

Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
Odsjek za psihologiju

Prepoznavanje i reagiranje na rodno utemeljeno nasilje (RUN) u školskom okruženju

Materijal za polaznike izobrazbe



Ovaj projekt je financiran sredstvima Europske Unije pod
Programom prava, jednakosti i građanstva Europske unije (2014.-2020.)
prema sporazumu o dodjeli bespovratnih sredstava br. 856816.

Sadržaj

Lekcija 1 - Rodne norme i stereotipi i njihova uloga u održavanju RUN.....	4
Lekcija 2 - Spoznaje o RUN.....	11
Lekcija 3 - Online RUN i RUN u vezama.....	14
Lekcija 4 - Suočavanje s RUN u školskom okruženju.....	22
Lekcija 5 - Vještine pružanja podrške.....	28
Lekcija 6 - Prevencija.....	31
Lekcija 7 - Pravni okvir.....	38
Prilog - Zbirka komunikacijskih tehnika.....	44

Uvod - Rodno utemeljeno nasilje u školskom okruženju

Tema rodno utemeljenog nasilja u školskom okruženju važna je jer su djeca i mladi izloženi širokom spektru nasilja u obrazovnim institucijama i izvannastavnim aktivnostima. Dio takvih iskustava povezan je s rodom i seksualnošću. Rodno utemeljeno nasilje (RUN) pogađa i mlađu djecu, ali ova izobrazba je prilagođena kontekstu viših razreda osnovnih škola i srednjih škola. Učenice/i su u posebno ranjivom položaju, jer traže odgovore na pitanja vezana uz rod, seksualnost i vlastiti identitet, pri čemu mogu steći loša iskustva i izložiti se rizicima. Ova izobrazba pruža znanja i vještine za osiguravanje njihove dobrobiti. Rodno utemeljeno nasilje je raširena pojava, a djeci i mladima koji su na različite načine uključeni u njega je potrebno pružiti pomoć i podršku. Učitelji/ce, nastavnice/i i stručne suradnice/i u školama igraju ključnu ulogu u otkrivanju i reagiranju na slučajeve rodno utemeljenog nasilja. Suzbijanje nasilja je odgovornost sviju, kako pojedinaca tako i društva u cjelini.

Ovaj program izobrazbe razvijen je tijekom 2020. i 2021. godine kao dio međunarodnog projekta ERASE GBV kojeg financira program Europske unije za prava, jednakost i građanstvo. Izobrazba je prvenstveno namijenjena učiteljicama/ima nastavnicama/ima i stručnim suradnicama/ima u školi, a sadržaj je odabran na temelju međunarodne procjene potreba.

Lekcija 1

Rodne norme i stereotipi i njihova uloga u održavanju RUN

Ova lekcija razjašnjava socijalne norme i stereotipe, rodne stereotipe, predrasude i diskriminaciju, rod, rodnu raznolikost, mikroagresiju i nasilje u ime časti.

Socijalne norme

U svakom društvu postoje (nepisana) pravila ponašanja i onog što je prihvatljivo i onog što je neprihvatljivo. Ta pravila, **socijalne norme**, učimo iz naše socijalne okoline i interakcije s drugima. One su osnova formiranja našeg socijalnog identiteta u odnosu s drugim članovima društva. Neke norme usvajamo i bez da se o njima eksplicitno govori, već se se to čini opažanjem ponašanja drugih ljudi. **Rodne norme** su pravila i očekivanja o tome kako se trebaju ponašati djevojčice i žene, dječaci i muškarci. Njima se većina ljudi prilagođava tijekom odrastanja. Manja odstupanja od rodni normi, unutar raspona prihvatljivosti, za većinu ljudi uglavnom prolaze bez negativnih reakcija socijalne okoline.

Rodni stereotipi, predrasude i diskriminacija

Rodni stereotipi su pojednostavljena i neopravdana generalizirana očekivanja i mišljenja o karakteristikama muškaraca i žena (žene su takve, muškarci su takvi...). Rodno stereotipiziranje je pripisivanje određenih osobina i uloga pojedincu/ki samo zato što pripada muškoj ili ženskoj rodnoj grupi. Ono je štetno jer se tu osobu ne prosuđuje kao pojedinca/ku sa svim individualnim poželjnim i nepoželjnim osobinama, već prvenstveno kao pripadnika/cu grupe. Primjeri rodno stereotipnih očekivanja za žene su: naglašeno vrednovanje izgleda, brižnost, emocionalnost, ovisnost o drugima, usmjerenost na odnose i slično, a za muškarce: vrednovanje fizičke snage, kompetitivnost, neovisnost, agresivnost i usmjerenost na postizanje cilja.

Rodni **stereotipi** odnose se na **kognitivni** aspekt doživljavanja žene ili muškarca, **predrasude** na **emocionalni** aspekt, a **diskriminacija** uključuje **ponašanja** prema osobi

samo zato što je muškarac ili žena ili drugog rodnog određenja. Na primjer, rodni stereotip bila bi izjava: “Mislim da ona kao žena ne može razumjeti statistiku”, predrasuda bi bila: “Zato ju ne cijenim kao osobu”, a diskriminacija: “Neću joj niti pokušati objasniti statistiku jer je žena”.

Rodni stereotipi pogoduju stvaranju slike svijeta koja se temelji na diskriminaciji i seksizmu, odnosno idejama koje su daleko od jednakosti. Krajnja manifestacija toga je nasilje nad djevojčicama i ženama. Ono i suptilniji oblici diskriminacije su pokazatelj **neravnopravnosti** muškaraca i žena.

Problem nije razlikovanje muškog i ženskog, već uvjerenje da je jedno vrijednije od drugoga i društvenoj hijerarhiji koju takav stav stvara.

Statistički podaci vezani uz rodne stereotipe pokazuju da 42% sudionica/ika misli da su muškarci po prirodi sposobniji donositi važne odluke nego žene, te 80% sudionica/ika smatra da su žene po svojoj prirodi sposobnije odgajati djecu nego muškarci. Nadalje, 58% sudionica/ika smatra da je prirodno da muškarac ima vodeću ulogu u odnosu sa ženom, dok 35% sudionica/ika smatra da kad žene kažu da traže ravnopravnost, zapravo traže posebne povlastice. Iako je propisima uređeno da žene i muškarci imaju ista prava te da je nasilje neprihvatljivo, u praksi ravnopravnost nije ostvarena. Rodni stereotipi i nasilje su rašireni i to šteti društvu i pojedincima neovisno o njihovom rodu (na primjer dječaci mogu osjećati sram zbog plakanja, djevojčice se mogu osjećati nekompetentno u prirodoslovnim područjima).

Spol, rod i identitet osobe

Spol se odnosi na biološku podjelu (muškarac i žena) koja je pripisana pri rođenju na temelju izgleda genitalija. Rod su društveno konstruirane uloge, ponašanja i osobine koje određeno društvo smatra primjerenim za žene i muškarce. Rod uključuje i doživljaj sebe i svoj rodni izričaj (stil oblačenja, odabir aktivnosti i društveno ponašanje). Rodno utemeljeno nasilje (RUN) se temelji na na rodnim stereotipima i socijalnim normama koje doprinose njegovom održavanju. Iako RUN pogađa i osobe muškog roda, daleko najčešće žrtve RUN su djevojčice i žene upravo zbog toga što pripadaju ženskom rodu i pripadnici/e rodnih manjina.

Pojam roda ima snažan utjecaj na cjelokupni identitet osobe i kako se osoba odnosi prema drugima. Rodna binarnost i s tim povezane pretpostavke, očekivanja, stereotipi i norme izgrađeni su **kulturno i povijesno**. Oni utječu na svakodnevni život ljudi na mnogo načina. Pomisao na rod najčešće asocira na muški ili ženski izričaj, no rod obuhvaća i mnogo više od toga. Pojam "rodna raznolikost" uključuje i većinski i manjinski rodni identitet i izraze, iako se često koristi za opisivanje samo rodne manjine.

Rodna osjetljivost

Rodna osjetljivost odnosi se na razmatranje rodni pretpostavki, predrasuda i percepcija u govoru i djelovanju. Uključuje identifikaciju i kritičku procjenu rodni stereotipa, kao i svijest o rodnoj raznolikosti. **Svjesna uporaba jezika** ima za cilj susretanje svake mlade osobe kao pojedinca s potencijalima i potrebama bez obzira na rodnu pripadnost. U radu s učenicama/ima, važno je razumijevanje zašto neke (na primjer rodne) upotrebe jezika mogu biti otuđujuće ili štetne. U komunikaciji s učenicama/ima koji pripadaju rodni ili seksualnim manjinama, važno ih je uvažavati kao jedinstvene i u svojem govoru. Ako se sustavno govori **što znači biti 'normalna'** djevojčica ili dječak, to može biti **restriktivno za sve** učenike/ce. Treba osvijestiti koje načine govora treba izbjegavati i zašto. Na primjer, stalni naglasak na razlikovanju djevojčica-dječak isključuje učenike koji nisu rodno i spolno binarni.

Rodna raznolikost - mali rječnik

Cisrodna osoba (lat. cis = na istoj strani): rodno iskustvo osobe podudara se sa spolom pri rođenju. U populaciji cisrodne osobe čine rodnu većinu.

Rodne manjine: Krovni pojam za osobe čiji se rod ili njegov izraz ne uklapa u normativno razumijevanje roda ili spola dodijeljenog pri rođenju.

Binarne ili ne-binarne transrodne osobe (lat. trans= na drugoj strani / prelaziti): rodno iskustvo osobe ne odgovara spolu pri rođenju.

Binarnost se odnosi se na rodna iskustva koja su u skladu s binarnim dvospolnim okvirom.

Binarne trans-osobe su prema spolu žene koje se rodno osjećaju kao muškarci i obrnuto.

Nebinarnost se koristi kao pojam koji pokriva različite načine konceptualizacije rodnog identiteta osoba, poput **arodnog** identiteta (odsutnost roda) ili različitih vrsta **fluidnih** (promjenjivih) rodnih identiteta.

Mikroagresije uključuju djela, geste i izraze koji mogu biti nenamjerni, ali su usmjereni protiv drugih osoba. Mikroagresija obično djeluje tako da osobe isključuje iz društva i ponavlja se u svakodnevnim situacijama. One održavaju **stereotype i rodne norme** kada se govorom implicira, na primjer, da „djevojčice nešto ne zanima“ (recimo astronomija) ili za dječake da „vole fizički grublje igre“. Na primjer, rodne mikroagresije pridonose održavanju heteronormativnosti kada se pretpostavlja da nečiji partner ‘predstavlja suprotni rod’. One su po prirodi rasističke ili seksističke prirode ili štete manjinama (na primjer ženama, transrodnim osobama). Rodna osjetljivost pomaže u izbjegavanju mikroagresije. Rodne mikroagresije mogu se činiti bezazlenim u pojedinačnim slučajevima, ali takva ponovljena iskustva mogu uzrokovati tjeskobu i održavati modele štetnog ponašanja.

RUN je prisutno i u sportskim aktivnostima mladih. Stereotipna očekivanja su da bi muška tijela u sportu trebala biti mišićava i velike mase, a ženska graciozna i vitka. U sportu se kao oblik RUN najčešće javlja **uznemiravajući govor**, što uključuje seksualno uvredljive šale, neprimjerene komentare na izgled i propitivanje karakteristika sportaša na temelju roda. Mladi su također izloženi ozbiljnom **seksualnom nasilju** u sportskim aktivnostima.

Nasilje u ime časti je oblik nasilja u kojem se čast (obitelji), kultura i tradicija koriste kao opravdanje za RUN prema članovima vlastite obitelji ili prema nekome za koga se smatra da je tu čast ugrozio. Ponekad članovi obitelji ili rođaci mogu ograničiti život mlade osobe i koristiti druga nasilna sredstva zbog tradicionalnih pojmova **čuvanja časti**. Nasilje u ime časti u osnovi je povezano s heteronormativnošću i vrlo je rodno obilježeni fenomen. Tu pripadaju, na primjer: ograničenja kretanja, izgleda odjeće i prijateljstava, prihvatanje fizičkog i psihičkog nasilja kao dijela odrastanja, zabrana upuštanja u romantične veze, genitalno sakaćenje žena, ubojstva iz časti i prisilni brakovi. Zbog obiteljskih / kulturalnih normi, mladi se mogu bojati da će osramotiti ugled obitelji ako prekrše neke od nametnutih očekivanja. Mladi mogu odrastali u okruženju u kojem su se vrlo **restriktivne mjere**

kontrole rano normalizirale i internalizirale pa ih je teže prepoznati kao nešto što nije u redu. Stoga je važno govoriti o ovom obliku nasilja i osvještavati ga kod mladih.

U svrhu **eliminacije rodno utemeljenog nasilja**, od izuzetne je važnosti mijenjati rodne norme i stereotipe i promovirati nenasilne i ravnopravne odnose između muškaraca, žena i nebinarnih osoba. Takva promjena može se postići nizom mjera: integracijom sadržaja o rodnoj ravnopravnosti u školski kurikulum, pravodobnoj seksualnoj edukaciji, zagovaranjem ravnomjerne raspodjele poslova između žena i muškaraca, poticanjem nestereotipnih izbora zanimanja, zagovaranjem jednakosti u plaćama za isti posao... Treba zapamtiti kako je rodno utemeljeno nasilje među učenicima i učenicama česta i složena pojava s dalekosežnim posljedicama kako za pojedince tako i za društvo. Svaki doprinos promicanju ravnopravnosti, koliko se god neznčajnim činio, približava nas stvaranju pravednog i prihvaćajućeg društva.

