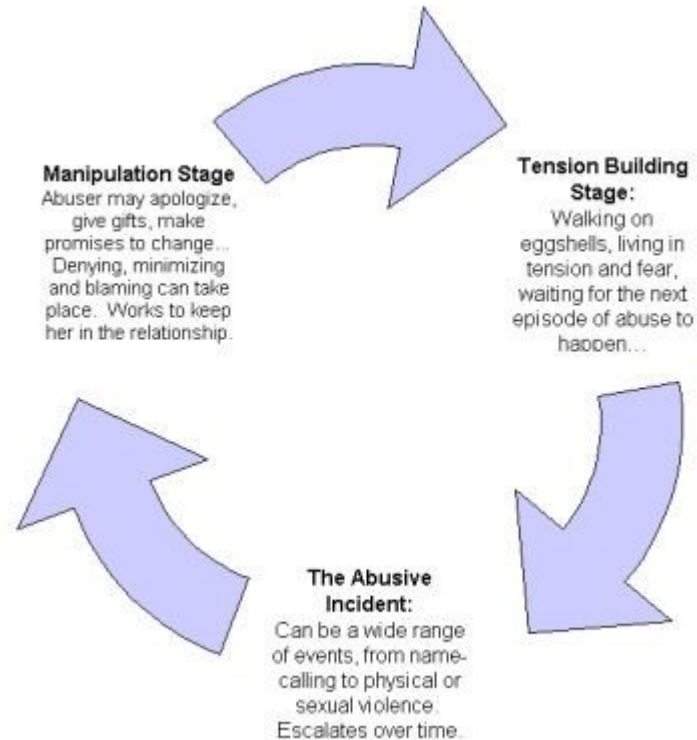


EZEK CSAK SZAVAK?

Bakó Panna 2017.11.09
Weapon of Choice

A bántalmazás

- Bántalmazás típusai



“I think the overall goal [of Weapon of Choice], in my view, would be to shine a light on the fact that, when we’re focusing on bullying as a society, we focus on actual physical abuse,” Johnson said in a phone interview with The Huffington Post. “It gets a lot of attention when a father abuses his son, daughter or wife, but I think the issue goes back deeper. Before they actually choose to put their hands on someone, there’s more verbal abuse leading up to it.”

Verbális bántalmazás

„A testi sértésekről készíthető láttelel, így az is megállapítható, hogy hány napon belül gyógyulnak, de ki mondja meg egy szóról, egy hangsúlyról, egy vállvonogatásról vagy egy röhögésről, hogy meddig lehet utána életben maradni, s miféle belső vérzésekbe hal bele ilyenkor az ember?” (Ancsel Éva)

Verbális bántalmazás

- "I didn't know that the way my mother talked to me wasn't the way other mothers talked to their daughters. I was an only child, and her constant criticism and putting me down made me feel terrible about myself, and it made me double my efforts to please her. More than anything, I wanted my mother to be happy with me. I was probably 30 before I realized there was nothing normal about how she talked to me. Not that the recognition helped because I still wanted her to be happy with me. At 50, I'm still trying to recover." — Aileen

Hogyan ismerhető fel?

- - *fájdalmat okoz és rendszerint a partner képességeit támadja*
- - *látható módon megnyilvánuló vagy rejtett*
- - *manipulatív és uralkodó*
- - *alattomos*
- - *kiszámíthatatlan*
- - *maga a probléma*
- - *kettős üzenete van*
- - *rendszerint eszkalálódik, egyre intenzívebbé, gyakoribbá, változatosabbá válik*

Kategóriák

- Megtagadás
- Ellenkezés
- Figyelman kívül hagyás
- Viccelődésnek álcázás
- Blokkolás
- Elterelés
- Szemrehányás
- Fenyegetés
- Gúnyolódás

Hol fordulhat elő?

- Párkapcsolat
- Szülő-gyermek
- Iskola
- Munkahely



Iskola

Mindennapos konfliktus	Iskolai bántalmazás (bullying)
Esetleges, alkalmoszerű	Ismétlődő
Nem előre megtervezett, a pillanat hevében bontakozik ki	Tervezett, célzott, szándékos
Az érzelmek intenzitása mindkét félnél közel azonos	Az áldozat érzelmei sokkal intenzívebbek, mint a bántalmazóé
Mindkét fél megoldásra törekszik	A bántalmazó igyekszik kontrollt gyakorolni áldozata fölött
A felek egymáshoz való viszonyában az erőegyensúly nem bomlik fel	A bántalmazó határozott célja az erőegyensúly megbontása
Mindkét fél felelősnek érzi magát a konfliktus kialakulásáért	Az áldozat hibáztatása a kialakult helyzetért
A felek hajlandók erőfeszítéseket is tenni, hogy elsimítsák a konfliktust	A bántalmazó nem hajlandó erőfeszítéseket tenni a helyzet megoldására

Kutatási eredmények

- Erőteljesebben válaszolunk a minket ért kritikákra, mint dicséretekre
- Vajon az egyik szülő szeretetteljes viselkedése mérsékli-e a másik szülő által okozott károkat?
- Öt pozitív mozzanat szükséges ahhoz, hogy egy elkövetett baklövésen javítani tudjunk
- Verbális agresszió következménye a szürkeállomány strukturális változása
- A szociális elutasítás érzése ugyanazokat az idegpályákat aktiválja, amelyek fizikai fájdalom esetén jönnek ingerületbe

Következmények

- Maladaptívnek viselkedések
- Mentális-szomatikus panaszok
- Viselkedészavarok
- Kötődési és érzelemszabályozási képességek ellehetetlenítése
- Elkövetők gyakran fel nem ismert áldozatok



Mit tehetünk?

- Prevenció
- Intervenció

Köszönöm a figyelmet!