



3. Naslov: Mitovi o ženama, muškarcima i njihove posljedice

Kratki opis/pregled

Rodni stereotipi su utkani u kulturu. Važan dio tradicionalne kulture čine vjerovanja o muškarcima i ženama, iz kojih nastaju i održavaju se rodni stereotipi, predrasude i diskriminacija. Ova aktivnost je preuzeta iz priručnika o identitetima, seksualnosti i procesu odrastanja: Hodžić, A., Bijelić, N., & Cesar, S. (2003). Spol i rod pod povećalom.

Tema: rodni stereotipi, predrasude i diskriminacija

Trajanje: 60 minuta

Veličina grupe: 12-20 sudionika/ca

Ciljevi

Analizirati načine na koje naša kultura prenosi poruke i izražava vjerovanja o muškarcima i ženama. Sudionici i sudionice će osvijestiti koje se poruke nalaze iza tradicionalnih mitova i kako te poruke utječu na ponašanje.

Potrebni materijali:

- Flipchart papir
- Flomasteri
- Papir
- Olovke

Aktivnosti po koracima:

Zamolite sudionike i sudionice da, svatko za sebe, napišu popis pjesama, priča, poslovice, izreka, igara, pjesmica iz svog djetinjstva, koje su vezane uz rodne uloge. Podijelite sudionike i sudionice u male grupe. Zadatak im je da razgovaraju o svojim popisima, i rasprave kakve su posljedice ove poruke imale na njihovo odrastanje kao dječaka ili kao djevojčica. Neka svaka grupa izabere najočitiji primjer. Na osnovu njega, trebaju pripremiti brzu, dramatičnu prezentaciju za cijelu grupu.

Svaka grupa predstavlja svoj rad. Za vrijeme prezentacije, nije dozvoljeno komentiranje, ali voditelj/ica može napisati kratke opise priča ili pjesama na flipchart papir.

U velikoj grupi, koristeći oluju ideja (slobodno asociiranje, bez komentiranja) zapišite ideje koje su vezane uz značenje prezentacija. Ova značenja pišite na drugi flipchart papir, smješten odmah uz onaj na kom ste napisali opise priča / pjesama.

Razgovarajte o idejama koje su se pojavile. Moguća pitanja za raspravu:

Što ste naučili o tome kako je biti dječak, odnosno, kako je biti djevojčica?

Gdje ste to naučili?

Koje posljedice danas vidite u svom životu?



Debriefing i evaluacija:

Svaka kultura ima svoje mitove. Mitove se obično ne analizira, tako da spoznaja o pravom značenju mita, i njihovoj moći i utjecaju, može iznenaditi sudionike i sudionice. Važno je naglasiti da su i dječaci, i djevojčice izloženi velikom pritisku, kako bi udovoljili očekivanjima vezanim uz svoju rodnu ulogu. Poruke koje smo usvojili/e u dječjoj dobi mogu imati veliki utjecaj na naš život u odrasloj dobi.

Napomena za voditelje/voditeljice

Ukoliko se ova aktivnost provodi u grupi miješanoj po spolu, otvara se prostor za raspravu o različitim rodnim ulogama, odnosno, kako se te uloge stvaraju i održavaju. Analiziranje mitova može biti od pomoći pri definiranju uloge procesa socijalizacije u stvaranju rodnih uloga i shvaćanju koliko su duboko te uloge utkane u kulturu.



4. Naslov: Adolescentske veze

Kratki opis/pregled

Mladi ljudi koji ulaze u svoje prve romantične / seksualne veze često nemaju dovoljno vještina i znanja potrebnih za građenje kvalitetne i ispunjavajuće veze s partnerom/icom. Nužno je ne samo govoriti o negativnim ishodima veze, već i pomoći mladim ljudima da nauče više o pozitivnim stranama veza, i o tome što od veze mogu dobiti. Mladi obično teško mogu prepoznati kako izgleda kvalitetna veza. Ova je aktivnost prilagođena prema priručniku namijenjenom prevenciji rodno uvjetovanog nasilja Cesar, S., Bijelić, N., Kobaš, V., Hodžić, A. (2006). Bolje spriječiti nego liječiti.

