

Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων
ενάντια στη Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων

Gender **E**quality **A**wareness **R**aising

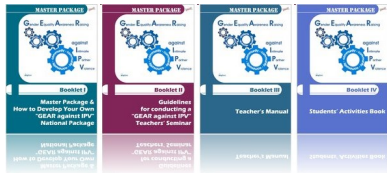


Με τη συγχρηματοδότηση του Προγράμματος
DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Τεύχος IV

Βιβλίο Δραστηριοτήτων για Μαθητές και Μαθήτριες

Αναθεωρημένη Έκδοση, 2015



Gender Equality Awareness Raising





Τεύχος IV

Βιβλίο Δραστηριοτήτων
για Μαθητές και Μαθήτριες

Προτεινόμενη Αναφορά

Τσιριγώτη, Α., Πετρουλάκη, Κ., & Ντιναπόγιας, Α. (2015). *Ελληνική Έκδοση GEAR against IPV. Τεύχος IV: Βιβλίο Δραστηριοτήτων για Μαθητές και Μαθήτριες* (Αναθ. Έκδ.). Αθήνα: Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας.

Copyright © 2011,2015. Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας. All rights reserved
Παραχώρηση άδειας χρήσης στην Ευρωπαϊκή Ένωση υπό προϋποθέσεις

1^η Έκδοση: 2011 (ISBN: 978-960-9569-00-2)

Αναθεωρημένη Έκδοση: 2015 (ISBN: 978-960-9569-12-5)

Το Τεύχος αυτό μπορεί να χρησιμοποιηθεί χωρίς οικονομική επιβάρυνση και μόνο για μη-κερδοσκοπικούς σκοπούς, εφόσον έχει ενημερωθεί εκ των προτέρων το Ε.Δ.κ.Β.

Σε περίπτωση που γίνεται γραπτή ή προφορική αναφορά η οποία προκύπτει από το υλικό αυτό ή από τη χρήση του, θα πρέπει να συνοδεύεται από την ανάλογη βιβλιογραφική παραπομπή.



Στοιχεία Επικοινωνίας

Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας

Ζαχαρίτσα 12 , 11742, Αθήνα

E-mail: info@antiviolence-net.eu

Ιστοσελίδα Προγράμματος GEAR against IPV: www.1st.gear-ipv.eu

Ιστοσελίδα Προγράμματος GEAR against IPV II: www.gear-ipv.eu

Ιστοσελίδα Ε.Δ.κ.Β.: www.antiviolence-net.eu

Σχεδιασμός: Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας

Η 1^η Πρότυπη Έκδοση “GEAR against IPV” (2011) δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του Προγράμματος “Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων ενάντια στη Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων” [“Gender Equality Awareness Raising against Intimate Partner Violence” (GEAR against IPV) (JLS/2008/DAP3/AG/1258)] που υλοποιήθηκε από το 2009 έως το 2011 στο πλαίσιο του Προγράμματος DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Η παρούσα, Αναθεωρημένη Έκδοση, δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του Προγράμματος “Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων ενάντια στη Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων II” [“Gender Equality Awareness Raising against Intimate Partner Violence - II” (GEAR against IPV II) (JUST/2013/DAP/AG/5408)] που υλοποιήθηκε από το 2014 έως το 2016, επίσης στο πλαίσιο του Προγράμματος DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Το Πρόγραμμα “GEAR against IPV”

Συντονιστικός Φορέας του Προγράμματος
Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας (Ε.Δ.κ.Β.) - Ελλάδα

Κική Πετρουλάκη, Υπεύθυνη Προγράμματος
Αντωνία Τσιριγώτη, Συντονίστρια Προγράμματος
Αθανάσιος Ντιναπόγιας, Ερευνητής
Susan Morucci, Συνεργάτιδα
Βάσω Παπασωτηρίου, Διαχειρίστρια

Φορείς - Εταίροι

SPI Forschung gGmbH - Γερμανία

Elfriede Steffan, Συντονίστρια σε Εθνικό επίπεδο
Christiane Firnges, Επιστημονική Συνεργάτιδα

**Austrian Women’s Shelter Network, AÖF/
Information Centre Against Violence - Αυστρία**

Maria Rösslthumer, Συντονίστρια σε Εθνικό επίπεδο
Christina Perka και Irene Muller, Συνεργάτιδες

**Πανελληνίος Σύλλογος Εκπαιδευτικών Αγωγής
Υγείας - Ελλάδα**

Πασχαλίνα Κόζυβα, Συντονίστρια σε τοπικό επίπεδο
Αθηνά Τζιούμα, Διαχειρίστρια

Συνεργαζόμενος Φορέας

**Center for Education, Counseling and Research
- Κροατία**

Sanja Cesar, Συντονίστρια σε Εθνικό επίπεδο
Natasa Bijelic και Vedrana Kobas, Συνεργάτιδες

Εξωτερική Αξιολόγηση Προγράμματος:

Prof. Carol Hagemann-White

Το Πρόγραμμα “GEAR against IPV -II”

Συντονιστικός Φορέας του Προγράμματος
Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας (Ε.Δ.κ.Β.) - Ελλάδα

Κική Πετρουλάκη, Υπεύθυνη Προγράμματος
Αντωνία Τσιριγώτη, Συντονίστρια Προγράμματος
Αθανάσιος Ντιναπόγιας, Ερευνητής
Δήμητρα Πετανίδου, Ερευνήτρια/Συνεργάτιδα

Φορείς - Εταίροι

**Μεσογειακό Ινστιτούτο Μελετών Κοινωνικού
Φύλου (MIGS) - Κύπρος**

Σουζάνα Ελίζα Παύλου, Συντονίστρια σε Εθνικό επίπεδο
Χριστίνα Καϊλή, Ερευνήτρια/Συνεργάτιδα

**Center for Education, Counselling and Research
(CESI) - Κροατία**

Sanja Cesar, Συντονίστρια σε Εθνικό επίπεδο
Natasa Bijelic, Συνεργάτιδα

**Association for Gender Equality and Liberty
(ALEG) - Ρουμανία**

Camelia Proca, Συντονίστρια σε Εθνικό επίπεδο
Liviu Gajda, Ερευνητής
Eniko Gall, Εκπαιδευτρια /Εμπειρογνώμων
Camelia Oana, Συνεργάτιδα

**Plataforma unitària contra les violències de
gènere - Ισπανία**

Neus Pociello Cayuela, Συντονίστρια σε Εθνικό επίπεδο
Parejo de las Heras Elena & Maritza Buitrago Rave,
Ερευνήτριες/Συνεργάτιδες
Susana Rodríguez Pereira, Ερευνήτρια
Giulia Paleri, Ερευνήτρια
Núria Pociello Cayuela, Ερευνήτρια

Το Χαμόγελο του Παιδιού - Ελλάδα

Στέφανος Αλεβίζος, Συντονιστής σε τοπικό επίπεδο
Δημήτρης Φιλιππίδης, Συνεργάτης

Εξωτερική Αξιολόγηση Προγράμματος

Prof. Carol Hagemann-White

Η παρούσα έκδοση συγχρηματοδοτήθηκε από το Πρόγραμμα DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Τα περιεχόμενα αυτής της έκδοσης αποτελούν αποκλειστική ευθύνη των συγγραφέων και σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να εκληφθεί ότι απηχούν απόψεις της Ευρωπαϊκής Επιτροπής



Με τη συγχρηματοδότηση του Προγράμματος
DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Πίνακας Περιεχομένων

ΒΙΒΛΙΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ

Ευχαριστίες	III
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	1
Η Ελληνική Έκδοση του Υλικού "GEAR against IPV"	4
Το Τεύχος IV και πώς να το χρησιμοποιήσετε	5
ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	7
Ενότητα 2	
Μέρος 1	
Δραστηριότητα 2.1.1: Πώς Είναι να Είσαι Κορίτσι... Πώς Είναι να Είσαι Αγόρι... [Φύλλο Εργασίας 1A (Για Αγόρια)] [Φύλλο Εργασίας 1B (Για Κορίτσια)]	8
Δραστηριότητα 2.1.2: Κοινωνικοί Ρόλοι των Φύλων [Φύλλο Εργασίας 2]	13
Δραστηριότητα 2.1.3: Τι μου Αρέσει - Τι Δεν μου Αρέσει [Φύλλο Εργασίας 3A (Για Αγόρια)] [Φύλλο Εργασίας 3B (Για Κορίτσια)]	16
Δραστηριότητα 2.1.6: Βιολογικό και Κοινωνικό Φύλο [Φύλλο Εργασίας 4]	19
Δραστηριότητα 2.1.7: Συμφωνώ-Διαφωνώ [Πίνακας Αποτελεσμάτων (για τον/την Εκπαιδευτικό)]	21
Δραστηριότητα 2.1.8: Επαγγέλματα, Ρόλοι & Δραστηριότητες Ανδρών και Γυναικών [Φύλλο Εργασίας 5 (για μαθητές/-ριες)] [Φύλλο Εργασίας 5 (για τον/την εκπαιδευτικό)]	22
Δραστηριότητα 2.1.9: Στο τέλος λέει... [Φύλλο Εργασίας 6]	32
Δραστηριότητα 2.1.16: Παροιμίες και Αποφθέγματα [Φύλλο Εργασίας 7]	34
Δραστηριότητα 2.1.20: Απόδοση Κοινωνικού Ρόλου [Εικόνα]	50
Μέρος 2	
Δραστηριότητα 2.2.1: Τα Πλεονεκτήματα του να Είσαι Άνδρας [Φύλλο Εργασίας 8]	52
Δραστηριότητα 2.2.4: Το Συνεχές των Επώδυνων Συμπεριφορών για τα Κορίτσια και τα Αγόρια [Φύλλο Εργασίας 9]	54
Δραστηριότητα 2.2.5: Κυριαρχική Συμπεριφορά [Φύλλο Εργασίας 10]	84
Μέρος 3	
Δραστηριότητα 3.3: Υγιείς και Μη Υγιείς Σχέσεις - Αναγνωρίζοντας τις Προειδοποιητικές Ενδείξεις [Φύλλο Εργασίας 11]	86
Δραστηριότητα 3.5: Πραγματική Αντιμετώπιση ενός Προβλήματος [Φύλλο Εργασίας 12]	91
Δραστηριότητα 3.6: Γνωρίζοντας το Σώμα μας	94

Ενότητα 4

Μέρος 1

Δραστηριότητα 4.1.2: Άννα και Δημήτρης [Φύλλο Εργασίας 14]	96
Δραστηριότητα 4.1.3: Τι είναι η Έμφυλη Βία [Φύλλο Εργασίας 15] (για τον/την Εκπαιδευτικό) [Φύλλο Εργασίας 15] (για μαθητές/-ριες)	98
Δραστηριότητα 4.1.4: Περιστατικά Βίας [Φύλλο Εργασίας 16]	113
Δραστηριότητα 4.1.5: Ο Τροχός της Ισχύος και του Ελέγχου και Ο Τροχός της Ισότητας [Φύλλο Εργασίας 17]	117
Δραστηριότητα 4.1.7: Μύθος ή Πραγματικότητα; [Φύλλο Εργασίας 18]	126
Δραστηριότητα 4.1.8: Μύθοι Σχετικά με τη Βία [Φύλλο Εργασίας 19]	140

Μέρος 2

Δραστηριότητα 4.2.1: Τι Μπορούμε να Κάνουμε Εμείς για να Σταματήσει η Βία στις Σχέσεις; [Φύλλο Εργασίας 20]	142
Δραστηριότητα 4.2.2: Παίρνοντας Θέση [Φύλλο Εργασίας 21]	149

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΦΥΛΛΑΔΙΑ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΦΥΛΛΑΔΙΑ	153
Φυλλάδιο 1: Είναι η Σχέση σου Υγιής και Ισοτιμη ή Όχι;	154
Φυλλάδιο 2: Τι θα Επέλεγες να Κάνεις;	156
Φυλλάδιο 3: Ενδείξεις μιας Βίαιης Σχέσης	161
Φυλλάδιο 4: Τι μπορείς να Κάνεις αν Κάποιος Φίλος σου Συμπεριφέρεται Βίαια σε μια Σχέση του	163
Φυλλάδιο 5: Πραγματικότητα και Δεδομένα για τη Βία	165
Φυλλάδιο 6: Ο Τροχός της Ισχύος και του Ελέγχου και ο Τροχός της Ισότητας	167
Φυλλάδιο 7: Πώς Μπορείς να Βοηθήσεις ένα/μια Φίλο/-η σου...	170
Φυλλάδιο 8: Υποστηρικτικές Υπηρεσίες για άτομα που έχουν υποστεί κακοποίηση	173
Φυλλάδιο 9: Τεστ για τη Βία στις Σχέσεις	178
Φυλλάδιο 10: Τα Δικαιώματά μου στις Σχέσεις μου	181
Φυλλάδιο 11: Επεμβαίνοντας σε μια Κατάσταση Βίας	183
Φυλλάδιο 12: Πώς Μπορείς να Δεις αν σου Συμπεριφέρεται Καλά;	185
Φυλλάδιο 13: Υγιείς Σχέσεις	187
Φυλλάδιο 14: Πώς Μπορούμε να Επικοινωνούμε Καλύτερα;	189

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Το πρόγραμμα “Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων ενάντια στη Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων II” (GEAR against IPV-II) (JUST/2013/DAP/AG/5408) υλοποιήθηκε στο πλαίσιο του Προγράμματος DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η δημιουργία της παρούσας έκδοσης πραγματοποιήθηκε με τη συγχρηματοδότηση του Προγράμματος DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Τα 4 Τεύχη της αναθεωρημένης Πρότυπης Έκδοσης “GEAR against IPV” προέκυψαν κατόπιν αναθεώρησης της 1^{ης} Πρότυπης Έκδοσης “GEAR against IPV” που δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του Προγράμματος DAPHNE III της Ευρωπαϊκής Ένωσης με τίτλο “Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων ενάντια στη Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων” (GEAR against IPV) (JLS/2008/DAP3/AG/1258).

Οι δραστηριότητες που περιλαμβάνονται στην 1^η Πρότυπη Έκδοση προέκυψαν από βιβλιογραφική ανασκόπηση δημοσιεύσεων και υλικών που έχουν δημιουργηθεί από πολλούς οργανισμούς και επαγγελματίες σε όλο τον κόσμο, και θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε τους/τις συγγραφείς και τους εκδοτικούς οίκους που μας παραχώρησαν την άδειά τους για τη χρήση, προσαρμογή και μετάφραση των δραστηριοτήτων που περιλαμβάνονταν στα αντίστοιχα υλικά τους.

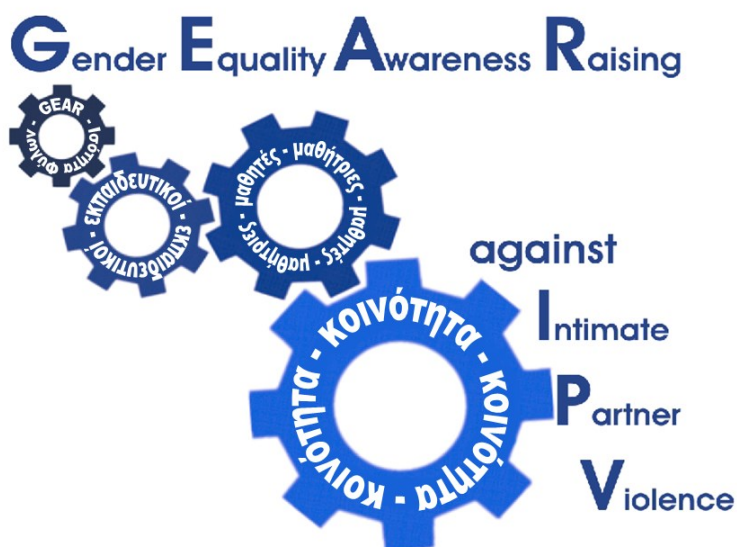
Τα Τεύχη της 1^{ης} Πρότυπης Έκδοσης αξιολογήθηκαν σε εθελοντική βάση από ειδικούς επιστήμονες ανά τον κόσμο. Για το λόγο αυτό θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε ιδιαίτερος τους/τις παρακάτω ειδικούς για τη σημαντική συνεισφορά τους ως προς τη βελτίωση όλων των Τευχών της Πρότυπης Έκδοσης του υλικού “GEAR against IPV”:

- ◆ **Maria de Bruyn**, Senior Policy Advisor, Ipas
- ◆ **Shanna Burns**, M.Ed., Research Associate, CAMH Centre for Prevention Science
- ◆ **Regine Derr**, German Youth Institute, Information Centre Child Abuse and Neglect
- ◆ **Amir Hodžić**, MSc, Croatian National Expert
- ◆ **Maja Mamula**, Croatian National Expert, Psychologist
- ◆ **Anna Markulin**, Teacher of Croatian culture and philosophy
- ◆ **Lori Michau**, Co-Director, Raising Voices
- ◆ **Artemis Pana**, Independent Consultant – Gender Based Violence
- ◆ **Ματίνα Παπαγιαννοπούλου**, Κοινωνιολόγος/Εγκληματολόγος, Ειδικό Επιστημονικό Προσωπικό, Γενική Γραμματεία Ισότητας των Φύλων, Υπουργείο Εσωτερικών
- ◆ **E. Lisa Price**, Ph.D., Associate Professor and Registered Psychologist
- ◆ **David A. Wolfe**, Ph.D., RBC Chair in Children's Mental Health (CAMH) and Professor of Psychiatry and Psychology (University of Toronto)

Τεύχος IV:

**Βιβλίο Δραστηριοτήτων
για Μαθητές και Μαθήτριες**

Εισαγωγή



Το υλικό και οι δράσεις που περιλαμβάνονται στην Ελληνική Έκδοση "Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων ενάντια στη Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων" (GEAR against IPV) δημιουργήθηκαν προκειμένου να συμβάλλουν στην **πρωτογενή πρόληψη της Βίας μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων (ΒΕΣ)** μέσω **παρεμβάσεων στο σχολικό περιβάλλον**, οι οποίες στοχεύουν στην ευαισθητοποίηση και την αποδόμηση των εδραιωμένων στερεοτύπων στους/στις μαθητές/-ριες και στους/στις εκπαιδευτικούς της Β' βάρθμιας εκπαίδευσης. Πιο συγκεκριμένα, οι εκπαιδευτικοί, έπειτα από ειδική εκπαίδευση που στοχεύει τόσο στην ευαισθητοποίησή τους όσο και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που απαιτούνται για να υλοποιούν στην τάξη προγράμματα πρωτογενούς πρόληψης της ΒΕΣ, ευαισθητοποιούν μέσω δραστηριοτήτων του "GEAR against IPV", τους μαθητές και τις μαθήτριές τους σε ζητήματα όπως οι επιζήμιες επιπτώσεις των στερεοτύπων του φύλου, η ΒΕΣ και η βία στις ρομαντικές σχέσεις. Η αποδόμηση των στερεοτύπων του φύλου των μαθητών/-ριών θα συμβάλει στην ανάπτυξη στάσεων μη-δενικής ανοχής έναντι της βίας σε σχετικά νεαρή ηλικία, έχοντας σαν απώτατο στόχο την ανάπτυξη υγιών και ισότιμων σχέσεων ανάμεσα στους νέους ανθρώπους.

Οι μαθητές και οι μαθήτριες καλούνται, μέσω ενός κατάλληλου και ειδικά δημιουργημένου για την ηλικία τους υλικού ευαισθητοποίησης, να αξιολογήσουν, να αμφισβητήσουν και να αναθεωρήσουν τα πολιτισμικά «κληρονομημένα» στερεότυπα τους και να προσεγγίσουν τις διαφυλικές διαφορές όχι ως χαρακτηριστικά υπεροχής του ενός φύλου έναντι του άλλου, αλλά ως ατομικές διαφορές.

Γιατί είναι σημαντική η πρωτογενής πρόληψη της ΒΕΣ;

Από τη γέννηση του κάθε άτομο λαμβάνει συνεχώς από την οικογένεια του, το σχολείο και την κοινότητα στην οποία ζει μια πληθώρα ρητών και άρρητων μηνυμάτων, που καθορίζουν το «ορθό» πρότυπο θηλυκότητας και ανδρισμού. Αυτά τα μηνύματα ασκούν πίεση στα άτομα να συμμορφωθούν με μια πληθώρα ρόλων και προσδοκιών που απορρέουν από το κοινωνικά κατασκευασμένο φύλο τους. Και όσο εντονότερη πατριαρχική δομή έχει μια κοινωνία, τόσο περισσότερο υπογραμμίζονται οι διαφορετικές αξίες που καλούνται τα άτομα διαφορετικού φύλου να υιοθετήσουν. Υπό αυτές τις συνθήκες, αγόρια και κορίτσια, γυναίκες και άνδρες, «παγιδευμένοι/-ες» στη «φυλακή» των έμφυλων στερεοτύπων τους, πείθονται να αποδεχτούν και να εκπληρώσουν τους εκ διαμέτρου αντίθετους ρόλους που τους επιβάλλονται: το αγόρι/άνδρας οφείλει να είναι πάντα νικητής, να έχει τον έλεγχο και να είναι δυνατός, επιθετικός και ανταγωνιστικός, ενώ το κορίτσι/γυναίκα οφείλει να είναι ευαίσθητη και συναισθηματική, ανεκτική, παθητική και να δείχνει αυτοθυσία. Με πλήρως εδραιωμένες τέτοιου είδους αντιλήψεις, που καθιστούν το ένα φύλο κυρίαρχο πάνω στο άλλο, δεν εκπλήσσει καθόλου η εμφάνιση ΒΕΣ στις σχέσεις. Το παράδοξο είναι εμφανές: όλοι/όλες μας, συνειδητά ή ασυνειδητά, ενισχύουμε τα κοινωνικά στερεότυπα που οδηγούν στη βία και, την ίδια στιγμή, «παλεύουμε» να εξαλείψουμε τη βία από την κοινότητά μας, χωρίς καν να κατανοούμε τη σύνδεση μεταξύ των στερεοτύπων του φύλου και της βίας κατά των γυναικών και κοριτσιών.

Γι' αυτόν ακριβώς το λόγο η πρόληψη της ΒΕΣ πρέπει να ξεκινάει σε όσο το δυνατόν μικρότερη ηλικία και, ως εκ τούτου, το σύστημα όλων των εκπαιδευτικών βαθμίδων καθίσταται το ιδανικό πλαίσιο όπου μια τέτοια προσπάθεια μπορεί σταδιακά να χτιστεί, ξεκινώντας από το Νηπιαγωγείο και τερματίζοντας στο Πανεπιστήμιο ή μπορεί ακόμη και να συνεχίζεται μέσω της δια βίου μάθησης. Η προσέγγιση πρέπει φυσικά να διαφοροποιείται ανάλογα με την ηλικία της ομάδας στόχου: στο νηπιαγωγείο και τις πρώτες τάξεις του δημοτικού, η προσπάθεια για την πρόληψη της ΒΕΣ πρέπει να εστιάζεται περισσότερο στην ανάπτυξη μιας υγιούς προσωπικότητας, απελευθερωμένης από στερεοτυπικές αντιλήψεις του φύλου (όπου μια τέτοια προσωπικότητα, δεν θα χρησιμοποιούσε βία ως μέσο αυτοαξίας, ούτε θα αποδεχόταν να θυματοποιείται ή να ανέχεται τη βία στον κοινωνικό της περίγυρο): σε ένα μετέπειτα στάδιο, όταν οι μαθητές/-ριες είναι πιο ώριμοι/ες, θα μπορούσαν να «διδασκούνται» τρόπους άσκησης κοινωνικής πίεσης στην ομάδα συνομηλίκων τους ως ένα μέσο επίτευξης της επιθυμητής κοινωνικής αλλαγής προς τη μηδενική ανοχή της βίας.



Οι εκπαιδευτικοί επιλέχθηκαν γιατί μπορούν να διαδραματίσουν καθοριστικό ρόλο στην υλοποίηση τέτοιου είδους δραστηριοτήτων ευαισθητοποίησης μέσα στις τάξεις, καθώς πρόκειται για εκείνη την ομάδα ενηλίκων που βρίσκεται πιο κοντά στα παιδιά, με την εξαίρεση των γονιών τους. Αν, ωστόσο, δεν είναι ειδικά εκπαιδευμένοι/-ες οι περισσότεροι/-ες εκπαιδευτικοί είναι αναμενόμενο να έχουν την ίδια εσωτερικευμένη στερεοτυπική άποψη για τα δύο φύλα με το γενικό πληθυσμό, κάτι που αποτελεί πολύ σοβαρό φραγμό και τους/τις εμποδίζει να επιτελέσουν τον καθοριστικό τους ρόλο. Γι' αυτόν ακριβώς το λόγο η προσέγγιση "GEAR against IPV" περιλαμβάνει επιμόρφωση των εκπαιδευτικών, η οποία, εκτός της ανάπτυξης των απαραίτητων δεξιοτήτων και ικανοτήτων, δίνει ιδιαίτερη έμφαση στην αποδόμηση των στερεοτύπων φύλου των ίδιων των εκπαιδευτικών καθώς και στην προσπάθεια να πειστούν πράγματι για τη σπουδαιότητα της υλοποίησης τέτοιων παρεμβάσεων. Καθώς όλα σχεδόν τα παιδιά και οι έφηβοι/-ες πηγαίνουν σχολείο, είναι επιτακτική ανάγκη να υπάρχουν στα σχολεία προγράμματα που αφορούν την ισότητα των φύλων, ως μέσο πρωτογενούς πρόληψης της έμφυλης βίας, της βίας στις σχέσεις και της ΒΕΣ, τα οποία να υλοποιούνται από εκπαιδευτικούς που είναι κατάλληλα ευαισθητοποιημένοι/-ες και εκπαιδευμένοι/-ες σε ζητήματα σχετικά με τα στερεότυπα του φύλου και πώς αυτά σχετίζονται με τη βία.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η προαναφερθείσα σύσταση συμπίπτει με το πνεύμα του άρθρου 14 της Σύμβασης για την πρόληψη και καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας του Συμβουλίου της Ευρώπης (2011), όπου αναφέρεται ότι ακριβώς τέτοιου είδους «εκπαιδευτικό υλικό... προσαρμοσμένο στην εξελισσόμενη δυνατότητα των μαθητών/-ριών» θα πρέπει να περιλαμβάνεται όχι μόνο «στο επίσημο αναλυτικό πρόγραμμα και σε όλα τα επίπεδα της εκπαίδευσης», αλλά και «στη μη τυπική εκπαίδευση, σε πλαίσια αθλητικών, πολιτιστικών και ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων, και στα Μ.Μ.Ε.». Δυστυχώς, σε πολλές χώρες της ΕΕ –ανάμεσα τους και αυτές που συμμετείχαν στα προγράμματα “GEAR against IPV” I και II¹-τέτοιου είδους προσπάθειες δεν είναι ενσωματωμένες στο σχολικό πρόγραμμα ενώ οι εκπαιδευτικοί δεν είναι ούτε εκπαιδευμένοι/-ες ούτε ευαισθητοποιημένοι/-ες με αποτέλεσμα, όχι μόνο να φέρουν οι ίδιοι/-ες στερεοτυπικές αντιλήψεις για τα δύο φύλα, αλλά και εξαιτίας τους να έχουν διακριτική συμπεριφορά απέναντι στους μαθητές και τις μαθήτριες ανάλογα με το φύλο τους. Πολλοί/-ές εκπαιδευτικοί, μάλιστα, συχνά δεν συνειδητοποιούν καν ότι η συμπεριφορά τους διακρίνει υπέρ του ενός φύλου και, έτσι, συχνά ενισχύουν στερεοτυπικές του φύλου συμπεριφορές. Ο στόχος του προγράμματος “GEAR against IPV” είναι να συνεισφέρει στην αλλαγή αυτής της κατάστασης ευαισθητοποιώντας και καθοδηγώντας τους/τις εκπαιδευτικούς να εντοπίσουν και να αποδομήσουν τα προσωπικά τους στερεότυπα του φύλου.



