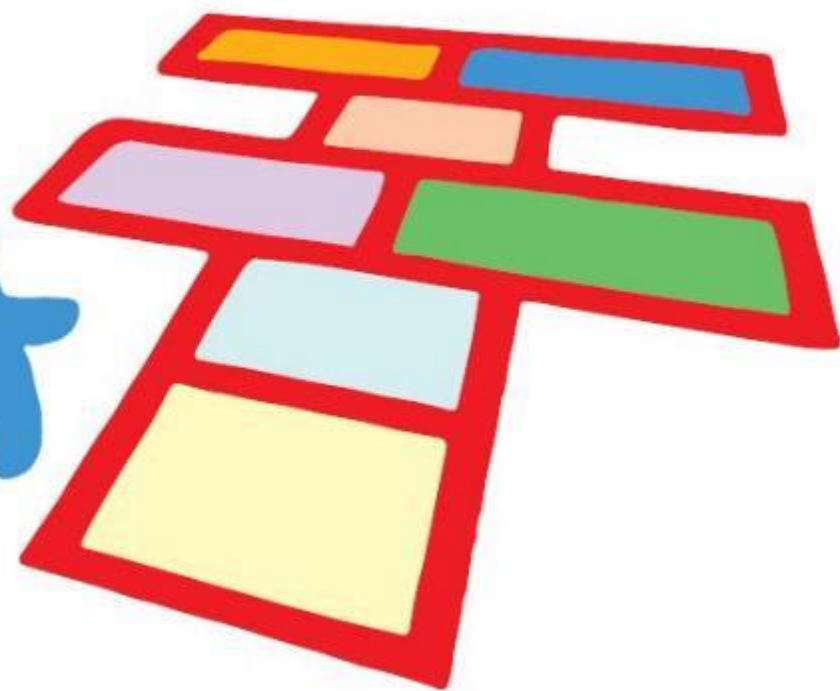


ŠKOLA

za život



Osobni i socijalni razvoj Domena – Ja i drugi 8. razred

TeenCAP – Udruga roditelja Korak po korak

Prevenција zlostavljanja adolescenata 3. dio



pedagoginja: Vedrana Kurjan Manestar



Projekt *Podrška provedbi
Cjelovite kurikularne
reforme (CKR)*



Što ćete naučiti:

- Prepoznati seksualni napad koji uključuje poznatu osobu
- Ponoviti vještine koje su potrebne za prepoznavanje i postupanje u potencijalno opasnim situacijama
- Vježbati verbalnu asertivnost
- Preispitati mitove o adolescentnim vezama

Ponovimo – Što je seksualni napad?

- Svaki prisilan seksualni kontakt
- Uključuje fizičku i emotivnu prisilu te prisilu autoritetom
- Prisila ne mora uvijek biti fizička

Pitanja od prošlih radionica?



Ministarstvo
znanosti i
obrazovanja



Projekt *Podrška provedbi
Cjelovite kurikularne
reforme (CKR)*



Što znači pristanak?

- Kad pristanete na nešto, znači da ste se složili zajedno napraviti nešto.
- Do pristanka može doći samo onda kad možete skroz slobodno reći „da” ili „ne”, kad imate slobodu izbora
- VAŽNO – Imate pravo **vjerovati svojim osjećajima** o nekoj situaciji i kad izrazite svoje osjećaje moraju vas shvatiti ozbiljno ako procijenite da je situacija neugodna ili opasna i želite otići

