

Mgr. Dominika Kleinová

TEEN DATING VIOLENCE

ako morálny problém a jeho prevencia v edukačnom
prostredí na hodinách Etickej výchovy

Dotyky „lásky“



love & respect

MGR. DOMINIKA KLEINOVÁ

DOTYKY „LASKY“

...end the violence
and
stop the silence...

TÝMTO BY SOM SA CHCELA
POĎAKOVAŤ ORGANIZÁCII PROFEM,
KDE SOM MALA MOŽNOSŤ
ABSOLVOVAŤ STÁŽ A PARTICIPOVAŤ
NA MEDZINÁRODNOM PROJEKTE
LOVE AND RESPECT.



Milí učitelia a pracovníci s mládežou,

dostáva sa Vám do rúk metodická príručka Etickej výchovy (ETV), ktorá je zameraná na problematiku *Teen Dating Violence*, čiže problematiku násilia v intímnych vzťahoch mladistvých. Etická výchova ako predmet výučby na základných a stredných školách má za cieľ vychovať zo žiakov a študentov dobrých ľudí, formovať ich mravný úsudok a viesť ich k prosociálnemu správaniu. Počas výučby ETV si žiaci osvojujú a trénujú základné sociálne zručnosti, postoje a hodnoty, ktoré primárne ovplyvňujú medziľudské vzťahy. Samotný predmet má zásadný vplyv nielen pri utváraní hodnotového rebríčka a morálky žiakov/študentov, ale aj pri vytváraní si názoru na okolitý svet a medziľudské vzťahy.

Prečo je potrebné sa rozprávať na hodinách ETV o TDV?

- * Téma Teen Dating Violence (TDV) v rámci ETV na školách nie je explicitne daná vo vzdelávacom kurikule, avšak dotýka sa viacerých teoretických a aplikačných tém s ktorými učiteľ pracuje na hodinách.
- * Pre mnohých žiakov a študentov je násilie každodennou realitou, ktorá ich obklopuje napríklad v počítačových hrách, filmoch, škole, rodine alebo vo vzťahu.
- * Posledné štatistiky ukazujú, že stále viac mladých ľudí má skúsenosť s násilím v mimomanželskom vzťahu.

Úvod

O násilí medzi adolescentmi v intímnych vzťahoch sa často nerozpráva a samotné násilie je skryté. Adolescenti, ktorí začínajú nadväzovať prvé intímne (romantické) vzťahy sú ohrození násilím vo vzťahu rovnako ako dospelí. Na rozdiel od dospelých, ktorí majú viac skúsenosti so vzťahmi, adolescenti sú zraniteľnejší a mnohokrát majú predstavu, že určité správanie vo vzťahu je bežné a spoločensky akceptovateľné. Násilné správanie v intímnom vzťahu mladých ľudí má negatívne dôsledky na ich ďalší vývin a vytváranie zdravých vzťahov, preto je potrebné sa o násilí so študentmi rozprávať a učiť ich vytvárať zdravo fungujúce intímne vzťahy.

Ciele:

- * poskytnúť učiteľom základné teoreticko-informačné a metodické penzum k problematike TDV.
- * pomôcť učiteľom rozvíjať morálne usudzovanie študentov voči fenoménu násilia v intímnych vzťahoch, zvýšiť senzibilitu študentov voči rozličným formám násilia vo vzťahoch, identifikovať násilný vzťah, podať pomoc osobe, ktorá zažíva násilie, uvažovať o morálnych pojmoch ako spravodlivosť, úcta, láska a pod.

Metódy:

Pri tvorbe aktivít sme sa snažili využiť primárne zážitkové metódy a aktivity, ktoré poskytujú žiakom a študentom určitú skúsenosť alebo pomáhajú im vytvoriť si vlastný úsudok. Učiteľ pri jednotlivých aktivitách je len moderátorom, ktorý vytvára originálne a zaujímavé situácie pričom necháva žiakov a študentov premýšľať, diskutovať a trénovať určité správanie a konanie.





Etická výchova

Etická výchova (ETV) má v slovenskom a českom výchovno-vzdelávacom systéme jedinečné a špecifické postavenie. Poslaním povinne voliteľného predmetu je vychovávať osobnosť s vlastnou identitou a hodnotovou orientáciou, kde nezastupiteľné miesto má úcta k človeku, k prírode i k životu, prosociálnosť a kooperácia. Jadrom etickej výchovy je prosociálnosť, ktorá sa odráža primárne v morálnych postojoch a regulácií správania v medziľudských vzťahoch. Jej axiologický rozmer spočíva vo vzájomnom ľudskom porozumení a spolužití, pod ktorým rozumieme humánny súcit a ľudskosť ako morálnu kategóriu človeka, súvisiacu s jeho úsilím prežívať harmonický a šťastný život v súlade ním vytvoreným ideálom. Učiteľ pri výučbe ETV využíva zážitkové a skúsenostné metódy, ktoré majú rozhodujúci vplyv na formovanie a rozvíjanie etických postojov. Potvrďuje sa tu známa skutočnosť, že etické postoje človeka sú formované zážitkami, živou skúsenosťou, príp. nadväzujú na morálne relevantné zážitky účastníkov hodiny. (IŠVP)

ETV integruje do výučby 10 teoretických a logicky usporiadaných tém, ktoré rozvíjajú u žiakov a študentov morálne postoje, konanie a správanie. Jedná sa o nasledujúce témy:

- * *Komunikácia*
- * *Dôstojnosť ľudskej osoby. Sebapoznanie, seba prijatie, pozitívne hodnotenie seba.*
- * *Pozitívne hodnotenie druhých. Pochvala, úcta k druhým. Postoj k chorým a starým ľuďom.*
- * *Kreativita a iniciatíva. Riešenie problémov a úloh.*
- * *Vyjadrovanie vlastných citov a ich usmerňovanie.*
- * *Interpersonálna a sociálna empatia.*
- * *Asertivita. Zvládnutie agresivity a súťaživosti. Sebaovládanie. Riešenie konfliktov.*
- * *Reálne a zobrazované vzory.*
- * *Prosociálne správanie v osobných vzťahoch. Pomoc, darovanie, delenie sa, spolupráca, priateľstvo.*
- * *Komplexná prosociálnosť (solidarita, sociálne problémy, sociálna kritika, násilie).*

Samotný predmet pracuje ďalej s aplikačnými témami a to:

- * *Etika –hľadanie koreňov prosociálneho správania.*
 - * *Etika a ekonomické hodnoty.*
 - * *Etika a náboženstvá –tolerancia a úcta.*
 - * *Rodina v ktorej žijem.*
 - * *Výchova k manželstvu a rodičovstvu.*
 - * *Ochrana prírody a životného prostredia.*
- 



Teen Dating Violence a etická výchova

Násilie možno považovať za spoločensky nežiaduci fenomén, ktorý sa vyskytuje v medziľudských vzťahoch dlhé tisícročia. Násilie sa stalo v spoločnosti univerzálnym fetišom a špecifickým prejavom negácie ľudskej slobody, ktorý zasahuje do rôznych oblastí života človeka. Koncept etickej výchovy v edukačnom prostredí nám vytvára priestor pre účinnú primárnu prevenciu a elimináciu násilia v intímnych vzťahoch, pretože sa zameriava na človeka ako individuálnu bytosť, učí žiakov a študentov k spoločensky pozitívnym javom a odstráneniu nežiadúcich negatívnych javov v spoločnosti. Okrem iného podporuje a rozvíja u žiakov a študentov sebadôveru, empatiu a prosociálnosť.

Dnes sa vo všeobecnosti na násilie spoločnosť pozerá ako na sociálno-patologický fenomén a odborníci ho reflektujú cez teoreticko – filozofické, sociologické i psychologické aspekty. Súčasná reflexia násilia v intímnych vzťahoch adolescentov a mladých ľudí v rámci ETV je minimálna, avšak z nášho pohľadu aktuálna.