Tema: kvalitetne veze

Trajanje: 30 – 40 minuta

Veličina grupe: 12 – 20 sudionika/ca

Ciljevi

Učenici i učenice će naučiti što čini vezu uspješnom, kao i što može pridonijeti propasti veze.

Potrebni materijali:

- Flipchart papir
- Flomasteri
- Crtež broda na velikom papiru (flipchartu)

Aktivnosti po koracima:

Recite učenicima i učenicama da se prisjete neke romantične veze (nije nužno da su oni sami u vezi). Napišite na Flipchartu ovo pitanje: Što čini vezu između dvije osobe uspješnom? Sudionici i sudionice imaju nekoliko minuta da odgovore na ovo pitanje, kroz oluju ideja, a voditelj/ica zapisuje odgovore (bez komentiranja) na Flipchart.

Voditelj/ica crta brod na flipchart papiru, koji predstavlja romantičnu vezu. Kao što su određeni uvjeti potrebni da bi brod plovio (primjerice, more, gorivo), tako su i za vezu potrebni određeni preduvjeti. Zamolite učenike i učenice da navedu jedan uvjet, nužan za vezu (primjerice, poštovanje) i zapišite to u trup broda. Istaknite da neke stvari mogu uništiti vezu, kao što udarac broda o oštre stijene može oštetiti brod. Zamolite ih da navedu nešto što može uništiti vezu (primjerice, laži) i napišite to u vodu ispod broda.

Podijelite sudionike i sudionice u male grupe. Neka svaka grupa radi na istoj vrsti veze, odnosno, adolescentskoj romantičnoj vezi. Zadatak im je da se prisjete sadašnje ili prošle romantične veze, bilo svoje, bilo svojih vršnjaka i vršnjakinja. Svaka grupa treba nacrtati brod i:

- Napisati pet stvari koje čine vezu uspješnom (na trup broda)
- Napisati pet stvari koje mogu uništiti vezu (u more ispod broda)



Nakon što grupe završe s radom, neka papire izlože, kako bi ih pogledale druge grupe.

Aktivnost završite raspravom. Moguća pitanja:

- Što primjećujete kad gledate pozitivne i negativne navode na posteru?
- Koje je osobine najteže naći u osobi u vezi?
- Jeste li naučili nešto novo kroz ovu aktivnost?

Debriefing i evaluacija:

Sudionici i sudionice će postati svjesni koje komponente vode do uspješnih i zadovoljavajućih veza, kao i što veze može uništiti.

Napomena za voditelje/voditeljice

Ovaj se modul odnosi na adolescente/ice koji su u romantičnoj vezi, ali i na one koji nisu. Prije početka ove aktivnosti, trener/ica bi trebao/la objasniti mladim ljudima pitanja o kojima će se raspravljati i naglasiti da su pitanja koja će se raspravljati važna za sve nas, za mlade ljude koji još nisu započeli vezu i za one koji su možda u intimnoj partnerskoj vezi dulje vrijeme.



5. Naslov: Mitovi o nasilju

Kratki opis/pregled

Nasilje u adolescentskim romantičnim vezama je za neke mlade ljude dio njihovog svakodnevnog života i društvenih mreža.

Tema: nasilje protiv žena, seksualno nasilje

Trajanje: 40 minuta

Veličina grupe: 12 – 25 sudionika/ca

Ciljevi

Osvijestiti i prepoznati mitove o nasilju

Potrebni materijali:

- ◆ Radni list z mlade: Vjerovanja o nasilju
- ◆ Radni list z mlade: Činjenice o nasilju
- ◆ Olovke

Aktivnosti po koracima:

Dajte svakom sudioniku i sudionici radni list „Vjerovanja o nasilju“ i objasnite im da radni list sadrži niz uobičajenih vjerovanja o nasilju, a zadatak svakog sudionika/ce je razmisliti je li tvrdnja mit (odnosno, netočno vjerovanje) ili činjenica. Misle li da je određena tvrdnja mit, trebaju napisati točnu tvrdnju. Odgovori se pišu na radnom listu.

Nakon što sudionici i sudionice ispune radne listove, kao grupa razgovarajte o svakom od mitova, i, ako nisu svjesni mitova, prezentirajte činjenice (koristite se sažetkom „Činjenice o nasilju“).