Seksuaini napad od poznate osobe – neuspješan scenarij

- Josip već od 5. razreda osnovne škole provodi ljetne praznike igrajući nogomet. Gospodin Perić, ljetni trener, prijatelj je Josipove obitelji i često mu pomaže vježbati preko vikenda. Ovaj vikend Josipova obitelj i supruga i djeca gospodina Perića zajedno su u vikendici Josipovih roditelja, ali Josip i trener ostali su doma vježbati jer školska nogometna liga počinje u ponedjeljak. Josip vježba vani, a trener mu se pridružuje. Njih dvojica igraju nogomet kao što to i obično rade subotom. Nakon otprilike sat vremena naporene igre, obojica su prilično umorni i znojni. G. Perić predloži da odu do njegove kuće na hladan sok i rasprave strategije igre. Josip se složi ali se želi najprije istuširati. Trener mu predloži da se može kod njega istuširati.
- Kad njih dvojica dođu u kuću, trener mu pokaže gdje je kupaonica. Ali tada oстане s Josipom unutra. Josip oklijeva. Malo mu je neugodno, jer nije naučen skidati se pred trenerom. Predlaže mu da se ipak možda trener treba prvi istuširati. Trener ga počinje zadirkivati, nazivajući ga slabićem jer se toliko brine. Kaže mu: „Zar se nećeš morati tuširati sa svojim timom?“ Josipu je jako neugodno. Ali ne želi ispasti glup pred trenerom pa se skine i krene pod tuš. Trener ga odmjerava od glave do pete. Sad je Josip stvarno nervozan i čudno se osjeća, no postaje mu još gore kad vidi da se i trener skida i ulazi pod tuš. Odjednom ga trener počinje gladiti i dirati.

Razmislimo?

- Sjećate se primjera tave za prženje kao oružja?
- Seksualni napad nije seksualni čin, već čin nasilja.
- Samo zato što je osoba koju g. Perić, trener napada muško, ne znači nužno da je on homoseksualac
- Većina odraslih koji napadaju dječake i/ili muškarce, nisu homoseksualci
- Trener napada Josipa jer je Josip mlađi i može ga kontrolirati
- Obično riječi kao „peder“, „homić“ su riječi koje se koriste kako bi nekoga povrijedili.
- Svi imamo pravo dobro misliti o sebi, pa se nazivanje nekoga takvim imenima može smatrati emocionalnim zlostavljanjem.
- Nemojte koristiti takve riječi – time ljudima oduzimate pravo na pozitivno mišljenje o sebi

Seksualno uzbuđenje ili napad?

- U ovoj sceni, nije u pitanju seksualno uzbuđenje trenera, nego – MOĆ I KONTROLA jačeg nad slabijim
- Samo zato što scena ima „štih“ seksualnog, ne znači da se Josip osjeća seksualno napadnutim
- Kad se radi o homoseksualnosti – dva muškarca se međusobno privlače, pri čemu su ravnopravni, bez da je itko na nešto prisiljen.

- Možda se pitate zašto se uopće Josip otišao istuširati kod trenera, odnosno kako je mogao znati što će se dogoditi?

Važno je znati da je za Josipa gospodin Perić odrasla osoba kojoj vjeruje, njegov trener. Još važnije, obiteljski je prijatelj.

Često imate rođake ili prijatelje koji nisu članovi uže obitelji, ali ste s njima bliski da ih takvima smatrate. Tako je i Josip smatrao gosp. Perića kao člana obitelji. Sigurno je otići se istuširati kod člana obitelji. Čak ako je Josip i imao neki neugodan osjećaj, moguće da ga je ignorirao. Josipa se ne može kriviti za napad.

Što mislite kako se Josip osjećao?

- Možda se osjećao uplašeno, ugroženo, poniženo?
- Ti su osjećaji povezani s time što je napadnut, a ne sa seksualnošću. Biti intiman s nekim trebalo bi izazvati pozitivne osjećaje.
- Josip je vjerojatno bio jako zbunjen. Možda se pitao zašto je gosp. Perić to napravio, misli li da sam ja homić? Sigurno sam napravio nešto da može pomisliti da sam ja homić?

Kakva je ovdje vrsta prisile?

- Kakvu vrstu moći je trener imao nad Josipom?
- Mislite li da su riječi gospodina Perića vrsta pritiska?
- Je li gosp. Perić prisiljavao Josipa da to učini?

Važno je znati da nitko od nas ne zna što bi učinio u takvoj situaciji, nije pošteno govoriti da je Josip trebao učiniti nešto drugo.

Pristanak ima jedan važan uvjet, pristajemo samo u situaciji kad imamo jasnu alternativu i skroz smo slobodni reći i „da“ i „ne“

Smatrate li da je Josip pristao na ovo što se dogodilo?

Mislite li da bi se ovo moglo zvati seksualnim napadom?