Za promišljanje

S kojim rodnim stereotipima se susrećete u svojem životu? Kako biste ih preoblikovali da podupiru ravnopravne i zdrave odnose?

Pohađanjem ove edukacije i Vi pridonosite promicanju društvenih promjena usmjerenih na borbu protiv nasilja! Da bi se postigao taj cilj, moraju se promijeniti stavovi i društvene strukture, kao i svijet škole i njenog okruženja.

Lekcija 2

Spoznaje o RUN

Ova lekcija obrađuje teme nasilja i rodno utemeljenog nasilja, interseksijskih faktora, transgeneracijske prirode nasilja te nakupljanja nasilnih iskustava.

Što je nasilje?

Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji ***nasilje je zlonamjerno korištenje moći, prisile ili prijetnji koje nanose ili mogu nanijeti psihičku ili fizičku štetu osobi.*** Djeca i mladi mogu se susresti s različitim oblicima nasilja, bilo u svojim domovima, bilo u školi i među prijateljima. Nasilje potkopava osjećaj sigurnosti i povjerenja u druge. U osjetljivim razvojnim fazama, nasilje može imati **dugoročne** negativne posljedice.

Nasilje može biti institucionalno, interpersonalno ili intrapersonalno. **Institucionalno** nasilje vezano je za formalne odluke ili društvene prakse. Na primjer, može se odnositi na kršenje ljudskih prava, diskriminaciju pojedine grupe ili nepravednu provedbu zakona. **Interpersonalno** nasilje uključuje nasilno ponašanje koje se događa između dvije ili više osoba. Osobe koje su uključene u nasilje su, uz počinitelje/ice i žrtve, i promatrači/ce nasilja. **Intrapersonalno nasilje** je nasilje usmjereno prema sebi, poput samoozljeđivanja, rezanja ili samoubojstva. Tu su i suptilniji oblici poput rizičnog seksualnog ponašanja, zlouporabe alkohola, izgladnjivanja i slično. Ovi različiti oblici nasilja mogu biti uzročno povezani ili se preklapati na druge načine.

Oblici RUN

Rodno utemeljeno nasilje se odnosi na zloupotrebu moći koja rezultira psihofizičkom, seksualnom, ekonomskom ili drugom štetom, a utemeljeno je u rodnim normama i stereotipima. Izraz “rodno utemeljeno nasilje” pokazuje da je osoba izložena nasilju prvenstveno zbog svojeg roda. RUN se temelji se na rodnim normama, stereotipima i diskriminaciji koje su u njegovoj pozadini i koje doprinose održavanju nasilja. Ovo je nasilje

najvećim dijelom usmjereno na djevojčice i žene upravo zbog toga što pripadaju ženskom rodu, ali i muškarce i osobe drugih rodni identiteta ili izražaja (pripadnike LGBT zajednice).

Oblici RUN uključuju 1) fizičko nasilje: guranje, odvlačenje, udaranje, grebanje, šamaranje, gušenje, čupanje, štipanje, 2) psihološko ili emocionalno nasilje: prisila, kontrola, vrijeđanje, omalovažavanje, sramoćenje, 3) seksualno nasilje: uznemiravanje, ucjenjivanje te sva seksualna ponašanja bez pristanka, kao i 4) socio-ekonomsko nasilje kao kontroliranje korištenja novca i slično. RUN se događa u raznim okruženjima poput obitelji, školskog okruženja, slobodnih i sportskih aktivnosti, na susretima mladih i na zabavama. RUN se može odvijati licem u lice, iza leđa ili online. K tome, može zadovoljavati kriterije kaznenog djela (na primjer ozljeđivanje, seksualno uznemiravanje, silovanje, osvetnička pornografija), ali to nije uvijek slučaj. Različiti oblici nasilja često su međusobno povezani, tako da ista osoba može imati iskustva s više vrsta RUN (to je važno imati na umu jer se često žrtva RUN pojavljuje **u početku samo s jednom** vrstom iskustva).

Učestalost RUN kod mladića i djevojaka

Velik dio slučajeva RUN ostaje neprijavljen i vrlo malo mladih ljudi koji u vezi dožive neki oblik nasilja prijavljuju to nekome, pa i bliskim odraslim osobama. Mladi rijetko govore o svojem iskustvu s uznemiravanjem i nasiljem ne samo odraslima, nego i vršnjacima. Statistički gledano, mladići su najviše izloženi nasilju u školi od strane drugih dječaka (UN, 2015). **Kulturne percepcije muževnosti** su temelj nasilja s kojim se dječaci suočavaju i nasilja koje čine. Stope seksualnog nasilja i nasilja u mladenačkim vezama nad mladićima su podcijenjene. U razvijenim zemljama približno svaki deseti dječak i muškarac prijavljuje iskustva seksualnog nasilja (WHO, 2005). Stope nasilja koje doživljavaju djevojke također su podcijenjene. Svaka treća Europljanka izvještava o iskustvima fizičkog i/ili seksualnog nasilja nakon 15. godine starosti. Oko 12% žena doživjelo je neki oblik seksualnog nasilja, 27% fizičkog nasilja i 10% psihološkog nasilja od strane odraslog člana obitelji ili rođaka **prije 15. godine** života (FRA, 2014). Ponekad ista osoba može biti **ponavljano** izložena nasilju. To se naziva nakupljanjem nasilnih iskustava ili **kontinuiranom viktimizacijom**. Nasilna iskustva tijekom djetinjstva i adolescencije povezana su s većom izloženosti nasilju u odnosima u odraslosti.

Posljedice RUN

Rodno utemeljeno nasilje posljedica je rodne nejednakosti, a normalizira se šutnjom i neinterveniranjem. RUN krši pravo na integritet i samoodređenje, kao i pravo na doživljavanje i definiranje vlastitog roda. Ovo je posebno štetno kod mladih jer se njihov identitet i pojam o sebi još razvija. Osim ljudske patnje, RUN dovodi do velikih neizravnih i izravnih troškova za žrtve, počinitelje, njihovu rodbinu, kao i društvo u cjelini. RUN koje se doživljava u školi može utjecati na čitav život mlade osobe, a nasilje u izvanškolskom okruženju odražava se u školskoj zajednici.

Na individualnoj razini, iskustva nasilja mogu uzrokovati traumu, depresiju, sram i iskrivljenja u razvoju slike o sebi, te su stoga negativno povezana s akademskim uspjehom i ostvarivanjem vlastitih potencijala. Suočavanje nastavnica/ka i stručnih suradnica/ka s RUN kojem su izloženi učenici je od presudne važnosti. Na taj način promiče se promjena štetnih stavova i razvoj praksi protiv nasilja u školskom okruženju te pomaže žrtvama i počiniteljima/cama da što bezbolnije prođu kroz takvo iskustvo. Važno je napomenuti i da se sudionici u slučajevima RUN ne mogu se međusobno jasno razlikovati u svim slučajevima. Postavlja se pitanje gdje je granica promatranja nasilja i pasivnog doprinosa održavanju nasilja. K tome, nasilje negativno utječe na sve uključene, ali uvijek postoji odgovornost počinitelja.

Intersekcijски faktori

Pojam **intersekcijски** odnosi se na čimbenike koju su u međusobnoj interakciji, a koji utječu na počinjenje i iskustvo, kao i traženje pomoći pri nasilju. Uključuju zajedničko djelovanje roda, dobi, seksualne orijentacije, posebnih potreba, etničku pripadnost, obiteljsko porijeklo, prethodna iskustva s nasiljem i drugo. Na primjer, iskustvo mlade osobe koja govori znakovnim jezikom, iskustvo transrodne osobe ili osobe koja pripada nekoj stigmatiziranoj etničkoj grupi će se razlikovati od iskustva drugih vršnjakinja/ka. Ili, ako u domu mlade ženske osobe postoji strogi kodeks časti, za nju postoji rizik od nasilja u obitelji ako roditelji saznaju da ima romantičnu vezu ili da je doživjela nasilje u vezi, jer mogu doživjeti da im je povrijeđena čast i za to okriviti žrtvu nasilja. Slično tome, osobe s

invaliditetom i žene muslimanke također su izložene većem riziku od najozbiljnijih oblika diskriminacije i nasilja od mnogih drugih skupina (EIGE, 2017). Širom Europe ljudi romskog porijekla svakodnevno su izloženi diskriminaciji i predrasudama koje na mnogo načina utječu na njihov život. Većina istraživanja izvještava o većem broju iskustava s nasiljem među mladima koji pripadaju manjinama od njihovih vršnjaka/inja. U svim skupinama rodni i seksualni manjina, više od polovice (53%) mladih (15-17 godina) izvijestilo je o iskustvima diskriminacije u barem jednom području života tijekom posljednjih 12 mjeseci. Brojke su najviše kod transrodnih (69%) i interseksualnih (62%) mladih. (FRA, 2020). U pokušajima sprječavanja i rješavanja slučajeva RUN kod mladih, važno je razmotriti interseksijske faktore jer oni mogu utjecati na prijavu nasilja i na osjećaj osobe da ima ili nema podršku. Ovi faktori utječu i na dostupnost te traženje pomoći.

Transgeneracijska priroda nasilja

Ponekad ista osoba može biti ponavljano izložena nasilju. To se naziva **nakupljanjem nasilnih iskustava** ili kontinuiranom viktimizacijom koje rezultira posebno teškim posljedicama (psihičkim, psihosomatskim, socijalnim, razvojnim ...). Nasilna iskustva tijekom djetinjstva i adolescencije povezana su s većom izloženosti nasilju u odnosima u odraslosti.

Odrastanje u nasilnoj atmosferi može zamagliti granicu između ispravnog i neispravnog te izložiti mladu osobu riziku da postane zlostavljač/ica ili ne prepozna nasilje u kasnijim odnosima. Roditelji mogu djeci prenijeti rodne stavove i modele ponašanja koji doprinose održavanju nasilja. Izloženost nasilju u mlađoj dobi **ne znači nužno** da će osoba činiti nasilje ili biti žrtva nasilja u odrasloj dobi. Mlada osoba koja je doživjela nasilje ima dobre šanse oporaviti se ako joj se pruži potrebna pomoć i podrška. Ako se posljedice nasilja **ne razriješe**, nasilje može ostaviti ožiljke koji traju cijeli život. To u konačnici može stvoriti **transgeneracijski** ciklus u kojem se tjeskoba i nemogućnost suočavanja s teškim osjećajima prenose s jedne generacije na drugu. Uspješno suočavanje s nasiljem u mladenačkim partnerskim vezama može pomoći u prekidu prijenosa nasilja na sljedeće generacije.

Važno je zapamtiti da se RUN manifestira na razne načine i često ostaje neprimijećeno. Neravnomerni odnosi moći i normalizacija nasilja u svakodnevnom životu

prepreke su prepoznavanju RUN. Sa stajališta prevencije i pomoći kod RUN važno je imati na umu interseksijske faktore.

Za promišljanje

Jeste li ikad primijetili mikroagresije povezane s rodom?

U kojoj situaciji se to dogodilo?

Sjetite se da stereotipi govore mnogo o nama: našoj obitelji, iskustvima, društvu... Uvijek se možete odvojiti od ovih stereotipa. Možete se sjetiti protuargumenata za ove stereotipe i pokušati ih se osloboditi i u narednim lekcijama.

Lekcija 3

Online RUN i RUN u partnerskim vezama

Ova lekcija obrađuje teme RUN u online obliku, pogrešna uvjerenja i mitove o vezama, obmanjivanje i RUN u mladenačkim vezama.

Digitalna tehnologija može se koristiti u prevenciji nasilja i pomoći žrtvama. Međutim, različiti internetski mediji također djeluju kao alati nasilja, često pogađajući učenice/ke u školi. Prepreke za prepoznavanje i suočavanje s RUN povezane su s oblicima nasilja koji ne zahtijevaju neposredni kontakt nasilnika i žrtve. **Oblici nasilja bez neposrednog kontakta** obuhvaćaju online nasilje, uhođenje (fizičko i online), online uznemiravanje te dijeljenje seksualnih sadržaja. Online RUN odvija se putem elektroničkih uređaja i interneta. Iako može biti usmjereno i prema mladićima i prema djevojkama, djevojke češće trpe takvo nasilje i njegove teže oblike. Online nasilje često slijedi iste obrasce kao nasilje uživo. Ovo su neki od oblika online nasilja: online uhođenje, osvetnička pornografija (eng. *sexspreading*, *revenge porn*), vrijeđanje na društvenim mrežama, posramljivanje žene zbog njenog seksualnog ponašanja“ (eng. *slut-shaming*), neželjena pornografija, iznuđivanje, prijetnje i drugo. Kod online nasilja u području seksualnosti najčešće je riječ o sramoćenju i nagovaranju na štetne ili ilegalne seksualne radnje.