Debrifing i evaluacija:

Sudionice i sudionici će postati svjesni predrasuda vezanih uz nasilje i naučiti činjenice u pozadini mitova. Odgovori na pitanja Radnog lista Vjerovanja o nasilju nalaze se u radnom listu Činjenice o nasilju.

Napomena za voditelje/voditeljice

Po završetku diskusije, bilo bi dobro sudionicima i sudionicama podijeliti radni list „Činjenice o nasilju“.

**Radni list: Vjerovanja o nasilju****Radni list: Vjerovanja o nasilju**

Radni list sadrži niz uobičajenih vjerovanja o nasilju, a zadatak svakog sudionika/ce je razmisliti je li tvrdnja mit (netočno vjerovanje) ili činjenica. Ako mislite da je određena tvrdnja mit, trebate napisati točnu tvrdnju.

1. Silovatelji su nepoznati manijaci u mračnim ulicama.
2. Ponekad je žrtva sama kriva za seksualno nasilje.
3. Žrtve silovanja su najčešće mlade i privlačne djevojke.
4. Zloupotreba alkohola i druga su uzroci nasilja.
5. Žene su jednako nasilne kao i muškarci.
6. Muškarci koji su nasilni ne mogu ništa protiv toga.
7. Nasilje i ljubav ne idu zajedno.
8. Ako žrtva napusti zlostavljača, nasilje će prestati.
9. Kad dvoje ljudi izađe na spoj ne može se govoriti da se dogodilo silovanje.
10. Muškarci ne mogu biti žrtve seksualnog nasilja.

**Radni list: Činjenice o nasilju****Radni list: Činjenice o nasilju**

1. Često su silovatelji partneri, prijatelji, rođaci, poznanici ili susjedi. Silovanje se često događa u kući i unaprijed je planirano.
2. Za nasilje nikad nije kriva žrtva, bez obzira na to kako se on(a) oblači, ponaša i izlazi li noću. Nitko ne želi biti silovan. Odgovornost i krivnja je na počinitelju.
3. Svaka žena može biti žrtvom silovanja, bez obzira na to izgled, dob, način oblačenja ili ponašanje. Seksualno nasilje je čin moći i kontrole i nema veze sa seksualnom privlačnošću. Silovatelji za žrtve biraju one nad kojima imaju moć.
4. Ovo nisu uzroci nasilja, jer do nasilja dolazi i kad ovi faktori nisu prisutni. Zlostavljači/ce mogu biti nasilni i kad ovi faktori nisu prisutni, ali društveno je prihvatljivo kriviti alkohol ili druge za nasilno ponašanje.
5. Muškarci su češće počinitelji nasilja. I muškarci i žene mogu biti agresivni, no žene su rjeđe nasilne. Muškarci će češće pokazivati tjelesnu agresiju i znatno su češće počinitelji teških tjelesnih napada.
6. Nasilni muškarci trebaju stručnu pomoć kako bi uspostavili kontrolu nad svojim ponašanjem. Nasilno ponašanje je neodgovarajući način nošenja sa stresom, bijesom, strahom i frustracijama.
7. Često je vjerovanje da su ljubav i nasilje toliko različiti da ne mogu biti dio istog odnosa. No stvarnost je drugačija. Neka djeca već u jako ranoj dobi nauče da su oni odrasli koji ih vole, ujedno i isti oni odrasli koji ih fizički kažnjavaju.
8. Nasilje ne prestaje odlaskom žrtve. Ovaj mit implicira da žena ima kontrolu nad doživljenim nasiljem, i da ako želi prekinuti nasilje, „samo treba otići“ od zlostavljača. To također implicira da je ona odgovorna za ovu situaciju. Žene nemaju dovoljno podrške u društvu kad žele okončati nasilan odnos.
9. Silovanje je silovanje, bez obzira na odnos žrtve i počinitelja. Većina počinitelja su osobe koje žrtva pozna. U razdoblju adolescencije, u 70% slučajeva, počinitelji su sadašnji ili bivši partneri.
10. Muškarci mogu biti žrtve seksualnog nasilja. Prema novijim podacima, 1 od 8 muškaraca doživi neko neželjeno ili prisilno seksualno iskustvo. U ovim slučajevima, počinitelji su uglavnom muškarci.



