Nincsen „helyes” és „helytelen” válasz. Az ötletelés alapszabálya, hogy nem teszünk megjegyzéseket, nem bíráljuk egymás ötleteit. Ha valami nem érthető, kérdezzetek rá.

Ha minden ötletet összegyűjtöttünk, akkor összevetjük azzal, hogy mi mit értünk a párkapcsolati erőszak alatt és „hivatalosan” mit jelent a párkapcsolati erőszak.

b) Útmutató a falraíráshoz

Véleményed szerint mi a párkapcsolati erőszak? Mindenki kap három cetlit/kártyát. Írjátok rá a kiosztott kártyákra az ötleteiteket azzal kapcsolatban, hogy mi a párkapcsolati erőszak. Egy kártyára csak egy ötletet írtatok. Erre öt perctek van. Ezután megkérlek benneteket, hogy olvassátok fel ami leírtatok. Ezután összegyűjtjük amit írtatok, és kitesszük a falra.

Ha már minden ötlet kitértünk a falra, összehasonlítjuk az ötletgyűjteményünket azzal, amit „hivatalosan” a párkapcsolati erőszak alatt értenek.

Ennek a módszernek az az előnye, hogy mindenkinek van ideje a gondolkodásra, anélkül hogy mások ötletei befolyásolják őt. Ezen kívül a kártyákat gond nélkül máshová lehet helyezni, ami előnyös akkor, ha később az ötleteket rendszerezni szeretnénk.

*A párkapcsolati erőszak definíciója:
A párkapcsolati erőszak az intim partnerek közti erőszakot jelenti, pl. házastársak között,
szülők között, szerelmespárok között*

-
- 2. CÉL:** *A téma egyéni megbeszélését kezdeményezni, kérdéseket gyűjteni és megválaszolni körben elterjedt probléma*
- MÓDSZER:** *a) Egyéni munka – Kérdésdoboz
b) Csoportmunka – „Csendes fal/padló”*
- ANYAG:** *a) Cédulák és doboz az összegyűjtésükhöz
b) Papírfunkciós tábla és több vastag filctoll*
-

a) Útmutató a gyakorlathoz: Egyéni munka – Kérdésdoboz

Kártyákat/cédulákat osztunk szét. Gondolkozzatok el, mindenki saját maga, hogy a párkapcsolati erőszakkal kapcsolatban milyen gondolatok és kérdések foglalkoztatják, és ezeket írjátok fel a cédulára. A neveteket ne írjátok fel a cédulára, a kérdéseket név nélkül tehetitek fel. A cédulát azután tegyétek a kérdésdobozba. Mi (a foglalkozás vezetői) a kérdéseiteket és az ötleteiteket a szünetben rendszerezük. Később (pl. a szünet után) visszajelezzük nektek, hogy a foglalkozás folyamán milyen kérdéseket és témákat fogunk feldolgozni, és melyek azok, amelyeket azonnal megbeszélünk.

b) Útmutató a csoportmunkához: „Csendes fal/padló”

Egy nagy lapot akasztottunk a falra (vagy fektettünk a földre). Kérünk benneteket, hogy a párkapcsolati erőszakkal kapcsolatos gondolataitokat és kérdéseiteket írjátok fel rá. Közben nem szabad beszélni, de megjegyzéseket, válaszokat, kérdéseket és gondolatokat fűzhetek a többiekéhez írásban.

Feldolgozás:

Milyen volt számotokra csendben dolgozni? Van-e valami a lapon, ami számotokra meglepő vagy újdonság, illetve amit nem értetek? Mi az?

-
- 3. CÉL:** *A saját álláspont kialakítása az erőszakkal kapcsolatban és a saját vélemény megvédése érveléssel*
- MÓDSZER:** *Szociometriai gyakorlat – „Erőszakbarométer” 1. rész*
- ANYAG:** *Egy egyenes elhelyezése a padlón, rá A4-es papírra nyomtatott vagy rajzolt jól olvasható „0”, „5”, „10” számokat, szituációs példák*
-

Útmutató a szociometriai gyakorlathoz: „Erőszakbarométer” 1. rész

Szeretnénk veletek elvégezni egy gyakorlatot, amely során együtt szeretnénk meghatározni, hogy mi az erőszak a partnerkapcsolaton belül. Néha a mindennapokban nem is olyan egyszerű ezt pontosan meghatározni. Ez a gyakorlat segíthet ebben.

Ehhez különböző példákat fogunk nektek felolvasni. Mindenkinek saját magának kell majd megállapítania, hogy a bemutatott példában erőszakról van-e szó vagy sem. Ehhez a földön van egy skálával beosztott egyenes, úgy néz ki, mint egy hőmérő vagy barométer. Három beosztása van, 0, 5 és 10.

- 0 jelenti: „Ez szerintem nem erőszak”
- 10 jelenti: „Ez szerintem egyértelműen erőszak.”
- 5 jelenti: „Nem vagyok benne biztos, hogy ez erőszak.”

A ti feladatotok az, hogy saját magatok hozzátok döntést és a három szám egyikéhez álljatok oda, attól függően, hogy mi a véleményetek. Kérünk benneteket, hogy tényleg azt a helyet foglaljátok el, ami a ti véleményeteknek felel meg, és nem a barátotok vagy barátnőtök véleményének. Ez a feladat nem arról szól, hogy mi a helyes és mi a helytelen, hanem arról, hogy beszéljünk a témáról és megismerjük a véleményeket.

Néhány embert meg fogunk kérdezni, hogy miért pont azt a helyet választotta, ahová állt.

Útmutató a foglalkozás vezetőjének:

A szociometriai gyakorlatoknak a résztvevőket arra kell motiválniuk, hogy egy téma megvitatása során állást foglaljanak. A foglalkozás vezetőinek az a feladata, hogy mindegyik álláspontot egyformán elfogadja.

Hogyan kezelje a foglalkozásvezető azt a pedagógiai dilemmát, hogy az erőszakot pártoló álláspontot ne értékelje negatívan, ugyanakkor világosan és egyértelműen képviselje az erőszakmentesség álláspontját?

Megkérjük a résztvevőket, hogy a skálán arra a pontra álljanak, amely kifejezi a véleményüket. Világossá tesszük, hogy nem arról van szó, hogy mi „helyes” vagy „helytelen”, hanem ez egy nyílt és őszinte beszélgetés egy nehéz témával kapcsolatban.

Bizonyos körülmények között fontos az eltérő véleményt képviselőket azért megdicsérni, még ha azok az erőszakot is pártolják, hogy volt bátorságuk vállalni az álláspontjukat.

Szituációs példák: „Erőszakbarométer” 1. rész:

M.-nét rendszeresen veri a férje. Akkor is, ha rossz kedve van, mert az üzemben gondja akadt, vagy ha szerinte rendetlenség van otthon. A felesége már többször járt orvosnál a véraláfutások és sérülések miatt.

Ez a példa nagyon egyértelmű, általában mindenki azt mondja, hogy ebben az esetben erőszakról van szó. Indoklás: a nőt fizikai bántalmazás érte és sérülései vannak.

R.-éknél otthon az utóbbi időben gyakran van veszekedés a szülők között. A veszekedések oka a gyermek-neveléssel kapcsolatos vélemények különbözősége. Ilyenkor mindkét szülő megemeli a hangját, néha az is előfordul, hogy egyikőjük nagy ajtócsapkodással elhagyja a lakást.

Ez a példa már nem olyan egyértelmű: néhány résztvevő általában a 0-ra áll, mások meg a 10-re. A téma a veszekedés és az erőszak közötti különbség. A vitából eredő kérdéseket fel lehet jegyezni és egy későbbi megválaszolásra félretenni.

Laci és Kati együtt mennek sétálni. Eközben egy forgalmas utcán kell átkelniük. Kati nem figyel oda, és át akar menni az úton éppen akkor, mikor egy autó jön. Laci visszarántja Katit és eközben úgy megszorítja a karját, hogy másnapra tele lesz kék foltokkal.

Ezen a témán is lehet vitatkozni. A témával kapcsolatos egyik kérdés pl.: Az erőszaknak mindig köze van a szándékossághoz vagy az erőszakot inkább a következmények alapján lehet felismerni? Van-e jószándékú erőszak? Itt is újra az érvényes, hogy nem szabad értékelni a hozzászólásokat, hanem a beszélgetést kell ösztönözni. A nyitva maradt kérdéseket, amelyeket még meg kell válaszolni, fel kell jegyezni a későbbiekre.

A második lépésben, amikor már mindenki elfoglalta a helyét, a résztvevőkkel kis egyéni interjúkat készítünk és megkérjük őket, hogy indokolják meg, miért pont azon a helyen állnak. Fontos arra figyelni, hogy minden résztvevőre sor kerüljön. Így nincs lehetőség arra, hogy a résztvevők mások véleménye mögé bújjanak. Ha a résztvevő azt mondja: „én is úgy gondolom, mint XY”, kérjük meg, hogy saját szavaival fogalmazza meg ő is a véleményét. A résztvevők álláspontjából és a véleményekből kérdések kristályosodnak ki, amelyek a téma szempontjából érdekesek lehetnek. Ezeket a kérdéseket írjuk a táblára, de ne most beszéljük meg őket. A kérdések megadják nekünk azt az irányt, amelyekkel a csoportban tovább kell dolgoznunk. Ha pl. sokan azon a véleményen vannak a csoportban, hogy az olyan sértő kifejezések, mint „kurva” vagy „ringyó”, nem jelentenek erőszakot, hanem a használatuk elfogadható, akkor a beszélgetés során ezt a témát még egyszer fel kell vetni. A csoporttal még egyszer meg kell beszélni, és ezzel kapcsolatosan a saját véleményét világosan kifejezésre juttatni. Ezzel a többlépcsős megközelítési móddal elkerüljük a megszégyenítést, és megmutatjuk, hogy mások véleményét ugyan komolyan vesszük, de nem feltétlenül értünk vele egyet.

Az interjúszakasznak nem szabad túl hosszúra nyúlnia, mert a csoportban túl nagy lesz a nyugtalanság. Az interjúk esetében az álláspont rövid és tömör indoklásáról van szó. Körönként kb. 4-6 résztvevőt kérdezzünk meg.

