

Przemoc na randkach wśród nastolatków. “Lights4Violence” jako propozycja programu profilaktycznego przeciwdziałającego przemocy w związkach intymnych młodzieży.

Wstęp

Program “*Lights4Violence*” przeprowadzony został w latach 2017-2019 w sześciu krajach europejskich: Wielkiej Brytanii, Hiszpanii, Portugalii, Rumunii, Włoszech i Polsce. Aktualnie prowadzone są badania naukowe oceniające jego skuteczność, których pierwsze wyniki są już dostępne w opracowaniach naukowych. Głównymi celami programu było wyposażenie nastolatków w zasoby w kontekście występowania przemocy na randkach, umiejętność ich rozpoznawania i wykorzystania. Osoby prowadzące warsztaty skupiły się również na edukacji, podnoszeniu świadomości i wspieraniu nastolatków w pogłębianiu pozytywnych relacji międzyludzkich. Rozwijane umiejętności dotyczyły też sposobów radzenia sobie z problemami i konfliktami, a także dochodzenia swoich praw w atmosferze szacunku i ochrony przed nadużyciem w związkach.

W pierwszej części zostanie opisane pojęcie przemocy, a także przemocy na randkach. Następnie przytoczone zostaną wyniki badań, w oparciu o zebrane podczas trwania programu dane. Jego elementy, opisane w dalszej części, mogą zostać wykorzystane przez każdą osobę pracującą z dziećmi i młodzieżą szczególnie w obszarze socjoterapii oraz profilaktyki i wychowania (np. w formie godziny wychowawczej, warsztatów czy jako pojedyncze aktywności związane z tematyką zajęć), wzmacniając wiedzę praktyków na temat omawianego problemu i pozwalając rozwinąć kompetencje zawodowe³. Warto podkreślić, że dzieci i młodzież uczestnicząca w socjoterapii to często osoby z grup zwiększonego ryzyka, obciążone zarówno biografią zawierającą doświadczenia przemocy⁴ jak i aktualnie doświadczające sytuacji kryzysowy-

³ Jankowiak, B. Kompetencje socjoterapeuty – wybrane zagadnienia, *Studia Edukacyjne*, 2015, 37, 289-311

⁴ Jankowiak B., Soroko E., Wybrane problemy diagnozy opisowej w socjoterapii - aspekty teoretyczne oraz związki z funkcjonowaniem zawodowym socjoterapeutów, *Studia Edukacyjne*, 2014, 33, 165-187.

ch związanych z przemocowymi sytuacjami⁵. W związku z tym praca w obszarze wzmacniania kompetencji budowania zdrowych związków, może być dla nich szczególnie istotna.

Pojęcie przemocy

Przemoc jest zjawiskiem, które pojawia się w różnych środowiskach i sferach życia człowieka. Może występować pod różnymi postaciami, m.in. jako przemoc fizyczna, psychiczna, słowna, seksualna czy seksistowska. Dotyczyć może ona każdej grupy społecznej, wiekowej czy zawodowej. We współczesnym świecie jest zjawiskiem coraz bardziej widocznym i, co więcej, niepokojąco narastającym⁶. Problem przemocy pojawia się w skali globalnej i szacuje się, iż zabiera ona 1,6 miliona ofiar śmiertelnych każdego roku⁷. Charakterystycznym aspektem przemocy jest to, że zazwyczaj stosuje ją osoba silniejsza (fizycznie i/lub psychicznie) wobec słabszej. Utrudnia to samoobronę osoby pokrzywdzonej z uwagi na wyraźną tu asymetrię sił⁸. Poza widoczną różnicą w sile, istotnym aspektem jest też intencjonalność jej użycia. Sprawca w sposób celowy wyrządza krzywdę, chcąc całkowicie podporządkować sobie ofiarę i będąc przy tym świadomym skutków tychże działań⁹.

Wspomniane już rodzaje przemocy mogą występować zarówno oddzielnie jak i łącznie. Niektórzy sprawcy wykorzystują jedną z nich, aby osią-

⁵ Soroko E., Jankowiak B., Shaping Social and Psychological Competencies or Intervening in a Crisis? Sociotherapists' Experiences of Helping Adolescents in Poland, *International Journal for the Advancement of Counselling*, Published online: 12 June 2020, 2020, s. 1-17, DOI:10.1007/s10447-020-09405-x.

Jankowiak, B. *Zachowania ryzykowne współczesnej młodzieży. Studium teoretyczno-empiryczne*, Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM, 2017.

⁶ Helios J., Jedlecka W., *Współczesne oblicza przemocy. Zagadnienia wybrane.*, Wrocław 2017, E-Wydawnictwo. Prawnicza i Ekonomiczna Biblioteka Cyfrowa. Wydział Prawa, Administracji i Ekonomii Uniwersytetu Wrocławskiego, s.15.