6. Naslov: Što možemo učiniti - strategije i intervencije

Kratki opis/pregled

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

Ova je aktivnost prezentirana u različitim priručnicima uključujući: Men Can Stop Rape, Family Violence Prevention Fund; Getting into the Mix”, Oakland Men's Project; Nasilne veze su bez veze, CESI.

Tema: osvještavanje mladih osoba o njihovoj ulozi „promatrača/ice“ u situacijama nasilja

Trajanje: 45 minuta

Veličina grupe: 12 – 25 sudionika/ca

Ciljevi

Po završetku aktivnosti, mladi će:

- znati što mogu učiniti kad su promatrači/ce
- upoznati se sa specifičnim tehnikama propitivanja stavova i ponašanja svojih vršnjaka i vršnjakinja kojima se podupire nasilje protiv žena
- znati što svaka osoba može učiniti kako bi zaustavila nasilje u intimnim partnerskim vezama
- znati što je kvalitetna veza i kako do nje doći

Potrebni materijali:

- Flipchart papir
- Samoljepljiva traka
- Flomasteri i olovke
- Radni list: Scenariji
- Radni list: Kako pomoći prijatelju/ici

Aktivnosti po koracima:

Jedan od najboljih načina prevladavanja neizvjesnosti i strahova zbog kojih šutimo je imati kutiju s alatima, strategije koje možemo koristiti kako bismo intervenirali u slučaju potrebe.



Na taj način, ne moramo toliko razmišljati o tome što ćemo učiniti, hoćemo li učiniti, kad ćemo učiniti, i tako dalje. Jednostavno ćete biti spremni za djelovanje kad to bude potrebno. *Slijedeća će vam vježba pomoći da dođete do nekih učinkovitih intervjenskih strategija.*

Molim vas da se podijelite u 6 malih grupa (miješane po spolu). Odlučite li koristiti manje od šest scenarija, neka broj malih grupa bude jednak broju scenarija koje ćete koristiti.

Svaka će grupa dobiti jedan scenarij, u kom je potrebna intervencija. Pokušajte zamisliti sebe u toj situaciji, razgovarajte o tome unutar grupe i napišite što biste učinili. Zamislite da poznate osobe u scenariju. Nitko od njih nije vaš blizak prijatelj ili prijateljica, samo ste u istom društvu. Imate desetak minuta da odgovorite na sva pitanja. Nakon toga ćemo se vratiti u veliku grupu i razgovarati o strategijama koje ste smislili.

Dok grupe rade na zadatku, šetajte prostorijom, promatrajte proces i po potrebi ih usmjeravajte. Po isteku vremena, vratite se u veliku grupu. Zamolite male grupe (ili jednu osobu iz svake grupe) da prenesu o čemu se razgovaralo. Aktivnost treba biti usmjerena ka stvaranju popisa konkretnih strategija za intervencije, koje može koristiti bilo tko, ne samo u situacijama koje su slične onima o kojima se razgovaralo, već i u drugim i drugačijim situacijama.

Dok raspravljate o strategijama koje su rezultat grupnog rada, zapišite ih na flipchart papir. Sudionice i sudionici će vjerojatno opisati većinu strategija s popisa strategija. Možete koristiti Popis strategija kao smjernice koje će vam pomoći da kategorizirate prijedloge učenika i učenica. Dodajte na popis nove prijedloge do kojih možda dođu učenici i učenice. Na kraju ih možete potaknuti da porazgovaraju o strategijama koje nisu spomenuli – opišite strategiju, i pitajte ih o razlozima zašto se nisu sjetili ovu strategiju uključiti u svoj popis. Ako oni to prihvate, dodajte strategiju na popis.