A megadott szituációs példákat természetesen meg lehet változtatni vagy ki lehet egészíteni és a gyakorlat céljának megfelelően alakítani. Fontos, hogy semmiképp se olyan neveket használjunk a példákban, amelyek előfordulnak a csoportban!

4. CÉL: Erőszakhelyzetek egyéni értékelése

MÓDSZER: Szociometriai gyakorlat – „Erőszakbarométer” 2.

ANYAG: A padlóra elhelyezett egyenesre 0-tól 10-ig kerüljenek számok.

Útmutató: „Erőszakbarométer” 2. rész

A párkapcsolati erőszak intim párkapcsolatban fordul elő, tehát apák és anyák, házastársak, olyan nők és férfiak között, akik együtt élnek, vagy együtt járnak. De hol kezdődik a bántalmazás? Mennyire súlyosak az erőszak egyes fajtái és formái? Erről lehet, hogy nem egyformán gondolkodunk, de az is lehet, hogy igen.

Ahhoz, hogy ezt ki tudjuk deríteni, szeretnénk veletek az előzőhöz hasonló gyakorlatot csinálni. A barométert már ismeritek. Az előzőhöz képest az a különbség, hogy a barométernek sokkal pontosabb skálája van. 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, és 10. Most a kérdés is egy kicsit más lesz. Azt becsüljétek meg, hogy mennyire esik rosszul az érintett számára a példában említett erőszak. Ehhez megint különböző példákat fogunk nektek felolvasni. A feladatokat megint az, hogy álljatok fel és álljatok arra a pontra a skálán, ami számotokra megfelelő. Ha tehát az a véleményetek, hogy ez egyáltalán nem rossz, akkor álljatok a 0 pontra. Ha az a véleményetek, hogy ez igazán rossz az érintett számára, akkor álljatok a 10. pontra. A többi pont is lehetséges, mindig annak megfelelően, hogy milyennek értékelitek a helyzetet. Szűrőpróbaszerűen megint fogunk interjút készíteni veletek, hogy kiderüljön, miért éppen azt a pontot választottátok. Ennél a feladatnál különösen fontos, hogy mindenki arra a pontra álljon a barométeren, ami neki felel meg, függetlenül attól, hogy mások mit gondolnak.

Szituációs példák - „Erőszakbarométer” 2. rész:

Erik rövid ideje él együtt Sárival. Ha a lány este a régi baráti társaságával akar elmenni szórakozni, rendkívül féltékenyen viselkedik a barátja. Tudni akarja, hogy ki lesz ott, mikor jön haza és hova megy. Amikor nemrég egy fél órával később ért haza, mint barátja remélte, igazán dühös lett és ringyónak nevezte.

Laci és Kati nem régóta egy pár. Kati Laci első barátnője. A lány szeretne lefeküdni vele, de a fiú azt mondja, hogy ő még nem szeretné azt. A lány azzal fenyegeti őt, hogy elhagyja, ha nem fekszik le vele.

[Próbáljuk ki ugyanezt a példát úgy, hogy felcseréljük a szereplők nemét, és figyeljük meg, hogy változnak-e az álláspontok, és ha igen, hogyan.]

F.-né nemrég költözött a családjával Tübingenbe. Senkit sem ismer itt és nagyon egyedül érzi magát. A férje nem szeretné, hogy ha nélküle menne ki a házból, hogy más embereket megismerjen. Amikor nemrég F.-né arról beszélt, hogy szeretne számítógépes tanfolyamra járni, a férje megtiltotta neki. F. szerint ugyanis a gyerekek még túl kicsik ahhoz, hogy egyedül hagyja őket.

Ha a B. családnál vita van, akkor B. úr gyakran napokig nem beszél a feleségével és levegőnek nézi őt. Karcsi félévkor megbukott matekból. Ha ő és barátnője Edina a barátaikkal vannak valahol, Edina sokat viccelődik azon, hogy Karcsi mennyire buta. Azt mondja, hogy egy csődhalmaz és semmi sem fog sikerülni neki. Azt mondogatja, hogy év végén is biztosan meg fog bukni, hiába erőlködik, aki buta, az buta.

5. CÉL: *Beszélgetés a nemi szerepekről; saját vélemény megalkotása és képviselése a jó és a rossz partnerkapcsolatot illetően*

MÓDSZER: *Szociometriai gyakorlat: „Hol állsz te?”*

ANYAG: *Az „álláspontok” listája*

Útmutató a „Hol állsz te?” szociometriai gyakorlathoz

A férfi és a nő szerepe a partnerkapcsolatban és a házasságban sokat vitatott kérdés. Számos eltérő vélemény van arról, mi a „normális” vagy az „elfogadható”, és mi számít egy kapcsolatban „elnyomásnak”, „bántalmazásnak” vagy „erőszaknak”. Erről szeretnénk veletek beszélgetni. Különböző álláspontokat fogunk felolvasni, nektek pedig az a feladatotok, hogy álláspontot foglaljatok az egyes kijelentésekkel kapcsolatban. Két nagy papírlapot helyeztünk el a terem két végében „egyetértek” és „nem értek egyet” felirattal. A feladatotok az, hogy miután egy kijelentést felolvastunk, álljatok ahhoz a plakáthoz, amely tükrözi a ti álláspontotokat vagy véleményeteket. Utána egyenként megkérünk benneteket, hogy indokoljátok meg a véleményeteket és érvekkel támasszátok alá azt. Ha véleményeteket a felhozott érvek hatására megváltoztatjátok, akkor átállhattok a másik felirat alá.

Álláspontok:

- A nők számára a családnak kell a fontosabbnak lennie a karrierrel szemben.
- Egy kapcsolatban előfordulhat egy pofon. Ez teljesen normális, az emberek már csak ilyenek.
- A szeretett ember elleni erőszak rosszabb, mint az ismeretlen elleni.
- A lányoknak és a fiúknak eltérő a szerepük és feladatuk egy partnerkapcsolatban.
- Az alkohol vagy drog befolyása alatt álló emberen vagy emberrel elkövetett szexuális tetteket nemi erőszakként kell értelmezni.
- Az, hogy egy kapcsolaton belül mi van rendjén és mi számít erőszaknak, az egy nagyon személyes dolog. Nem lehetséges ezzel kapcsolatban általános szabályokat felállítani.

Kiosztandó emlékeztető vagy szóbeli bevezetés a szociometriai gyakorlatrész lezárásához

A párkapcsolaton belüli erőszaknak sok formája van:

- **Fizikai erőszak** többek között az ütés, rúgás, fojtogatás, fegyverhasználat;
- **Lelki erőszak** többek között a szidalmazás, megalázás, lealacsonyítás, fenyegetés, zsarolás;
- **Szexuális erőszak** többek között a kikényszerített testi kapcsolat és szexuális cselekedet, megkísérelt vagy véghezvitt nemi erőszak;
- **Gazdasági erőszak** többek között a pénzvonás vagy a saját pénzkereset megtiltása;
- **Társas erőszak** többek között a családdal vagy barátokkal való kapcsolattartás korlátozása, megtiltása, elszigetelés, bezárás;

Az Európa Tanács Sajtóirodája, 2006.11.23.

6. CÉL: *Előadás a partnerkapcsolaton belüli erőszakra vonatkozó számokról és tényekről*

MÓDSZER: *Előadás*

ANYAG: *Plakát vagy kiosztandó emlékeztető*

Plakát vagy kiosztandó emlékeztető a partnerkapcsolaton belüli erőszakra vonatkozó számokról és tényekről⁸

Erőszak a házasságban és a partnerkapcsolatban – számok és tények Európából:

- Minden országra igaz, hogy a nők egynegyede élt már át életében fizikai erőszakot, és több mint egytizedük vált nemi erőszak áldozatává;
- ha az erőszak minden formáját számoljuk, beleértve a zaklatást is, akkor a nők körében az érintettek aránya eléri a 45%-ot;
- a nők elleni erőszakot leggyakrabban a közvetlen környezetükben élő férfiak, leggyakrabban a partnerük vagy ex-partnerük követi el;
- becslések szerint a 16 év feletti nők 12-15%-a volt már olyan kapcsolatban, melyre jellemző volt a párkapcsolati erőszak.

Az Európa Tanács Sajtóirodája, 2006.11.23.

8 Lásd a jegyzetet a FRA kutatásról, amely 2014-es adatokkal szolgál számos országból.

Erőszak a házasságban és partnerkapcsolatban – számok és tények Ausztriából

1. Ausztriában az elkövetők 92%-a férfi, az áldozatok 93%-a nő.
2. Becslések szerint Ausztriában minden ötödik nőt ért már erőszak közeli férfi hozzátartozója által.
3. Ausztriában évente nők és gyermekek ezreinek kell menhelyre menekülniük. 2007-ben 3190 nő és gyermek keresett menedéket bántalmazója elöl ilyen menhelyeken. Ennek a fele gyermek volt (1549).
4. A rendőrség Ausztriában naponta kb. 20 alkalommal, tehát majdnem óránként vonul ki családon belül elkövetett erőszakos cselekedet miatt.

AÖF, Tätigkeitsbericht und Statistik der österreichischen Frauenhäuser, BMI, Polizeiliche Kriminalstatistik 2006

Erőszak a házasságban és partnerkapcsolatban – számok és tények Németországból

1. a 16 és 85 év közötti nők 25%-a szenvedte el partner által a testi és/vagy szexuális erőszak egyik formáját
2. a nők egyharmada egyszer élt meg erőszakot, egyharmada 2-10 alkalommal és egyharmada 10-40 alkalommal
3. 64%-uk sérüléseket szenvedett, melyek a zúzódásoktól a fojtogatás nyomain át a csonttörésig terjedtek.
4. A férfiak leggyakrabban nyilvános helyen lesznek erőszakos tett áldozatai más férfiak által. A férfiak elleni erőszak ritkán szexuális jellegű. A sérülés kockázata férfiak esetében kisebb, ha az erőszak elkövetője a női partnerük. Németországban nincsenek számadatok a nők által elkövetett erőszakra vonatkozóan.

