



Előzzük meg a zaklatást és az erőszakot! szimulációs játék eszköztára

JÁTÉKMESTER FÜZET



UNIVERSITATEA BABEŞ-BOLYAI
BABEŞ-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM
BABEŞ-BOLYAI UNIVERSITÄT
BABEŞ-BOLYAI UNIVERSITY
TRADITIO ET EXCELLENTIA



Erasmus+

A projektet az Európai Bizottság támogatta. A kiadványban megjelentek nem szükségszerűen tükrözik az Európai Bizottság nézeteit.

A játék karaktereinek mátrixa

| Név | Jellemzői tömören | Adalékok, háttéranyagok |
|----------|---|---|
| Ádám | 18 éves középiskolás diák. Hallássérült, szinte semmit sem hall. | A Bélier család. Játékfilm. OFOE Filmklub – A Bélier család OFOE (osztalyfonok.hu) ; Csendország (R.: Lakatos Róbert). A filmről: https://filmarchiv.hu/hu/alapfilmek/film/csendorszag ; A Siketek és Nagyothallók Országos Szövetsége honlapja, https://sinosz.hu/ ; |
| Ágnes | 13 éves, 7. évfolyamos diák, látássérült. | Mikor és hova gyere? – Láthatatlan Kiállítás Budapest (lathatatlan.hu) , Igazi élmény az osztálynak! – Kalandozás a teljes sötétségben OFOE (osztalyfonok.hu) |
| András | 17 éves, szociális beilleszkedési zavarral élő fiú, nehézséget jelent számára mások érzéseinek megértése. | A házban. Játékfilm OFOE Filmklub – Francois Ozon: A házban OFOE (osztalyfonok.hu) |
| Benjamin | 18 éves, középiskolába jár; társai között félénken és esetlenül viselkedik. | Van valami furcsa és megmagyarázhatatlan. Játékfilm. OFOE Filmklub – Van valami furcsa és megmagyarázhatatlan OFOE (osztalyfonok.hu) ; Rossz versek. Játékfilm. OFOE Filmklub – Rossz versek OFOE (osztalyfonok.hu) |
| Carol | 20 éves fiatal anya, aki egyszerre vigyáz a kisfiára, tanul és vezeti a háztartást. | Pedagógiai Esték - Kozma-Vízkeleti Dániel: "Mosogat-e egy macsó?" https://www.youtube.com/watch?v=9uaYdYKGZXE |
| Dina | 15 éves, szüleivel és testvéreivel Palesztinából érkezett két éves korában. Az iskolában jól teljesít. | Nyomorultak. Játékfilm. OFOE Filmklub a Távmoziban – Nyomorultak OFOE (osztalyfonok.hu) |
| George | 16 éves, 14 éves korában érkezett Ugandából. Hiányoznak neki a szülei és a családja. | Könnyű leckék. Dokumentumfilm (R.: Zurbó Dorottya) https://filmio.hu/details?id=10833019&type=0&srcCarousellId=168 ; Az állampolgár. Játékfilm. OFOE Filmklub - OFOE Filmklub – Az állampolgár OFOE (osztalyfonok.hu) |
| Henrik | 20 éves, Második Esély iskolába jár. A családjától sem érzelmi, sem anyagi segítséget nem kap. | Lévai Julianna: A munka világának mellőzött áldozatai OFOE (osztalyfonok.hu.) |

| | | |
|--------|--|---|
| Irina | 19 éves, nagyon szép roma lány, aki egy nagyváros marginalizált, szegény roma közösségéből származik. | Brazilok. Játékfilm. OFOE Filmklub – Brazilok OFOE (osztalyfonok.hu) Viktória – A zürichi expressz. Játékfilm. Viktória – A zürichi expressz (port.hu)(169) Az én életem, az én döntésem – Farkas Franciska – YouTube (D.Tóth Kriszta interjúja) Szabó Anna: Kopogás az ajtón OFOE (osztalyfonok.hu) |
| János | 19 éves fiatalember, akit születése után magára hagyott az édesanyja és gyermekvédelmi intézetben nőtt fel. | Remény az életre 12. – A jelen OFOE (osztalyfonok.hu) (12 részes sorozat) |
| Kata | 18 éves középiskolás lány, akinek nagyon féltékeny partnere van. | Remélem, legközelebb sikerül meghalnod ☺ Játékfilm OFOE Filmklub – Remélem legközelebb sikerül meghalnod :) OFOE (osztalyfonok.hu) |
| Lili | 16 éves, mozgásában akadályozott, kerekesszéket használ. | Tiszta szívvel. Játékfilm. OFOE Filmklub – Tiszta szívvel OFOE (osztalyfonok.hu) ; Hasta la Vista. Játékfilm. OFOE Filmklub – Hasta la Vista OFOE (osztalyfonok.hu) ; Rosszul vannak, ha megjelenek a kerekesszékekkel. Prókai Eszter riportja. https://abcug.hu/rosszul-vannak-ha-megjelenek-kerekesszekkel/ ; Mozgáskorlátozottak Egyesületeinek Országos Szövetsége http://www.meosz.hu/ „A hozzám hasonlóknak nem nulláról indulnak egy ismerkedés során, hanem mínusz húszról” – Párkeresés, fogyatékkal - WMN |
| Márta | 16 éves, enyhe fokú értelmi fogyatékossgal él, tanulási nehézséggel küzd. Egy szakiskola integrált osztályába jár. | Precious. Játékfilm. OFOE Filmklub – Precious – a boldogság ára OFOE (osztalyfonok.hu) „A magunk módján mind furcsák vagyunk” – Női vágyak értelmi sérülten és épen - WMN |
| Patrik | 19 éves, szakközépiskolás fiatalember, akinek jelentős figyelmi és értelmi nehézségei vannak. | Virágvölgy. Játékfilm. OFOE Filmklub – Virágvölgy OFOE (osztalyfonok.hu) |
| Péter | 21 éves fiatalember, aki, mivel partnere keres többet, otthon van két éves fiukkal. | Apák gyesen - "Otthonról is lehetek pasi" Magyar Narancs Szél Dávid: Apapara |
| Rudi | 17 éves középiskolai tanuló, akinek kevés barátja van. Kancsal, gyermekkorában szegénységben élt. | BenX. Játékfilm. OFOE Filmklub pedagógusoknak és szülőknek 3. OFOE (osztalyfonok.hu) – BenX Forrest Gump. Játékfilm. |
| Vera | 17 éves, Második Esély iskolába jár, iskolafóbiája miatt kimaradt a középiskolából. | Lazhar Tanár Úr. Játékfilm. Lazhar Tanár úr – Elbeszéletlen történetek OFOE (osztalyfonok.hu) |



ÁDÁM - 18

Ádám súlyos hallássérült, majdnem teljesen siket. Középiskolába jár. A rehabilitációját segítő gyógypedagógus szerint nagyon jól olvas szájról, és az állapotához képest egész jól beszél. Édesapja szívesen dicsekszik azzal, hogy fia kiválóan kosárlabdázik, és jól teljesít matematikából. Ugyanakkor nagyon zavarja, hogy nehezen érti fia beszédét, és idegenek előtt szégyelli Ádám furcsa artikulációját.

VERBÁLIS ABÚZUS

Egy fontos kosárlabda-meccsen Ádám 3 pontos kosarával az ő csapata győz. A másik csapatban játszó Krisztián nagyon mérges a vereség miatt. Utána néz, hogy jelyelven hogy néz ki a SÜKET szó, és amikor Ádámmal összefutnak, minden alkalommal ezt mutatja neki.

A) Menekülés

Ádám úgy tesz, mintha nem venné észre Krisztián jelzését.

1. lehetőség

A csapattársak mikor észreveszik, leállítják Krisztiánt.

2. lehetőség

Krisztián, mikor látja, hogy Ádám nem reagál, súlyosabb sértéseket, fenyegetést kifejező jeleket mutogat.

B) Segítségkérés

Ádám megkéri a csapat tagjait, hogy segítsenek megfékezni Krisztiánt.

1. lehetőség

A következő edzésen a csapattársak azt mondják Krisztiánnak: „Sértegetés helyett Inkább bizonyítsd be, hogy te is vagy olyan jó játékos, mint Ádám.”

2. lehetőség

A többiek nem érzik súlyosnak a helyzetet, nem avatkoznak be.

C) Asszertív válasz

Egy mérkőzésen mindig van győztes és vesztes, ezt el kell fogadni. Most mi győztünk, legközelebb esetleg ti fogtok. Nem sportszerű, ilyesmin megsértődni.

1. lehetőség

Krisztián lecsillapodik, belátja, hogy Ádámnak igaza van, elnézést kér, és felhagy a sértő viselkedéssel.

2. lehetőség

Krisztián képtelen megbocsátani Ádámnak, hogy fogyatékosága ellenére felébe kerekedett.

D) Agresszív válasz

Ádám a nemzetközi jellel reagál: középső ujjával bemutat Krisztiánnak, így fejezve ki a megvetését.

1. lehetőség

Krisztián elszégyelli magát, s felhagy a sértő viselkedéssel.

2. lehetőség

Krisztián nekiesik Ádámnak, és verekedni kezdenek.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Ádám vagy a közeli főiskolán, vagy a fővárosban található egyetemen fog tovább tanulni. A főiskola előnye, hogy továbbra is otthon lakhat, a másik esetben el kell költöznie otthonról. Az egyetemi diploma viszont jobb munkalehetőséget biztosítana, és a választott intézménynek van fogyatékosokat segítő programja is. Ádám inkább az egyetemet választaná, édesanyja azonban, amikor felvetődik, hogy fia el akar menni otthonról sírva fakad, és a szemére veti, hogy nincs tekintettel az ő érzéseire.

A) Menekülés

Ádám elzárkózik a témához kapcsolódó családi beszélgetéstől, kerül minden vitát.

1. lehetőség

A fiú szó nélkül eleget tesz az anyja kívánságának, a helyi főiskolára jelentkezik.

2. lehetőség

Ádám minden egyeztetés nélkül beadja a felvételi kérelmét az egyetemre.

B) Segítségkérés

Ádám megkéri az apját, hogy győzze meg az édesanyját az egyetemi diploma előnyeiről

1. lehetőség

Az anyát meggyőzik férje érvei, és belenyugszik fia egyetem melletti döntésébe.

2. lehetőség

Az anya megbántódik, úgy érzi, hogy a férje és a fia összeesküdött ellene.

C) Asszertív válasz

Ádám jelzi az anyjának, hogy már felnőtt, ebben az egész további életét befolyásoló kérdésben neki megának kell felelősen döntenie.

1. lehetőség

Az anya belátja Ádám szempontjait, és megígéri, hogy a továbbiakban támogatni fogja tervei megvalósításában.

2. lehetőség

Az anya megsértődik, és egy darabig nem áll szóba a fiával.

D) Agresszív válasz

Ádám egy ilyen kitörés után elrohan hazulról, csak egy SMS-t küld a szüleinek, hogy éppen elég baja van, nem bírja a hisztit és az érzelmi zsarolást.

1. lehetőség

Az anya válaszában megígéri, hogy nem fog beleszólni Ádám döntésébe

2. lehetőség

Az anya vérig sértődik, és nem válaszol Ádám üzenetére.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Az egyik csapattársa megtalálja Ádám naplóját, amiben részletesen ír problémáiról, érzelmeiről, rejtett vágyairól. A csapattárs lefotóz néhány különösen intim részletet, és megfenyegeti Ádámot, hogy ha nem fizet neki egy nagyobb összeget, fel fogja tenni ezt a Facebookra

A) Menekülés

Ádám kifizeti a kért összeget.

1. lehetőség

A másik fiú törli a szöveget a telefonjáról

2. lehetőség

A fiú még több pénzt követel.

B) Segítségkérés

Ádám az edzőhöz fordul segítségért.

1. lehetőség

Az edző leszidja a zsarolót, és közli vele, hogy egy ilyen embernek nincs helye a csapatban.

2. lehetőség

Az edző nem avatkozik be, azt mondja, hogy neki nincs ideje ilyen ügyekkel foglalkozni.

C) Asszertív válasz

Ádám jelzi a társának, hogy senkinek sincs joga más naplóját engedély nélkül elolvasni, a zsarolás meg törvénybe ütköző tett. Megkérdezi, hogy ő mit tenne, ha ilyesmi történne vele.

1. lehetőség

A fiú elszégyelli magát, elnézést kér, és törli a fotót.

2. lehetőség

A fiú kineveti Ádámot, és közli, hogy ha másnapra nincs meg a pénz, beváltja a fenyegetést.

D) Agresszív válasz

Ádám nekiront a társának, ki akarja csavarni a kezéből a telefont.

1. lehetőség

Ádámnak sikerül megszereznie a telefont, és azonnal törli is a fotót róla.

2. lehetőség

A dulakodás közben eltörik a telefon, és a csapattárs követeli, hogy Ádám térítse meg a kárt.

FIZIKAI ABÚZUS

Ádám apjának főnöke jön látogatóba. Az autójával kapcsolatos problémákról folyik a beszélgetés. Ez Ádám kedvenc témája, csatlakozik a beszélgetéshez. A főnök nem tudja, hogy a fiú hallássérült, és megdöbben a furcsa artikuláción. Az apa az asztal alatt nagyot rúg a fia lábába, hogy figyelmeztesse: fogja be a száját.

A) Menekülés

Ádám megérti a jelzést, és elhagyja a szobát..

1. lehetőség

Az apa megsajnálja a fiát, a látogatás után elnézést kér tőle.

2. lehetőség

Az apa megkönnyebbül, hogy már nem kell szégyenkeznie a főnöke előtt.

B) Segítségkérés

Ádám elmeséli az anyjának, mi történt, és kéri, értesse meg az apjával, hogy számára milyen megalázó volt a helyzet.

1. lehetőség

Az apa megígéri, hogy megpróbálja elfogadni Ádám állapotát, és leküzdeni az emiatti szégyenérzetet.

2. lehetőség

Az apa közli, hogy Ádámnak kellene tekintettel lenni rá, szokja meg, hogy idegenek előtt nem beszél.

C) Asszertív válasz

Ádám megkéri az apját: máskor közölje előre a hozzájuk érkező vendégekkel, hogy ő jelnyelven tud jól kommunikálni, és beszélni csak így képes.

1. lehetőség

Az apa elnézést kér a fiától, és megígéri, hogy megpróbálja a hasonló helyzeteket megelőzni.

2. lehetőség

Az apa közli, hogy Ádám csupán azért került megalázó helyzetbe, mert az ő előzetes figyelmeztetése ellenére beszélt egy idegen előtt.

D) Agresszív válasz

Ádám földhöz vágja az éppen kezében lévő poharat, kirohan a szobából és becsapja az ajtót.

1. lehetőség

Az apa rémülten fut az örvengő fiú után, és megpróbálja lecsillapítani. A vendég látva a helyzetet, csendben távozik.

2. lehetőség

Az apa elpanaszolja a vendégének, hogy mennyi gond van a fogyatékos fiával.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Ádám egyik csapattársának húga, Renáta gyakran van együtt a csapattal. Egyik nap az edzés előtt leül Ádám mellé, nekinyomja a mellét és fogdosni kezdi a lába között. Ádám megpróbálja elhárítani a közeledést. A lány szájáról ezt olvassa le: „Mi a baj? Szűz vagy? Vagy talán meleg?”

A) Menekülés

Ádám kimegy a tornateremből.

1. lehetőség

Renáta meglepődik Ádám reakcióján és utána megy. Komoly párbeszéd kezdődik közöttük a személyes határokról.

2. lehetőség

Ádám kimenekül a tornateremből, és hazamegy. Egy teljes hétig nem megy iskolába.

B) Segítségkérés

Ádám megkéri Renáta bátyját, hogy állítsa le a húgát.

1. lehetőség

Renáta bátyja szól a húgának, hogy ne fusson olyan szekér után, ami nem veszi fel.

2. lehetőség

Renáta bátyja azt mondja, hogy egy ilyen nyomorék örüljön, hogy akad olyan lány, aki érdeklődik iránta.

C) Asszertív válasz

Ádám megmondja Renátának, hogy nem vonzódik hozzá, és kéri, hogy ne hozza mindkettőjüket kínos helyzetbe a tovakodó közeledésével.

1. lehetőség

Renáta elgondolkodik, és kéri Ádámot, hogy ne haragudjon rá, legyenek a továbbiakban barátok.

2. lehetőség

Renáta kineveti Ádámot, és mindenki előtt kijelenti, hogy egy fiú, aki nem viszonzza egy lány közeledését, csakis meleg lehet

D) Agresszív válasz

Ádám lekurvázza Renátát, és ellöki magától.

1. lehetőség

Renáta megijed, és kimenekül a teremből.

2. lehetőség

Renáta bepanaszolja Ádámot az iskola igazgatójánál, hogy durván zaklatta.



ÁGNES – 13

Ágnes hetedik osztályba jár. Látássérült, csupán a fényt érzékeli. Családjával él egy megyeszékhelyen. A bátyjával és a nővérével jár egy iskolába, gyakran mennek együtt kirándulni. Ágnes a Braille-ábécé segítségével ír, imádja az irodalmat, jól beszél angolul és érdekli a biológia is. Matematikában lassúbb, mint az osztálytársai, igazán nagy problémát csak a geometria okoz neki.

VERBÁLIS ABÚZUS

Ágnes nem mindig tudja követni az óra menetét. Olykor megkéri a tanárt, hogy lassítson vagy ismételje meg, amit mondott. „Már megint erre a vakegérre kell várnunk”. – hangzik el egyre gyakrabban.

A) Menekülés

Ágnes úgy tesz, mint nem hallaná a megjegyzést.

1. lehetőség

A gúnyolódók megunják, és megszűnnek a beszélgetések.

2. lehetőség

A gúnyolódók úgy látják, hogy Ágnesre nem hatnak a szavaik, ezért egyre durvább megjegyzéseket tesznek.

B) Segítségkérés

Ágnes a barátnőit kéri, hogy segítsenek, mert nagyon bántják ezek a megjegyzések. Úgy döntenek, hogy óra közben segítenek neki, ha valamiben elmarad.

1. lehetőség

A barátnők segítenek, Ágnesnek nem kell a tanárhoz fordulni, a gúnyolódás megszűnik.

2. lehetőség

Egyes tanárokat bosszantják az óra közben történő sugdosások, rászólnak a lányokra, hogy legyenek csendben.

C) Asszertív válasz

Ágnes bátyja, akinek a lány elpanaszolja, hogy vakegérnek csúfolják, bemegy az osztályba. Az osztálytársak érdeklődéssel veszik körül a fiút, aki elővesz egy darab szürke fóliát, és megkéri őket, hogy azon keresztül nézve találjanak meg egy meghatározott tárgyat. Utána csak ennyit mond: „Ugye, most már értitek, hogy Ágnes mennyit lát a világból?”

1. lehetőség

„Valóban nem látunk szinte semmit. Ágnesnek nagyon nehéz lehet a dolga!” – látják be a többiek.

2. lehetőség

Semmi reakció, a főkolompos pedig csak ennyit mond: „Nincs időnk ilyen ostoba játékokra! Nélküled is tudjuk, hogy a húgod nem lát. Mi közünk nekünk ehhez?”

D) Agresszív válasz

Ágnes elveszti a türelmét, az egyik gúnyos megjegyzésnél felugrik, és a hang irányába kezd el csapkodni és kiabálni: „A kurva anyád, az a vakegér!”

1. lehetőség

A gúnyolódók megrettennek a heves reakciótól, abbamaradnak a beszélgetések.

2. lehetőség

A többiek kinevetik Ágnest, és egyre durvább megjegyzéseket tesznek rá.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Ágnes megtanulta, hogyan használja a fehér botot közlekedés közben. A nővére azonban nem engedi, hogy magával vigye, mert nem akarja, hogy bárki szánakozva nézzen rájuk. Szemrehányást tesz a húgának, hogy nem bíz benne, ezért akarja magával vinni a botot.

A) Menekülés

Ágnes a bot nélkül rendkívül bizonytalanul közlekedik, nem érzékeli a körülötte levő tárgyakat, nehezen tájékozódik, görcsösen kapaszkodik a nővérébe.

1. lehetőség

Nővére belátja, hogy Ágnesnek szüksége van a botra.

2. lehetőség

A buszon a nővére segít Ágnesnek helyet találni. „Na, látod, a botoddal nem lettél volna képes helyet találni, ehhez rám volt szükséged.” – mondja

B) Segítségkérés

Ágnes megkéri egyik tanárát, hogy magyarázza el a nővérének, miért szükséges a bot.

1. lehetőség

A nővér belátja, hogy egy kamaszlánynak szüksége van a függetlenségre, és ha ehhez a fehér bot segítségével jelent, akkor jó, ha Ágnes mindig magával viszi.

2. lehetőség

Ágnes nővére megköszöni a tanácsot, és közli, hogy a húga, ha vele van, nem fog bottal közlekedni.

C) Asszertív válasz

Ágnes elmondja nővérének, hogy a fehér botot nem kell szégyellni, ez az önállóság fontos eszköze. Ha a bot nála van, nincs szüksége arra, hogy más figyelje helyette az utat..

1. lehetőség:

A nővére belátja, hogy Ágnesnek igaza van, valóban jobban tudnak beszélgetésre figyelni, ha a húga a botja segítségével önállóan közlekedik.

2. lehetőség:

A nővére inkább Ágnes helyett is figyel, mert nehezen viseli el a szánakozó tekinteteket.

D) Agresszív válasz

„Szükségem van a botomra! Ha szégyelled, hogy vak vagyok, akkor máskor ne gyere velem! – közli Ágnes a nővérével.

1. lehetőség

Ágnes nővére megérti, Ágnes szempontjait, azt, hogy szüksége van a bot használatára.

2. lehetőség

A nővér nem akarja kitenni magát annak, hogy a húga miatt szánalommal nézzenek rá, ezért úgy dönt, hogy inkább nem megy vele sehova.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Ágnes egyik osztálytársával koncertjegyet vesz. Tízezres van nála, azzal fizetnek a 4000 forintos jegyért. Ágnesnek a másik lány adja a kezébe a megvásárolt jegyet és a visszajáró két darab bankjegyet. Otthon derül ki, hogy csupán 2000 forint van nála. Ágnes nem tudja, vajon a pénztárostól kapott-e vissza kevesebbet, vagy az osztálytársa tévedett.

A) Menekülés

Nem tesznek semmit, hiszen olyan bizonytalan az egész, vádaskodni pedig semmiképpen sem akarnak.

1. lehetőség

Többet nem fordul elő hasonló eset.

2. lehetőség

Mikor legközelebb ugyanaz az osztálytársa ajánlja fel a segítségét, Ágnes kitér előle. Az osztálytárs megbántódik, Ágnes azonban nem hajlandó megindokolni döntését.

B) Segítségkérés

Ágnes elmeséli édesapjának, mi történt és kérdezi, mit tehetnének.

1. lehetőség

Édesapja szerint azzal az osztálytársával kellene beszélni, akivel közösen vették a jegyet, hátha együtt rájönnek, mi történt.

2. lehetőség

Édesapja közli, hogy ha nem tud vigyázni a pénzre, akkor többet ne vásároljon önállóan.

C) Asszertív válasz

Ágnes őszintén elmondja az osztálytársának, hogy milyen gondja van a pénzzel, megkéri, hogy segítsen felderíteni, mi is történt

1. lehetőség

Az osztálytárs megnézi a táskáját, és észreveszi, hogy ő tette el véletlenül az ötezrest. Elnézést kér a tévedéséért, és visszaadja a pénzt.

2. lehetőség

Az osztálytárs felajánlja, hogy Ágnessel együtt visszamegy a pénztárhoz, és megkérdezik, nem maradt-e többlet.

D) Agresszív válasz

Ágnes megvádolja az osztálytársát, hogy visszaélt a bizalmával, és meglopta.

1. lehetőség

Az osztálytárs megtalálja a pénztárcájában a hiányzó ötezrest, és visszaadja Ágnesnek.

2. lehetőség

Az osztálytársat felháborítja a vád, nem hajlandó többé szóba állni Ágnessel.

FIZIKAI ABÚZUS

Ágnes egyre gyakrabban érzi, hogy a szünetekben valaki elé hajol és csapkod a kezével, máskor meg a folyosón hirtelen átugranak előtte. Nem látja őket, de érzi a levegő mozgását, hallja a cipők hangját. Egy barátjánője szerint ez azért történik, mert az osztály egy része kételkedik abban, hogy valóban vak.

A) Menekülés

Ágnes hátrahajol, megáll és vár.

1. lehetőség

Osztálytársai megunják a dolgot és nem teszik próbára többé.

2. lehetőség

A furcsa hadonászás folytatódik, sőt, gyakoribbá válik. Már akadálypályát állítanak neki a folyosón, vihognak közben, de Ágnes nem tudja ki és miért ad ki ilyen hangokat.

B) Segítségkérés

Megkéri a vele foglalkozó gyógypedagógust, hogy segítsen az osztálytársaival megértetni, mit is jelent annyit látni, amennyit ő lát.

1. lehetőség

A pedagógus megkéri a kételkedő osztálytársakat, hogy jöjjenek be hozzá. Csak fényérzést lehetővé tevő sötét szemüveget ad nekik, s kéri, sétáljanak kicsit a teremben.

2. lehetőség

A pedagógus meghívna az osztálytársakat egy kis „játékra”, de ők kibújnak alóla, sietniük kell, tanulnivalójuk van, és úgy vélik, hogy éppen eleget tudnak Ágnes látásáról.

C) Asszertív válasz

Ágnes ezt mondja: „Nagyon zavar engem, amit csináltok. Nem látom, ki vagy, de érzem a levegő mozgását, és hallom a lépéseidet. Nem látok színeket, nem látom a tárgyak formáját. 1. lehetőség

Az őszinte, nyílt hang meglepi a többieket, megkérdezik Ágnestől, hogy mit lát meg, mit vesz észre, s milyen helyzetben melyik érzékszerve segíti.

2. lehetőség

„Kit érdekel, hogy mit látsz, és mit nem? Vak vagy és kész!” – mondják a többiek

D) Agresszív válasz

Ágnes ezt kiabálja: „Bárcsak mind megvakulnátok, akkor megértenétek, mit érzek!

1. lehetőség:

Az osztálytársak elszégyellik magukat. Kérik Ágnest, hogy ne haragudjon rájuk.