Naglasite da:

- *Nasilje NIKAD nije prikladan način reagiranja na nasilje, razgovarajte koje su nasilne metode reagiranja.*
- *Ovakve su situacije doista teške i teško je suočiti se s muškom osobom koja zlostavlja ženu ili djevojku.*
- *Možete li zamisliti kako bi vam bilo da ste žrtva iz jednog od ovih scenarija, a nitko ne bi ništa učinio?*

Pitanja za daljnju raspravu:

- *Kad biste bili u nasilnoj vezi, gdje biste krenuli, kome biste se obratili za pomoć?*
- *Da je vaš prijatelj/ica u nasilnoj vezi, što biste učinili? Što biste rekli toj osobi?*
- *Da vaš prijatelj/ica zlostavlja osobu s kojom je u vezi, što biste učinili? Što biste mu/joj rekli?*
- *Jeste li ikad svjedočili činu zlostavljanja? Jeste li nešto rekli ili učinili? Je li itko išta rekao ili učinio? Što?*

Na kraju aktivnosti, pitajte učenike i učenice: *kako možemo promijeniti ovu situaciju?*



Završite aktivnost ovim, ili sličnim zaključkom:

Vašim radom smo došli do sjajne liste strategija kojima možemo druge potaknuti da propitaju načine na koji podržavaju nasilje, korištenjem jezika, stavovima i djelovanjem. Nadam se da se sad osjećate spremnijim da progovorite ukoliko se ukaže potreba. Zapamtite, što više budete vježbali, bit će vam manje neugodno. Prije no što završimo, još samo jedan savjet: ne očekujte da ćete postići čuda. Nema savršene intervencije, niti trenutnih promjena. Što se nas tiče, svaka je intervencija uspjeh. Svaki put kad progovorimo, činimo svijet sigurnijim, djelujemo ka uklanjanju nasilja. Iako nije lako intervenirati, to je nešto što jednostavno moramo činiti.“

Nije lako nekoga pozvati na red zato što se prema drugoj osobi ponaša nasilno, ili tu osobu ponižava. To može biti opasno, neugodno (može se dogoditi da vas ismiju, ili ne shvate ozbiljno), može nas biti strah da ćemo izgubiti prijateljstvo te osobe. Uvijek treba prvo voditi računa o sigurnosti kad se suočavamo s nasilnom osobom; važno je izbjeći nasilje. Isto tako, cilj nam nije žrtvi sugerirati da je bespomoćna, i da joj/mu treba zaštitnik/ca. S druge strane, ne reći ništa šalje poruku da se ponašanje osobe koja zlostavlja oprašta, ili čak odobrava. Sigurnost je najvažnija stvar koju uzimamo u obzir pri odlučivanju hoće li doći do intervencije. Ako se situacija ne čini sigurnom, ili ako je vjerojatno da bi izazvala daljnje nasilje kod počinitelja/ice, onda je bolje pustiti komentar ili djelo bez komentara, i pokušati naći način suočavanja nekom drugom prilikom. No, istovremeno, zabrinutost zbog reakcije druge osobe nije izgovor da se ne učini ništa. To što smo svjesni svojih strahova ne daje nam pravo da im se predamo. Upravo suprotno, ta svijest nam daje mogućnost da pokušamo uspostaviti kontrolu nad svojim strahovima, tako da nas ne paraliziraju kad trebamo progovoriti..“

Debriefing i evaluacija:

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

Suprotstavite se korištenju seksističkog jezika i vicevima koji ponižavaju žene/djevojke, ne samo u stvarnom životu nego i on-line (npr. nemojte šerati i lajkati takve komentare, prokažite ih kao komentare koji pripadaju u sferu nasilja protiv žena i kao takve ih se ne smije tolerirati, te da ovakvi komentari nisu bezazleni jer opravdavaju i ohrabruju nasilno ponašanje). Seksističke šale i jezik pomažu stvoriti klimu u kakvoj su i predugo bili prihvaćeni svi oblici nasilja i zlostavljanja. Riječi koje omalovažavaju žene i djevojke odražavaju društvo koje ima povijest stavljanja žena u položaj drugog reda. Odražavanjem ove realnosti, oni opet stavljaju žene i djevojke „gdje im je mjesto“, čak i ako im to nije bila namjera.

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

**POPIS STRATEGIJA**

Ovdje su neke sugestije kako potaknuti raspravu o određenim strategijama.

