1) ΘΥΜΑΤΑ ΒΙΑΣ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΗΘΩΣ ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΔΥΝΑΜΟ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ (ΜΥΘΟΣ)
Δεν υπάρχει κάποιος ιδιαίτερος «τύπος» ανθρώπου που είναι πιο πιθανό να πέσει θύμα κακοποίησης ή βίας: μπορεί να συμβεί στην καθεμιά και στον καθένα. Πολύ δυνατοί χαρακτήρες μπορεί να υποστούν εκφοβισμό επειδή είναι καινούργιοι/-ες στο σχολείο και δεν έχουν ακόμα ένα δίκτυο φιλικών σχέσεων. Μπορεί επίσης να στοχοποιηθούν εξαιτίας των πεποιθήσεων ή των απόψεών τους ή επειδή διαφέρουν από το σύνολο κατά κάποιον άλλο τρόπο. Τελικά, αυτό που προκαλεί τη βία δεν είναι κάποιο στοιχείο του χαρακτήρα ή της συμπεριφοράς του θύματος. Η βία είναι πάντα επιλογή του ατόμου που την ασκεί.

2) Η ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΣΟΒΑΡΗ ΑΠΟ ΤΗ ΛΕΚΤΙΚΗ (ΜΥΘΟΣ)
Η λεκτική κακοποίηση μπορεί να είναι εξίσου επώδυνη και τρομακτική με τη σωματική. Το να μας υποτιμούν ή να μας πειράζουν συνεχώς μπορεί να προκαλέσει μακροπρόθεσμα ψυχικά και συναισθηματικά τραύματα, τα οποία μπορεί να είναι εξίσου καταστροφικά με εκείνα που θα προκαλούσαν εμπειρίες σωματικής κακοποίησης.

3) ΟΙ ΒΙΑΙΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΟΜΑ ΠΟΥ ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΕΛΕΓΞΟΥΝ ΤΟ ΘΥΜΟ ΤΟΥΣ: ΕΙΝΑΙ, ΔΗΛΑΔΗ, ΜΙΑ ΣΤΙΓΜΙΑΙΑ ΑΠΩΛΕΙΑ ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΥ (ΜΥΘΟΣ)
Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν χρησιμοποιούν βία όταν θυμώνουν. Οι βίαιοι ή βάναυσοι άνθρωποι δεν είναι απλά «εκτός εαυτού». Αντίθετα, επιλέγουν συνειδητά να είναι βίαιοι και, επιπλέον, διαλέγουν το θύμα τους.

4) ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΥ ΥΦΙΣΤΑΝΤΑΙ ΔΙΑΡΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΔΕΝ ΤΟ ΚΑΤΑΓΓΕΛΛΟΥΝ, ΜΑΛΛΟΝ ΘΕΛΟΥΝ ΝΑ ΣΥΝΕΧΙΣΤΕΙ (ΜΥΘΟΣ)
Υπάρχουν πολλοί λόγοι για τους οποίους οι άνθρωποι δεν καταγγέλλουν την κακοποίηση. Μπορεί να φοβούνται το δράστη, μπορεί να φοβούνται ότι δεν θα τους πιστέψουν ή ότι αν μιλήσουν σε κάποιον/-α η κατάσταση θα γίνει χειρότερη. Μπορεί επίσης να ντρέπονται ή ακόμα και να νομίζουν ότι ευθύνονται οι ίδιοι/-ες για την κακοποίηση, ότι έκαναν κάτι που την προκάλεσε. Χωρίς υποστήριξη από φίλους/-ες ή κάποιο ενήλικο άτομο που εμπιστεύονται, μπορεί να είναι πολύ δύσκολο να κάνουν το πρώτο βήμα για να μιλήσουν για την εμπειρία τους και να ζητήσουν βοήθεια.

5) ΤΟ ΚΑΚΟΒΟΥΛΟ ΚΟΥΤΣΟΜΠΟΛΙΟ ΚΑΙ Η ΔΙΑΔΟΣΗ ΑΡΝΗΤΙΚΩΝ ΦΗΜΩΝ ΕΙΝΑΙ ΜΟΡΦΕΣ ΒΙΑΣ (ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ)
Η διάδοση κακόβουλων κουτσομπολιών ή φημών είναι μια μορφή ψυχολογικής βίας και μπορεί να προκαλέσει μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στην ψυχική και συναισθηματική υγεία του θύματος.