2. lehetőség

Az osztálytársak nevetségesnek tartják a kirohanást.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Ágnesnek nehezen megy a geometria. Gergő segít neki, vezeti a kezét, az ábra megfelelő helyére. Egyre többször, egyre hosszabban időz a keze a lány kezén, karján, végig simítja a vállát, a hátát. Az egyik óra után át is öleli és megérinti a mellét,

A) Menekülés

Ágnes nem szól senkinek, de többet nem tanul együtt Gergővel.

1. lehetőség:

Gergő veszi a lapot, és békén hagyja Ágnest.

2. lehetőség:

Amikor kettesben maradnak, Gergő ismét megpróbálja megérinteni.

B) Segítségkérés

Ágnes elmondja a barátnőjének, hogy mi történt, s megkérdezi, hogy szerinté is túlzott bizalmaskodás volt-e ez a fiú részéről, amit neki joga van visszautasítani.

1. lehetőség:

A barátnője megerősíti, hogy ez túlzott bizalmaskodás, Ágnes jól teszi, ha nem hagyja magát.

2. lehetőség:

A barátnője szerint Gergő jóképű srác, sok lány boldog lenne, ha megölelné. Ágnes ne legyen finnyás, inkább örüljön annak, hogy a fiú foglalkozik vele.

C) Asszertív válasz

Ági kibontakozik a kéréstlen ölelésből és azt mondja: „Megszoktam, hogy mozgások tanulásakor, pl. úszásnál megérintenek engem. A geometria-tanuláshoz viszont nem kell ölelés. Köszönöm a segítségedet, de nem táncolni tanulunk.”

1. lehetőség:

Gergő elnézést kér, és elengedi Ágnest.

2. lehetőség:

Gergő gúnyosan reagál: „Csak nem hiszed, hogy bejössz nekem?”

D) Agresszív válasz

Ágnes ellöki magától Gergőt és azt kiabálja: „Milyen jogon zaklatsz engem? Ha nem engedsz el azonnal, felpofozlak!”

1. lehetőség:

Gergő elnézést kér.

2. lehetőség:

„Fel akarsz pofozni? Azt sem látod, hol vagyok!” – mondja nevetve a fiú és faképnél hagyja Ágnest.



ANDRÁS – 18

András fiatal autizmussal élő férfi. Szereti a történelmi olvasmányokat, és gyakran órákat tölt a könyveivel. Váratlan helyzetekben vagy nagyobb társaságban különösen kényelmetlenül érzi magát. Megnyugtatja, ha előre tudja, hogy mi fog történni, és ha átlátja az egész napját. Nehézségei vannak mások érzelmeinek megértésével és a társas normák dekódolásával kapcsolatban. Nincs sok barátja, és amikor az osztálytársai megpróbálják bevonni valamibe, nem mindig csatlakozik annak ellenére sem, hogy sokszor lenne kedve hozzá.

VERBÁLIS ABÚZUS

Egyik nap, amikor hazaér, elkezd a második világháborúról beszélni, ahogy a történelemórán hallotta. Azonban a mostohaapját ez egyáltalán nem érdekli. András egész este folytatja a téma kifejtését, ám egy idő után a mostohaapja elveszíti a türelmét, és az anyja előtt azt mondja a fiúnak: „Nem tudnál valami másról beszélni? Te retardált idióta!”

A) Menekülés

András megijed és csöndben marad. Ezek után egy szót sem szól.

1. lehetőség

A mostohaapja egy hosszas beszélgetés után, amit a fiú anyjával folytat a családi béke helyreállításáról, bocsánatot kér Andrástól. Elmondja neki, hogy nagyon hosszú és fárasztó napja volt és ezért reagált ilyen türelmetlenül.

2. lehetőség

Sem édesanyja, sem mostohaapja nem reagál a történetekre és mindenki úgy tesz, mintha semmi sem történt volna.

B) Segítségkérés

András beszél az anyjával és elmondja neki az érzéseit.

1. lehetőség

Az anyja megérti Andrást és beszél a mostohaapjával, elmagyarázza neki, hogy azzal, ha a fiát bántja, őt is bántja.

2. lehetőség

Habár az anyja próbálja megérteni Andrást, amíg kettesben vannak, nem beszél a fiú mostohaapjával.

C) Asszertív válasz

András elmondja a mostohaapjának, hogy nem retardált és nem tűri el, hogy bárki is ilyen hangnemben beszéljen vele.

1. lehetőség

András mostohaapja elismeri, hogy hibázott és tiszteletlen volt. Megpróbálja elmagyarázni a fiúnak, hogy sokat dolgozik és a nap végére általában elfárad és ilyenkor sokkal kevesebb türelme van, mint máskor.

2. lehetőség

A mostohaapja még mérgesebb lesz és hangoskodni kezd. András megijed és a másik szobába megy.

D) Agresszív válasz

András mérges lesz, ütésre készülve felemeli a karját és azt kiabálja a mostohaapjának: „Te vagy a retardált!”, viszont nem üti meg őt.

1. lehetőség

András anyja megnyugtatta mindkettejüket és megkéri őket, hogy béküljenek ki egymással, mert nagyon rossz neki őket veszekedni hallani.

2. lehetőség

A mostohaapja elveszíti a fejét és megüti a fiút.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

András busszal utazik haza sok másik diákkal, köztük az egyik osztálytársával, Evelinnel, akit nagyon kedvel. András folyamatosan a lányt nézi. Ezt azonban észreveszi az Evelin mellett álló fiatal férfi is, aki ennek következtében közelebb lép a lányhoz és átöleli őt. Miután leszállnak a buszról, a fiú odamegy Andrásához és elmondja neki, hogy Evelin az ő barátnője és András egyébként is egyedül fog maradni egész életében, mivel egy lány sem létezik a világon, aki szeretni tudná őt. Ezek után még András arcába is nevet.

A) Menekülés

András nem reagál a fiú támadására és csendben elsétál.

1. lehetőség

Evelin meghallja, amit a barátja mondott Andrásnak. Mérges lesz és András után megy, akinek azt mondja, hogy „Te rendes srác vagy. Ne foglalkozz azzal, mit mondanak mások!”

2. lehetőség

Egy másik fiú felkiált: „Nézzetek rá! Pillanatok kérdése és elsírja magát, mint valami kislány!” Ezen mindenki felnevet, még Evelin is.

B) Segítségkérés

András elmondja az egyik barátjának a történeteket.

1. lehetőség

A barátja, Dávid, aki focista, segít neki. Határozott hangnemben megkérdezi Evelin barátját, hogy „Van-e valami probléma?” A barát hátrálni kezd és idegesen azt feleli: „Nem, egyáltalán nincs semmi probléma.”

2. lehetőség

A barátja, Dávid, aki focista, segít neki. Határozott hangnemben megkérdezi Evelin barátját, hogy „Van-e valami probléma?” A barát azt válaszolja: „Igen, a probléma az, hogy András a barátnőmet bámulta és ezt nem tolerálom.”

C) Asszertív válasz

András összeszedi minden bátorságát, odalép Evelinhez és elmondja, hogy tetszik neki. Elmondja azt is, amit a barátja mondott és hozzáteszi, hogy jobbat érdemelne.

1. lehetőség

Evelin odahívja a barátját, leszidja őt és elnézést kér Andrásról. Valamint azt is mondja neki, hogy ne foglalkozzon mások véleményével.

2. lehetőség

Evelin kényelmetlenül érzi magát András közeledésétől, ezért nem foglalkozik vele. A lány barátja odamegy hozzájuk és ellöki Andrást, majd megfenyegeti azzal, hogy ha még egyszer meglátja Evelin közelében, akkor meg fogja verni.

D) Agresszív válasz

András elkezd Evelin barátját kigúnyolni.

1. lehetőség

A fiú meglepődik, mivel nem számított ilyesmi reakcióra Andrásról, így abbahagyja a gúnyolódást.

2. lehetőség

Evelin barátja nagyon mérges lesz, még hangosabban kezdi el gúnyolni Andrást és a földre löki őt.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Egy iskolai kiránduláson a diákoknak maguknak kell fizetni a költségeket. Ha valakinek pénzügyi problémája adódik, kérhet támogatást az iskolától. Amikor erre lehet jelentkezni, András észreveszi, hogy néhány fiú őt figyeli

és nevetnek rajta. Emlékeznek, hogy András legutóbb igényelte a támogatást. Andrásnak nincs elég pénze, viszont úgy érzi, hogy megalázó az osztálytársai előtt ismét segítséget kérnie.

A) Menekülés

András nem jelentkezik a támogatásra és azt mondja, hogy aznap családi eseménye lesz, és ezért nem tud részt venni a kiránduláson.

1. lehetőség

András tanára félrehívja a fiút és megkérdezi, valóban ez-e az igazi ok, amiért nem megy a kirándulásra. András elmondja neki az igazat, és a tanár segít az osztálytársak tudta nélkül jelentkezni.

2. lehetőség

András hazamegy és nem vesz részt az iskolai kiránduláson.

B) Segítségkérés

A nap folyamán segítséget kér a tanárától.

1. lehetőség

A tanár megérti a helyzetet és segít Andrásnak jelentkezni.

2. lehetőség

A tanár azt mondja, már túl késő, és nem kellene szégyellnie magát ebben a helyzetben.

C) Asszertív válasz

András felemeli a kezét és jelentkezik a támogatásra. Egyenesen a rajta nevető fiúkra néz és megmondja nekik, hogy tudja, min nevetnek, viszont ez egyáltalán nem vicces.

1. lehetőség

A fiúk elszégyellik magukat és megesküsznek, hogy nem rajta nevettek.

2. lehetőség

A fiúk kinevetik és azt mondják neki, hogy egész életében támogatásra lesz szüksége.

D) Agresszív válasz

András feláll és azt kiabálja: „Min nevettek, ti lúzerek?!”

1. lehetőség

A fiúk elszégyellik magukat és bocsánatot kérnek.

2. lehetőség

A fiúk idegesek lesznek amiért András lúzereknek titulálta őket, és meg akarják verni.

FIZIKAI ABÚZUS

Evelin barátja még mindig mérges Andrásra és utálja, ha a fiú a barátnője közelében van. Tudja, hogy András minden nap ugyanazon az úton megy haza. Egyik nap követi őt, és amikor egy szűk és kicsi utcába érnek, ahol senki sem láthatja őket, megfogja hátulról Andrást és a földre löki, majd csúnyán megfenyegeti.

A) Menekülés

András semmit sem tesz, annyira fél, hogy a jövőben egy pillantást sem mer majd tenni a lány felé.

1. lehetőség

Evelin barátja eldicsekszik a barátainak, hogy mennyire helyretette Andrást. A lány meghallja a történeteket és annyira mérges lesz a barátjára, hogy még szakít is vele. Megkeresi Andrást és megpróbálja felvidítani. András nagyon boldog a lány kedves szavaitól.

2. lehetőség

András még jobban elkezdi kerülni az embereket és senkinek sem válaszol, aki hozzászól.

B) Segítségkérés

András elmondja az anyjának és az igazgatónak, hogy mi történt.

1. lehetőség

Evelin barátját elbocsátják az iskolából, mivel senkinek sincs joga megtámadni a másikat. Valamint a lányt is megkérdezik, hogy őt zavarta-e András közeledése.

2. lehetőség

Az igazgató nem akar botrányt az iskolában, ezért azt mondja András anyjának, hogy mivel az eset iskola után történt, a szülőknek kell elrendezni a problémát.

C) Asszertív válasz

András megkérdezi a támadót, hogy mi a problémája. Valamint elmondja neki, hogy Evelin és ő lehetnének barátok, attól függetlenül, hogy ők ketten együtt vannak.

1. lehetőség

A fiú rájön, hogy félreértette a helyzetet, felsegíti Andrást a földről és bocsánatot kér tőle. András nem igazán érti, mi történik, de megnyugszik.

2. lehetőség

„Te tényleg nem érted, mi a problémám? Majd én segítek, hogy megértsd!” – kiabál rá a fiú, miközben rugdosni kezdi mérgében.

D) Agresszív válasz

András elmondja pár barátjának, hogy mi történt. A barátai meg akarják bosszulni és meg akarják verni a fiút.

1. lehetőség

Szerencsére van köztük egy ésszerűen gondolkozó fiú, akinek sikerül lebeszélni a többieket a tervükről. Így nem verik meg Evelin barátját.

2. lehetőség

Egyik este, iskola után nagyon megverik Evelin barátját az utcán.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

A barátai szerveznek Andrásnak egy bulit a 18. születésnapjára. Az egyik fiúnak van egy ötlete és meggyőzi a többieket, hogy tegyék ezt a 18. születésnapot igazán emlékezetessé. Titokban meghívják egy sztriptíz táncost a bulira. A nő leveszi a ruháit és elkezd fogdosni András intim testrészeit. András nagyon kellemetlenül érzi magát, mivel ő egyáltalán nem szeretné, hogy ez történjen vele. Nagyon zavarja a meztelen nő és az, hogy fogdossa őt. Az egész helyzet több mint megalázó a számára. A többiek pedig észre sem veszik, mennyire rossz neki.

Menekülés

András elfordítja a fejét és becsukja a szemét. Igyekszik megmenekülni ebből a megalázó szituációból, ezért kirohan a szobából.

1. lehetőség

A fiúk rájönnek, hogy ez egyáltalán nem volt jó ötlet. Kifizetik a nőt és megkérik, hogy menjen haza. Megkeresik Andrászt és elnézést kérnek tőle.

2. lehetőség

András viselkedése csak olaj a tűzre a többi fiúnál. Visszahívják a szobába és gúnyolják, hogy legyen férfi és élvezze a helyzetet.

Segítségkérés

András megkéri a barátait, hogy fejezzék be és küldjék haza a nőt.

1. lehetőség

A fiúkat meglepi András reakciója, de tiszteletben tartják a kérését és hazaküldik a nőt.

2. lehetőség

A fiúk teljesen figyelmen kívül hagyják Andrászt, így kénytelen végigvárni az „előadást”.

Asszertív válasz

András határozottan megkéri a nőt, hogy öltözzön fel.

1. lehetőség

A nőt meglepi András reakciója, de felöltözik, kéri a fizetését a fiúktól, majd elmegy.

2. lehetőség

A nő elmegy, viszont a fiúk továbbra is gúnyolják Andrászt félénk viselkedése miatt.

Agresszív válasz

András közel van a pánikhoz, és mindenképpen el akar menekülni az adott helyzetből. Kiabálni kezd, durván szétlökdösi a társaságot és elrohan.

1. lehetőség

Az egyik barátja felfogja a helyzet komolyságát és András után rohan, próbálja neki elmagyarázni, hogy ez csak egy vicc szeretett volna lenni, és nem gondolták, hogy ilyen rossz hatással lesz rá. Elnézést kér tőle és megkéri, hogy menjenek vissza a bulira.

2. lehetőség

András hazarohan.



BENJÁMIN – 18

Benjámín szeret olvasni, főleg a klasszikus irodalom és filozófia érdekli. Félénk és esetlen, nem tud, de nem is akar beilleszkedni a közösségbe. Ügyetlenül mozog, keveset beszél, majdnem láthatatlan az osztályban. Jól tanul, de az órákon nem aktív. Latint és magyart szeretne tanulni.

Idén érettségizik egy fővárosi gimnáziumban. Egyedüli gyerek, szülei nagyon féltik, nem engednek meg neki olyan dolgokat, amiket a többiek már évek óta megtehetnek.

VERBÁLIS ABÚZUS

Az érettségiző osztály egy projektet készít elő. Az osztályfőnök azt kéri, hogy Benjámín Olgával együtt végezze a munkát, de Benjámín nagyon gátlásos, nem mer a lánnyal beszélni a projektről. Többszöri figyelmeztetés után Olga kiborul, és közli, hogy nem hajlandó Benjámínnal együtt dolgozni, mert a fiú egy lúzer. Zokogva követeli, hogy találjanak a számára másik partnert.

A) Menekülés

Beni nem válaszol, szó nélkül elhagyja a termet, és a többi csoportos foglalkozásra el sem megy.

1. lehetőség

Beninek sikerül partner nélkül, egyedül sikeres projektet megvalósítania.

2. lehetőség

Benit annyira megviseli az eset, hogy egyáltalán nem akar részt venni a közös projektben.

B) Segítségkérés

Beni megkéri az osztályfőnököt: beszéljen Olgával négy szemközt a sértő viselkedéséről. Az osztályfőnök megígéri, hogy majd lép az ügyben.

1. lehetőség

Az osztályfőnök beszélgetést kezdeményez Olgával, aki örül ennek a lehetőségnek. Sikerül tisztázni a helyzetet, és a két diák eredményesen tud együttműködni a projektben.

2. lehetőség

Az osztályfőnöknek nincs ideje beszélni a lánnyal. Olga viszont retteg attól, hogy Beni miatt nem fog sikerülni a projektje, emiatt dühében megszegyeníti Benjámint az egész osztály előtt.

C) Asszertív válasz

Beni Olga nyilvános kitörése után azonnal odamegy hozzá, és kéri, hogy miután lecsillapodott, beszéljék meg először négy szemközt az ügyet.

1. lehetőség

A projektfoglalkozást követően négy szemközt beszélnek egymással. Benjámín elmondja a lánynak, hogy nagyon sértő és igazságtalan volt vele. Olga belátja, hogy dühében nagyon agresszív volt. Kéri Benjámint, hogy a jövőben legyen aktívabb az együttműködés során. A fiú ezt meg is ígéri.

2. lehetőség

Olga nem csillapodik le, és továbbra sem óhajt Benivel szóba állni, és nem hajlandó együtt dolgozni vele. A barátnői mindenben egyetértenek vele.

D) Agresszív válasz

Beni nyílt színen közli Olgával, hogy ő is utál vele dolgozni, és különben is az agyára mennek az önző és hisztérikus csajok.

1. lehetőség

Olga a meglepetéstől elnémul, váratlanul éri az eddig olyan csendes és visszafogott fiútól ez a kitörés.

2. lehetőség

Olga sírva fakad, a barátnői azonnal körülveszik és vigasztalják. Az egyikük lehülyézi Benit, és valamennyi lány nevében kikéri magának ezt a viselkedést.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Benit látszólag nem érdeklik a lányok, de az egyik osztálytársnője, Vera titokban nagyon tetszik neki. Elhatározza, hogy bevallja az érzelmeit, és elküld neki egy klasszikus szerelmes verset. Vera nem reagál, a legjobb barátjánője, Flóra azonban felteszi a verset a Facebookra gúnyos kommentek kíséretében.

A) Menekülés

Benit nagyon megviseli az eset, elhatározza, hogy ezentúl minden lányt elkerül.

1. lehetőség

Beni hideg és látszólag teljesen közönyös viselkedése elgondolkodtatja Verát. Néhány nap múlva odamegy hozzá, és javasolja, hogy beszéljék meg a dolgot. A tisztázó beszélgetést követően barátság alakul ki közöttük.

2. lehetőség

A lányokat egyáltalán nem zavarja, hogy Beni távol tartja magát tőlük. A továbbiakban egyszerűen levegőnek nézik.

B) Segítségkérés

Beni segítséget kér az unokabátyjától.

1. lehetőség

Az unokabátyja azt mondja Beninek, hogy szerencsésebb dolog ilyenkor rövid és szellemes üzenetet küldeni a lányoknak. De egyetért abban Benivel, hogy Vera viselkedése nem volt tisztességes.

2. lehetőség

Beni unokabátyja elneveti magát, és gunyorosan jelzi, hogy Vera megéri a ráfordított energiát.

Asszertív válasz

Beni megmondja Verának, hogy sértő volt a viselkedése

1. lehetőség

Vera bocsánatot kér, elkezdenek beszélgetni, jobban megismerik egymást, és jobb lesz a kapcsolatuk.

2. lehetőség

Vera továbbra is sértően viselkedik, és azt mondja, hogy Beni idegesíti őt.

Agresszív válasz

Beni azt mondja Verának, hogy ha nem tudja felismerni a valódi és mély érzelmeiket, akkor meg sem érdemli, hogy bárki is szeresse.

1. lehetőség

Vera meglepődik a fiú váratlanul erőteljes reakcióján, beszélgetni kezdenek, és összebarátkoznak.

2. lehetőség

Vera megmondja a fiúnak, hogy már van barátja, és szeretné, ha a továbbiakban Beni békén hagyná.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Dávid szedi az osztálypénzt. Az érettségi évében nagyon sok mindenre gyűjtenek meglehetősen tetemes összeget, havonta minden tanulónak ötezer forintot kell befizetnie. Beni egy alkalommal az óráközi szünetben adja oda a havi pénzt Dávidnak, aki megígéri, hogy amint visszamennek a terembe, azonnal be fogja írni. A hónap végén azonban azt állítja, hogy Beni még tartozik ötezer forinttal. Beni határozottan állítja, hogy odaadta az összeget Dávidnak, és még azt is pontosan fel tudja idézni, hogy hol és mikor. Dávid azonban tagadja, hogy ez megtörtént volna.

A) Menekülés

Beni nem bonyolódik vitába, inkább újra elhozza a kért összeget.

1. lehetőség

Mikor Dávid összeszámolja a nála lévő pénzt, rájön, hogy 5000 forint többlete van. Elnézést kér Benitől, és visszaadja neki a pénzét.

2. lehetőség

Dávid, aki valóban elfelejtette, hogy Beni korábban már fizetett, még mindig gyanakodva méregeti őt abban a meggyőződésben, hogy korábban át akarta verni.

B) Segítségkérés

Beni szól az osztályfőnöküknek, hogy Dávid újra meg újra követeli a már befizetett pénzt.

1. lehetőség

Az osztályfőnök bízik mindkét fiúban, és biztos abban, hogy szándékosan egyikük sem akart ártani a másiknak. Együtt beszél velük, és miután Beni pontosan elmondja, hogy mikor és hol adta oda a pénzt, sőt azt is, hogy szünet lévén Dávid nem írta be azonnal a befizetést, Dávidnak végül eszébe jut, hogy valójában mi történt, és elnézést kér Benitől a tévedésért.

2. lehetőség

Az osztályfőnök utasítja Dávidot, hogy adja vissza a pénzt Beninek. Dávid ragaszkodik az igazához, hazugnak nevezi és megalázza Benit.

C) Asszertív válasz

Beni nyilvánosan közli, hogy nagyon rosszul érzi magát ebben a helyzetben, és kéri Dávidot, hogy számolja át újra a nála lévő pénzt.

1. lehetőség

A pénz átszámolásánál kiderül, hogy Dávid valóban tévedett, megígéri, hogy ezután gondosabb lesz, és elismervényt ad a befizetések után, hogy elkerüljék a hasonló eseteket.

2. lehetőség

Dávid nem hajlandó újraszámolni a pénzt, váltig állítja, hogy Beni nem fizetett.

D) Agresszív válasz

Beni azt kiabálja, hogy Dávid egy közönséges tolvaj, és jobb lenne, ha mindenki ellenőrizné, hogy szerepel-e a befizetése a listán

1. lehetőség

Bebizonyosodik, hogy nagyon sok az eltérés a valóságos befizetések és a dokumentáció között. Felmerül, hogy Dávid nem elég megbízható, másnak kellene ellátnia ezt a felelősségteljes feladatot.

2. lehetőség

A nyilvántartás pontos. Beni teljesen elszigetelődik.

FIZIKAI ABÚZUS

Az iskolai focibajnokság nagy esemény Beni osztálya életében, már évek óta ők a bajnokok. Most, az utolsó iskolai évben különösen nagy jelentősége van ennek a versenynek, erősen készülnek rá, naponta edzenek. Az egyik legjobb játékos azonban egy héttel a verseny előtt megbetegszik, és mivel nincs több fiú az osztályban, kénytelenek Benit is beállítani. Bár ettől kezdve szorgosan jár az edzésekre, bármennyire igyekszik, nem megy neki a játék. A döntő meccsen miatta kap két gólt is a csapat, ráadásul egy öngólt is rúg. A fiúk el vannak keseredve, és – nem is alaptalanul – ügyetlen társukat okolják a kudarcért. János, a csapatkapitány, nem tudja türtőztetni magát, az eredményhirdetést követően nekiesik Beninek, és olyan durván ellöki, hogy a fiút elsősegélyben kell részesíteni.

A) Menekülés

Benjámín megszakít minden kapcsolatot az osztálytársaival, és magántanulóként folytatja a tanulmányait.

1. lehetőség

Beni megkönnyebbül, végre azzal tud foglalkozni, ami érdekli. Minden erejével a tanulmányaira tud összpontosítani, és eredményesen leérettségizik és felvételt nyer a kívánt szakra az egyetemen.

2. lehetőség

Nem vallja be a szüleinek, hogy mi történt, mert szégyelli magát. A feldolgozatlan élmény jobban nyomasztja, és növeli benne a kisebbségi érzést.

B) Segítségkérés

Beni képtelen feldolgozni a történeteket, önértékelési problémái fokozódnak, és ezért – édesanyja tanácsára – pszichológushoz fordul.

1. lehetőség

A pszichológus segítségével sikerül szembenéznie a problémáival. Jobban megismeri önmagát, felismeri személyes felelősségét élete és kapcsolatai alakításában.

2. lehetőség

A pszichológussal történő beszélgetés nem sikeres. Mivel ez nem az ő, hanem édesanyja kezdeményezése volt, Beni nem volt képes őszintén beszélni a problémáiról. Gondjaival teljesen egyedül marad.

Asszertív válasz

Másnap Benjamin elmondja Jánosnak, hogy sértő és megalázó volt a viselkedése. Nem tartja igazságosnak a vádakat, hiszen ő minden megtett, ami telt tőle, hogy a lehető legjobbat hozza ki a váratlan helyzetből.

1. lehetőség

János másnapra lecsillapodik, őszintén megbánja a durvaságát. Bocsánatot kér Benitől. Kéri, hogy értse meg az indulatát.

2. lehetőség

János nem hajlandó szóba állni Benivel. Szerinte megérdemelte, amit kapott. Ne rinyáljon, hiszen ha ő is tette volna a dolgát úgy, mint a többiek, most együtt ünnepelhetnék a győzelmet.

Agresszív válasz

Beni jelenti az igazgatónak János durvaságát. János igazgatói rovat kap.

1. lehetőség

János belátja, hogy hibázott, megérdemelte a büntetést. A többi fiú is egyetért ezzel, és tetszik nekik, hogy Beni nem nyugodott bele a megalázásba, hanem kiállt magáért.