BMFSFJ (Hg. 2004): Prävalenzstudie zur Lebenssituation, Gesundheit und Sicherheit von Frauen in Deutschland

Erőszak a házasságban és a partnerkapcsolatban – számok és tények Magyarországról

1010 18 év feletti nő válaszolt Magyarországon egy kérdőívre:

- A nők 18,1%-a válaszolta, hogy fél attól, hogy a partnere megveri, 11,8% válaszolt nem tudommal és 69,1% nemmel.
- 22,3% válaszolta, hogy partnere megfenyegette őket, 11,9% válaszolt nem tudommal és 65,4% nemmel.
- 13,4% válaszolta, hogy partnere megverte, 14,2% válaszolt nem tudommal és 72,1% nemmel.
- 19,6% válaszolta, hogy az apja verte az anyját, 10,9% válaszolt nem tudommal és 68,3% nemmel.
- 7,6% válaszolta, hogy partnere megerőszakolta, 12,3% válaszolt nem tudommal és 79,5% nemmel.

CÉL:	<i>Az érintettek iránti érzékenyítés, a támogatási lehetőségek megtárgyalása</i>
MÓDSZER:	<i>a) A Te is ismered ezt? című, német nyelvű rajzfilm megbeszélése, szerepjáték b) Beszélgetés dalokról és dalszövegekről</i>
ANYAG:	<i>a) DVD-lejátszó, vetítő és a Te is ismered ezt? című, német nyelvű rajzfilm, kétféle színű cédulák b) CD-lejátszó, CD Christina Aguilera: I'm OK és Die 3. Generation: Vater, wo bist Du?, dalszövegek fordítással</i>

a) Útmutató a film⁹ megbeszéléshez (14 éves korig)

Most már tudjuk, mi a párkapcsolati erőszak, és közösen megbeszéltük, miért rossz az érintettek számára. Most a következő kérdéstről lesz szó: Hogyan érzik magukat azok a gyerekek, akik a családban tanúi a párkapcsolati erőszaknak?

Ehhez hoztunk nektek egy filmet. Egy rajzfilmről van szó, amelyben öt különböző történetet láthattok lányokról és fiúkról, akik otthon tanúi a párkapcsolati erőszaknak.

Mutatunk nektek két történetet az ötből. Az egyik egy fiúról, Danielről és a barátjáról, Tomról szól, a másik egy Sophie nevű lányról. A két történetet egymás után játsszuk le, és utána még egyszer megnézzük őket. Jól figyeljétek meg, hogyan érzik magukat a gyerekek a történetekben, és hol találnak segítséget.

A film után:

- Ki tudná elmesélni, mi történt? Mit láttatok?
(A film tartalmának visszamondása.)
- Meséljétek el nekünk, milyen érzelmeket ismertetek fel a gyerekeknél? Miről ismertétek fel ezeket? Mi felírjuk
- az általatok megnevezett érzéseket ezekre a ... színű cédulákra, és a kör közepére tesszük, hogy mindenki láthassa.
- Milyen megoldási lehetőségeket találtak a gyerekek a filmben? Mit tettek azért, hogy segítséget kapjanak? Az általatok megnevezett „megoldásokat” egy más színű papírra írjuk fel, és azt is a kör közepére tesszük.
- Van itt még néhány darab mindkét színű cédulából, tehát cédulák, amire az érzéseket és cédulák, amire a megoldásokat írhatjuk. Eszetekbe jut még más érzés és megoldás, amelyek a filmben nem szerepeltek?

A Te is ismered ezt? című rajzfilm öt rövid jelenetben mutatja be a párkapcsolati erőszak különböző formáit, miközben a fókusz azoknak a lányoknak és fiúknak a helyzetén van, akik az erőszak tanúi. A film kifejezetten alkalmas a 8-13 éves korosztállyal folytatott munkára, de a dalok kiegészítéseként az idősebb korosztálynál is lehet alkalmazni, pl. egy szerepjáték előkészítéseként (l. további munka).

9 A film német nyelvű és beszerezhető itt: <http://www.big-berlin.info/medien/kennst-du-das-auch>

Útmutató a filmmel való további foglalkozáshoz:

Szerepjáték formájában lehet Sophie és Daniel történetét feldolgozni. Az egyik gyermek játssza az érintett gyermeket, a másik a barát vagy a barátnő, akit az érintett gyermek beavat.

Másik változat:

A foglalkozás vezetője maga játssza az érintett gyermeket. Egy másik gyermek játssza a barátot vagy barátnőt, akit az érintett gyermek beavat.

b) Útmutató a dalokról és dalszövegekről folytatott beszélgetéshez (14 éves kortól fiataloknak)

Most már tudjuk, mi a párkapcsolati erőszak, és közösen megbeszéltük, miért rossz az érintettek számára. Most a következő kérdésről lesz szó: Hogyan érzik magukat azok a gyerekek, akik a családban tanúi a párkapcsolati erőszaknak?

Két dalt játszunk le nektek, melyekben az énekesek arról énekelnek, hogyan élték meg a párkapcsolati erőszakot, amikor még gyermekek, illetve fiatalok voltak. Mindkét dalnak ugyanaz a témája, és mégis nagyon eltérő a hangzásuk. Más érzelmeket juttatnak kifejezésre, nem csak a szövegben, hanem a dallamban, a ritmusban és a hangzásban is.

Az egyik egy angol dal, **Christina Aguilera: I'm OK**. Az angol szöveg és magyar fordítása itt van. A másik dal a német **Die 3. Generation: Vater, wo bist Du?** című szerzeménye. Ennek a dalnak a szövegét is elhoztuk.

Most lejátszunk a dalokat, kérlek, hallgassátok figyelemmel

Útmutató kérdések az I'm OK című dalhoz:

- Milyen érzéseket ismersz fel a lánynál?
- Milyen érzései és gondolatai vannak az apjával kapcsolatban?
- Milyen érzései és gondolatai vannak az anyjával kapcsolatban?
- Mit okozott nála az anyja elleni erőszak?
- Hogy érzi magát most fiatal nőként?
- Mi segített volna neki gyerekként, mire lett volna igazán szüksége?
- Ki segíthetett volna neki?
- Hogyan segíthetél volna neki, ha a barátja vagy barátnője lettél volna?
- Hogyan viselkedett vajon az osztálytársaival?

Útmutató kérdések a Vater, wo bist Du? című dalhoz:

- Milyen érzéseket ismersz fel a fiúnál?
- Milyen érzései és gondolatai vannak az apjával kapcsolatban?
- Milyen érzései és gondolatai vannak az anyjával kapcsolatban?
- Mit okozott nála az anyja elleni erőszak?
- Hogy érzi magát most fiatal férfiként?
- Mi segített volna neki gyerekként, mire lett volna igazán szüksége?
- Ki segíthetett volna neki?
- Hogyan segíthetél volna neki, ha a barátja vagy barátnője lettél volna?
- Hogyan viselkedett vajon az osztálytársaival?

A dalok meghallgatása után

Kérlek benneteket, hogy döntsétek el, a német vagy az angol dallal szeretnétek-e foglalkozni. Kaptok tőlünk útmutató kérdéseket a dalhoz, ami alapján hatan-nyolcan egy csoportban beszélgetsetek a dalról. A kics csoportos beszélgetés után az egész osztálynak mesélnétek el, hogy mit beszéltetek meg a csoportban.

Utána közösen szeretnénk veletek arról beszélni, hogy az énekes és az énekesnő hogyan érezte magát, amikor a saját családjában élte meg az erőszakot

Die 3. Generation: Vater, wo bist Du? / Apa, hol vagy? dalszövege

Apa, sohasem számíthattam rád.
Apám, eltűntél. Nem tudom, hogy hol vagy és mindegy is.
Nem tudok tovább hallgatni, nincs választásom,
Elrontottad, elloptad és elvetted a gyermekkoromat.
De most itt az idő elmondani az igazságot
Apa nem tudom elviselni.
Miért kell anyát ütnöd,
Ökölled gyomorba,
megcsalni és hazudni neki?
Miért nem tudod szeretni őt?
Miért csak a kurvákat szereted, akik a sarkon állnak?
Láttad már sírni anyát?
A kiáltások, a könnyek, erről álmodom minden éjjel
Minden éjjel attól félek, hogy megint balhé lesz,
nyolc után.
A lelkem szétszakadt, tönkre ment, csak azt kérem
tőled:
Apám, hogy tehetted ezt velem?

Refrén:

Mindig, amikor szükségem volt rád, ha magányos voltam,
Apa, te soha nem voltál ott.
Mindig elfeledkeztél rólam, de én nem tudlak gyűlölni
Apa te soha nem voltál ott. Soha nem voltál ott.
Apa, te tele vagy fájdalommal, erőszakkal, undorítóan rideg vagy.
Mindig attól félek, hogy csattanni fog. Dühösen válsz bűnözővé.
Ha túl sokat ittál, jött a gyűlöleted,
ami még erősebb volt, mint a bűzöd. Apa, undorító vagy.
Tudom, hogy nehéz életed van munka és barátok nélkül,
akik szeretnének és bízna benned.
Ezért kell csapkodnod magad körül, az öklödet lendítened, az életünket tönkre tenned.
Senkiben sem tudsz megbízni, még anyában és bennem sem, ha nem gondolsz bele,

Ami nem öl meg, az csak erősebbé tesz, mondd nekem, amikor versz, a földre tepersz.
Az övvel az arcba, ezt tartod kötelességednek.
Kérlek apa, kérlek, ne tedd ezt.

Refrén

Apa, hol vagy? Miért nem jelentkezel soha?
Pontosan tudod, hogy létezem.
Szeretted valaha is engem?
Tudod, hogy ki vagyok, mit gondolok, és mit érzek?
Van-e barátnőm, jó vagyok-e az iskolában?
Soha nem voltál a barátom, hibát követtél el.
Sokat sírtam miattad, de soha nem nevettem veled.
Hiányzol apa, még akkor is, ha ez nekem nem tetszik,
Néha tők mindegy, hogy hol bujkálsz.
Ha netán eljőnnél hozzám, nem hagynálak ott.
De nem fogom és nem is akarom az életemet miattad felforgatni.
Ha ott vagyok, ott vagyok, ne gondold rólam azt, hogy szemét vagyok
Apa, nem egyszerű a te fiadnak lenni.

