

SEKSUALNO I REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE
 EMOCIONALNO ZDRAVLJE
 PREVENCIJA NASILJA
 SEKSUALNO I REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE
 EMOTIVNO ZDRAVLJE
 RODNA RAVNOPRAVNOST
 OČINSTVO I BRIGA O DRUGIMA
 ROD & JEDNAKOST
 SEKSUALNO I REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE
 EMOCIONALNO ZDRAVLJE
 PREVENCIJA NASILJA
 SEKSUALNO I REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE
 EMOCIONALNO ZDRAVLJE
 PREVENCIJA KONFLIKATA
 OČINSTVO I BRIGA O DRUGIMA
 RODNA RAVNOPRAVNOST
 PREVENCIJA KONFLIKATA
 ROD & JEDNAKOST



Program M:

M Priručnik

Priručnik za obuku edukatora i profesionalnog osoblja za rad sa mladima



PERPETUM MOBILE



Asocijacija za seksualno i reproduktivno zdravlje



Centar E8



care



NORWEGIAN MINISTRY OF FOREIGN AFFAIRS



PROMUNDO



smartKOLEKTIV

Priručnik „M“ nastao je kao integralni dio programa *Inicijative mladića*, programa usmjerenog k rješavanju pitanja rodne nejednakosti, zdravstveno štetnih navika i nasilja u svakodnevnom životu mladića – u školama i zajednici, kojeg je kreirao CARE International SZ Balkan s partnerima.

Priručnik „M“ služi za obuku s ciljem promocije rodne ravnopravnosti i promoviranja zdravih stilova života mladića, te propitkivanjem maskuliniteta kao društvene konstrukcije i strategije za izgradnju nužnih životnih vještina u mladića za vrijeme odrastanja.

Za dodatne primjerke ovog priručnika, molimo kontaktirajte:

CARE International

Bosna i Hercegovina
Banja Luka 78000
Aleja Svetog Save 7a
T: +387 51 25 82 00
E: spetkovic@carewb.org

Hrvatska
Zagreb 10000
Iblerov trg 9
T: +385 1 45 73 287
E: jcrownover@carewb.org

Srbija
Belgrade 11030
Scerbinova 6/20 – VII kat
T: +381 11 35 72 341
E: mstarcevic@care.rs

Internetska stranica: www.youngmeninitiative.org (dostupna PDF verzija)

Status: M

Hrvatska – Zagreb 10000
Petrova 114
T: +385 1 230 0447
E: status-m@status-m.hr
W: www.status-m.hr

CARE International je vodeća nevladina udruga za pomoć i razvoj, koja radi protiv globalnog siromaštva i socijalne nepravde. Neovisno, o utjecaju politike i vjere, djelujemo u više od 70 zemalja Afrike, Azije, Latinske Amerike, Bliskog Istoka i Istočne Europe, dopirući do skoro 60 milijuna ljudi u siromašnim zajednicama svake godine. U Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj i Srbiji CARE je usmjeren k promoviranju rodne ravnopravnosti, posvećujući se pitanjima diskriminacije i socijalne te ekonomske uključenosti.

Status: M je hrvatska nevladina udruga koju je 2010. godine osnovala grupa stručnjaka za rad s mladima, uključenih u *Inicijativu mladića* i vršnjačku edukaciju od 2006. godine. Status: M želi osposobiti mlade ljude za suočavanje s društvenim, fizičkim i emocionalnim rizicima te izazovima s kojima se susreću u adolescenciji, za vrijeme odrastanja.

Autorska prava © 2011 CARE International

Dokument se može reproducirati u cijelosti ili djelomično bez odobrenja CARE International pod uvjetom navođenja punog naziva izvora i uporabom u nekomercijalne svrhe. Predloženi naziv izvora: CARE International, 2011. Priručnik „M“: priručnik za obuku. Banja Luka, BiH: CARE International