Dijeljenje seksualnih sadržaja (eng. *sexspreading*) uključuje dijeljenje intimnih fotografija, videozapisa ili drugih seksualnih sadržaja bez pristanka osobe koja se na njima pojavljuje. Sukrivci su uključeni daljnjim dijeljenjem sadržaja bez pristanka i igraju važnu ulogu u ovoj vrsti nasilja. Ponekad se seksualni sadržaj dijeli u svrhu osвете partnerici/u što se naziva osvetničkom pornografijom (eng. *revenge porn*). Može biti objavljen na pornografskim web-stranicama, društvenim mrežama i slično. Ovo su kaznena djela koja se kažnjavaju zatvorom. Dijeljenje seksualnih sadržaja bez pristanka važno je razlikovati od sekstanja/seksualnog dopisivanja (eng. *sexting*) koje je **sporazumno** i na koje su partneri pristali. Online uznemiravanje uključuje slanje **neželjenih seksualnih sadržaja** te postavljanje neprimjerenog ili uvredljivog sadržaja u virtualnoj čavrljaonici. Također uključuje prijetnje e-mailom, SMS-om ili drugim aplikacijama za umrežavanje, kao i govor

mržnje (govor koji vrijeđa, zastrašuje ili prijeti zbog neke karakteristike ili identiteta pojedinca).

Uhođenje (eng. *stalking*) je praćenje osobe koju se poznaje ili ne poznaje, može se odvijati i tijekom veze uz intenzivno nadziranje aktivnosti partnera, nakon prekida veze ili bez formalnog postojanja romantične veze. Može uključivati upotrebu telefona, aplikacija ili se odvijati uživo. Nekada uključuje postavljanje **programa za uhođenje** na žrtvin mobitel ili računalo. Lokacije mogu biti razne, u školi, oko kuće ili internetu (online uhođenje). Uhoda možda nikada neće pokazati svoje lice ili će to činiti često. U svakom slučaju, žrtve uhođenja se boje za svoju **sigurnost**.

Nasilje u mladenačkim vezama

Rodno utemeljeno nasilje javlja se i u **partnerskim vezama** mladih. Nasilna ponašanja opravdavaju se ili umanjuju pozivanjem na strast i ljubav u odnosu, iako se zapravo radi o podređivanju ili iskorištavanju, a ne o ljubavi. Oblici nasilja i u ovoj dobi uključuju fizičko nasilje (korištenje fizičke sile), psihičko nasilje (omalovažavanje, nastojanje kontroliranja partnera, zabranu izlazaka i odijevanja po volji, traženje lozinki), te seksualno nasilje (od uznemiravanja do silovanja). **Nasilje šteti emocionalnom, socijalnom i kognitivnom razvoju.** Istraživanja pokazuju da su njegove posljedice anksioznost, depresija, osjećaj krivnje, straha, zlouporaba droga te samoubilačke ideje i ponašanja.

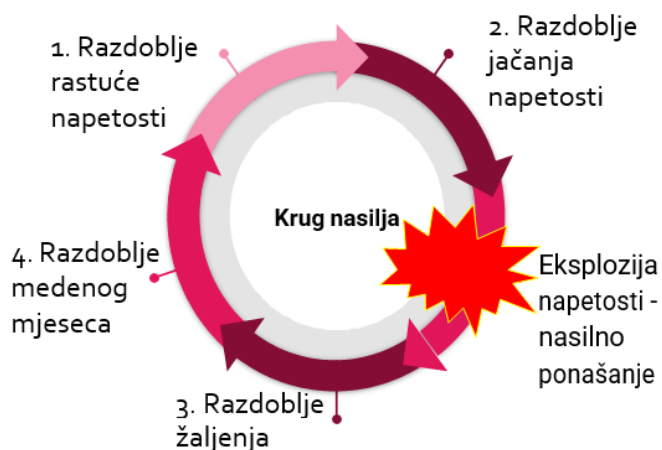
Mitovi o romantičnoj ljubavi česti su kod mladića i djevojaka i značajno utječu na njihova **očekivanja** kakve bi trebale biti prve romantične veze. Romantični mitovi uključuju vjerovanja o snazi ljubavi da se nosi sa svim teškoćama i da ljubav uključuje i patnju (romantiziranje patnje). Tu su i uvjerenja da je ljubomora znak ljubavi, da nam je veza nužna da bismo bili sretni i postojanje samo jedne srodne duše koja je jedina prava ljubav, zauvijek. Romantični mitovi **utječu na to što se smatra normalnim u vezi** - do prihvatanja nasilnih ponašanja i vjerovanje da su ona normalna i da su izraz ljubavi (*ljubomorani je jer mu je stalo, ne smijem ga nikada ostaviti jer je jedini pravi...*). Neprepoznavanje nasilja povećava vjerojatnost trpljenja nasilja jer žrtve nisu svjesne što se događa ili ne mogu vjerovati da su se

našle u takvoj ulozi. U mladenačkim vezama ima uzajamne kontrole, prisile i ucjenjivanja. Važno je naučiti poštovati svog/ju partnera/icu i prepoznati vlastite granice.

Ipak, neka ponašanja u vezi poput povremenih svađa **bez** vrijeđanja i ponižavanja, pokazivanje **autentične** ljutnje, tuge i zabrinutosti te sukob zbog različitih interesa **ravnopravnih** partnera **nisu** nasilje u vezi. Kako bi se više osvijestilo o nasilju u vezi, važno je znati i što sve **nisu uzroci** nasilja u vezi. Pogrešna su uvjerenja o uzrocima nasilja u vezama da je ono uzrokovano poremećajima ili bolešću, upotrebom droge ili alkohola ili ponašanjem žrtve. Nasilje je **uvijek izabrano ponašanje** nasilnika.

Ciklus nasilja u partnerskim vezama

Nasilje u partnerskim vezama ima **obrazac ponašanja** u kojem jedan partner pokušava **steći ili zadržati moć ili kontrolu** nad drugim u njihovoj vezi - bilo u mladenačkim vezama ili vezama odraslih. Događa se u svim dobnim skupinama, klasama, bez obzira na vjersko ili etničko porijeklo. Većinom se odvija u ciklusima s nekoliko faza, gdje **postupci nasilnika** između svake faze otežavaju traženje pomoći.



U prvoj fazi napetost počinje rasti, što je obično povezano s nekom situacijom zbog koje se **nasilnik osjeća loše i nemoćno** ili je u stresu. Često je povezano s rodnim stereotipima i mitom o romantičnoj ljubavi (na primjer partnerica je bez partnera izašla van s

grupom mladića i djevojaka, pa se on osjeća zapostavljeno). Osjećaj nemoći dovodi do toga da nasilnik postaje sve neugodniji prema partnerici, koja ga pak **pokušava smiriti i udovoljiti mu**, pokušava predvidjeti sve njegove potrebe. Odnos postaje "hodanje po jajima", gdje žrtva nastoji učiniti sve da udovolji nasilniku i izbjegne njegovu ljutnju (na primjer odustaje od izlazaka bez njega). **Nakupljanje i jačanje napetosti** dovodi do nasilnog čina - verbalnih, fizičkih ili seksualnih napada koji su praćeni bijesom i prijetnjama koje žrtva doživljava stvarnima (na primjer prijetnje da će nju ozlijediti ili pak da će sebe ubiti ako mu ne oda lozinku). Nasilnik **navodi žrtvu da se ona** opravdava i **ispriča** za svoje postupke. Tako nasilnik krivnju okreće od sebe i umjesto toga krivi žrtvu, druge ili situaciju (na primjer kaže da je bio pijan). U razdoblju žaljenja nasilnik tipično **"objašnjava"** što se dogodilo i **umanjuje** nasilje koje je počinio, a žrtva će to početi prihvaćati. On će pokazivati znakove ljubavi i obećavati da će biti bolji, kako bi povratio povjerenje i zadržao vezu (na primjer obećaje da neće toliko piti i moli nju da mu pomogne u tome kako bi održao obećanje). U **fazi medenog mjeseca** i nasilnik i žrtva žive u poricanju ozbiljnosti nasilnog čina kako bi sačuvali odnos. Međutim, budući da se ne rješava niti jedan stvarni problem, niti se mijenja njegov odnos prema partnerici u smislu ravnopravnog uvažavanja, ciklus zlostavljanja će se vjerojatno nastaviti.

Kotač moći i kontrole - taktike kontrole u partnerskoj vezi

U središtu kotača su **moć** i **kontrola** jer su to razlozi zbog kojih počinitelji koriste nasilje i druge taktike. Žele ostvariti moć i kontrolu nad svojim partnerima.



Da bi dobili moć i kontrolu, većina nasilnika počinje vrlo **pomalo** koristiti razne taktike iz kotača i obično ih intenziviraju s vremenom (na primjer prvo je nezadovoljan i to izražava zabrinutošću za njenu dobrobit zbog njenog izgleda i odijevanja, a na kraju je optužuje da je kurva i da se tako oblači). U konačnici se nasilje **ustaljuje, a za žrtvu se i normalizira** pri čemu nasilnik koristi različite oblike nasilja - psihičko, fizičko, seksualno i ekonomsko.

Obmanjivanje (eng. *gaslighting*) je manipulativna taktika u kojoj zlostavljač kako bi stekao moć i kontrolu nad drugom osobom, sadi sjeme njene **nesigurnosti** u samu sebe. **Sumnja u sebe i neprestano samopropitivanje** polako dovode do toga da žrtva sumnja u stvarnost i svoj razum i postaje ovisna o manipulativnom (i nasilnom) partneru. Izraz se odnosi na film iz 1944. *Gaslight* (glume Ingrid Bergman, Charles Boyer, režija George Cukor, dobio 2 Oskara), o mužu koji sustavno ispiri mozak supruzi do te mjere da ona vjeruje da je poludjela i postaje potpuno ovisna o njemu. On prikriva svoje manipulative ponašanje do te mjere da žrtva ne prepozna stvarnost niti što joj se događa, čineći ju ovisnom o njemu i još uz **njenu zahvalnost što ju tolerira**.

Primjer obmanjivanja je partner koji sve češće skriva partneričine stvari kako bi ona počela misliti da sve više zaboravlja, ostavlja uključen plin, skriva joj ključeve da ona ne zna

gdje ih je ostavila i slično. Još jedan primjer obmanjivanja je partner koji polako uvjerava partnericu da nije dovoljno pametna za studiranje i da joj se ne isplati truditi oko školovanja, pa ona skraćuje vrijeme učenja da bi bila s njim i posljedično doživljava neuspjeh, čime se potvrđuje njegovo uvjeravanje. Ili partner koji ju gnjavi raspravama dan prije ispita, ukazuje joj na svaki njen neuspjeh ili svaku sitnicu koju pogriješi ili ne učini savršeno, uvjerava je da je glupa, nesposobna i zaboravna.

Seksualno nasilje

Mladi ljudi mogu biti izloženi širokom spektru neželjenih dodira ili drugih fizičkih radnji svojih partnera, vršnjaka ili odraslih. Seksualni odnos i druga seksualna djela **bez pristanka** uvijek se smatraju nasiljem. Seksualno nasilje se odnosi i na djela koja su definirana u kaznenom zakonu ili koja su na drugi način posebno ozbiljna i štetna. **Seksualnost** je važan dio **rodnog iskustva** svakog pojedinca, a **seksualno samoodređenje** jedan je od ključnih elemenata za dobrobit mladih. To, između ostalog uključuje načela da bi seksualni odnosi trebali biti **ugodni** - ne uznemirujući ili zastrašujući te da svatko ima pravo odlučivati o vlastitom tijelu - **bez prisile**. Također, svatko ima pravo prekinuti seksualni odnos - i **predomisлити se**, ali isto tako svatko ima odgovornost **prestati** sa seksom, ako se njegov partner zbog toga osjeća loše i to traži.

Karakteristike zdravih veza obuhvaćaju to da je svaki partner jednako vrijedan te da partneri razgovaraju **lako, otvoreno** i s uvažavanjem. Nadalje, odluke se donose zajedno - uključujući odluke o seksualnim aktivnostima te se svaki partner osjeća **slobodno** biti takvim kakav je. Također, važno je da su partneri iskreni u komunikaciji i da **poštuju** međusobne potrebe za prijateljima, mišljenjem, aktivnostima i osjećajima.

Kotač zdrave veze



Prepoznavanje nasilja u mladenačkim vezama otežava što se većinu vremena nasilje u vezama odvija nasamo, kada par ima privatnost. K tome, znakovi nasilja su **češće suptilni** nego jasno istaknuti (poput modrice na licu) pa je prepoznavanje otežano. Znanje o oblicima RUN važno je za njegovo prepoznavanje i olakšava ga.

Za promišljanje

Primjeri RUN u mladenačkim vezama prema istinitim događajima

“Tijekom razdoblja od nekoliko tjedana imao je problem s erektilnom disfunkcijom. Za taj problem je **okrivio** mene riječima: "Eto vidiš. Toliko mi se gadiš da mi se više ni ne diže na tebe." Nakon svakog druženja u miješanom društvu, slijedilo bi ponekad i višesatno ispitivanje. "Je li bilo dečki tamo? Koliko daleko si sjedila od njih? Jesi pričala s njima? " **Počelo bi normalno** kada sam rekla da sam bila na druženju, bez predbacivanja, valjda je i njemu bilo jasno da mi nema pravo to braniti. Ali, kada bih mu pričala o tome, uhvatio bi se za neki detalj koji mu nije bio po volji i **polako** bih postajala "drolja" i kriva što sam uopće išla tamo.”

Djevojka o srednjoškolskoj vezi

“Nije prošla ispit i odmah je počela okrivljavati mene, da sam ja kriv za to jer joj trošim vrijeme. Natjerala me je da joj **platim** knjige za učenje. Kada sam **htio prekinuti**, nazvala me nakon tri tjedna i rekla da je bila trudna. Rekla je da je pobacila i da sam ja za to kriv i da joj je doktorica rekla da sada više ne može imati djecu, **zbog mene**. Navela me da budemo opet u vezi. Kasnije sam saznao da je sve bila laž.”