Smatrate li da je Josip na bilo koji način odgovoran za ovaj napad?

Je li trener oduzeo Josipu neka prava?

Ima li Josip:

- Pravo na privatnost
- Pravo da vjeruje u sebe?
- Mislite li da je Josip bio nervozan zbog svega što se dogodilo?
- Mislite da je bilo nekih znakova da nešto nije u redu?
- Kad ste to primijetili u igrokazu?
- Koji su to znakovi?

VAŽNO

- Josip se osjećao nervozno kad ga je trener gledao
- Kad je trener otišao s njim do tuša.

Vrlo je važno obratiti pažnju na takve znakove, da nešto nije u redu i vjerovati im.

Međutim u ovoj situaciji Josipu je trebalo puno hrabrosti shvatiti da se ne osjeća dobro u toj situaciji, posebno jer, kao što smo već rekli, uključuje nekoga koga poznaje i kome vjeruje. Teško se zauzeti za svoja prava u takvoj situaciji.

Biti odrastao znači prepoznati kako se osjećaš i promijeniti situaciju koja ti je neugodna.

Što je Josip mogao učiniti?

- Josip je mogao ne otići se istuširati, mogao je otići iz kuće.
- Mislite li da je trebao razgovarati s nekim o tome što se dogodilo?
- Josip je žrtva. Nije tražio da mu se dogodi to što mu se dogodilo, a sigurno nije uživao u tome što mu se dogodilo.
- Što bi bilo bitno da Josip zna o prijatelju prije nego mu ispriča što mu se dogodilo?
- Što biste vi mogli napraviti dođe li vam prijatelji i ispriča tako nešto?

- Kao prijatelji, najvažnije je reći Josipu da on nije kriv za to što mu se dogodilo i da treba to ispričati nekoj odrasloj osobi u koju Josip ima povjerenja.
- Pomognite Josipu pronaći tu osobu od povjerenja.

Uspješan scenarij

- Ista situacija kao i prije. Josip i gosp. Perić su u kući gosp. Perića. Ponovno gosp. Perić pokušava nagovoriti Josipa da se odu zajedno istuširati. Josip se osjeća nervozno na taj prijedlog te vjeruje svojim osjećajima i odbija. Gosp. Perić se malo ljuti i zaprijeti Josipu da ga neće pustiti u igru na sljedećoj važnoj utakmici. Josip je sada malo uplašen, no svejedno odbija i kaže ako ga ne ostavi na miru da će otići. Trener se na to povuče i kaže Josipu što sve uzima tako ozbiljno te da se on samo šalio.

Odlazeći, Josip odluči da mora nekome ispričati što se dogodilo.

Kako se Josip ovaj put osjećao?

- Mislite li da se još uvijek osjećao uplašeno?
- Ovaj put je obratio pozornost na to kako se osjeća.
- Mislite li da se je trener „samo šalio“ kao što je rekao?
- Što mislite zašto je gosp. Perić ovaj put odustao?

Mislite li da se može dogoditi i da ženska osoba vrši pritisak na vas?

Ili da je na mjestu Josipa bila djevojka?

Sve su to situacije gdje odrasla osoba vrši prisili autoritetom.

Novi igrokaz



Ministarstvo
znanosti i
obrazovanja



Projekt *Podrška provedbi
Cjelovite kurikularne
reforme (CKR)*



Projekt je sufinanciran iz Europske unije iz Europskog socijalnog fonda.

Silovanje od strane poznate osobe ili partnera

- Često u početku možda nije tako očito da se radi o prisili.
- Ova vrsta prisile može se dogoditi i među vršnjacima.
- „Silovanje na spoju” – izraz koji koristimo kad je netko seksualno napadnut od nekoga s kim je u površnoj vezi ili u ozbiljnoj vezi
- „Silovanje poznanika” je izraz koji koristimo kad je netko seksualno napadnut od strane poznanika, dakle nekoga koga poznaje, ali ne dobro