2. lehetőség

A fiúk Jánossal az élen mérhetetlenül felháborodnak, és többé nem állnak szóba Benivel.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Bea (az egyik legmenőbb lány az iskolában) titokban lefényképezi Benit a tornaöltözőben, a képet felteszi a Facebookra a fiú férfiasságát gúnyoló vicces kommentek kíséretében.

Menekülés

Beni beteget jelent, és két hétig nem megy be az iskolába.

1. lehetőség

A két hét alatt a társak elfeledkeznek az ügyről, hiszen azóta annyi minden egyéb történt.

2. lehetőség

Mikor újra bemegy, Beni folyamatos susorgást és kuncogást észlel maga körül.

Segítségkérés

Beni az édesanyjától kér tanácsot, aki azt javasolja, hogy forduljon az osztályfőnökhöz.

1. lehetőség

Az osztályfőnök megbeszéli az esetet az osztállyal. A többség úgy véli, hogy Bea nem viselkedett tisztességesen Benivel.

2. lehetőség

Az osztályfőnök csak nevet a dolgon, és azt mondja, hogy Beni biztosan tetszik Beának.

Asszertív válasz

Beni megmondja Beának, hogy nagyon haragszik, megalázva érzi magát, és senkinek sincs joga ilyet tenni a másikkal.

1. lehetőség

Bea törli a képet a Facebookról.

2. lehetőség

Bea gúnyosan annyit mond, hogy Beninek nincs humorérzéke.

Agresszív válasz

Beni titokban felveszi Bea legjobb barátnőjével folytatott beszélgetését, és felteszi a Facebookra.

1. lehetőség

Bea meglepődik a félénknak ismert fiú reakcióján, és kezdi elismerni, érdeklődni kezd iránta.

2. lehetőség

Bea szörnyen felháborodik, s mivel nagyon népszerű az osztályban, sikerül a többieket is Beni ellen fordítania.



CAROL – 20

Carol 20 éves főiskolai hallgató, fiatal anyuka, aki nem tudta befejezni a középiskolát, mert 18 éves korában kisfia született, így a tanulmányait egy esti iskolában végezte el.

Most tanárképző főiskola első évfolyamára jár. Az a tény, hogy ő anya, akinek van egy párja is, nagyon megbonyolítja az életét. Vigyáznia kell a fiára, vezetnie kell a háztartást és még mindezek mellett tanul is, az anyukája viszont sokat segít a kisfiú körül.

VERBÁLIS ABÚZUS

Amiért sokat panaszkodik, hogy fáradt és sokszor elkésik az első órákról, néhány csoporttársa megkérdezte, hogy miért az iskolában van és miért nem inkább a gyerekére vigyáz. Valahányszor késik az órákról, az oktatója mindig megjegyzi, hogy annak, aki tanár szeretne lenni, példát kellene mutatnia a pontosság terén. Egyszer az egyik csoporttársa megjegyezte Carolnak, hogy az ő anyja is tanár, és a kollegái, akiknek kicsi gyerekük van, folyton elkésnek... és úgy tűnik, hogy néhányuknak ez a szokása már az egyetemen megvan.

A) Menekülés

Megpróbálja elkerülni, hogy találkozzon ezekkel a lányokkal. Általában távol ül le tőlük és nem vesz részt a beszélgetésükben.

1. lehetőség

A sértegetés véget ér.

2. lehetőség

Néhány másik diák folytatja a sértegetést és rosszindulatú megjegyzéseket tesznek rá.

B) Segítségkérés

Carol megkéri az egyik csoporttársát, akivel egy középiskolába jártak, hogy segítsen elérni, ne piszkálják tovább a csoporttársai. A lány erre azt mondja a többieknek: „Próbálja összehangolni a feladatait, néha sikertelenül. Hagyjátok békén!”

1. lehetőség

A zaklatás véget ér. Sőt mi több, néha segítenek is neki a csoporttársak.

2. lehetőség

„Nem vagyunk felelősek az életéért. Nem kéne beleavatkoznod!”

C) Asszertív válasz

Egyszer egy ilyen konfliktus közepén így szól: „Nekem sem öröm, hogy csak így tudom a dolgaimat összeegyeztetni. Jó volna, ha legalább ti nem piszkálnátok ezért.”

1. lehetőség

A sértegetők szabadkoznak, hogy nem is így gondolták, igazából nem gondoltak bele ebbe. Elnézést kérnek, megszűnik a gúnyolódás és a továbbiakban segítik Carolt.

2. lehetőség

„Folytasd csak a kínládásod és szólj, ha sikerrel jártál” – mondják, majd otthagyják egy gúnyos vigyorral.

Agresszív válasz

Carol a társaira kiabál: „Te jó ég! Nem azért szoktam késni, mert bulizok, hanem azért, mert anya vagyok! Foglalkozzatok a saját dolgotokkal!”

1. lehetőség

Megdöbbenve otthagyják a folyosón, amikor rájuk kiabál.

2. lehetőség

„Mit képzelsz ki vagy, hogy így kiabálsz!” – felelik a többiek, és a zaklatás folytatódik.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

A gyerek apja kőműves segédmunkás, aki kibukott az iskolából. Amikor Carol arra biztatja, hogy végezze el a szakiskolát, ez a válasza: „Miattad nem tudtam befejezni, el kellett mennem dolgozni, miattad és a baba miatt. Te játszod a 'sznobot', hogy iskolába jársz, ahelyett, hogy a gyerekeddel lennél otthon, mint más rendes nők.”

A) Menekülés

Nem kezd el vele vitázni, és igyekszik kerülni a témát. (Úgy érzi, a fiú nem fogadná el azt a tényt, hogy folytathatná a tanulmányait, ha akarná.)

1. lehetőség

A fiú lépésről-lépésre elfogadja, hogy Carol tanul, lassan megszűnnek a szemrehányások.

2. lehetőség

Carol hallgatása felmérgeti a fiút, aki látványosan magára hagyja a síró gyerekkel.

B) Segítségkérés

Carol megkéri a párja idősebb bátyját, hogy győzze meg a fiút arról, hogy a gyerekük is profitálni fog abból, hogy tanult anyja van, és hogy ő is tanulhatna egy szakmát.

1. lehetőség

Elfogadja bátyja érveit, mert tiszteli őt.

2. lehetőség

„Ne szólj bele, ez az én családom!” – válaszolja, és minden marad a régiben.

C) Asszertív válasz

Egy alkalommal Carol felhossa a témát a tanulmányaival kapcsolatban, és anélkül, hogy vitát generálna, elmondja a férjének, hogy az egész család jól fog járni azzal, ha ő lediplomázik.

1. lehetőség

A férje nem igazán válaszol, de miután megosztja az ötletet a barátaival és csak pozitív visszajelzést kap tőlük, ő is támogatóbbá válik.

2. lehetőség

„Az én anyám is csak a középiskolát fejezte be, mégis jó anya!” – válaszolja, és továbbra is ellenzi Carol tanulmányait.

D) Agresszív válasz

Azért kell dolgoznod, mert felnőtt vagy, és nem azért, mert szülő vagy. A felnőttek vagy dolgoznak, vagy tanulnak. Te sosem szerettél iskolába járni, nem a gyerek miatt rúgtak ki.

1. lehetőség

Elfogadja, amit a lány mond és nem vádolja Carolt tovább.

2. lehetőség

„Mit tudsz te az én gyerekkoromról és az iskolás éveimről? Hagyj békén és foglalkozz a gyerekkel!”

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Minden hónap elején az apja kötelezi Carolt, hogy adja neki a csekély ösztöndíját és a szociális juttatásokat. Csak az utazás árát adja neki vissza, másra szerint nincs is szüksége, mert a gyerek felügyelete is az ő felelősségük.

„Annyi vajas kenyeret viszel magaddal, amennyit csak akarsz, de ha többet és mást szeretnél, menj és keress munkát magadnak!” – mondja neki.

A) Menekülés

Carol ezt vita nélkül elfogadja.

1. lehetőség

Az apja megenyhül, mert valójában büszke arra, hogy olyan lánya van, aki hamarosan lediplomázik.

2. lehetőség

A család egész Carollal kapcsolatos viselkedését meghatározza, hogy „Maradj csendben, ne szóljon bele a dolgokba valaki, akinek egyáltalán nincs saját pénze!”

B) Segítségkérés

Az anyja végighallgatja a konfliktust, és nem akarja annyiban hagyni. Elemőzsiát készít Carolnak az „útra” és nem engedi, hogy az apja bármibe is beleszóljon.

1. lehetőség

Az apja először rosszallja ezt, de aztán megenyhül.

2. lehetőség

Az apja kiveszi az ételt az anyja kezéből és megeteti a kutyával.

C) Asszertív válasz

Carol elmondja a szüleinek, hogy a jövőben a juttatásai az ő számlájára érkeznek, és egy részét magára fogja költeni.

1. lehetőség

Vonakodva ugyan, de az apja elfogadja az új helyzetet.

2. lehetőség

Az apja így reagál: „Legyél független, ha akarsz! A ruháidat elviheted, de a fiad marad!”

D) Agresszív válasz

„Nem érdekel, hogy mit mondasz, odaadom a pénzt a gyerekre, a többihez pedig semmi közöd!” – kiált az apjára.

1. lehetőség

Az apja megdöbbenve csak ennyit mond: „Rendben, majd meglátjuk!”

2. lehetőség

Az apja agresszíven odalép hozzá és megkérdezi: „Milyen példát mutatsz te a fiadnak ilyen viselkedéssel?”

FIZIKAI ABÚZUS

Carol éppen el akar menni otthonról, hogy megírjon egy vizsgát, de a párja nem engedi. Határozottan megfogja a kezét és az arcába kiált: „Nem mész te sehova, a gyerek beteg, vele kell lenned!”

A) Menekülés

Carol csak áll ott és várja, hogy a férfi lenyugodjon, majd egy szó nélkül elmegy.

1. lehetőség

A férfi felkapja a fiukat és azt mondja neki: „Sss. Anya hamarosan visszajön!”

2. lehetőség

A férfi Carolra kiált a nyitott ajtón keresztül: „Nem vagy igazi anya!”

B) Segítségkérés

Carol megkéri az anyósát, hogy beszéljen a fiával a viselkedését illetően. Az anyja azt mondja a fiának: ő és a férje általában megbeszélnek a dolgaikat, hogy a vitát elkerüljék.

1. lehetőség

A fiú megígéri az anyjának, hogy átgondolja, hogy hasonló helyzetben hogyan mondhatná el a véleményét megfelelőbb módon.

2. lehetőség

Azt válaszolja az anyjának, hogy nincs szüksége semmilyen tanácsra, ne szóljon bele az életébe.

C) Asszertív válasz

Carol azt mondja a fiúnak, mikor az lenyugszik: „Ezek már az utolsó vizsgáim, túl vagyunk jó sok hasonló erőfeszítésen.” Gyengéden megérinti a fiú karját és elmegy.

1. lehetőség

A fiú értékeli a jóindulatú gesztust és az orra alatt azt dörmögi: „Remélem, sikerül!”

2. lehetőség

A férje elutasítja a jóindulatú gesztust: „Ez a te dolgod, és mégis én szenvedek!”

D) Agresszív válasz

Carol elveszíti a fejét, ellöki a fiút és azt kiáltja neki: „Engedj, elkések!”

1. lehetőség

A fiú megdöbben Carol viselkedésétől és elengedi.

2. lehetőség

A fiú visszakiabál: „Mit képzelsz, ki vagy? Ne lökdöss!” Dulakodni kezdenek.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

A gyerek apja nem használ óvszert, Carolnak meg nincs pénze fogamzásgátlóra. Fél, hogy újra teherbe esik, mert az teljesen megakadályozná a diplomája megszerzésében.

A) Menekülés

Carol megpróbálja elkerülni a szexuális együttlétet a párjával, nehogy teherbe essen.

1. lehetőség

Szerencséje van és nem esik teherbe, mielőtt munkába állna.

2. lehetőség

Megszüli a második gyermekét, mielőtt lediplomázna, így éveket veszít.

B) Segítségkérés

Carol segítséget kér az egyik barátjától és fogamzásgátló gyűrűt vesz magának.

1. lehetőség

A fiú észreveszi, hogy Carol már nem vonakodik a szextől, megkérdezi az okát. Elfogadja Carol választát.

2. lehetőség

A fiú észreveszi, hogy Carol már nem vonakodik a szextől, megkérdezi az okát. Feldühödik Carol választától.

C) Asszertív válasz

Carol elkezd beszélgetni a partnerével a védekezésről. Elmondja: nem érdekli, hogy melyik módszert választják, csak ne legyen ártalmas. Ha nem védekeznek, nem fog vele szeretkezni.

1. lehetőség

Próbálnak közösen megoldást találni.

2. lehetőség

A fiú ideges lesz és megpróbálja magát a lányra erőltetni. Amikor Carol ellenáll, rákiabál, hogy elege van belőle és mást fog találni.

D) Agresszív válasz

Carol a közeledésre így reagál: „Megőrültél, nem érted, hogy nem akarok még egy gyereket!”

1. lehetőség

A fiú visszakozik.

2. lehetőség

A férfi így válaszol: „Én sem akarok másik gyereket, csak meg akarlak dugni! Az a te dolgod, hogy megakadályozd a terhességet!”



DINA – 15

Dina két éves korában érkezett Palesztinából Dániába a szüleivel és testvéreivel. A szülők erősen kötődnek palesztin gyökereikhez. A gyerekek már Dániában szocializálódtak. A család csak tartózkodási engedéllyel él azóta is az országban, egyiküknek sincs sem dán állampolgársága, sem útlevele. Mivel kisgyerek kora óta itt él, Dina anyanyelvi szinten beszéli a dán nyelvet, és az iskolában sincsenek tanulási problémái, elég jó tanuló.

VERBÁLIS ABÚZUS

Az egyik nap az iskolában Dánia és a nemzeti hovatartozás került szóba. Dina jelentkezett, és azt mondta, hogy ő dánnak tartja magát. Egyáltalán nem emlékszik Palesztinára és olvasni, írni is sokkal jobban tud dánul, mint arabul. Egyik fiú osztálytársa viszont kijelentette, hogy sohasem fog úgy tekinteni rá, mint egy igazi dánra.

A) Menekülés

Dinát hideg zuhanyként éri ez a megjegyzés. Mielőtt még elsírná magát, kirohan az osztályból.

1. lehetőség

Az osztályban mindenki szeretné elkerülni a konfliktust, s amikor Dina visszatér, úgy tesznek, mintha mi sem történt volna.

2. lehetőség

Az egyik osztálytárs kijelenti, hogy ez durva és igazságtalan megjegyzés volt. Dina után szalad, hogy megnyugtassa.

B) Segítségkérés

Dinát nagyon meglepi ez a megjegyzés. Óra után odamegy a tanárhoz és megkéri, hogy beszéljenek a következő órán is erről a témáról és segítsen megvédeni az álláspontját.

1. lehetőség

Amikor a következő órán a téma újra szóba kerül, az egyik osztálytárs azt mondja, hogy ő ugyan ezzel nem ért egyet, de mindenkinek joga van elmondani a véleményét.

2. lehetőség

Amikor a következő órán a téma újra szóba kerül, az egyik osztálytárs azt mondja, hogy egyáltalán nem ért egyet a fiú megjegyzésével, mert a nemzeti hovatartozás nem attól függ, hogy ki hol született.

C) Asszertív válasz

Dina belenéz a rá megjegyzést tevő fiú szemébe és azt mondja, hogy most és a jövőben is mindig Dániát tekinti a hazájának.

1. lehetőség

A fiú rákontrázik a megjegyzésére: „Kutyából nem lesz szalonna!”

2. lehetőség

Körül nézve az osztályban a fiú érzékeli, hogy senki nem ért vele egyet. Ezért csendesen csak ennyi mond: „Bocsi, rossz vicc volt.”

D) Agresszív válasz

Dina felháborodva odaszól a fiúnak, hogy egy rasszista szemét, akiből sose lesz tisztességes ember.

1. lehetőség

A fiú feldühödik és visszaordít: „Mit pofázol hülye migráns?!”

2. lehetőség

A fiú visszafogja magát és nem szól semmit.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Egyik nap a hazai támogatások és segélyek kerülnek szóba. Dina édesanyja is kap segélyt, de a lány nem beszél erről szívesen a többieknek. Viszont észreveszi, hogy néhány lány nevetgél, és arról sugdolózik, hogy a mamája egy ingyenélő lúzer.

A) Menekülés

Dina, miközben a könnyeivel küszködik, úgy tesz, mintha semmit sem vett volna észre, semmit sem hallott.

1. lehetőség

A lányoknak feltűnik, hogy Dina elszomorodott, de folytatják a nevetgélést, csúfolódást.

2. lehetőség

A tanár észreveszi, hogy Dina szokatlanul csendes, és eszébe jut, hogy a kislány édesanyja is segélyből él. Elmagyarázza: bárkivel előfordulhat, hogy nehéz helyzetbe kerül, és segítségre szorul. Ezen nincs mit szégyellni, és gúnyolódni sem kell rajta.

B) Segítségkérés

Óra után Dina elmondja a tanárnak, hogy mi történt és segítségét kéri.

1. lehetőség

A tanár csak annyit mond, hogy ne legyen olyan érzékeny, biztos nem rajta nevettek.

2. lehetőség

A tanár megígéri, hogy beszél az osztállyal erről a problémáról.

C) Asszertív válasz

Dina azt mondja a lányoknak: „Az anyukám mindig is dolgozott, de a munkahelye megszűnt, és nehezen talál másikat. Ezért van szükségünk most a segélyre. Hogy esne nektek, ha valaki gúnyos megjegyzéseket tenne a szüleitekre? Engem ez nagyon bánt.”

1. lehetőség

A lányok nem törődnek Dina megjegyzésével, folytatják a röhögcsélést és sugdolózást.

2. lehetőség

A lányok abbahagyják a nevetgélést, és elnézést kérnek Dinától.

D) Agresszív válasz

Dina ráüvölt a lányokra: „Kussoljatok az anyámról!” – és hozzájuk vág egy könyvet.

1. lehetőség

A lányok meghökkennek, és elnézést kérnek Dinától.

2. lehetőség

A lányok is dobálni kezdik Dinát.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Dina szülei nem akarják, hogy a lány tanulás mellett részmunkát vállaljon. A tanítás után haza kell mennie és készülnie másnapra. Dina szeretné, ha lenne egy kis saját forrása szórakozásra. Egyik este megpróbálja elmagyarázni szüleinek, hogy szeretne egy kicsit szórakozni is, és ezért vállalna munkát, de ők hallani sem akarnak a dologról.

A) Menekülés

Dina elszomorodik, tudja, hogy nem érdemes ismét szóba hozni a munkavállalást, ezért nem is említi többet.

1. lehetőség

Dina sokat kesereg azon, hogy nincs lehetősége szabadidős programokat csinálni.

2. lehetőség

Dina belátja, hogy szülei a jövőjére gondolva csak a javát akarják.

B) Segítségkérés

Dina szomorú és csalódott. A kedvenc tanárával próbálja megbeszélni a problémáját.

1. lehetőség

A tanár azt mondja, hogy ő nem képes megváltoztatni a szülei döntését, ebben a dologban nem tud segíteni.

2. lehetőség

A tanár beszél a szülőkkel a részdíjs munkavállalás előnyeiről, és javasolja nekik, hogy gondolják át ismét a döntésüket.

C) Asszertív válasz

Dina azzal érvel, hogy nem lenne ebből gond, hiszen az iskolában jó eredményei vannak, könnyen megy a tanulás és erre a továbbiakban is figyelni fog.

1. lehetőség

A szüleit meglepi Dina ellenállása. Mivel látják, milyen fontos ez neki, átgondolják a döntésüket.

2. lehetőség

A szülőket felháborítja Dina tiszteletlensége. Két hét szobafogságot kap.

D) Agresszív válasz

Dina dühösen kiabálni kezd: „Titeket nem érdekel, hogy nekem mi fontos, legszívesebben elköltöznék hazulról! Gyűlöllek benneteket!”

1. lehetőség

A szülőket megdöbbeníti a reakció, nem gondolták, hogy Dinát ilyen mélyen érinti ez a kérdés. Miután a lány lehiggadt, megbeszélik a dolgot.

2. lehetőség

Dina tiszteletlenége elfogadhatatlan a szülők számára. . Súlyosan megbüntetik.

FIZIKAI ABÚZUS

Egy nap a szünetben a fiúk a lány WC előtt várják Dinát. Amikor kilépne az ajtón, visszalökik, és azt mondják neki, hogy menjen vissza a saját szaros országába!

A) Menekülés

Dina visszamenekül a WC-be és a szünet végéig bent marad. Becsöngetés után viszont nem megy be az órára, hanem gyorsan elmenekül az iskolából.

1. lehetőség

Mivel nem ment be az órára, a tanár telefonon felhívja Dina szüleit, hogy a lányuk nincs az iskolában.

2. lehetőség

Dina néhány osztálytársa meghallotta, hogy a fiúk mit csináltak a szünetben. Ezt azonnal elmondták a tanárnak, aki felhívja Dinát a mobilján, hogy megtudja, mi történt valójában.

B) Segítségkérés

Dina a szünet végén beszámol az osztályfőnöknek a történetekről és a segítségét kéri.

1. lehetőség

Az osztályfőnök visszaküldi Dinát az osztályba, hogy majd beszél a fiúkkal, de végül elfelejti.

2. lehetőség

Az osztályfőnök megpróbálja megnyugtatni Dinát és azt válaszolja, hogy azonnal intézkedik, mert a fiúk viselkedése túrhetetlen.

C) Asszertív válasz

Dina nem hagyja annyiban a dolgot, azt mondja a fiúknak, hogy ő itt Dániában van otthon.

1. lehetőség

A fiúk kinevetik, és ott hagyják.

2. lehetőség

A fiúkat meglepi, hogy Dina ki tud állni magáért, és békén hagyják.

D) Agresszív válasz

Dina dühbe gurul, üvöltözve nekiront a hozzá legközelebb álló fiúnak és tiszta erővel pofon vágja.

1. lehetőség

A fiú visszaadja a pofont, a többiek meg biztatják.

2. lehetőség

A fiú vissza akar ütni, de a többiek leállítják.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Egy nap két fiú odamegy hozzá és arról érdeklődnek, hogy szűz-e még, mert szívesen átsegítenék őt ezen a problémán. Dina megpróbál elmenekülni, de a fiúk nem engedik.

A) Menekülés

Dinának végül sikerül a lány WC-be menekülnie.

1. lehetőség

A fiúk követik a mosdóig, és azt mondják, hogy ugye ez meghívó a szexre.

2. lehetőség

A fiúk rájönnek, hogy túlléptek egy határt, leállnak a szövegeléssel és továbbállnak.

B) Segítségkérés

Dina a barátnőjéhez menekül, elmondja, hogy mi történt, és megkérdezi, mit tegyen.

1. lehetőség

A lányok csapatosan odamennek a zaklató fiúkhoz, és jól megmondják nekik a véleményüket.

2. lehetőség

A lányok szerint akkor viselkednek így a fiúk, ha valaki tetszik nekik és szerintük Dinának örülnie kellene!

C) Asszertív megküzdés

Dina szembefordul a fiúkkal és azt mondja: „Hagyjatok békén! Mit szólnátok ahhoz, ha valaki ugyanezt művelné a húgokkal?”

1. lehetőség

A fiúk kicsit magukba szállnak és szó nélkül ott hagyják Dinát.

2. lehetőség

Az egyik fiú visszaszól: „Nincs is húgom, Téged viszont megdönténélek!” – és röhögni kezd.

D) Agresszív megküzdés

Ez túl sok Dinának! Azt sikítja, hogy a fiúk perverzek, és megpróbálja az egyiküket megrúgni.

1. lehetőség

A fiúkat zavarja a sikoltozás miatt rájuk irányuló figyelem, igyekeznek eltűnni.

2. lehetőség

A fiúk szorosan körbe veszik, és lökdösni kezdik Dinát.



GEORGE – 16

George 16 éves. 14 éves korában Ugandából érkezett Dániába a szüleivel. Hiányoznak neki a rokonai és a barátai, nehezen tud beilleszkedni a dán környezetbe. Aktívan sportol. Egy barátira már szert tett az új iskolában.

VERBÁLIS ABÚZUS

George a régi, kampalai iskolájában az egyik legjobb tanuló volt, most viszont a nyelvi nehézségek miatt sokkal rosszabbul teljesít. Egyik nap is félreérti a kapott feladatot, és mást csinál, mint amit kellett volna. Amikor a tanár kimegy az osztályból, néhány fiú nevetgélve afrikai idiótának kezdi csúfolni.

A) Menekülés

George úgy tesz, mintha meg sem hallotta volna a csúfolódást, de láthatóan nagyon rosszul esik neki.

1. lehetőség

Az osztálytársaknak feltűnik, hogy megbántották George-ot, így a csúfolódást abbahagyják, de bocsánatot azért nem kérnek tőle.

2. lehetőség

A fiúk a szünetben se hagyják abba a csúfolódást, megtoldva azzal, hogy „Mi van te hülye, még iskola sincs Afrikában?”

B) Segítségkérés

Amikor a tanár – aki a kezdetektől sokat segít George-nak – visszajön az osztályba, George beszámol neki a történetekről.

1. lehetőség

A tanár el akarja kerülni a konfliktust, így azzal nyugtatgatja George-ot, hogy valamit bizonyára félreértett.

2. lehetőség

A tanár felvállalja a konfliktust, és az osztály elé állva azt mondja, hogy ahhoz képest, hogy milyen rövid ideje él George Dániában, nagyon jól érti és beszéli a nyelvet.

C) Asszertív válasz

George szembeszáll a csúfolódókkal: „Nagyon rosszul esik nekem, hogy idiótának neveztetek. Tudom, hogy még nem beszélem elég jól a nyelvet, de ez még nem ok a gúnyolódásra.”

1. lehetőség

A fiúk ugyan értik, mit mond George, de tovább élcelődnek a kiejtésén, azt válaszolják, hogy ilyen makogással nem lehet őt komolyan venni.

2. lehetőség

A fiúk attól tartanak, hogy a tanár fülébe is eljut az eset híre, ezért felhagynak a gúnyolódással.

D) Agresszív válasz

George magán kívül azt kiabálja, hogy kész megverekedni a gúnyolódókkal, és aki a keze közé kerül, biztos nem éli túl a viadalt.

1. lehetőség

A fiúk megdöbbennek, váratlanul érte őket George harcias fellépése, és felhagynak a gúnyolódással.

