PUTEREA EXEMPLULUI

Vrei să știi cum poți ajuta o persoană care a trecut prin violență?

Acum poți face gratuit un curs online, disponibil în patru limbi, care te îndrumă cum să oferi sprijin inițial, empatic și corect - fără să rănești și fără să te simți neputincios / neputincioasă în fața unei situații delicate.

Ce vei învăța:

- Cum să recunoști semnele violenței
- Cum să oferi sprijin inițial sigur și empatic, fără să judeci
- Cum să comunici și ce cuvinte să eviți
- Cum să acționezi fără să dăunezi
- Ce servicii sunt disponibile

Scanează codul QR și alege limba preferată pentru a începe cursul.

Disponibil în:

Română | Rusă | Ucraineană | Engleză

Recomandat pentru:

Cursul se adresează tuturor celor care vor să înțeleagă cum pot oferi sprijin inițial, empatic și corect unui supraviețuitor sau unei supraviețuitoare a violenței bazate pe gen.



CE TREBUIE SĂ FACI

- Crede supraviețuitorul/oarea.
- Asigură supraviețuitorul/oarea că nu este vina lui/ei.
- Oferă sprijin practic și grijă imediată (ex.: apă, un loc liniștit, sprijin emoțional).
- Ascultă cu empatie, fără să pui întrebări suplimentare.
- Pune deoparte judecățile personale.
- Respectă dreptul supraviețuitorului/supraviețuitoarei de a lua propriile decizii.
- Oferă informații clare și corecte despre serviciile disponibile.
- În caz de viol, informează despre posibilitatea de a accesa îngrijire medicală în primele 72 de ore.
- Dacă este vorba despre un copil, asigură-te că interesul său superior este prioritar.
- Preferabil, copilul ar trebui să aleagă adultul de încredere care îl va însoți.
- Obține consimțământul informat înainte de orice referire sau acțiune.

CE NU TREBUIE SĂ FACI

- Nu pune presiune pentru a obține informații sau detalii.
- Nu te îndoi și nu contrazice supraviețuitorul/oarea.
- Nu investiga, nu oferi sfaturi și nu încerca să afli ce s-a întâmplat.
- Nu media între supraviețuitor/oare și agresor sau alte persoane (ex. familie).
- Nu nota și nu distribui informații personale sau despre incident.
- Nu presupune ce își dorește sau de ce are nevoie supraviețuitorul/oarea.
- Acțiunile grăbite pot duce la risc suplimentar, stigmatizare sau vătămare.
- Odată ce cazul a fost referit, nu mai cere informații și nu contacta supraviețuitorul/oarea direct.

PRINCIPII ESENȚIALE: ABORDAREA CENTRATĂ PE SUPRAVIEȚUITOR/OARE

- Prioritizează nevoile, dorințele și deciziile exprimate de supraviețuitor/oare.
- Asigură-te că supraviețuitorul/oarea participă și ia decizii legate de accesul la servicii și partajarea informațiilor.
- Nu învinui NICIODATĂ supraviețuitorul/oarea.
- Fii răbdător, un bun ascultător, și nu fi critic.
- Nu distribui informații către alte persoane fără consimțământul informat.

GĂSEȘTE MAI MULTE SFATURI PRACTICE ȘI EXEMPLE CONCRETE ÎN ACEST GHID, DISPONIBIL ÎN LIMBILE

ROMÂNĂ RUSĂ UCRAINEANĂ