Η ηλικία των παιδιών που αποτελούσαν τον πληθυσμό-στόχο του προγράμματος “GEAR against IPV” (14-16 ετών) δεν είναι η μικρότερη δυνατή, αν και όλοι/όλες οι επαγγελματίες που εργάστηκαν για τη δημιουργία του υλικού πιστεύουν ακράδαντα ότι οι προληπτικές προσπάθειες που στοχεύουν στην αποδόμηση των στερεοτύπων του φύλου πρέπει να ξεκινούν στο σχολικό περιβάλλον από τη μικρότερη δυνατή ηλικία (δηλαδή το νηπιαγωγείο). Επιπλέον όμως, θεωρούν και ότι το υλικό του “GEAR against IPV” είναι κατάλληλο να χρησιμοποιηθεί με παιδιά από την ηλικία των 12 ετών και ότι σχεδόν το σύνολο των δραστηριοτήτων των Ενοτήτων *Στερεότυπα & Ισότητα των Φύλων και Υγιείς και μη Υγιείς Σχέσεις* μπορούν να χρησιμοποιηθούν και με παιδιά πολύ μικρότερα των 12 ετών. Σε πολλές χώρες όμως, εξακολουθεί να υπάρχει ισχυρή αντίσταση από τις εκπαιδευτικές αρχές αναφορικά με την πιο πρόσφορη ηλικία συμμετοχής των παιδιών σε τέτοιου είδους παρεμβάσεις, με αποτέλεσμα να μην επιτρέπεται η υλοποίηση παρόμοιων προγραμμάτων, ακόμη και σε παιδιά της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. Προκειμένου να καμφθεί η αντίσταση, αποφασίστηκε ότι σε αυτές τις χώρες πρέπει να ακολουθηθεί αντίστροφη πορεία, δηλαδή να ξεκινήσουν οι προληπτικές προσπάθειες από μία υψηλότερη εκπαιδευτική βαθμίδα και να προχωρήσουν σταδιακά προς τις χαμηλότερες.

Ωστόσο παρά το γεγονός ότι τα παιδιά βομβαρδίζονται με στερεότυπα από τη γέννηση τους, γεγονός που καθιστά ιδιαίτερα σημαντική την έναρξη της αποδόμησής τους σε όσο το δυνατόν μικρότερη ηλικία, η ηλικία 14⁺ αποτελεί εξίσου κρίσιμη ηλικία διότι, στις περισσότερες χώρες, αυτή είναι η ηλικία κατά την οποία τα περισσότερα έφηβα άτομα, αγόρια και κορίτσια, ξεκινούν ή έχουν ήδη ξεκινήσει να έχουν τις πρώτες τους ρομαντικές ή ερωτικές σχέσεις. Το σχολικό σύστημα μπορεί να αποτελέσει το κύριο πλαίσιο παρέμβασης, παρέχοντας σε μαθητές και μαθήτριες τις απαραίτητες πληροφορίες και δεξιότητες που απαιτούνται για να είναι σε θέση να αποφύγουν να γίνουν θύτες ή θύματα βίας στις σχέσεις τους καθώς επίσης και για να μπορούν να αντιδράσουν απέναντι σε αυτού του είδους τη βία.

Μετά την αποτελεσματική υλοποίηση με παιδιά ηλικίας άνω των 14 ετών που πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος “GEAR against IPV”, στο πλαίσιο του “GEAR against IPV - II” θα ελεγχθεί πιλοτικά η καταλληλότητα της χρήσης του υλικού με μικρότερα παιδιά (12⁺ ετών).

¹ Αυστρία, Γερμανία, Ελλάδα, Ισπανία, Κροατία, Κύπρος και Ρουμανία.

Η Ελληνική Έκδοση του Υλικού "GEAR against IPV"

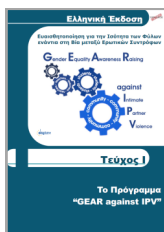
Η Ελληνική Έκδοση του Υλικού "GEAR against IPV" αποτελείται από τέσσερα τεύχη:

Τεύχος I: Το Πρόγραμμα "GEAR against IPV": Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων ενάντια στη Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων

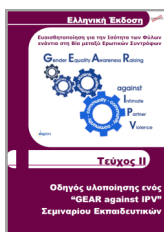
Τεύχος II: Οδηγός Υλοποίησης ενός "GEAR against IPV" Σεμιναρίου Εκπαιδευτικών

Τεύχος III: "GEAR against IPV" Εγχειρίδιο Εκπαιδευτικού

Τεύχος IV: "GEAR against IPV" Βιβλίο Δραστηριοτήτων για Μαθητές και Μαθήτριες



Το **Τεύχος I** παρέχει πληροφορίες για την προσέγγιση "GEAR against IPV" και τα προγράμματα στο πλαίσιο των οποίων δημιουργήθηκε το υλικό, καθώς και υποδείξεις προς κάθε ενδιαφερόμενο φορέα ή άτομο, αναφορικά με τη δημοσιοποίηση, τόσο των δράσεων όσο και του υλικού, τρόπους προσέγγισης των ομάδων-στόχων και ιδέες για άσκηση πίεσης σε εθνικό επίπεδο μέσω συγκεκριμένων δράσεων με στόχο την ενσωμάτωση του Προγράμματος "GEAR against IPV" στο σχολικό πρόγραμμα της Β' βάθμιας εκπαίδευσης.



Το **Τεύχος II** που τιτλοφορείται, "Οδηγός Υλοποίησης ενός GEAR against IPV Σεμιναρίου Εκπαιδευτικών" δημιουργήθηκε με στόχο να καθοδηγήσει μια, όσο το δυνατόν, πιο ομοιόμορφη εκπαίδευση εκπαιδευτικών της ίδιας χώρας ή διαφορετικών χωρών της ΕΕ που σκοπεύουν να υλοποιήσουν Προγράμματα "GEAR against IPV" με έφηβους/-ες ή παιδιά στην τάξη (ή και σε διαφορετικό πλαίσιο).



Το **Τεύχος III** παρέχει στους/στις εκπαιδευτικούς χρήσιμες γενικές θεωρητικές πληροφορίες όπως και πληροφορίες για το πώς να οργανώσουν ένα "GEAR against IPV" πρόγραμμα καθώς και τη βήμα-προς-βήμα διαδικασία για να το υλοποιήσουν στην τάξη τους, να το τεκμηριώσουν και να το αξιολογήσουν. Το κύριο μέρος του Τεύχους III αποτελεί μία πλούσια συλλογή δραστηριοτήτων, έτοιμων να υλοποιηθούν στην τάξη.



Το **Τεύχος IV**, το οποίο εστιάζεται στους/στις μαθητές/-ριες και είναι στενά συνδεδεμένο με το Τεύχος III, δημιουργήθηκε κατά τέτοιον τρόπο ώστε να παρέχει στους/στις εκπαιδευτικούς έτοιμα-προς-χρήση φύλλα εργασίας και φυλλάδια για την υλοποίηση του προγράμματος.