Mladić o srednjoškolskoj vezi

“Ako bih otkazala unaprijed dogovoreno druženje zbog nečega što je bilo izvan moje kontrole (na primjer iskrsnula mi je obaveza za nastavu), uslijedilo je nekoliko dana durenja i "silent treatmenta". Kada bih pokrenula razgovor o tome tvrdio bi da se ne ljuti, a u naknadnim razgovorima bi me **okrivljavao** i govorio da mu trošim vrijeme i da se on silno trudi da tada bude slobodan. To je dovelo do toga da sam **unaprijed bila nervozna** kad sam morala otkazati jer sam znala da će se ljutiti ili duriti. Otkazivanje nije prihvaćao kao nešto što se jednostavno ponekad dogodi.”

Djevojka o srednjoškolskoj vezi

Lekcija 4

Rodno utemeljeno nasilje u školi i povjeravanje o nasilju

Ova cjelina obrađuje teme RUN u školi, prepreke za interveniranje u RUN, prepreke za povjeravanje o nasilju kod žrtve, počinitelja i promatrača te stjecanje povjerenja i izbjegavanje okrivljavanja žrtve.

RUN u školi

RUN u školi pojavljuje se u različitim oblicima. Neki od njih su promicanje stereotipa o “**očekivanom**” rodnom ponašanju (djevojčica/dječak treba raditi to i to...), korištenje neprimjerenih nadimaka, ruganje i "nevini humor" na temu roda i seksualnosti (komentari na tjelesne promjene ili osobine, neprimjereno oslovljavanje (peder, kurva), seksizam, mizoginija, spolno uznemiravanje, diskriminacija LGBT osoba (neprestano stavljanje u središte neželjene pažnje, izrugivanje i sramoćenje). Oblici RUN uključuju i **online** nasilje (dijeljenje intimnih slika bez odobrenja, uvredljivi komentari o rodnom izričaju ili seksualnosti neke osobe na društvenim mrežama...), nasilje u partnerskim vezama mladih (kontroliranje izbora odjeće, druženja s prijateljima, korištenja novca i drugih stvari, omalovažavanje, seksualno nasilje...) te kršenje seksualnog samoodređenja osobe (prisila, ucjenjivanje, izrugivanje, emocionalno zlostavljanje...).

Suočavanje s RUN u školi

Stručnjakinje/ci koji rade u školama imaju ključnu ulogu u podizanju svijesti i **promicanju promjene stavova** koji podržavaju nasilje te u prepoznavanju i interveniranju u slučajeve nasilja. Dostupnost pomoći za probleme povezane s nasiljem ovisi i o **prepoznavanju** nasilja i mogućnosti rasprave o njemu. Važno je znati da odrasli često ne primjećuju nasilje koje se događa učenicama/ima. K tome, žrtvama je teško govoriti o nasilnim iskustvima i često ih prate i **sram i krivnja**. Takve okolnosti dovode do šutnje ili prikrivanja nasilja.

Kada učenice/ci dožive nasilje, možda **neće znati kako reagirati** ili kome bi mogli reći o svojim iskustvima. One/i su posebno ranjivi zbog podređenog odnosa moći ako je počinitelj starija osoba ili ako postoji prijetnja nastavkom nasilja u slučaju da se sazna za RUN. Važno je prepoznati **štetne stavove i rodnu diskriminaciju** i ozbiljno ih shvatiti u školskoj zajednici. Primjerice, **seksizam se ne bi smio normalizirati** u upotrebi jezika učenika/ica niti školskih djelatnica/ka. Podrška školskih stručnjakinja/ka važan je čimbenik u oporavku od nasilja i podizanju osobne otpornosti. Kroz **medije i socijalizaciju** imamo ideje o tome kakve su žrtve i počinitelji RUN. Problem je u tome što su ove ideje o karakteristikama žrtava i počinitelja **često pogrešne** i temelje se na stereotipima. Zato svakom sudioniku RUN treba pristupiti individualno, sa strpljenjem i razumijevanjem.

Uobičajene prepreke za intervenciju u RUN su negiranje prisutnosti nasilja, prihvatanje i normalizacija nasilja te podcjenjivanje težine nasilja. Još neke od prepreka su i propusti u dokumentiranju nasilnih događaja i njihovih posljedica, nedostupne i nerazvijene usluge, prakse i politike zaštite od nasilja kao i ignoriranje nasilja kako u svakodnevnim interakcijama, tako i u profesionalnom radu. Mladi se o RUN češće povjeravaju vršnjacima nego odraslima. U mnogim slučajevima sram i strah sprečavaju žrtve da govore. Mladi mogu šutjeti o svojim iskustvima jer na primjer **odrasli nisu spremni pitati** za seksualno nasilje jer im je i samima to neugodno. Također, mladima možda nedostaju riječi i sredstva za opisivanje onoga što su proživjeli kao i povjerenje u pomagača/čicu.

Prepreke povjeravanju o izloženosti nasilju se javljaju kod velike većine žrtvi. To uključuje zbunjenost žrtve i **neznanje** o tome što je sve nasilje, **strah** da nema pomoći i da je problem nerješiv, te želja žrtve da zadrži dobar javni imidž i da se ne **osramoti**. Također, ponekad povjeravanje otežavaju žrtvino vjerovanje u **mitove** o nasilju i romantičnoj ljubavi, ne identificiranje s ulogom žrtve kao i ponašanje **promatrača** koje stvara dojam normalnosti nasilja (ponašaju se kao da se ništa strašno nije dogodilo). Ponekad žrtva prihvaća **opravdanja** za izloženost nasilju (na primjer da je zlostavljač bio pod utjecajem alkohola), ne zna za cikličku dinamiku nasilja i njegove posljedice, te zbog neznanja ili nepostojanja specifičnih **usluga i službi** za pomoć ne vidi smisao u prijavljivanju i povjeravanju.

Kod počinitelja/ice također postoje prepreke za povjeravanje, poput toga da obično **negiraju** da su uopće bili nasilni i negoraju posljedice njihovog nasilnog ponašanja po druge (ne doživljavajući ga štetnim) također se rijetko otkrivaju ili razgovaraju o svojem nasilju, a da ih netko o tome **izravno** ne pita. Moguće je i da su vrlo **manipulativni** i vrlo uvjerljivi u svom poricanju, ali mogu se i **sramiti** i **bojati** posljedica priznavanja nasilja. Također, oni redovito **krive žrtve** za nasilje koje su im nanijeli te se neki/e **predstavljaju kao žrtve** nasilja svojih partnera/ica jer ne mogu ispuniti njihove zahtjeve ili očekivanja. Redovito krive druge ljude ili okolnosti, opravdavajući svoje nasilje, **ne preuzimaju odgovornost** za počinjeno nasilje, te su u otporu ili barem ambivalentni/e prema potrebi za promjenom svojeg ponašanja.

Prepreke za povjeravanje postoje i kod promatrača/ica nasilja. One uključuju **strah** od odmazde počinitelja/ice, brigu zbog nedjelotvornog sustava zaštite žrtve u kojem oni trebaju sudjelovati kao svjedoci te to što **ne prepoznaju** nasilje pa nisu spremni podržati žrtvu, intervenirati ili prijaviti nasilje. Još neke od prepreka su i što **ne znaju** što mogu učiniti da spriječe ili zaustave nasilje, misle da je nasilje nad intimnim partnerom **privatna stvar** ili imaju **rigidna uvjerenja** o rodnim ulogama i stereotipe o romantičnim odnosima.

Važnost jezika

U nekim se slučajevima nasilje može činiti pretjeranim opisom situacije. Razgovor o uznemiravanju, s druge strane, često omalovažava iskustvo žrtve i **umanjuje odgovornost** počinitelja. Kad se vrijeđajuće riječi i djela nazivaju “uznemiravanjem” samo zato što se tiču mladih, to može dovesti do prikrivanja i normalizacije nasilja. Zato je važno koristiti **odgovarajuće izraze** za opis situacije i ne umanjivati njenu ozbiljnost neodgovarajućom terminologijom. Kada se raspravlja s mladima, najbolje je govoriti konkretno o onome što se dogodilo. Na primjer, može se razgovarati zašto je dijeljenje intimne slike na internetu bez dozvole neprimjereno. Za stručnjaka je važno da prepozna RUN, i nakon što čuje detaljan opis situacija, objasni da je prepoznao oblik nasilja i jasno navede da takvo ponašanje nije prihvatljivo.

Bitno je da u situacijama povjeravanja odrasli ne okrivjavaju mlade, već da **prepoznaju njihovu nevolju**. Važno je da mlada osoba koja je doživjela RUN može vjerovati da će ju se ozbiljno shvatiti i da će se slučaj riješiti na osjetljiv način. Umjesto kritiziranja ili sažalijevanja sudionika RUN, važno je pristupiti sa **suosjećanjem**. Svaki školski stručnjak treba biti pripremljen na povjeravanje od strane učenika/ka o RUN. Važno je imati na umu da učenik/ca može biti žrtva, počinitelj/ica i promatrač/ica RUN o kojem se povjerava i da može pripadati nekoj **rodnoj manjini** i voditi računa o intersekcionalnosti različitih čimbenika. Svako nasilje koje se odvija zahtijeva **intervenciju**. Ovo vrijedi i za nasilje u partnerskim vezama i za nasilje koje se odvija kod kuće.

Stručnjakinju/ka koji sluša povjeravanje učenice/ka mogu mučiti razne misli, poput toga da je **nesiguran/na** što misliti o slučaju, učenici/ku ili što reći, ne zna je li to o čemu sluša nasilje ili nije te može biti **ljut/a** na počinitelja nasilja. Stručnjak/inja može i biti **zabrinut/a** radi počiniteljeve osвете te čak poželjeti skloniti učenika/cu kod svoje kuće.

Jedna od važnih **smjernica** kod povjeravanja o RUN je da se **pohvali** učenika/cu što se povjerio/la (“drago mi je da si mi se obratio/la, učinio/la si dobru stvar”). Također, ne treba **ispitivati** učenika/cu, tražiti da ponavlja priču ili da dodaje više detalja jer to može poslati i poruku da mu/joj se ne vjeruje. Važno je zapamtiti da nije uloga školskog stručnjaka da **istraži sve** o nasilju koje se događa; to će biti odgovornost drugih službi (centra za socijalnu skrb, policije) ako se slučaj treba prijaviti službama izvan škole, te da nije dobro **osobno konfrontirati** počinitelja/icu ako je to osoba izvan škole. Pri povjeravanju je potrebno **aktivno slušati** učenicu/ka, razgovarati u **ugodnom prostoru** gdje se može osigurati privatnost te **ne komentirati** situaciju kao lošu ili dobru niti uspoređivati s drugim slučajevima. Poželjno je ne reagirati s odbojnošću i strahom, već **ostati smiren** i osvještavati vlastite geste, ton glasa i emocionalne ekspresije te **informirati** učenicu/ika što će se iduće poduzeti i ne obećavati ono što se ne može ispuniti. Kad se učenik/ca povjerava, dobro je i reći da ćete nastojati pomoći kao i usmjeriti učenika/icu na **druge službe** koje mogu pomoći ako to zahtijeva ozbiljnost slučaja. Osim nadležnim službama, nije dobro prepričavati slučaj drugima iz svoje okoline i “tračati”.

Okrivljavanje žrtve (eng. *victim-blaming*) otežava povjeravanje o RUN. Ako žrtva zna da je takvo okrivljavanje učestalo, mala je šansa da će se povjeriti i tražiti pomoć. Okrivljavanje žrtve **podupire** ono što je nasilnik cijelo vrijeme govorio žrtvi - da je ona kriva. **Činjenje nasilja je izbor počinitelja, i za to ne može biti kriva žrtva!** Žrtva također nije kriva niti odgovorna za “popravljanje” počinitelja. Okrivljavanjem žrtve, omogućuje se počinitelju da izbjegava preuzimanje odgovornosti za svoja djela. Reakcija stručnjaka/inje na ono što čuje je od presudne važnosti i reagiranje na nasilje je velika odgovornost. Uvijek treba **vjerovati** učenici/iku i biti **podržavajući** - ne treba tjerati učenicu/ika da kaže više nego što želi.

Izbjegavanje okrivljavanja žrtve se može postići **reagiranjem** na izjave o okrivljavanju žrtve kada ih se čuje te ne slaganjem s **izlikama** za činjenje nasilja (kriv je alkohol, izazivanje žrtve, nemogućnost samokontrole...). Žrtvi je potrebno **više puta naglasiti** da nije kriva, pružiti pomoć, podršku i resurse koliko god je moguće, te **isticati** da je počinitelj/ica ta/j koji je odgovoran/na za svoje ponašanje. Važno je i prepoznati da je okrivljavanje žrtve **ukorijenjeno u društvo** u mnogim suptilnim oblicima - poput seksističkih i homofobnih stavova (“zašto se izazovno obukla?, zašto je išao u takav klub?”), što se postiže i promišljanjem, poput promjene pitanja iz “Zašto žrtva ostaje s počiniteljem?” u **“Zašto počinitelj nastavlja s nasiljem?!”**

Kako voditi razgovor o RUN

Kako biste opisali vašu vezu?
Većina parova se povremeno svađa, kako vi rješavate
nesuglasice i sukobe?
Kako reagirate kada ste ljuti? Što kada se ljutnja pojača?
Je li vas partner/ica ikada uplašio/la?
Je li partner/ica učinio/la nešto što je kasnije požalio/la?
Je li Vas ikada posramljivao/la ili ponižavao/la?