2. lehetőség

A fiúk úgy döntenek, elfogadják a kihívást, és odakinn majd összemérik az erejüket.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Az egyik történelem óra témája az Atlanti-óceánon zajlott rabszolgakereskedelem. George-ot nagyon megérinti a téma. Óra alatt az egyik fiú egy képes üzenetet posztol, ami egy rabszolgát ábrázol, alá pedig George nevét írja. A posztot George is meglátja.

A) Menekülés

George szó nélkül kimegy a teremből.

1. lehetőség

A posztoló fiú rádöbben, hogy nagyon megbántotta George-ot. Odamegy hozzá és bocsánatot kér.

2. lehetőség

A fiú észreveszi, hogy megbántotta George-ot. Utána megy, és viccelődve megkérdezi, hogy miért érzékenykedik, mikor már vagy ezer éve vége a rabszolgakereskedelemnek.

B) Segítségkérés

George elpanaszolja a barátjának a történeteket.

1. lehetőség

George és a barátja szemrehányást tesz a posztoló fiúnak, aki azóta már törölte is a bejegyzést. Hazugnak nevezi George-ot.

2. lehetőség

George és a barátja kérdőre vonja a posztoló fiút. A fiú bocsánatot kér, de nem igazán érti, hogy mi volt a probléma a bejegyzésével.

C) Asszertív válasz

George az óra után ezt mondja a posztoló fiúnak: „Ez egy számomra különösen megrázó téma volt. Rosszul esik, hogy viccet csinálsz belőle, és az én rovásomra tréfálsz.”

1. lehetőség

A fiú elszégyelli magát, és bocsánatot kér George-tól.

2. lehetőség

A fiú visszavág: „Hogy tudsz ennyire felháborodni egy ezer éve történt dolgon? Nem érted a viccet?”

D) Agresszív megküzdés

George kiborul, és ordítani kezd: „Hogy merészelsz rabszolgának nevezni, te rasszista!”

1. lehetőség

A fiú nekimegy George-nak és visszaüvölti: „Ne merészelj rasszistának nevezni!”

2. lehetőség

A fiút meglepi George reakciója, s mivel az osztálytársai nem kelnek a vádelmére, elnézést kér a megbántott társától.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Az iskolából hazafelé menet három, valamivel idősebb fiú állja George útját, és védelmi pénzt követelnek tőle. Azt állítják, a környéken bandaháború van, neki pedig el kell köteleznie magát valamelyik oldal mellett. Ha nem fizet, egy pillanatig sem lesz biztonságban...

A) Menekülés

George az összes nála lévő pénzt odaadja. A következő napokban különböző útvonalakat választ hazafelé, mindent megtesz, hogy elkerülje az ismételt találkozást.

1. lehetőség

Egy hét múlva ismét beléjük botlik. Mivel nem tud fizetni, megverik, és követelik, hogy másnapra hozzon magával pénzt is.

2. lehetőség

George-nak a továbbiakban sikerül elkerülnie a bandát, így szerencsésen megússza újabb bántalmazások nélkül.

B) Segítségkérés

George elmondja barátjának, hogy mi történt, és tanácsot kér tőle.

1. lehetőség

George barátja megkeresi a zsarolókat, és megkéri őket, hogy hagyják békén George-ot. A srácok kinevetik, és azt mondják George-nak, hogy ezzel sikerült még tovább súlyosbítania a helyzetét.

2. lehetőség

George barátja azt tanácsolja, hogy együtt beszéljenek a srácokkal, és ha nem hagyják békén, tegyen feljelentést a rendőrségen. Mivel George és a haverja elég határozottnak tűnnek, a zsarolók inkább annyiban hagyják a dolgot, és leszállnak George-ról.

C) Asszertív válasz

George azt mondja a fiúknak, hogy mivel nem tagja egyik bandának sem, nem is fog a bandaháborúba keveredni, védelemre sincs szüksége.

1. lehetőség

A fiúk azt válaszolják, hogy ha nem velük van, akkor ellenük – és alaposan megverik.

2. lehetőség

A fiúk erre vállat vonnak és leszállnak George-ról.

D) Agresszív válasz

George fenyegetően üvöltözni kezd a három fiúval: „Mit képzeltetek magatokról, hogy le akartok húzni?! Ha nem hagytok békén, hívom azonnal a zsarukat!”

1. lehetőség

A banda kiröhögi az üvöltöző fiút, kigúnyolják, és még jól meg is verik.

2. lehetőség

A fiúkat váratlanul éri George indulatos fellépése, és hagyják elmenni.

FIZIKAI ABÚZUS

Egy nap néhány idősebb fiú megy el George mellett. Egyikük hátulról tiszta erőből fejbe vágja, majd a társaság vihorászva tovább megy.

A) Menekülés

George felismerte ugyan a tettest, de jobbnak látja, ha úgy tesz, mintha mi semmi sem történt volna.

1. lehetőség

George néhány osztálytársa tanúja az esetnek, azt tanácsolják, hogy máskor védje meg magát

2. lehetőség

George igyekszik messziről elkerülni a bántalmazót.

B) Segítségkérés

George elpanaszolja az osztályfőnökének a történeteket.

1. lehetőség

Az osztályfőnök kéri George-ot, hogy ha újra előfordulna hasonló eset, azonnal szóljon.

2. lehetőség

A tanár azonnal beszél a fiúkkal és kérdőre vonja őket, hogy ne fordulhasson elő máskor hasonló eset.

C) Asszertív válasz

George látván, hogy ki legyintette nyakon, elé áll és azt mondja: „Nem ismerlek téged, és nem is tettem semmit ellened. Kérlek, ne csinálj többet ilyet!”

1. lehetőség

A fiúk meglepődnek, hogy George visszaszólt nekik, és szó nélkül tovább mennek.

2. lehetőség

A fiúk meglepődnek George visszaszólásán, és körbe veszik, mondván: „Azt vágunk nyakon, akit akarunk!” – és ezzel egy újabb tockost adnak neki.

D) Agresszív megküzdés

George a fiúk után rohan, az egyiküket meglöki, majd odakiált: „Mit piszkálsz?! Valami nem tetszik?! Gyere, beszéljünk meg akkor!”

1. lehetőség

A többiek kinevetik George-ot, nem veszik komolyan a fenyegetését és tovább mennek.

2. lehetőség

A fiúk bedühödnek, és egyikük úgy megüti George-ot, hogy az a földre esik. Azt kiabálja George-nak: „Te nem tetszel, hülye migráns!” – és otthagyják a földön.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

George jó alakú, izmos fiú. Néhány lány szeretné látni őt póló nélkül. Szünetben az udvaron, az egyikük „véletlenül” leönti George pólóját gyümölcslével. Amikor a fiú lekapja magáról a gyümölcslétől csöpögő pólót, a lányok elismerően fütttyögni kezdenek.

A) Menekülés

George visszarántja magára a pólót és elszalad.

1. lehetőség

Az egyik lány megsajnálja George-ot és utána fut. Azt mondja, rossz vicc volt, sajnálja.

2. lehetőség

A lányok viharászva azt kiabálják utána: „Na! Vedd le gyorsan, még megfázol!”

B) Segítségkérés

George megkeresi az osztályfőnökét. Megkérdezi, hogy tudna-e szerezni neki egy másik pólót, és elmeséli a történetet.

1. lehetőség

Az osztályfőnök talál neki egy pólót és nevetve mondja: „Büszke lehetsz magadra, tetszel a lányoknak!”

2. lehetőség

Tanára talál egy pólót és megkérdezi George-ot, hogy beszéljen-e erről az ügyről a lányokkal?

C) Asszertív válasz

George visszahúzza az elázott pólót odamegy a lányokhoz, majd megkérdezi: „Bár elismerő, de elég zavarba ejtő ez a helyzet. Szívesen dumálok veletek egy ilyen akció nélkül is!”

1. lehetőség

A lányok nevetve válaszolják: „Nyugi, ne szállj el, csak a kockás hasadat akartuk látni.”

2. lehetőség

A lányok kényelmetlenül érzik magukat, elnézést kérnek a fiútól. Nem gondolták, hogy ilyen komolyan veszi az ügyet.

D) Agresszív válasz

George kikapja a lány kezéből az üdítő flakont és a maradékot az illető hajára önti.

1. lehetőség

A lány sikoltozni kezd, és lehülyézi George-ot. A többi lány igazat ad neki.

2. lehetőség

A lánycsapat rádöbben, hogy megalázták a fiút, megértik az indulatát.



HENRIK – 19

Henrik 19 éves, egy szakképző iskola Dobbantó programjába jár. Szégyenlős fiú, akinek kevés barátja van. Jelenleg édesanyjával és mostohaapjával él egy kétszobás lakásban. Van egy bátyja. Családjától nem kap se anyagi, se érzelmi támogatást. Hat és tizennyolc éves kora között intézetben nevelkedett, ahol a szülei meg se látogatták.

VERBÁLIS ABÚZUS

Naponta veti Henrik szemére az anyja és a mostohaapja, hogy munkavállalás helyett az általános iskola utolsó osztályát igyekszik befejezni. Nem értik, hogy ez miért nem sikerült neki tizennyolc éves koráig az intézetben.

A) Menekülés

Henrik nem reagál, elengedi a füle mellett a megjegyzéseket.

1. lehetőség

Henrik mindennek ellenére folytatja az iskolát, hogy jobban fizetett munkája és kedvezőbb életlehetőségei legyenek a jövőben.

2. *lehetőség*

Henrik enged a nyomásnak, abbahagyja az iskolát, munkába áll, és a keresetét haza adja.

B) Segítségkérés

Henrik elveszettnek érzi magát, és a bátyjától kér tanácsot.

1. lehetőség

Bátyja azt tanácsolja, hogy saját érdekében mindenképpen fejezze be az iskolát.

2. lehetőség

A bátyja szerint egy ennyi idős fiúnak már kötelessége pénzt keresni, hagyja ott az iskolát, és álljon munkába.

C) Asszertív válasz

Henrik ezt mondja az édesanyjának: „Ha boldogulni akarok az életben, feltétlenül be kell fejeznem az iskolát. Hétvégenként fogok munkát vállalni, és ha ráérek, itthon is segítek majd a ház közüli teendőkben.”

1. *lehetőség*

Az édesanyja megérti Henrik szempontjait, és megígéri, hogy támogatni fogja a tervei megvalósításában.

2. *lehetőség*

„Ha velünk akarsz maradni, nem lophatod a napot, mindenképpen pénzt kell keresned.” – közli az anyja.

D) Agresszív válasz

Henrik nagyon megsértődik. Az anyja szemére veti, hogy sohasem törődött vele, és közli, hogy elköltözik otthonról, többé látni sem akarja őket.

1. lehetőség

Az anyja kéri a fiút, hogy nyugodjon meg, és higgadtan beszéljék át újra a dolgokat.

2. lehetőség

Az anyja azt kiabálja, hogy Henrik azonnal takarodjon a házból, nem fog senkinek sem hiányozni.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Henrik az egyik délután meghívja magukhoz egy barátját tévét nézni. A haza érkező szülők dühösen közlik vele, hogy csak akkor hívhat vendéget, ha előzetesen kikéri az engedélyüket.

A) Menekülés

Henrik megígéri, hogy ilyesmi többé nem fog előfordulni, és bocsánatot kér.

1. lehetőség

Henrik barátja kellemetlenül érzi magát, és megbántva távozik.

2. lehetőség

A vendég is elnézést kér a felháborodott szülőktől.

B) Segítségkérés

Henrik másnap megbeszéli az ügyet a barátjával.

1. lehetőség

Henrik barátja szerint a szülők udvariatlanok és sértők voltak. Henrik már felnőtt, azt hív meg, akit akar.

2. lehetőség

A barátja azt tanácsolja, hogy Henrik alkalmazkodjon, és máskor kérjen előzetesen engedélyt, ha valakit meg akar hívni magához.

C) Asszertív válasz

Henrik azt mondja: megérti, hogy a munkából fáradtan hazatérő szülőket zavarja a váratlan vendég. Megígéri, hogy a következőkben minden esetben szólni fog, mielőtt vendéget hív.

1. lehetőség

A szülők elfogadják Henrik érveit, megköszönik, hogy hajlandó megérteni az ő szempontjukat is. Ha előzetesen egyeztetnek, Henrik nyugodtan meghívhatja a barátait.

2. lehetőség

A szülők szerint Henriknek alkalmazkodnia kell, hiszen befogadták, és kénytelenek eltartani. Nem tűrik, hogy átjáróházat csináljon az otthonukból.

D) Agresszív válasz

Henrik nagyon ideges lesz. Üvöltve kéri ki magának, hogy mások előtt úgy bánjanak vele, mint egy taknyos kölyökkel.

1. lehetőség

A szülők nem értik, hogy Henrik miért lett ennyire feldúlt, azt mondják neki, hogy csillapodjon le, azután mondja el, hogy valójában mi baja.

2. lehetőség

Az apa visszakibál: „A hisztériáddal kikészíted az anyádat. Azt kell hinnem, hogy nem vagy normális! Jó lenne, ha mielőbb eltűnnél innen!”

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

A Dobbantó programban Henrik ösztöndíjat kap. Édesanyja az egész összeget elveszi tőle azzal az indoklással, hogy kötelessége segítenie a családot. Amikor a fiú a hétvégi programjára zsebpénzt kér, az anyja nem hajlandó egy fillért sem adni neki.

A) Menekülés

Henrik elkeseredik, de látszólag belenyugszik a dologba.

1. lehetőség

Az anyja látja Henrik levertségét, megsajnálja, és mégis ad neki némi zsebpénzt.

2. lehetőség

Henrik pénz nélkül megy el a buliba, és a haverjaival hívatja meg magát.

B) Segítségkérés:

A fiú a bátyjától kér segítséget.

1. lehetőség

A bátyja azt mondja, hogy sajnálja, de ő maga is pénzsűkében van. Henrik meg ne legyen nyámnyila, követelje a pénzét az anyjától.

2. lehetőség

A bátyja ad Henriknek pénzt a programjára.

C) Asszertív válasz

„Tudom, hogy nehezen jöttök ki a pénzből, és hogy minden fillérre szükség van itthon. De nagyon szeretnék a hétvégén a barátaimmal lenni, és nagyon kellemetlen, hogy tőlük kell pénzt kérnem. Számoljuk ki, hogy az ösztöndíjamból mennyi zsebpénzt kaphatnék havonta. Ígérem, hogy beosztom” – mondja Henrik a szüleinek.

1. lehetőség

A szülők belátják, hogy Henriknek szüksége van némi szórakozásra, és valamennyi zsebpénzre. Megállapodnak egy havi összegben.

2. lehetőség

A szülők értetlenül fogadják a fiú szavait. Úgy vélik, semmi szükség arra, hogy a elszórakozza a pénzt. Minden fillérre szükség van a megélhetéshez.

D) Agresszív válasz

Henrik tudja, hol tartja az anyja a pénzt. Szó nélkül elveszi az ösztöndíja összegét.

1. lehetőség

Mikor az anya észreveszi, hogy hiányzik a pénz, patáliát csap, a fiát tolvajnak nevezi, és felszólítja, hogy azonnal költözzön el otthonról.

2. lehetőség

Az anya belátja, hogy egy fiatal nem lehet zsebpénz nélkül. Megkéri Henriket, hogy adja vissza, amit elvett, és beszéljék meg, hogy az ösztöndíjából mekkora összegre van szüksége.

FIZIKAI ABÚZUS

Henrik együtt jár egy lánnyal. A lány korábbi barátja nehezen nyugszik bele a szakításba, egy este meglesi a hazafelé tartó fiút, hátulról váratlanul rátámad, és agyba-főbe veri.

A) Menekülés:

Henrik jobbnak látja, ha senkinek sem szól az esetről. Mindenkinek azt mondja, hogy elesett, és megütötte magát.

1. lehetőség

A másik fiú többé nem keresi.

2. lehetőség

Henrik fenyegető üzeneteket kap a vetélytársától, amelyben az újabb veréssel fenyegeti.

B) Segítségkérés

Henrik elmondja a barátnőjének, hogy mi történt, és kéri, beszéljen a volt barátjával.

1. lehetőség

A lány szerint ez azt jelzi, hogy az előző barátja még mindig nagyon szereti őt, de nem hajlandó beszélni vele.

2. lehetőség

A lány üzenetben kéri a volt barátját, hogy hagyja békén Henriket.

C) Asszertív válasz

Henrik találkozóra hívja a támadóját, és ezt mondja neki: „Megértem, hogy nehéz neked, de nem én tehetek róla, hogy a barátnőd elhagyott. Gondolod, hogy ha engem bántasz, akkor visszakapod őt? Az erőszak semmit sem old meg. Lépj tovább, és hagyj nekem békét!”

1. lehetőség

A másik fiú bocsánatot kér, elmondja, hogy nagyon kiborult a szakítás miatt, és nem tudott uralkodni magán.

2. lehetőség

A másik fiú csak annyit mond: „Meglátod, az a kurva téged is el fog hagyni! Kíváncsi vagyok, te hogyan viseled majd.”

D) Agresszív válasz

Henrik néhány barátjával meglesi a bántalmazót, és alaposan helyben hagyják.

1. lehetőség

A vetélytárs összefog a barátaival, és rátámadnak Henrikék csapatára. Valóságos bandaháború bontakozik ki.

2. lehetőség

A fiú olyan súlyosan megsérül, hogy kórházba kerül. Feljelenti a támadóit.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Henrik szívesen utánozza „menőbb” társait. Egy nap az egyik haverja egy nagyon drága, márkás edzőcipőben érkezik. Henrik nagyon szeretné kölcsönkapni, és egy kicsit viselni a csodacipőt. A haver azt mondja, hogy némi szexuális ellenszolgáltatás fejében lehet róla szó.

A) Menekülés

Henrik megriad, de úgy tesz, mintha nem értené a jelzést. Kijelenti, hogy csak vicc volt, valójában nem is akarta megkapni a cipőt.

1. lehetőség

A haver nem reagál, úgy beszélgetnek tovább, mintha semmi sem történ volna.

2. lehetőség

Henrik haverja nem hagyja annyiban az ügyet, újra meg újra megteszi az ajánlatát.

B) Segítségkérés

Henrik összezavarodik, egy jó barátjának mondja el mi történt, és a véleményét kéri.

1. lehetőség

A barátja azt tanácsolja, hogy Henrik többé ne tegye szóvá a dolgot.

2. lehetőség

A barátja szerint a buzit meg kellene büntetni.

C) Asszertív válasz

Henrik ezt mondja a haverjának: „Elképesztőnek tartom, hogy szexuális ellenszolgáltatást kérsz egy cipő használatáért. Az ajánlatod mindkettőnk számára megalázó.”

1. lehetőség

A haver azt mondja, hogy csak viccelt.

2. lehetőség

A fiú ezt válaszolja: „Azzal alázod meg magad, hogy egy cipőért kuncsorogsz. Én csak egy ezzel arányos ellenszolgáltatást kívántam.”

D) Agresszív válasz

Henrik dühében neki esik a másik fiúnak, és buzinak nevezi.

1. lehetőség

A fiú visszaüt, és összeverekednek.

2. lehetőség

A másik fiú megijed, és kimenekül a teremből.



IRINA – 19

Irina gyönyörű, 19 éves roma lány, egy nagyváros elszigetelt közösségében él. Otthagyta az iskolát, és 17 éves kora óta él együtt jelenlegi élettársával, Sanyival. Egy kis házban laknak. Irina részmunkaidőben pincérnőként dolgozik, Sanyi használt kocsikkal kereskedik. Egyiküknek sincs munkaszerződése.

VERBÁLIS ABÚZUS

Irina családja elégedetlen a lány párválasztásával, Sanyi nem szívesen látott vendég a házukban. Egy alkalommal, amikor Irina meglátogatja a szüleit, az anyja kifakad: „Nem vagy tisztességes roma nő. Együtt élsz egy fehér csirkefogóval, és nem is vagytok összeházasodva. Szégyent hozol a családra. Csak akkor gyere hozzánk, ha visszaszerezted a becsületedet!”

A) Menekülés

Irina szó nélkül elhagyja a házat.

1. lehetőség

Irina hónapokig nem találkozik a szüleivel.

2. lehetőség

Néhány nap múlva az anyja felhívja, és úgy beszél, mintha mi sem történt volna.

B) Segítségkérés

Irina elmeséli a dolgot az egyik nagynénjének, és kéri, hogy segítsen elrendezni konfliktust.

1. lehetőség

A nagynéni elbeszélget Irina anyjával a problémáról, illetve más roma nők hasonló gondjairól. Ezután az anya kicsit elfogadóbb lesz Irinával.

2. lehetőség

A nagynéni szerint Irina anyjának igaza van, a lánynak hallgatnia kellene rá. Egy tisztességes roma lány számára elengedhetetlen, hogy megőrizze a becsületét.

C) Asszertív válasz

Irina azt mondja az anyjának, hogy Sanyi talán nem a legtökéletesebb férfi, de szeretik egymást, és arra kéri, hogy ne ítélkezzen, inkább segítsen abban, hogy boldog lehessen.

1. lehetőség

Az anya lehiggad, türelmesebb a lányával, és a kapcsolatuk lassanként javulni kezd.

2. lehetőség

Irina anyja egyre dühösebb, és kijelenti, hogy nem hajlandó több időt pazarolni Irinára.

D) Agresszív válasz

Irina rátámad az anyjára: „Azt akarod, hogy úgy éljek, és ugyanolyan boldogtalan legyek, mint te? Tán az a baj, hogy nem mentem férjhez, és nem szültem 16 éves koromban? Gyűlöllek!”

1. lehetőség

Az anya sírva fakad, azt mondja, hogy nagyon szereti, éppen ezért aggódik érte.

2. lehetőség

Az anya ridegen közli, hogy soha többé nem akarja látni a lányát

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Egy nap esküvőt rendeznek az étteremben. Nagy a forgalom, és kevés a pincér. Irina estére nagyon elfárad. A rendezvény végén a főpincér ráparancsol: „Azonnal hozz nekem valamit enni!” Majd visszaküldi italért. Közben hangosan csepülie a munkatársai előtt: „Láttatok már ennyi bénázást? Ez a csaj szép, de egy ilyen cigány semmire sem jó!”

A) Menekülés

Irina bemenekül az öltözőbe és sírva fakad.

1. lehetőség

A főpincér meghallja Irina zokogását. Másnap bocsánatot kér.

2. lehetőség

A főpincér továbbra is bárdolatlanul viselkedik.

B) Segítségkérés

Irina bemegy az étterem tulajdonosához. Elmondja, hogy mi történt, és tanácsot kér, hogyan kezelje a helyzetet.

1. lehetőség

A tulajdonos beszél a főpincérrel, aki ugyan nem érti, hogy mi volt a gond, de megígéri, hogy ezentúl figyelmesebb lesz.

2. lehetőség

Az tulajdonos beszél ugyan a főpincérrel, de az nem látja be, hogy hibázott, és nem változtat a viselkedésén.

C) Asszertív válasz

A lány másnap megmondja a főpincérnek, hogy milyen megalázó voltak a számára a viselkedése. Arra kéri, hogy mondja meg őszintén, ha gond van a munkájával, de ne szégyenítse meg a többiek előtt.

1. lehetőség

A főpincér azt mondja, hogy Irinának nincs joga bírálni őt.

2. lehetőség

A főpincért váratlanul éri Irina reakciója, elismeri a bátorságát, és ettől kezdve udvariasabban viselkedik

D) Agresszív válasz

A lány azt mondja a főpincérnek, hogy fel fogja jelenteni munkahelyi zaklatás miatt.

1. lehetőség

A főpincér azt mondja, hogy nem gondolta komolyan, amit mondott, csak viccelt.

2. lehetőség

A főpincér kirúgja Irinát.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Az egyik este Irina egy kimerítő munkanap után későn ér haza. Aznap az étteremben esküvőt tartottak, és ő a szokásosnál több pénzt keresett. Éjszaka Sanyi az összes pénzt kiveszi a pénztárcájából.

A) Menekülés

Irina nem teszi szóvá a dolgot.

1. lehetőség

Néhány nap múlva Sanyi magától visszaadja a pénzt.

2. lehetőség

Irina a következő napokban pénz nélkül marad.

B) Segítségkérés

Irina elpanaszolja az esetet a sógorának, Sanyi bátyjának.

1. lehetőség

A sógor nem veszi komolyan Irinát: „Kizárt dolog, hogy egy hozzád hasonló cigánylánynak saját pénze legyen. A pénz természetesen a férfié.”

2. lehetőség

A bátyja rászól Sanyira, hogy adja vissza Irinának a pénzét. Sanyi tiszteli a bátyját, szót fogad neki.

C) Asszertív válasz

Irina azt mondja Sanyinak: „Ha szükséged van pénzre, szólj, és akkor adok. Nem veheted ki szó nélkül az erszényemből. Add vissza, mert szükségem van rá.”

1. lehetőség

Sanyi belátja, hogy Irinának igaza van, és minden további nélkül visszaadja a pénzt.

2. lehetőség

Sanyi nem akarja visszaadni a pénzt, Irina ebben nem hajlandó belenyugodni, és nagyon összevesznek.

D) Agresszív válasz

Irina mindenkinek elmondja, hogy Sanyi utolsó tolvaj.

1. lehetőség

Sanyi nagyon megveri Irinát.

2. lehetőség

Sanyi elhagyja Irinát.

FIZIKAI ABÚZUS

Az egyik este Irinának a barátaikkal elmennek egy nyilvános rendezvényre. Amikor a lány egyedül kimegy dohányozni, egy fiatalokból álló csoport rátámad: „Mit keresel itt, te cigány kurva? Csak mérgezed a levegőt!” Egyikük kövekkel kezdi el dobálni.

A) Menekülés

Irina visszamegy a barátaikhoz, és nem mondja el, mi történt.

1. lehetőség

Sanyi észreveszi Irina karján a sérülést, megkérdezi, hogy mi történt, és mivel nem kap választ megsértődik, hogy a lány nem őszinte vele.

2. lehetőség

Senki nem vesz észre semmit, Irina pedig egy ideig elkerüli a környéket.

B) Segítségkérés

Irina visszamegy a bárba, elmondja, mi történt, és a barátait kérdezi meg, hogy ilyenkor mit lehet tenni.

1. lehetőség

A barátok megígérik, hogy ha kell, megvédik. De Irina jobban teszi, ha egyedül nem megy sehová.