Štatistiky realizované projektom Love & Respect ukázali, že každý tretí mladý človek, ktorý má skúsenosť so vzťahom zažíva alebo zažil násilie zo strany svojho partnera alebo človeka s ktorým „randí“.

Priestor na prevenciu fenoménu TDV vidíme v nasledujúcich teoretických a aplikačných témach ETV:

- * Dôstojnosť ľudskej osoby.
 - * Kreativita a iniciatíva. Riešenie problémov a úloh.
 - * Vyjadrovanie vlastných citov a ich usmerňovanie.
 - * Interpersonálna a sociálna empatia.
 - * Asertivita. Zvládnutie agresivity a súťaživosti. Sebaovládanie. Riešenie konfliktov.
 - * Komplexná prosociálnosť (solidarita, sociálne problémy, sociálna kritika, násilie).
 - * Rodina v ktorej žijem.
 - * Výchova k manželstvu a rodičovstvu.
- 



Teoretické vymedzenie problému

{ druhy násilia }

19,3 % mladých ľudí, ktorí čelia alebo čelili partnerskému násiliu, zažilo alebo zažíva opakovane v násilnom vzťahu facky a násilné strkanie.



Na Slovensku v lingvistickej oblasti nedošlo ku konsenzu v preklade výrazu *Teen Dating Violence* a preto sa mnohokrát používa anglický názov alebo voľný preklad ako *násilie počas randenia/ chodenia* alebo *násilie v partnerských vzťahoch adolescentov/ mladých ľudí*. V metodickvej príručke budeme používať výraz násilie vo vzťahoch mladistvých. Odborná literatúra TDV definuje ako spoločenský problém, ktorý sa vyskytuje v partnerských vzťahoch v období adolescencie a rannej dospelosti (16-26 rokov). TDV definujeme ako násilie alebo zastrašovanie násilím jedného z partnerov mimomanželského vzťahu a to v období, kedy spolu partneri nežijú v spoločnej domácnosti. Násilie v partnerských vzťahoch adolescentov je vzorec správania, ktorý násilný partner používa na získanie moci a kontroly nad svojou partnerkou. Theriot definuje tento jav ako konšteláciu násilného správania, ktorá zahŕňa zabitie, fyzické a sexuálne napadnutie, krádeže, obťažovanie, únos, prenasledovanie, zastrašovanie a psychické zneužívanie.

Fyzické násilie:

je forma násilia, kedy jedinec používa fyzickú silu alebo jej hrozbu k zastrašeniu, poškodeniu či ohrozeniu druhej väčšinou slabšej osoby. Zahŕňa široké spektrum správania a jeho hlavným cieľom je ublížiť, zastrašiť alebo spôsobiť fyzickú bolesť. Fyzické násilie je často vedené na miesta, kde je menšie riziko, že násilie zanechá viditeľné stopy (vlasová časť hlavy, brucho, prsia), alebo na časti, ktoré sú zakryté oblečením. Medzi fyzické násilie radíme: strkanie, fackovanie, bitie, ťahanie za vlasy, kopanie, ohrozovanie zbraňou alebo nožom, hádzanie predmetov, zatváranie do tmavých miestností...

Psychické násilie:

cieľom psychického násilia je vyvolať u jedinca duševné utrpenie, duševnú úzkosť, bolesť alebo strach. Je veľmi častou formou násilia medzi mladými ľuďmi (a nielen medzi nimi), pretože nezanecháva viditeľné stopy na tele (modriny, podliatiny, otvorené rany...) a je ťažké ho dokázať. Medzi psychické násilie radíme: nadávky, ponižovanie, zhadzovanie, izoláciu obeti od rodiny a priateľov (bránenie v rozvíjaní sociálnych kontaktov), bagatelizovanie násilia, odopieranie spánku, nočné budenie, vyhrožovanie atď. Trvalé psychické násilie a ponižovanie zanecháva omnoho horšie následky na obeti oproti iným formám a to nielen v adolescentom veku. Násilník znižuje sebavedomie obeti a jej sebahodnotenie, sebaúctu a sebadôveru.



Digitálne násilie:

je relatívne nová forma násillia modernej doby s ktorou sa môžu najčastejšie stretnúť adolescenti a mladí ľudia. Moderné technológie, internet a sociálne siete sa stávajú čoraz častejšie priestorom, kde dochádza k násilliu. Napríklad stalking (prenasledovanie) sa môže diať aj v digitálnom svete a je veľmi rozšírený medzi mladými ľuďmi.

Digitálne násilie zahŕňa:

hacking: páchatel sa pokúša nabúrať do účtu obete na sociálnych sieťach alebo do telefónu.

kyberstalking: páchatel sleduje pohyby obete v telefóne, na emaili a sociálnych sieťach.

sexting: páchatel zdieľa textové správy, fotografie alebo videá so sexuálnym obsahom, ktoré vznikli v rámci partnerského vzťahu bez súhlasu druhej strany.

Sexuálne násilie:

zahŕňa sexuálne činy, ktoré sú páchatelom vynucované od obete. Sem patrí nútenie k sexu násillím alebo vyhrážaním, nútenie k neprijemným sexuálnym činnostiam, znásilnenie, sexuálne obťažovanie, nútenie k prostitúcií a pod.

V kontexte sexuálneho násillia u mladistvých sa stretávame aj s pojmom **date rape**. Ľudia častokrát pod znásilnením si predstavia situáciu, ako ide žena sama v noci po ulici alebo cez park a spoza stromu na ňu zaútočí muž a znásilní ju. V skutočnosti, väčšina sexuálnych útokov sa dopúšťajú muži, ktorých žena pozná. Date rape je vynútený a nechcený sex s osobou, ktorú obeť viac alebo menej pozná. Násilník pritom používa fyzické alebo psychické zastrašovanie k tomu, aby obeť donútil k sexu proti jej vôli. Častokrát sa stretávame aj s problémom, že obeť nie je schopná dať súhlas k sexu. To znamená, že k znásilneniu môže dôjsť vtedy, ak obeť je pod vplyvom alkoholu, drog a pod.

Znásilnenie je deštruktívne a mení životnú skúsenosť mladistvého človeka a jeho vzťah k sexu. Ak sa obeť zdôverí so skúsenosťou sexuálneho násillia je dôležité jej porozumenie a podpora. Obeť v tomto prípade má pocity hanby a môže sa v určitých prípadoch vyskytnúť posttraumatická stresová porucha, ktorá sťažuje komunikáciu s obeťou.

Ako podporiť obeť:

Vyjadrenie podpory obeti sexuálneho napadnutia a násillia je častokrát náročné. Mnohokrát obeti pomôžu slovné vyjadrenia ako:

- „Nie je to tvoja vina.“
- „Verím ti.“
- „Môžeš mi dôverovať.“ a pod.





Stalking:

patrí medzi formu násilia, ktorá sa vyskytuje čoraz častejšie vo vzťahoch mladých ľudí a môže mať rozličné prejavy. Pri stalkingu ide o úmyselné prenasledovanie a obťažovanie inej osoby. Stalking je definovaný ako model opakovanej a nechcenej pozornosti, obťažovania, kontaktovania a jednania namiereného k špecifickej osobe, ktorý vyvoláva u príslušnej osoby strach. Stalking je charakterizovaný niekoľkými znakmi, ktoré sa vo väčšine prípadov opakujú.

Znaky stalkingu:

opakovateľnosť a dlhodobosť: pokus o kontakt s obeťou je opakovateľný a dlhodobý.

intenzita: frekvencia prenasledovania sa líši, niekedy rastie inokedy klesá na síle. Cieľom takého správania je vyvolať u obeti neklud, úzkosť a napätie.

eskalácia (stupňovanie ataku): často sa stalking začína obťažovaním, neskôr prerastá do prenasledovania a páchateľ pritom môže využívať vyhružky.

vybočenie z normy: stalking je spoločensky nepriateľný.

nevyžiadanosť: pokiaľ jedinec s takýmto správaním nesúhlasí je dôležité, aby stalkerovi dal najavo svoj nesúhlas.

