DE ROLS DISFUNCIONALS A ROLS SALUDABLES

PERSONA EN ROL DE VÍCTIMA

NECESSITA:
protecció | validació | seguretat | suport



POT APARÈIXER:
por | tristesa | vergonya | culpa | aïllament

PODEM AJUDAR:
escoltar sense culpabilitzar | protegir | acompanyar | tornar | capacitat de decisió

Per obrir conversa

Què necessites ara?

Què t'ajudaria a sentir-te més segur/a?

PERSONA EN ROL D'AGRESSOR/A

NECESSITA:
límits clars | comprendre el mal | connectar amb el malestar | aprendre altres maneres de relacionar-se



POT APARÈIXER:
intimidació | burla | domini | dificultat per reconèixer el malestar

PODEM AJUDAR:
aturar la violència amb fermesa | no criminalitzar | separar conducta i identitat | oferir alternatives saludables

Per obrir conversa

Què estàs intentant aconseguir?

Què necessites per aturar ara?

PERSONA EN ROL D'ESPECTADOR/A

NECESSITA
comprendre que la resposta influeix | sentir-se segura per posicionar-me | conèixer formar de demanar ajuda



POT APARÈIXER:
silenci | evitar mirar | bloqueig | por a intervenir

PODEM AJUDAR:
validar la inseguretat | denormalitzar la violència | oferir maneres segures dactuar | reforçar qualsevol gest d'ajuda

Per obrir conversa

Què podries fer sense posar-te en risc?

A qui podries demanar ajuda?

ELS ROLS NO SÓN IDENTITATS

Una persona pot canviar de posició segons el moment, el grup i el context.
Parlem de conductes i necessitats, no d'etiquetes.

PDA BULLYING Plataforma

Amb el suport de l'Ajuntament de Barcelona: Barcelona

#ESSBCN2030 #SomESS

CC BY NC ND