⁷ Krug E. G. i in., *Informe mundial sobre la violencia y la salud.*, Revista do Instituto de Medicina Tropical de São Paulo 2003, V. 45, N. 3.

⁸ Helios J., Jedlecka W., *Współczesne...*, s. 15.

⁹ Grygorczuk A., Dzierżanowski K., Kiluk T., Mechanizmy psychologiczne występujące w relacji ofiara - sprawca przemocy., w: *Psychiatria*, 2009, Tom 6, Nr 2, s. 64.

II Biuletyn Polskiego Stowarzyszenia Socjoterapeutów i Trenerów

gnąć swój cel, często jednak jedna przemocowa forma pociąga za sobą kolejną. Wyróżniamy:

- **przemoc słowną** (komunikaty mówione i/lub pisane);
- **przemoc fizyczną** (czynności wymagające fizycznego kontaktu sprawca-ofiara, takie jak: uderzanie, popychanie, szturchanie);
- **przemoc psychiczną** (może łączyć w sobie przemoc słowną i fizyczną; stosuje się tu działania takie jak: przymus, szantaż, naruszanie godności ofiary);
- **przemoc seksualną** (wykorzystanie ofiary w kontekście seksualnym, zmuszanie do czynności seksualnych lub wykonanie tych czynności wbrew woli ofiary);
- **przemoc seksistowską** (sprawca swoimi działaniami postawą dyskryminuje ofiarę ze względu na jej płeć)¹⁰.

Przemoc na randkach

Jednym z obszarów, w obrębie których pojawiają się zachowania przemocowe są randki, a szczególnie randki wśród nastolatków. Z danych wynika, że 20,5% dziewcząt oraz 18,7% chłopców, którzy mieli okazję choć raz być uczestnikiem randki, doświadczyli przemocy z nią związanej¹¹. Wśród rodzajów przemocy występujących na randkach (fizyczna, emocjonalna, seksualna, prześladowanie), najczęstszym, z jakim spotyka się młodzież jest przemoc emocjonalna (23,1%)¹². Wiąże się ona m.in. ze stosowaniem gróźb, kontrolowaniem zachowań ofiary, poniżaniu i upokarzaniu, izolowaniu (np. od

¹⁰ Pérez-Marco A., Soares P., Davó-Blanes M. C., Vives-Cases C., *Identifying Types of Dating Violence and Protective Factors among Adolescents in Spain: A Qualitative Analysis of Lights4Violence Materials.*, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/ijerph-17-02443-v2_2.pdf, dostęp dnia: [03.04.2020], s. 3.

¹¹ Jankowiak B. i in., The Role of School Social Support and School Social Climate in Dating Violence Victimization Prevention among Adolescents in Europe., w: *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020, Tom 17, Nr 23, s. 7.

¹² Tamże.

przyjaciół, rodziny) czy niszczeniu mienia¹³. Jedną z głównych tego przyczyn jest niska zdolność do rozpoznawania różnego typu społecznych konsekwencji swoich czynów i nieświadomość lub mała świadomość istnienia oraz możliwości wykorzystania posiadanych już zasobów do rozwiązania konfliktów i tym samym nawiązywania zdrowych relacji z partnerami¹⁴. Dopiero od ukończenia 14-15 roku życia świadomość ta zaczyna stopniowo wzrastać¹⁵. Jest to jednak stanowczo za późno; nastolatkom bowiem przez te kilka lat włączają już w swoją naturę wiele nieadekwatnych strategii, które mogą rzutować na ich życie dorosłe i przyszłe tworzenie relacji partnerskich oraz intymnych.

Stosowanie przemocy na randkach wśród dziewcząt i chłopców jest związane również z ich wcześniejszymi doświadczeniami bezpośredniej lub pośredniej przemocy w dzieciństwie¹⁶. Poprzez tego typu zaburzone wzorce, jednostki nie rozwijają społecznych i osobistych umiejętności przydatnych w regulowaniu własnych emocji czy rozpoznawania ich u innych, co uniemożliwia także budowanie zdrowych i satysfakcjonujących relacji. Osoby takie uczą się, że stosowanie przymusu jest odpowiednią strategią w dążeniu do poprawy/zmiany czyjegoś zachowania na bardziej korzystne (w subiektywnym odczuciu sprawcy przemocy)¹⁷.

Choć problem przemocy na randkach wśród nastolatków dotyczy wszystkich płci, to jednak dziewczęta są bardziej narażone na bycie ofiarą tych sytuacji niż chłopcy¹⁸. Ma to silny związek z normami dotyczącymi płci, które powodują nierówność w związkach i sprzyjają stosowaniu przemocy wobec

¹³ Brooks-Russell A., Foshee V. A., Luz McNaughton Reyes H., Dating Violence..., w: Gullotta T. P., Plant R. W., Evans M. A., *Handbook of Adolescent Behavioral Problems. Evidence-Based Approaches to Prevention and Treatment.*, Connecticut, USA, 2015, wyd. Springer, s. 559.