Od općeg
prema
specifičnom



Što misli o vašem učenju i obrazovanju?
Je li ljubomoran/na kada se družite s drugima?
Jeste li ikad zabrinuti za njegovo/njezino ponašanje?
Više li partner/ica ikad na vas ili govori s visoka?
Je li vas ikad gurnuo/la ili neugodno stiskao/la?
Je li vam ikad prijetio/la da će vam nauditi?
Prijetio/la oružjem?
Je li vas ikada fizički napao/la?
Je li dolazila policija?

Od općeg
prema
specifičnom



Tijekom razgovora, potrebno je **osvijestiti svoja uvjerenja**: ne postoji samo jedna vrsta žrtve, svako iskustvo je individualno, nema karakteristika kojima bi žrtve mogle prouzročiti nasilje. Stručnjak/inja treba imati i **otvorena očekivanja**: svaka osoba reagira drugačije na snažne i uznemirujuće doživljaje, nejasan način govora i isprekidan tok misli su uobičajeni pri opisivanju takvih iskustava. Također, treba imati **strpljenja**: važno je razumjeti da je tempo svake žrtve drugačiji, njihove potrebe se razlikuju, **važno je prilagoditi se potrebama žrtve**. Tijekom razgovora je važno da sigurnost i **dobrobit** žrtve uvijek budu prioritet, da budete spremni prepoznati znakove i obilježja nasilja, podržavajući kod svakog povjeravanja i da **samoinicijativno pitate o nasilju**.

Možete s poštovanjem, ali jasno, **izraziti stav** da nasilje nije prihvatljivo te **osvještavati** kod sebe i drugih da nasilje nije samo fizičko. Važno je da budete empatični, ali **nemojte podržavati** neadekvatne načine suočavanja (prihvaćanje izlika od počinitelja/ice, slaganje s žrtvom kada kaže da to ipak nije bilo ništa ozbiljno). Imajte na umu prepreke za povjeravanje o nasilju i **otvorite razgovor** o nekima od njih te u razgovoru s počiniteljem/icom, **osvijestite svoje osjećaje** (ljutnja, osuđivanje) i osigurajte da ne utječu na pružanje pomoći. Izrazite **optimizam** o mogućnostima promjene te **utvrdite** kome možete upućivati žrtve i počinitelja/icu ako trebaju dodatnu pomoć. Ako radite i sa žrtvom i počiniteljem/icom, **nemojte** ih pozivati na sastanak u isto vrijeme te osigurajte da žrtva ima dovoljno podrške i trudite se raditi na jačanju njezine socijalne mreže.

Pri pomaganju je potrebno izbjegavati pomaganje žrtvi protiv njezine volje, razvijanje nerealistično visokih očekivanja od pomaganja te podcjenjivanje snage žrtve. Vi možete pomoći širiti znanje potrebno za prepoznavanje nasilja i mijenjanje stavova koji održavaju rodno utemeljeno nasilje, a graditi modele poštovanja i ravnopravnosti djevojaka i mladića zbog njihove dobrobiti i podrške osobama drugih rodni identiteta. Nemojte propustiti priliku napraviti svoj dio!

Za promišljanje

Sjećate li se nekog slučaja RUN u školi iz svojih školskih dana?

Što se dalje dogodilo sa žrtvom, je li mogla nastaviti uobičajeno živjeti?

Je li joj netko pomogao da se oporavi? Što je do sada bila “njezina budućnost”?

Što znači za učenice/ke kada se nasilje normalizira i zanemari? Kako se to događa i održava u školama?

Prema istinitom događaju...

Bile smo bliske prijateljice, nikad mi nije rekla ništa loše o njemu i uglavnom ga je, možda i pretjerano, hvalila. Ali, kada smo na druženju u miješanom društvu razgovarali o nekoj općoj temi, rekao joj je: Ma što ćeš ti reći, pusti mene.” **A kasnije** tu večer joj je rekao **direktnije**: “Ma daj šuti, ti si glupa.” Bila sam zatečena, ali svi su reagirali kao da je to bezopasna šala. S vremenom joj je zabranio da se druži s jednom prijateljicom, nije mi htjela reći zašto. Mislila sam da moje prijateljstvo s njom nije u opasnosti, sve dok mi odjednom nije rekla da niti mene ne želi više vidjeti ni čuti i da mi ne može objasniti. **Nisam znala** da je to nasilje niti da se zbog tako nečega može tražiti pomoć.

Promatračica srednjoškolske veze

Lekcija 5

Vještine pružanja podrške

Ovaj dio obrađuje teme pružanja podrške i vještine parafraziranja, reflektiranja emocija i aktivno slušanje, ja-poruke te smjernice za komunikaciju s različitim sudionicima RUN.

Vještine pružanja podrške važne su jer nam omogućuju da se upoznamo s teškoćom i situacijom učenika/ice, te da dobijemo specifične informacije da bismo mogli planirati prikladnu intervenciju. Također, omogućuju nam da motiviramo sudionika/icu RUN da traži pomoć i podršku te prikladno reagiramo na različita emocionalna stanja.

Parafraziranjem nazivamo kada netko ukratko sažme što je druga osoba rekla i to ponovi drugim riječima. Parafraziranje će **češće potaknuti učenika/icu da nastavi govoriti nego postavljanje pitanja** i tako ćemo bolje shvatiti o kakvom problemu je riječ. Bitno je da prvo znamo kakav je problem, da bismo bolje znali što činiti. Važno je prepoznati emocije koje učenik/ica osjeća i dobrodošlo je izreći ih na glas. Dobro je da je takvo **reflektiranje emocija usklađeno s intenzitetom** kojim emociju prenosi učenik/ica. Ako je učenik/ica jako ljut/a bolje je reći „Vidim da te to frustrira“, nego „Vidim da ti se to ne sviđa.“ Tako je ovdje stručnjakinja prepoznala ljutnju i frustraciju učenice i izrekla što vidi.

U prvom susretu često je u komunikaciji naglasak na parafraziranju i reflektiranju emocija, kako bi stručna osoba mogla bolje **razumjeti** prirodu problema s kojim se učenik/ca suočava. Važno je istaknuti da stručnjak/inja u prvom susretu **ne iznosi savjete ili preporuke** i ne zgraža se nad onime što čuje, već se usmjerava na razumijevanje i suosjećanje prema učenici/ku.

Kratko sažimanje riječi učenika/ce i izricanje prepoznatih emocija učeniku/ci šalje poruku da ju stručnjak/inja **razumije** i produbljuje **osjećaj povjerenja** između učenika/ce i stručne osobe. **Aktivno slušanje** važna je vještina koja se odnosi na slušanje i posvećenost učeniku/ici. Stručnjak/inja **ne nastoji skrenuti temu** ili iznijeti svoj komentar nego se

usmjerava na temu o kojoj govori učenik/ica. Aktivno slušanje uključuje parafraziranje i reflektiranje emocija, a sve zajedno pomaže da se bolje shvati učenika/icu, te da se izgradi osjećaj povjerenja učenika/ice u stručnjakinju/ka.

Stručnjaci/kinje se nekada boje da će se učenica/ik **rasplakati**, misle da neće znati što tada učiniti ili pak počnu kriviti sebe da su rasplakali učenicu/ika. Učenica/ik će vjerojatno plakati kada ima **osjećaj povjerenja** u stručnjakinju/ka te je to više znak da on/a dobro radi nego da je pogriješio/la. U takvoj situaciji poželjno je normalizirati emocije i plakanje učenice/ika. Tako stručnjak/inja može suosjećajno reći da su suze sasvim uobičajena pojava. Uz to, u redu je i da stručnjak/inja malo šuti i pričekava učenika/icu da se smiri. Važno je da stručnjak/inja, kada prepozna da je riječ o nasilju, izrekne **svoj stav** i pošalje poruku da nitko nije zaslužio nasilje.

Ja-poruka koristi se kada je drugoj osobi stalo do potreba prve. Počinje s navođenjem samo jednog primjera **specifičnog ponašanja** kojim govornik nije zadovoljan. Zatim govornik navodi kako se **osjeća** kada se to ponašanje odvijalo. Na kraju govornik daje **prijedlog**; što bi htio umjesto toga (prijedlog novog ponašanja) i kako bi se tada osjećao. To su tri osnovna elementa ja-poruke.

Komunikacija s različitim sudionicima RUN

Osim pružanja podrške žrtvi, uloga stručnjakinje/ka obuhvaća i rad s počiniteljem/icom i promatračima/icama kao sudionicima RUN. Tehnike (parafraziranje, reflektiranje emocija, aktivno slušanje, ja-poruke...) mogu se koristiti **na isti način** s različitim sudionicima RUN. Razlika je u temama o kojima se govori i postavljenim ciljevima.

U radu s **promatračima/icama** važno je istražiti kako su se oni/e osjećali/e i što su mislili/e gledajući nasilan događaj (uz pomoć reflektiranja emocija i parafraziranja). Cilj je poslati poruku da **nečinjenje podupire nasilje**, tražiti **prihvatljive načine** zauzimanja za žrtvu (kao pozivanje nekoga u pomoć, davanje komentara koji podržavaju žrtvu...) i poslati poruku počinitelju/ici da nasilje **nije prihvatljivo**. U komunikaciji sa promatračem/icom

važno je izbjegavati pitanje “zašto” na primjer „Zašto nisi ništa učinio/la” ili „Zašto joj nisi pomogao/la?”. Ova vrsta pitanja šalje poruku da stručnjak/inja nema razumijevanja za situaciju promatrača/ice i vrlo je vjerojatno da će se nakon takvog pitanja promatrač/ica početi **opravdavati** i tražiti izlike što otežava i usporava komunikaciju.

Koristeći iste tehnike (parafraziranje, reflektiranje emocija) važno je istražiti kako se **počinitelj/ica** osjeća i kako on/a vidi situaciju. Cilj je **razumjeti** počiniteljeve potrebe, situaciju i razloge za nasilno ponašanje. Poželjno je istražiti počiniteljeve/ičine **obrasce rješavanja sukoba** i ponašanje u drugim situacijama da bi se planirale intervencije (na primjer, trening ljutnje, “time-out” tehnika, trening socijalnih vještina, upućivanje u tretmanski program za nasilne mladiće). Poželjna je i **psihoedukacija** o rodnoj socijalizaciji muškaraca, posljedicama nasilja i mogućim formalnim postupcima i sankcijama nakon nasilnog prekršaja.

Za promišljanje

Na koje načine Vi pružate podršku svojim suradnicima/icama, prijateljima/icama kada im je teško?

U kojim još situacijama biste mogli koristiti tehnike iz ove lekcije?

Tehnike iz ove lekcije možete uvježbati uz pomoć Zbirke komunikacijskih tehnika u prilogu.

Lekcija 6

Prevenција RUN

Ova lekcija donosi smjernice za prevenciju RUN u školi, alate za preventivni rad u školi, teme i ideje za preventivne aktivnosti u školi, važne aspekte rada na prevenciji te međunarodne prakse prevencije RUN i korisne resurse.

Prevenција RUN u školi

Prevenција nasilja mora biti stalni zadatak obrazovnih institucija, a to je ujedno i obveza stručnih djelatnika škole. Prevenција podrazumijeva **informiranje i podučavanje učenika/ka** o temi u cjelokupnom obrazovnom sustavu, u kurikulumu i nastavnim planovima obaveznih i izbornih predmeta, slobodnim aktivnostima i aktivnostima koje se provode u suradnji s lokalnom zajednicom. Također, podrazumijeva **osnaživanje** učenika/ka da prepoznaju rizike, zatraže pomoć i prijave zlostavljanje i nasilje. **Preduvjet** rada na prevenciji su **osviješteni, motivirani i educirani** školski djelatnici koji su u stanju prepoznati rodno utemeljeno nasilje i reagirati u tim situacijama, te upoznaju postupke i protokole u svrhu zaštite od nasilja.

Smjernice za prevenciju RUN

Preventivne inicijative mogu doprinijeti **smanjivanju rizika** od različitih oblika RUN (na primjer nasilje u intimnoj vezi, online nasilje, uznemiravanje i seksualno uznemiravanje, nasilje prema LGBT učenicima/icama). U prevenciji RUN nužno je propitivati **stavove, ponašanja, pretpostavke i jezik** koji doprinose kulturi nasilja, te pomoći učenicima da razviju strategije kako se suprotstaviti tome. Važno je izgraditi **vještine prepoznavanja** RUN, kako se zaštititi i biti sigurna/an, razriješiti sukobe na nenasilan način, nositi se s emocijama, postaviti granice, zatražiti pomoć i pružiti podršku nekome tko doživljava nasilje.