Christina Aguilera: I'm OK dalszövege

Egyszer volt egy lány,
akinek korán meg kellett tanulnia,
egy olyan harctéren felnőni,
amit otthonnak nevezett.
Sohasem tudta, kihez fordulhatna, amikor védelmet
keresett a vihar elől.
Fájt látni a fájdalmat
Az édesanyám arcán.
Minden alkalommal, amikor az apám ökle megmutatta
neki, hol a helye
A szobámban hallottam a kiáltozást.
Sírtam és reméltem, hogy ez az egész
Hamarosan véget ér.

Refrén:

A kék foltok elhalványulnak, apa,
de a fájdalom ugyanaz marad.
És én még mindig emlékszem rá, mennyire féltem.
Erős az anyám, azért a szeretetért, amit ő adott.
És minden reggel, amikor felébredek,
Visszatekintek a tegnapi.
És rendben vagyok.
Gyakran kérdezem magamtól, hogy miért hordom
magammal ezt a bűntudatot, ha te vagy az, aki engem ide
juttatott, hogy ezeket a falakat felépítsem magam körül.
Éjszaka jönnek az árnyékok az ajtórésein, egy megtört
gyermek visszhangja, aki azt kiabálja: kérlek elég!
Apa nem érted,
hogymilyen kárt tettél?
Számodra csak egy emlék,
de számomra tovább él.

Refrén

Nem egyszerű elfelejteni:
Minden seb, amit te hagytál a tarkómon,
amikor hideg lépcsőnek löktél
és minden nap félelemmel telve haza jönni,
hogymit fogok megint látni.

Refrén

1. CÉL: Lazítani, érzelmeket átérezni és bemutatni

MÓDSZER: Mozgásgyakorlat: „Mozgolódó érzések”

ANYAG: Esetleg CD-lejátszó, zene

Útmutató a mozgásgyakorlathoz – „Mozgolódó érzések”

A következő játék arra szolgál, hogy megmutassuk a különböző érzéseket. Álljatok fel. A székeket tegyék félre, hogy legyen helyünk.

A feladat az lesz, hogy járkáljatok a teremben. Ha tapsolunk (és a zene elhallgat), álljatok meg ott, ahol vagytok. Fogunk mondani nektek egy szituációt: pl. „győzelmet jelentő gólt lőni fociban”. Nektek azt az érzést, amit ebben a helyzetben éreznétek, pantomim segítségével el kell játszaniotok, és ebben a pózban úgymond megmerevedni. Ezután néhányatoktól megkérdezzük, hogy milyen érzelmet mutat be éppen. Amikor újra tapsolunk (elindul a zene), kiléptek a merev pózból, és mentek tovább, amíg újra nem tapsolunk (elhallgat a zene).

Mielőtt elkezdjük, nyújtózkodjunk egyet, és rázzuk meg a végtagjainkat rendesen. És akkor most induljunk el!

Útmutatás a foglalkozás vezetőjének:

Az érzelmeket és a saját érzékelést érintő gyakorlatoknál nagyon fontos, hogy a teremben nyitott, bizalmi, légkör uralkodjon. Ezért nem minden osztályban lehet ilyen gyakorlatot végezni.

2. CÉL: *Érzékenyítés a saját és mások határainak felismerésére és elfogadására*
TEVÉKENYSÉG: *Önismereti gyakorlat – „Az Állj! azt jelenti, Állj!” (külön lány- és fiúcsoport)*

Útmutató az Önismereti gyakorlathoz – „Az Állj! azt jelenti, Állj!”

Az életben gyakran adódik olyan helyzet, amikor valakinek világosan és érthetően meg kell mondani, hogy mi valamit nem akarunk. Pl. azt akarjuk, hogy hagyjanak minket békén. Talán ti is tapasztaltátok már, hogy ez gyakran nem is olyan egyszerű. Mások nem veszik észre a jelzéseinket vagy nem tartják tiszteletben a határainkat. Szeretnénk veletek a „Határok kitzúzése” témában egy gyakorlatot végezni, ami két lépésből áll. Kérlek, keressetek hozzá egy párt.

1. lépés: a határok felismerése

Álljatok egymással szembe a terem két egymástól távol eső részén. Nézzetek egymás szemébe és tartsátok a szemkontaktust a gyakorlat alatt. A jelzésekre menjetek egymás felé anélkül, hogy beszélnétek, és közben figyeljetek arra, hogy milyen a közelség a számotokra. Ha túl közel lesz érzitek a másikat, lépjetek egy kicsit hátra. Előfordulhat, hogy a párotok ezt másképp érzi, mint ti, és ő több közelséget szeretne, tehát egy kis lépéssel megint közeledni fog. Mindenkinek az a feladata, hogy magára, és a saját érzelmeire figyeljen, és azt a távolságot próbálja megtalálni, ami az ő számára megfelelő. Ha megtaláltátok az egymás közti, megfelelő távolságot, jelezzétek ezt a másiknak egy bólintással, és maradjatok ott.

Ha mindenki megtalálta a helyét:

Nézzetek meg a többi párt. Minden párnál azonos a távolság?

A második körre keressetek egy másik párt, és próbáljátok ki a feladatot még egyszer.
(Esetleg fel lehet ajánlani egy harmadik/negyedik kör lehetőségét.)

Útmutatás a foglalkozás vezetőjének:

Javasolt ezt a gyakorlatot először személyesen kipróbálni. Ez az önismereti gyakorlat a vezetőtől megköveteli, hogy testbeszéddel világosan ki tudja fejezni határait.

Kérdések a kiértékeléshez:

- Milyen volt számotokra a gyakorlat? Nehéznek vagy könnyűnek találtátok? Miért?
- Az a távolság, amire nektek szükségetek volt, mindig ugyanakkora volt, vagy a különböző párok esetében eltérő?
- Mit gondoltok, mitől függ ez?
- A testetek milyen jelzésén vettétek észre, hogy már túl nagy volt a közelség számotokra?
- Emlékeztek olyan helyzetekre, amikor nem éreztétek a határaitokat, vagy ahol valaki nem vette figyelembe a határaitokat?
- Hogyan kezelitek ezt általában?

2. lépés: Határok kitűzése

Keressetek megint egy párt, és álljatok fel egymással szemben bizonyos távolságra. Egyikőtök állva marad, és jelzi, hol a közeledés határa, a másik pedig közeledik. Addig kell közelednie, amíg a határt nem ismerte fel világosan. Akkor meg kell állnia.

Azok, akik a határukat jelzik, először a tekintetükkel és arcjátékukkal próbálják meg azt kifejezni. Először azt döntétek el, milyen közel engeditek a másikat. Ha már elérte a határt, próbáljátok meg elképzelni, hogy a szemetekből villámok lövellnek, amelyek eltalálják a másikat. Vagy azt is elképzelhetitek, hogy olyan mérgesen néztek, amiben minden dühötök és mérgetek benne van.

A következő lépésben a tekinteteket megfelelő testtartással erősítsétek meg. Próbáljátok ki, hogy melyik testtartás illik a mérges tekintethez és hat erőteljesen.

Csináljatok nyugodtan több kört más-más párral.

Kérdések a kiértékeléshez:

- Milyen volt számotokra a gyakorlat? Nehéznek vagy könnyűnek találtátok? Miért?
- Melyik testtartás hatékony?
- Mit lehetne mondani hozzá egy valódi helyzetben? (A rövid, jelentőségteljes üzenet, mint „Állj! Hagyj békén!” hasznosabb, mint a hosszas magyarázkodás.)
- Mit tudtok tenni, ha valaki nem hallgat rátok, tovább zaklat benneteket vagy fenyeget? (Elmenni és segítséget hívni, mások figyelmét felhívni a helyzetre.)
- Tudtok említeni ilyen helyzeteket a saját életetekből?

3. CÉL: A düh és az agresszió pozitív kezelésnek támogatása

MÓDSZER: Kiabáló-kör (Külön lány- és fiúcsoport)

ANYAG: Papírfunkciós tábla (flipchart) vagy csomagoló papír a falra, filctoll

Kérdések a kiértékeléshez:

Teljesen normális dolog veszekedni. A viták hozzátartoznak az életünkhöz, illetve az emberi kapcsolatokhoz – történjen az baráti körben, párkapcsolatban, iskolában, családban vagy bárhol. A veszekedést azonban gyakran veszélyes és fenyegető dologként éljük meg. A hozzá köthető érzéseket, az agressziót és a dühöt, negatívnak tartjuk. Egy jó vitának lehet olyan hatása, mint egy mindent megtisztító vihar. A düh és az agresszió nagyon fontos életenergiák, hajtóerőként, motorként szolgálnak, ami segítségével megmutatjuk magunkat és a számunkra fontos dolgokat. Ha valaki felemeli a hangját, akkor azt fejezi ki: „Itt vagyok! Figyelj rám! Fontos a számomra, amiről beszélek! Nem lehet engem nem észrevenni és nem meghallani!”

Szabad kimutatni a dühödöt. Fontos azonban észben tartanod, hogy mindenkinek ugyanolyan joga van jelen lenni egy vitában. Ugyanolyan joga van ahhoz, hogy észre vegyék és meghallgassák. Ez azt jelenti, hogy senkinek sincs joga ahhoz – bármennyire is dühös –, hogy másokat testileg vagy lelkileg bántson.

A düh kifejezésének egyik lehetséges eszköze, ha kiáltasz egyet. Ezt fogjuk most kipróbálni. Ehhez alakítunk egy kiabáló-kört. Álljatok úgy fel, hogy mindenkinek legyen elég helye maga körül: egy méterre álljon a szomszédjától. Én kezdem. Felveszem a szemkontaktust a bal oldali szomszédommal, és rákiáltok. Eközben egymás szemébe nézünk. Ő meghallgatja az én dühös kiáltásomat, aztán az ő bal oldali szomszédjának a szemébe néz, és továbbadja neki a kiáltást. Lehet, hogy több körön keresztül kell majd ezt a feladatot gyakorolnunk, mert szokatlan számotokra.