6) ΕΙΝΑΙ ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΣΟΒΑΡΟ ΝΑ ΚΟΡΟΪΔΕΥΕΙΣ ΚΑΙ ΝΑ ΧΛΕΥΑΖΕΙΣ ΚΑΠΟΙΟΝ/-Α ΜΕΣΩ FACEBOOK ΠΑΡΑ ΚΑΤΑ ΠΡΟΣΩΠΟ (ΜΥΘΟΣ)
Η κακοποίηση με ηλεκτρονικά μέσα (είτε πρόκειται για SMS, email ή μέσα κοινωνικής δικτύωσης) είναι εξίσου σοβαρή όπως και όταν συμβαίνει κατά πρόσωπο.

7) ΕΙΝΑΙ ΟΚ ΕΝΑ ΑΓΟΡΙ ΝΑ ΠΙΕΖΕΙ ΕΝΑ ΚΟΡΙΤΣΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΣΕΞ ΕΑΝ ΒΓΑΙΝΟΥΝ ΜΑΖΙ (ΜΥΘΟΣ)
Κανένα άτομο δεν πρέπει να πιέζεται ή να εξαναγκάζεται να κάνει σεξ, ανεξάρτητα αν έχει κάποια σχέση ή όχι. Ο εξαναγκασμός σε σεξουαλική δραστηριότητα είναι μια μορφή κακοποίησης και δεν έχει καμία σχέση με την αγάπη.

(Σημείωση για τον/τη συντονιστή/-ρια: κατά τη διάρκεια της συζήτησης, μπορείτε να αντιστρέψετε την πρόταση: Ένα κορίτσι επιτρέπεται να πιέζει το αγόρι με το οποίο βγαίνει να κάνουν σεξ)

8) Η ΣΟΒΑΡΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΣΗΣ ΕΧΕΙ ΥΠΕΡΤΟΝΙΣΤΕΙ: ΟΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΑΣΗΜΑΝΤΕΣ ΚΑΙ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΤΙΠΟΤΑ ΑΛΛΟ ΑΠΟ ΑΚΑΚΟ ΦΛΕΡΤ (ΜΥΘΟΣ)
Η σεξουαλική παρενόχληση μπορεί να είναι εφιαλτική. Δεν έχει καμία σχέση με φλερτ εκ μέρους του δράστη, αλλά αφορά κυρίως τον έλεγχο, την κυριαρχία και/ή την τιμωρία του θύματος. Παραδείγματα σεξουαλικής παρενόχλησης είναι οι άμεσες ή έμμεσες απειλές ή δωροδοκίες με αντάλλαγμα σεξουαλική δραστηριότητα, σεξουαλικά υπονοούμενα και σχόλια, αστεία με σεξουαλικό περιεχόμενο, ανεπιθύμητα αγγίγματα ή άλλη σωματική επαφή ανεπιθύμητη επίδειξη υλικού με σεξουαλικό περιεχόμενο και απόπειρα ή πραγματοποίηση σεξουαλικής επίθεσης.

9) Η ΚΑΤΑΧΡΗΣΗ ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΟΥΣΙΩΝ ΕΙΝΑΙ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΒΙΑΣ (ΜΥΘΟΣ)
Παρόλο που το αλκοόλ και τα ναρκωτικά συνδέονται συχνά με τη βία, δεν μπορούν να μετατρέψουν ένα μη βίαιο άτομο σε βίαιο. Το βίαιο άτομο μπορεί να χρησιμοποιεί το αλκοόλ σαν δικαιολογία για τη βία που ασκεί ή το αλκοόλ μπορεί να τον/την εμποδίσει να συνειδητοποιήσει το επίπεδο βίας που ασκεί, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι το αλκοόλ είναι η αιτία της βίας. Πολλοί άνθρωποι κακοποιούν τις/τους συντρόφους τους χωρίς να έχουν καταναλώσει καθόλου αλκοόλ, ενώ υπάρχουν δράστες κακοποίησης που δεν πίνουν καθόλου.