Silovanje od strane poznanika – neuspješan scenarij

Petak je navečer i Tanja je na zabavi koju su priredili neki vršnjaci koje poznaje iz škole. Dok je plesala s grupom svojih prijatelja, primijetila je kako je gleda Kristijan. Kristijan je stariji dečko koji se kreće u popularnom društvu. On je osoba s kojom bi sve njene prijateljice željele razgovarati. Dok mu prilazi, prva joj je pomisao: „Covječe, nadam se da mu se sviđam.“. Počnu razgovarati i ona ne vjeruje koliko je sretna. Tijekom razgovora Kristijan joj prilazi sve bliže, a Tanji postaje neugodno zbog načina na koji gleda njeno tijelo. Uviđajući da se stvari prebrzo odvijaju. Tanja ga pita želi li plesati. Kristijan kaže kako je prevruće za plesanje. Predloži joj da odu na donji kat gdje je hladnije i malo tiše. Vidjevši da ona oklijeva, Kristijan se nasmije i pita: „Što je, zar mi ne vjeruješ?“. Pomislivši kako je vjerojatno paranoična, Tanja odluči poći s njim.

Silazeći dolje, Tanja je iznenađena što je soba mračna i nema nikog u njoj. Kristijan je počne dirati. Sada se osjeća još nervoznije, neugodnije. Sve joj je to prebrzo, no ne želi ispasti glupa. On joj se sviđa, al željela je usporiti. Sada je zaista uplašena.

Kristijan je povuče na kauč i počinje ljubiti. Govoreći mu „ne“ i neka prestane, pokušava se maknuti od njega. Čak počne i plakati, no on sve ignorira. Natjera je na spolni odnos.

Ovo je silovanje od strane poznanika.

Raspravimo malo o tome što se dogodilo?

Kako se Tanja osjećala? Tužno, ljutito, posramljeno, glupo

Moguće da se Tanja osjećala zbunjeno?

Je li Kristijan oduzeo Tanji njena prava?

Tijekom ovog scenarija čuli ste izraz „spolni odnos“. Razjasnimo što ovaj izraz znači. To je penetracija penisa u vaginu. Kad je spolni odnos prisilan, govorimo o silovanju.

Je li Tanja po vama željela spolni odnos s Kristijanom?

Je li dala svoj pristanak?

Tko je kriv za ovu situaciju?

Kristijan je prisilio Tanju na spolni odnos, to je silovanje.

- Možda možete misliti da ga je ona navela na to?
- Mislite li da je zato što je otišla s njim na donji kat dala dopuštenje za spolni odnos?
- Čija je to onda krivnja?
- Vi imate pravo izabrati kad i s kim ćete biti seksualno intimni. **To pravo imate čitavo vrijeme.** Ne odričete se tog prava kad s nekim odete na mjesto gdje nikog nema.
- Kad malo bolje razmislite, dečki bi mogli napraviti istu stvar (otići s curom koja ga je pozvala negdje na osamu). No bili za dečke rekli da izazivaju. Kaže li itko tad da je on nekog zaveo?
- Ovdje se događa nešto nepravedno!

Što je Tanja mogla napraviti?

- Tanja nije kriva, ali Tanja je pogriješila i neke stvari je mogla drugačije napraviti.
- **Idemo probati nabrojati:**
 - ne silaziti na donji kat
 - odlučnije mu reći da prestane
 - otići natrag na gornji kat

Sjećate li se kad se Tanja počela osjećati neugodno?
Ali Tanja nije reagirala na te svoje osjećaje.

Tko je kontrolirao situaciju?

- Važno je zapamtiti da napadači pokušavaju kontrolirati ljude dominirati nad njima. Ovo vrijedi za sve napade, ne samo za seksualni napad.
- Kako je Kristijan kontrolirao Tanju?
 - vodeći je na donji kat
 - dirao ju je
 - ignorirao je njeno negodovanje

Sjećate se na prošloj radionici smo govorili o važnosti držanja razmaka od neznanaca. Slično je i sa poznatima.

Kad nam je netko preblizu u našem prostoru, osjećamo to, nelagodno nam je.

Primjerom pokazati * Vi ste jedina osoba koja odlučuje tko će i kad ući u vaš intimni prostor.

Što je još Tanja mogla učiniti?