Teme u prevenciji RUN

U **edukativnom i preventivnom radu** važno je usmjeriti se na rodne norme i rodne stereotipe te prepoznavanje i osvještavanje **različitih oblika RUN**; posebno nasilja u intimnim partnerskim vezama mladih, seksualnog uznemiravanja u školi (počinjeno od strane vršnjaka i nastavnika); uhođenje (ne nužno samo od strane partnera/bivšeg partnera); nasilja prema LGBT mladima, te trgovanje ljudima s ciljem seksualnog iskorištavanja. Teme u prevenciji RUN tiču se i promocije pozitivnih te širih/sveobuhvatnijih definicija **maskuliniteta**, kao i prepoznavanja i osvještavanja pozitivnih aspekata i karakteristika **kvalitetnih i nenasilnih veza**, poput razvoja i osnaživanja **samopoštovanja i samopouzdanja**, komunikacijskih vještina, vještina pregovaranja, odupiranja pritiscima i konstruktivno **rješavanja sukoba**. Važno je osvrnuti se i na **informacije** te vještine potrebne za pružanje pomoći prijateljici/prijatelju koja/i doživljava nasilje ili je u nasilnoj vezi, a naročito na **podizanje svijesti** o rodnoj ravnopravnosti, pravu na život bez nasilja kao temeljnom ljudskom pravu i o utjecaju vršnjačke grupe i medija.

Alati za preventivni rad

Radionice s učenicima/ama pružaju mogućnost mladima da, kroz iskustvene aktivnosti, **istraže utjecaj** koji rodno stereotipni stavovi i rodne uloge imaju na njihove odnose te da razmotre karakteristike i posljedice RUN te neravnotežu moći u odnosu koja je često povezana s nasiljem protiv djevojčica i žena.

Vršnjačke edukacije korisne su jer vršnjački edukatori/ce mogu steći veće **povjerenje** i djelovati uvjerljivije s obzirom da je manje vjerojatno da će ih mladi shvatiti kao udaljene autoritete. Stoga mogu stvoriti okruženje u kojem se sudionici/e osjećaju **ugodno** i spremni su istražiti osjetljive probleme kao što je RUN. Mladi koji su obučeni za vršnjačke edukatore/ice, imaju vještine i znanja o različitim aspektima RUN te **kako pristupiti** osjetljivim temama. Važno je da vršnjački edukatori/ce dobiju **podršku i razviju samopouzdanje** u svoje mogućnosti provedbe edukacija i svjesno se prihvate zadatka. Trebaju imati aktivnu ulogu i važno je poticati ih na sudjelovanje u planiranju, praćenju i

evaluaciji aktivnosti. Vršnjački edukatori/ce, posebno srednjoškolci/ke, trebaju **kontinuiranu podršku, pomoć i superviziju** od svojih nastavnica/ka.

Vršnjačke grupe podrške mogu biti dobar **izvor podrške** jer će adolescenti/ce koji su iskusili nasilje u vezi najvjerojatnije to prvo reći svojim prijateljima. Kada su uključeni u vršnjačke grupe koje njeguju otvoren razgovor, učenice/i se osjećaju sigurnije i spremniji su podijeliti svoja iskustva zlostavljanja. Vršnjački edukatori/ce možda neće znati jesu li mladi s kojima rade osobno iskusili RUN, ali u slučaju da im se netko povjeri, potrebno je to vrlo ozbiljno shvatiti. Nije odgovornost vršnjačkih voditelja/ica grupa podrške davati savjete žrtvi ili je pokušavati „spasiti” od zlostavljanja. Oni ih mogu **saslušati i ohrabriti** da o tome razgovaraju sa stručnim osobama koje mogu pomoći. Vršnjačke grupe mogu **podržati i potaknuti** učenike/ice na uključivanje u borbu protiv neravnopravnosti i rodno utemeljenog nasilja i diskriminacije te promovirati **rodnu ravnopravnost** među svojim vršnjacima.

Aktivnosti osvještavanja odnose se na rad s učenicima u školi ili izvan škole poput akcija, događaja, kampanja - online i uživo i slično, koje će osmisлити i provesti učenici/e s ciljem **senzibilizacije vršnjaka/kinja**. Korištenje kreativnih metoda i umjetničko izražavanje može biti **djelotvoran alat** promjene osobnih stavova i ponašanja, te pomoći mladima da usvoje zdravije načine odnošenja prema drugima i osnažiti ih da se suprotstave nasilju. Umjetnički radovi koje učenici/e mogu kreirati su: kraće animacije ili filmovi, stripovi, izložbe fotografija, slogani, poster, crteži, pisanje i komponiranje pjesama, pisanje kratkih priča ili članaka na internetu, kampanje na društvenim medijima, igrokazi i drame, informativni letci i brošure, koncerti i intervjui za razne medije. Ovi radovi mogu biti promovirani na različitim događajima ili izloženi u školama, knjižnicama, muzejima, ili drugim javnim mjestima.

Ideje za preventivne aktivnosti u školi mogu biti: razvijanje posebne stranice na **internetskoj stranici** škole sa sadržajima o RUN, organizacija analize i diskusije o sadržajima koji se tiču RUN, priprema različitih **prezentacija** (školski panoi, poster, školske novine, grafovi) ili interaktivnih **sadržaja za učenje** (kvizovi, rješavanje problemskih situacija). Nadalje, može se organizirati gledanje **spotova i filmova** o RUN uz diskusiju, razvijati i distribuirati **edukativne materijale**, pogotovo na internetu, te pripremati scenarije i

postavljati igrokaze/predstave uz razgovore s gledateljima/icama o različitim aspektima situacije, posljedicama i mogućim rješenjima.

Kao preventivne aktivnosti može se organizirati razne **vršnjačke edukacije**, pružiti direktna podrška mladima u prilagodbi **postavki privatnosti** na uređajima kojima se koriste kako bi se zaštitili od online nasilja, te **pozivati predstavnike/ce** relevantnih ustanova i organizacija u školu da govore o različitim aspektima relevantnih tema. Povoljne aktivnosti mogu biti **rasprave** o relevantnim temama u kojima mogu sudjelovati učenici/ce, nastavnici/ce, ali i stručni/e suradnici/e, roditelji, kao i različite aktivnosti na razini škole ili lokalne zajednice povodom **međunarodnih i nacionalnih dana** (na primjer zaštite djece od nasilja, 16 dana aktivizma protiv rodno utemeljenog nasilja) kao i organiziranje **koncerata** školskih bendova u takvim prilikama. Važno je motivirati i ohrabriti mlade da samostalno osmisle i provedu različite aktivnosti te da škola surađuje sa lokalnom zajednicom na prevenciji rodno utemeljenog nasilja.

Važni aspekti rada na prevenciji

Uključivanje mladića u preventivne aktivnosti jedan je od važnih aspekata rada na prevenciji, što može biti veliki izazov jer oni mogu doživljavati RUN kao „žensko pitanje”. Također, oni ne moraju podržavati rad na promociji rodne ravnopravnosti iz različitih razloga - vide neravnotežu moći između žena i muškaraca kao prirodnu i potrebnu, mogu uživati u koristima koje im donosi trenutna pozicija nadmoći, ne znaju da RUN obuhvaća i muški rod, i slično. Projekti provedeni u školama **uspješno su uključili mladiće** u borbu protiv RUN (uključivanjem u snimanje videa ili kratkih filmova). Podučavati mladiće **pozitivnom izražavanju maskuliniteta** može doprinijeti borbi protiv RUN. Pomoću kritičkih diskusija o rodnim normama treba pokazati/podučiti kako mladići mogu temeljiti svoje shvaćanje muškosti na vrijednostima međusobnog poštovanja, brige za druge i odbacivanja nasilja.

Važno je mladićima naglasiti da se mogu obratiti za pomoć ako su žrtve RUN. Treba im pružiti informacije i strategije kako dekonstruirati vlastite **rodne stereotipe i stavove** vezane uz rodno utemeljeno nasilje, oduprijeti se patrijarhalnim normama i vršnjačkom pritisku te **kako reagirati** u situacijama RUN. Mladićima je potrebno pokazati da je moguće

„biti pravo muško” na drugačiji način, koji uključuje nenasilje, ali i raditi na identificiranju i mijenjanju **društvenih i kulturnih struktura** koje ih sprječavaju u tome da budu nenasilni.

Evaluacija programa pokazala je da **rodno-transformativni pristup** koji nastoji transformirati rodne uloge i promovirati više rodno-ravnopravne odnose između muškaraca i žena ima veliki stupanj učinkovitosti. U Hrvatskoj, organizacija STATUS M radi s mladima na ovim pitanjima dok Instituto Promundo (Brazil) radi na međunarodnom nivou.

Još jedan važan aspekt rada na prevenciji je i uključivanje roditelja u rad na prevenciji, a ono može poprimiti različite oblike ovisno o njihovoj motivaciji i interesu. Kako bi potaknuli roditelje na sudjelovanje, nastavnici/e ih mogu informirati o preventivnim aktivnostima i uključiti u kreiranje sigurnog okruženja za učenike/ce. Ovo se može realizirati kroz roditeljske sastanke ili putem **individualnih razgovora** s roditeljima. Također, može se realizirati putem **roditeljskih sastanaka**, gdje će roditelji biti **informirani** o različitim aspektima RUN (na primjer znakovi viktimizacije u školskom okruženju i adolescentskim vezama, online nasilje, uzroci i posljedice, žrtve i počinitelji, postojeća pomoć i podrška mladima). Ako su roditelji posebno zainteresirani (ili su pak stručnjaci/kinje koji se bave ovom temom) može ih se pozvati da **pomognu oko provedbe** preventivnih aktivnosti, daju ideje i predlože nove aktivnosti. Ako su roditelji motivirani, moguće je različite aktivnosti provesti zajedno/u suradnji sa vlastitom djecom.

Vrlo važan aspekt prevencije RUN u školama je **proaktivnost i zainteresiranost**, tj. „pružanje ruke” učenicima/cama i kreiranje atmosfere otvorene komunikacije, povjerenja i sigurnosti. Na taj će način učenice/ici će moći doživjeti školsko osoblje kao dostupno i kao osobe kojima se mogu obratiti za pomoć, one koje ih razumiju, te da mogu pružiti pomoć i podršku u slučajevima nasilja.

Primjeri preventivnih aktivnosti mladih

U jednoj školi nastavnici/ce su održali edukaciju za vršnjačke edukatore. **Vršnjačka edukacija** omogućila je mladima da bolje razumiju teme vezane uz rodnu ravnopravnost, kvalitetne i štetne veze, te RUN u intimnim partnerskim vezama mladih, kao i da razviju

komunikacijske vještine, vještine facilitacije, prezentacije i grupnog rada. Učenici/e su držali **prezentacije i radionice** s vršnjacima u školi, kao i u drugim srednjim školama u blizini. Cilj im je bio educirati vršnjake i ohrabriti ih da započnu diskusiju o rodnoj ravnopravnosti i kvalitetnim vezama i motivirati ih da sudjeluju u aktivnostima **podizanja svijesti** za sve učenike/ce u školi. Organizirali su i **grupu** koja se redovito sastajala i koja je pružala podršku, na razini škole, vršnjacima koji su imali problema u romantičnim vezama. **Uloga nastavnika/ca** je bila da im daju povratne informacije, pruže podršku i priznanje za njihov rad, te pomognu u organizaciji sastanaka. U drugoj školi učenici/ce koji su prošli/e edukaciju za **vršnjačke edukatore** su, osim edukativnih aktivnosti, aktivno sudjelovali u kampanji na društvenim mrežama protiv nasilja u vezama mladih. Osmislili su i **snimili film** o RUN i organizirali aktivnosti na glavnom gradskom trgu i ispred škole. Namjera je bila potaknuti vršnjake na preispitivanje ustaljenih stereotipa, predrasuda i diskriminacije, te istovremeno promovirati ravnopravnost i ljudska prava.

Prevenција online RUN

Prevenција online RUN može biti u obliku savjeta za mlade o sigurnosti na internetu i mogućnostima prijave online nasilja. Neki od savjeta za mlade su da ne govore ili učine bilo što online, što inače ne bi rekli ili učinili uživo, te da svoje lozinke (za društvene medije, e-mail) zadrže za sebe; može im se poslati poruka da dijeljenje lozinki nije nešto što se radi u vezi, nije dokaz ljubavi ili odanosti već znak kontrole u vezi. Također, mladima se može naglasiti da ne čine ništa što ne žele, bilo dok su u vezi ili nakon prekida veze; neka ne daju da ih bilo tko uvjeri da moraju slati svoje intimne fotografije ili videe osobi koja im se sviđa.

Mladi mogu prijaviti online zlostavljanje/nasilje raznim resursima, na primjer **kompaniji u čijem je vlasništvu društveni medij**. Većina online društvenih platformi ima vlastite alate za prijavu, koji omogućavaju korisnicima da obavijeste kompaniju o digitalnom nasilju ili pak da se jave **policiji**. Kada se radi o prijavi institucijama ili poduzimanju pravne akcije potrebna je dokumentacija o uznemiravanju/nasilju preko društvenih medija, maila ili poruka. Važan resurs je i **RED BUTTON**, aplikacija policije za prijavu online zlostavljanja djece ili (ilegalnog) internetskog sadržaja vezanog uz zlostavljanje djece dostupna svima na stranicama MUP-a.

Centar za seksualna prava **Ženska soba** provodi edukacijske i preventivne programe suzbijanja RUN među djecom i mladima. Vrijedi istaknuti SNEP program (Seksualno nasilje - edukacijski i preventivni program) o kojem više možete pročitati na internetskoj stranici Ženske sobe. **Društvo za psihološku pomoć** također provodi program prevencije nasilja u mladenačkim vezama koji se sastoji od četiri radionice namijenjene učenicima/ama. Razvijen je i kurikulum izbornog kolegija o nasilju u bliskim vezama.