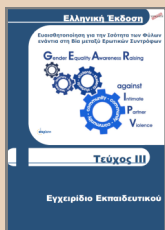
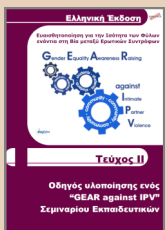
ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ IV & ΠΩΣ ΝΑ ΤΟ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ

Το Τεύχος IV: Βιβλίο Δραστηριοτήτων για τους Μαθητές και τις Μαθήτριες, περιλαμβάνει τα Φύλλα Εργασίας και τα Ενημερωτικά Φυλλάδια των δραστηριοτήτων που περιλαμβάνονται στο Τεύχος III και τα οποία προτείνεται στους/στις εκπαιδευτικούς να χρησιμοποιήσουν. Το Τεύχος αυτό είναι άμεσα συνδεδεμένο με το Εγχειρίδιο για τον/την Εκπαιδευτικό (Τεύχος III), εστιάζει στους μαθητές και τις μαθήτριες και δημιουργήθηκε με τέτοιο τρόπο που να προσφέρει στους/στις εκπαιδευτικούς έτοιμα-προς-χρήση Φύλλα Εργασίας και Φυλλάδια για την υλοποίηση του προγράμματος.

Στην κεφαλίδα κάθε Φύλλου Εργασίας αναφέρεται ο αριθμός και ο τίτλος της δραστηριότητας στην οποία αντιστοιχεί το εκάστοτε Φύλλο Εργασίας (π.χ. Δραστηριότητα 4.1.7.: Μύθος ή Πραγματικότητα;) ενώ στην κεφαλίδα κάθε Ενημερωτικού Φυλλαδίου αναγράφεται ο αριθμός και ο τίτλος του εκάστοτε Φυλλαδίου (π.χ. Φυλλάδιο 13: Υγιείς Σχέσεις). Επίσης, στο ίδιο σημείο αναγράφεται και η βιβλιογραφική αναφορά της πηγής του εκάστοτε Φύλλου Εργασίας και Φυλλαδίου.

Κάθε Φύλλο Εργασίας/Φυλλάδιο χωρίζεται σε δύο μέρη: το πρώτο μέρος αποτελεί ένα δείγμα της μορφής που θα πρέπει να έχει το Φύλλο Εργασίας σας ή το Φυλλάδιό σας στην εκτύπωση/φωτοτύπηση ενώ το δεύτερο μέρος αποτελεί το υλικό που διατίθεται προς εκτύπωση/φωτοτύπηση.

Το εγχειρίδιο αυτό μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο σε συνδυασμό με το Τεύχος III. Στην ενότητα «υλικό και προετοιμασία» των δραστηριοτήτων που περιλαμβάνονται στο Τεύχος III αναφέρεται ο αριθμός του φύλλου εργασίας και/ή του φυλλαδίου (ή των φυλλαδίων) που χρειάζονται για την υλοποίηση κάθε δραστηριότητας. Στην περίπτωση που δεν γίνεται παραπομπή σε κάποιο φύλλο εργασίας ή φυλλάδιο, αυτό σημαίνει ότι δεν απαιτείται τέτοιου είδους υλικό για την υλοποίηση της δραστηριότητας. Ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να εκτυπώσει (ή να φωτοτυπήσει) τα Φύλλα Εργασίας και τα Φυλλάδια όπως ακριβώς παρουσιάζονται στη συνέχεια. Τέλος, σε ορισμένα Φύλλα Εργασίας παρέχονται οδηγίες για την εκτύπωση (π.χ. εκτύπωση και στις δύο πλευρές της σελίδας) ή για τον τρόπο με το οποίο πρέπει να κοπούν τα φύλλα εργασίας.



A. ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

B.

A. ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Δραστηριότητα 2.1.1: Πώς Είναι να Είσαι Κορίτσι... Πώς Είναι να Είσαι Αγόρι...

Προσαρμοσμένο από: Attawell, K., Bhagbanprakash, Dr., Dagar, R., και συν. (2001). Gender and Relationships: A Practical Action Kit for Young People (σελ. 33). London: The Commonwealth Secretariat.

Εκτυπώστε τα Φύλλα Εργασίας 1A και 1B σε διπλή όψη (μπρος – πίσω): π.χ. στη μία πλευρά του Φύλλου Εργασίας 1A θα εμφανίζεται το: «Χαίρομαι που είμαι αγόρι επειδή...» και στην πίσω πλευρά: «Θα ήθελα να ήμουν κορίτσι για να μπορώ να...».

ΔΕΙΓΜΑ - ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

Φύλλο Εργασίας 1A (για αγόρια) – μπροστινή όψη

Χαίρομαι που είμαι αγόρι επειδή _____

Φύλλο Εργασίας 1A (για αγόρια) – πίσω όψη

Θα ήθελα να ήμουν κορίτσι για να μπορώ να _____

Φύλλο Εργασίας 1B (για κορίτσια) – μπροστινή όψη

Χαίρομαι που είμαι κορίτσι επειδή _____

Φύλλο Εργασίας 1B (για κορίτσια) – πίσω όψη

Θα ήθελα να ήμουν αγόρι για να μπορώ να _____

Εκτυπώστε τα Φύλλα Εργασίας 1A και 1B που ακολουθούν, όπως ακριβώς εμφανίζονται και κόψτε κάθε σελίδα στα σημεία που υποδεικνύουν οι διακεκομμένες γραμμές.

Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á
Á , , È ^ æ Æ ç È ~ Æ [, } || æ

Á Á Á Ä Á Á
Á Á Á Á Á

Δραστηριότητα 2.1.2: Κοινωνικοί Ρόλοι των Φύλων

Προσαρμοσμένο από: Attawell, K., Bhagbanprakash. Dr., Dagar, R., και συν. (2001). Gender and Relationships: A Practical Action Kit for Young People (σελ. 44). London: The Commonwealth Secretariat.

ΔΕΙΓΜΑ - ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

[Φύλλο Εργασίας 2α] (Άνδρας)

ΑΝΤΡΑΣ

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΟ: _____

Πόσα άτομα από την ομάδα σας βρήκαν:

το φύλο του ατόμου

το χαρακτηριστικό του

Αριθμός: _____

Αριθμός: _____

[Φύλλο Εργασίας 2β] (Γυναίκα)

ΓΥΝΑΙΚΑ

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΟ: _____

Πόσα άτομα από την ομάδα σας βρήκαν:

το φύλο του ατόμου

το χαρακτηριστικό του

Αριθμός: _____

Αριθμός: _____

Εκτυπώστε τα Φύλλα Εργασίας 2α και 2β που ακολουθούν, όπως ακριβώς εμφανίζονται και κόψτε κάθε σελίδα στα σημεία που υποδεικνύουν οι διακεκομμένες γραμμές.

Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á
Á , , È ^ æ Æ ç È Æ [, } || æ

Á Á Á Ä Á Á
Á Á Á Á Á

Δραστηριότητα 2.1.3: Τι μου Αρέσει – Τι Δεν μου Αρέσει

Προσαρμοσμένο από: Williams, S. (1994). The Oxfam Gender Training Manual (σελ. 55-56). Oxfam UK and Ireland.

[Φύλλο Εργασίας 3α] (Για Κορίτσια)

ΔΕΙΓΜΑΤΑ – ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

	ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ ΟΤΙ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΕ ΚΟΡΙΤΣΙΑ/ΓΥΝΑΙΚΕΣ	ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ ΟΤΙ ΔΕΝ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΕ ΚΟΡΙΤΣΙΑ/ΓΥΝΑΙΚΕΣ
Πράγματα που κάνω και ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		
Πράγματα που κάνω αλλά ΔΕΝ ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		
Πράγματα που ΔΕΝ κάνω αλλά ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		
Πράγματα που ΔΕΝ κάνω επειδή ΔΕΝ ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		

[Φύλλο Εργασίας 3β] (Για Αγόρια)

	ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ ΟΤΙ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΕ ΑΓΟΡΙΑ/ΑΝΤΡΕΣ	ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ ΟΤΙ ΔΕΝ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΕ ΑΓΟΡΙΑ/ΑΝΤΡΕΣ
Πράγματα που κάνω και ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		
Πράγματα που κάνω αλλά ΔΕΝ ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		
Πράγματα που ΔΕΝ κάνω αλλά ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		
Πράγματα που ΔΕΝ κάνω επειδή ΔΕΝ ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ		

Εκτυπώστε τα Φύλλα Εργασίας 3Α και 3Β που ακολουθούν, όπως ακριβώς εμφανίζονται.

Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á
Á , , È ^ æ Æ ç È ~ Æ [, } || æ ð

Á Á Á Ä Á Á
Á Á Á Á Á

Δραστηριότητα 2.1.9: Στο τέλος λέει...

Πηγή: Cesar, S., Bijelić, N., Kobaš, V., Hodžić, A. (2006). Better Safe than Sorry: Prevention of teen-dating violence. Croatia: CESI - Center for Education, Counselling and Research.