2. lehetőség

Azt mondják Irinának, hogy ilyesmi gyakran előfordul, és megosztják a rasszista támadásokkal kapcsolatos korábbi tapasztalataikat.

C) Asszertív válasz

Irina a barátai kíséretében odamegy a támadókhoz, megkérdezi, hogy miért kötöttek bele, és hogy mit lehetne tenni a békesség érdekében

1. lehetőség

A banda tagjait meglepi Irina határozottsága, és készek arra, hogy megbeszéljék a dolgot. Belátják, hogy semmi konkrét okuk nem volt a támadásra.

2. lehetőség

A banda tagjai kinevetik a lányt, a hangadójuk azt mondja, hogy büdös cigányokkal nem hajlandók szóba állni.

D) Agresszív válasz

Irina barátai nyitott bicskával rontanak rá a kötekedő banda tagjaira.

1. lehetőség

A banda tagjai nem hagyják magukat, ők is bicskát rántanak, és heves verekedés tör ki

2. lehetőség

A bicskákat látva a kötekedő banda tagjai elmenekülnek.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Sanyi erotikus videochat szolgáltatást akar indítani. Vásárol egy laptopot és egy kamerát, és azt tervezi, hogy Irina erotikus bemutatót tart majd a klienseknek. Irina erre nem hajlandó.

A) Menekülés

Irina azt mondja, hogy azért nem vállalkozik erre, mert nem tudja jól használni a számítógépet és az internetet.

1. lehetőség

Sanyi megérti Irina kifogásait, és megpróbál más pénzszerzési lehetőséget keresni.

2. lehetőség

Sanyi megígéri, hogy megtanítja Irinát a számítógép használatára. .

B) Segítségkérés

Irina egy, a rászoruló családokat segítő szociális munkás tanácsát kéri.

1. lehetőség

A szociális munkás tanácsot ad Irinának a pénzügyi helyzetük kezeléséhez, és segíteni próbál abban is, hogy hogyan alakítsa a párkapcsolatukat.

2. lehetőség

A szociális munkás szerint Irinának fel kellene jelentenie Sanyit szexuális kizsákmányolás miatt.

C) Asszertív válasz

Irina határozottan visszautasítja Sanyi tervét. Ő semmiképpen nem akar ilyenfajta munkát végezni. Javasolja: közösen tekintsék át, hogyan tudják rendezni pénzügyeiket.

1. lehetőség

Sanyi megérti és elfogadja Irina érveit. Beszélnek az adott helyzetről, és a probléma megoldásának lehetőségeiről.

2. lehetőség

Sanyi azzal fenyegeti Irinát, hogy amennyiben nem áll kötélnek, meztelen képeket fog feltenni róla az internetre.

D) Agresszív válasz

Irina dühében összetöri az új kamerát

1. lehetőség

Sanyi megijed Irina indulatától, lemond a tervéről, és más megoldást keres.

2. lehetőség

Sanyi dühbe gurul, azt követeli, hogy Irina térítse meg a kamera árát. Nem hajlandó lemondani a tervéről, ragaszkodik ahhoz, hogy Irina tegye, amit mond.



JÁNOS – 19

Jánost az anyja a szülés után a kórházban hagyta, és így állami gondozottként nőtt fel. Amikor nagykorú lett, 18 évesen elhagyta azt a lakóotthont, ahol addig élt, és egy átmeneti otthonba került. Szakács akart lenni, de lakóhelye közelében nem talált képzési lehetőséget. Mivel tart attól, hogy amennyiben hat hónap alatt nem talál munkát, el kell hagynia az otthont, kőművesként helyezkedik el. Nagyon nehezen teremt kapcsolatot, ezért különösen magányos és bizonytalan.

VERBÁLIS ABÚZUS

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.

1. lehetőség

János társa nem tesz több megjegyzést, és a többiek sem avatkoznak be..

2. lehetőség

A többiek nevetni kezdenek, és János rovására tréfálkoznak.

B) Segítségkérés

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

1. lehetőség

A főnöknek nagy tekintélye van, és többet nem fordul elő, hogy Jánosnak felemlégetik intézeti múltját.

2. lehetőség

Mivel most már mindenki tud János múltjáról, a főnök távollétében gyakran hangzanak el célozgatások olyan emberekre, akik nem kellettek a szüleiknek.

C) Asszertív válasz

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

1. lehetőség

A kolléga bocsánatot kér.

2. lehetőség

A kolléga nem válaszol, de jó hangosan megjegyzi, hogy gyűlöli azokat az embereket, akik gyereket csinálnak, és az állammal neveltetik fel.

D) Agresszív válasz

János a munkatársához vágja kezében lévő szerszámot.

1. lehetőség

A sértegető munkatárs megijed János indulatától, többé nem mer megjegyzést tenni rá.

2. lehetőség

A munkatársa bepanaszolja Jánost, aki fegyelemsértés miatt pénzbüntetést kap.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

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 megvult, 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.

1. lehetőség

A többiek rászólnak a gonoszkodó társukra, hogy fékezze magát.

2. lehetőség

A többiek osztják társuk véleményét, és további gúnyos megjegyzéseket tesznek a lányra és Jánosra.

B) Segítségkérés

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

1. lehetőség

A kolléga megsajnálja őt, és rászól a fiúkra, hogy álljanak le, semmi közük nincs János magánéletéhez.

2. lehetőség

A kolléga nem veszi a jelzést, hanem együtt mulat a többiekkel János zavarán.

C) Asszertív válasz

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

1. lehetőség

A fiúk elszégyellik magukat, és elnézést kérnek Jánostól.

2. lehetőség

Az egyik fiú gúnyosan kijelenti, hogy hiába: zsák a foltját megleli, a többiek pedig jót mulatnak a találónak ítélt megjegyzésen

D) Agresszív válasz

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

1. lehetőség

Egy társuk igyekszik lecsillapítani az indulatokat, mert attól tart, hogy a biztonsági őr ki fogja őket utasítani a kocsmából.

2. lehetőség

A biztonsági őr kiutasítja az egész társaságot. Mindenki Jánosra haragszik, úgy vélik: hogy miatta kell bűnhődniük.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

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.

1. lehetőség

Néhány óra múlva a munkavezető odamegy Jánoshoz, és tájékoztatja arról, hogy ellenőrizte a szerződését, ennek alapján nem volt jogos a szállítási díj levonása. A különbözetet vissza fogja kapni

2. lehetőség

János béréből változatlanul levonják a szállítás díját.

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.

1. lehetőség

A munkavezető megígéri, hogy ellenőrizni fogja a szerződést, és amennyiben téves volt a levonás, a fiú vissza fogja kapni a különbözetet.

2. lehetőség

A munkavezető szerint János nagyon rosszul dolgozik, nem szolgálja meg a fizetését, bármikor találnak a helyére jobb munkaerőt.

C) Asszertív válasz

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

1. lehetőség

A szerződés átnézését követően a munkavezető belátja, tévedés történhetett, nem volt jogos a levonás.

2. lehetőség

A munkavezető Jánosra támad, szerinte nincs joga felülbírálni a döntést, ha nem tetszik ez a munkahely, minden további nélkül felmondhat.

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.

1. lehetőség

A munkavezető kéri Jánost, hogy csillapodjon le, és beszéljék meg nyugodtan a problémát.

2. lehetőség

A munkavezető szerint jobb, ha János azonnal beadja a felmondását, különben fegyelmi úton bocsátják el.

FIZIKAI ABÚZUS

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 pénzt elvették, János feláll, és hazamegy. Nem szól senkinek, mert fél a fiúktól.

1. lehetőség

A fiúknak más fegyelmi ügyek miatt el kellett hagyniuk az otthont, így ez a probléma megszűnik.

2. lehetőség

A fiúk továbbra is rendszeresen elveszik János pénzét

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.

1. lehetőség

Mivel ezeknek a fiúknak nincs hová menniük, a továbbiakban meghúzzák magukat, és békén hagyják Jánost.

2. lehetőség

A következő nap a fiúk megvárják Jánost az utcán, és megverik az árulkodás miatt.

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.

1. lehetőség

A fiúk bocsánatot kérnek, és megkérik Jánost, hogy segítsen nekik munkát szerezni.

2. lehetőség

A fiúk megfenyegetik Jánost, hogy amennyiben feljelenti őket, meg fogják ölni.

D) Agresszív válasz

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

1. lehetőség

János nem tudja megelőzni a támadást, amikor a fiúk észreveszik, mire készül, a szokásosnál is jobban megverik.

2. lehetőség

A fiúk feljelentik Jánost az otthon vezetőségénél a boxer használata miatt, és ennek következtében a fiúnak el kell hagynia az intézményt.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Egy születésnapin János holtrészegre 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.

1. lehetőség

A többiek megbánják, amit tettek, bocsánatot kérnek Jánostól, és kitörlik a képeket.

2. lehetőség

A fiúk szerint az öngyilkossági kísérlet János gyengeségének újabb bizonyítéka, továbbra is megvetéssel tekintenek rá.

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.

1. lehetőség

A fiúk csak viccnek szánták a tettüket, de megértik a kockázatot, és törlik a képeket.

2. lehetőség

A fiúk törlik a képeket, de a közösségi oldalakon megjelennek a Jánosról szóló lejárató kommentek.

C) Asszertív válasz

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

1. lehetőség

A fiúk belátják, hogy hibáztak, és törlik a képeket.

2. lehetőség

A fiúk azt tanácsolják Jánosnak, hogy legyen óvatosabb, máskor ne részegedjen le.

D) Agresszív válasz

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

1. lehetőség

A fiúk megrettennek a bevadult Jánosól, és jobbnak látják, ha letörlik a képeket.

2. lehetőség

Az egyik fiú panaszt tesz az otthon vezetőjénél, aki elmarasztalja Jánost az italozás és a fenyegető viselkedés miatt.



KATA – 18

Kata középiskolás lány, programozó szeretne lenni.

Nagyon sok barátja van, aktívan használja a közösségi média platformjait, sokféle képet és információt oszt meg magáról. Van egy barátja, aki nagyon féltékeny típus.

VERBÁLIS ABÚZUS

Kata beadja a jelentkezését a továbbtanulásra. A matematikát és informatikát nagyon szereti, így egy híres külföldi egyetemre szeretne menni informatikát tanulni. Amikor az egyik osztálytársa meghallja a tervét, nevetni kezd és azt mondja, hogy ez neki sosem fog sikerülni, és mindig egy vesztes marad, aki egész életében csak gyerekekkel fog foglalkozni.

A) Menekülés

Kata nagyon feldúlt és nem tudja megvédeni az eredeti tervét. Hazafelé úton végig a jövőbeni hivatásán gondolkodik. Azon töpreng, lehet, hogy az osztálytársának igaza van és egy másik szakmát kellene választania, óvodai nevelőnek vagy tanárnak, esetleg gyógypedagógusnak mennie. Nem igazán tudja eldönteni, mit tegyen.

1. lehetőség

Kata végül dönt: Hajtja a kalandvágy és a külföldi informatikai kurzust választja.

2. lehetőség

Kata végül dönt: Az informatika nincs többé a tervei közt a karrierjét illetően.

B) Segítségkérés

Kata nem tudja, mit mondjon, de nagyon rosszul érzi magát. Úgy dönt, a kedvenc matektanárához fordul segítségért és beszél vele.

1. lehetőség

A tanár biztatja Katát: képes arra, hogy azt csinálja, amit szeretne.

2. lehetőség

A tanárnak nincs rá ideje és azt javasolja, beszéljen valaki mással a problémáról.

C) Asszertív válasz

Kata visszavág a fiúnak és elmondja neki, hogy nem kellene bántania és eltántorítania az álmától.

1. lehetőség

A fiú bocsánatot kér és azt mondja, csak viccelt.

2. lehetőség

A fiú nevet és azt mondja, ő csak segíteni próbált.

D) Agresszív válasz

Kata kiabálni kezd: „Mit képzelsz, ki vagy Te? A Te véleményed nekem nem számít! Nem vagy az anyám! Egyébként meg azt csinállok, amit akarok!” Majd kimegy a teremből és becsapja maga mögött az ajtót.

1. lehetőség

Az osztályfőnök követi Katát, visszahívja a terembe és leszidja a fiút a viselkedése miatt.

2. lehetőség

Kata egyedül sír a folyosón, amíg az óra véget nem ér.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Kata egy bulin van a barátjával, Danival és néhány másik barátjukkal. Találkozik egy régi osztálytársával, Péterrel. Örülnek, mert rég nem látták egymást. Félőrája beszélgetnek, amikor Dani odamegy Katához és megkéri, menjen ki, mert beszélni szeretne vele. Az udvaron Dani kiabálni kezd a lánnyal azt állítva, hogy flörtölt a másik fiúval. Nem érzi, hogy fontos lenne Katának, mert egy szót sem szólt hozzá egész este.

A) Menekülés

Kata sírva fakad és Dani bocsánatát kéri, mivel nem akarta megbántani. Esküszik, hogy csak őt szereti.

1. lehetőség

Dani lassan megnyugszik és még maradnak egy kicsit a bulin, együtt szórakozva.

2. lehetőség

Dani nem bír lenyugodni és kényszeríti Katát, hogy azonnal menjen haza vele. Több hasonló eset is történik a következő pár hónapban, így Kata alig megy már bulizni. Szeretné elkerülni az ilyen fajta vitákat a szerelmével.

B) Segítségkérés

Albert, Dani legjobb barátja, észreveszi a vitát Dani és Kata között. A lány megkéri, hogy beszéljen Danival a féltékenységgel kapcsolatban. Azt javasolja, hozza fel neki, hogy Dani is jóban van Albert húgával és ezzel Katának semmi baja.

1. lehetőség

Dani hallgat a barátjára és megbánja a tetteit. Sajnálja, amit tett, és becsatlakozik Kata és Péter beszélgetésébe.

2. lehetőség

Dani agyát teljesen elhomályosítja a féltékenység és Albert közbenjárása éppen az ellenkezőjét váltja ki. Dani most már Albertre is féltékeny és tovább kiabál Katával, ezzel nyilvánosan megalázza a lányt.

C) Asszertív válasz

Kata nyugodt marad. Azt mondja, Danival fog hazamenni, ahogy máskor is, mivel ő a barátja és szereti őt. Azonban úgy gondolja, hogy beszélgethet más fiúkkal barátként, ahogy azt mindenki más is teszi egy bulin.

1. lehetőség

Dani megérti Kata érveit és lenyugszik. Egy kicsit marad még a lánnyal, de később csatlakozik a barátaihoz. A buli végén békességben mennek haza együtt.

2. lehetőség

Dani elveszti a fejét és tovább kiabál Katával, azt vetve a szemére, hogy azzal, amit mondott, mások előtt akarta megleckéztetni. Mindenki mással is kiabál, akiről azt gondolja, hogy a lány beszél velük.

Agresszív válasz

Kata szereti Danit, de úgy érzi, ezúttal túl messzire ment. Közli, hogy senkinek sincs joga így beszélni vele, még Daninak sem. Az nem az ő problémája, ha Dani féltékeny, mivel ő nem adott rá semmi okot. Azt is hozzáteszi, hogyha nem tud uralkodni az érzésein és a dühén, akkor szakít vele.

1. lehetőség

Dani elszégyelli magát és magát hibáztatja, amiért gorombán viselkedett. Vagy ezerszer bocsánatot kér Katától és bebizonyítja, hogy szereti a lányt.

2. lehetőség

Dani teljesen begurul és megpofozza Katát, aki sírva fakad. Dani később megnyugszik és bocsánatért könyörög. Azt mondja, nagyon sajnálja, csak azért ütötte meg, mert a lány nagyon felmérgelte. Ez a bizonyíték, hogy mennyire szereti. Megpróbálja megbékíteni Katát, de ő elhúzódik tőle.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Kata szeretne elmenni egy koncertre a barátnőjével. A szülei megengedik neki, de azzal a feltétellel, hogy maga keresi meg a jegy árát. Kata nagyon boldog és talál is magának egy diákmunkát. Hetekig nagyon keményen dolgozik, hogy összegyűjtse a pénzt a jegyre. Amikor sikerül neki, megkéri Danit, hogy segítsen megvenni a jegyet. Azonban Dani azt feleli, neki sokkal jobb terve van a hétvégére. Elveszi a pénzt és azt mondja: „Ez pont elég a motorom megjavításához és akkor elmehetünk egy piknikre motorral a hétvégén.”

A) Menekülés

Kata semmit sem tesz. Úgy gondolja, a koncert nem olyan fontos, mint a kapcsolatuk, és minden áron el akarja kerülni a szakítást.

1. lehetőség

A pikniken nagyon jól érzik magukat és Kata úgy érzi, megérte kihagyni a koncertet.

2. lehetőség

Dani egyre furcsább lesz és elkezd uralkodni a kapcsolatukon. Minden lehetséges módon kihasználja a lányt. Több alkalommal is elveszi Kata pénzét és mindig megmondja neki, mit csináljon.

B) Segítségkérés

Kata a barátnői segítségét kéri, hogy találjanak ki valamit, különben nem mehet el velük a koncertre.

1. lehetőség

A lányok kitalálják, hogyan leckéztessék meg Danit, hogy felhagyjon ezzel a viselkedéssel. Elterjesztik, hogy Dani csak Kata pénzéből tudja fenntartani a motorját és az összes randijukat is a lány fizeti. Dani elszégyelli magát, és mindent megtesz, hogy bizonyítsa az ellenkezőjét – sokkal gyakrabban fizeti a programokat.

2. lehetőség

A lányok kitalálják, hogyan leckéztessék meg Danit, hogy felhagyjon ezzel a viselkedéssel. Elterjesztik, hogy Dani csak Kata pénzéből tudja fenntartani a motorját és az összes randijukat is a lány fizeti. Dani nagyon dühös lesz és megfenyegeti Kata barátnőit. Dani Katával is kiabál. A lány fél szakítani Danival, ismerte a fiú agresszív reakcióit.

C) Asszertív válasz

Kata kedvesen azt feleli, hogy nagyon tetszik neki a motoros piknik ötlete, de sajnos más tervei vannak a hétvégére és szüksége van a pénzre. Felajánlja, hogy segít a fiúnak munkát keresni és akkor megkeresheti a pénzt a motorja megjavítására.

1. lehetőség

Danit meglepi a válasz, de tiszteletben tartja és visszaadja a pénzt.

2. lehetőség

Dani a földre dobja a pénzt, azt mondja, nincs szüksége a lány segítségére, kiviharzik és becsapja az ajtót.

Agresszív válasz

Kata elveszi és elrejt Dani telefonját, amikor a fiú őrületlenül hagyja azt. Majd azt mondja a fiúnak, hogy vagy azonnal visszaadja a pénzét, vagy örökre búcsút mondhat a telefonján tárolt adatoknak.

1. lehetőség

Dani rendszeresen készít képeket és videókat a telefonjával, ezért ez elgondolkodtatja. Most már tudja, mit érzett Kata, amikor elvette tőle a pénzt. Ez a gondolat felnyitja a szemét. Azt mondja a lánynak, hogy csak féltékeny volt, amiért nem vonta be őt is a hétvégi programjába. Azt javasolja, mindig beszéljék meg közösen a hétvégi terveket.

2. lehetőség:

Dani felrobban, tajtékszik a dühtől és kiabál: „Elszóránád a pénzünket anélkül, hogy megkérdeznél róla és magadra költenéd el és ezen felül még a telefonomat is ellopod! Hogy gondolod azt, hogy hozzányúlhatsz a dolgaimhoz?” Azt javaslom, szedd össze magad a szombati kirándulásra, most pedig add szépen vissza a telefonom!” Kata visszaadja a telefont, fél és megszágyonyítva érzi magát.

FIZIKAI ABÚZUS

Kata és Dani elmennek egy táncolós buliba a hétvégén. Kata nagyon szeret a tömeg közepén táncolni, olyan közel a hangszórókhoz, amennyire csak lehet. Az egyik fiúnak megakad a szeme Katán és rá is kacsint, de Dani ezt észreveszi és dühbe gurul. Odamegy a fiúhoz és rákiabál: „Mit akarsz a barátnőmtől?!” és többször erősen megüti őt. Kata próbálja megállítani Danit, de ő ellöki magától, a lány a földre esik.

A) Menekülés

Kata nagyon megijed. Felkel a földről és a kijárat felé rohan.

1. lehetőség

Odakint leint egy taxit és megkéri a sofőrt, hogy vigye őt haza. Felhívja az anyját, aki megpróbálja megnyugtatni őt. Amikor hazaér, az anyja biztosítja, hogy otthon biztonságban van. A szülők másnap felhívják Danit és közlik vele, hogy nem akarják többet a lányuk közelében látni.

2. lehetőség

Dani megpróbálja elkapni a lányt és visszahúzni. Kata nagyon zaklatott és azt mondja, haza akar menni, mert elege van. Dani haza akarja kísérni. Kata nem szeretné, de a fiú annyira erősködik, hogy végül belemegy és engedi neki, hogy hazakísérje. Kata egész úton hazafelé csöndben van, Dani pedig úgy tesz, mintha semmi sem történt volna.

B) Segítségkérés

Néhányan a tömegből segítenek Katának felállni a földről és megkérdezik, jól van-e. A lány megkéri őket, hívják a biztonsági őröket, hogy megállítsák Danit.

1. lehetőség

Szólnak a biztonsági őröknek, akik kidobják Danit a buliról. Megkérdezik Katát, hogy szeretné-e értesíteni a rendőrséget, de ő csak az apját akarja felhívni, hogy vigye haza, amilyen hamar csak lehet.

2. lehetőség

Dani Katát is magával cibálja, és azt üvölti: „Miért csináltad ezt? Te idióta!”. Amikor megérkeznek a buszmegállóba, szétválnak és külön mennek haza.

C) Asszertív válasz

Kata feláll és határozottan közli: fáj neki ez a viselkedés és nem akar kapcsolatban maradni egy ilyen agresszív fiúval, ezért hazamegy és megkéri Danit, ne keresse többé; ezzel egyenesen a kijárat felé indul.

1. lehetőség

Dani befejezi a földön fekvő fiú ütlegetését, elnézést kér és segít neki felállni. Sajnálja, hogy elvesztette az önuralmát. Hazamegy, és bár sokat gondol Katára, nem hívja fel, mivel ezt kérte tőle a lány. Megpróbálja elfogadni, hogy elrontotta a kapcsolatukat, de még mindig bízik abban, hogy egy nap megbocsát neki.

2. lehetőség

Dani követi Katát és az ajtóban visszarántja őt. Megkérdezi, miért tesz úgy, mintha ő lenne az áldozat, miközben mindenki láthatta, hogy a lány flörtölt a másik fiúval. Egész úton hazafelé követi Katát és hangosan kiabál vele, miközben erősen szorítja a lány karját, nem akarja beengedni őt a házba. Végül Kata megmenekül a szorításból, berohan a házba és becsapja a kaput maga mögött.

D) Agresszív válasz

Kata feláll és hátulról megüti Danit.

1. lehetőség

Dani nem számított ilyen reakcióra, így befejezi a verekedést. Kata kiabál, hogy hagyja békén a fiút, mivel ő nem tett semmit. Dani elismeri, milyen rosszul reagált, elnézést kér, segít a fiúnak felállni, majd Katától is bocsánatot kér. Rájön, hogy hülyén viselkedett – megígéri, soha többé nem tesz ilyet.

2. lehetőség

Dani hátrafordul és reflexből megüti Kata karját. Kata erős fájdalmat érez, zokogni kezd és elrohan.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Kata az edzése után busszal megy haza. A buszon hatalmas tömeg van és Kata mögött egy öltönyös középkorú férfi áll. Kata érzi, ahogy a férfi hozzá dörzsöli a nemi szervét, majd megfogja a fenekét.

A) Menekülés

Kata megpróbál elmenekülni a helyzetből, és olyan messzire megy a férfitől, amennyire csak tud. Megpróbálja átverekedni magát a tömegben.

1. lehetőség

Sikerül megmenekülnie és jó távol kerül a férfitől. Most már nem tudja fogdosni őt. Kata próbál úgy helyezkedni, hogy ne lássa őt a férfi a tömegben.

2. lehetőség

Egy középkorú nő, csomagokkal a kezében, rákiabál Katára és hibáztatni kezdi, amiért tolakszik a tömött buszon és nem látja, hogy nincsen már több hely. Kata észreveszi, hogy a férfi még mindig ott áll, viszont most már egy fiatalabb lány mögött.

B) Segítségkérés

Kata észreveszi, hogy egy fiatal fiú áll mellette. Odafordul hozzá és így szól neki: „Ne haragudj, de helyet tudnánk cserélni, mert ez a férfi mögöttem folyamatosan fogdos.” Először a fiú nem érti, mit akar Kata, de ő újra és újra elismétli a mondatot...

1. lehetőség

Egyre többen észreveszik körülöttük, hogy mi történik és megvédik: hangosan utasítják a férfit, hogy azonnal hagyja abba a lány zaklatását. Egy másik férfi is a lány védelmére kel és így szól a zaklatóhoz: „Mit képzelsz, mit csinálsz, te örült perverz?! Azonnal szállj le a buszról, különben megütlek!” Végül sikerrel jár, a többi utas segítségével és a zaklató elhagyja a buszt.

2. lehetőség

Egyre többen észreveszik körülöttük, hogy mi történik. Sajnos néhányan elkezdene viccelődni, hogy a lány élvezi az „úriember” figyelmét. Eközben senki nem tesz semmit, így Kata megpróbál a lehető legmesszebb kerülni a férfitől.

C) Asszertív válasz

Kata igyekszik megőrizni a nyugalmát. Megfordul és így szól a férfinak: „Elnézést uram, biztosan csak véletlen volt, de hozzám ért. Megkérhetném, hogy álljon egy kicsit távolabb?”

1. lehetőség

A férfi sem akar ügyet csinálni a helyzetből, így elnézést kér és biztosítja Katát, hogy csak véletlen volt. Nagyon sokan vannak a buszon és már nincsen több szabad hely, de a férfi távolabb megy Katától. Úgy dönt, soha többet nem csinál hasonlót.

2. lehetőség

A férfi jelenetet rendez és kiabálni kezd Katával, hogy ő nem csinált semmit és nem tudja, miről beszél a lány. A helyzet nagyon kellemetlen Kata számára mivel őt hibáztatják, nem tudja, mit tegyen. Sírni kezd, majd a következő megállóban leszáll a buszról.

Agresszív válasz

Katán magas sarkú csizma van. Erőteljesen rátapos vele a molesztáló férfi lábára.