10) Η ΒΙΑ ΣΤΙΣ ΣΥΝΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΣΥΝΗΘΙΣΜΕΝΗ ΜΕΤΑΞΥ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΠΑΡΑ ΜΕΤΑΞΥ ΝΕΩΝ (ΜΥΘΟΣ)
Η βία στις σχέσεις είναι εξίσου συνηθισμένη μεταξύ νέων όσο και μεταξύ ενηλίκων. Μπορεί να περιλαμβάνει συναισθηματική κακοποίηση, όπως όταν ελέγχεις ποια άτομα βλέπει ο/η σύντροφός σου ή τι φοράει, όταν ταπεινώνεις τη/το σύντροφό σου, τη/τον βρίζεις και απειλείς ότι θα «χωρίσετε» αν δεν φέρεται με έναν ορισμένο τρόπο. Μπορεί, επίσης, να περιλαμβάνει σωματική και σεξουαλική βία. Οι νέοι/-ες ίσως δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν ή να παραδεχτούν ότι αυτού του είδους η βία συμβαίνει και στις δικές τους σχέσεις επειδή οι περισσότερες καμπάνιες ευαισθητοποίησης εστιάζουν στη βία μεταξύ ενήλικων συντρόφων.

11) Η ΒΙΑ ΣΤΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΕΜΦΑΝΙΖΕΤΑΙ ΣΥΧΝΟΤΕΡΑ ΜΕΤΑΞΥ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΦΤΩΧΑ Η ΕΧΟΥΝ ΧΑΜΗΛΟ ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ (ΜΥΘΟΣ)
Η βία στις σχέσεις είναι διάχυτη σε όλα τα επίπεδα της κοινωνίας, στους πλούσιους και τους φτωχούς, και διαπερνά τα φυλετικά, εθνοτικά, κοινωνικοοικονομικά και θρησκευτικά σύνορα. Δεν υπάρχουν στοιχεία που να στηρίζουν την άποψη ότι τα άτομα με συγκεκριμένο κοινωνικοοικονομικό ή μορφωτικό υπόβαθρο είναι πιο πιθανό να έχουν εμπειρίες κακοποίησης, είτε ως θύματα είτε ως δράστες.

12) Η ΖΗΛΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΝΔΕΙΞΗ ΟΤΙ Ο/Η ΣΥΝΤΡΟΦΟΣ ΣΟΥ ΣΕ ΑΓΑΠΑΕΙ (ΜΥΘΟΣ)
Μερικοί άνθρωποι προκαλούν επίτηδες αντιδράσεις ζήλιας για να δουν αν ο/η σύντροφός τους ενδιαφέρεται πραγματικά γι' αυτούς. Ωστόσο, δεν πρέπει να συγχέουμε τη ζήλια με το αίσθημα της αγάπης. Μέχρις ενός σημείου, η ζήλια μπορεί να θεωρείται θεμιτό και αποδεκτό συναίσθημα σε μια συντροφική σχέση, αλλά συχνά χρησιμοποιείται για να δικαιολογήσει τον έλεγχο και/ή την κακοποίηση του ενός ατόμου από το άλλο. Πρόκειται για μια μορφή συναισθηματικής κακοποίησης και δεν αποτελεί απόδειξη ότι ο/η σύντροφός σου σε αγαπάει ή ότι νοιάζεται για σένα. Αντιθέτως, η υπερβολική ζήλεια είναι ένδειξη έλλειψης εμπιστοσύνης και ανασφάλειας.

13) ΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΦΟΡΕΣ ΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΒΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΠΟΥ ΝΤΥΝΟΝΤΑΙ Η ΣΥΜΠΕΡΙΦΕΡΟΝΤΑΙ (ΜΥΘΟΣ)
Κάθε γυναίκα και κάθε κορίτσι έχει το δικαίωμα να ντύνεται όπως θέλει και να επιλέγει τον ερωτικό της σύντροφο. Η φράση που ακούμε συνήθως είναι ότι μια γυναίκα «πήγαινε γυρεύοντας» επειδή ήταν ντυμένη ή φερόταν με τρόπο που θεωρείται «προκλητικός». Καμία γυναίκα δεν «γυρεύει» να της επιτεθούν σεξουαλικά, ό,τι κι αν φοράει, όπου κι αν πηγαίνει, με όποιον κι αν μιλάει ή κάνει παρέα. Η ιδέα ότι οι γυναίκες «πηγαίνουν γυρεύοντας» χρησιμοποιείται συχνά από τους δράστες μόνο και μόνο για να δικαιολογήσουν τη συμπεριφορά τους. Επίσης, επιρρίπτει την ευθύνη για το έγκλημα στο θύμα αντί για το δράστη.