[Φύλλο Εργασίας 6]

ΔΕΙΓΜΑ – ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

ΣΤΟ ΤΕΛΟΣ ΛΕΕΙ...

1. Αληθινός άνδρας είναι _____

2. Είναι αναμενόμενο για ένα κορίτσι να _____

3. Έναν νεαρό άντρα θα τον κορόιδευαν αν _____

4. Οι νεαρές γυναίκες πρέπει να προσέχουν _____

5. Η κοινωνία πιέζει τα αγόρια να _____

6. Οι νεαρές γυναίκες έχουν ευθύνη να _____

Εκτυπώστε το Φύλλο Εργασίας 6 που ακολουθεί, όπως ακριβώς εμφανίζεται.



Στο τέλος λέει...

1. Αληθινός άνδρας είναι _____

2. Είναι αναμενόμενο για ένα κορίτσι να _____

3. Έναν νεαρό άνδρα θα τον κορόιδευαν αν _____

4. Οι νεαρές γυναίκες πρέπει να προσέχουν _____

5. Η κοινωνία πιέζει τα αγόρια να _____

6. Οι νεαρές γυναίκες έχουν ευθύνη να _____

Δραστηριότητα 2.1.16: Παροιμίες και Αποφθέγματα

Προσαρμοσμένο από: de Bruyn, Maria & France, N. (2001). Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers (σελ. 22). Chapel Hill: Ipas



[Φύλλο Εργασίας 7]

Το Φύλλο Εργασίας Νο 7 αποτελείται από παροιμίες. Κάθε παροιμία χωρίζεται σε δύο κάρτες: την Κάρτα Α (αρχή της παροιμίας) και την Κάρτα Β (τέλος της παροιμίας).

ΔΕΙΓΜΑ – ΟΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

<p>Κάρτα Α</p> <p>ΓΥΝΑΙΚΑ ΧΩΡΙΣ ΑΝΤΡΑ...</p>	<p>Κάρτα Β</p> <p>...ΠΛΟΙΟ ΧΩΡΙΣ ΤΙΜΟΝΙ</p>
<p>Κάρτα Α</p> <p>ΣΠΙΤΙ ΧΩΡΙΣ ΓΥΝΑΙΚΑ...</p>	<p>Κάρτα Β</p> <p>...ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΧΩΡΙΣ ΠΑΠΑ</p>

Στο Φύλλο Εργασίας 7 που ακολουθεί περιλαμβάνονται παραδείγματα παροιμιών και αποφθεγμάτων της Ελληνικής γλώσσας. Κάθε εκπαιδευτικός μπορεί ωστόσο να προσθέσει νέα παραδείγματα συμπληρώνοντας τις κενές κάρτες.

Á Á Á Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á Á Á Á
Á, , È^æËçÈ~Ë[, }||æ

Δραστηριότητα 2.2.4: Το Συνεχές των Επώδυνων Συμπεριφορών για τα Κορίτσια και τα Αγόρια

Προσαρμοσμένο από:

◇ Men Can Stop Rape. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: www.mencanstoprape.org

◇ Family Violence Prevention Fund. Continuum of Harm to Women. Ανακτήθηκε 10 Απριλίου 2010 από: <http://toolkit.endabuse.org/Resources/ContinuumOfHarm.html>

ΔΕΙΓΜΑ – ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

[Φύλλο Εργασίας 9] (Για Αγόρια)

Είναι επώδυνο για ένα αγόρι όταν το κορίτσι του	Αδιαφορεί πλήρως και δεν του δίνει σημασία
Είναι επώδυνο για ένα αγόρι όταν το κορίτσι του	Τον πιέζει
Είναι επώδυνο για ένα αγόρι όταν το κορίτσι του	Δεν τον εμπιστεύεται
Είναι επώδυνο για ένα αγόρι όταν το κορίτσι του	Δεν τον αγαπάει
Είναι επώδυνο για ένα αγόρι όταν το κορίτσι του	Δε νιώθει για εκείνον τα ίδια συναισθήματα που νιώθει εκείνος γι' αυτή

[Φύλλο Εργασίας 9] (Για Κορίτσια)

Είναι επώδυνο για ένα κορίτσι όταν το αγόρι της	Αδιαφορεί πλήρως και δεν της δίνει σημασία
Είναι επώδυνο για ένα κορίτσι όταν το αγόρι της	Την ζηλεύει
Είναι επώδυνο για ένα κορίτσι όταν το αγόρι της	Την καταπιέζει και ελέγχει κάθε της κίνηση
Είναι επώδυνο για ένα κορίτσι όταν το αγόρι της	Δεν την εμπιστεύεται
Είναι επώδυνο για ένα κορίτσι όταν το αγόρι της	Δεν νοιάζεται για εκείνη και τη χρησιμοποιεί μόνο για να περνάει την ώρα του

Εκτυπώστε τα Φύλλα Εργασίας 9 που ακολουθούν, για τα αγόρια και τα κορίτσια, όπως ακριβώς εμφανίζονται και κόψτε τα στα σημεία που υποδεικνύουν οι διακεκομμένες γραμμές. Θα σας διευκολύνει αν τυπώσετε τα Φύλλα Εργασίας των αγοριών και των κοριτσιών σε διαφορετικού χρώματος χαρτί (π.χ. πράσινο χαρτί για τα κορίτσια και κίτρινο χαρτί για τα αγόρια). Σε περίπτωση που έχετε περιορισμένο χρόνο στη διάθεσή σας, μπορείτε να **κάνετε επιλογή από τις παρακάτω κάρτες** αντί να τις χρησιμοποιήσετε όλες (φροντίστε όμως η επιλογή που θα κάνετε να περιλαμβάνει τις κάρτες των αγοριών και των κοριτσιών που αναγράφουν τις ίδιες συμπεριφορές).

Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á
Á , , È ^ æ Æ ç È ~ Æ [, } || æ

Á Á Á Ä Á Á
Á Á Á Á Á

Δραστηριότητα 4.1.2: Η Άννα και ο Δημήτρης

Προσαρμοσμένο από:

- ◇ Instituto Promundo, Salud y Género, ECOS, Instituto PAPI & World Education. (2009). Working with Young Women: Empowerment, Rights and Health. Rio de Janeiro: Instituto Promundo.
- ◇ Liz Claiborne Inc. (2006). Love is Not Abuse: a teen dating violence prevention curriculum. Liz Claiborne Inc.

ΔΕΙΓΜΑ – ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

[Φύλλο Εργασίας 14]

Πώς νοιώθει η Άννα; _____ ο Δημήτρης; _____	Πρέπει να μιλήσει σε κάποιον η Άννα γι' αυτό που της συμβαίνει; <input type="checkbox"/> Όχι, σε κανέναν <input type="checkbox"/> Ναι, στ _____
Τι λόγους έχει η Άννα να μη μιλάει σε κανέναν γι' αυτό που της συμβαίνει;	Τι πρέπει να κάνει η Άννα;
Τι λόγους έχει η Άννα να μιλήσει γι' αυτό που της συμβαίνει;	Τι πρέπει να κάνει ο Δημήτρης;

Εκτυπώστε το Φύλλο Εργασίας 14 που ακολουθεί σε **αυτοκόλλητες ετικέτες A4**, όπως ακριβώς εμφανίζεται και κόψτε τις στα δύο (κάθετα).



Πως νοιώθει

η Άννα: _____

ο Δημήτρης: _____

Τι λόγους έχει η Άννα να μη μιλάει σε κανέναν γι' αυτό που της συμβαίνει;

Τι λόγους έχει η Άννα να μιλήσει γι' αυτό που της συμβαίνει;

Πρέπει να μιλήσει σε κάποιον η Άννα γι' αυτό που της συμβαίνει;

Όχι, σε κανέναν

Ναι, στ _____

Τι πρέπει να κάνει η Άννα;

Τι πρέπει να κάνει ο Δημήτρης;

Πως νοιώθει

η Άννα: _____

ο Δημήτρης: _____

Τι λόγους έχει η Άννα να μη μιλάει σε κανέναν γι' αυτό που της συμβαίνει;

Τι λόγους έχει η Άννα να μιλήσει γι' αυτό που της συμβαίνει;

Πρέπει να μιλήσει σε κάποιον η Άννα γι' αυτό που της συμβαίνει;

Όχι, σε κανέναν

Ναι, στ _____

Τι πρέπει να κάνει η Άννα;

Τι πρέπει να κάνει ο Δημήτρης;

Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á
Á, , È^æËçÈ~Ë[, } || æ

Á Á Á Ä Á Á
Á Á Á Á Á

Δραστηριότητα 4.1.3: Τι Είναι η Έμφυλη Βία

Προσαρμοσμένο από:

- ◇ Instituto Promundo, Salud y Género, ECOS, Instituto PAPA! & World Education. (2009). Working with Young Women: Empowerment, Rights and Health. Rio de Janeiro: Instituto Promundo.
- ◇ Foshee, V., Langwick, S. (2004). SafeDates: An Adolescent Dating Abuse Prevention Curriculum. MN: Hazelden Publishing and Educational Services

Το Φύλλο Εργασίας 15 που ακολουθεί (σελίδες 98-108) αποτελεί το Φύλλο Εργασίας του/της εκπαιδευτικού. Εκτυπώστε το για δική σας χρήση, ενώ για τους/τις μαθητές/-ριες εκτυπώστε το Φύλλο Εργασίας 15, όπως ακριβώς εμφανίζεται στις σελίδες 109-112 και κόψτε τα αντίτυπα των μαθητών/-ριών στα σημεία που υποδεικνύουν οι διακεκομμένες γραμμές.