¹⁴ Jankowiak B. i in., *The Role of...*, s. 8.

¹⁵ Tamże.

¹⁶ Tamże.

¹⁷ Vives-Cases C. i in., Dating Violence Victimization among Adolescents in Europe: Baseline Results from the Lights4Violence Project., w: *International Journal of Environmental Research and Public Health.*, 2021, Tom 18, Nr 4, s. 8.

¹⁸ Jankowiak B. i in., *The Role of...*, s. 7.

kobiet. Badania również potwierdzają ten fakt - chłopcy stosują agresję, jednocześnie utrzymując, że robią to tylko w uzasadnionych okolicznościach¹⁹.

Ogólne normy dotyczące płci i związane z nimi stereotypy wyłoniły m.in. pojęcie machizmu (esp. *machismo*), tradycyjnie kojarzone z kulturą meksykańską i latynoską. Wiąże się ono z postrzeganiem mężczyzn jako istot będących wyżej w hierarchii niż kobiety. Według tej koncepcji to mężczyźni dominują, cechują się niezależnością, stanowczością, a kobiety mają być słabe, zależne i uległe²⁰. Zwyczajowe zasady mówiące o roli mężczyzny jako władcy i żywiciela rodziny, a kobiety jako tej, która wychowuje potomstwo i opiekuje się na co dzień domostwem obecnie się już nieco zacierają, jednak nadal stanowią ważny punkt odniesienia w ustanawianiu i respektowaniu ról kulturowych. Ma to bezpośredni wpływ na ciche przyzwalanie mężczyznom na dominację względem kobiet, m.in. właśnie podczas randek i pierwszych bliższych kontaktów chłopców z dziewczętami. W związku z tym konieczne jest reagowanie na mity i stereotypy związane z normami dotyczącymi płci czy przemocy występującej na randkach. Odbywać by się one miały poprzez różnego typu interwencje edukacyjne (m.in. warsztaty w szkołach czy kampanie publiczne w mediach społecznościowych). W odpowiedzi na to powstał międzynarodowy program "Lights4Violence".

"Lights4Violence" - wyniki badań

Europejski program edukacyjny "*Lights, Camera and Action against Dating Violence*" (*Lights4Violence*) realizowany był w latach 2017-2019, w tym przez około rok z udziałem uczniów. Został sfinansowany przez Dyрекcję Generalną Komisji Europejskiej ds. Sprawiedliwości i Praw Konsumentów, Równości i Przemocy wobec Kobiet z 2016 roku. W ramach projektu zrealizowany został program promujący osobiste i środowiskowe zasoby w celu utrzymywania zdrowych relacji, m.in. w związkach. W projekcie wzięli udział naukowcy i naukowczynie z zespołów uniwersyteckich z sześciu europejskich miast:

- Alicante (Hiszpania): Universidad de Alicante, Instituto de Salud Carlos III;
- Rzym (Włochy): La Lumsa - Libera Università Maria Santissima Assunta;

¹⁹ Vives-Cases C. i in., *Dating Violence...*, s. 9.

²⁰ Moral de la Rubia J., Ramos Basurto S., *Machismo, victimización y perpetración en mujeres y hombres mexicanos. Estudios sobre las culturas contemporáneas.*, w: *Estudios sobre las culturas contemporáneas.*, 2016, Nr 43, s. 39.

- Iasi (Rumunia): Universitatea de Medicină și Farmacie Grigore T. Popa;
- Poznań (Polska): Wydział Studiów Edukacyjnych UAM;
- Matosinhos (Portugalia): Instituto Universitário da Maia - ISMAI;
- Cardiff (Wielka Brytania): Cardiff Metropolitan University²¹.

Programem została objęta młodzież z tych samych miast. Dane na temat uczniów zebrano za pomocą kwestionariusza internetowego, który został rozesłany do szkół biorących udział w projekcie w roku akademickim 2018-2019. Na potrzeby badań wybrano uczniów, którzy oznajmili, że są/byli zaangażowani w związek romantyczny/randkowy osobiście lub na odległość (np. przez internet). Uczniowie, którzy zadeklarowali, że ich tożsamość płciowa jest „inna” (a więc nie identyfikujący się jako mężczyzna lub kobieta) zostali wykluczeni z ostatniej próby tego badania²².

Przeprowadzone zostały badania przekrojowe, w których udział wzięło 1555 uczniów w wieku 13-16 lat ze szkół średnich z sześciu europejskich miast biorących udział w programie²³. W obrębie każdego kraju większość badanych stanowiły kobiety. Wypełniane kwestionariusze zawierały pomiary różnych zmiennych związanych ze stosowaniem przemocy na randkach. Każdy kwestionariusz składał się z kilku części. Pierwsza z nich miała na celu anonimowe zebranie podstawowych informacji. Pozostałe części zawierały pytania oparte na skali Likerta²⁴, które miały służyć pomiarowi różnych aspektów przemocy ze względu na płeć (m.in. klimat i bezpieczeństwo w szkole, społeczne wsparcie ze strony nauczycieli i rodziców, postrzeganie przemocy,

²¹ Vives-Cases C. i in., *Dating Violence...*, s. 2.