Prejavy stalkingu:

- * opakovaná, dotieravá a nechcená komunikácia páchateľa s obeťou prostredníctvom e-mailu, sms, poštou...
- * sledovanie alebo čakanie na obeť na miestach ako je domov, škola, práca a pod.
- * kontrola obete prostredníctvom technológií ako GPS, skryté kamery a pod.
- * opakované nechcené posielanie darčiekov, kvetov a iných predmetov.

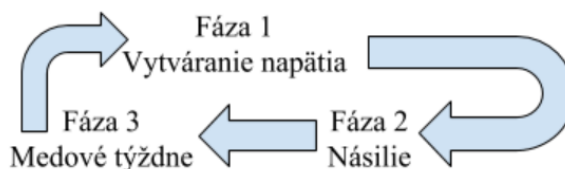
Medzi typické spôsoby správania páchateľa patrí: kontaktovanie obete, vyhľadávanie fyzickej blízkosti s obeťou, nátlak, psychické deptanie, pokus o kontakt cez tretiu osobu, kyberstalking a pod.



Prečo obeť zotrúva v násilnom vzťahu?

Vyššie položenú otázku si kladie mnoho ľudí pri diskusiách o násilnom vzťahu alebo domácom násilí. V spoločnosti existujú pri takto položenej otázke rozličné mýty, ktoré prehliadajú situčné vplyvy obeť v násilnom vzťahu a vytvárajú dojem, že násilie je niečo za čo sa obeť musí hanbiť. Na to, aby sme mohli odpovedať na položenú otázku je potrebné vysvetliť cyklus násilia. O cykle domáceho násilia alebo násilia v intímnom vzťahu bolo napísaných mnoho príspevkov, preto ho predstavíme len v krátkosti.

Násilie v intímnom vzťahu je izolovaným aktom s dlhodobou stratégiou a manipuláciou zo strany násilného partnera. Pri tomto jave sa partner dopúšťa násilia opakovane a dlhodobo. Podstatou cyklu alebo dynamiky násilia je udržiavať obeť pod neustálym strachom a v stave beznádeje. Cyklus násilia prvýkrát popísala psychologička Lenore Walker v roku 1979. Napriek tomu, že formy násilia sa od prípadu k prípadu líšia, násilné správanie má istú dynamiku (tá je skoro vo všetkých prípadoch rovnaká).



Fáza 1: je to doba vytvárania napätia charakteristická menšími konfliktmi vo vzťahu, kedy jeden z partnerov je podráždený, nepríjemný, náladový a vyhráža sa násilím. Táto fáza trvá pár hodín alebo i niekoľko týždňov/ mesiacov. Zámienkou na útok môžu byť rôzne aj veľmi bizarné veci.

Fáza 2: je fázou, kedy dochádza k útoku/ násiliu. Jeden z partnerov prechádza k psychickému, sexuálnemu, fyzickému alebo inému násiliu.

Fáza 3: mnoho odborníkov túto fázu nazýva medovými týždňami, pretože násilný partner sa ospravedlňuje, nosí darčeky, je láskavý, milý a dobrý. U obeť to vyvoláva rôzne pocity od strachu až po lásku. Mnohokrát vo vzťahu je táto fáza zlomová, pretože obeť verí sľubom násilného partnera. Verí, že sa násilný partner zmení a násilie sa nebude opakovať.

Mnoho dievčat a chlapcov zotrúva v násilnom vzťahu pretože má strach z osamelosti, reakcie okolia, partnera alebo má pocit hanby. V období adolescencie, chlapci a dievčatá navštevujú strednú školu, kde je dôležitý spoločenský status a vzťahy s rovesníkmi. Opustenie násilného vzťahu môže znamenať stratu priateľstiev a statusu v sociálnej skupine. Mladí ľudia sú zamilovaní a chcú, aby skončilo násilie a nie vzťah. Niektorí mladí ľudia si neprešli zdravým vzťahom a nevedia posúdiť, že dané správanie je zlé a neprijateľné. Častokrát mohli vidieť násilie doma a násilný model vzťahu je pre nich bežný.



Pomoc

Podporovanie zdravých vzťahov založených na rešpekte a rázne odmietnutie násilných vzťahov má potenciál znížiť výskyt problematiky Teen Dating Violence medzi mladými ľuďmi. Primárnym krokom pri výučbe v rámci ETV je viesť študentov k tvorbe zdravých vzťahov a vyhnutiu sa vzniku násilného vzťahu. Počas praxe sa učiteľ môže stretnúť s tým, že niektorí študenti žijú v násilnom vzťahu, alebo poznajú obeť násilia. Čo vtedy robiť? Ako naučiť študentov poskytnúť pomoc?

Poskytnutie pomoci obeti násilia v intímnom vzťahu je krok pri ktorom najčastejšie dochádza k chybám a omylom. Cieľom a základom intervencie v násilnom vzťahu je vždy ochrana obete. Komunikovať s obeťou o skúsenosti s násilím vo vzťahu nie je ľahké. V prvom rade je dôležitá dôvera medzi komunikujúcimi osobami a bezpečný priestor.

Počas vyučovania je dôležité študentom vysvetliť, že pre obeť násilia je ťažké hovoriť o tom čo sa deje vo vzťahu. Obeť sa môže obviňovať z násilného správania partnera alebo môže mať pocit hanby. Dôležitú úlohu hraje aj strach z toho čo sa stane, ak násilný partner sa dozvie, že obeť vyhľadala pomoc.

Pravidla komunikácie s obeťou:

Počúvaj obeť a nespochybňuj jej tvrdenia. Dôveruj jej, nesúď a neobviňuj ju z násilného správania partnera (vyhni sa otázkam typu: Prečo si ho už neopustila? Vyprovokoval si ju niečím?).

Povedz jej, že to nie je jej vina. Hlavne nezľahčuj a neospravedlňuj správanie násilného partnera. Násilie nie je v poriadku a nikto nemá právo sa takto správať.

Rešpektuj samostatnosť obete. Ak vieš, že niekto v tvojom okolí zažíva násilie vo vzťahu a chceš s obeťou začať hovoriť, povedz jej že máš o ňu obavy a konkrétne popíš, čo si videl/a alebo počul/a. Opýtaj sa či chce sa o tom rozprávať. Ak odmietne tvoju ponuku rešpektuj to a povedz jej, že kedykoľvek si tu pre ňu.

Netlač na obeť, aby sa hneď rozišla s násilným partnerom a ne-tlač ju k rýchlym riešeniam.

Buďte diskretní. Informácie o obeti nezdieľaj s násilným partnerom.

Pokiaľ obeť je zranená pomôž jej vyhľadať lekársku pomoc.

Obeť môžeš pomôcť napríklad aj tým, že nájdeš viac informácií o násilí vo vzťahoch mladých ľudí.

V žiadnom prípade nedávaj obeti ultimáta ako „Ak sa s ním neroz-ídeš, tak si už nemáme čo povedať“.





Aktivita

Pri realizácii jednotlivých aktivít sa snažte zaujať citlivý prístup, pretože niektorí študenti môžu mať osobnú skúsenosť s násilím.





Stereotypy

Cieľ: uvedomiť si ako stereotypy v spoločnosti ovplyvňujú náš život.

Čas: 20 min

Počet študentov: 6-30

Vek: 13+

Pomôcky:

Popis aktivity:

Pred aktivitou vytvorte zo stoličiek kruh v ktorom budete sedieť. Na začiatku aktivity sa študentov opýtajte čo si predstavujú, keď im niekto povie „Správaj sa ako muž...“ alebo „Správaj sa ako dáma...“

Nastala vo vašom živote situácia, kedy Vám niekto povedal „Správaj sa ako pravý muž...“ alebo „Správaj sa ako pravá dáma...“?

Ako ste na to reagovali?

Čo znamená byť pravý muž a pravá žena?

Po úvodnej diskusii vysvetlite študentom, že budete čítať výroky a ich úlohou bude po prečítaní postaviť sa. Ak odpoveď je muž, postavia sa zo stoličky chlapci. Ak odpoveď je žena, postavia sa dievčatá.