Mielőtt azonban a kiabáló-kört elkezdjük, forduljunk oda a mellettünk állókhoz, és kérjünk engedélyt, hogy a gyakorlat során kiabálhassunk velük. Kérdezzük meg: „Megmutathatom neked a dühömet?”

A kiáltókör után

Üljetek vissza a helyetekre. Szeretnénk hallani, hogyan ment a feladat. Egy dühös kiáltás nagyon fontos jelzés magunk és a többiek számára is.

- Milyen érzés volt kiabálni? Milyen érzés volt, hogy rátok kiabáltak?
- Úgy gondoljátok, hogy a kiabálás és a hangoskodás erőszak?
- Van csendes harag? Miről lehet felismerni?

Beszéltünk a dühről és az agresszióról, és megtapasztaltatok saját és mások dühödt kiáltását. Most az a feladatok, hogy reklámozzátok a dühöt. Találjatok ki olyan mondatokat, amelyek a dühben levő pozitívumot, jót nevezik meg: pl. „A dühöm bátorít.”; „A dühömnek térre van szüksége.”; „A dühöm erőszakmentes.”; „A düh segít abban, hogy megváltoztassak dolgokat.”; „A dühöm megvéd.”

Mindenki kitalál magának egy-két mondatot a dühvel kapcsolatban, amit találónak vél. Azután osszátok meg a mondataitokat a csoporttal. Felírjuk őket erre a lapra, ami aztán a terem falán marad.

A feladat másik változata:

Ezt a kiabáló gyakorlatot lazításként is lehet használni, vagy annak megtapasztalására, hogy milyen érzés megélni az agressziót, ha az megengedett. Ebben az esetben a részt vevők nem egymás után kiáltanak, hanem egyszerre.

Álljatok körbe, fogjátok meg egymás kezét és vegyetek mély levegőt. Belégzésnél a karunkat a fejünk fölé emeljük, kilégzésnél leengedjük. A harmadik kilégzésnél mindenki egyszerre kiált. A csoport így megtapasztalhatja az egységes erő érzését.

4. CÉL: *A saját érzések tudatosítása a párkapcsolati erőszak megvitatásával kapcsolatban*

MÓDSZER: *Képzletgyakorlat – „Ha erről a témáról hallok, úgy érzem magam, mint ...”*

ANYAG: *Székekből kör, középebe különböző tárgyakkal, képekkel, természetes anyagokkal teli doboz*

Útmutató a képzletgyakorlathoz – „Ha erről a témáról hallok, úgy érzem magam, mint...”

Bizonyára sok különféle érzés támadt bennetek, mióta a párkapcsolati erőszak témájával foglalkozunk. Keressetek a dobozból magatoknak egy tárgyat vagy egy képet. Ennek ki kell fejeznie azt, ahogyan a téma megbeszélése alatt érezted magad. Ha kiválasztottátok a tárgyat vagy képet, akkor üljetek vele vissza a helyetekre. Miután mindenki újra a helyén ül, megkérlek benneteket, hogy sorban meséljétek el, miért azt a tárgyat választottátok, milyen érzés, hangulat, élmény köt össze vele titeket. A mondanivalókat kezdhettek a következő módon: „Azért választottam ezt, mert...”

(Megjegyzés: A fiúk válasza gyakran: „Mit kellene éreznem?”)

5. CÉL: Figyelni saját magunkra és felismerni erőforrásainkat

MÓDSZER: Képzletgyakorlat – „Erőforrások”

ANYAG: „Erőforrás” kiállítás

Útmutató a képzletgyakorlathoz – „Erőforrások”

Figyeljétek meg ezeket a tárgyakat, és gondolkodjatok el magatokon:

„Mit tehetek, hogy legyen újra erőm és energiám,

- ha rosszul érzem magam,
- ha gondjaim vannak, vagy szomorú vagyok,
- ha nyomasztó titkot bíztak rám
- ha nem tudom, hogyan segítek?”

Mindenki választ egyet a kihelyezett tárgyak közül, ami szimbolizálhatja azt, ami neki segít. Nem szabunk határt a képzletnek. Ha mindenkinek megvan a saját tárgya, újra körbe ülünk és mindenki elmondja, miért azt választotta.

Katalógus az „Erőforrás” – kiállításhoz

Tárgyak, amelyek a hétköznapi erőforrásokat szimbolizálják:

- CD-k – „zenehallgatás”
- Fűrdőhab, testápoló üres flakonjai – „ellazulás a fűrdőkádban”
- Párnák – „pihenés a kanapén”
- Telefon – „beszélgetés egy baráttal”
- Állatfigurák – „macska-simogatás”
- Zsebkendő – „kisérom magam egy barátnak”
- Kagylók/kövek – „a természet élvezete”
- Ecset/pamut – „alkotás”
- Szakácskönyv/csokoládé – „evés”
- DVD – „filmnézés”

6. CÉL: *A saját érzések bemutatása, mások érzéseinek felismerése és elfogadása*

MÓDSZER: *Empátiakör*

Útmutató az Empátiakörhöz

Alkossatok egy nagy kört, hogy mindenki jól láthassa a másikat, és mindenkinek legyen elég mozgástere. Ebben a gyakorlatban arról lesz szó, hogy megismerjük egymás lelkiállapotát. Nem beszélni fogunk róla, hanem mozgás segítségével bemutatni. Azért, hogy mindenki könnyen felismerje a bemutatott érzést, a mozgást megismételjük. Kezdem én. (A gyakorlat vezetője bemutatja a pillanatnyi érzéseit testmozgással.) Láttá mindenki az érzésmozdulatomat? Jó, akkor ismételjétek meg! Rendben, akkor most a mellettem álló következik. Mutasd meg nekünk egy mozgáson keresztül a te jelenlegi érzéseidet. A többiek figyeljenek jól oda, és ismételjék meg a mozdulatot.

CÉL:	<i>A kortárstámogatás lehetőségeinek megbeszélése. Az empátia és a szolidaritás fejlesztése. Hogyan erősítse meg a kortárs bizalmas az érintett biztonságérzetét? Melyek a felelősség és segítségnyújtás határai?</i>
MÓDSZER:	<i>a) Páros gyakorlat – „Figyelmesen hallgatni” b) Szerepjáték – „Beszélgetés barátok/barátnők között” (nemek szerint osztott csoportok)</i>
ANYAG:	<i>A szerepjátékhoz utasítás az érintett fiú/lány számára, színpad előkészítése</i>

Útmutató a páros gyakorlathoz: „Figyelmesen hallgatni”

Ha ki akarjuk fejezni, hogy barátunk problémáit komolyan vesszük, akkor a legfontosabb figyelmesen meghallgatni őt. Előfordulhat, hogy mi vagyunk az elsők, akihez a gondjával fordul. Sokszor az első beszélgetéstől függ, hogy úgy fogja-e érezni, egyedül maradt a gondjával vagy, bátorságot merít belőle, hogy további segítséget keressen. A legfontosabb egy ilyen beszélgetésnél, hogy érezze, fontos számunkra a története. Ezért gyakorolni fogjuk a „figyelmes hallgatást”. Alkossatok párokat. Mindenki idézze fel egy problémáját, ami a múlt héten történt. Egyeztetek meg, ki beszél először, és ki hallgatja. Figyeljete rá, hogy olyan élményt válasszatok, amit tényleg el akartok mesélni. A mesélőnek két perce van elmondai a történetet. A párjának csak hallgatnia kell. Ez talán furcsa annak, aki csak hallgat, de kérünk benneteket: tényleg csak hallgassatok, ne mondjatok semmit. Csak arcjáték és gesztusok segítségével tudassátok, hogy figyeltek rá. Nincs kérdés, vélemény és javaslat. Azután szerepet cseréltek.

Megbeszélés a csoporttal:

Miután mindenki mesélt és meghallgatott egy történetet, szeretnénk megtudni, mi volt a benyomásotok a feladatról. Milyen volt számodra, hogy meghallgattak? Milyen volt számodra odafigyelni? Szeretnénk nektek az odafigyelés néhány támogató és kevésbé segítő formáját bemutatni: Üljetek újra össze a párokkal, osszátok meg velem azokat a kérdéseket és javaslatokat, amelyek az ő történetével kapcsolatban eszetekbe jutottak.

Útmutató a figyelmes hallgatáshoz:

A „miért” kezdetű kérdéseket lehetőleg el kell kerülni, mivel azok csak védekezést, mentegetőzést váltanak ki. Nem szabad tehát azt kérdezni, miért tetted ezt vagy azt.

Tanácsokat sem szabad azonnal osztogatni, mint pl. „a te helyedben én...” vagy „Miért nem teszed...?”. Mi ugyanis nem vagyunk a másik bőrében. Meg kell hagyni a lehetőséget neki arra, hogy tájékozódjon, és utána maga hozza meg a saját döntését.

b) Útmutató a szerepjátékhoz „Beszélgetés barátok/barátnők között” (külön fiú- és lány csoport)

Két önként jelentkezőre van szükségünk. Az egyik belebújik egy olyan lány szerepébe, akinél otthon a szülők között heves viták folynak. Ahhoz, hogy ráérezzen a szerepre, hoztunk szerepleírást, hogy elolvashassa. Ha a szerepleírással kapcsolatban kérdés van, félrehúzódva nyugodtan meg tudjuk beszélni.

A másik a barátnő szerepét játssza, aki az érintett lánynak segíteni szeretne. Itt nincsen semmilyen útmutató. Ezt a szerepet úgy játssza, ahogy a legjobbnak tartja.

A többiek a nézők. Fogják a széketeket és üljétek le félkörben a színpad körül. A feladatotok az, hogy figyelmesen nézzétek és hallgassátok a szereplőket.

A két szereplő jöjjön a színpadra és bújjon a szerepébe. Ehhez vegyétek fel az adott kelléket (nyaklánc, sapka), ami a barátnőt, ill. az érintett lányt szimbolizálja.