1. lehetőség

A férfinak ez fáj és hátrébb lép. Annyira meglepi Kata reakciója, hogy a következő megállóban leszáll a buszról.

2. lehetőség

A férfi nagyon mérges lesz és kiabálni kezd Katával, megpróbálja befolyásolni és meggyőzni a többi utast. „Észnél vagy, te hülye lány? Figyelj oda, mielőtt valaki mást is megsértesz! Mi a fenéért hordasz magas sarkút, ha nem tudsz benne járni? Most pedig tűnj el!” Kata megszégyenülve leszáll a buszról.



Lili – 16

Lili 16 éves, kerekesszékes középiskolás lány. Az édesanyja egyedül taníttatja és plusz munkát vállal, hogy el tudja tartani a családot. Nagyon kevés szabadideje marad a lányára és gyakran fáradtnak és feszültnek érzi magát.

Lili nehezen mozgatja a kezét, ezért egy digitális hangfelismerő alkalmazást használ az iskolában. Habár van két barátnője, a többi osztálytársa nem igazán foglalkozik vele és néha még gúnyolják is őt. Így Lili félénken, visszahúzódóan, csendesen viselkedik a társai között.

VERBÁLIS ABÚZUS

Lili számára a kézírás is nehézséget jelent. Amikor dolgozatot kell írnia, olyankor a számítógépet tudja használni. Az osztálytársai azzal gyanúsítják, hogy dolgozatok közben használja az internetet és információkat keres a helyes megoldáshoz.

A) Menekülés

Lili nem tesz semmit és nem vesz tudomást a gúnyolódó beszólásokról.

1. lehetőség

Lili csak a tesztre koncentrálni. Egy idő után az osztálytársai is abbahagyják a mormogást és piszkálást és a saját tesztjükre kezdenek el figyelni.

2. lehetőség

A gúnyolódás megérinti Lili érzékenységet, így alig tud a tesztre koncentrálni. Úgy érzi, hogy gyenge volt és gyáva, amiért nem védte meg magát, a probléma folytatódik.

B) Segítségkérés

Lili tudja, hogy megvan a joga a digitális segítséghez annak érdekében, hogy elérhető legyen számára az iskolai oktatás. Lili és az anyja az iskolaigazgatóhoz fordulnak segítségért és megkérlik, hogy szervezzen egy érzékenyítő programot az iskolában.

1. lehetőség

Az érzékenyítő nap nagyon sikeres, a diákok sok új tapasztalatot és információt szereznek. Legtöbbjük elgondolkodik a látottakon.

2. lehetőség

Az igazgató nem reagál Lili ötletére az érzékenyítő nappal kapcsolatban. Lili ezt úgy fogja fel, hogy az igazgató visszautasította és nagyon csalódottnak és elhagyottnak érzi magát.

C) Asszertív válasz

Lili határozottan kiáll magáért. Elmagyarázza az osztálytársainak, hogy a gúnyolódás bántja őt, valamint a számítógépe nincsen az internethez csatlakoztatva így nem tudna csatlakozni a dolgozatok közben. Illetve azt javasolja a többieknek, hogy próbálják beleképzelni magukat az ő helyzetébe.

1. lehetőség

A diákok nem tudnak mit válaszolni. Elségeylik magukat és csendben maradnak. Befejezik a piszkálódást és a saját tesztjükre koncentrálnak.

2. lehetőség

A tanárnak kell elcsendesítenie a diákokat, hogy folytassák a munkájukat. A szünetben viszont tovább gúnyolják Lilit az osztálytársai.

D) Agresszív válasz

Lili nagyon ideges lesz, mert már torkig van a többiek igazságtalan piszkálódásával. Rákiabál a nagyszájú gúnyolódókra, hogy: „Fogjátok be! Foglalkoztatok a saját dolgotokkal!”

1. lehetőség

A nagyszájú osztálytársak motyognak valamit, de hamar elhallgatnak és a saját dolgozatukra kezdenek el figyelni a gúnyolódás helyett.

2. lehetőség

Ez a válasz csak még agresszívvá teszi az osztálytársait. A legharciasabb gyerek elveszi Lili tesztjét, összegyűri és a hozzávágya Lilihez: „Akkor hajrá, csináld meg gép nélkül, ha olyan nagyokos vagy!”

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Elég gyakori helyzet, hogy a különböző iskolai eseményeken Lili csak a hátsó sorban tud elhelyezkedni, így jellemzően kimarad a valódi történésekből. Most is így történik.

A) Menekülés

Lili nem szól semmit. Azt gondolja, hogy a környezetének kellene észrevennie, hogy ez a helyzet elfogadhatatlan.

1. lehetőség

Az egyik tanár észreveszi ezt a kellemetlen szituációt és megkérdezi Lilit, hogy szeretne-e az első sorba menni. Lili nagyon örül a lehetőségnek.

2. lehetőség

A kellemetlenség változatlan marad. Lili semmit nem szól, a környezete pedig nem veszi észre, hogy kimarad az eseményből.

B) Segítségkérés

Lili elmagyarázza az osztályfőnökének a problémát.

1. lehetőség

Az osztályfőnök megígéri Lilinek, hogy biztosítanak neki egy foglalt helyet az első sorban a jövőbeni iskolai rendezvényeken, így ugyanúgy részt tud venni, mint a többiek.

2. lehetőség

Az osztályfőnök a legközelebbi iskolai eseményen nagyon kellemetlen helyzetbe hozza Lilit. Előre tolja a kerekesszékevel és hangosan azt mondja: „Gyerekek, húzódjatok össze, hagyjatok helyet a kis Lilinek! Szegény lány semmit sem lát hátulról.”

C) Asszertív válasz

Lili összeszedi minden bátorságát a következő iskolai rendezvényen, és magától gurul az első sorba.

1. lehetőség

A probléma megoldódik. Lili jól lát és hall mindent és a körülötte lévők is örömmel fogadják társaságukban.

2. lehetőség

Az első sorban, Lili körül ülők megvetően és jól hallhatóan azt mondják: „Ez a nyomorék azt hiszi, mindent megtehet. Bejön ide és eltakar mindent.” Lili ennek következtében borzasztóan érzi magát.

D) Agresszív válasz

A legközelebbi iskolai eseményen is csak a leghátsó sorban talál helyet magának Lili. Elveszíti a türelmét és veszekedni kezd azokkal, akik előtte állnak, meggátolva őt ezzel a látásban.

1. lehetőség

A Lili előtt álló diákok elszégyellik magukat és engedik Lilinek, hogy eléjük guruljon a kerekesszékekkel.

2. lehetőség

Az ellenségeskedés Lili és az iskolatársai között egyre csak nő. A viselkedése feldühíti az előtte állókat és a perpatvar az osztályfőnökét is felbosszantja, aki szintén megharagszik Lilire.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Lili szeretne venni egy jégkrémet az egyik kiránduláson, azonban a boltban nincsen akadály-mentesített bejárata. Így ad 1000 forintot az egyik osztálytársának, hogy vegyen neki egy Magnumot. A fiú megveszi a jégkrémet, viszont megtartja a visszajárót és vigyorogva azt feleli: „Bocsi, ez az én bérem!”

A) Menekülés

Az egyetlen válasz, amit Lili mondani tud, hogy: „Rendben, tartsd meg, köszí.” Elveszi a jégkrémet és arrébb megy az üzlettől.

1. lehetőség

Lili örül a jégkrémnek és csatlakozik a két barátnőjéhez, akik már várnak rá. Nem különösebben foglalkozik a történetekkel tovább.

2. lehetőség

Lili úgy érzi, az ő hibája, hogy megtörtént ez az eset. Szégyelli magát, amiért nem tudott kiállni a jogaiért.

B) Segítségkérés

Lilit meglepi a szituáció, úgy érzi, az osztálytársai kihasználják fogyatékosága miatt. Jelenti a helyzetet az osztályfőnökének.

1. lehetőség

Az osztályfőnök megkérdezi mindkettőjüket, hogy mi történt valójában. A fiú elismeri, hogy minden úgy történt, ahogy Lili mondja és elszégyelli magát. A tanár megkéri a fiút, hogy adja vissza a pénzt és Lilit, hogy bocsásson meg neki.

2. lehetőség

Az osztályfőnök felhívja az igazgatót és elmeséli neki a történeteket. A fiút nagyon leszidja az igazgató és az anyját is azonnal értesítik telefonon. A fiú nagyon mérges lesz Lilire és spiclinek nevezi a többiek előtt.

C) Asszertív válasz

Lilinek nem tetszik a dolog és azt feleli a vigyorgó fiúnak, hogy: „Köszí, hogy bementél a boltba és vettél nekem jégkrémet, viszont most azonnal add vissza a pénzem!”

1. lehetőség

A fiú abbahagyja a vigyorgást és egy szó nélkül visszaadja a pénzt.

2. lehetőség

A fiú megvonja a vállát és elszégyelli magát, zsebében Lili pénzével. Lili utánakiabál, azonban a fiú úgy tesz, mintha semmit sem hallana.

D) Agresszív válasz

Lili nagyon hangosan kezd el kiabálni a fiúval, hogy mit képzel magáról, hogy elloppja a pénzét. Vagy visszaadja neki a pénzt azonnal, vagy szól a tanárnak és értesíti a rendőrséget is.

1. lehetőség

A fiú megijed és visszaadja Lilinek a pénzt. Többet nem fog hasonlóan „viccelődni” a lánnyal.

2. lehetőség

A fiú nagyon dühös lesz és visszakiabál Lilinek: „Fogd be, te nyomorék! Itt a rohadt pénzed!”

FIZIKAI ABÚZUS

Lili édesanyja rengeteget dolgozik és gyakran haza is viszi a munkát. Sokszor nincs elég ideje a lányára és elég feszült szokott lenni. Lili egyest kap az iskolában, amit nem mer elmondani az anyjának. Ám az édesanyja a szülői értekezleten értesül a rossz jegyről és nagyon mérges lesz a lányra. Amikor hazaér, megragadja Lili karját és rángatni kezdi, majd a szobájába kergeti és egy hónap szobafogságra ítéli.

A) Menekülés

Lili semmit sem mond. A szobában marad anyja parancsára, és álomba sírja magát a zárt ajtó mögött.

1. lehetőség

Az anya még mérges egy kicsit, de hamar megbékél. Rájön, milyen csúnyán viselkedett a lányával, amikor a szobájába zavarta.

2. lehetőség

Nem beszélnek többé a történetekről, Lili lelkében azonban hatalmas trauma keletkezett. Eldönti, hogy legközelebb sokkal jobban őrzi majd a titkát. Az anya továbbra is haragszik a lányára, amiért nem mondta el az igazat.

B) Segítségkérés

Lili a szobájában sír. Amikor megnyugszik kicsit, felhívja az egyik barátnőjét, hogy elpanaszolja neki, mi történt.

1. lehetőség

A barátnő jelzi az osztályfőnöknek, hogy mi történt, aki felhívja Lili anyját és kéri, hogy beszélje meg Lilivel a problémát, mert nagyon megviselte a lányt. Az anya elszégyelli magát azért, ahogy a lányával viselkedett, azt mondja, túl fáradt volt ahhoz, hogy elfojtsa a dühét. Megenyhül és kibékülnek Lilivel.

2. lehetőség

A barátnő jelzi az osztályfőnöknek, hogy mi történt, aki behívja Lili édesanyját az iskolába, és ott leteremti a történetekért. Amikor hazaér, kiabálni kezd a lányával, amiért ilyen kellemetlen helyzetbe hozta, és újra megüti őt.

C) Asszertív válasz

Miután a karja egy kicsit megsérült, azt mondja az anyjának: „Anyja, ez nagyon fáj, most kérlek hagyj egyedül lennem!”. Majd a szobájába gurul a kerekesszékkal és becsukja maga mögött az ajtót.

1. lehetőség

Az anyja kicsivel később bemegy hozzá és megígéri neki, hogy többet nem fog hasonló előfordulni. Viszont arra is megkéri, hogy többé ne hazudjon neki a lány.

2. lehetőség

Az anyja Lili után kiabál, miközben ő a szobájába tart: „Épp olyan vagy mint az apád!”. Lilinek nagyon hiányzik az apja, ezért rosszul esik neki, hogy az anyja együtt szidja őket ezen a módon.

D) Agresszív válasz

Lili visszaadja az anyjának, és azt mondja neki: „Utállak és el fogom mondani az osztályfőnöknek, a szomszédoknak és mindenkinek, hogy milyen gonosz vagy! Most pedig hagyj békén!” Azzal a szobájába megy.

1. lehetőség

Az anyja egy darabig még kopogtat Lili ajtaján, de egy idő után feladja. A reggelinél viszont megbeszéli a történeteket és kibékülnek egymással.

2. lehetőség

Az anyja egy darabig még kopogtat Lili ajtaján, viszont ez a lányt egyáltalán nem érdekli, egyáltalán nem akar ajtót nyitni. A következő pár napban nem beszélnek egymással.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Lilinek segítségre van szüksége az öltözködésnél a testnevelés órák után. A tornatanár megkéri az osztálytársait, hogy segítsenek neki. Az egyik lány, miközben segít Lilinek átöltözni, elkezd bökdödni a lány melleit, majd fogdosni és mutogatni az intim testrészeit, ezzel viccelődve a többiek előtt.

A) Menekülés

Lili sírni kezd a nagy megaláztatás miatt. Összeszedi a ruháit a földről, majd az akadálymentesített mosdóba gurul és megpróbál egyedül felöltözni.

1. lehetőség

Két jó barátja utána megy a mosdóba és segítenek neki felöltözni. Megígérik, hogy mindig segíteni fognak neki tornaóra után.

2. lehetőség

Az egész csak olaj a tűzre a gonosz osztálytársainál, folytatják a gúnyolódást és a nevetést. Majd azt mondják neki: „Oh, nézzétek anyuci kedvencét! Mi a baj, kismalac?”

B) Segítségkérés

Lili megpróbál kimenekülni az osztálytársai köréből, felveszi a ruháit a földről és felöltözik egyedül. Az osztálytársak nem hagyják abba a piszkálódást. Lili azonban úgy dönt, hogy másnap elmondja a történeteket az osztályfőnökének. A tanár beszél az iskolai pszichológussal, akivel egy női jogokkal foglalkozó civil szervezethez fordulnak, hogy segítsenek nekik.

1. lehetőség

A civil szervezet néhány kollégája bele is fog egy érzékenyítő nap szervezésébe a tantestület számára. A tanárok Lilihez való hozzáállása sokat változik az érzékenyítő napot követően.

2. lehetőség

A civil szervezet néhány kollégája bele is fog egy érzékenyítő nap szervezésébe a tantestület és néhány diák számára. Az iskola vezetősége viszont udvariasan visszautasítja az ajánlatot.

C) Asszertív válasz

Lili megkéri a gúnyolókat, hogy fejezzék be, mert nagyon kellemetlen a számára, amit csinálnak. Megpróbál kimenni a piszkálódók köréből, majd felveszi a ruháit a földről.

1. lehetőség

A lányok rájönnek, milyen szörnyen viselkedtek Lilivel, elnézést kérnek tőle. A ruháit felveszik a földről, majd segítenek neki felöltözni.

2. lehetőség

A többiek csak nevetnek és folytatják a fogdosást és a tapogatást. Lili az akadálymentesített mosdóba megy a ruháival és sírva felöltözik.

D) Agresszív válasz

Szándékosan nekiront a gúnyolódóknak a kerekesszékekkel, hogy kijusson a körülötte állók gyűrűjéből.

1. lehetőség

A testnevelő tanár meghallja a zajokat és a lányok öltözőjébe megy. Lili elmagyarázza a tanárnak, hogy a lányok fogdosták és bökdösték a mellét ahelyett, hogy segítettek volna neki felöltözni. A tanár mindenkinek ad egy írásbeli figyelmeztetést és tájékoztatja őket, hogy a következő ilyen esetről az igazgatóhoz viszi őket.

2. lehetőség

A testnevelő tanár meghallja a zajokat és a lányok öltözőjébe megy. Lili megpróbálja elmagyarázni a tanárnak, hogy a lányok fogdosták és bökdösték a mellét ahelyett, hogy segítettek volna neki felöltözni. A lányok tagadják, hogy ez történt volna. A tanár mindenkinek intőt ad, Lilinek is.



MÁRTA – 16

Márta tanulásban akadályozott 16 éves lány. Jól fejlett, magas, erős testalkatú. Szakiskolában tanul. Gondolkodása nehézkes, lassan érti meg a szövegeket, olvasása és írása is hemzseg a hibáktól. Nincs tisztában a pénz értékével.

Tud a hiányosságairól, szeretné, ha társai elfogadnák. Igyekszik mindenkinek a kedvében járni. A társai közül akad, aki védelmezi, de többnyire kiközösítik, gúnyolják, néhányan kihasználják a szolgálatkészségét.

VERBÁLIS ABÚZUS

Márta gyerekesebben viselkedik társainál, szereti a játékait, babáit, melyeket a táskájában rejteget. Az egyik nagyhangú, hatalmaskodó osztálytársa észreveszi a táskájából kicsúszott babát, és hangosan gúnyolni, cikizni kezdi miatta a többiek előtt, majd dobálni kezdi a babát néhány társával. „Kis pisis” – kiabálják közben.

A) Menekülés

Miután nagy nehezen visszaszerzi, gyorsan elrakja a babát, és többet nem viszi magával az iskolába, de minden reggel hosszan búcsúzkodik tőle.

1. lehetőség

Mivel megszűnik a piszkálódás tárgya, osztálytársai leszállnak Mártáról.

2. lehetőség

Mártának nagyon hiányzik a babája, mert nagyon kötődik hozzá, és akkor érzi csak igazán biztonságban magát, ha a babája is a közelben van. Rosszkedvűen megy be az iskolába, ráadásul a csúfolódások sem szűnnek meg. Ha nincs a baba, akkor találnak más okot a piszkálódásra.

B) Segítségkérés

Márta elmondja az esetet az osztályfőnökének.

1. lehetőség

Az osztályfőnök érzékenyítő napot szervez. Az itteni játékos gyakorlatok nagyon sikeresek, a társai lassanként jobban megértik Márta viselkedését, és empatikusabbak, türelmesebbek lesznek vele.

2. lehetőség

Az osztályfőnök beszél a problémáról a szülői értekezleten. A szülők türelmetlenek, elégük van a Mártával kapcsolatos gondokból. Nem akarnak foglalkozni az ügygel, úgy vélik, ez nem az ő dolguk.

C) Asszertív válasz

Márta nem rejt el az érzéseit, és sírós hangon közli az osztálytársaival, hogy nem szép dolog más holmijával szórakozni, csúfolódni. Biztosan nekik sem esne jól, ha az ő dolgaikat dobálnák.

1. lehetőség

Az osztálytársak közül néhányan észbe kapnak és elszégyellik magukat. Leállítják a főkolompot, és felszólítják, hogy hagyja abba gúnyolódást, és adja vissza a babát Mártának. A kislánynak jólesik, hogy valaki kiállt mellette.

2. lehetőség

Az osztálytársak érzik, hogy Mártának igaza van, de ez csak még jobban felbosszantja őket. Tovább dobálják a babát, és folyamatosan kántálják: „Kis pisis!”

D) Agresszív válasz

Márta fellöki a csúfolódó fiút.

1. lehetőség

A fiú megijed, és eloldalog a helyszínről. Márta visszakapja a babáját. Többet nem piszkálják Mártit, de tartanak tőle, a legtöbben messziről elkerülik.

2. lehetőség

A csúfolódó ügyet csinál az esetből. Beárulja Mártát az osztályfőnökénél, felhorzolt karjával bizonyítja a lány durvaságát. Márta osztályfőnöki figyelmeztetést kap.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Mártinak az osztályban Erika a barátnője. A lány egyke, a szülei mindent megadnak neki, ami pénzzel megvehető, de keveset törődnek vele, sokat hagyják magára, gyakran van teljesen egyedül. Márta esténként edzésre jár egy speciális egyesületbe. Erika, miután egész este hiába hívogatja, megfenyegeti: „Ha még egyszer előfordul, hogy ilyen hosszan nem tudlak elérni, többé nem leszek a barátod.”

A) Menekülés

Márti nagyon megijed, hogy elveszíti Erika barátságát, ezért megígéri, hogy többé nem megy edzésre.

1. lehetőség

A barátnőjének nagyon jólesik, hogy Márti ekkora áldozatra is képes érte. Még szorosabbra fűződik a barátságuk, és Márti a jövőben is mindenben számíthat Erikára, aki az iskolában is megvédi a csúfolódásoktól. Néhány hét múlva a barátnő megmondja Mártinak, hogy látja rajta, mennyire hiányoznak neki az edzések, úgyhogy nyugodtan járjon el.

2. lehetőség

Márti nagyon szomorú lesz, mert nagyon hiányoznak neki az edzések. Erika pedig egyre gátlástalanabban uralkodik felette. Mártinak mindig azt kell csinálnia, amit ő akar, egy percnyi saját ideje sem marad.

B) Segítségkérés

Márti másnap megkéri az edzőjét, hogy beszéljen Erikával.

1. lehetőség

Erika megérti, hogy milyen fontosak Márti testi-lelki egészsége szempontjából ezek az edzések, elfogadja, hogy továbbra is járni fog oda.

2. lehetőség

Erikát rosszul érinti az edzővel való beszélgetés, megharagszik Mártira, amiért ilyen kellemetlen helyzetbe hozta. „Ha a barátom akarsz maradni, soha többé nem teszel ilyet!” – mondja neki.

C) Asszertív válasz

Márti megkéri Erikát, hogy járjon vele az edzésre.

1. lehetőség

Erikának tetszik az ötlet, és örömmel elkíséri Mártit. Jól érzi ott magát, és ezentúl mindig együtt járnak.

2. lehetőség

Erika nem túl lelkes, de azért elkíséri Mártit az edzésre. Ott viszont türelmetlen vele, gúnyolja, hogy béna, és ő a legügyetlenebb az egész csoportban. Mártinak nagyon rosszul esik, hogy a legjobb barátnője ilyeneket mond neki, és sírva fakad. Ő eddig annyira büszke volt arra, hogy milyen jól csinálja ezt a sportot.

D) Agresszív válasz

Márti telefonon felhívja Erikát: „Vedd tudomásul, hogy utállak, keresek magamnak olyan barátot, aki nem tiltja meg, hogy edzésre járjak.”

1. lehetőség

Erika meglepődik Márti határozott fellépésén, váratlanul éri ez a reakció. A saját bőrén érzi, hogy mennyire kellemetlen ilyet hallani éppen a barátnőjétől. Bocsánatot kér Mártitól, és beismeri, hogy önző volt.

2. lehetőség

Erika megsértődik és megszakítja a kapcsolatukat. Mártit nagyon megviseli, hogy elveszítette legjobb barátnőjét, ezért idővel mégiscsak lemond a sportról, és behódol a másik lány akaratának.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Márta gyűjti a zenei CD-ket, kedvenc együtteseitől szinte minden lemeze megvan. A testvére egyik osztálytársnője, Nóra tudja, hogy nagyon szeretné a legújabb lemezt. Felajánlja, hogy megszerzi, ha nekiadja a mobiltelefonját, amit születésnapjára kapott. Márta örömmel beleegyezik, és elcseréli a telefont egy másolt CD-re. Egyik társa felvilágosítja, hogy átverték, kihasználták a naivitását.

A) Menekülés

Amikor a szülei keresik a telefont, eltitkolja, hogy mi történt. Azt mondja, hogy elveszítette.

1. lehetőség

A barátja, aki felvilágosította őt az átverésről, kérés nélkül a segítségére siet, és visszaszerzi a telefont. Nagyon jólesik neki, hogy a társa kérés nélkül is a segített neki.

2. lehetőség

Idővel a szülei fülébe jut, hogy mi történt valójában. Nagyon elkeserednek, és elmondják a lányuknak, hogy milyen nagy csalódást jelentett a hazugsága. Mártit elszomorítja, hogy ilyen nagy bánatot okozott a szüleinek. Úgy érzi, többé nem érdemli meg a szeretetüket, elkeseredik, és öngyilkos gondolatok kezdik foglalkoztatni.

B) Segítségkérés

Amikor rájön, hogy csak egy másolt vacakot kapott, szól a bátyjának és a szüleinek, hogy becsapták.

1. lehetőség

A bátyja Márta segítségére siet, beszél Nórával, és visszaszerzi tőle a mobilt. Azt mondja a lánynak: „Örülj, hogy nem szólok erről az osztályfőnöknek vagy az igazgatónak, mert ha még egyszer előfordul hasonló, bizony megteszem.” Márta boldog, hogy a testvére így kiállt mellette.

2. lehetőség

Márta bátyja nagyon jóban van Nórával, és nem tudja róla elképzelni, hogy ilyet tett. Szerinte Márta biztosan félreértett valamit. A szülők is inkább a nagyobbik gyermeküknek hisznek, ők is úgy gondolják, hogy valami félreértésről lehetett szó. Mártit nagyon bántja, hogy nem hisznek neki.

C) Asszertív válasz

Márta, amikor rájön, hogy mi történt, odamegy Nórához, és közli vele, hogy – valószínűleg tévedésből – egy másolt CD-t adott oda neki (jóhiszeműségében nem feltételezi, hogy ez a kedves lány átverte).

1. lehetőség

Nóra meglepődik Márta reakcióján, és hogy milyen kedvesen jelezte a problémát. Elszégyelli magát, elnézést kér, és másnap a mobiltelefonjával együtt átnyújt neki egy eredeti CD-t. Jó barátnők lesznek.

2. lehetőség

Nóra kineveti Mártit, és a szemébe mondja, hogy szándékosan verte át, és meg is érdemli, ha ennyire „hülye”. Mártnak nagyon rosszul esnek ezek a szavak, ettől kezdve senkiben nem mer megbízni.

D) Agresszív válasz

Amikor rájön, hogy rossz cserét csinált, és Nóra szándékosan csapta be, Márta elmegy hozzá és visszaköveteli a mobilját. Mikor Nóra ezt megtagadja, nekiesik, és megrángatja a haját.

1. lehetőség

Nóra megijed és visszaadja neki a telefont. Szabadkozik, hogy valójában csak viccelt, és úgyis visszaadta volna.

2. lehetőség

Nóra eltaszítja Mártit, és megfenyegeti, hogy ha bárkinek mesél a történetekről, el fogja venni tőle a kedvenc babáját, és letépi a fejét. Márta annyira megijed, hogy nem mer szólni senkinek.