²² Tamże, s. 3.

²³ Pérez-Martínez M. i in., The Role of Social Support in Machismo and Acceptance of Violence Among Adolescents in Europe. Lights4Violence Baseline Results., w: *Journal of Adolescent Health.*, 2020, s. 2.

²⁴ Skala Likerta pozwala badaczom wykrywać nawet stosunkowo subtelne różnice w badanych postawach. (Tarka P., Własności 5- i 7-stopniowej skali likerta w kontekście normalizacji zmiennych metodą Kaufmana i Rousseeuwa., w: Jajuga K., Walesiak M., *Taksonomia 25. Klasyfikacja i analiza danych - teoria i zastosowania.*, Wrocław 2015, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, s. 287.).

doświadczenia związane z przemocą na randkach, asertywność, agresywność, seksizm, nękanie, cyberprzemoc czy wykorzystywanie w dzieciństwie)²⁵²⁶.

Na podstawie uzyskanych wyników stwierdzono, iż akceptacja przemocy wyższa była u osób, które miały niższe wsparcie społeczne ze strony rodziców i nauczycieli²⁷. Ponadto, około 17,6% uczniów zeznało, iż przed ukończeniem 15 roku życia doświadczyło wykorzystania fizycznego i/lub seksualnego²⁸. Powszechne okazało się również występowanie zjawiska machizmu.

W oparciu o wyniki stwierdzono, iż w zapobieganiu przemocy związanej z randkami, a także w budowaniu sprzyjającego klimatu w szkołach kluczowe jest wsparcie rówieśników i nauczycieli²⁹. Pozytywne doświadczenia szkolne mogą być czynnikiem chroniącym w konfrontacji z potencjalnym nawiązaniem relacji negatywnej, opartej na przemocy. Doświadczenia te, dając uogólnione poczucie bezpieczeństwa, mogą być ważnym środkiem wspierania dzieci i młodzieży przed nawiązywaniem relacji, w których ich fizyczność i dobrostan seksualny byłyby zagrożone³⁰. Pokazują to również wyniki poprzednich badań³¹. Dobry klimat w szkole chroni uczniów m.in. przed przedwczesną aktywnością seksualną oraz zmniejsza ryzyko niechcianej ciąży i chorób przenoszonych drogą płciową. Ponadto, bezpieczny klimat w szkole sprzyja swobodnym rozmowom na tematy związane z edukacją seksualną, w tym te

²⁵ Policy brief, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/guides_docs/d4.7_policy_brief.pdf, dostęp dnia: [listopad 2019], s. 3.

²⁶ Pérez-Martínez M. i in., *The Role of...*, s. 4.

²⁷ Tamże.

²⁸ Policy brief..., s. 3.

²⁹ Jankowiak B. i in., *The Role of...*, s. 1.

³⁰ Tamże, s. 9.

³¹ Peterson A. J, Donze M., Allen E., Bonell C., Effects of Interventions Addressing School Environments or Educational Assets on Adolescent Sexual Health: Systematic Review and Meta-analysis., w: *International Perspectives on Sexual and Reproductive Health...*, 2018, Tom 44, Nr 3, s. 111-131.

dotyczące wykorzystywania seksualnego, a także przeciwdziałania agresji w szkole i w związkach intymnych³².

Należy tu jednak zaznaczyć, iż tworzone relacje z rówieśnikami z klasy szkolnej nie zawsze chronią przed doznaniem poza terenem szkoły przemocy w sferze fizycznej, ale z pewnością tworzą istotne wsparcie w sferze psychicznej, emocjonalnej. Jednym z częstszych wniosków z poprzednich badań, w tym dotyczących kobiet doświadczających przemocy w związkach intymnych, jest to, że wsparcie społeczne zapobiega lub łagodzi psychologiczne skutki bycia ofiarą przemocy (większe wsparcie społeczne m.in. zmniejsza ryzyko depresji i ogólne poczucie niepokoju ofiar)³³. Wsparcie społeczne więc, nawet jeśli na pewnym etapie czy w danej relacji nie będzie dość wystarczające, by ochronić jednostkę przed doznaniem przemocy, spełni inną, ważną rolę - pomoże w bardziej skuteczny sposób poradzić sobie z jej psychologicznymi konsekwencjami.

“Lights4Violence” - opis programu

Program “*Lights4Violence*” został podzielony na dwie główne części. Pierwsza z nich, część edukacyjna, zawiera dwa moduły:

1. Zasoby dla pozytywnego rozwoju młodzieży i wzmacniania zdrowych relacji partnerskich.
2. Kompetencje, które wzmacniają zdrowe relacje partnerskie.