Változat a szerepjátékra:

Nektek nézőknek is van lehetőségetek átvenni a barátnő szerepét. Ehhez menjétek fel a színpadra, tapsoljátok meg a „barátot/barátnőt”, és vegyétek át a kellékeit (tehát a nyakláncot vagy a sapkát). Maga a „barátot/barátnőt” játszó színész is kérheti a leváltását. Az „érintett lány” szerepét nem lehet leváltani, az adott.

Szerepjáték után:

Köszönöm a szereplőknek. Kiléphettek a szerepekből, és letehetitek a kellékeket (nyaklánc, sapka). Kérek egy nagy tapsot a szereplőknek.

Kérdések ahhoz, aki az érintett lány szerepében volt:

- Te az érintett lányt játszottad. Hogyan érezted magadat ebben a szerepben?
- Megkönnyebbülés volt számodra, hogy egy baráttal beszélhettél a problémádról?
- Mit tett, ami neked jól esett?
- Volt-e olyan a beszélgetés során, ami neked nem volt jó?
- Az érintett lány szerepében lett-e ötleted, hogy hogyan tudnál jobban kezelni egy ilyen helyzetet?

Kérdések ahhoz, aki a barát/barátnő szerepében volt:

- Hogy érezted magad ebben a szerepben?
- Az volt az érzésed, hogy tudtál segíteni?
- Hol érezted a határaidat?
- Mi nem ment jól neked?
- Mire van szükséged ahhoz, hogy jobb légy ebbe a szerepben?

Kérdések a közönséghez:

- Mit gondoltok, ilyen helyzetben hogyan lehet az érintett oldalára állni?
- Miben tudnak és miben nem tudnak segíteni?

Fontos az utólagos megbeszéléshez:

Felelősség terhének levétele: A segítségnek megvannak a határai. Az érintettnek az is nagy segítséget jelen, ha valaki meghallgatja, figyel rá és hisz neki. Sem a segítő, sem az érintett nem felelős azért, ami történt.

Az érintett számára fontos, hogy legyen, akivel el tud járni kikapcsolódni és akinek a segítségére számíthat.

A segítő maga is kérhet segítséget. Nem kell olyan titkot tartania, ami neki is nyomasztó. Fordulhat megbízható személyhez. Az más, mintha ezt az osztályban vagy a baráti körben mesélné el.

Szerepleírás „Beszélgetés a barátnővel” - A

Téged (név) hívnak, 12 éves vagy. Együtt élsz az édesanyáddal, annak új élettársával és a 10 éves öcséddel. Az igazi apukádat csak néha látod, mert a szüleid elváltak.

Az anyukád barátja hozzátok költözött, és így meg tudtátok tartani a lakásotok. Először jó is volt vele: eljártatok kirándulni és jól éreztétek magatokat együtt. Az utóbbi időben azonban ez megváltozott. Gyakran kiabál veletek és anyukátokkal. Dühös lesz, ha nem azt teszitek, amit mond. Szidja az anyukádat és őt hibáztatja mindenért. Az mondja neki, hogy rosszul nevelt benneteket és azzal fenyegeti, hogy őt is és titeket is kirak a lakásból. Ha alkoholt iszik, akkor még rosszabb. Nem régen éjjel felébredtél, mert nagyon hangosan üvöltözött. Hallottad, hogy az anyukád mennyire sír és segíteni akartál neki, de nem mertél. Az öcséd is félt és nem tudtátok, mit tegyetek. Másnap anyukád nagyon szomorú volt, és kisírt volt a szeme, de nem mondta el nektek, mi történt.

A helyzetet már egyedül nem bírod tovább, és most szeretnél beszélni róla a barátnőddel/barátoddal.

Szerepleírás „Beszélgetés a barátnővel” - B

Téged (név) hívnak, 14 éves vagy. A szüleiddel és a két fiatalabb testvéreddel élsz együtt egy családi házban. Az utóbbi időben problémák vannak a szüleid között, és emiatt gondterhelt vagy. Az apukád, aki már azelőtt is megmondta mindenkinek, hogy hol a helye, az anyukáddal szemben egyre erőszakosabb. Nem tetszik neki, hogy megint elkezdett dolgozni, nem szeretné, hogy este elmenjen szórakozni a barátnőjével, és azt veti a szemére, hogy elhanyagolja a gyerekeket és a háztartást. Nem régen az egyik vita alkalmával úgy meglökte, hogy elesett és a fejét beverte a falba.

Utána nagyon sajnálta és néhány napig megint kedves volt. De tegnap megint szidalmazta és fenyegette. Te és a testvéreid féltetek az apukátoktól, habár őt is szeretitek. Ha az apukátoknak rossz kedve van, akkor elbújtok a szobátokban és megpróbáltok nem odafigyelni, ami igazából nem működik. Olyan sokszor méysz el otthonról amennyire csak tudsz és az utóbbi időben sok időt töltesz a barátnődnél. De ilyenkor félted a testvéreidet. Egyszer az öcséd közbeavatkozott, amikor a szüleid veszekedtek és az apukád kiabált vele. A húgod gyakran sír, az utóbbi időben rosszul alszik és ilyenkor hozzád bújik.

Már nem bírod az otthoni helyzetet és először a barátnőddel szeretnél beszélni.

Ellenőrző listák

Mit tudok tenni, ha a barátom/barátnőm párkapcsolati erőszak tanúja otthon?

- Hallgasd meg figyelmesen!
- Vedd komolyan, amit mesél! Ez a bizalom jele.
- A rendőrségi segélyhívó számát (112) mentse el a mobiltelefonjában (segélyhívást egyenleg nélkül is lehet kezdeményezni).
- Találjátok ki közösen, kihez menekülhet veszély esetén (pl. szomszéd, barátnő).
- A segélyvonalakon, tanácsadó helyeken sokszor névtelenül is lehet segítséget kérni.
- Ha lehetséges, meséld el egy megbízható felnőttnek a történetet. Hátha segít a továbbgondolásban és a segítségkérésben.

Mit tudok tenni, ha a barátom/barátnőm elmeséli, hogy párkapcsolati erőszak tanúja otthon:

- Sajnos sok gyermek érintett párkapcsolati erőszakban. Egy felmérés azt mutatja, hogy ezek a gyerekek a problémájukkal leginkább a barátjukhoz/barátnőjükhöz fordulnak. Szeretnénk néhány tippet adni, hogy szükség esetén ténylegesen tudjál segíteni a barátodnak/barátnődnek:
- Ne kételkedj az elmondottakban! Ne mondj olyat, hogy: „Nem hiszem el.”; „Nem tudom elképzelni.” Az érintettek számára gyakran nehéz elmesélni az átélteket, mert szégyellik. Ezért van szükségük arra az érzésre, hogy komolyan veszik őket és hisznek nekik.
- Adj a barátodnak/barátnődnek konkrét tanácsokat, milyen lépéseket tehet a védelme érdekében:
- Ha van mobiltelefonja, a rendőrség segélyhívószámát mentse el benne, és ha szükséges, hívja fel. A segélyhívó számok a mobiltelefonokon mindig működnek, még akkor is, ha nincs a telefonon egyenleg.
- Gondolkozz azon a barát/barátnő, hogy vészhelyzet esetén kihez menekülhet, melyik szomszédhoz, baráthoz. Ezt esetleg ezekkel a személyekkel meg is beszélheti.
- A barát/barátnő felhívhat ezzel a problémával foglalkozó tanácsadóhelyeket/segélyvonalakat, hogy elmesélje a történeteket és segítséget kérjen. Ezekre a segélyvonalakon sokszor nem kell megadni a neved. Ezeknek a tanácsadóhelyeknek és segélyvonalaknak a telefonszámát és címét megtalálod a www.nane.hu honlapon.
- Ha a barátod/barátnőd nem meri felhívni a tanácsadóhelyet/segélyvonalat, akkor te is megteheted helyette. De barátként neked is megvan a lehetőséged arra, hogy felhívod őket, hogy információt kérjél arról, hogy te mit tudsz tenni ebben a helyzetben.
- Ahhoz, hogy neked se legyen teher, gondold meg, melyik megbízható felnőtt személlyel tudsz beszélni. Megbízható személyek lehetnek pl. a saját szülők, nagybácsi, nagynéni, tanár, szomszéd, felnőtt testvér.

TELEFONSZÁMLISTA

Vészhelyzet esetére

(itt a helyi és nemzetközi segélyhívó számokat, továbbá a helyi segítő intézmények és az iskolai kapcsolattartó számát is fel lehet jegyezni)

- Barátok / Barátnők:

- Szomszédok:

- Nagyszülők:

- Más megbízható személyek:

- Iskolai szociális munkás/gyermekvédelmi felelős/ifjúságvédelmi felelős

- Gyermek és ifjúsági segélyvonal:

- Gyermekjóléti Szolgálat:

- Helyi rendőrkapitányság/rendőrörs/közzeti megbízott:

1. CÉL: A szakszerű segítségnyújtás bemutatása

MÓDSZER: Az egyes szakemberek, illetve szakintézmények képviselőinek személyes bemutatkozása, vagy rövid előadás a foglalkozás vezetőjétől

ANYAG: Tájékoztatók és szórólapok

Útmutató a rövid bemutatókhöz

Néhány olyan helyet szeretnénk bemutatni nektek, ahova nyugodtan fordulhatnak gyerekek és fiatalok, ha nehéz helyzetbe kerülnek, például, ha otthon párkapcsolati erőszak tanúi.

Örülök, hogy ma itt lehet nálunk a rendőrség/az ifjúságvédelmi hivatal/tanácsadó szerv/segélyvonal képviselője. Személyesen fognak nektek felvilágosítást adni arról, hogy az ő intézményük a párkapcsolati erőszak esetén mit tud tenni az érintettekért. Azt is el fogják mondani, hogy mit tehetnek a barátok. Illetve elmagyarázzák, hogy hol és mikor lehet őket elérni.

Van, aki ma sajnos nem tudott eljönni, de küldtek tájékoztató anyagokat, kiadványokat, szórólapokat. Ezeket később együtt átnézzük.