FIZIKAI ABÚZUS

Márta utálja a testnevelés órát. A labdajátékokban nagyon ügyetlen, ezért senki nem akar vele egy csapatban lenni. A legutóbbi órán, kidobós közben, nagyon erősen megdobták a labdával. Direkt őt célozták, pedig már nem is volt játékban, és még ki is csúfolták, amikor sírva fakadt.

A) Menekülés

Amikor a tanárnő a következő órán beosztja az egyik csapatba, beáll ugyan, de a pálya szélén álldogálva ténylegesen nem vesz részt a játékban.

1. lehetőség

A tanárnő felfigyel az esetre, és behívja Márta szüleit, hogy megbeszéljék, mi lenne a legjobb a lányuknak. Végül abban maradnak, hogy Márta a jövőben inkább gyógytestnevelésre fog járni.

2. lehetőség

Ugyanez a jelenet játszódik le a többi testnevelésórán is, így Márta egyre jobban kirekesztődik az osztályból. Mártnak nagyon rosszul esik a kiközösítés és a folyamatos csúfolódás.

B) Segítségkérés

Márta azt kéri a testnevelő tanártól, hogy kapjon felmentést az órák alól.

1. lehetőség

A testnevelő tanár nem szeretné, hogy Márta passzívan üljön végig az órákat. Megkéri, hogy segítsen neki a tornaszerek előkészítésében és a szertár rendezésében. Ezentúl nem kell félnie a kemény labdáktól és a csúfolódóktól, mégis van feladata.

2. lehetőség

A tornaórák alatt üldöggél a padon, nem igazán tud mit kezdeni magával. Közben azt is el kell viselnie, hogy a társai gúnyos megjegyzéseket tesznek rá, hiszen neki nem kell futnia, ugrania, gimnasztikáznia, egész órán pihenhet, nyugodtan üldöggélhet a padon.

C) Asszertív válasz

Korábban már felajánlották neki, hogy járhat gyógytestnevelésre, de akkor még nem érdekelte a dolog. Most ő maga kéri, hogy az iskolai óra helyett oda járhasson.

1. lehetőség

A foglalkozásokon új barátságokra tesz szert, és nagyon megszereti ezeket az alkalmakat. Többször lesz jó kedve, az osztályban is könnyebben barátkozik, mint előtte, lassanként befogadják.

2. lehetőség

Márta elkezd gyógytornára járni, ami tetszik neki ugyan, de az osztálytársai még jobban csúfolják, amiért nem velük jár testnevelésre, hanem az *idiótákkal*. Piszkálják, kiközösítik. Márta így idővel megutálja a gyógytornát, de az iskolai testnevelésre sem akar visszamenni, mert ott is csak bántják.

D) Agresszív válasz

A következő hasonló alkalommal hangosan veszekszik a társaival, amikor nagyon erősen megdobják, és megmutatja nekik a dobások nyomát.

1. lehetőség

Néhány osztálytársának lelki-furdalása lesz a kék-lila foltok láttán. Rászólnak a többiekre, hogy hagyják békén Mártit, kegyetlenség, amit tesznek vele. Egyre többen belátják ezt, és a bántalmazás megszűnik. Mártnak jólesik, hogy vannak, akik kiállnak mellette.

2. lehetőség

Kinevetik, hisztis bölgőmasinának hívják és tovább dobálják. A tanárnő sem siet a segítségére. Régi vágású testnevelő tanárról van szó, aki szerint ezzel teszi a legjobbat a gyerekeknek, mivel így edződik meg az életre. Márta viszont a kegyetlenkedéstől egyre mélyebb lelki válságba kerül.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Mártára a chaten ráír egy ismeretlen férfi. Mindenféle kedves bókot kap tőle, és ez jólesik neki. A második online beszélgetés végén a férfi arra akarja rávenni, hogy küldjön magáról meztelen képeket, mert így is szeretné megcsodálni a szépségét. Márta gyanútlanul teljesíti a kérést, és a férfi ezután zsarolni kezdi a képekkel. Azt mondja, ha Márta nem utal át neki egy nagyobb összeget, akkor minden ismerősének elküldi a meztelen fotókat.

A) Menekülés

Márta nem tesz semmit. Nem válaszol többet a férfinak, és bízik abban, hogy a zsarolás üres fenyegetésnek bizonyul.

1. lehetőség

A férfi csak pénzt akart kicsalni szegény lányból, de a képeket nem osztja meg senkivel, pláne nem a lány ismerőseivel, mert fél a következményektől.

2. lehetőség

A férfi beváltja a fenyegetését, és Márta minden ismerősével megosztja a képeket.

B) Segítségkérés

Márta mindent elmond az édesanyjának, és tanácsot kér tőle.

1. lehetőség

Édesanyja próbálja megvigasztalni felzaklatott lányát, és megígéri neki, hogy találnak valami megoldást. Feljelentik a zsarolót, akit a bizonyítékok alapján el is kap a rendőrség.

2. lehetőség

Édesanyja veszekedni kezd Mártival: „Te idióta! Annyi eszed sincs, mint egy tyúknak. Most már semmit sem lehet tenni, előbb kellett volna gondolkodnod. Ha egyáltalán képes lennél a gondolkodásra.” Márta iszonyúan fél a következményektől, és úgy érzi, teljesen egyedül van a problémájával, ráadásul az édesanyja még dühös is rá.

C) Asszertív válasz

Márta az édesanyja segítségével feljelenti a zsarolót.

1. lehetőség

A hatóságok a bizonyítékok alapján megtalálják és letartóztatják az illetőt.

2. lehetőség

A hatóságok nem veszik igazán komolyan az esetet, nem tesznek komoly erőfeszítéseket annak érdekében, hogy elkapják az elkövetőt, akinek a személyét nem sikerül beazonosítani, mivel álneven volt regisztrálva a közösségi oldalon.

D) Agresszív válasz

Márta édesanyja tanácsára azt a választ írja, hogy a férfi nyugodtan elküldheti bárkinek a képeket, mert ő büszke a testére. Anya és lánya bízna abban, hogy ha a férfi nem lát lehetőséget a zsarolásra, eltűnik a színről.

1. lehetőség

A terv működik. A zsaroló látja, hogy nem érte el a célját, és új áldozat után néz.

2. lehetőség

A zsarolónál ez az üzenet csak olaj a tűzre, és szétküldi a képeket a lány valamennyi ismerősének.



PATRIK – 19

Patrik kertgondozói részs szakmát tanul a város egyik szakképző iskolájában. Megértési és figyelemzavarral küzd, így nehezen tudja követni a tanórákat. Szülei elváltak, édesanyjával él, aki részmunkaidőben dolgozik az egyik supermarketben.

VERBÁLIS ABÚZUS

Bár Patrik osztályában a legidősebb, nehezen találja a helyét a többiek között. Szenvedélye a rap, sok időt tölt szövegírással, saját számai mobilra történő feléneklésével. Az egyik szünetben egy osztálytársa észreveszi, hogy a folyosón egymagában rappel és közben szelfizik. Többeket odahív, akikkel körbe fogják, és gúnyolódva utánozni kezdik.

A) Menekülés

Miután kiszabadul társai gyűrűjéből, Patrik gyorsan elteszi a telefonját, és elhatározza, hogy az iskolában máskor nem veszi elő.

1. lehetőség

Mivel Patrik már nem szelfizik a szünetekben, osztálytársai nem tudják tovább cikizni őt.

2. lehetőség

A telefonja nélkül, nem tud magával mit kezdeni a szünetekben. Osztálytársai azzal cikizik ezek után, hogy: „Mi van, hiányolod az egyetlen barátodat, a telódat?”

B) Segítségkérés

Patrik a felügyelő tanárnak panaszolja el a történeteket.

1. lehetőség

A tanár szól a többieknek, hogy hagyják békén Patrikot.

2. lehetőség

A tanár meghallgatja Patrik panaszát, de úgy vélekedik, hogy elég idős már ahhoz, hogy kiálljon önmagáért.

C) Asszertív válasz

Patrik megmondja a társainak, hogy nagyon rosszul esik a csúfolódásuk. Megkérdezi, hogy a hangos zene vagy maga a rap zavarja őket, és megígéri, hogy ennek megfelelően fog viselkedni.

1. lehetőség

A csoport hangadója kéri Patrikot, hogy zenéljen kicsit halkabban, és akkor semmi gond nem lesz vele, akár még szórakoztató is lehet a rappelése.

2. lehetőség

Az osztálytársak kinevetik Patrikot, és azzal szórakoznak, hogy válaszát rapelve ismételtetik.

D) Agresszív válasz

Patrik dühében elkezdi kiabálni: „Hagyjatok békén szemetek!” – és arrébb löki az egyik srácot, hogy kitörjön a körből.

1. lehetőség

Patrik reakciója mindenkit meglep, gyorsan elhúzódnak tőle, és egyedül hagyják.

2. lehetőség

Az egyik fiú panaszt tesz az osztályfőnöknél, aki még egy szóbeli figyelmeztetéssel elintézi a verekedést, de felhívja Patrik figyelmét, hogy ha ez még egyszer előfordul, akkor írásbeli intő jön vagy akár az édesanyját is behívathatja.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Patrik nyitott egy Facebook oldalt, ahova feltette az összes rap számát. Büszke rá, lájkolást is kér az osztálytársaitól. Hamarosan sok komment érkezik, de ezek messze nem csak lájkok. Nem elég, hogy csúfolódnak rajta, osztálytársai még meg is osztják Patrik FB oldalát másokkal. Rövidesen idegenek százai nézik meg, és kommentelik gúnyos, sőt durva hangnemben a videóit. .

A) Menekülés

Patrik tarthatatlannak érzi a helyzetet, törli az FB oldalát.

1. lehetőség

Mivel az oldal már nem létezik, a megszegyenítő kommentek is megszűnnek.

2. lehetőség

Másnap az osztálytársai gyávának csúfolják, és egyre gúnyosabb és megalázóbb megjegyzéseket tesznek rá.

B) Segítségkérés

Patrik tanácsot kér az édesanyjától.

1. lehetőség

Az anya szerint az ilyesmi a Facebook korában mindennapos dolog, Patrik, ne izgassa magát miattuk

2. lehetőség

Patrik anyja az osztályfőnökhöz fordul, és kéri, hogy beszéljen a zaklatókkal.

C) Asszertív válasz

Patrik a következőket írja a Facebook oldalára: „Szeretném tökéletesíteni a rappelésemet, ezért nagyon hálás vagyok, ha megírtátok a véleményeteket, és tanácsot adtok abban, hogy hogyan javítsak a stílusomon.”

1. lehetőség

Patrik követői egyre több segítő szándékú véleményt írnak a produkcióról.

2. lehetőség

Sokan tovább gúnyolódnak, és megvalósíthatatlan ötletekkel árasztják el Patrikot.

D) Agresszív válasz

Patrik annyira kiborul a trolltámadások miatt, hogy dühében összetöri a telefonját.

1. lehetőség

Mivel nincs telefonja, a támadásoknak nincs többé terük, de Patrik a hiánytól egyre jobban kínlódik, és teljesen magára marad.

2. lehetőség

Patrik kap egy új telefont, és álnéven csinál másik Facebook profilt.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Egyik teszi óra előtt, az öltözőben Patrik megkéri egyik iskolatársát, hogy vegye fel a mobiljával, ahogy rappel és aztán küldje át, mert az ő tárhelye elfogyott. A szám az egyik tanáráról szól, akit nem szeret. Miután elkészült a kért felvétel, az osztálytárs így szól: „Ha nem akarsz, hogy ez a szám felkerüljön a netre, add nekem a fejhallgatódat!”

A) Menekülés

Patrik megijed, hogy emiatt kicsaphatják az iskolából, és odaadja a fejhallgatóját

1. lehetőség

Az osztálytárs megkapja, amit akart, így átküldi Patriknak a felvételt és egyben törli is azt a saját telefonjáról.

2. lehetőség

Bár az osztálytárs megkapja a fejhallgatót, a videót mégis felrakja a Facebookra. A híre hamar eljut az igazgatóhoz, aki mindkét fiú ellen fegyelmit indít.

B) Segítségkérés

Patrik egyik netes rap zenét kedvelő csoportba leírja, hogy mi történt vele és tanácsot kér.

1. lehetőség

A rapperek egyként kiállnak Patrik mellett és megfenyegetik az osztálytársat, hogy megverik, ha nem törli a számot telefonjáról. Az osztálytárs megijed, és eleget tesz a kérésnek.

2. lehetőség

A rapper csapat kéri, hogy küldje el nekik is a számot Patrik. Meghallgatják és mivel szerintük menő a rap dal, így nem értik, hogy Patrik miért nem örül inkább a lehetséges magas nézettségnek.

C) Asszertív válasz

Patrik azt válaszolja a fiúnak: „Mindketten bajba kerülhetünk, ha megosztod, mert a te telóddal készült a felvétel. Légyszi ne tedd!”

1. lehetőség

Az osztálytárs rájön, hogy Patriknak igaza van. Átküldés után törli a mobiljáról a felvételt.

2. lehetőség

A fiú csapdában érzi magát. Közli Patrikkal, hogy egy tehetségtelen nyomorult, és dühösen rácsapja az öltöző ajtót.

D) Agresszív válasz

Patrik haragjában sértegetni kezdi a fiút, majd kikapja osztálytársa kezéből telefonját és a bedobja a wc-be.

1. lehetőség

A fiú megijed, hogy tönkre megy a drága telefonja és Patrik segítségét kéri a mobil kimentésében. Belátja, hogy ez egy szemét húzás volt részéről és megígéri, hogy törli a videót, illetve többször ilyet nem tesz.

2. lehetőség

Az osztálytárs erre nagyon feldühödik, lekever egy nagyot Patriknak, aztán menti a telefonját és az öltözőben, a földön hagyja sérült társát.

FIZIKAI ABÚZUS

Óráközi szünetben egy csapat fiú ráront Patrikra, és a telefonját követelik. Mivel nem adja önként, megverik, és erőszakkal veszik el tőle.

A) Menekülés

Patrik nagyon el van keseredve. hiányzik a telefonja, ráadásul a verés nyomai is fájdalmasak, de nem mondja meg az őt faggató tanárnak, hogy mi történt.

1. lehetőség

A tanár észreveszi Patrikon a verés nyomait, orvoshoz küldi.

2. lehetőség

Patrik kimarad az iskolából.

B) Segítségkérés

Patrik azonnal az igazgatói irodába megy, és bejelenti, hogy mi történt.

1. lehetőség

Az igazgató kötelezi a tetteseket a telefon visszaszolgáltatására, és súlyos büntetést szab ki rájuk

2. lehetőség

Az igazgató szerint Patrik már felnőtt ember, rendezze önállóan az ügyet. Ha szép szóval nem boldogul, tegyen feljelentést a rendőrségen.

C) Asszertív válasz

Patrik kérőn a fiúkhoz fordul és így szól: „Légyszi adjátok vissza a telómat! Minden fényképem, videóm, telefonszámom benne van. Ez számomra nagyon fontos.”

1. lehetőség

A fiúk megsajnálják Patrikot, felemelik a földről és visszaadják neki a telefont.

2. lehetőség

A fiúkat nem igazán hatja meg Patrik kérése, még egyet beleboxolnak, és a telefonnal együtt eltűnnek.

D) Agresszív válasz

Patrik dührohamot kap, tör és zúz maga körül. Társai rémülten menekülnek a közeléből.

1. lehetőség

A többi diák a felügyelő tanárt hívja, akinek nagy nehezen sikerül lecsillapítania a dühöngő fiút.

2. lehetőség

Dührohamában Patrik sok mindent megrongált, többek között megsérült egy monitor is. Az igazgató behívja Patrikot és kötelezi, hogy térítse meg az okozott kárt. Emellett írásbeli figyelmeztetésben részesíti annak ellenére, hogy a fiú elmondja a történeteket és azt is, hogy nem ő kezdte a balhét.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Az informatika óra után Patrik elfelejt kijelentkezni a Facebook fiókjából. Egyik osztálytársa beregisztrálja Patrikot egy párkereső oldalra, ahol megadja a telefonszámát és a Facebook profil hivatkozását is. Ettől kezdve Patrik állandóan ismeretlen férfiaktól és nőktől kap neten és telefonon különböző üzeneteket. Egyik szünetben egy elkapott beszélgetésből kiderül számára, hogy egyik osztálytársa volt a rosszakarója.

A) Menekülés

Patrik nem válaszol a hívásokra és üzenetekre, abban reménykedik, hogy egyszer csak vége szakad ennek a rémálomnak.

1. lehetőség

Mivel az érdeklődők nem kapnak választ, idővel a megkeresések is elmaradnak.

2. lehetőség

Mivel nem kapnak választ, a társkereső oldal regisztráltjai egyre többször hívogatják a számot, küldözgetik üzeneteiket. Patrik már használni sem tudja a telefonját.

B) Segítségkérés

Patrik édesanyjának panaszodik a történetekről, és a segítségét kéri.

1. lehetőség

A mamája elmondja a problémát az osztályfőnöknek, aki a következő osztályfőnöki órán az internet és a nyilvános adatmegosztás veszélyeiről beszél. Az osztály, köztük a tettes is megérti a helyzet súlyosságát és önként törli Patrikot a társkeresőről.

2. lehetőség

Patrik mamája az osztályfőnöknek jelzi a dolgot, aki behívja a tettet, és szigorú büntetést szab ki rá: nem használhatja az iskolai internetet egy hónapon át és azonnal törölnie kell Patrik párkereső profilját.

C) Asszertív válasz

Patrik egyik szünetben odaáll az őt regisztráló osztálytárs elé és elmondja, hogy milyen érzés számára átélni, hogy ismeretlen emberek hívogatják, zaklatják. Kéri, hogy gondoljon bele helyzetébe és törölje a regisztrációt.

1. lehetőség

Az osztálytárs elgondolkodik Patrik szavain, és rájön, hogy ezzel a húzásával túllőtt a célon, meggondoljai magát és törli a regisztrációt.

2. lehetőség

Az osztálytárs kineveti Patrikot, és tovább hergeli őt azzal, hogy annyira nyomorult, hogy nem érti még a viccet sem.

D) Agresszív válasz

Patrik megfenyegeti osztálytársát, hogy nagyon meg fogja verni, ha nem törli őt a párkereső oldalról.

1. lehetőség

A megfenyegetett osztálytárs megijed, és azonnal törli a hamis párkereső profilt.

2. lehetőség

A megfenyegetett diák bepanaszolja Patrikot az igazgatónál, aki figyelmeztetőt ad Patriknak.



PÉTER – 21

21 éves, egy korán jött gyerekkel otthon van (GYES-en), mert az élettársa bolti eladóként többet keres, mint amennyit ő keresne tanító gyakornokként az iskolában, de egyébként is szívesen tölti napjait a kislánya mellett. Ellátja a háztartás fő feladatait is, természetesen megosztva a párjával. A gyerek születése óta szinte minden idejét otthon tölti a családjával. Még nem házasodtak össze élettársával, lehet, hogy nem is fognak.

VERBÁLIS ABÚZUS

Ritka alkalmakkor összejön egy sörre a haverjaival, akik folyamatosan azzal cikizik, hogy mennyire megváltozott és egyfolytában azzal ugratják, hogy mennyire „feminin” lett.

- Milyen pasi vagy te – mondják –, állandóan a gyerekekről áradozol, a fényképeit mutogatod! Úgy viselkedsz, mint egy kis házitündér. Szerepet cseréltetek otthon?

Mikor kimennek a mosdóba, viccből a női piktogramra mutogatnak: – Neked oda kell menned, nem?

A) Menekülés

Péter egyre ritkábban találkozik velük, mindig kifogásokat keres, hogy ne kelljen az ugratásaikat elviselni.

1. lehetőség

A haverok többsége hiányolja Pétert és megígérik, hogy visszafogják magukat, abbahagyják a buta vicceket.

2. lehetőség

A haverok egyáltalán nem hiányolják őt, arra gondolnak, hogy a család veszi el az időt a közös sörözésektől, és ez is azt igazolja, hogy Péter már nem úgy viselkedik, ahogy egy beleváló férfihez illik.

B) Segítségkérés

Péter egy, a főiskoláról ismert barátját kéri meg: segítsen megértetni a többiekkel is, hogy számára ez az ugratás nagyon sértő.

1. lehetőség

A társaság megérti, hogy Péternek mindez rosszul esik, és megígérik, hogy többé nem viselkednek így.

2. lehetőség

A társaság újabb bántó viccel jelzi, hogy komolytalannak tartja a kérést: – Mit nyavalyogsz, mint egy kislány?- mondják Péternek.

C) Asszertív válasz

Péter közli a társasággal, hogy nem tartja viccesnek a megjegyzéseiket. Neki igenis nagyon fontos a családja, és megkérdezi, hogy ők vajon mit tennének hasonló szituációban.

1. lehetőség

Az egyik barátja elgondolkodik a törtéteken, és mellé áll. Szól a haveroknak, hogy fogják vissza magukat, hiszen hasonló helyzetben feltételezhetően ők sem viselkednének másként.

2. lehetőség

A társaság tagjai ismét jót nevetnek a „nyavalygáson”.

D) Agresszív válasz

Péter is keres valamit bennük, amit „cikizni” lehet, és folyamatosan csúfolódik.

1. lehetőség

A többiek megértik, hogy Péter miért próbál mindenből gúnyt űzni, és felhagynak az ugratásával.

2. lehetőség

Több haver is megsértődik a beszólásokon, és még inkább piszkálják Pétert.

ÉRZELMI ABÚZUS

Péter párjának szülei a közös családi ebédek alkalmával többször a szemére vetik, hogy míg lányuk keményen dolgozik, ő otthon „lopja a napot”. Társa ilyenkor ugyan próbálja megvédeni, mégis egyre gyakrabban hangzanak el hasonló megjegyzések.

A) Menekülés

Amikor legközelebb a szülők ebédelni érkeznek hozzájuk, Péter elviszi a gyereket egy játszóházba. Egyre gyakrabban szervez a gyerekekkel hasonló programokat.

1. lehetőség

Mivel így ritkábban találkoznak, a megjegyzések is ritkulnak.

2. lehetőség

A szülők megbántódnak. Azt állítják, hogy Péter azért szervez éppen az ő látogatásuk idejére programot, hogy ne tudjanak találkozni az unokájukkal.

B) Segítségkérés

Péter megkéri a párját, hogy ritkábban hívja meg a szüleit hozzájuk, mert nem jó velük együtt lenni. Az se lenne baj, ha kicsit elbeszélgetne velük.

1. lehetőség

Párja beszél a szüleivel, akik többet nem hozzák fel ezt a témát. Megértik, hogy a gyereknevelést és a háztartás vezetését egy férfi is kép ellátni és ez éppen annyira nehéz feladat, mint egy munkahelyen dolgozni.

2. lehetőség

A szülők megsértődnek és azzal fenyegetőznek, hogy soha többé nem jönnek el az unokájukhoz.

C) Asszertív válasz

Legközelebb Péter megkérdezi párja édesanyját: Amikor te voltál otthon a kisgyerekkel, számodra is játék volt a gyereknevelés és a háztartás vezetése? Te hogyan csináltad?

1. lehetőség

Párja édesanyja belátja, hogy a gyereknevelés és a háztartás vezetése valóban embert próbáló feladat.

2. lehetőség

A szülők azt bizonygatják, hogy az ő „jó” kislányukat felnevelni nem volt komoly munka, hiszen kisgyerekként soha semmi probléma nem volt vele.

Agresszív válasz

Egyik alkalommal Péter nem bírja tovább, és szóvá teszi, hogy mennyire rosszul esik neki a szemrehányás. Elég csúnyán kifakad, keresetlen szavakkal közli a szülőkkel, hogy ne avatkozzanak a ő dolgukba.

1. lehetőség

A szülők először megdöbbennek, de megértik, hogy a lányuk most már Péterhez tartozik, az ő életükbe nem lehet kívülről beavatkozni.

2. lehetőség

A szülők nagyon megsértődnek és egyre ritkábban jönnek el hozzájuk.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Péterék albérletben laknak, mert nem akartak a kicsivel egyikük szüleinek sem a „nyakára menni”. Nem volt könnyű olcsó albérletet találni, boldogok voltak, amikor mégis sikerült. Fél évvel később azonban a lakás tulajdonosa váratlanul a kétszeresére emeli a lakbért. Péter megpróbál beszélni vele, de a tulajdonos hajthatatlan, és azt mondja, hogyha nem hajlandók ezt a díjat fizeti, azonnal ki kell költözniük.

A) Menekülés

Péter tehetetlennek érzi magát, úgy látja, nincs más választása: visszamegy dolgozni, a kicsit meg bölcsibe adják.

1. lehetőség

Bár keveset keres, de telik a megemelt bérleti díjra, sőt, még marad is egy kevés megtakarításuk.

2. lehetőség

A tulajdonos látja, hogy a fiatalok meg tudják oldani a dolgot, ha akarják, úgy tervezi, hogy egy idő múlva ismét emeli majd a bérleti díjat.

B) Segítségkérés

A társa meggyőzi Pétert, hogy forduljanak a szüleihez segítségért, akik, nem szívesen ugyan, de segítenek a lányuknak, amíg meg nem oldódik valahogy a helyzet.

1. lehetőség

A baj egyelőre elhárul, kaptak egy kis időt arra, hogy megoldást találjanak.

2. lehetőség

Péter önérzetét annyira sértik a történetek, hogy egyre ingerlékenyebb és türelmetlenebb lesz, és ez a helyzet veszélyezteti a házasságukat.

C) Asszertív válasz

Péter őszintén elmondja a tulajdonosnak, hogy most nagy problémát okozna a magasabb lakbér. Megérti őt, ám gondoljon arra, hogy mindig pontosan fizettek, a lakást is szépen karbantartják, újítgatják – nem tudnának-e megállapodni egy alacsonyabb összegben?

1. lehetőség

A tulajdonos elgondolkodik a hallottakon, és hajlik arra, hogy engedjen az emelés összegéből. Péterék ezt még ki tudják gazdálkodni.

2. lehetőség

A tulajdonos ragaszkodik elképzeléséhez, hiszen az albérletárak emelkednek, és biztosan talál Péterék helyett másik bérlőt.

D) Agresszív válasz

Péter határozottan közli a tulajdonossal, hogy aláírt szerződésük van, amit érvényesnek tekint. Közli vele, hogy ha nem áll el az emeléstől, ügyvédhez fog fordulni.