- Možda je Tanja željela s njim razgovarati, ali bez fizičkog približavanja
- Možda je željela biti i fizički intimnija s njim, ljubiti se npr. ali ne i spolni odnos

Tanjina je odgovornost odlučiti što želi s Kristijanom i tada mu tu odluku treba jasno dati do znanja

Ponoviti ćemo nekoliko mogućih pozitivnih scenarija

Silovanje od strane poznanika – uspješan scenarij (prva verzija)

- Tanja zna da želi bolje upoznati Kristijana, ali ne želi da se stvari odvijaju prebrzo. Kad on odbije plesati, ona mu predloži da odu u kuhinju. Tamo je manje ljudi, puno je tiše i mogu razgovarati. On pristane i odu u kuhinju. Provode noć pričajući i smijući se. Kad je zabava gotova, Kristijan je poljubi na rastanku i dogovore se naći na pizzi sljedeći tjedan.

Kontrola i dominacija ili privlačnost?

- Kod seksualnog napada, bitna je kontrola i dominacija, ne intimnost i seksualnost
- Jedan od načina da ostanete sigurni je da imate kontrolu situacije
- Ako vas vaš partner pokušava kontrolirati i imati kontrolu nad situacijom bez da uvažava vaše mišljenje i osjećaje, to je znak da s možda nalazite u opasnosti od napada.

Kako se Tanja osjećala u ovom scenariju?

- Što mislite kako bi se mogla osjećati da Kristijan odbije ići u kuhinju i baš želi na donji kat gdje nema nikoga?
- Bi li to bio znak da mu nije stalo bolje upoznati Tanju, nije mu uopće stalo do nje već samo želi spolni odnos

Što mislite kako se Kristijan može osjećati?

- Je li Kristijan mogao krivo shvatiti što Tanja želi?
- Zamislimo situaciju da se Kristijanu Tanja stvarno sviđa, ali ima sasvim drugačiju ideju o tome što se treba dogoditi, te možda temelji svoje misli na temelju krivih pretpostavki.
- Zamislite da su upravo taj dan dečki u školi govorili da djevojke kažu „ne“ kad zapravo misle „da“.
- Možda je mislio da je ona to željela. Možda je na neki način osjećao pritisak vršnjaka da ima spolni odnos, jer on jedini nije navodno još imao.
- Možda se Kristijan osjećao u biti jako loše.
- Ne dečke okolina može vršiti i određeni pritisak. Neki dečki čak i vjeruju da djevojke žele da ih se prisili na spolni odnos.
- Treba shvatiti da „ne“ znači „ne“ i ako djevojka kaže „ne“ treba je poslušati.

- Okolina može govoriti dečkima da ako se djevojka obukla u kratku suknju i ili ima dubok dekolte da time pokazuje da želi seks.
- Način na koji je netko odjeven ne daje nikome pravo da vas dira ili zaključuje da želite seks. Seks mora biti jasno i nedvosmisleno pristanak jednog i drugog
- Također, ukoliko mladić djevojci plati večeru ili piće u klubu, ne znači da ona mora dati nešto zauzvrat
- Ako je Tanja pristala otići na doljni kat gdje nema nikoga s Kristijanom, znači li to da je pristala na spolni odnos

- Sjećate se što smo rekli o slobodnom izboru?
- Ako je npr. Tanja bila jednom spolno intimna s Kristijanom, znači li da se podrazumijeva da to mora i opet?
- To je slično kao da netko npr. dođe kod vas i zamoli vas da mu posudite auto. I vi mu posudite i on drugi put niti ne pita, nego uzme ključeve i auto ponovno. Bili to bilo u redu?
- Slično je i sa seksualnom aktivnošću. Imate pravo svaki put i u svakom trenutku seksualne aktivnosti odlučiti kad i koliko želite biti intimni.

