

# Verbális abúzus

János

Az egyik napon, mikor az egyik munkatársával egy faldarabot kell rögzíteniük, János véletlenül leejti az egyik téglát, és az összetörik. A társa mérgesen ráírvall: „Milyen kétbalkezes vagy! Semmit sem tanultál abban az árvaházban?”

## A) Menekülés

János sértve érzi magát, de úgy tesz, mintha nem hallotta volna a megjegyzést.

## B) Segítségkérés

János elpanaszolja a dolgot a főnökének, aki nyilvánosan kijelenti, hogy nem tűri az effajta viselkedést.

## C) Asszertív válasz

János ezt válaszolja a kollégájának: „Véletlenül leejtettem a téglát, de ennek semmi köze az anyámmhoz. Nincs jogod ilyen megjegyzéseket tenni.”

## D) Agresszív válasz

János a munkatársához vágja kezében lévő szerszámot.



szituációs kártya

Jánosnak sohasem volt még barátnője, fél is a lányoktól. Az egyik lány a munkahelyén rendkívül kedves vele, neki is nagyon tetszik, és randevúra hívja. A találkozó nagyon jól sikerül, János boldog, és reménykedik a folytatásban. Egyik este a kocsmában sörözgetnek a munkatársaival, és az egyik fiú így szól: „Ez a Bözsi nem bír magával, már mindannyiunknak megvolt, és most ezt a zöldfülű Jánost kerülgeti. Sebj, haver, örülj, hogy végre valaki veled is szóba áll.”

## A) Menekülés

János úgy tesz, mintha nem hallaná a megjegyzést.

## B) Segítségkérés

János segítségkérően néz az egyik olyan kollégájára, akivel viszonylag jó kapcsolatban van.

## C) Asszertív válasz

János kijelenti, hogy őt nem érdekli Bözsi múltja, a lényeg, hogy ők ketten vonzódnak egymáshoz, a fiúknak ebbe nincs joguk beleszólni.

## D) Agresszív válasz

János dühbe gurul, és a sörét a lányt gyalázó fiú arcába önti.



# Pénzügyi zaklatás

János

A fizetésnapon Jánost kellemetlen meglepetés éri: a vártnál kevesebb pénzt kap. Mikor megkérdezi a munkavezetőt, hogy ezt mi magyarázza, azt a választ kapja, hogy levonták az utazási költséget. A társaságot naponta busszal szállítják a munkahelyre.

## A) Menekülés

Bár a munkaszerződésben nem szerepelt szállítási díj, János nem teszi szóvá a dolgot, mert feltétlenül szüksége van a munkára.

## B) Segítségkérés

Az átmeneti otthonban János elmondja a szociális munkásnak, hogy mi történt. Együtt nézik át János munkaszerződését, majd a szociális munkás magyarázatot kér János munkavezetőjétől.

## C) Asszertív válasz

János megkéri a munkavezetőt, hogy nézzék át együtt a szerződést, ellenőrizzék a feltételeket, lehet, hogy ő értett félre valamit.

## D) Agresszív válasz

János dühösen a munkavezető szemére veti, hogy mindig a legnehezebb és legpiszkosabb munkát végezteti vele, és ráadásul még a neki járó fizetést sem kapja meg.



szituációs kártya

Mivel stabil munkahelye van, János többet keres, mint az otthon többi lakója. Ezért néhány lakótársa rendszeresen pénzt kér tőle. Az egyik éjjel két fiú várja az utcán, és pénzt követel. Mikor nem akar adni, a földre lökik, és kirabolják...

## A) Menekülés

Miután az összes pénzét elvették, János feláll, és hazamegy. Nem szól senkinek, mert fél a fiúktól.

## B) Segítségkérés

János elmondja az esetet a velük foglalkozó szociális munkásnak, aki figyelmezteti a fiúkat, hogy ha továbbra is agresszíven viselkednek, el kell hagyniuk az otthont.

## C) Asszertív válasz

János azt mondja a támadóknak, hogy ha ez újra előfordul, feljelenti őket a rendőrségen. Ha pénzt akarnak keresni, szívesen segít nekik elhelyezkedni ott, ahol ő is dolgozik.

## D) Agresszív válasz

Mivel nem ez volt az első eset, János ettől kezdve egy boxergyűrűt hord magával, hogy megelőzze az esetleges támadást.



# Szexuális abúzus

János

Egy születésnap partin János holt részegre issza magát. Néhány társa meztelenre vetkőzteti, és különböző szexuális pozíciókban készít róla képeket. Másnap, amikor felébred, észreveszi, hogy többiek furcsán néznek rá. Egy idő múlva valaki megmutatja neki a róla készült képeket.

## A) Menekülés

János annyira szégyelli magát, hogy öngyilkosságot kísérel meg.

## B) Segítségkérés

János elpanaszolja az esetet egy idősebb barátjának, aki felvilágosítja, hogy az őt engedély nélkül fényképező fiúkat akár fel is lehetne jelenteni. Jobban teszik, ha villámgyorsan törlik a képeket.

## C) Asszertív válasz

János kijelenti, hogy a társainak nem volt joguk ezt tenni, és követeli, hogy töröljék a képeket.

## D) Agresszív válasz

János kikel magából, és azzal fenyegeti a tetteseket, hogy minden telefont összetör.



szituációs kártya