Beszéljünk először azokról az intézményekről, amelyek vészhelyzetben tudnak hatékony segítséget nyújtani az áldozatnak:

- A **rendőrséget** segélyvonalon lehet elérni. A rendőri intézkedés a helyszínen a körülményektől függően lehet: békítés, figyelmeztetés, eltávolítás/kitiltás, letartóztatás.
- A **menhelyek és anyaothtonok** védelmet és szállást biztosítanak az érintett nőknek és gyerekeiknek (fiúknak általában csak 14 éves korig).
- A **gyermekjóléti szolgálat** az érintett gyermekeknek és családjaiknak nyújt tanácsadást és segítséget. Ha a veszélyeztetettség elhúzódó, akkor a hatóságok felé jelezheti ezt.

Melyek azok az intézmények, ahova az érintett gyermekek és fiatalok, valamint barátaik fordulhatnak támogatásért, tájékoztatásért?

- Gyermek és ifjúsági segélyvonal
- Pszichológiai és ifjúsági tanácsadók, gyermekvédelmi központok
- Iskolai szociális munkás/iskolai gyermekvédelmi vagy ifjúságvédelmi felelős

Tájékoztató, tanácsadás és támogatás az érintett nők számára:

- Menhely, anyaothton, családsegítő szolgálat

Útmutató a foglalkozás vezetője számára:

Ez az elem sok előzetes előkészítést igényel:

- Olyan intézmények és szolgálatok megkeresése, melyek az áldozatok (nők és gyermekek) számára védelmet és segítséget tudnak nyújtani.
- Kapcsolatfelvétel és annak megtárgyalása, hogy az intézmény milyen formában tud és szeretne bemutatkozni.
- Ki, mikor, hogyan és kihez fordulhat az intézményben?
- Milyen segítséget és támogatást nyújtanak?
- Ingyenes-e a segítség?
- Van-e tájékoztató anyaguk?

2. CÉL: *Kapcsolatfelvétel az intézményekkel és szakemberekkel*

MÓDSZER: *a) Kiscsoportos munka: keresés telefonkönyvben vagy interneten
b) Szerepjáték – „Kapcsolatfelvétel”*

ANYAG: *a) Papírfunkciós tábla, filc, telefonkönyvek vagy internetes kereső (számítógép)
b) Papírfunkciós tábla, filc, kellékek (telefon)*

a) Útmutató a kiscsoportos munkához – Keresés a telefonkönyvben és az interneten

Üljetek négyen egy asztalhoz vagy egy számítógéphez. Gondolkodjatok együtt arról, hogy:

- kit hívhatna fel A, ha fél, mert a szülei szörnyen veszekednek, és az apja veréssel fenyegeti az anyját?
- kit hívhatna fel B, ha már nem érzi jól otthon magát, mert mindig feszültség van a levegőben? B állandóan attól fél, hogy az apja megint kiborul és nekimegy az anyjának.

Keressétek ki a telefonkönyvben és az interneten azoknak a helyeknek a telefonszámát, ahova A és B fordulhatnak. Erre 20 perctek van.

Végül közösen megbeszéljük az intézmények neveit és összeírjuk a telefonszámokat a táblára.

c) Szerepjáték – „Kapcsolatfelvétel”

Itt van ez a két telefon (csak kellékek). Próbáljátok meg felhívni a rendőrséget, a gyermek- és ifjúsági segélyvonalat vagy egy ifjúsági tanácsadót. Mi, a foglalkozás vezetői leszünk a rendőrök, a tanácsadó vagy az a személy, aki a hívásokat fogadja a segítő szolgálatnál.

Képzeljétek magatokat annak a lánynak/fiúnak a helyébe, akit a dalban hallottatok vagy a szerepjátékban láttatok. Anyukátokat bántalmazta a partnere (apukátok vagy új élettársa). A helyzet fenyegető. El tudjátok képzelni, hogy egy ilyen helyzetben felhívjátok a rendőrséget? Vegyétek a telefont és hívjátok fel!

Azok a gyerekek és fiatalok, akik a párkapcsolati erőszak tanúi és érintettjei otthon, nagyon nehéz helyzetben vannak. Nagy segítség lehet a számukra, ha bizalommal fordulhatnak valakihez. Néhányan a barátjukkal/barátnőjükkel beszélnek először a problémájukról. Ha a barát/barátnő sem tudja, hogyan segíthetne, akkor felhívhatja a gyermek- és ifjúsági segélyvonalat és tanácsot kérhet. Ki tudná elképzelni közületek, hogy barátként/barátnőként felhívja ezt a számot?

Az érintettek számára adott a lehetőség, hogy időpontot kérjenek maguknak a gyermek- és ifjúságvédelmi hivatalnál. Ki szeretné ezt a telefonhívást kipróbálni?

A telefonhívás után:

Most térjete vissza a szerepetekből, és meséljétek el, hogyan éreztétek magatokat a hívás közben. Hogy éreztet magadat telefonálóként? Mi volt a számodra nehéz? Mi volt jó? Olyan volt, amilyennek elképzelted?

- És mit figyeltek meg a többiek?
- Hogyan reagált az a személy, aki a hívást fogadta?
- Mit kérdezett?
- Milyen tanácsot és milyen tájékoztatást adott?
- El tudjátok képzelni, hogy telefonáljatok?

Fontos tudnivaló a bizalmi személyek számára (tanár, iskolai szociális munkás, gyermekvédelmi felelős):

Ha egy gyerek vagy fiatal azzal fordul önhöz, hogy otthon erőszak szemtanúja, vagy ön rákérdez az erőszakra, és gyanúja beigazolódik, akkor a következőket kell tennie.

Higgyen a gyerek vagy fiatal beszámolójának! Mondja meg neki, hogy sokat segít, ha beszél róla.

Tegye világossá, hogy az erőszak nem elfogadható sem a házasságon, sem a partnerkapcsolaton belül. Tájékoztassa, hogy léteznek olyan szakemberek, akik segíteni tudnak abban, hogy az erőszak véget érjen.

Mondja meg neki, hogy van védelem és tanácsadás az ő és az édesanyja számára.

Beszélje meg a gyermekkel/fiatallal a további lépéseket.

Háttérinformációk a rendőrség felhívásához:

A 112-es ingyenesen hívható segélyhívószám. Ezért csak vészhelyzetben szabad felhívni.

Ha segélyhívás érkezik, a következőket kérdezik:

- *Mi történt? (sérülés súlyossága, stb.)*
- *Hol történt? (hely / utca)*
- *Mikor történt? (dátum / időpont)*
- *Hány sérült vagy érintett van?*
- *Ki a bejelentő? (név, cím és telefonszám)*

1. CÉL: A párkapcsolaton belüli erőszak figyelmeztető jelei, okai és jellemzői

MÓDSZER: a) Szociometriai gyakorlat – „A barátom meséli” (külön fiú és lánycsoport)
b) Szociometriai gyakorlat – „Egy tinédzser-kapcsolat története” (külön fiú- és lánycsoport)
c) Csoportmunka „Figyelmeztető jelek”

ANYAG: 1. Minta „Egyik legjobb barátom meséli”
2. Minta „Egy tinédzser-kapcsolat története”
3. Figyelmeztető jelek és példák kártyákra. Vagy kártyák a jelekkel, rajzlap, színes ceruza, ragasztó

a) Útmutató szociometriai gyakorlathoz – „A barátom meséli”

Olyan példákat olvasunk fel nektek, amelyeket egy fiú mesél a barátjának a szüleinél. Melyek szerintetek a párkapcsolati erőszak figyelmeztető jelei? Mi az, ami már erőszak?

Álljatok fel, ha úgy gondoljátok, hogy az elhangzott példa erőszak. Ha figyelmeztető jelnek gondoljátok, emeljétek fel a kezeteiket. Ha úgy gondoljátok, hogy a példának nincs köze az erőszakhoz, akkor maradjatok ülve. Egyenként megkérünk majd benneteket, hogy magyarázzátok meg, miért álltatok fel vagy maradtatok ülve vagy miért emeltétek fel a kezeteiket.

A barátom meséli:

„Az anyukám szeretne újra dolgozni, mert mi gyerekek már nagyok vagyunk. De az apukám azt akarja, hogy maradjon otthon.”

„Nálunk otthon úgy van, hogy anyunak csak az élelmiszerre van pénze. Minden másért az aputól kell pénzt kérnünk.”

„Anyu minden nap takarít, és mi semmit sem hagyhatunk szanaszét. Kibál velünk és néha sír, ha utcai cipőben végigmegyünk a frissen takarított lakáson.”

„Habár anyu folyamatosan takarít és rendet rak, az apunak semmi sem jó, mindig szitkozódik az otthoni disznóól miatt.”

„Az anyu legutóbb eldugta az autókulcsot, amikor az apu a barátjához akart menni. Nem szereti a barátját, mert túl sokat iszik, és azt akarja, hogy a haverjai is vele igyanak.”

„Soha nem lehet tudni, hogy az apukám mikor jön haza. Néha nagyon későn. De az anyu mindig vár rá és ad neki meleg vacsorát.”

„Gyakran hallom, hogy veszekednek a szüleim, és akkor az apukám gyakran tör-zúz.”

„Már az is előfordult, hogy az apukám megütötte az anyukámat. Az anyukám akkor egész éjjel sírt. De másnap úgy tettek, mintha semmi sem történt volna.”

„Anyu úgy gondolja, hogy el akar válni. Apu megfenyegette, hogy öngyilkos lesz, ha elhagyja.”

b) Útmutató a „Tinédzser-kapcsolat története” gyakorlathoz (külön fiú- és lánycsoport)

A következő gyakorlat arról szól, hogyan alakul ki egy bántalmazó kapcsolat és hogyan fokozódik az erőszak. A párkapcsolaton belüli erőszak nem máról holnapra alakul ki. Nem veréssel kezdődik.