Výroky:

....patrí do kuchyne.

....ma o všetkom rozhodovať

....nedokáže zaparkovať

....majú sa starať o deti

....neplačú

....musia rozhodovať

....varia a upratujú

....opravujú veci v domácnosti

....chodia len na pivo

....stále plačú

Po prečítaní výrokov sa opýtajte študentov aké iné stereotypy v spoločnosti poznajú, kde sa s nimi stretli a ako reagovali na nich.



Príklad otázok na diskusiu:

Stretli ste sa v osobnom živote s predsudkom alebo stereotypom?

Ako ste na to reagovali?

Prečo ľudia takto rozmýšľajú? Je to správne?

Môžu stereotypy uškodiť človeku?

Ako podľa Vás vzniká stereotyp (ustálená predstava o niekom, ktorú prisudzujeme celej kategórii ľudí)?

Súhlasia jednotlivé výroky so skutočnosťou? Prečo áno/nie?

Ako si môžeme overiť, či stereotyp o niekom je pravdivý?

Prečo je dôležité a užitočné overiť si či je stereotyp pravdivý?

Dochádza v spoločnosti k situácii, že k stereotypu sa priradí negatívne hodnotenie a stáva sa predsudkom? Ako?

Ako môžeme bojovať proti stereotypom a predsudkom v spoločnosti?





Kiss With A Fist

Cieľ: identifikovať formy násilia vo vzťahu a zdravý/ nezdravý vzťah

Čas: 30 minút

Počet študentov: 6-35

Vek: 13 – 24

Pomôcky: dataprojektor, reproduktory, PC/ notebook, texty piesní, tabuľa, kriedy/fixky

Popis aktivity:

Študentov rozdeľte do skupín a pustite im pieseň (s videom: Kiss With A Fist) v ktorej sa spieva o násilí vo vzťahu. Po skončení videa si študenti v skupinách prečítajú preložený text piesne. Po prečítaní textu začnite diskusiu.

Otázky na diskusiu:

- Aké druhy násilia poznáme?
- Aké druhy (formy) násilia zažila postava v piesni?
- Ako by ste sa cítili na mieste hlavnej postavy?
- Čo by ste robili/ mohli robiť na jej mieste?
- Aké formy pomoci poznáte, kde by mohla nájsť pomoc?
- Ako by ste jej vedeli pomôcť vy?
- Aké je posolstvo piesne?
- Aké emócie prevládajú vo videu?
- Predstavuje toto video zdravý vzťah?
- Ako si predstavujete zdravý vzťah?
- Aké správanie patrí/ nepatrí do vzťahu?

Po poslednej otázke môžete využiť metódu brainstormingu.

Študentov sa opýtajte aké prejavy správania patria do zdravého a nezdravého vzťahu. Tabuľu rozdeľte na zdravý a nezdravý vzťah. Po jednotlivých odpovediach študentov zhrňte čo je zdravý vzťah a aké správanie patrí do vzťahu.

**Rozšírenie:****Čas:** 20 minút

Ak chcete túto aktivitu obzvláštniť, rozdeľte študentov do skupín (5-6 osôb). Každdej skupine dajte flipchartový papier a fixky. Študentov nechajte graficky vytvoriť prezentačný plagát k vybranej piesni, ktorý bude zameraný na problematiku násilia vo vzťahu.

Zdravý vzťah: je založený na otvorenej a úprimnej komunikácii, stojí na vzájomnej dôvere, kde partneri sa navzájom tolerujú. V zdravom vzťahu partneri sa navzájom rešpektujú, rozvíjajú ho a pracujú na ňom.

Nezdravý vzťah: je založený na nerovnováhe, partner sa snaží mať moc a kontrolu nad druhým, pričom využíva rozličné formy násilia.



Kiss With A Fist

Praštil's mě
Vrátila jsem Ti to
Kopnul si mě
Vrazila jsem Ti facku
Rozbil's mi talíř
O hlavu
Tak jsem nechala vzplanout naši postel

Praštil's mě
Vrátila jsem Ti to
Kopnul si mě
Vrazila jsem Ti facku
Rozbil's mi talíř
O hlavu
Tak jsem nechala vzplanout naši postel

Můj monokl napovídá
Jsme bez triček
Vidim jenom Tebe
Ani nevím, jak jsme se sem dostali
Tvoje facky nepálej
Kopnutí nikdy netrefíš
A tak se nic nemění
Krev nejde smejt
Kapky potu skapávají
Rozmlať ten zámek, jestli nesedí
Kopnutí do zubů je přece jenom k něčemu
dobrý
Polibek pěstí je lepší než vůbec žádný
A-woah polibek pěstí je lepší než vůbec žádný

Už jsem Ti jednou zlomila čelist
Tvoje krev se rozcákla po podlaze
Zlomil's mi za to nohu
Tak jenom hezky seď a koukej se, jak postel hoří
Krev nejde smejt
Kapky potu skapávají
Rozmlať zámek, jestli nesedí
Kopnutí do zubů je přece jenom k něčemu
dobrý
Polibek pěstí je lepší než vůbec žádný

A-woah polibek pěstí je lepší než vůbec žádný

Praštil's mě
Vrátila jsem Ti to
Kopnul si mě
Vrazila jsem Ti facku
Rozbil's mi talíř
O hlavu
Tak jsem nechala vzplanout naši postel

Praštil's mě
Vrátila jsem Ti to
Kopnul si mě
Vrazila jsem Ti facku
Rozbil's mi talíř
O hlavu
Tak jsem nechala vzplanout naši postel

Video: www.youtube.com/watch?v=1SmxVCM39j4

Never Again

Zase je opilý, je čas na bitku
Musela dnes večer udělat něco špatného
Obývací se stává boxovacím ringem
Je čas utéct, když ho vidíš
Jak svírá ruce
Je to jen žena
Už nikdy

Slyším její křik, dole z chodby
Ohromující, že může vůbec mluvit
Křičí na mě, jdi zpátky do postele
Děsím se, že zemře
V jeho rukách, je to jen žena
Už nikdy

Už jsem to zažil, ale ne takhle
Už jsem to viděl, ale ne takhle
Nikdy předtím jsem to
Neviděl takhle zlé
Je to jen žena
Už nikdy

Prostě řekni zdravotní sestře, žeš uklouzla
a spadla
Začíná to bolet, jak to začíná to otékat
Dívá se na tebe, chce pravdu
Ta je hned vedle, v čekárně
S těma rukama
Tváří se tak sladce, jak jen dovede
Už nikdy

Už jsem to viděl, ale ne takhle
Už jsem to zažil, ale ne takhle
Nikdy předtím jsem to
Neviděl takhle zlé
Je to jen žena
Už nikdy

Otec je jméno, které sis ještě nezasloužil
Jsi jen dítě se svou povahou
Nikdy jsi neslyšel, že ženy se nebijí?
Bude mi potěšením nakopat ti zadek

Je zase opilý, je čas na bitku
Pořád to samé, jen jinou noc
Ona uchopí zbraň, už toho má dost
Dnes zjistí, jaký je tenhle chlap
Zkurvený hrubián
Zmáčkne kohoutek, nejrychleji jak dokáže
Už Nikdy

Už jsem to viděl, ale ne takhle
Už jsem to zažil, ale ne takhle
Nikdy předtím jsem to
Neviděl takhle zlé
Je to jen žena
Už nikdy

Video: www.youtube.com/watch?v=EbFh1gyuVj



Čiara medzi láskou a násilím

Cieľ: identifikovať zdravý a nezdravý vzťah

Čas: 20 minút

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Pomôcky: lepiaca páska, zoznam výrokov

Popis aktivity:

Triedu rozdeľte páskou na dve časti. Jedna časť bude predstavovať násilný vzťah a druhá časť bude predstavovať zdravý vzťah. Študenti sa postavia na deliacu čiaru, vytvorenú páskou. Následne študentom budete čítať výroky, ktoré popisujú nezdravý a zdravý vzťah. Úlohou študentov po prečítaní výroku bude postaviť sa na jednu alebo druhú stranu triedy, podľa toho či ide o zdravý alebo nezdravý vzťah. Po každom výroku študentom podáme krátke vysvetlenie a diskutujeme k jednotlivým výrokom.

