**ΑΥΤΟΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΜΑΘΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 2 - ΤΟ ΜΟΝΤΕΛΟ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ**

| Δραστηριότητα 1 | | |
| --- | --- | --- |
| ΘΕΜΑ: Ενημέρωση των θυμάτων για τους μηχανισμούς | | |
| ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΥΤΟΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ | | |
| **Κύριος στόχος της δραστηριότητας: Προετοιμασία για την εργασία με ένα χειραγωγούμενο άτομο**  Τα θύματα βίας - είτε πρόκειται για ενδοοικογενειακή είτε για οποιαδήποτε άλλη βία - συχνά επηρεάζονται έντονα από τον θύτη. Δεν σκέφτονται λογικά, βρίσκονται υπό την επήρεια χειραγώγησης ή σε συναισθηματική αναστάτωση.  Συχνά είναι δύσκολο να τους βοηθήσετε να ξεπεράσουν την κατάσταση. Το να τους κάνουμε να συνειδητοποιήσουν ότι βρίσκονται υπό την επιρροή της χειραγώγησης ή ότι δεν πρόκειται για μια "νέα αρχή μιας σχέσης" αλλά μόνο για ένα συγκεκριμένο στάδιο στον κύκλο της βίας, είναι ζωτικής σημασίας, ώστε να μπορέσουν να ξεφύγουν και να ζητήσουν βοήθεια.  Διαβάστε τη βιβλιογραφία που παρέχεται και στη συνέχεια:  1) Καταγράψτε τα σημάδια που δείχνουν ότι κάποιος χειραγωγείται.  2) Αναφέρετε πώς συμπεριφέρεται και πώς αισθάνεται το θύμα που βρίσκεται στη φάση του μέλιτος με τον θύτη.  Στη συνέχεια, απαριθμήστε πώς θα μπορούσατε να ετοιμάσετε εκπαιδευτικό υλικό για το θύμα.  Τι πρέπει να γνωρίζει για να αποφύγει μελλοντική χειραγώγηση.  Κρατήστε τις σημειώσεις σας - μπορεί να σας φανούν χρήσιμες για την ενότητα 3. | ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ   * Κατανόηση των παγίδων στις οποίες μπορεί να πέσει ένα θύμα * Κατανόηση των μηχανισμών χειραγώγησης (συνειδητών και ασυνείδητων) που χρησιμοποιούν οι θύτες * Χρήσιμα εργαλεία για να σπάσει ο κύκλος της βίας | ΔΙΑΡΚΕΙΑ  3 ώρες |
| **Υλικά και προετοιμασία**: Σημειωματάριο, στυλό, υπολογιστής, πρόσβαση στο διαδίκτυο. | | |
| **Απολογισμός και αυτοαξιολόγηση:** Τα θύματα βίας συχνά δεν επιθυμούν βοήθεια επειδή, μέσω της χειραγώγησης ή της ψεύτικης ελπίδας, δεν βλέπουν το πρόβλημα. Οι γνώσεις που θα αποκτήσετε εδώ θα σας βοηθήσουν με τον λιγότερο παρεμβατικό τρόπο να βοηθήσετε ένα θύμα που δεν φαίνεται να αναζητά βοήθεια. | | |
| **ΠΗΓΕΣ:** <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9233205/>   [https://www.researchgate.net/profile/Nabila-Maharani-18/publication/369171973\_Gaslighting\_in\_Relationships\_and\_Its\_Damaging\_Impacts\_on\_Victims /links/640d3d6566f8522c38997f0e/Gaslighting-in-Relationships-and-Its-Damaging-Impacts-on-Victims.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Nabila-Maharani-18/publication/369171973_Gaslighting_in_Relationships_and_Its_Damaging_Impacts_on_Victims/links/640d3d6566f8522c38997f0e/Gaslighting-in-Relationships-and-Its-Damaging-Impacts-on-Victims.pdf) (Μπορείτε να δημιουργήσετε δωρεάν λογαριασμό)  <https://www.psycom.net/gaslighting-what-is-it>   <https://www.webmd.com/mental-health/signs-manipulation> | | |

| ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2 | | |
| --- | --- | --- |
| ΘΕΜΑ: Κερδίζοντας την εμπιστοσύνη ενός θύματος βίας | | |
| ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΥΤΟΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ | | |
| **Κύριος στόχος της δραστηριότητας: Δημιουργία ασφαλούς χώρου**  Μπορεί να υποψιάζεστε ότι ένα γνωστό σας πρόσωπο είναι θύμα ενδοοικογενειακής και οικογενειακής βίας. Η δημιουργία ενός ασφαλούς χώρου και η απόκτηση της εμπιστοσύνης του πληγέντος ατόμου είναι ζωτικής σημασίας. Μερικές φορές μια απρόσεκτα πεταμένη φράση μπορεί να διαλύσει την εμπιστοσύνη που χτίστηκε επί ώρες ή ημέρες.  Σε ομάδες (με αυτόν τον τρόπο θα συλλέξετε μια ποικιλία πραγμάτων) συζητήστε τα ακόλουθα θέματα. Εξετάστε όχι μόνο τις λέξεις αλλά και τις χειρονομίες και τη στάση του σώματος ή τον τόνο της φωνής.  Για κάθε σημείο, γράψτε 15 παραδείγματα. Ο μεγάλος αριθμός των παραδειγμάτων είναι για να σας κάνει να σκεφτείτε. Αν έχετε δυσκολία μπορείτε να κάνετε έρευνα στο διαδίκτυο.  (α) Τι δεν πρέπει να πείτε σε ένα θύμα οικογενειακής βίας, προκειμένου να μη χάσετε την εμπιστοσύνη του ατόμου;  (β) Πώς να μην πυροδοτήσετε μια συναισθηματική αντίδραση; Και είναι πάντα δυνατόν να αποφευχθεί;  (γ) Τι μπορεί να βοηθήσει στη δημιουργία ενός ασφαλούς χώρου; | ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ   * Κατανόηση του τρόπου δημιουργίας εμπιστοσύνης * Γνώση του τρόπου αναγνώρισης/ ανάγνωσης της γλώσσας του σώματος ενός θύματος βίας * Κατανόηση των συναισθηματικών ερεθισμάτων | ΔΙΑΚΡΕΙΑ  1 ώρα |
| **Υλικά και προετοιμασία: Σημειωματάριο, στυλό, υπολογιστής.** | | |
| **Απολογισμός και αυτοαξιολόγηση:** Ένα άτομο που αντιμετώπισε βία μπορεί να βιώνει μια ποικιλία συναισθημάτων και αντιδράσεων, όπως μια διάχυτη αίσθηση αδυναμίας, παθητικότητας, απώλειας ελέγχου, απαισιοδοξίας, αρνητικής σκέψης, έντονα συναισθήματα ενοχής, ντροπής, αυτοκατηγορίας και κατάθλιψης. Σκεφτείτε τους λόγους για τους οποίους ένα άτομο μπορεί να είναι απρόθυμο να αποκαλύψει την οικογενειακή βία και πώς μπορείτε να αντιμετωπίσετε τα εμπόδια στην αποκάλυψη. | | |
| **ΠΗΓΕΣ:**  [**https://www.victimsupport.org.uk/wp-content/uploads/2021/10/Restoring\_Trust\_external-report.pdf**](https://www.victimsupport.org.uk/wp-content/uploads/2021/10/Restoring_Trust_external-report.pdf) | | |

| ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3 | | |
| --- | --- | --- |
| ΘΕΜΑ: Μελέτη σοβαρών περιπτώσεων | | |
| ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΥΤΟΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ | | |
| **Κύριος στόχος της δραστηριότητας: Αντιμετώπιση σύνθετων και δύσκολων περιπτώσεων**  Συχνά οι περιπτώσεις ενδοοικογενειακής βίας είναι πολύπλοκες και διφορούμενες. Μπορεί να υπάρχουν πολλές μορφές βίας, τα βίαια πρόσωπα μπορεί να είναι πολλά και το ίδιο το θύμα μπορεί να έχει περιορισμένες επιλογές. Η άσκηση έχει σκοπό να σας βοηθήσει να δείτε τη συνολική εικόνα και να σας διδάξει να μην βγάζετε βιαστικά συμπεράσματα. Να θυμάστε ότι δεν πρέπει να κρίνετε την εμπειρία της οικογένειας και να μην ενεργείτε ενάντια στις επιθυμίες των θυμάτων.  Παρακαλούμε διαβάστε τις ακόλουθες μελέτες περιπτώσεων:  **ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ: MAΡΘA**  Η Μάρθα, 19 ετών, ζει σε μια αγροτική και φτωχή περιοχή. Ζει με τους γονείς της και τα μικρότερα αδέλφια της. Οι γονείς της έχουν ένα μεγάλο αγρόκτημα. Η οικογένεια είναι πολύ συντηρητική, όπως και οι γείτονες, και πολιτισμικά υπάρχει μεγάλη ανοχή στην "τιμωρία" των παιδιών. Πάντα έπρεπε να βοηθάει στο αγρόκτημα μετά το σχολείο, και λόγω του υπερβολικού φόρτου εργασιών δεν κατάφερε να περάσει το απολυτήριο του λυκείου. Αυτό τη λύγισε αρκετά ώστε να μην προσπαθήσει να το βελτιώσει. Ο πατέρας