Organizacija **STATUS M** prvenstveno radi s mladićima na osvještavanju i dekonstrukciji rodni normi i stereotipa povezanih s maskulinitetima, s ciljem postizanja rodne ravnopravnosti. Osim edukacija, provode i kampanju Budi muško. Mladići postaju članovi *Budi muško klubova*, vršnjačke grupe kroz koju sudjeluju u radionicama ali i kreiraju intervencije u zajednicama s ciljem promocije rodne ravnopravnosti. Centar za građanske inicijative Poreč provodi radionice prevencije nasilja u vezama mladih, a video spot „*Oči širom otvorene*“ tematizira nasilje u vezama, a dostupan je na YouTubeu.

Na internetskim stranicama mogu se naći i **međunarodni primjeri** organizacija koje djeluju sa svrhom prevencije zlostavljanja. Jedan takav primjer je i **KiVa**, program protiv zlostavljanja kojemu je cilj razvijati društvene i emocionalne vještine, utjecati na grupne norme i ponašanje pasivnih promatrača. Inicijativa **Hollaback!** usmjerena je na promatrače nasilja, kako bi ih naučili kako djelovati kada svjedoče nasilju. **Take Back the Tech!** globalna je kampanja za korištenje tehnologije protiv RUN, a najveća kampanja koju provode je 16 dana aktivizma protiv rodno utemeljenog nasilja (25. studenoga – 10. prosinca). **Love&Respect online platforma** primjer je međunarodnog resursa, a podijeljena je u dva dijela – za mlade i za stručnjake/inje. Stručnjaci mogu pronaći informacije o nacionalnoj i EU legislativi, tekstove o nasilju u partnerskim vezama mladih, savjete i informacije kako se baviti ovom temom u okviru obrazovnog sustava. Mladi mogu rješavati razne kvizove vezane uz temu.

Postoje i mnogi **nacionalni korisni resursi** koji se bave temama online i rodno utemeljenog zlostavljanja. Na **web stranicama CESI** (uključujući www.sezamweb.net), **Ženske sobe** i **LORI** mogu se pronaći korisni priručnici i publikacije za rad s mladima na

prevenciji nasilja. Neke od njih obuhvaćaju i časopis za mlade **True 2 You** te **Priručnik** za nastavnike/ce i stručne suradnike/ce o vršnjačkom nasilju i zlostavljanju nad LGBT učenicima/ama, LORI. Svi navedeni i mnogi drugi resursi dostupni su na internetskim stranicama.

Za prevenciju RUN važno je da budete proaktivni i zainteresirani i „pružite ruku”, učenicima/ama i kreirate okolinu koja uključuje otvorenu komunikaciju, povjerenje i sigurnost, kao i da koristite interaktivan pristup, različite alate, kreativne tehnike i metode u radu na prevenciji.

Također, bitno je da aktivno uključite mlade u rad na prevenciji kao vršnjačke edukatore/ice i ohrabrite ih da osmisle i provedu različite aktivnosti podizanja svijesti o problemu. Naposljetku, poželjno je da tražite saveznike i surađujete s drugima u radu na prevenciji, tj. kolegama/icama u školi, roditeljima, lokalnom zajednicom, organizacijama civilnog društva i institucijama.

Za promišljanje

Razmislite koga možete uključiti i tko može pomoći u radu na prevenciji (netko iz institucija, organizacija civilnog društva, šire zajednice...).

Lekcija 7

Nacionalni zakonski okvir i protokoli

Ova lekcija obrađuje teme postupanja u slučaju nasilja, Zakon o ravnopravnosti spolova, Protokol o postupanju u slučaju nasilja među djecom i mladima te Protokol o postupanju u slučaju seksualnog nasilja.

Interveniranje u slučajeve RUN u školi (i izvan škole, online i u obitelji) predstavlja prioritet. Ono može biti izazovno, ali to nije razlog da se nasilje **ignorira**. Školske/i djelatnice/i imaju odgovornost raditi u svrhu **dobrobiti učenika**. Interveniranje u slučajeve nasilja može poslati pozitivnu poruku i **drugim učenicima** škole te promovirati sigurnu školsku klimu i kulturu. Prije postupanja u slučaju RUN, važno je poznavati protokole i zakone o postupanju. Isto tako, važno je sve što se namjerava poduzeti **najaviti** učenicima/iku i imati na umu očuvanje odnosa **povjerenja**. Važno je da učenica/ik zna da je sve što se čini u svrhu njezine/gove sigurnosti. Postupanje u širem smislu uključuje preventivne aktivnosti poput edukacija, rasprave, i radionica, pružanje podrške ili tretmana sudionicima RUN te suradnju s roditeljima i stručnim službama. Uključuje i razmatranje plana postupanja i postupanje te nadgledanje i evaluaciju provedbe plana.

Zakon o zaštiti od nasilja u obitelji (NN 70/17 i 126/19)

Ovim Zakonom propisuju se prava žrtava nasilja u obitelji, krug osoba na koje se Zakon odnosi, određuju se oblici nasilja u obitelji, prekršajne sankcije za zaštitu od nasilja u obitelji, prikupljanje podataka o primjeni Zakona, osnivanje Povjerenstva za praćenje i unaprjeđenje rada tijela kaznenog i prekršajnog postupka te izvršavanja sankcija vezanih za zaštitu od nasilja u obitelji te prekršajne odredbe. Međutim, određene kategorije, poput intimnih partnera koji nisu u formalnoj vezi ili ne žive zajedno ili koji nemaju zajedničku djecu, nisu obuhvaćene odredbama o zaštiti od nasilja u obitelji, već samo općim odredbama koje sankcioniraju nasilničko ponašanje.

Zakon o ravnopravnosti spolova (NN 82/08, 69/17)

Zakon propisuje da sadržaji vezani za pitanja ravnopravnosti spolova predstavljaju važan dio predškolskog, osnovnoškolskog i srednjoškolskog odgoja i obrazovanja, te visokoškolskog obrazovanja, kao i cjeloživotnog obrazovanja i usavršavanja. To uključuje pripremu za aktivno i ravnopravno sudjelovanje na svim područjima života. Spolno uznemiravanje predstavlja diskriminaciju i definira se kao svako **neželjeno verbalno, neverbalno ili fizičko** ponašanje spolne naravi, koje ima za cilj ili predstavlja povredu osobnog dostojanstva, a posebice ako stvara neugodno, neprijateljsko, ponižavajuće ili uvredljivo okruženje. Poslove neovisnog tijela nadležnog za suzbijanje diskriminacije u području ravnopravnosti spolova obavlja **pravobranitelj/ica za ravnopravnost** spolova.

Povezani zakoni koji dodatno reguliraju ovo područje su Kazneni zakon, Zakon o kaznenom postupku, Obiteljski zakon, Zakon o životnom partnerstvu osoba istog spola, Zakon o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi te Zakon o socijalnoj skrbi.

Nacionalna strategija zaštite od nasilja u obitelji (2017. - 2022.)

Strategija se između ostalog bavi pitanjem prevencije nasilja u obitelji, a ciljevi su: razvijati programe prevencije nasilja u obitelji i osigurati njihovo dosljedno provođenje; provoditi sustavno praćenje raširenosti nasilja u obitelji, detektiranjem individualnih slučajeva radi pravovremenog djelovanja i sprječavanja pojave novih oblika nasilja u obitelji; osigurati financijsku potporu organizacijama civilnog društva koje rade na prevenciji i suzbijanju različitih oblika nasilja u obitelji.

Akcijski plan za prevenciju nasilja u školama (2020. - 2024.)

U ovom akcijskom planu istaknuto je šest ciljeva, uključujući djelomičnu promjenu zakonodavnog okvira, **sustavno prikupljanje podataka** i poboljšanje kvalitete programa prevencije nasilja koji se provode u školama. Navodi se da bi preventivni programi trebali uključivati **prevenciju** rodno utemeljenog nasilja, homofobnog i transfobnog nasilja, te da je

neophodno osigurati da škole provode programe usmjerene na prevenciju nasilja u mladenačkim vezama. Osim toga, preporuka je osigurati **edukaciju nastavnika/ca** o rodno utemeljenom nasilju te homofobnom i transfobnom nasilju.

Protokol o postupanju u slučaju nasilja među djecom i mladima (2004.)

Protokolom je **definirano postupanje** te je u slučaju prijave ili dojave o nasilju među djecom imenovana stručna osoba za koordiniranje aktivnosti vezanih uz problematiku nasilja u odgojno-obrazovnoj ustanovi dužna odmah poduzeti sve mjere da se zaustavi i prekine aktualno nasilno postupanje. Ukoliko je dijete povrijeđeno u mjeri koja zahtijeva liječničku intervenciju ili pregled odmah pozvati službu hitne liječničke pomoći ili na najbrži mogući način prepratiti ili osigurati prepratu djeteta liječniku te pričekati liječničku preporuku o daljnjem postupanju i dolazak djetetovih roditelja ili zakonskih zastupnika. Odmah po prijavljenom nasilju potrebno je o tome obavijestiti roditelje djeteta ili zakonske zastupnike, te ih upoznati sa svim činjenicama i okolnostima i izvijestiti ih o aktivnostima koje će se poduzeti.

Po prijavi, odnosno dojavi nasilja, osoba za koordiniranje dužna je odmah obaviti razgovor s djetetom koje je žrtva nasilja i to uvijek u nazočnosti nekog od stručnih djelatnika odgojno-obrazovne ustanove, tako da se postupa posebno **brižljivo, poštujući djetetovo dostojanstvo** i pružajući mu potporu, te roditeljima ili zakonskim zastupnicima djeteta koje je žrtva vršnjačkog nasilja dati obavijesti o mogućim oblicima savjetodavne i stručne pomoći. Nadalje, osoba je dužna obaviti **razgovor s drugom djecom ili odraslim osobama koje imaju spoznaju o počinjenom nasilju** te utvrditi sve okolnosti vezane uz oblik, intenzitet, težinu i vremensko trajanje nasilja, a ukoliko se radi o osobito teškom obliku, intenzitetu ili dužem vremenskom trajanju nasilja, koje može izazvati traumu i kod druge djece, koja su svjedočila nasilju, savjetovati se s nadležnom stručnom osobom ili službom radi pomoći djeci, svjedocima nasilja.

Nakon navedenog, stručna osoba za koordiniranje što žurnije obavlja razgovor s djetetom koje je počinilo nasilje uz nazočnost stručne osobe, ukazuje djetetu na neprihvatljivost i štetnost takvog ponašanja, te ga savjetuje i potiče na promjenu takvog

ponašanja. Potrebno je pozvati roditelje ili zakonske zastupnike djeteta koje je počinilo nasilje, upoznati ih s događajem, savjetovati ih s ciljem promjene takvog ponašanja djeteta te ih pozvati na uključivanje u savjetovanje ili stručnu pomoć i izvijestiti ih o obvezi odgojno-obrazovne ustanove da slučaj prijavi. Naposljetku, osoba za koordiniranje dužna je o poduzetim aktivnostima, razgovorima, izjavama te svojim opažanjima sačiniti službene bilješke, kao i voditi odgovarajuće evidencije zaštićenih podataka koje će se dostaviti na zahtjev drugim nadležnim tijelima.

Protokol o postupanju u slučaju seksualnog nasilja (2008.)

Protokol naglašava da seksualno nasilje, uz obiteljsko, ulazi u dominantne oblike rodno utemeljenog nasilja. Protokolom su odgojno-obrazovni djelatnici/ce obvezni **skrbiti** o ostvarivanju prava djeteta u slučajevima svih oblika nasilja, **senzibilizirati** se na pojavu seksualnog nasilja koje doživljavaju maloljetne osobe te **poduzeti** odgovarajuće mjere radi otkrivanja i prijavljivanja djela seksualnog nasilja relevantnim institucijama koje pružaju pomoć žrtvama seksualnog nasilja.

Odmah po primanju informacije iz koje proizlazi sumnja da je učenik/ca doživio **seksualno uznemiravanje ili seksualno nasilje**, dužnost je djelatnika odgojno-obrazovne ustanove obavijestiti ravnatelja/icu, koji je dužan/na prijaviti sumnju o postojanju kaznenog djela najprije policiji i nadležnom centru za socijalnu skrb, te provesti razgovor s učenikom/com radi zaštite njegovih/njezinih prava. Ravnatelj/ica odgojno-obrazovne ustanove je odgovorna osoba za postupke po Protokolu. Poželjno je da razgovor s učenikom/icom vodi stručni suradnik/ca u sigurnom okruženju, ili razgovor može voditi i drugi djelatnik/ca odgojno-obrazovne ustanove u kojeg/u dijete ima povjerenja.

O samom događaju ravnatelj/ica odgojno-obrazovne ustanove dužan/a je žurno obavijestiti: roditelje/skrbnike djeteta, nadležni centar za socijalnu skrb, te policiju ili Državno odvjetništvo RH, a ako postoje vidljive ozljede ili uznemirenost, poduzeti mjere radi pružanja hitne liječničke pomoći. Osim toga, dužna je obavijestiti Ministarstvo znanosti i obrazovanja putem **web-obrasca** najkasnije u roku do 7 dana, obavijestiti pravobraniteljicu za djecu, nadležnu/og školsku/og liječnicu/ka i slično. Obveza osobe koja vodi razgovor je

upoznati učenika/cu s daljnjim postupanjem na njemu/njoj razumljiv način, te upoznati žrtvu i njezine roditelje o mogućnostima izvaninstitucionalne ili institucionalne **pomoći i potpore**. Osoba je dužna voditi zapisnik. Odgojno-obrazovna ustanova dužna je, na traženje suda, Državnog odvjetništva RH ili policije dostaviti svu dokumentaciju koja je značajna za odlučivanje o pokretanju kaznenog progona, odnosno kazneni progon.