Výroky: (nezdravý vzťah)

- Môj partner chce, aby každý deň som mu poslala fotku v akom oblečení idem do školy.
- Môj partner si žiada heslo od účtu na sociálne siete.
- Môj partner mi hovorí s kým sa mám a nemám kamarátiť.
- Môj partner si myslí, že som krásna a zakázal mi používať make up. Maľovať sa môžem len keď mi to on schváli.
- Partner kontroluje moje sms a obrázky v telefóne.
- Pred partnerom nemôžem rozprávať o svojej rodine.
- S partnerom trávim všetok voľný čas a nikdy nemám súkromný priestor.

(zdravý vzťah)

- Vo vzťahu môžem slobodne vyjadriť to čo si myslím.
- Kedykoľvek sa môžem stretávať s kamarátmi. Nepotrebujem k tomu žiadne povolenie.
- Môj partner rešpektuje rozdiely, ktoré sú medzi nami a nechce aby som sa zmenil/ zmenila.
- Spoločne rozhodujeme o otázkach týkajúcich sa sexu.



Príklad otázok na diskusiu k jednotlivým výrokom:

Môj partner chce, aby každý deň som mu poslala fotku v akom oblečení idem do školy.

- Ako by ste reagovali, ak by partner od vás vyžadoval, aby každý deň ste mu poslali fotku ako ste oblečený?
- Stretli ste sa niekedy vo vzťahu s tým, že partner mal na vás nezmyselnú požiadavku? (napríklad odpísať mu na sms alebo správu do 5 minút)
- Ako ste riešili vzniknutú situáciu?
- Je správne od partnera vyžadovať niečo s čím on nesúhlasí? Prečo nie?

Môj partner si žiada heslo od účtu na sociálne siete.

- Zdieľate so svojim partnerom heslá na sociálne siete?
- Ako by ste reagovali, ak partner by si čítal vaše správy a následne vám hovoril s kým si máte a nemáte písať?
- Je takéto správanie známkou nedôvery vo vzťahu?
- Ako sa prejavuje dôvera vo vzťahu?

Môj partner mi hovorí s kým sa mám a nemám kamarátiť.

- Predstavte si situáciu: váš/a kamarát/ka vám povie, že sa nemôžete už stretávať lebo jemu/ jej to zakázal partner. Ako by ste reagovali?
- Je správne niekomu určovať s kým sa má a nemá stretávať? Prečo nie?
- Aký dopad to môže mať takéto správanie v živote človeka?

Môj partner si myslí, že som krásna a zakázal mi používať make up. Maľovať sa môžem len keď mi to on schváli.

- Je dôležité, aby partner si myslel že ste pekný/á?
- Čo je na tomto výroku zle a prečo?

Vo vzťahu môžem slobodne vyjadriť to čo si myslím.

- Je úprimnosť znakom zdravého vzťahu?
- Stretli ste sa v živote s človekom, ktorý bol voči Vám neúprimný? Ako ste reagovali, keď ste to zistili?
- Je podľa Vás lepšia nevinná lož alebo úprimnosť? (pri tejto otázke môžete študentom uviesť nejaký príklad, aby vedeli lepšie zhodnotiť výrok).





Kartičky násilia a lásky

Cieľ: identifikovať formy násilia vo vzťahu

Čas: 15-20 minút

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Pomôcky: kartičky s popisom, fotografie, tabuľa, kriedy/ fixky, magnetky/páska

Popis aktivity:

Študentov rozdeľte do skupín. Každéj skupine rozdajte 10 kartičiek s výrokmi, ktoré popisujú jednotlivé formy násilia a 5 fotografií zobrazujúcich násilie.

Tabuľu rozdeľte na 5 častí.

1. časť fyzické násilie
2. časť psychické násilie
3. časť sexuálne násilie
4. časť digitálne násilie
5. časť sociálne násilie

Úlohou študentov bude v skupinkách priradiť jednotlivé kartičky k druhom násilia zapísaných na tabuli. Rovnako študenti priradia fotografie k druhom násilia zapísaných na tabuli. Následne so študentmi diskutujte o formách a druhoch násilia.

Možné otázky na diskusiu:

Bola pre vás úloha náročná?

Ktoré druhy a formy násilia sa podľa vás najčastejšie vyskytujú vo vzťahoch? Prečo?

Ako často sa podľa vás vyskytuje násilie vo vzťahoch?

Po tejto otázke študentom môžeme na ilustráciu ukázať štatistiky, ktoré popisujú výskyt násilia vo vzťahoch.

Poznáte niekoho v okolí, kto zažil násilie?

Ak, áno ako ste reagovali na danú informáciu?

Ako by sme mohli pomôcť niekomu, kto zažíva násilie?

Kto sa môže stať obeťou násilia vo vzťahu?



Priateľ mi dal facku.

Vraj som si to zaslúžila...

**Moja expriateľka ma sledovala
každý deň po práci.**

Podal som trestné oznámenie...

Si škaredá a nechopná...

Po tom ako to povedal dal mi facku.

**Zistila si moje heslo na facebook
a čítala moje správy.**

**Zdieľal moje intímne fotky, ktoré
som mu poslala.**

**Keď som sa s ňou chcel rozíjsť,
vyhrážala sa mi, že ma zabije.**

**Keď som odmietla sex s ním,
znásilnil ma.**

**Keď som bol vonku s kamarátmi
chcela, aby som jej poslal fotku s
nimi. Neverila mi.**

**Pri sexe ma nútil do vecí, ktoré
sa mi nepáčili.**

Ak ma miluješ, spravíš čo ti poviem....

**Hovorila mi, že som neschop-
ný a nikdy nič nedosiahnem.**

**Zakázal mi stretávať sa s kama-
rátkou.**

**Neustále ma podorzrievala z
nevery.**

Nútil ma nechať školu.

Vraj, ženy nepotrebujú študovať.

**Neustála mi telefonovala
alebo písala smsky.**

Ohováral ma pred kamarátmi.

**Vždy vo vzťahu rozhodovala
ona.**

**Vždy dával najavo že je viac a
ja som blbá kráva.**

Ponižovala ma pred kamarátmi.

Každý deň mi klamal.

**Kontrolovala moju históriu na
internet.**







Zlom kruh

Cieľ: popísať cyklus násilia v intímnom vzťahu

Čas: 30 min.

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Pomôcky: do skupiny veľký flipchart, lepidlo, fixky, kartičky, nastrihané papieriky s textom.

Popis aktivity:

Študentov rozdeľte do skupín po štyroch. Každé skupine rozdajte pomôcky. Požiadať študentov, aby si prečítali jednotlivé kartičky, ktoré dostali a na vrch flipchartu napísali cyklus násilia. Úlohou študentov bude usporiadať jednotlivé kartičky do kruhu tak ako si myslia, že vyzerá cyklus násilia vo vzťahu. Po vytvorení kruhu, rozdajte študentom nastrihané papieriky s textom a požiadať ich, aby jednotlivé pocity obeť a násilníka priradili k jednotlivým fázam v cykle násilia.

Po skončení aktivity so študentmi si sadneme do kruhu a jednotlivé skupiny odprezentujú svoj kruh násilia.

Diskusia:

Bola daná aktivita pre Vás náročná?

Aké fázy má cyklus násilia?

Aké pocity prežíva obeť pri jednotlivých fázach cyklu?

Napadnú Vás ďalšie pocity ako sa obeť môže cítiť pri jednotlivých fázach cyklu?

Ako sa správa násilný partner a obeť v jednotlivých fázach cyklu násilia?

Prečo obeť neopustí násilný vzťah?

Aké kroky môže podniknúť obeť, aby prelomila kruh násilného vzťahu?