W **module 1.** ćwiczenia obejmowały:

- identyfikowanie zdrowia i dobrostanu na zdjęciach;
- zrozumienie roli zasobów dla rozwoju - czym są i gdzie się znajdują?;
- łączenie zasobów rodziny, szkoły i środowiska z zasobami osobistymi;
- rekonstrukcję historii;
- odkrywanie zasobów dla pozytywnych relacji.

Moduł 2. skupiał się na ćwiczeniach o następującej tematyce i aktywnościach:

- mit czy rzeczywistość?;
- demaskowanie fałszywych przekonań;
- dziesięć cech zdrowej relacji partnerskiej;
- technika gniecienia papieru - praca ze złością;
- technika BROEV w rozwiązywaniu problemów;
- style komunikacyjne i empatia;

³² Tamże.

³³ Jankowiak B., *The Role of...*, s. 9-10.

- wzmacnianie samooceny;
- tworzenie “opowieści”³⁴.

Druga część programu odbyła się w formie zajęć artystycznych, podczas których przeprowadzone zostały warsztaty filmowe. Uczniowie przygotowywali kilkunastominutowe filmy dotyczące tematu projektu. W Polsce od listopada 2018 do marca 2019 odbyło się od 10 do 12 godzin dydaktycznych zajęć dla każdej grupy uczniów prowadzonych przez przeszkolonych wcześniej nauczycieli ze szkół biorących udział w projekcie. W warsztatach filmowych uczestniczył nauczyciel prowadzący warsztaty i wspierający projekt specjalista w obszarze aktorstwa, reżyserii oraz montażu filmów³⁵.

Szczegółowy opis poszczególnych zajęć w języku polskim znajduje się w “Podręczniku ćwiczeń” dostępnym pod adresem www.lights4violence.eu/manuals.

Nauczyciele i osoby prowadzące warsztaty mogą także skorzystać ze specjalnego przewodnika, w którym opisane są najważniejsze informacje dotyczące projektu i podejmowanych aktywności (http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/guides_docs/uam_teaching-guideline-polandfinal.pdf).

Ćwiczenia i aktywności zawarte w obu częściach programu koncentrowały się na kształtowaniu pozytywnych postaw u młodych ludzi wobec rodziny, przyjaciół, partnerów i całej otaczającej ich społeczności. Podstawową zasadą było rozpoznanie potencjału każdej osoby do poprawy własnego zdrowia, dobrego samopoczucia oraz zapobiegania wchodzenia i trwania w dysfunkcyjnych relacjach z innymi³⁶. Działania te miały na celu głównie:

- Umożliwienie nastolatkom zrozumienie roli czynników chroniących (zasobów) w kontekście występowania przemocy w relacjach intymnych, a także umiejętność rozpoznawania ich w sobie, w rodzinie, w szkole i w innych środowiskach oraz nauczenie się korzystania z nich.
- Edukację i podnoszenie świadomości dotyczącej znaczenia pozytywnych relacji międzyludzkich opartych na poczuciu własnej wartości i zaufaniu.

³⁴ Davó-Blanes M. C. i in., Podręcznik ćwiczeń., http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/guides_docs/po_drecznik_swiczenia_z_komiksami_end_0.pdf.

³⁵ <http://www.lights4violence.eu>, dostęp dnia: [01.07.2019].

³⁶ Policy brief..., s. 1, za: Benson P. L., Scales P. C., Hamilton S. F., Sesma Jr. A., Positive Youth Development: Theory, Research, and Applications., w: Damon W., *Handbook of Child Psychology.*, New York, USA 2007, Wiley.

- Wspieranie nastolatków w przeciwstawianiu się seksistowskim postawom, tolerowaniu przemocy uwarunkowanej płcią oraz na tle seksualnym.
- Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z problemami i konfliktami poprzez komunikację interpersonalną, mediacje i negocjacje.
- Umożliwienie młodym ludziom dochodzenia swoich praw w atmosferze szacunku i ochrony przed relacjami ryzykownymi oraz nadużyciem w związkach³⁷.

Rozwijane podczas warsztatów umiejętności dotyczyły:

- obalania mitów i irracjonalnych przekonań (niektóre z przekonań młodych ludzi na temat miłości wiąże się z mitami miłości romantycznej znanej z filmów czy książek; może to negatywnie wpływać na ich doświadczenia i generować nierealne oczekiwania, a w konsekwencji frustrację, gdy rzeczywisty związek będzie się różnił od tego znanego z fikcji);
- gniewu, samokontroli i rozwiązywania problemów (w okresie dojrzewania występuje wiele zmian fizycznych i emocjonalnych, a radzenie sobie ze związanymi z nimi stanami jest stałym wyzwaniem dla nastolatków; rozwój umiejętności związanych z samokontrolą pozwala młodzieży na podejmowanie skutecznych zachowań w nowych i trudnych dla nich sytuacjach);
- umiejętności społeczne, komunikacja, asertywność i samoocena (agresywne zachowania i złość często wynikają z braku asertywności, co charakteryzuje ludzi z niższym poziomem samokontroli i gorszymi społecznymi umiejętnościami radzenia sobie z problemami; konieczne jest więc nauczanie uczniów, w jaki sposób jasno i wprost komunikować się i wypowiadać w konstruktywny sposób)³⁸.