Važnost komunikacije

- Romantične veze su nešto sasvim novo za sve vas
- Neki od vas su možda već u vezi, ali to što ste u vezi, ne mora značiti da je lako razgovarati o svojim osjećajima.
- Ponekad je teško i razumjeti kako se osjećate, a još je teže izraziti svoje osjećaje , pogotovo ako se bojite da ćete ispasti smiješni ili netko vrši pritisak na vas.
- Iako je teško, važno je reći kako se osjećate i da slušate i osjećaje svoje partnerice/partnera

Razgovor u vezi o seksualnosti

- Nije lako razgovarati o seksualnosti .
- Mladi često znaju na druge načine pokušati dati poruku nekome da im se sviđa.
- Npr. želite da vas dečko u kinu primi za ruku, ne primite vi njega ili ga ne upitate, nego npr. stavite svoju ruku na koljeno i onda koljeno približite momku da može osjetiti vašu ruku
- To će možda upaliti, možda i neće, momak može misliti da mu oduzimate njegov prostor na sjedalu

- Problem je što mi imamo vlastite ideje o tome što se događa i često poruke shvatimo pogrešno zbog nekih naših uvjerenja, stavova, osjećaja a koji mogu biti sasvim drugačiji kod druge osobe
- Jedna od stvari koju možete učiniti (nije lagano) je razmisliti kako se osjećate i onda to reći svojem partneru.
- Možda će biti teško, ali postoji mogućnost da će i njemu biti lakše kad o tome porazgovarate.
- Ako ne govorite kako se osjećate, momak možda može nastaviti prisiljavati vas na nešto. Dečki to mogu učiniti na različite načine.

Razmislite:

Je li vam ikad netko rekao „Napravila bi to da me voliš“

Ili: „Svi drugi to već rade“

Ili ste možda bili u situaciji da vas djevojka nagovara na intimnost na koju niste spremni

Ili su vas prijatelji nagovarali da „pokažete kako ste muško“

- Kako ste se osjećali u tom trenutku. Smatrate li da su time povrijeđena vaša prava?

- Važno je da dečki obrate pozornost na takve osjećaje, jer vas mogu upozoriti na potencijalno opasnu situaciju.
- Zapamtite imate pravo izabrati kad i s kim ćete biti seksualno intimni. Vaši prijatelji imaju isto to pravo. S pravima dolaze i odgovornost da poštujete tuđa prava.
- Svi mi želimo imati bliske prijatelje, bilo da su to dečki ili cure s kojima se družite. Imati dobre prijatelje znači dijeliti svoje osjećaje, vjerovanja, želje. To nije uvijek lako, osobito ako ste nervozni i želite ostaviti dobar dojam.
- Ponekad iz želje što želim biti prijatelj s nekim i posebno se svidjeti, ponašamo se na način za koji mislimo da se ponašaju i svi drugi

- Možete li se sjetiti nekih drugih fraza kojima dečki (i/ili cure) koriste da bi vas prisilili na nešto?
- Ono što takvi ljudi nastoje jest pridobiti vas da ignorirate svoje osjećaje ili da se usredotočite samo na određene osjećaje (npr. to što vam se dečko sviđa).
- Imate uvijek pravo vjerovati sebi!
- Ovakve fraze koje oni koriste su oblik prisile, što znači da mogu dovesti i do seksualnog napada.

Razmislite: Sto biste mogli reći nekome tko vam kaže: „Napravila/io bi to da me voliš?”

Neko od mogućih odgovora:

- „Ti mene ne bi prisiljavao da me voliš!”
- „Ne možeš meni te fore prodavat.”

Ili na nagovor: „Pa svi drugi to rade”

Možda možeš reći, onda ćeš lako naći nekoga tko će htjeti.

Kako biste vi reagirali?

Usuglašena seksualna aktivnost je zajednička

- Dvoje ljudi zajedno donose odluku iskreno komunicirajući
- Slušaju se i poštuju jedan drugoga.
- To uključuje slobodan izbor. (koji uključuje tvoja uvjerenja, tvoje ali i obiteljske vrijednosti, vjerske i sl.)
- Kad nema slobodnog izbora riječ je o seksualnom zlostavljanju ili čak silovanju.
- Ako te netko na nešto prisiljava, ne poštuje tvoju slobodu izbora.