της την ταπεινώνει τακτικά και η μητέρα της είναι παθητική. Όταν της έσπασε το χέρι σε ηλικία 15 ετών κατήγγειλε την υπόθεση, αλλά η οικογένειά της την έπεισε να ανακαλέσει τη δήλωσή της και η υπόθεση αποσιωπήθηκε. Οποιαδήποτε ανυπακοή καταλήγει σε σωματική βία - συμπεριλαμβανομένων και σοβαρότερων τραυματισμών - έχει ήδη σπάσει τη μύτη της. Σήμερα εργάζεται σε ένα κατάστημα, αλλά ο πατέρας της έχει τον έλεγχο του λογαριασμού της. Ο πατέρας της παραιτήθηκε από τη δουλειά του και, εκτός από τη γεωργία και τα κοινωνικά προγράμματα, η Μάρθα είναι η μόνη που βγάζει το ψωμί της. Έχει κατάθλιψη και παρόλο που δεν έχει κάνει απόπειρες αυτοκτονίας παρουσιάζει πολύ έντονες αυτοκαταστροφικές τάσεις, συμπεριλαμβανομένης της φυγής σε διεγερτικά και επικίνδυνες σεξουαλικές επαφές. Αρνείται να καταγγείλει την ενδοοικογενειακή βία, λέγοντας ότι ακόμη και αν κάποιος εξωτερικός την καταγγείλει, εκείνη θα αρνηθεί τα πάντα. Δεν προσπαθεί καν να το σκάσει από εκεί, πρώτον δεν υπάρχει λόγος και δεύτερον φοβάται ότι όταν φύγει οι γονείς της θα αρχίσουν να ξεσπούν στα μικρότερα αδέλφια της που μέχρι τώρα είχαν καλή μεταχείριση.  Ερωτήσεις:  1. Ποιοι είναι οι κυριότεροι παράγοντες-κλειδιά της ενδοοικογενειακής βίας σε αυτή τη μελέτη περίπτωσης;  2. Ποια είναι η/οι πιθανή/ές λύση/ες για να λύσει/ουν η Μάρθα τα προβλήματά της;  Προβληματιστείτε σχετικά με:  1.Τι μπορείτε να κάνετε;  2.Πώς μπορείτε να επηρεάσετε τη Μάρθα ώστε να αρχίσει να αναζητά βοήθεια;  **ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ: ΜΑΡΚ** Ο Μαρκ, 28 ετών, και η Άννα, 32 ετών, είναι ζευγάρι και έχουν ένα παιδί 2 ετών. Και οι δύο έχουν ανώτατη εκπαίδευση και καλές δουλειές. Σε μια περίπτωση ο Μαρκ προκάλεσε στην Άννα ένα μαυρισμένο μάτι κατά τη διάρκεια ενός καυγά. Σύμφωνα με την εκδοχή της Άννας, κατά τη διάρκεια ενός καυγά απλώς τη χτύπησε - ο ίδιος ο Μαρκ αρνείται να μιλήσει συνολικά γι' αυτό.  Η Άννα είναι πρόθυμη να μοιραστεί την εκδοχή της με όλους, αλλά δεν το έχει καταγγείλει ακόμη στην αστυνομία.  Αν και οι καβγάδες ήταν πιο συχνοί, αυτό ήταν το πρώτο περιστατικό σωματικής βίας - συνήθως κατέληγαν με την καταστροφή και από τους δύο του οικιακού εξοπλισμού.  Παρά το περιστατικό, συνεχίζουν να ζουν μαζί. Το παιδί τους αντιδρά με χαρά στη θέα του Μαρκ και των ξένων και είναι φιλικό προς αυτούς, αλλά συνήθως αγνοεί την Άννα ή αντιδρά με κλάμα στη θέα της.  Ερωτήσεις:  1. Σε τι πρέπει να δώσετε ιδιαίτερη προσοχή;  2. Ποιες είναι οι πιθανές μορφές βίας σε αυτή την περίπτωση;  Προβληματιστείτε σχετικά:  1. Μπορεί η κατάσταση να έχει κάποιο κρυφό νόημα;  2. Τι μπορείτε/πρέπει να κάνετε σε μια τέτοια κατάσταση; | ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ   * Κατανόηση της μεγάλης εικόνας (της κατάστασης στο σύνολό της) * Ικανότητα εξεύρεσης λύσεων σε δύσκολες περιπτώσεις | ΔΙΑΡΚΕΙΑ  1 ώρα |
| **Υλικά και προετοιμασία: Σημειωματάριο, στυλό, υπολογιστής.** | | |
| **Απολογισμός και αυτοαξιολόγηση:** Ορισμένα θύματα υποτάσσονται ακραία στον θύτη και αποδέχονται την κατάσταση. Πολύ συχνά, δεν μπορείτε να δείτε ολόκληρη την εικόνα με την πρώτη ματιά. Αυτή η άσκηση έχει σκοπό να σας διδάξει ενσυνειδητότητα και να σας προετοιμάσει για πιο σοβαρές περιπτώσεις. | | |
| **ΠΗΓΕΣ: Κανόνες σε επίπεδο ΕΕ για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας:**  <https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_22_1533> | | |