Napätie

Násilie

Medové týždne

doba vytvárania napätia charakteristická menšími konfliktmi vo vzťahu, kedy jeden z partnerov je podráždený, nepríjemný, náladový a vyhráža sa násilím. Táto fáza trvá pár hodín alebo i niekoľko týždňov/mesiakov.

doba, kedy dochádza k útoku/ násiliu. Jeden z partnerov prechádza k psychickému, sexuálnemu, fyzickému alebo inému násiliu.

doba, kedy násilný partner sa ospravedľuje, nosí obeti darčeky, je láskavý, milý a dobrý. U obeti to vyvoláva rôzne pocity od strachu až po lásku. Mnohokrát vo vzťahu je táto fáza zlomová, pretože obeť verí sľubom násilného partnera. Verí, že sa násilný partner zmení a násilie sa nebude opakovať.

Násilný partner:

nahnevaný

zúrivý

výbušný

žiarlivý

podráždený

vyhrážanie

strata kontro-
ly

fyzické násilie

psychické ná-
silie

agresivita

sexuálne nási-
lie

vina

ospravedlňo-
vanie

sľuby

Obet':

poslušnosť

obviňuje seba
samu

strach

pocit viny

zlosť

bolesť

bezmocnosť

láska

nádej

doba vytvárania napätia charakteristická menšími konfliktmi vo vzťahu, kedy jeden z partnerov je podráždený, nepríjemný, náladový a vyhráža sa násilím. Táto fáza trvá pár hodín alebo i niekoľko týždňov/ mesiacov.

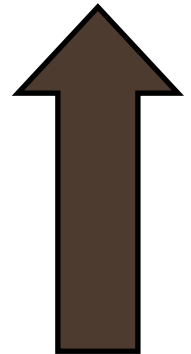
Násilný partner:

Nahnevaný
Zúrivý
Výbušný
Žiarlivý
Podráždený
Vyhrážanie

Obet':

Poslušnosť
Obviňuje seba samu
Strach
Pocit viny

Napätie



Medové ty

Násilný partner:

Vina
Ospravedlňovanie
Sľuby

Obet':

Láska
Nádej

doba, kedy násilník nosí obeti darčeky, obeti to vyvoláva lásku. Mnohokrát vá, pretože obeť v Verí, že sa násilník nebude opakovať.

doba, kedy dochádza k útoku/ násiliu. Jeden z partnerov prechádza k psychickému, sexuálnemu, fyzickému alebo inému násiliu.

Násilie

Obet:

Pocit viny
Zlosť
Bolesť
Bezmocnosť

Násilný partner:

Strata kontroly
fyzické násilie
Agresivita
Psychické násilie
Sexuálne násilie

výždne

Násilný partner sa ospravedlňuje, tvrdí, že je láskavý, milý a dobrý. U obete sa objavujú rôzne pocity od strachu až po odpor. Táto fáza zlomu vzťahu je táto fáza zlomu vzťahu. Partner sľubom násilného partnera. Násilný partner zmení a násilie sa



Kruh násilia

Cieľ: popísať cyklus násilia v intímnom vzťahu

Čas: 15-20 min.

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Pomôcky: cyklus násilia (podľa počtu študentov v triede), Nikolin príbeh

Popis aktivity:

Študentov rozdeľte do skupín. Každé skupine rozdajte príbeh, ktorý popisuje násilný vzťah a papier s cyklom násilia. Príbeh študentom roztrihnite na niekoľko častí a premiešajte ich. Úlohou študentov bude na základe jednotlivých častí príbehu vyskladať časovú os vzťahu a následne identifikovať jednotlivé fázy násilného vzťahu a priradiť ich k cyklu násilia. Na konci aktivity každá skupina prečíta príbeh na časovej osi jednotlivé časti priradí k fázam v kruhu.

Diskusia:

Bola daná aktivita pre Vás náročná?

Aké fázy ma cyklus násilia?

Vyskytli sa v príbehu všetky fázy cyklu násilia?

Ako sa Vám páčil príbeh?

Kto spravil v príbehu chybu? Akú?

Kto mal za čo zodpovednosť vo vzťahu?

Ako by ste reagovali na Nikolinom a Tomášovom mieste?

Komu by ste sa zverili?

Kde by ste v tejto situácii hľadali pomoc?

Mohla Nikola konať inak ak by poznala cyklus násilia?



S Tomášom som sa zoznámila v šestnástich. Prvé dva roky vzťahu boli skvelé. Tomáš bol milý a pozorný. Náš vzťah sa zmenil, keď si v škole našiel novú partiu kamarátov. Každý večer trávil s kamošmi pri pive.

Raz som šla s Tomášom a jeho kamarátmi na pivo aj ja. Tomáš bol celý večer podráždený a neprijemný, pretože som si rozumela s jeho kamarátmi.

Cestou domov mi spravil žiarlivostnú scénu. Kričal na mňa, vyhrážal sa mi rozchodom a dal mi facku. Pred bytom mi povedal: *nechcem, aby si sa stretávala s mojimi kamarátmi. Si obyčajná šľapka, ktorá flirtuje s mojimi kamarátmi pred mojimi vlastnými očami.* Nechápala som čo sa deje. Celý večer som sedela vedľa neho a bola milá na jeho kamarátov. V noci som nevedela zaspáť....

Ráno mi 10krát volal, ale nezdvihla som mu telefón. Bola som na neho nahnevaná a nechcela som sa s ním rozprávať. Po hodine mi napísal smsku. Ospravedlnil sa mi za to ako sa včera správal a pozval ma na večeru. Odpustila som mu a večer som šla s ním vonku. Celý večer bol milý a pozorný.

Týždeň po hádke mi začal vyčítať, že trávim veľa času s kamarátkami. Oponovala som mu, že aj on trávi s kamošmi svoj voľný čas. Znova sa nahneval.

Začal ma oslovovať nadávkami a vyhrážal sa mi fyzickým násilím.

Na druhý deň sa mi ospravedlnil a povedal, že sa to nebude opakovať.... Opakovalo sa to ešte veľakrát.

Pred rokom som sa s ním rozišla. Teraz som sama, ale šťastná.

Nikola



Spoločne v kruhu

Cieľ: popísať cyklus násilia v intímnom vzťahu

Čas: 15-20 min.

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Pomôcky: cyklus násilia (podľa počtu študentov v triede), Nikolin príbeh

Popis aktivity:

Študentom vysvetlite v krátkosti cyklus násilia. Študenti sa rozdelia do menších skupín. Každé skupine dajte 10 výrokov, ktoré sú úzko spojené s cyklom násilia. Úlohou študentov bude jednotlivé výroky priradiť k jednej fáze v cykle násilia. Študentom môžete rozdať kruh násilia, ktorý sa nachádza na nasledujúcej strane.

Milujem ťa, prosím vráť sa ku mne.

Si hlúpa a neschopná...

Prečo si mi včera odpísal až po hodine??? Odpísať mi máš do 5 minút...

Zmením sa.

Zbil ma...

Ohovárala ma pred kamarátmi.

Povedal mi že ma miluje.

Udrela ma.

Znásilnil ma.

Kúpil mi kvety

Diskusia:

Bola pre Vás táto aktivita náročná?

Prečo obe zotrúvajú v násilnom vzťahu? (môžete im vysvetliť Štockholmský syndróm)

Ako by ste charakterizovali násilného partnera?

Ako sa prejavuje násilný partner vo vzťahu?

Je násilie vo vzťahu dočasné? Prečo áno/nie?



Milujem Ťa, prosím vráť sa ku mne.

Si hlúpa a neschopná...

Prečo si mi včera odpísal až po hodine??? Odpísať mi máš do 5 minút...

Zmením sa.

Zbil ma...

Ohovárala ma pred kamarátmi.

Povedal mi že ma miluje.

Udrela ma.

Znásilnil ma.