[Φύλλο Εργασίας 15] (για τον/την Εκπαιδευτικό)

Σενάριο 1: Ο Κώστας και η Μαίρη

4-5 άτομα

Ρόλοι: Κώστας - Μαίρη- οι κολλητοί του Κώστα (2-3 άτομα)

Ο Κώστας κάλεσε τους κολλητούς του και το κορίτσι του, τη Μαίρη, στο σπίτι του να δουν μια ταινία τη Παρασκευή το βράδυ. Ο Κώστας ζήτησε από τη Μαίρη αν μπορούσε να ετοιμάσει τα πατατάκια και τα ποτά. Του είπε ότι δεν είχε πρόβλημα και μόλις ήρθαν οι φίλοι του Κώστα, κάθισαν όλοι μαζί στον καναπέ να δουν την ταινία.

Μόλις τελειώνει το ποτό κάποιου ή άδειαζε το μπολ με τα πατατάκια, ο Κώστας ζητούσε από τη Μαίρη να πάει στη κουζίνα να τα ξαναγεμίσει. Όταν αυτό έγινε για τρίτη φορά, η Μαίρη του είπε «δεν είμαι υπηρέτριά σας». Ήθελε και εκείνη να δει την ταινία και όποιος ήθελε θα μπορούσε να πηγαίνει στη κουζίνα μόνος του. Ο Κώστας θύμωσε. Τη «διέταξε» να φέρει τα ποτά στους φίλους του. Όταν εκείνη αρνήθηκε, τη χτύπησε στο πρόσωπο και την πήγε στην κουζίνα. Οι φίλοι του Κώστα τους είχαν ξαναδεί πολλές φορές να τσακώνονται έτσι.

Ερωτήσεις για συζήτηση

- ☞ *Είναι βίαιος ο Κώστας; Γιατί ή γιατί όχι;* [Καταγράψτε τις απαντήσεις σε μεγάλο φύλλο χαρτιού]

Απάντηση: Ναι, ο Κώστας είναι βίαιος αφού ασκεί ψυχολογική και σωματική βία:

- διατάζει και προσβάλλει τη Μαίρη
- χτυπάει τη Μαίρη
- την αναγκάζει με τη βία να τον ακολουθήσει στην κουζίνα
- δεν είναι ένα μεμονωμένο περιστατικό, αφού το έχει κάνει πολλές φορές.

- ☞ *Ας πούμε ότι αυτό το σενάριο δεν κατέληγε με τον Κώστα να χτυπάει τη Μαίρη, αλλά τη στιγμή που της ζήτησε να φέρει τα ποτά στους φίλους του και εκείνη αρνήθηκε, πήγαινε κοντά στο πρόσωπό της και της έλεγε: «τι είπες;» και η Μαίρη πήγαινε ήσυχα-ήσυχα στη κουζίνα. Τότε θα ήταν βίαιη αυτή η συμπεριφορά;*

Απάντηση: Ναι, θα ήταν και πάλι βίαιη. Δεν ασκεί σωματική βία, επειδή δεν χρειάζεται (η Μαίρη συμμορφώνεται και μόνο με την σιωπηλή του απειλή).

- ☞ *Εάν αυτή ήταν η πρώτη φορά που τσακώνονταν, θα λέγαμε και πάλι ότι είναι βίαιη συμπεριφορά;*

Απάντηση: Ναι, επειδή χτυπάει τη Μαίρη, ασκεί δηλαδή σωματική βία.

Á Á Á Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á Á Á Á
Á , , È ^ æ Æ ç È ~ Æ [, } [[æ

Δραστηριότητα 4.1.5: Ο Τροχός της Ισχύος και του Ελέγχου και ο Τροχός της Ισότητας

Προσαρμοσμένο από:

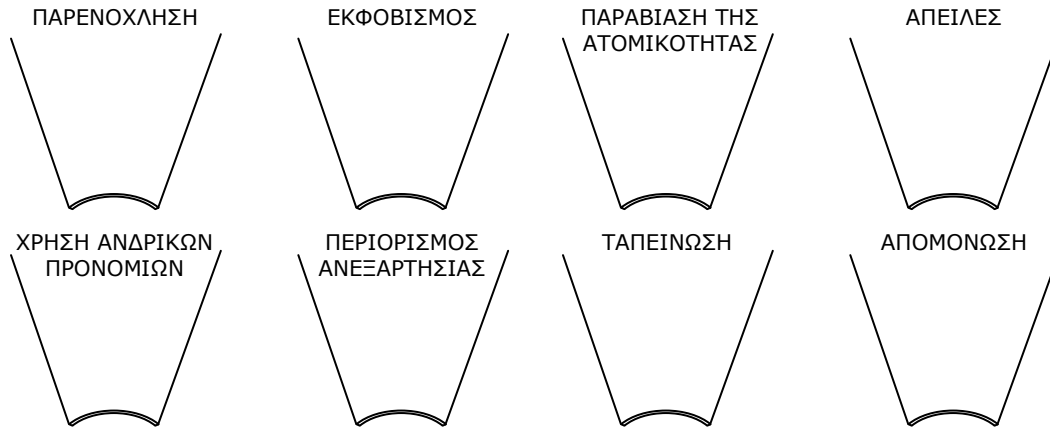
◇ Domestic Abuse Intervention Project in Duluth. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: www.duluth-model.org

◇ Michigan Domestic Violence Prevention & Treatment Board. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: www.michigan.gov/documents

ΔΕΙΓΜΑ – ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

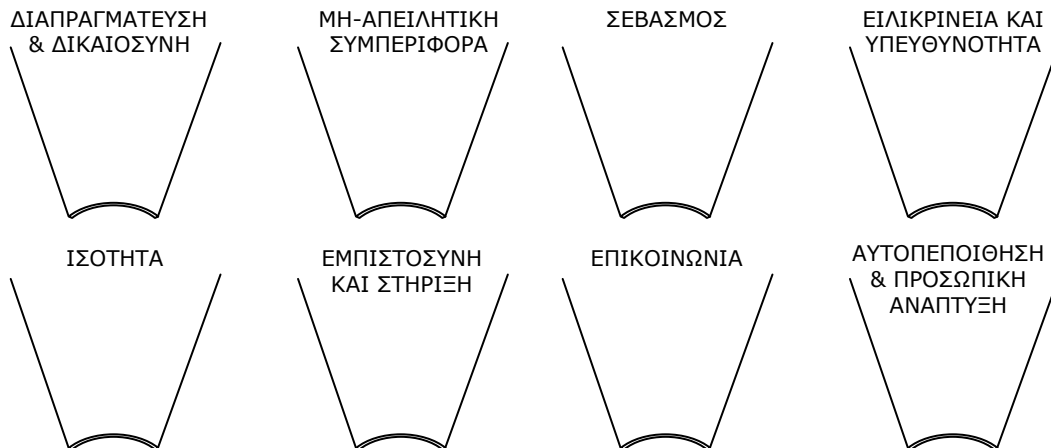
[Φύλλο Εργασίας 17Α]

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ ΒΙΑΣ ΣΕ ΜΙΑ ΣΧΕΣΗ



[Φύλλο Εργασίας 17Β]

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΜΙΑ ΣΧΕΣΗ



Εκτυπώστε τα Φύλλα Εργασίας 17Α και 17Β που ακολουθούν, όπως ακριβώς εμφανίζονται, κόψτε τα στα σημεία που υποδεικνύουν οι διακεκομμένες γραμμές και έπειτα κόψτε τα γύρω-γύρω από τις συνεχόμενες γραμμές.

Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á
Á , , È ^ æ Æ ç È ~ Æ [, } || æ ã

Á Á Á Æ Á Á
Á Á Á Á Á

Δραστηριότητα 4.1.7: Μύθος ή Πραγματικότητα;

Συνδυασμός δραστηριοτήτων που προέρχονται από το Υλικό Ευαισθητοποίησης του Προγράμματος "Improving the Response to Intimate Partner Violence (IPV) in Military Settings": Δραστηριότητα 4 από την Ενότητα 1 και Δραστηριότητα 5 από την Ενότητα 2, οι οποίες έχουν προσαρμοστεί από τις ακόλουθες πηγές:

- ◇ Women's Rural Advocacy Programs. Battering: The Facts. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: www.letswrap.com/dvinfo/myths.htm
- ◇ Riverland Domestic Violence Service. Myths about Domestic Violence. Ανακτήθηκε 10 Απριλίου 2010 από: www.rdvu.com.au/domesticviolence.php?id=118
- ◇ Monklands, Women's Aid. Myths and Realities of Abuse. Ανακτήθηκε 10 Απριλίου 2010 από: www.monklandwomensaid.co.uk/what%20is%20abuse.htm
- ◇ The White Ribbon Campaign UK. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: www.whiteribboncampaign.co.uk
- ◇ Oregon Coalition against Domestic and Sexual Violence. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: www.ocadsv.com/dvmyths.htm
- ◇ Stop Violence against Women. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: www.stopvaw.org
- ◇ Myths and realities for rape: <http://www.watervalley.net/users/rcs/geninfo.html#myths> (ανακτήθηκε στις 10.04.2010)
- ◇ Men Against Sexual Assault: <http://sa.rochester.edu/masa/myths.html> Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005.

[Φύλλο Εργασίας 18]

ΔΕΙΓΜΑ – ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

Σε όλες τις γυναίκες και τα κορίτσια αρέσει να τους σφουρίζουν στο δρόμο	
ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΣΩΣΤΟ ΓΙΑΤΙ:	ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΛΑΘΟΣ ΓΙΑΤΙ:
ΤΕΛΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ ΟΜΑΔΑΣ (βάλτε σε κύκλο και καταγράψτε τις ψήφους)	
ΣΩΣΤΟ	ΛΑΘΟΣ

Εκτυπώστε το Φύλλο Εργασίας 18 που ακολουθεί, όπως ακριβώς εμφανίζεται στις σελίδες 130-142, και κόψτε τα αντίτυπα στα σημεία που υποδεικνύουν οι διακεκομμένες γραμμές

Á Á Á Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á Á Á Á
Á, , È^æË çÈ~ Ì[, } [[æ

Δραστηριότητα 4.2.1: Τι Μπορούμε να Κάνουμε Εμείς για να Σταματήσει η Βία στις Σχέσεις

Προσαρμοσμένο από:

- ◇ Men Can Stop Rape, from: Family Violence Prevention Fund. Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: <http://toolkit.endabuse.org/Resources/AToolBox/>
- ◇ "Getting into the Mix", Oakland Men's Project. by Paul Kivel and Alan Creighton (1995). Ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005 από: http://toolkit.endabuse.org/Resources/Getting/FVPFResource_viewccb4.html?searchterm=None

[Φύλλο Εργασίας 20]

ΔΕΙΓΜΑ – ΌΧΙ ΓΙΑ ΕΚΤΥΠΩΣΗ

Σενάριο 1: Κυκλοφορεί μια φήμη ότι ένα αγόρι, μεταξύ των γνωστών σου, βίασε ένα κορίτσι. Συζητάς το θέμα με δύο από τους/τις καλύτερους/-ες σου φίλους/-ες και ο ένας/η μία υπερασπίζεται το αγόρι που κατηγορείται λέγοντας διάφορα εναντίον της κοπέλας, όπως: «τα θέλε και τα 'παθε... αφού τριγυρίζει με τον έναν και με τον άλλον.... έχετε δει πως ντύνεται;... και έχετε δει στο προφίλ της στο Facebook τις φωτογραφίες της με τα αγόρια που τα 'χε κατά καιρούς; Είναι εμφανές ότι πήγαινε γυρεύοντας... και μάλιστα πρέπει να γράψουμε στο Facebook group μας για κείνη έτσι ώστε να καταλάβουν όλοι και όλες ότι πήγαινε γυρεύοντας...»

Τι λόγους έχεις για
ΝΑ ΠΑΡΕΜΒΕΙΣ σε αυτή την κατάσταση;

Τι λόγους έχεις για
ΝΑ ΜΗΝ ΠΑΡΕΜΒΕΙΣ σε αυτή την κατάσταση;

Τι σκέφτεσαι να κάνεις; Τι να πεις; Με ποιο τρόπο σκέφτεσαι να παρέμβεις;

Τι αποφασίσατε ως ομάδα;

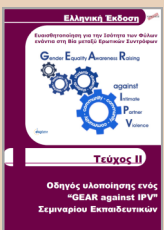
Πώς νομίζεις ότι θα αντιδρούσε στον τρόπο που διάλεξες να παρέμβεις:

Ένας φίλος/μια φίλη σου που τον υπερασπίζεται;

Το ίδιο το θύμα;

Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á
Á , , È ^æË çÈ~ Ì[, } || æ

Á Á ÁË Á Á
Á Á Á Á



A.

B. ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΦΥΛΛΑΔΙΑ

B. Ενημερωτικά Φυλλάδια

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

Προσαρμοσμένο από:

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



[Φυλλάδιο 1]

Εκτυπώστε το Φυλλάδιο Νο 1 που ακολουθεί.

Μη ζητήσετε από τα παιδιά να απαντήσουν σε αυτό το φυλλάδιο στην τάξη. Μοιράστε το για να το χρησιμοποιήσουν ως «εργαλείο αξιολόγησης της σχέσης τους», είτε παροντικής είτε μελλοντικής. **Μη συλλέξετε αυτό το συμπληρωμένο έντυπο από τα παιδιά** (το δίνετε και το κρατάνε τα παιδιά, και το συμπληρώνουν όποτε θέλουν μόνα τους).

Είναι η σχέση σου υγιής και ισότιμη ή όχι;



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

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

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

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

Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á
Á, , È^æËçÈ~ Ì[, } || æ

Á Á Á Ä Á Á
Á Á Á Á Á

Φυλλάδιο 13: Υγιείς Σχέσεις

Προσαρμοσμένο από: www.mwaves.org, ανακτήθηκε 15 Σεπτεμβρίου 2005

[Φυλλάδιο 13] Υγιείς Σχέσεις

Εκτυπώστε το Φυλλάδιο 13 που ακολουθεί, όπως ακριβώς εμφανίζεται.

Υγιείς Σχέσεις

ΜΙΑ ΣΧΕΣΗ ΕΙΝΑΙ ΥΓΙΗΣ ΟΤΑΝ:

- ⇒ Παίρνουμε μαζί τις αποφάσεις.
- ⇒ Διαφωνούμε αλλά συζητάμε τις διαφορές μας.
- ⇒ Ακούμε πραγματικά τις απόψεις του άλλου ατόμου και σεβόμαστε τα συναισθήματά του/της.
- ⇒ Διαπραγματευόμαστε όταν υπάρχει σύγκρουση - βρίσκουμε ένα τρόπο συμβιβασμού ώστε και οι δύο μας να παίρνουμε αυτό που χρειαζόμαστε.
- ⇒ Αισθανόμαστε άνετα να έχουμε προσωπικό χρόνο όταν τον χρειαζόμαστε και δεν αισθανόμαστε άσχημα να κάνουμε πράγματα που μας αρέσουν ατομικά, χωρίς να είμαστε μαζί.
- ⇒ Δεν υπάρχει φόβος στη σχέση.
- ⇒ Δεν περιορίζει και ούτε ελέγχει το ένα άτομο το άλλο.
- ⇒ Υπάρχει αμοιβαίος σεβασμός και εκτίμηση.

ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΑΠΟΚΤΗΣΕΙΣ ΜΙΑ ΤΕΤΟΙΑ ΣΧΕΣΗ:

- ⇒ Όταν είστε ειλικρινείς μεταξύ σας από την αρχή
- ⇒ Αφήνοντας χώρο να «αναπνέετε»
- ⇒ Αναλαμβάνοντας την ευθύνη των πράξεών σου και εκτιμώντας τον εαυτό σου
- ⇒ Όταν δεν περιμένεις από το άλλο άτομο να σου λύσει όλα σου τα προβλήματα ή να σου δώσει ότι χρειάζεσαι
- ⇒ Λέγοντας την αλήθεια ακόμη κι όταν είναι σκληρή... όχι για να τον/την πληγώσεις, αλλά γιατί θέλεις να είσαι ειλικρινής και γιατί έτσι δείχνεις ότι σέβεσαι τόσο τον εαυτό σου όσο και εκείνον/-η
- ⇒ Όταν δεν αφήνεις κανένα άτομο να σου συμπεριφέρεται σαν να είσαι ένα τίποτα!
- ⇒ Όταν του/της συμπεριφέρεσαι έτσι όπως θα ήθελες να σου συμπεριφέρεται.

ΜΙΑ ΤΕΤΟΙΑ ΣΧΕΣΗ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΟΤΕ ΒΙΑΣΗ!!!

Á Á Á Á Á Á Á
Á Á Á Á Á Á Á
Á , È ^ æ Æ ç È ~ Ø [, } || æ

Á Á Á Ä Á Á
Á Á Á Á Á