Silovanje od strane poznanika – uspjesan scenarij, druga verzija

Tanja je na tulumu s prijateljima i vidi kako je gleda Kristijan, vrlo popularan mladić koji se i njoj sviđa. Kad joj pristupi i započne razgovor, osjeća se polaskana i sretna. Kristijan joj predlaže da odu razgovarati na gornji kat jer je tamo tiše i ugodnije. Ona odlazi s njim i iznenadi se kad shvati kako gore nema nikoga i da nema svjetla. Tanja se osjeća nelagodno i predloži da upale svjetla. Kristijan se složi i njih dvoje sjednu na kauč. Ubrzo je on privuče k sebi i počne ljubiti i sve više dirati. Tanja nije spremna za to i odgurne ga od sebe. Kaže da iako joj se sviđa nije spremna za bilo kakav seksualni odnos. Kristijan prestaje poštujući njene osjećaje. Zna da ako želi razviti pravi odnos s Tanjom koja mu se izrazito sviđa treba odustati ukoliko ona to ne želi. Oni se vrate dolje i nastave se zajedno zabavljati na tulumu.

Kako se Tanja sada osjećala?

- Je li sačuvala svoja prava?
- Tko je imao kontrolu?
- Kako se Kristijan osjećao?

Veze su često prekrasna iskustva, ali puno toga može biti i zbunjujuće. Kad razgovarate s nekim do koga vam je stalo, morate shvatiti da možda oni neće razumjeti. To pogotovo vrijedi ako ste malo sramežljivi i teško vam je govoriti o svojim osjećajima.

U vezi je važno biti iskren i jasno izraziti svoje osjećaje.

Nemojte govoriti „Ne“ kad mislite „Da“ ili obrnuto. Ako vaš govor tijela i vaše ponašanje šalju različite poruke, posebno je važno da vaše verbalne poruke budu jasne!

- Izuzetno je važno da vjerujete sebi i da se zauzmete za ono što želite.
- To je zapravo ono što stalno ponavljamo ovdje. Bilo da se radi o nelagodnom osjećaju u nekoj situaciji s odraslom osobom ili čudnom osjećaju koji imate s nekim vršnjakom, slušanje „tih osjećaja“ vrlo je važno u obrani vaših prava.

VAŽNO

- Vrlo je važno upoznati svog partnera
- Upoznavanje neka uvijek bude na javnim mjestima ili tijekom druženja s drugim ljudima, da niste sami (npr. ako ste se prvo upoznali preko društvenih mreža).
- Saznajte što vaš partner misli kako bi se dečki/cure trebali ponašati.
- Npr. ukoliko vaš partner izjavi kako cure moraju raditi što im dečki kažu, trebali bi biti jako oprezni.

- Važno je obratiti pažnju na to kako se vaš partner ponaša prema vašem osobnom prostoru.
- Ako vam se previše približava ili vas često dodiruje na način zbog kojeg vam je neugodno, to su znakovi da možda neće poštivati vaše želje. To osobito vrijedi ako mu kažete kako se osjećate, a on/ona to ignorira.
- Ako se osjećate neugodno, vjerujte svojim osjećajima i progovorite. Budite uporni! Dajte do znanja kako se osjećate. Ako i dalje vaš partner/partnerica ne sluša, poduzmite nešto. Otiđite, pozovite prijatelje, upotrijebite ako je nužno i samoobranu

- Ponekad se možete osjećati zbunjeno, sumnjate u svoje osjećaje.
- U tom slučaju dobro je da popričate sa svojom prijateljicom, prijateljem, učiteljem, roditeljem, stručnim suradnikom, nekome u koga imate povjerenja.
- Ako ne znate s kime biste mogli razgovarati, možete se obratiti i na brojeve telefona koje smo vam napisali. Većina tih službi ima i mail kontakt na koji se možete obratiti. Ne morate biti u nekoj velikoj krizi da biste im se obratili. Možete razgovarati i anonimno

Psihološki centar TESA 01/48 28 888 | radnim danom 10-22h

Internet savjetovalište: psiho.pomoc@tesa.hr

Ostali kontakti:

- HRABRI TELEFON 0800 0800
- PLAVI TELEFON 01/4833 888
- POLIKLINIKA za zaštitu
djece grada zagreba 01/3457 518
- SOS TELEFON za žene i djecu
žrtve nasilja 01/4655 222