Kúpil mi kvety



Etická výchova:

Téma: zdravý a nezdravý vzťah

Čas: 45 minút

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Ciele:

- zvýšiť informovanosť študentov o probléme Teen Dating Violence
- identifikovať zdravý a nezdravý intímny vzťah
- rozprávať o svojich pocitoch vo vzťahu

Pomôcky: notebook/PC, dataprojektor, reproduktory, prístup na internet, špagát/páska, vytlačené materiály, papieriky

Evokácia

Čas: 10 minút

Na začiatku vyučovacej hodiny študentom pustíte video, ktoré sa nachádza na stránke www.youtube.com (Sunshine - Don't Confuse Love & Abuse - Day One). Študentov požiadať, aby pri pozieraní videa premýšľali nad témou vyučovacej hodiny. Po skončení videa so študentmi diskutujte o téme vyučovacej hodiny.

Otázky na diskusiu:

Páčilo sa Vám video?

Akou témou sa dnes budeme zaoberať na hodine? (vlastné názory po pozretí videa, študentov vedieme k odpovedi láska)

Je láska v živote človeka dôležitá? Prečo?

Bol alebo je niekto z Vás zamilovaný?

Ako sa cítime, keď sme zamilovaní?

Sú všetky intímne vzťahy šťastné? Prečo áno/nie?

Po skončení krátkej diskusie so študentmi, učiteľ vysvetlí tému hodiny.

Na hodine sa budeme rozprávať o problematike partnerského násillia vo vzťahu alebo Teen Dating Violence. Ide o vážny problém v spoločnosti, s ktorým sa môže ktokoľvek stretnúť v živote. Každý chce raz v živote milovať a byť milovaný. Láska je dôležitá pre človeka a násillie do vzťahu nepatrí. (Na tabuľu môžete napísať láska ≠ násillie). Teen Dating Violence definujeme ako násillie alebo zastrašovanie násillím jedného z partnerov mimomanželského vzťahu a to v období, kedy spolu partneri nežijú v spoločnej domácnosti. Toto násillie sa opakuje, časom narastá a môže mať rozličné formy.

Strom
lásky



Uvedomenie:

Čas: 20 minút

Každému študentovi rozdajte 2 malé lepiace papieriky. Na tabuľu učiteľ napíše: *Láska je, keď...* Úlohou študentov bude dokončiť túto vetu. Na druhý papierik študenti napíšu vec/ jav, ktorá/ý do vzťahu nepatrí. Do triedy doneste baliaci papier alebo flipchart, kde bude nakreslený obrys stromu, rozdelený na polovicu. Jedná polovica bude predstavovať lásku a veci, ktoré patria do vzťahu. (Študenti na túto časť budú lepiť papieriky s výrokom *Láska je, keď...*). Druhá polovica stromu bude predstavovať veci, ktoré do intímneho vzťahu nepatria. Po piatich minútach premýšľania a písania študenti budú chodiť k stromu, prečítajú to čo napísali a nalepia papieriky so svojimi myšlienkami na určené miesta. Na konci aktivity prečítajte text od Ericha Fromma:

Láska akt milovania, produktívna činnosť, ktorá zahrňuje staranie sa o niekoho alebo o niečo, poznávanie, reagovanie, potvrdzovanie, radovanie sa: a to či už ide o človeka, strom, obraz, myšlienku. Láska znamená prebúdzanť k životu, obohacovať ho. Je to proces sebaobnovovania a sebaaprehlbovania.

Diskusia:

Ako má podľa Vás vyzerieť zdravý vzťah?
Ako by sme sa mali chovať vo vzťahu k partnerovi?
Ako sa prejavuje nezdravý vzťah?
Súhlasíte s citátom od Ericha Fromma?

Reflexia:

Čas: 15 minút

Študentov požiadaajte, aby sa zamysleli nad tým ako má vyzerieť ideálny partner a vzťah. Aké by mal/ nemal mať budúci partner vlastnosti, ako by sa mal správať vo vzťahu a ako by riešili alebo riešia konflikty v intímnych vzťahoch. Po chvíľke premýšľania sa študentov opýtajte:

Čo chcete zažiť vo vzťahu? Po položenej otázke študenti vytvoria zoznam 10 vecí ktoré chcú zažiť vo vzťahu alebo veci, ktoré sú pre nich dôležité (napríklad: vo vzťahu chcem zažiť lásku, rešpekt, pohodu, pokoj, pravdu).

Zdravý vzťah: je založený na otvorenej a úprimnej komunikácii, stojí na vzájomnej dôvere, kde partneri sa navzájom tolerujú. V zdravom vzťahu partneri sa navzájom rešpektujú, rozvíjajú ho a pracujú na ňom.

Nezdravý vzťah: je založený na nerovnováhe, partner sa snaží mať moc a kontrolu nad druhým, pričom využíva rozličné formy násilia.





Etická výchova:

Téma: formy a cyklus násilia

Čas: 45 minút

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Ciele:

- spozorovať znaky násilného vzťahu
- popísať formy násilia v romantickom vzťahu
- vysvetliť cyklus násilia v romantickom vzťahu

Pomôcky: PC, dataprojektor, reproduktory, tabuľa, kruh násilia

Evokácia

Čas: 10 minút

Na tabuľu napíšte slová láska a násilie. Úlohou študentov bude samostatne alebo v skupinách vytvoriť jeden cinquain na tému láska a druhý cinquain na tému násilie. Podstatou cinquainu je naučiť študentov zhrnúť informácie alebo zachytiť myšlienky, pocity do niekoľkých slov. Štruktúra cinquainu je nasledovná:

Násilie

1. riadok: Názov – jednoslovné pomenovanie témy (podstatné meno).

Bolestivé

Neprijemné

2. riadok: Charakteristika – dvojslovný opis témy (prídavné mená)

Týrať

Zneužívať

Ublížovať

3. riadok: Akcia – (tri slovesá v neurčitku)

Násilím nemožno priateľa získať, ani si ho udržať

4. riadok: Pocit – vyjadrenie pocitu, emocionálneho vzťahu k téme

Týranie

5. riadok: Podstata javu – jednoslovné synonymum vyjadrujúce podstatu

Pieseň
lásky

**Uvedomenie:****Čas: 25 minút**

Študentov rozdelíte do skupín a pustíte im pieseň (s videom: Kiss With A Fist) v ktorej sa spieva o násilí vo vzťahu. Po skončení videa si študenti v skupinách prečítajú preložený text piesne. Po prečítaní textu učiteľ začne diskusiu.

Otázky na diskusiu:

- Aké druhy násilia poznáme?
- Aké druhy (formy) násilia zažila aktérka v piesni?
- Ako by ste sa cítili na mieste hlavnej aktérky?
- Čo by ste robili/ mohli robiť na jej mieste?
- Aké formy pomoci poznáte, kde by mohla nájsť pomoc?
- Ako by ste jej vedeli pomôcť vy?
- Aké je posolstvo piesne?
- Aké emócie prevládajú vo videu?
- Predstavuje toto video zdravý vzťah?
- Ako si predstavujete zdravý vzťah?
- Aké správanie patrí/ nepatrí do vzťahu?

Brainstorming: prečo obeť neopustí násilného partnera?

Po tom ako študenti sa zamyslia nad danou otázkou vymyslia niekoľko dôvodov prečo obeť neopustí násilný vzťah. Všetky myšlienky zapíšeme na tabuľu. Následne študentom vysvetlíme cyklus násilného vzťahu. (Informácie o cykle násilia sú popísané vyššie.) Po skončení brainstormingu študentom rozdáme kruh násilia s jednotlivými fázami. Úlohou študentov bude k jednotlivým fázam napísať pocity a prejavy správania oboch partnerov vo vzťahu (obete a násilného partnera).

Reflexia:**Čas: 10 minút**

Po skončení aktivity každá skupina si vyberie hovorcu a predstaví svoj cyklus násilia. Po predstavení cyklu násilia začne reflexia prostredníctvom diskusie.

Otázky na diskusiu:

Čo dôležité si z dnešného stretnutia odnášate?

Čo nového ste zistili o téme Teen Dating Violence?

Ako môžeme v praxi využiť informácie, ktoré sme sa dnes naučili?