STRATEGIJA: Traži pojašnjenje

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

STRATEGIJA: Daj žrtvi lice

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

STRATEGIJA: Ne optužuj... reci jasno što misliš

Pitajte sudionike i sudionice kako se osjećaju kad netko u njih uperi prsti, kad optužujućim glasom kaže: „Ti...“. Recite kako ljudi lakše čuju „Ja rečenice“, jer one govore o osobi koja ih izriče, i time je manje vjerojatno da će se ljudi kojima je rečenica upućena početi braniti. Umjesto da kažete: „Ti si seksist, a ovo je nešto najgluplje što sam ikad čuo/čula“, što je rečenica nakon koje ljudi obično postaju defanzivni, možete reći: „Ne slažem se s tim što kažeš; ja vjerujem da nitko ne zaslužuje da se s njim tako postupa.“

STRATEGIJA: Koristi humor

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

STRATEGIJA: Bez riječi...

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

STRATEGIJA: Traži slične sebi

Prema istraživanjima, 90% mladića / muškaraca se povremeno osjeća neugodno zbog načina na koji muškarci u njihovoj okolini govore o ženama / djevojkama, ili kako s njima postupaju, ali gotovo nitko od njih ne reagira, jer vjeruju da su jedini kojima je neugodno. Cilj ove strategije je drugima poručiti da nisu jedini koji se tako osjećaju. Primjerice, možete se jednostavno okrenuti grupi i pitati: „Jesam li ja jedini kome je ovo neugodno?“ Ova strategija



može biti posebno korisna kad znate nekog tko često izražava stavove koji podržavaju nasilje. Prijatelji i obitelj mogu, kao grupa, zajednički intervenirati.

STRATEGIJA: Traži ili nudi pomoć

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

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

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

STRATEGIJA: Koristi gumb „Prijavi nasilje“

Kada primijetite zlostavljanje na Internetu (govor mržnje, uvredljive komentare, filmove ili fotografije koji se zlorabljavaju ili su seksističkog sadržaja) nemojte oklijevati nego prijavite nasilje i zahtijevajte da se takve objave uklone. Većina društvenih mreža ima takve gumbe za prijavu nasilja. Također, možete objaviti komentar i na taj način ukazati na nasilno ponašanje. Također, možete prijaviti zlostavljanje policiji putem Red button aplikacije na <https://redbutton.mup.hr/>.

Napomena za voditelje/voditeljice

Ovisno o kulturi u kojoj će biti korišteni, moguće je da će biti potrebne prilagodbe i scenarija, i predloženih strategija. Možete i dodati više scenarija, ako je grupa s kojom radite velika. Trenutno su glasovi koji podržavaju kulturu koja podržava nasilje i brojniji, i glasniji od onih koji govore protiv nasilja. Upravo je zato toliko važno pridružiti se sve većem zboru glasova koji se suprotstavljaju stavovima, ponašanjima, pretpostavkama, i jeziku koji pridonosi kulturi nasilja protiv žena, i zašto je toliko važno progovoriti i poduprti načine komunikacije koji njeguju uzajamno poštovanje i brigu.

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

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



Radni list: Scenariji

Scenarij 1

Priča se da je dečko kojeg poznajete silovao djevojku. Pričate o tome s dvoje svojih najboljih prijatelja. Jedno od njih brani optuženog i za djevojku govori rečenice tipa: "ona je to tražila...spava sa svima...vidi kako se oblači...jeste vidjeli njen Facebook i slike dečki s kojima je hodala? pa ćeš i ti vidjeti da je sama to tražila...netko bi trebao objaviti poruku o njoj na našoj Facebook grupi tako da svi znaju da je to tražila"

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?
Odabir grupe:

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Prijatelja/ice koji ga brani?

Žrtve?



Scenarij 2

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

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?
Odabir grupe:

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Prijatelja kojem sve to govore?

Drugi prijatelji koji komentiraju?



Scenarij 3

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

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?
Odabir grupe:

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Mladića?

Djevojke?



Scenarij 4

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

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?
Odabir grupe:

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Počinitelj?

Žrtva?



