

המלצה רביעית:

להציג את החלופה הנשאפת – ביטחון אישי בזוגיות

מדוע זה חשוב?

אחת הדרכים לחזק את ההנעה לפעולה היא להציג חלופה רצויה למצב הקיים. חלופה כזו עוזרת לזהות יחסי זוגיות בהם קיימת אלימות (יחסים בהם לא קיימת תחושת ביטחון אישי) וגם מציעה אופק, אליו אנו שואפות ושואפים.

אחד הקשיים בזיהוי מצב של אלימות בזוגיות נובע מכך שלא מדובר בתופעה אחת אחידה ולא תמיד יש קו ברור אחד שחצייה שלו מעידה על אלימות. לא כל זוגיות שאינה זוגיות מאושרת וטובה היא זוגיות שיש בה אלימות, ולא כל זוגיות שיש בה אלימות, אין בה אהבה. לכן מוצע להגדיר את המצב הרצוי כזוגיות שיש בה ביטחון אישי לשני בני הזוג.

מה לעשות?

- כשאתם מזכירים או מתארים את בעית האלימות בזוגיות, חשוב להזכיר גם את החלופה הרצויה- זוגיות שיש בה ביטחון אישי לשני בני הזוג.
- להשתמש בביטויים שימחישו מה זה ביטחון אישי בזוגיות: העדר תחושת פחד מבן הזוג, אפשרות לבטא צרכים ורצונות, יכולת לשלוט בהחלטות אישיות. חשוב להתאים את הביטויים הספציפיים לקבוצת הגיל או לקבוצה החברתית/תרבותית.
- כדאי לחזק את המוטיבציה לנקיטת פעולה מצד בלתי מעורבים באמצעות האמירה: **בטחון אישי של היקרים והיקרות לנו.**