W ramach doskonalenia opisanych powyżej umiejętności, rozwijano też następujące zasoby:

- pozytywny język (komunikowanie się w pozytywny sposób, które jest niezbędny do zrozumienia emocji i radzenia sobie z nimi, pozwala ustalać i osiągać pozytywne cele, odczuwać i okazywać empatię wobec innych, budować i utrzymywać pozytywne relacje oraz podejmować odpowiedzialne decyzje);

³⁷ Przewodnik do warsztatów dotyczących przeciwdziałania przemocy w związkach intymnych nastolatków, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/guides_docs/uam_teaching-guideline-polandfinal_0.pdf, dostęp dnia: [16.04.2020], s.1.

³⁸ Tamże, s. 2.

- promocja zdrowia w relacjach, w tym w związkach intymnych (zdrowe intymne relacje oparte są na równości i szacunku, a nie władzy i kontroli; ważne jest więc, aby zachęcać nastolatków do myślenia o tym, jak traktują i jak chcą być traktowani przez osobę, na której im zależy).

Ponadto, każda zdrowa relacja powinna zawierać cechy takie jak:

- wzajemny szacunek (docenianie tego, kim jest nasza partnerka/nasz partner i szanowanie jej/jego granic);
- zaufanie i wsparcie (partnerzy powinni ufać sobie wzajemnie i dostrzegać obopólne korzyści z dzielenia się różnymi swoimi wątpliwościami; dobrze funkcjonująca para czuje się bezpiecznie dzieląc się osobistymi myślami i uczuciami bez zazdrości i zaborczości);
- uczciwość (buduje ona zaufanie i wzmacnia relacje);
- indywidualność (żadna ze stron w związku nie powinna czuć się zobowiązana do kompromisu w obszarze tego kim jest, a jej/jego tożsamość nie powinna opierać się wyłącznie na partnerce/partnerze; każdy powinien nadal spotykać się z przyjaciółmi i robić to, co kocha);
- dobra komunikacja (oparta na uczciwości, otwartości, wyjaśnianiu problemów, określaniu uczuć i wspólnej pracy nad wzajemnie satysfakcjonującymi rozwiązaniami oraz w celu uniknięcia nieporozumień);
- uczciwa kłótnia (prowadzenie sporów w różnych momentach trwania związku jest naturalne, ale ci, którzy są uczciwi, trzymają się tematu, unikają zniewag i poszukują możliwych rozwiązań);
- zrozumienie (każda z osób w związku powinna poświęcić trochę czasu na zrozumienie tego, co czuje druga osoba);
- pewność siebie (pomaga partnerom w budowaniu ich relacji, bo dzięki niej mają szansę poczuć się komfortowo i bezpiecznie, a tym samym pozwalają wyrażać swoje opinie bez zmuszania do przyjmowania własnego zdania);
- zdrowa relacja seksualna (brak poczucia presji lub przymusu do angażowania się w aktywność seksualną, która wykraczałaby poza jej/jego strefę komfortu lub jej/jego zgodę)³⁹.

Opinie nauczycieli i uczniów o programie

Proces ewaluacji programu *“Lights4Violence”* objął próbę utworzoną z 174 ankiet z 33 grup uczniów w 6 liceach w 6 krajach biorących udział w projekcie. Kwestionariusze zostały przesłane i wypełnione drogą online. Ze-

³⁹ Tamże, s. 2-3.

brane informacje dotyczyły: czasu trwania wypełnienia, a także zapytania o wdrożenia i satysfakcje ze spotkań. Kwestionariusze zostały wypełnione samodzielnie przez instruktorów przeprowadzających szkolenia. Przysługiwał jeden kwestionariusz na jedną sesję z daną grupą uczniów⁴⁰.

Na podstawie pierwszych wyników można wnioskować, iż program „*Lights4Violence*” został pozytywnie oceniony zarówno przez nauczycieli jak i przez uczniów biorących w nim udział. Nauczyciele szczególnie docenili drugą część programu, podczas której przeprowadzone zostały warsztaty filmowe. Zauważyli, że uczniowie w trakcie tej części warsztatów byli bardzo zmotywowani i zaangażowani; przyznali również, iż przed udziałem w programie nie pomyśleli o omawianiu podczas zajęć z uczniami problemu dotyczącego przemocy na randkach⁴¹. Uczniom szczególnie do gustu przypadły zajęcia opisywane jako „kreatywne” i „interaktywne”, a były to m.in.: praca w grupach (szczególnie te nastawione na wyrażanie emocji) oraz aktywności związane z tworzeniem scenariuszy, fabułą i aktorstwem⁴².