Scenarij 5

Nađete se s prijateljicom da odete u kino. Čini vam se da je uplakana. Jednom prije vam je rekla da njen dečko viče na nju i psuje, vrijeđa je, ponižava, uvijek želi znati gdje je i s kim, čak mu je morala dati i sve svoje Internet lozinke kako bi provjerio s kime se dopisuje. Čini vam se i da ima modrice na ruci.

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Što mislite da biste vi učinili? Što biste rekli? Kako mislite da biste intervenirali?
Odabir grupe:

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Njenog dečka?

Vaše prijateljice?



Scenarij 6

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

Koji su razlozi da INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

Koji su razlozi da NE INTERVENIRATE u ovoj situaciji?

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

Odabir grupe:

Što mislite, kakva bi bila reakcija na vašu intervenciju:

Vašeg prijatelja?

Djevojke?

Ostatka društva?

**Radni list: Kako pomoći prijatelju/prijateljici**

Kako pomoći prijatelju/prijateljici koji/koja je zlostavljan/zlostavljana?

- Ako znate nekog tko je zlostavljan, evo kako možete pomoći:
- Budite tu. Slušajte bez davanja savjeta, osim ako vas se pita za savjet. Razgovarajte s prijateljem/icom o tome koje mogućnosti ima i recite joj/mu da mu/ joj vjerujete.
- Recite joj/mu da ne zaslužuje bol i da nije kriv/a. Nitko ne zaslužuje loše postupanje.
- Ne vršite pritisak da prekine vezu i ne govorite loše o osobi s kojom je u vezi. To može odbiti tvog prijatelja/icu.
- Poštujte osjećaje svog prijatelja/ice i nemojte joj/mu govoriti kako bi se trebao/la osjećati. Ne zaboravite da je i dalje moguće voljeti nekog tko nam nanosi bol.
- Ne prosuđujte! Doznajte što vaš prijatelj/ica želi učiniti sa svojom vezom i podržite je/ga. Možete pomoći i bez toga da govorite drugima što bi i što ne bi trebali učiniti.
- Prijatelj/ica može biti zbunjen/a – može se predomisлити. To je u redu!
- Ne pretjerujte! Ako vam je reakcija pretjerana, prijatelj/ica se može osjećati još gore. To ne pomaže.
- Ne pitajte nepotrebna pitanja. Nije vrijeme za radoznalost.
- Pazite na govor tijela i poštujte osobni prostor svog prijatelja/ice. Ne žele svi zagrljaje!
- On/a može osjećati "krivnju" što ti ovo govori. Možda ju/ga je sram... ili je ljut/a.
- Očekujte brojne emocije i/ili reakcije.
- Ohrabrite ju/gad a potraži pomoć. Ponudite pomoć da nađe stručnu osobu kojoj može vjerovati, i ponudite da idete s njim/njom na sastanak.
- Nazovite telefonsku liniju koja se bavi nasiljem u vezama, da doznate što još možete učiniti za svog prijatelja/icu. Možete ostati i anonimni, ako to želite.
- Za prijavu nasilja na Internetu upotrijebite gumb „prijavi nasilje“-većina društvenih mreža ga ima. Možete prijaviti i policiji na <https://redbutton.mup.hr/>
- Pružite podršku! Pomozite prijatelju/ici da prikupi informacije – nabavite pisane informacije o zlostavljanju u vezama i dajte prijatelju/ici (Budite jako pažljivi! Pisane informacije dajte samo onda, ako ste sigurni da time nećete prijatelja/icu izložiti još većoj opasnosti ako ih otkrije zlostavljač/ica) – U slučaju da postoji takva mogućnost, informacije prenesite usmeno.
- Ne suočavajte se s partnerom/icom osim ako vaš prijatelj/ica misli da bi to moglo pomoći. Takvo bi suočavanje moglo lošu situaciju učiniti još gorom. Ne činite ništa što bi ugrozilo vašu sigurnost.
- Dozvolite prijatelju/ici da sam/a odlučuje, i poštujte te odluke, ako se s njima i ne slažete.
- Ne kritizirajte prijatelja/icu što ostaje u vezi ili je pokušava popraviti. Samo je/ga podsjetite da ćete joj/mu biti na raspolaganju.

**Kako pomoći prijatelju/prijateljici koji/koja je zlostavlja?**

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

love & respect

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