1. lehetőség

Az ügyvéd emlegetésére a tulajdonos átmenetileg letesz a tervéről.

2. lehetőség

A tulajdonos hajthatatlan, közli, hogy ez az ő lakása, és annyiért adja ki albérletbe, amennyiért akarja. Az írásos szerződés pedig nem jelent Péter számára garanciát.

FIZIKAI ABÚZUS

A legutóbbi baráti sörözésen a haverok jó viccnek tartották, hogy a mosdóba menet lefogták Pétert és belökték a női helyiségbe. Jót nevettek rajta. Szerencsére nem lett komolyabb gond, mert éppen nem volt senki a mosdóban.

A) Menekülés

Innentől kezdve Péter figyel arra, hogy csak egyedül menjen ki a mosdóba, soha ne „kísérje” el senki.

1. lehetőség

Többet nem fordul elő hasonló.

2. lehetőség

A haverok más, újabb „vicceket” eszelnek ki, hogy nevetségessé tegyék Pétert.

B) Segítségkérés

Péter beszél egy régi jó haverjával a társaságból, és arra kéri: segítsen megértetni a többiekkel, hogy ez milyen ostoba tréfa.

1. lehetőség

Barátja beszél a többiekkel, akik megértik, hogy kellemetlenebbül is végződhetett volna az ügy, ha például a női mosdó nem üres.

2. lehetőség

A haverok nem értik, hogy miért csinál ebből akkora ügyet, és azt sem, hogy miért nem a szemükbe mondja, ha nem tetszik neki valami.

Asszertív válasz

Bár először Péter is nevet a dolgon, később azonban szól nekik, hogy kínosabban is végződhetett volna az eset, és számára sértő, ami történt.

1. lehetőség

A haverok belátják, hogy ez ostoba tréfa volt.

2. lehetőség

A haverok jelzik, hogy nem értik, hogyha régebben ő is benne volt a hasonló tréfákban, most miért sértődik meg.

AGRESSZÍV VÁLASZ

A következő alkalommal Péter úgy intézi, hogy ő tudja bezárni a mosdóba a többieket. Amikor ki akarnának jönni, és dühösen rángatják a kilincset, jót nevet rajtuk, és az ajtón keresztül bekiabál, hogy most legalább ők is érzik, milyen érzés egy ilyen ostoba tréfa célpontjának lenni.

1. lehetőség

A többiek elgondolkodnak a törtéteken, megígérik, hogy máskor nem csinálnak hasonlót.

2. lehetőség

A többiek, miután kiszabadultak, bosszúból még durvább ugratásokat eszelnek ki.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

A játszótéren egy fiatal anyuka folyamatosan Péter társaságát keresi. Ha összefutnak a téren, nem csupán mellé ül, de nekidől, „véletlenül” hozzáér, simogatja a combját, hátát, miközben beszélgetnek. Egyértelműen zaklatja őt.

A) Menekülés

Amikor Péter látja, hogy a nő közeledik, gyorsan odamegy a gyerekéhez, és együtt játszanak tovább.

1. lehetőség

Mivel így sosem kerülhetnek „intim” közelségbe, a zaklatások elmaradnak.

2. lehetőség

Az asszony makacsul követi, és megtalálja azokat a helyzeteket, amikor tovább zaklathatja őt.

B) Segítségkérés

Elmeséli a történeteket a párjának és megkéri, jöjjön el vele a játszótérre és beszéljen az asszonnyal, hogy fejezze be a zaklatást.

1. lehetőség

Az asszony látja, hogy Péterék összetartoznak, és felhagy a zaklatással.

2. lehetőség

Mindez csak olaj a tűzre: az asszony egyre elszántabban keresi a lehetőséget a közeledésre, és a továbbiakban is zaklatja Pétert.

C) Asszertív válasz

Péter elmondja a fiatalasszonynak, hogy szereti a párját, és nagyon kínos neki ez a nem kívánt közeledés. Megkérdezi, hogy a nő mit tenne hasonló helyzetben.

1. lehetőség

A nő megérti, hogy Péter számára ez kínos, és felhagy a zaklatással.

2. lehetőség

Az asszony nem talál kivetnivalót a viselkedésében, kineveti Pétert, és továbbra is zaklatja.

D) Agresszív válasz

Péter megkéri egy barátját, hogy készítsen néhány fotót róla és a zaklató fiatalasszonnyal. A képeket megmutatja az asszonynak, és megkérdezi, hogy ő mit tenne, ha így látná a párját egy másik nővel. Megfenyegeti, hogy ha továbbra is így viselkedik, megmutatja a fotókat a férjének.

1. lehetőség

A fotó láttán a nő elszégyelli magát, és a zaklatások abbamaradnak.

2. lehetőség

Az asszony azt mondja, hogy tetszenek neki a fotók, a férjétől már régen különváltak, és nem érdekelné, ha egy más nővel látná.



RUDI — 17

Rudi egy „második esély” iskola tanulója. Kevés barátja van, zárkózott, viszont nagyon aktív a közösségi oldalakon, képeket és információkat oszt meg magáról. Gyermekkorában anyagi nélkülözésben telt. Kancsal. A divatszakmában elismert blogger és youtuber szeretne lenni.

VERBÁLIS ABÚZUS

Rudi rendkívül zárkózott, társaságban nem szólal meg, szégyelli a kancsalságát, kerüli a szemkontaktust. Amikor az informatika tanára megkéri, hogy emelje fel a tekintetét, az osztálytársai csúfolni kezdik. Gúnynevet is kap: a bandzsa buzi.

A) Menekülés

Rudi úgy tesz, mintha nem érdekelné a gúnyolódás

1. lehetőség

Egész nap nem enyhül a gúnyolódás

2. lehetőség

Mikor látják, hogy Rudi nem reagál, a társai ráunnak Rudi szekálására.

B) Segítségkérés

Rudi elpanaszolja a mentorának, hogy milyen gúnynévvel illették.

1. lehetőség

A mentor megpróbálja megvigasztalni Rudit, de nem jár sikerrel.

2. lehetőség

A mentor az iskolapszichológus segítséget kéri a probléma megoldásához.

C) Asszertív válasz

Az egyik osztályfőnöki órán Rudi kiáll az osztály elé, elmondja, hogy számára milyen rossz érzés, hogy gúnyolják. Elég baj neki a kancsalsága, ne nehezítsék a helyzetét.

1. lehetőség

A társai megértik Rudit, és megígérik, hogy nem fognak vele gonoszkodni.

2. lehetőség

A többiek nem veszik komolyan Rudit, a gúnyolódás nem marad abba.

D) Agresszív válasz

Rudi szembefordul a társaival, és azt kiabálja: „Nem én vagyok itt a legrondább, Marcsa alig tud járni, olyan dagadt, Sanyinak görbe a lába, Vincének pedig akkor fülei vannak, hogy akár vitorlázhatna velük. Őket miért nem csúfoljátok?

1. lehetőség

A megemlített gyerekek vérig sértődnek, a társaik azonban védelmükbe veszik őket, és Rudira még jobban rászállnak.

2. lehetőség

Megindul az általános szekálás, a gyerekek nem hagyják abba Rudi gúnyolását, de megjegyzéseket tesznek Marcsára, Sanyira és Vincére is.

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Rudi otthon a divatról szóló blogján dolgozik, fotókat tölt fel, és kérdésekre válaszol. Üzenetet kap egy osztálytársától, amit lelkesen meg is nyit. Azt hiszi, bocsánatot kérnek tőle, ehelyett azonban a délelőtti csúfolódásról készült videót kapta meg.

A) Menekülés

Rudi úgy dönt, hogy nem reagál az üzenetre.

1. lehetőség

A csoport érzékeli, hogy nem érték el a kívánt hatást, és átmenetileg felhagynak Rudi székálásával.

2. lehetőség

A társai más netes felületekre is feltöltik a videót.

B) Segítségkérés

Rudi az osztályfőnököt kéri meg, hogy segítsen.

1. lehetőség

Az osztályfőnök szerint nem kell annyit lógni a neten, mindjárt kevesebb a gond.

2. lehetőség

Az osztályfőnök azt tanácsolja Rudinak, hogy titkosítsa a blogot, akkor nem fogják elérni a kéretlen üzenetek.

C) Asszertív válasz

Rudi megkéri az informatika tanárt, hogy az órán megmutathassa a blogját a társainak. A tanár azt javasolja, hogy azok a diákok, akik szintén vezetnek blogot (akad néhány blogger az osztályban) szintén mutassák meg a többieknek a virtuális naplójukat. Rudit kéri, hogy szervezze meg a bemutatót.

1. lehetőség

Rudi szervezkedni kezd, társai kíváncsian várják a bemutatót. Rudi blogja is nagy sikert arat, és fiúnak kezd becsülete lenni a társaságban.

2. lehetőség

Rudi hiába szervezkedik, a próbálkozás kudarcba fullad. A többiek nem hajlandók beszélni a saját blogjukról, és Rudi témája senkit nem érdekel.

D) Agresszív válasz

Rudi egy hamis profilról küld fenyegető üzeneteket a lehangosabban csúfolódóknak.

1. lehetőség

A társak dühöngenek, de nem jönnek rá, hogy ki volt a tettes, Rudi meg úgy érzi, hogy sikerült elégtételt vennie.

2. lehetőség

A többiek rájönnek, hogy ki rejlik a hamis profilok mögött, elkapják, és kegyetlenül eltángálják Rudit.

Pénzügyi zaklatás

Az iskolai szünetben Jani kéri Rudit, hogy adjon neki pénzt kölcsön. Rudit ez bosszantja, de fél a lehetséges piszkálódástól, úgy dönt, hogy teljesíti a kérést. Mivel csak egy ezrese van, azt mondja: „Veszek neked reggelit, de a visszajáróra szükségem van.” Jani azonban kikapja a kezéből a pénzt, „Holnap majd én fizetek” – felkiáltással, ott hagyja Rudit.

A) Menekülés

Rudi szó nélkül hagyja elmenni a társát a pénzzel.

1. lehetőség

Jani másnap visszahozza az ezrest, és megköszöni a kölcsönt.

2. lehetőség

Rudi hiába vár arra, hogy visszakapja a kölcsönkért pénzt.

B) Segítségkérés

Rudi odamegy a büféshez, aki tanúja volt az esetnek, és arra kéri, hogy segítsen neki, mert egy fillér sincs most nála, s szüksége volna némi pénzre.

1. lehetőség

A büfés azt feleli, hogy nem figyelte, mi történt, nem akar foglalkozni az ügyvel.

2. lehetőség

A büfés Rudival együtt Jani után megy, és együtt kéri el a visszajáró összeget.

C) Asszertív válasz

Rudi utoléri Janit, és kéri, adja vissza visszajáró pénzt, mert nincs pénze útiköltségre, és nem tud hazamenni.

1. lehetőség

Jani elnézést kér, és odaadja a visszajáró pénzt.

2. lehetőség

„Nekem is szükségem van most a pénzre, te kérje valaki mástól kölcsön!” – jelenti ki Jani.

D) Agresszív válasz

Rudi kicsavarja Jani karját, és elveszi tőle a pénzt.

1. lehetőség

Jani nem hagyja magát, és verekedés kezdődik a két fiú között.

2. lehetőség

Jani Rudi arcába vágja pénzt, és ennyit mond: „Menj a fenébe, te irigy disznó!”

FIZIKAI ABÚZUS

Az egyik óra végén Rudi távozik utolsónak a teremből, kinn két osztálytársa megvárja és lelökik a lépcsőn.

A) Menekülés

Rudi megrémül, és hang nélkül elsomfordál.

1. lehetőség

Az esetet nem látta senki, így következmények nélkül marad a dolog.

2. lehetőség

A biztonsági őr észreveszi, hogy mi történt, megfenyegeti a támadókat, és megnyugtatja Rudit.

B) Segítségkérés

Rudi másnap megkéri az egyik jól megtermett, izmos osztálytársát, Tamást, hogy a tanítás végén maradjon mellette, amíg ki nem ér az utcára. Elmeséli neki, hogy mi történt vele az előző napon.

1. lehetőség

Tamás felháborodva megy oda a támadókhoz, és közli velük, hogy ha egy újjal is hozzá mernek érni Rudihoz, vele gyűlik meg a bajuk.

2. lehetőség

Tamás azt mondja Rudinak, hogy ő nem szárazdajka, Rudi járjon kondizni, hogy megizmosodjon, és ki tudja védeni az ilyen támadásokat.

C) Asszertív válasz

Rudi, aki több zúzódást szenvedett, láttelepet kér az orvostól. Másnap az egész osztály előtt megmutatja támadóinak az orvosi véleményt, és jelzi, hogy tettükért akár fel is jelenthetné őket.

1. lehetőség

A támadók rádöbbennek, hogy ha Rudi maradandó sérülést szenved, ők akár börtönbe is kerülhetnek volna. Bocsánatot kérnek tőle.

2. lehetőség

A támadók csak legyintenek, Rudinak végül nem lett komoly baja. Ne legyen olyan nyámnyila, máskor védje meg magát.

D) Agresszív válasz

Rudi bevadul, és a rajta nevető támadókra ront. Hozzájuk vágja a súlyos hátizsákját, és a hozzá legközelebb állókat ököllel kezdi csépelni

1. lehetőség

A két bántalmazó viszonozza a támadást, lefogják a vagdalkozó Rudit, és alaposan megverik.

2. lehetőség

A támadók megrémülnek a bevadult Ruditól, és jobbnak látják elmenekülni.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Egy idősebb iskolatársa megtámadja Rudit a mosdóban és szexuális szolgáltatást követel tőle.

A) Menekülés

Rudi úgy tesz, mintha nem értené, mit mond a másik, és elmenekül

1. lehetőség

Az iskolatárs ezután nem törődik vele többet.

2. lehetőség

Az iskolatárs naponta megismétli az ajánlatot.

B) Segítségkérés

Rudi észreveszi, hogy az egyik pedagógiai asszisztens a közelben van, és tőle kér segítséget.

1. lehetőség

Az asszisztens azt mondja, hogy a másik fiú biztosan viccelt.

2. lehetőség

Az asszisztens mindkét fiút beviszi az igazgatóhoz, és kéri: neki mondják el, mi történt.

C) Asszertív válasz

Rudi azt mondja, hogy a másik fiú rossz helyen próbálkozik, neki nincsenek ilyen hajlamai. K

1. lehetőség

A másik fiú zavarba jön, és elnézést kér Ruditól.

2. lehetőség

A másik fiú azt mondja: „Miért tagadod le, látszik rajtad, hogy a szíved mélyén benn lennél a dologban. Nincs okod a szégyenkezésre.”

D) Agresszív válasz

Rudi megpofozza az iskolatársát, és kikéri magának az inzultust

1. lehetőség

A másik szó nélkül távozik.

2. lehetőség

A másik fiú visszaadja a pofont, és verekedni kezdenek.



VERA – 17

Vera egy nagyvárosban él szüleivel, középiskolás bátyjával és a húgával. Az elmúlt tanévben iskolafóbia miatt kimaradt a gimnáziumból, ahol folyton kinevették, kigúnyolták. Most egy második esély iskolába jár, ami középiskolai vég bizonyítvány és szakképesítés megszerzéséhez segíti az iskolából kimaradt fiatalokat. Itt sokkal jobban törődnek az egyéni gondokkal is. A diákok között többen vannak olyanok, akik szociális problémákkal, érzelmi vagy tanulási nehézséggel is küzdenek.

VERBÁLIS ABÚZUS

A tanítás után felmegy Verához két volt gimnáziumi osztálytársa. Amikor elmondja nekik, hogy most hova jár iskolába, a két lány nevetve mondja neki: „Ha hülyékkel jársz együtt, hamarosan magad is elhülyülsz!”

A) Menekülés

Vera úgy tesz, mintha meg sem hallotta volna a megjegyzésüket gyorsan másra tereli a szót.

1. lehetőség

A két lány, mivel Verára érzékelhetően nem hatottak a szavaik, másról kezd beszélni.

2. lehetőség

Vera nagyon elkeseredik azon, amit társai az iskolájáról mondtak, de nem reagál a véleményükre. A lányok tovább gúnyolódnak.

B) Segítségkérés

Verát sérti a megjegyzés. Otthon elmondja édesanyjának, hogy mi történt.

1. lehetőség

Az édesanya meggyőzi Verát, hogy ebben az iskolában sokkal jobban fogja érezni magát, és jobban is fejlődik majd, mint az előzőben; ne is foglalkozzon a gúnyolódnó lányokkal.

2. lehetőség

Az édesanya azt mondja Verának, hogy fogadja el, hogy ő más, mint a korábbi osztálytársai.

C) Asszertív válasz

„Azért hagytam ott az előző iskolát – mondja Vera a lányoknak –, mert nem éreztem ott jól magam. Ti pedig lenéztetek, gúnyolódtatok rajtam. Az új osztálytársaim rendesek, és a tanárok is sokat segítenek. Örülök, hogy végre megtaláltam a helyem.”

1. lehetőség

A lányokat meglepi, hogy Vera mennyire megváltozott – előnyére. Azt mondják, hogy máskor is szívesen találkoznak vele.

2. lehetőség

Örülhetsz is, mert végre olyan helyre kerültél, ahol okosnak érezheted magad! – válaszolják a lányok.

D) Agresszív válasz

Verát kiborul, kilökdösi a lányokat, rájuk csapja az ajtót, és azt kiabálja, hogy soha többé nem akarja látni őket.

1. lehetőség

A lányok nagyon meglepődnek és végiggondolják, amit mondtak. Megértik Vera indulatát, így otthonról mindketten bocsánatkérő üzenetet küldenek neki.

2. lehetőség

A lányok végig sértődnek, elhatározzák, hogy soha többé nem keresik fel Verát

ÉRZELMI ZAKLATÁS

Vera esténként együtt vacsorázik a szüleivel és testvéreivel. A húga egy este így szól: „Könnyű neked abban az iskolában! Ott én kb. a tanár lehetnék! Mert tuti, hogy bármelyik iskolatársadnál okosabb vagyok.”

A) Menekülés

Verát bántja ez a megjegyzés, de nem reagál rá. Egész vacsora alatt nem szól egyetlen szót sem.

1. lehetőség

A családból senki sem tulajdonít jelentőséget Vera némaságának. A húga megjegyzése is visszhang nélkül marad.

2. lehetőség

Az édesanyjuk megvédi Verát, amiért a húga becsmérő megjegyzéseket tett az iskolájára és felszólítja őt, hogy kérjen elnézést nővérétől.

B) Segítségkérés

A vacsora után Vera megkéri az édesanyját, hogy beszéljen a húgával, és ne engedje, hogy ilyen megjegyzéseket tegyen.

1. lehetőség

Az anya azt mondja Verának, hogy túl érzékenykedi a dolgot, a húga csak viccelt.

2. lehetőség

Az anya beszél a kisebbik lányával, és megkéri, hogy legyen tapintatosabb a nővérével.

C) Asszertív válasz

Vera erre a megjegyzésre azt mondja a húgának: „Engem nem zavar, hogy ezt gondolod, mert én végre jól érzem magam ebben a suliban.”

1. lehetőség

A húgát meglepi, hogy Vera ennyire higgadt maradt. Vállat von, és másról kezd beszélni.

2. lehetőség

„Örülhetsz is, mert végre olyan helyre kerültél, ahol okosnak érezheted magad!” – válaszolja flegmán a húga.

D) Agresszív válasz

Vera dühében rácsap az asztalra és elkezd mindenek lehordani a húgát.

1. lehetőség

A család teljesen ledöbben Vera heves reakcióján. Húga igyekszik megnyugtatni, bocsánatot kér, azt mondja, csak poén volt.

2. lehetőség

Húga nem hagyja magát, azt mondja, nem csodálja, hogy az előző suliban miért utálták annyian.

PÉNZÜGYI ZAKLATÁS

Verának néhány hete – életében először – van egy barátja, egy másodéves orvostanhallgató. Szégyelli bevallani neki, hogy melyik iskolába jár, azt füllenti, hogy a város legelitebb gimijének a diákja. A húga 20 ezer forintot követel tőle, különben elárulja a fiúnak, hogy valójában hol tanul.

A) Menekülés

Vera nem akarja elveszíteni a barátját, odaadja a húgának a pénzt.

1. lehetőség

Vera húga diadalmasan átveszi a pénzt, és nem árulja el a titkot a fiúnak.

2. lehetőség

Vera húga kijelenti, hogy ez az összeg csak egy hónapra szól, a következő hónapra egy újabb 20 ezres a hallgatás ára.

B) Segítségkérés

Vera a bátyjához fordul segítségért, és elmondja neki, hogy a húguk megzsarolta őt és legyen szíves, beszéljen a fejével.

1. lehetőség

Vera bátyja teljesen felháborodik, és ráparancsol a zsaroló kisebbik húgára, hogy azonnal adja vissza a pénzt Verának, amíg ezt a szüleik meg nem tudják.

2. lehetőség

A báty nem hisz Verának, szerinte a húguk soha nem csinálna ilyet és segítség nélkül elhajtja Verát.

C) Asszertív válasz

Vera közli a húgával, hogy nem hagyja zsarolni magát. Épp itt az ideje, hogy ő maga mondja meg a barátjának az igazat, ha a fiú igazán szereti, ez nem fog közöttük gondot okozni.

1. lehetőség

A húga erre bocsánatot kér, és kijelenti, hogy nem gondolta komolyan, csak viccelt.

2. lehetőség

Vera húga azonnal felhívja Vera barátját, és elárulja neki az igazat, mielőtt a lány szólhatna neki.

D) Agresszív válasz

Vera gúnyos mosollyal mondja a húgának, hogy biztos azért akar ártani neki, mert irigyli őt. Amilyen ronda, neki soha az életben nem lesz barátja.

1. lehetőség

A húga sírva kér bocsánatot Verától, azt mondja, hogy nem gondolta komolyan a dolgot.

2. lehetőség

A húga véréig sértődik, és kijelenti, hogy ezek után mindenképpen leleplezi Verát.

FIZIKAI ABÚZUS

Vera jól érzi magát az új iskolában, de nehezen teremt kapcsolatot, csendes, ritkán szólal meg. Az egyik reggel a folyosón az egyik nagydarab, harsány lány jól hátba vágja, és azt mondja, hogy szeretne tőle hallani végre legalább egy nyikkanást, hátha ez a hátbavágás szóra bírja.

A) Menekülés

Verának fáj a hátbavágás, de jobbnak látja, ha mosolyogva fogadja, mert nem akarja, hogy ez a különben barátságos osztálytársa megharagudjon rá.

1. lehetőség

Az osztálytárs örül annak, hogy Vera nem vette zokon a hátbavágást, és beszélgetésbe elegyednek.

2. lehetőség

Az osztálytársnő azt hiszi, hogy Vera örül ennek a gesztusnak, és ezek után minden reggel így köszönti.

B) Segítségkérés

Verá nem szeretné, ha a hátbavágás szokássá válna, ugyanakkor nem akarja elrontani a kapcsolatát a hozzá közeledő nagyhangú osztálytársnőjével. Tanácsot kér a bátyjától, hogy mit tegyen.

1. lehetőség

A bátyja azt javasolja, hogy Vera kérje meg négyszemközt az érintett lányt, hogy hátbavágás nélkül üdvözzölje.

1. lehetőség

A bátyja azt mondja Verának, hogy egy tartós jó kapcsolat reményében ennyi fájdalmat igazán el lehet viselni.

C) Asszertív válasz

Vera így szól a lánynak: „Jó, hogy segíteni akarsz, de én általában keveset és nehezen beszélek. Kérlek, máskor ne vágj ilyen erősen hátba, mert ez fáj, és biztosan nem tesz beszédesebbé.”

1. lehetőség

A lány elnézést kér az erős hátbavágásért, és azt mondja, hogy szívesen segít Verának beilleszkedni.

2. lehetőség

A lány szerint Vera túlzottan érzékeny, a tréfát sem érti, úgy gondolja, hogy ezért nem is lehetnek igazi barátok.

D) Agresszív válasz

Vera a következő reggel egy nagy fejesvonalzóval fogadja a lányt, és erősen hátba veri vele.

1. lehetőség

A lány szellemes visszavágásnak tartja ezt a gesztust, és ezután bizalmas, jó barátok lesznek Verával.

2. lehetőség

A lány mélységesen felháborodik, hogy Vera így viszonzta az ő barátságosnak szánt közeledését, és többé nem hajlandó szóba állni vele.

SZEXUÁLIS ABÚZUS

Az iskolába menet egy csoport fiú rendszeresen beszólogat Verának. Sőt! Az egyik alkalommal a szoknyáját is felrántják.

A) Menekülés

Vera meggyorsítja a lépteit, de semmit sem szól a fiúknak.

1. lehetőség

Mivel Vera nem reagál, a fiúk felhagynak a zaklatásával.

2. lehetőség

A fiúkat bosszantja, hogy Vera nem reagál, és egyre vaskosabb megjegyzéseket engednek meg maguknak.

B) Segítségkérés

Vera az apját kéri meg, hogy kísérje el, és védje meg a fiúk durvaságától.

1. lehetőség

Az apa elkíséri Verát az iskolába, és rászól a fiúkra, hogy hagyják békén a lányát.

2. lehetőség

Vera apja azzal vádolja Verát, hogy bizonyára kihívóan viselkedett, ez bátorította a fiúkat erre a viselkedésre.

C) Asszertív válasz

Vera megpróbál lenyugodni és odalép a fiúkhöz, aztán így szól: „Ha flörtölni akartok Velem, akkor kedvesebben tegyétek, mert az tuti, hogy ez egy lánynak sem fog tetszeni így. Képzeljétek bele magatokat egy fordított helyzetbe...”

1. lehetőség

A fiúk először nem értik, mi ezzel a probléma, hiszen ők csak ismerkedni akarnak, mert dögös csajnak tartják Verát. De ha ez zavarja őt, többé nem teszik

2. lehetőség

A fiúk kiröhögik Verát, és azt mondják, hogy azt teszik, amit akarnak! Nekik egy ilyen kis liba ne parancsolgasson!

D) Agresszív válasz

Egy idő után Vera besokall. Odaordít a fiúknak, hogy: „Most már elegend van belőletek! Vagy leálltok, vagy az apám beveri a képetekeket!”

1. lehetőség

A fiúk meglepődnek Vera heves reakcióján, és ezentúl békén hagyják

2. lehetőség

A fiúk kinevetik Verát, és egyre trágárabb megjegyzéseket tesznek rá.