Ako je počinitelj/ica seksualnog nasilja djelatnik/ca odgojno-obrazovne ustanove, osoba koja ima o tome informaciju dužna je obavijestiti policiju i/ili Državno odvjetništvo. Ukoliko je počinitelj/ica seksualnog nasilja djelatnik/ica odgojno-obrazovne ustanove ili se seksualno nasilje dogodilo u prostoru škole, odgojno-obrazovna ustanova dužna je žurno izvijestiti Ministarstvo znanosti i obrazovanja bez obzira tko je počinitelj. U slučaju osobito teškog oblika ili intenziteta nasilnog postupanja koje je izazvalo ili može izazvati traumu kod djeteta žrtve ili drugih učenika/ca, odgojno-obrazovna ustanova će izvijestiti ministarstvo nadležno za odgoj i obrazovanje, a po potrebi i druga ministarstva i institucije te zatražiti odgovarajuću stručnu psihološku ili socijalno/pedagoško/psihološku pomoć za učenike/ce (na primjer Tim za psihološke krizne intervencije).

Međuresorska suradnja

Provedba protokola propisuje suradnju nadležnih tijela i drugih dionika koji sudjeluju u otkrivanju i suzbijanju seksualnog nasilja te pružanju pomoći, potpore i zaštite osobi izloženoj bilo kojem obliku seksualnog nasilja. Zato je potrebno uspostaviti suradnju s jedinicama lokalne i područne (regionalne) samouprave i organizacijama civilnog društva zbog razmjene iskustava i stvaranja dobre prakse. Svi uključeni dužni su sudjelovati u redovnoj edukaciji. Optimalno bi bilo da su dionici izgradili trajnu suradnju koja je ukorijenjena u njihovoj organizacijskoj kulturi, a prakse i odnosi među dionicima dogovoreni su zajedno, svi imaju zajedničke ciljeve, postoji osjećaj međusobnog povjerenja i konsenzus o načinu rada.

Smjernice za postupanje u slučaju online RUN

Kada se **RUN odvija online** poželjno je spremati dokaze (slike, objave, komentare), prijaviti nasilje pružatelju usluga (mreži, web-stranici), a u razgovoru s počiniteljem/icom tražiti da ukloni objavljene sadržaje. Također, važno je uvijek prvo tražiti dopuštenje učenice/ika da vidite sadržaj ako je riječ o sadržaju na privatnom uređaju (poruke na mobitelu) te kada se o nasilju razgovara s drugima, zadržati objektivnost i poštovanje prema učenici/iku (na primjer ne dijeliti suvišne detalje). Dobro je pratiti i zapisivati korake i akcije koje su poduzete te dokumentirati svoje argumente za takvo postupanje, kao i izmijeniti prvotni plan postupanja ako se situacija promijenila.

Tijekom **praćenja slučaja RUN** poželjno je pratiti stanje učenice/ika nakon što je slučaj nasilja riješen i biti spreman pružiti podršku ako to ponovno bude potrebno. Dobro je i unaprijed dogovoriti termin dodatnog razgovora (na primjer razgovor za 2-3 mjeseca) te ako se utvrdi da se nasilje nastavilo, važno je reagirati.

Ulaganje u vlastito znanje i vještine za suočavanje **olakšava suočavanje s RUN** - tako se umanjuje strah od suočavanja s nasiljem. Dobro je informirati se o **primjerima dobre prakse** te osvježavati znanje o relevantnim zakonima i postupcima, pa je stoga važno ulagati u **kontinuirani profesionalni razvoj**.

Za promišljanje

Kako biste Vi postupili da Vam se obrati žrtva RUN?

Prilog - Zbirka komunikacijskih tehnika

Aktivno slušanje

Aktivno slušanje je važna vještina koja se odnosi na slušanje i posvećenost učenicima. Ono pomaže stručnjaku da bolje shvati učenike te da izgradi osjećaj njihovog povjerenja u stručnjaka. Stručnjak ne nastoji skrenuti temu ili iznijeti svoj komentar nego se usmjerava na temu o kojoj učenici govore i to čini uz pomoć parafraziranja i reflektiranja emocija.

Parafraziranje se odnosi na kratko sažimanje onoga što su učenici rekli i ponavljanje istog sadržaja drugim riječima, a **reflektiranje emocija** na prepoznavanje emocionalnih stanja učenika i izricanje prepoznatog na glas.

1. Preformuliraj ove izjave tako da uključuju parafraziranje.

1) Stalno nabraja sve moje pogreške i prigovara mi za svaku sitnicu.

2) Mislim da on uopće ne zna kako se ja osjećam.

3) Postoji jedna moja slika na Internetu i svi u školi su ju vidjeli.

2. Preformuliraj ove izjave tako da uključuju reflektiranje emocija.

1) Nisam mogla vjerovati da se to meni događa.

2) Upravo tako. Ja sam uvijek najgora u svemu, a on je savršen.

3) Što ako mi se to dogodi, što ako me onda ostavi?

3. Nadopuni ovu rečenicu.

1) Aktivno slušanje ohrabruje učenika da _____ o temi o kojoj _____ želi govoriti.

Testiranje povjerenja

Uobičajeno je da se na početku učenici žele uvjeriti da mogu vjerovati stručnjaku. Da bi to provjerili ponekad testiraju povjerenje. To mogu činiti omalovažavanjem sebe, traženjem usluga, neobičnim priznanjima, pokušajima da šokiraju nastavnika i slično. Pitanje koje zapravo postavljaju u tim trenucima je “*Mogu li Vam vjerovati?*”. Stoga je važno u takvim situacijama reagirati iskrenim odgovorima, na autentičan način.

4. Spoji primjere testiranja povjerenja s pripadajućim podržavajućim odgovorima.

1) Mislim da sam ja zlostavljač.

2) Ja sam uvijek tih i dosadan u razgovorima.

?) Izgledaš mi nezadovoljno svojim stilom komuniciranja.

?) Čini mi se da si zabrinut u vezi svog ponašanja.

5. Navedi prikladan odgovor na ove testove povjerenja.

1) Možete li razgovarati s mojim dečkom umjesto mene?

2) Moji problemi s njom su glupi, tako tipični.

3) Ja uvijek sve zabrljam kad razgovaram s njim i ispadnem glupa.

Otvorena i zatvorena pitanja

Otvorena pitanja mogu potaknuti učenike da detaljnije opišu svoje stanje ili problem i to su pitanja koja često počinju riječima **kako ili što** (Kako ti to vidiš? Što misliš o tome?). U razgovoru se povremeno mogu koristiti i zatvorena pitanja, a prepoznat ćemo ih po tome što je na njih odgovor najčešće **da ili ne** (Slažeš li se s tim?). Zatvorena pitanja mogu služiti za razjašnjavanje situacije i provjeru razumijevanja učenikovih riječi. S druge strane, pitanje “Zašto?” **nije korisno** jer zahtijeva od učenika da opravdaju vlastite emocije, ponašanja i odluke što im može biti zbunjujuće, teško ili posramljujuće.

6. Saznaj više o temi o kojoj učenica govori koristeći otvorena pitanja kao odgovor na ove izjave.

1) Najgore mi je što se ponaša tako prema meni.

2) Sve mi je teže.

3) Njemu je to normalno.

7. Saznaj više o temi o kojoj učenica govori koristeći zatvorena pitanja kao odgovor na ove izjave.

1) Znate...malo je grublji sa mnom.

2) Govori mi ružne riječi.

3) Nastavnici sam dala naslutiti da tu ima nasilja.

Asertivna komunikacija

Asertivna komunikacija je način komuniciranja kojim se osoba zauzima za vlastita prava i potrebe i istovremeno obraća pažnju da ne povrijedi tuđa prava. Takvo komuniciranje često uključuje i ja-poruke. Ja-poruka sadrži specifičan opis ponašanja druge osobe, osjećaje koje je ono izazvalo i prijedlog budućeg željenog ponašanja te osobe uz osjećaje koje bi ono izazvalo.

8. Preformuliraj ove izjave u ja-poruke.

1) Uvijek me kritiziraš pred drugima.

2) Nikad me ne slušaš.

3) Izvrijeđao si moj stil oblačenja.

4) Ponašaš se kao uhoda kad mi gledaš lozinku.

5) Vikao si na mene.

Završavanje razgovora

Prije pozdravljanja s učenicima, korisno je kroz razgovor napraviti postepeni prijelaz prema kraju susreta. Za to se može koristiti tehnika sažimanja, odnosno kratkog prepričavanja onoga o čemu je bilo riječ u razgovoru. Korisna je i tehnika ugradnje nade, to jest isticanja da situacija može biti bolja i da je promjena moguća, te tehnika normaliziranja poput navođenja da se teškoće događaju i drugim učenicima. Ove tehnike mogu se koristiti i u drugim trenucima tijekom razgovora.

9. Kreiraj normalizirajuće odgovore na ove situacije.

1) Dominik je objasnio da mu djevojka brani da navečer ostaje kasno vani s prijateljima.

2) Mirna se upravo rasplakala.

10. Kreiraj odgovor koji razvija osjećaj nade kod učenika.

1) Marko je opisao svoje teškoće s prijateljima koji ga zadirkuju zbog niskog rasta.

2) Matija je objasnio da osjeća ljubomoru u vezi s Tinom.

11. Primijeni tehniku sažimanja u ovome iskazu.

1) On mi brani da viđam prijateljice. Prvo me tražio da se prestanem družiti s Leom jer je ona navodno ima loš utjecaj na mene. Nagovorio me da zbilja prestanem i mislila sam da će mu to biti dovoljno, ali je onda počeo govoriti i protiv Ines. Sada se jedino družim sa sestrom. Počeo me i kritizirati i govori mi da sam nesposobna. Meni je to postalo nepodnošljivo.

Rješenja i mogući odgovori

- 1.1 - Vidim da te kritizira za najmanje stvari.
- 1.2 - Čini mi se da misliš da te on ne razumije.
- 1.3 - Čujem da postoji slika tebe za koju svi znaju.
- 2.1 - Zvuči kao da te šokiralo vidjeti da se tebi to događa.
- 2.2 - Vidim da te frustrira što se tako ponaša.
- 2.3 - Čujem da te strah da bi te mogao ostaviti.
- 3.1 - Aktivno slušanje ohrabruje učenika da _govori_ o temi o kojoj _on_ želi govoriti.
- 4.1 - 1) Čini mi se da zabrinut u vezi svog ponašanja.
- 4.2 - 2) Izgledaš mi nezadovoljno svojim stilom komuniciranja
- 5.1 - Voljela bih da sama razgovaraš s njim, a ja ti mogu pomoći smisliti kako.
- 5.2 - Zvuči mi kao da nisi zadovoljan vezom s njom. Možeš li mi reći više o tome.
- 5.3 - Čujem da si nezadovoljna kvalitetom razgovora s njim I spremna sam razgovarati s tobom o tome.
- 6.1 - O čemu je riječ?
- 6.2 - Kako to misliš?
- 6.3 - Što ti misliš o tome?
- 7.1 - Je li ikad bio fizički nasilan?
- 7.2 - Omalovažava li te?
- 7.3 - Rekla si joj da je dečko nasilan prema tebi?
- 8.1 - Kada si mi davao kritike u društvu mojih prijateljica, osjećala sam se šokirano i posramljeno. Željela bih da mi kritike daješ u privatnosti. Tada bih se osjećala opuštenije i podržano.
- 8.2 - Kada me nisi slušao i prekidao si me jutros, osjećala sam se nepoštovano i neshvaćeno. Željela bih da me slušaš dok ne prestanem govoriti. Tada bih se osjećala uvaženo i poštovano.
- 8.3 - Kada si rekao da ti je mučno koliko je moja haljina ružna, osjećala sam se razočarano i iznevjereno. Voljela bih da mi drugi puta kažeš svoje mišljenje na ljubazan način, tada bih se osjećala poštovano.
- 8.4 - Kada si mi gledao u mobitel dok sam utipkavala lozinku, osjećala sam se ugroženo i zaprepášteno. Želim da se u budućnosti odmakneš dok utipkavam lozinku. Tako bih se osjećala sigurnije i opuštenije.
- 8.5 - Kada si govorio glasno jučer, osjećala sam se uznemireno. Htjela bih da u budućnosti govoriš mirnijim tonom i tako bih se osjećala mirnije.
- 9.1 - Razgovarala sam i s drugim dečkima koji su se suočavali sa sličnim teškoćama.
- 9.2 - Plakanje je sasvim uobičajena pojava.
- 10.1 - Vjerujem da možemo uspješno izići na kraj s ovom situacijom.
- 10.2 - Vjerujem da situacija može biti bolja i da ćete uspjeti razgovarati o tome.
- 11.1 - Koliko sam čula, dečko ti brani da se družiš s prijateljicama i ti si već iz tog razloga prekinula jedno prijateljstvo. Počeo te kritizirati i takvo ponašanje ti nije prihvatljivo.