Priručnik „M“

Priručnik za obuku edukatora i profesionalaca za rad s mladima

M

CARE International, Sjevero – zapadni Balkan

Status M, Zagreb, Hrvatska

Centar za promociju zdravih stilova života: E8, Beograd, Srbija

Perpetuum Mobile, Banja Luka, Bosna i Hercegovina

Asocijacija XY, Sarajevo, Bosna i Hercegovina

Promundo, Brazil / US



Asocijacija za seksualno i reproduktivno zdravlje



Centar E8



PERPETUUM MOBILE
CENTAR ZA PROMOCIJU ZDRAVIH STILOVA ŽIVOTA



Sadržaj

Uvod · 06

Zahvale · 07

1. DIO I: Uvod · 11

Radionice

Radionica 1: Obredna palica za govor – uvodna radionica · 18

2. DIO II: Razum i osjećaji · 23

Radionice

Radionica 1: Što je to rod? · 28

Radionica 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena · 31

Radionica 3: Izražavanje osobnih osjećaja · 33

Radionica 4: Etiketiranje · 36

Radionica 5: Moć i odnosi · 38

Radionica 6: Kad smo u vezi... · 40

Radionica 7: Agresivan, pasivan ili asertivan · 42

Radionica 8: Vještine pregovaranja · 45

Radionica 9: Što su droge? · 47

Radionica 10: Droge u našim životima i zajednicama · 51

Radionica 11: Zadovoljstva i rizici · 59

Radionica 12: Donošenje odluka i upotreba opojnih tvari · 64

Radionica 13: Razgovor o alkoholu i alkoholizmu · 67

Radionica 14: Naučiti kako ne piti previše · 69

3. DIO III: Očinstvo i skrb · 73

Radionice

Radionica 1: Što ti pada na pamet? Značenje brige i skrbi · 78

Radionica 2: Briga o sebi: muškarci, rod i zdravlje · 79

Radionica 3: Muškarci kao skrbnici · 83

Radionica 4: Imaš poruku: Postat ćeš otac! · 85

Sadržaj

4. DIO IV: Seksualno i reproduktivno zdravlje · 91

Radionice

Radionica 1: Zdravlje mladića · 103

Radionica 2: Tijela muškaraca i žena · 106

Radionica 3: Erotsko tijelo · 118

Radionica 4: Maloljetnička trudnoća · 121

Radionica 5: Muškarci i kontracepcija · 123

Radionica 6: Sve što ste ikada željeli znati o kondomima? · 128

5. DIO V: Prevencija i život s HIV/AIDS-om · 133

Radionice

Radionica 1: Hoću...Neću, Hoću...Neću · 147

Radionica 2: Riskiram kad... · 151

Radionica 3: Zdravlje, spolno prenosive infekcije (SPI) i HIV/AIDS · 154

Radionica 4: Prijenos HIV/AIDS-a: u potrazi za potpisom · 162

Radionica 5: Prikaza slučaja: Markova priča · 164

Radionica 6: Pozitivan život – Osnaživanje ljudi koji žive s HIV/AIDS-om · 171

6. DIO VI: Od nasilja do mirnog suživota · 177

Radionice

Radionica 1: Što je nasilje? · 187

Radionica 2: Shvaćanje ciklusa nasilja · 194

Radionica 3: Što je seksualno nasilje? · 196

Radionica 4: Živa budala ili mrtav heroj: muška čast · 199

Radionica 5: Što radim kad sam ljut? · 202

Radionica 6: Od nasilja do poštovanja u intimnim odnosima · 205

Radionica 7: Muškarci i nasilje: Biti promjena · 207

Radionica 8: Može li se muškarcu sviđati drugi muškarac? · 209

Radionica 9: Vođena fantazija: razumijevanje homoseksualnosti · 212

Radionica 10: Homofobija među mladim ljudima · 214

Radionica 11: Uvođenje promjena u našim životima i zajednicama · 216

Priručnik za rad s mladićima (priručnik „M“) – pristup temeljen na rodu za izgradnju životnih vještina i zdravo odrastanje, služi za obuku; priručnik je razvio CARE International u suradnji s organizacijama Instituto Promundo, Status: M, Centar E8, Perpetuum Mobile, Asocijacija XY i Inicijative. Kako bi odgovorili na potrebe profesora, stručnjaka za rad s mladima i drugih stručnih djelatnika koji rade s mladićima, ovaj priručnik predstavlja važan doprinos onima koji pružaju podršku zdravom razvoju mladih ljudi. Korištenjem pristupa temeljenog na rodu, fokusirajući se na maskulinitet(e), želimo dekonstruirati izazove s kojima se mladići suočavaju u adolescenciji. Priručnik za cilj ima izgradnju neophodnih vještina mladića, kako bi razvili zdrave odnose temeljene na rodnoj ravnopravnosti, shvatili svoj fizički, seksualni i emocionalni razvoj, te naučili se nositi sa svim oblicima nasilja u svakodnevnom životu.