Brošura – on line

- Na web stranici udruge roditelja KORAK PO KORAK

<https://www.udrugaroditeljapkp.hr/>

- Brošura: Sigurni, jaki i slobodni – vodič za adolescente

<https://drive.google.com/file/d/0B7oUgb5L1z55UDhzVVF3SIJMejg/view>

VAŽNO

- U slučaju silovanja, treba odmah potražiti medicinsku pomoć
- NEMOJTE ČEKATI!
- NEMOJTE otići kući istuširati se ili okupati
- Čak i ukoliko ne želite tužiti napadača, trebate medicinsku pomoć! Otiđite ravno k svojem liječniku u kojeg imate povjerenja ili na Hitnu medicinsku pomoć ukoliko imate teže povrede.

PITANJA ? OSVRT – EVALUACIJA

- Ako možda nema pitanja ovako pred svima, znadete gdje sam, možete se uvijek javiti i nama u školi. Mi ćemo znati kako postupiti ili gdje vas uputiti ako su vaša prava oduzeta

Hvala vam na suradnji i pažnji !

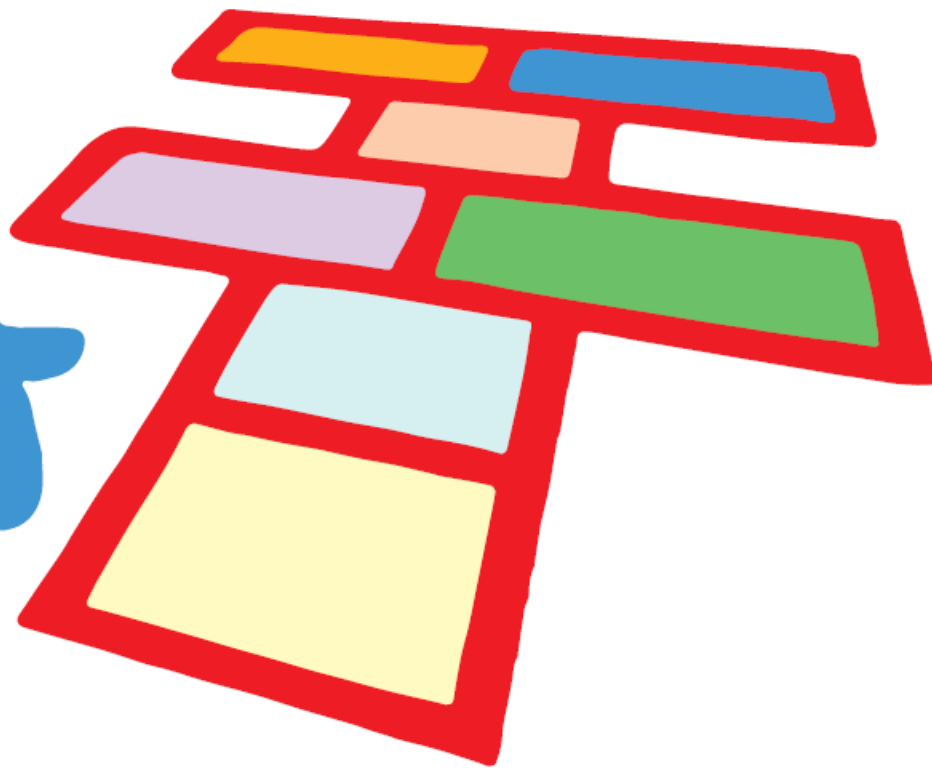
Molim još samo da ispunite upitnik koji vam stavljam u u SR
Google classroom

Publikacija je izrađena u sklopu projekta „Podrška provedbi Cjelovite kurikularne reforme“ koji sufinancira Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.

Nositelj projekta je Ministarstvo znanosti i obrazovanja.

Za sadržaj ove publikacije odgovorno je isključivo Ministarstvo znanosti i obrazovanja, publikacija ni na koji način ne odražava mišljenje Europske unije.

ŠKOLA za život



skolazazivot.hr
kurikulum@mzo.hr



Ministarstvo
znanosti i
obrazovanja



Projekt Podrška provedbi
Cjelovite kurikularne
reformе (CKR)



Projekt je sufinanciran iz Europske unije i Europskog socijalnog fonda