Zhrnutie:

Teen dating violence je násilie alebo zastrašovanie násilím jedného z partnerov mimomanželského vzťahu a to v období, kedy spolu partneri nežijú v spoločnej domácnosti. Násilie v partnerských vzťahoch adolescentov je vzorec správania, ktorý násilný partner používa na získanie moci a kontroly nad svojou partnerkou.





Etická výchova:

Téma: zdravá komunikácia vo vzťahu

Čas: 45minút

Počet študentov: 6-30

Vek: 14 – 24

Ciele:

- definovať zdravý a nezdravý vzťah
- uviesť príklady nevhodnej komunikácie vo vzťahu
- navrhnúť spôsob ako zdravo riešiť konflikt vo vzťahu
- diskutovať o téme teen dating violence

Pomôcky: obrázky, papieriky s výroky, príbeh,

Evokácia

Čas: 15 minút

Študentom ukážte fotografie zamilovaných párov. Následne so študentmi analyzujte jednotlivé obrázky a diskutujte o nich.

Kto je na obrázku?

Ako sa cítia osoby na obrázku?

Aké výrazné gestá vidíme na obrázku?

Čo vyjadrujú jednotlivé gestá?

Ako sa tvária osoby na obrázku?

Čo vieme vyčítať z mimiky daných ľudí?

O čom by sa mohli osoby na obrázku rozprávať?

Uvedomenie

Čas: 20 minút

Študentov požiadaajte, aby sa zamysleli nad komunikáciou vo vzťahu.

Ako komunikujeme s niekým koho milujeme?

Vo vzťahu dochádza mnohokrát k hádkam. Hádali ste sa niekedy s priateľkou/ priateľom?

Ako prebiehala hádka?

Prečo sa najčastejšie partneri hádajú?

Ako by ste riešili alebo ako riešite konflikty s partnerom?

**Zdravá
komunikácia**



Po poslednej otázke študentom vysvetlite, že nie všetky vzťahy sú romantické a že v mnohých intímnych vzťahoch sa môže vyskytnúť násilie, ktoré naruší harmóniu a lásku medzi dvoma ľuďmi.

Následne vyberte v triede dvojicu ľudí, ktorá zahrá alebo prečíta jednoduchú scénu, ktorá sa nachádza na ďalšej strane.

Po prečítaní príbehu so študentmi diskutujte:

Bolo Marekovo správanie voči Petre dobré?

Ako by ste reagovali na Petrinom mieste?

Môže sa niekto k Vám vo vzťahu takto správať? prečo nie?

Má niekto právo kontrolovať Vás vo vzťahu alebo určovať Vám čo máte robiť?

Komu by ste sa zverili na Petrinom mieste?

Reflexia

Čas: 10 minút

Študentov rozdeľte do dvojíc. Každé dvojici dajte výroky, ktoré popisujú násilný a zdravý vzťah. Každá dvojica sa zamyslí nad jednotlivými výroky. Potom určí v ktorom výroku ide o násilie a v ktorom nie. Následne študenti zdôvodnia svoj výber.

S priateľkou sme si zmenili stav
na facebooku z „nezadaný“,
na „vo vzťahu“,.

Moja priateľka sleduje na facebooku
ku koho mám medzi priateľmi. Ak
tam mám pekné dievča spraví mi
žiarlivostnú scénu a chce vidieť o
čom som si s ňou písal. Minule
chcela moje heslo na facebook.

Vždy keď idem s ním vonku od-
prevadí ma domov.

Prenasleduje ma. Všade kam sa po-
hnem je tam on.

Pozval ma na večeru.

Pozval ma na večeru a vyžadoval,
aby som si obliekla to čo mi on po-
vie.

Kúpil mi šaty.

Chce, aby som si obliekla to čo mi
on povie.

Idem vonku s kamarátkami.

Idem vonku s kamarátkami. Chce
vidieť fotku, že som s nimi.





Scénka (Násilí ve vzťahoch teenagerů)

Marek: „Takto vonku nepôjdeš. Chod' si umyť ten make-up! Rozumela si mi! A tie šaty: chod' sa obliecť normálne. Vyzeráš ako štenka!!!!“

Petra: „Ved' sa ti to minule páčilo. Vrável si mi ako mi to sluší, že si si ma všimol hneď na prvý pohľad.“

Marek: „No, to sa ale veci trochu zmenili, dievča moje. Vtedy sme sa zoznámyli. Teraz už si moje dievča. Nebudeš sa vystavovať ako nejaká fľandra. Nedovolím, aby sa tak na teba pozerali moji kamoši! Jasné?“

Petra: „Nehovor mi jako sa mám obliekať, snáď sa môžem obliecť ako chcem...?“

Marek: „Ja som chlap, ja rozhodujem, takto vonku nepojdeš!!!“

Marek dal Petre facku a strčil do nej. Petra si drží hlavu a plače.

Marek: „Prepáč, prepáč, takto som to nechcel, ale keby si sa takto nezmaľovala a neobliekla, tak by sa to vážne nestalo.“



Etická výchova:

Téma: ľudská dôstojnosť a násilie v globálnom svete

Čas: 45 minút

Ciele:

- zvýšiť informovanosť študentov o násilí páchanom na ženách v rozličných častiach sveta
- analyzovať prípady porušovania ľudských práv
- prehĺbiť empatiu voči obetiam násilia vo svete.

Pomôcky: PC, data projektor, internet alebo stiahnuté video, fotografie

Evokácia

Čas: 15 min.

Študentom vysvetlite, že na hodine sa budete rozprávať o ľudskej dôstojnosti a porušovaní ženských práv vo svete.

Na začiatku vyučovacej hodiny pustíte študentom video *One billion rising (short film)*.

<https://www.youtube.com/watch?v=gl2AO-7Vlzk>

Požiadajte ich, aby počas sledovania videa sa zamysleli nad nasledujúcimi otázkami:

Ako sú zobrazované ženy vo videu?

Sú vo videu porušované základné ľudské práva? Aké?

Po vzhliadnutí videá so študentmi diskutujte o tom čo videli vo videu.

Otázky na diskusiu:

Ako sú zobrazované ženy vo videu?

Sú vo videu porušované základné ľudské práva? Aké?

S akými problémami sa dnes môžu stretnúť ženy v chudobných krajinách?

Majú rovnaké problémy ženy v Európe, Amerike, Afrike, Austrálii a Ázii?

Súvisia tieto problémy s ľudskou dôstojnosťou a dôstojnosťou ľudskej osoby? (pri tejto otázke študentom môžete vysvetliť pojem Dôstojnosť ľudskej osoby).

Uvedomenie:

Čas: 15 min.

Po úvodnej diskusii rozdeľte študentov do menších skupín. Každéj skupine dajte fotografie, ktoré zobrazujú určitú formu násilia páchaného na ženách vo svete. Úlohou študentov bude diskutovať v skupinách na otázky priložené pri obrázkoch.

Reflexia

.Po skončení diskusie v jednotlivých skupinách vytvorte spoločný kruh zo stoličiek. Nasledne každá zo skupín odprezentuje svoju fotografiu a výstupy ostatným skupinám.

Správy o
násilí



- ⇒ Z ktorej krajiny pochádza osoba/osoby na fotografii?
- ⇒ Aký dojem vo vás vyvoláva fotografia?
- ⇒ Zobrazuje fotografia nejaký súčasný problém v spoločnosti? Ak áno, aký?
- ⇒ Čo by sme mohli urobiť preto, aby sa tento problém vyriešil?





- ⇒ Z ktorej krajiny pochádza osoba/osoby na fotografii?
- ⇒ Zobrazuje fotografia nejaký súčasný problém v spoločnosti? Ak áno, aký?
- ⇒ Aký dojem vo vás vyvoláva fotografia?
- ⇒ Čo by sme mohli urobiť preto, aby sa tento problém vyriešil?



- ⇒ Z ktorej krajiny pochádza osoba/osoby na fotografii?
- ⇒ Zobrazuje fotografia nejaký súčasný problém v spoločnosti? Ak áno, aký?
- ⇒ Aký dojem vo vás vyvoláva fotografia?
- ⇒ Čo by sme mohli urobiť preto, aby sa tento problém vyriešil?