Priručnik predstavlja važan izvor podrške za vladine i nevladine organizacije (uključujući i ministarstva vezana uz obrazovanje i mlade) koji shvaća važnost socijalne konstrukcije roda i maskulinitet(a) i njihovog utjecaja na stavove i ponašanja dječaka i mladića. Za cilj ima izgraditi vještine i sposobnosti mladića za suočavanje sa životnim izazovima, koji su često dio prijelaznog razdoblja adolescencije. Vjerujemo kako se upotrebom sveobuhvatnog, odnosno cjelovitog pristupa rješavanja samo jednog problema može postići više pozitivnih rezultata. Značajna karakteristika priručnika se odražava u njegovom testiranju i potvrdi kroz istraživanje i evaluaciju u školama u Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj i Srbiji.

Istraživanje provedeno u sklopu *inicijative mladića* (kao i druga istraživanja) jasno ukazuje na potrebu za raspravom o različitim temama, obrađenima u ovom priručniku. Tijekom adolescencije mladići su često izloženi različitim oblicima rizičnog ponašanja. Od opijanja (konzumiranja alkohola do pijanstva), eksperimentiranja s drogama i izloženosti nasilju – bilo kao žrtva ili kao počinitelj. Ovo je period eksperimentiranja u njihovim životima, kad pokušavaju shvatiti kakav tip muškarca žele

biti. Mnogi mladići počinju izlaziti i ulaziti u prve seksualne veze. Nedostatak znanja i vještina za suočavanje s tim iskustvima izlaže ih riziku. Iz istraživanja provedenih na razini Europe znamo kako su vodeći uzroci smrti mladića ove dobi – prometne nesreće, samoubojstva i interpersonalno nasilje. Rodne norme i socijalne konstrukcije maskuliniteta često doprinose štetnom ponašanju i navikama.

Mladi ljudi grade osobni životni stil tijekom perioda prelaska iz obitelji, odnosno doma, u zrelu dob pod utjecajem složene kombinacije ekonomskih, socijalnih, kulturnih i obrazovnih procesa. Utjecaj nejednakosti (rodnih, socijalnih i/ili zdravstvenih) može biti izravan, s lošim posljedicama koje se očituju kroz niz pokazatelja i ponašanja za djetinjstva i adolescencije. To može smanjiti sposobnost mladih ljudi za potpunim sudjelovanjem u mnogim aspektima života, odnosno može utjecati, primjerice, na pohađanje nastave i akademska dostignuća, funkcioniranje u društvu, bavljenje sportom i prihvaćanje mogućnosti za zaposlenje. Kao posljedica, kvaliteta života i mentalno blagostanje mogu biti narušeni. Stjecanje životnih vještina može biti zaštitni čimbenik protiv nekih navedenih izazova.

Priručnik je osmišljen tijekom trogodišnjeg participativnog procesa. Objavljen je na engleskom, hrvatskom, srpskom, bosanskom i albanskom jeziku, kako bi se potakla njegova široka upotreba u regiji. Priručnik je namijenjen za upotrebu usporedno s kampanjom za izbor zdravog životnog stila – u školama i zajednici. Kampanja promovira pozitivnu i zdraviju verziju onog što znači biti muškarac. Za izvore vezane uz kampanju, obratite se lokalnom partneru/partnerima u svakoj zemlji. CARE i njegovi partneri potiču vladine i nevladine organizacije na usvajanje ovog priručnika kao dijela njihovih sveobuhvatnih napora za promicanjem stjecanja životnih vještina. Pristupom ujedinjujemo škole, zajednice, obitelji i druge važne dionike civilnog društva, kako bi pružili podršku mladim ljudima u periodu odrastanja. Želimo vam uspjeh u korištenju ovog priručnika!