Álljatok egymás mellé a teremnek ezen a felén. Most felolvasok nektek egy történetet, amiben egy lány és egy fiú, körülbelül annyi idősök, mint ti, megismerkednek és egymásba szeretnek. A kapcsolat minden egyes „lépcsőfokán” mindenkinek megvan a lehetősége eldönteni, hogy tovább megy-e még egy lépést vagy sem. Ha szeretné a kapcsolatban tovább menni, azzal jelezheted, hogy egy lépést előre lépsz. Ha nem akarsz tovább menni, azzal jelezheted, hogy megállsz. Mindig magatok döntsetek, függetlenül attól, hogy mit tesznek a társaitok.

Egy tinédzser-kapcsolat története lányoknak:

A barátnőd buliján vagy és látsz egy fiút, aki tesz neked. Ő gyakran rád néz. Te visszamosolyogsz.

Két héttel később találkozol vele a buszon. Beszélgettek és nagyon megkedveled.

Ő azt mondja, hogy szeretne veled találkozni, és elkéri a mobilszámodat.

Másnap kapsz egy SMS-t és megkérdezi, hogy elmennél-e vele moziba.

Gyakran találkoztok, és nemsokára együtt jártok. Majdnem minden nap találkoztok. Iskola után mindig vár.

Naponta többször felhív, és azt akarja tudni, hogy éppen hol vagy, mit csinálsz és kivel vagy.

Egyre többször lesz mérges, ha te a barátnőiddel akarsz szórakozni. Azt hiszi, hogy te ilyenkor más fiúkkal találkozol. Kikérdez téged, hogy pontosan mit csináltatok, és gyakran feltételezi, hogy hazudsz.

Roszkat mond a barátnőidről, és azt mondja, hogy nem szeretné, hogy velük legyél.

Ezért gyakran veszekedtek, de végén mindig nagyon aranyos veled, bocsánatot kér és még ajándékot is ad neked.

Egy ideig igazán jól megértitek egymást. Csak a barátnőd, Szonja, nem kedveli őt egyáltalán. A barátod őt ribancnak nevezi, és lassan te is kezded úgy gondolni, hogy talán igaza van. Eltávolodsz Szonjától, hogy ne bosszantsd a barátodat.

A viták egyre súlyosabbak. A barátod nagyon könnyen féltékeny lesz, már attól is, ha a fiú osztálytársaiddal beszélgetsz. Gyakrabban szid téged sértő kifejezésekkel.

Azt mondja, hogy te az ővé vagy, és ezért nélküle nem mehetsz szórakozni, akkor sem, ha csak lányok vannak ott. Azt mondja, szakít veled, ha mégis megteszed.

Az iskolai buli után, amire nélküle mentél el, vár rád, szemrehányást tesz neked és arcul üt.

Később kapsz egy SMS-t, amiben bocsánatot kér és megígéri, hogy ez többé nem fordul elő.

A gyakorlat után:

A kapcsolat 14 lépcsőfokán mentünk végig. Néhányan már korán kiszálltak, mások tovább mentek. Most beszéljünk arról, hogy számotokra milyen a jó kapcsolat, és mikor gondoljátok azt, hogy a kapcsolat már nincs rendben, mikor döntötök a szakítás mellett.

- Melyik „lépcsőfoknál” szálltál ki? Miért? Mi nem tetszett neked? Milyen érzéseid voltak?
- Te tovább mentél? Mi ösztönzött arra, hogy tovább menj?
- Hogy érzed magad, ha valaki veled így viselkedik?
- Mire lenne szükséged, hogy ki tudj szállni? Hogyan szakítanál?
- Ki tud neked ebben segíteni?

A gyakorlat értékelése közösen (fiúk és lányok együtt):

- Milyennek képzelsz el egy jó kapcsolatot? Mit szeretnél?
- Mit tanácsolnál a barátodnak/barátnődnek, ha annak a barátja/barátnője ennyire féltékeny és mindig ellenőriz?
- Mit mondanál, ha megcserélnénk a szerepeket?
- Képzeld el, hogy a lány a testvéred vagy a barátod lenne. Véleményed szerint mikor kellene a lánynak kiszállnia?

Egy tinédzser-kapcsolat-története fiúknak:

Egy barátnőd buliján vagy és látsz egy lányt, aki tesz neked. Ő gyakran rád néz. Te visszamosolyogsz. Két héttel később találkozol vele a buszon. Beszélgettek és nagyon megkedveled.

Bejelöl a Facebookon.

Másnap kapsz egy üzenetet. Te rögtön válaszolsz, ő is fenn van. Chateltek egymással és megbeszéltek egy mozit.

Egyre gyakrabban találkoztok, és nemsokára együtt jártok. Majdnem minden nap találkoztok. Iskola után mindig megvár.

Naponta többször felhív, és azt akarja tudni, hogy éppen hol vagy, mit csinálsz és kivel vagy.

Egyre többször lesz mérges, ha te a barátaiddal akarsz szórakozni. Azt hiszi, hogy te ilyenkor más lányokkal találkozol. Kikérdezi téged, hogy pontosan mit csináltatok és gyakran feltételezi, hogy hazudsz.

Roszzakat mond a barátaidról, és azt mondja, hogy nem szeretné, hogy velük legyél.

Ezért gyakran veszekedtek, de a végén mindig nagyon aranyos veled, bocsánatot kér és megígéri, hogy meghagyja neked a szabadságod, és megbízik benned.

Egy ideig igazán jól megértitek egymást. Csak a barátod, Tomi nem kedveli őt egyáltalán. A barátnőd gyakran lóg veletek. Ő nem sokra tartja Tomit, és nyámnyilának nevezi. Lassan benned is felmerül, nincs-e neki igaza.

Egy kicsit eltávolodsz Tomitól, hogy ne kelljen a barátnődet hallgatni.

A viták egyre hevesebbek. A barátnőd nagyon könnyen féltékeny lesz, akkor is ha lány osztálytársaiddal beszélgetsz. Egyre gyakrabban szid téged sértő kifejezésekkel.

Azt mondja, hogy te az övé vagy, és ezért nélküle nem mehetsz szórakozni, akkor sem, ha csak fiúk vannak ott.

Azt mondja, szakít veled, ha mégis megteszed.

Az iskolai buli után, amire nélküle mentél el, vár rád, szemrehányást tesz neked és arcul üt.

Később kapsz egy SMS-t, amiben bocsánatot kér és megígéri, hogy ez többé nem fordul elő.

b) Útmutató a csoportmunkához – „Figyelmeztető jelek”

A párkapcsolati erőszaknak sok figyelmeztető jele van, de ezeket gyakran nem ismerik fel a fiatalok, vagy a szerelem bizonyítékának tekintik. A következő feladat abban segít, hogy néhány figyelmeztető jelet azonosítani tudjunk. Ezek a viselkedési formák mind negatívak, de ha valakire csak egy-kettő jellemző, az még nem jelenti azt, hogy az illető feltétlenül bántalmazza a partnerét. Minél több igaz rá, annál nagyobb a valószínűsége annak, hogy előfordulhat a kapcsolatban erőszak.

Figyelmeztető jeleket és hozzájuk kapcsolódó példákat írtunk a kártyákra, amiket ide kiteszünk. A feladatokat az, hogy a figyelmeztető jelhez találjátok meg a megfelelő példát.

Figyelmeztető jelek listája

Elszigetelés

Nem szereti, ha másokkal találkozunk. Így legtöbbször kettesben maradunk.

Túlérzékenység

Mindent magára vesz és folyamatosan mérgelődik. Egy elszalasztott busz, rossz időjárás elég hozzá. Hogy morogjon. A mérgét mindig másokon tölti ki.

Nincs felelősségtudata

Ha iskolai büntetést kap, azt mondja, hogy a tanárok hülyék és nem bírják őt.

Féltékenység

A szememre veti, hogy másokkal flörtölök, még akkor is, ha egészen egyszerűen válaszolok egy kérdésre.

Irreális elvárások

Elvárja, hogy mindig és mindenhol legyen időm rá. Ha nem tudok azonnal jönni, akkor mérges.

Ellenőrzés

Minden órában felhív vagy SMS-t küld, hogy hol vagyok, és éppen mit csinálok.

A hagyományos nemi szerepek fenntartása

Az én záróvizsgámat nem tartja olyan fontosnak, mivel úgy is nemsokára összeházasodunk és gyerekeink lesznek.

Korai elköteleződés

Olyan romantikus volt, hogy már a második randevún a közös életünkről beszélt.

Állatokkal szemben erőszakos

Egy nagyon aranyos macskája van. De ha zavarja őt, akkor megüti.

Kikényszeríti a szexet

Már le akar feküdni velem, de én még nem akarom. Azt mondja, hogy nem szeretem, ha nem akarok lefeküdni vele.

Sértő

Mindig mond olyan dolgokat, amivel megbánt.

Viccel a nők elleni erőszakkal

Amikor barátokkal kocsmában vagyunk, gyakran mesél olyan vicceket, amiben a nőket buta szexuális tárgyként nevetségessé teszi.

Kettős személyiség

Nagyon barátságosnak és segítőkésznek ismerik. Otthon pedig azonnal kiabál, ha nem teszik neki valami.

Erőszak az előző kapcsolatban

A legutóbbi párját megütötte, mert megcsalta őt. Velem ez nem történhet meg, mert én hűséges vagyok.

Összetöri a tárgyakat

Mérgében összetörte az új kávéskannámat.

A vitának erőszakkal vet véget

Veszekedtünk. Amikor kitarítottam a véleményem mellett, rettenetesen üvöltött és az ajtót becsapva távozott.

A fogalmak rendezése után:

Nehéz volt elrendezni a fogalmakat? Mi a véleményetek a listáról? Hiányoznak még szerintetek fontos figyelmeztető jelek? Jut még eszetekbe fontos figyelmeztető jel vagy példa?

Változat a „Figyelmeztető jelek” gyakorlathoz

Raktunk ki nektek kártyákat figyelmeztető jelekkel. Kérünk benneteket, hogy vegyetek fel egyet és rajzoljatok hozzá illő képet. Ne írjátok fel a képre, hogy melyik figyelmeztető jelről van szó. Az elkészült képeket a falra tesszük. Utána közösen körbemegyünk és megpróbáljuk kitalálni, hogy a kép melyik figyelmeztető jelet ábrázolja.