Po przeprowadzeniu warsztatów w szkołach objętych programem, zauważono wzrost poczucia przynależności uczniów. Poprawiła się komunikacja między rówieśnikami; zakończeniu uległy także niektóre spory, które występowały między uczestnikami przed wprowadzeniem programu⁴³. Uczniowie poproszeni o refleksje po dwóch modułach zajęć, wskazali na kilka umiejętności, których się nauczyli. Były to m.in.:

- szanowanie wszystkich w ten sam sposób;
- jak postępować w skomplikowanych związkach o charakterze randkowym;
- jak nie być zazdrosnym w relacji randkowej;
- przemoc nie jest odpowiedzią na problemy⁴⁴.

Potwierdzają to także następujące cytaty uczniów:

- „*Projekt był pożyteczny i stymulujący.*”;

⁴⁰ Forjaz M. J., Process indicators results, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/annex_3_wp_3_indicators_isciii.pdf, s. 3.

⁴¹ Policy brief..., s. 3.

⁴² Tamże.

⁴³ Tamże.

⁴⁴ Tamże, s. 4.

- „Zdałem sobie sprawę, że można rozwiązywać problemy bez przemocy.”;
- „Nauczyłem się kontrolować moje agresywne instynkty i lepiej żyć w związku.”;

a także:

- „Na początku nie podobał mi się ten projekt, ale polubiłem pracę w grupach.”;
- „Za dużo ćwiczeń, chociaż niektóre z nich były bardzo ciekawe.”⁴⁵.

Zebrane do tej pory refleksje nauczycieli oraz uczniów biorących udział w projekcie pozwoliły wprowadzić w nim pozytywne i konstruktywne zmiany. Nauczyciele wyrazili chęć spędzenia większej ilości czasu na opracowywaniu kompleksowego programu, a także potrzebę odbycia kolejnych kursów szkoleniowych dotyczących sytuacji związanej z przemocą na randkach wśród uczniów⁴⁶. Sugerowane zmiany dotyczyły m.in. wydłużenia czasu poszczególnych zajęć czy wprowadzenia większej dynamiki w niektóre z aktywności. Sposobem na dużą liczbę zajęć przy małej ilości czasu może być zintegrowanie niektórych ćwiczeń. Wskazano również na umożliwienie uczniom samodzielnego wyboru tematów poszczególnych sesji⁴⁷.

Za najlepszą sesję została uznana sesja nr 1 z modułu 2. Jej głównym tematem było obalanie mitów i irracjonalnych przekonań. Została wybrana za najlepszą na podstawie bardzo wysokiego poziomu uwagi i uczestnictwa uczniów, łatwych do zrozumienia treści oraz wysokiej satysfakcji zarówno uczniów jak i nauczycieli⁴⁸. Najgorzej wypadły sesja nr 3 z modułu 1. oraz sesja nr 2 z modułu 2., które dotyczyły kolejno: identyfikacji zasobów, które wspierają funkcjonowanie zdrowych związków partnerskich oraz złości, samokontroli i rozwiązywania problemów. Tu zwrócono uwagę szczególnie na niski poziom uwagi i uczestnictwa uczniów, trudne do zrozumienia treści oraz niską satysfakcję nauczycieli (moduł 1. sesja nr 3) i uczniów (moduł 2. sesja nr 2)⁴⁹.

⁴⁵ Tamże.

⁴⁶ Tamże.

⁴⁷ Forjaz M. J., *Process indicators...*, s. 24-27.

⁴⁸ Tamże, s. 28.

⁴⁹ Tamże, s. 29.

Działania wspierające osobiste strategie i zasoby uczniów mają na celu wspieranie rozwoju ich umiejętności społecznych (są to m.in. empatia, autentyczny dialog, rozwiązywanie problemów czy zarządzanie konfliktami). W trakcie programu promowane były także inne działania uzupełniające, takie jak: niestosowanie przemocy, walka z seksizmem i postawy dotyczące równości płci. Ważną rekomendacją jest stworzenie bazy danych zawierającej dobre praktyki i dane wyjściowe projektu oraz promowanie treści dotyczących przemocy w ramach podstawowego szkolenia przyszłych nauczycieli na różnych etapach kształcenia uniwersyteckiego⁵⁰.