(Σημείωση για τον/τη συντονιστή/-ρια: κατά τη διάρκεια της συζήτησης μπορείτε να αντιστρέψετε τη φράση: «Ορισμένες φορές τα αγόρια προκαλούν τη σεξουαλική βία με τον τρόπο που ντύνονται»)

14) ΌΤΑΝ ΕΝΑ ΚΟΡΙΤΣΙ ΑΡΝΕΙΤΑΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΣΕΞ ΜΕ ΕΝΑ ΑΓΟΡΙ ΜΕ ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΦΛΕΡΤΑΡΕΙ, ΑΠΛΩΣ «ΚΑΝΕΙ ΤΗ ΔΥΣΚΟΛΗ» (ΜΥΘΟΣ)
Όταν ένα κορίτσι λέει «όχι», εννοεί «όχι».

15) ΟΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΠΙΘΑΝΟ ΝΑ ΚΑΚΟΠΟΙΗΘΟΥΝ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΑ ΑΠΟ ΚΑΠΟΙΟΝ ΠΟΥ ΓΝΩΡΙΖΟΥΝ ΠΑΡΑ ΑΠΟ ΚΑΠΟΙΟΝ ΑΓΝΩΣΤΟ (ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ)
Τα περισσότερα κορίτσια και γυναίκες που πέφτουν θύματα σεξουαλικής βίας δέχονται επίθεση από κάποιον που γνωρίζουν, όπως το αγόρι τους, κάποιον γνωστό, συνάδελφο ή μέλος της οικογένειάς τους. Στατιστικά στοιχεία από την Εθνική Θυματολογική Μελέτη του Υπουργείου Δικαιοσύνης των ΗΠΑ για το 2005 δείχνουν ότι τα 2/3 των βιασμών είχαν διαπραχθεί από γνωστό του θύματος και επίσης ότι το 73% των σεξουαλικών επιθέσεων είχαν γίνει από κάποιο γνωστό στο θύμα άτομο. Τα στοιχεία αντίστοιχης έρευνας στη Μεγάλη Βρετανία για το 2001 αποκαλύπτουν ένα παρόμοιο πρότυπο: μόνο το 17% των βιασμών είχαν διαπραχθεί από άτομο που ήταν άγνωστο στο θύμα.

16) ΌΤΑΝ ΔΥΟ ΑΤΟΜΑ ΒΓΑΙΝΟΥΝ ΜΑΖΙ Η ΕΧΟΥΝ ΣΥΝΤΡΟΦΙΚΗ ΣΧΕΣΗ ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΥΠΑΡΞΕΙ ΒΙΑΣΜΟΣ (ΜΥΘΟΣ)
Οι γυναίκες που βιάζονται από τους συντρόφους τους έχουν τα ίδια δικαιώματα με εκείνες που δέχονται επίθεση από αγνώστους. Η σεξουαλική βία δεν γίνεται επιτρεπτή ή αποδεκτή επειδή ο δράστης είναι ή έχει υπάρξει σύντροφος του θύματος.

17) ΑΝ ΤΟ ΘΥΜΑ ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΕΙ ΤΟΝ/ΤΗ ΒΙΑΙΟ/-Η ΣΥΝΤΡΟΦΟ, Η ΒΙΑ ΘΑ ΣΤΑΜΑΤΗΣΕΙ (ΜΥΘΟΣ)
Πολλές φορές η βία μπορεί να συνεχίζεται για πολύ καιρό μετά το τέλος της σχέσης. Έρευνες έχουν δείξει ότι η πιο επικίνδυνη περίοδος είναι η χρονική στιγμή που το θύμα αφήνει τον δράστη, καθώς εκείνος είναι πιθανό να προσπαθήσει να τιμωρήσει το θύμα για το χωρισμό. Αυτό φυσικά δεν σημαίνει ότι ένα θύμα κακοποίησης δεν πρέπει να προσπαθήσει να φύγει από τη βίαιη σχέση αλλά ότι πρέπει να φύγει λαμβάνοντας μέτρα για την ασφάλειά του. Με την κατάλληλη βοήθεια και υποστήριξη από έμπειρους/-ες επαγγελματίες, συγγενείς και/ή φίλους/-ες, είναι εφικτό να ξεφύγει με ασφάλεια από τη βία.