Literatura:

- Forjaz M. J., Process indicators results, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/annex_3_wp_3_indicators_isciii.pdf.
- Gullotta T. P., Plant R. W., Evans M. A., Handbook of Adolescent Behavioral Problems. Evidence-Based Approaches to Prevention and Treatment, Connecticut, USA, 2015, wyd. Springer.
- Grygorczuk A., Dzierżanowski K., Kiluk T., Mechanizmy psychologiczne występujące w relacji ofiara - sprawca przemocy., w: *Psychiatria*, 2009, Tom 6, Nr 2, s. 61-65.
- Helios J., Jedlecka W., *Współczesne oblicza przemocy. Zagadnienia wybrane.*, Wrocław 2017, E-Wydawnictwo. Prawnicza i Ekonomiczna Biblioteka Cyfrowa. Wydział Prawa, Administracji i Ekonomii Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Jankowiak, B. Kompetencje socjoterapeuty – wybrane zagadnienia, *Studia Edukacyjne*, 2015, 37, 289-311
- Jankowiak B., Jaskulska S., Sanz-Barbero B., Ayala A., Pyżalski J., Bowes N., De Claire K., Neves S., Topa J., Rodríguez-Blázquez C., Davó-Blanes M. C., Rosati N., Cinque M., Mocanu V., Ioan B., Chmura-Rutkowska I., Waszyńska K., Vives-Cases C., The Role of School Social Support and School Social Climate in Dating Violence Victimization Prevention among Adolescents in Europe., w: *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020, Tom 17, Nr 23.
- Jankowiak B., Soroko, E., Wybrane problemy diagnozy opisowej w socjoterapii - aspekty teoretyczne oraz związki z funkcjonowaniem zawodowym socjoterapeutów, *Studia Edukacyjne*, 2014, 33, 165-187.

⁵⁰ Policy brief..., s. 4.

- Jankowiak, B. *Zachowania ryzykowne współczesnej młodzieży. Studium teoretyczno-empiryczne*, Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM, 2017
- Krug E. G., Dahlberg L. L., Mercy J., Zwi A., Lozano R., *Informe mundial sobre la violencia y la salud.*, Revista do Instituto de Medicina Tropical de São Paulo 2003, V. 45, N. 3.
- Lights, camera and action. Against dating violence (Lights4Violence), <http://www.lights4violence.eu>, dostęp dnia: [01.07.2019].
- Moral de la Rubia J., Ramos Basurto S., Machismo, victimización y perpetración en mujeres y hombres mexicanos. Estudios sobre las culturas contemporáneas., w: *Estudios sobre las culturas contemporáneas.*, 2016, Nr 43, 37-66.
- Peterson A. J., Donze M., Allen E., Bonell C., Effects of Interventions Addressing School Environments or Educational Assets on Adolescent Sexual Health: Systematic Review and Meta-analysis., w: *International Perspectives on Sexual and Reproductive Health.*, 2018, Tom 44, Nr 3, s. 111-131.
- Pérez-Marco A., Soares P., Davó-Blanes M. C., Vives-Cases C., *Identifying Types of Dating Violence and Protective Factors among Adolescents in Spain: A Qualitative Analysis of Lights4Violence Materials.*, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/ijerph-17-02443-v2_2.pdf, dostęp dnia: [03.04.2020].
- Pérez-Martínez M., Sanz-Barbero B., Ferrer-Cascales R., Bowes N., Ayla A., Sánchez-SanSegundo M., Albaladejo-Blázquez N., Rosati N., Neves S, Pereira Vieira C., Jankowiak B., Waszyńska K., Vives-Cases C., The Role of Social Support in Machismo and Acceptance of Violence Among Adolescents in Europe. Lights4Violence Baseline Results., w: *Journal of Adolescent Health.*, 2020.
- Policy brief, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/guides_docs/d4.7_policy_brief.pdf, dostęp dnia: [listopad 2019].
- Przewodnik do warsztatów dotyczących przeciwdziałania przemocy w związkach intymnych nastolatków, http://www.lights4violence.eu/sites/default/files/guides_docs/uam_teaching-guidelin-e-polandfinal_0.pdf, dostęp dnia: [16.04.2020].
- Soroko E., Jankowiak B., Shaping Social and Psychological Competencies or Intervening in a Crisis? Sociotherapists' Experiences of Helping Adolescents in Poland, *International Journal for the Advancement of Counseling*, Published online: 12 June 2020, 2020, s. 1-17, DOI:10.1007/s10447-020-09405-x.

- Tarka P., Własności 5- i 7-stopniowej skali likerta w kontekście normalizacji zmiennych metodą Kaufmana i Rousseeuwa., w: Jajuga K., Walesiak M., *Taksonomia 25. Klasyfikacja i analiza danych - teoria i zastosowania.*, Wrocław 2015, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu.
- Vives-Cases C., Sanz-Barbero B., Ayala A., Pérez-Martínez V., Sánchez-San-Segundo M., Jaskulska S., Antunes das Neves A. S., João Forjaz M., Pyżalski J., Bowes N., Costa D., Waszyńska K., Jankowiak B., Mocanu V., Davó-Blanes M. C., Dating Violence Victimization among Adolescents in Europe: Baseline Results from the Lights4Violence Project., w: *International Journal of Environmental Research and Public Health.*, 2021, Tom 18, Nr 4.

Adrianna Brzezińska

lic. pedagożka, studiuje na 2 roku II stopnia na kierunku Pedagogika o specjalności Socjoterapia i Promocja Zdrowia na Wydziale Studiów Edukacyjnych UAM w Poznaniu