John Crownover

Programski savjetnik CARE International

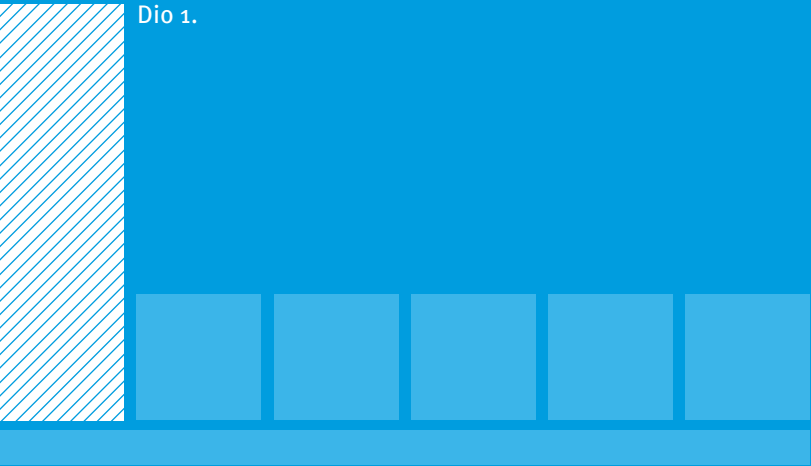
Program „H“ (slovo „H“ dolazi od riječi homem, značenja „muškarac“ na portugalskom) iz serije projekata „Rad s mladićima“ prvobitno su razvile 1999. godine četiri latinoameričke organizacije sa značajnim iskustvom u radu s mladićima: Instituto Promundo (koordinator inicijative, sa sjedištem u Rio de Janeiru, Brazil), ECOS (Sao Paolo, Brazil), Instituto PAPAI (Recife, Brazil) i Salud y Género (Meksiko).

Adaptacija programa H u kontekstu Zapadnog Balkana/Jugoistočne Europe nosi naziv *Program M* („M“ za „muškarac“ na lokalnim jezicima), a osmislili su ga Care International i Instituto Promundo, u suradnji s lokalnim partnerskim organizacijama i njihovim koordinatorima za adaptaciju: Perpetuum Mobile, Banja Luka (Saša Ostojić); Status M, Zagreb (dr. Natko Gereš); Asocijacija XY, Sarajevo (Adnan Cviko); Centar E8, Beograd (Vojislav Arsić); i Inicijative, Prokuplje (Miloš Kostić). John Crownover je koordinirao aktivnosti organizacije Care International zajedno s djelatnicima Care-a u timu – Saša Petković, Marina Starčević i Miroslav Blagojević. Christine Ricardo je koordinirala aktivnosti instituta Promundo zajedno s Garyjem Barkerom, Fabiom Veranijem i stažistima Caitlin Bryan i Kylene Guse.

Posebna zahvala onima koji su pomogli u testiranju pril

Dio 1:

Uvod



— RADIONICE —
1. Obredna palica za govor – uvodna radionica

Dio 1:

Uvod

1. Zašto mladiće staviti u fokus?

Mnogo godina stvarali smo pretpostavke o zdravlju i razvoju mladića.¹ Najčešće pretpostavke govore o tome da su dobro, odnosno kako imaju manje potreba od djevojaka. Također smo pretpostavljali kako je s njima teško raditi, pošto su agresivni i nisu zabrinuti za svoje zdravlje. Često smo na njih gledali kao na počinitelje nasilja nad drugim mladićima, nad sobom i nad ženama – bez propitkivanja zašto i kako društvo često prelazi preko upotrebe nasilja kod mladića. Nova istraživanja i pristupi zahtijevaju razumijevanje načina na koji se mladići socijaliziraju, što im je potrebno za zdrav razvoj, odnosno kako ih zdravstveni edukatori i drugi mogu uključiti na prikladniji i djelotvorniji način.

Osim toga, iako su brojne inicijative kroz povijest nastojale ispraviti rodne nejednakosti osnaživanjem žena, danas postoji konsenzus o tome da promocija rodne ravnopravnosti te poboljšanja zdravlja i dobrobiti žena također zahtijeva uključivanje muškaraca svih uzrasta. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju (ICDP) održana 1994. godine u Kairu i Četvrta konferencija o ženama održana 1995. godine u Pekingu pružile su osnovu za uključivanje muškaraca u napore za poboljšanje statusa žena i djevojaka. Primjerice, program djelovanja Međunarodne konferencije o populaciji i razvoju (ICDP) nastoji „promovirati rodnu ravnopravnost u svim područjima života, uključujući obiteljski život i život u okviru zajednice, te potaknuti i osposobiti muškarce za preuzimanje odgovornosti za svoje seksualno i reproduktivno ponašanje, kao i svoje društvene i obiteljske uloge“.

Nakon konferencija u Kairu i Pekingu, brojne agencije UN-a, vlade i organizacije civilnog društva

potvrdile su potrebu za radom s muškarcima i mladićima. Svjetska zdravstvena organizacija je 1998. godine odlučila posvetiti posebnu pažnju potrebama maloljetnih mladića, prepoznajući ih kao često zanemarene u zdravstvenim programima za maloljetnike. Tijekom 2000. i 2001. godine UNAIDS je posvetio kampanju vezanu uz Svjetski dan borbe protiv AIDS-a upravo muškarcima i mladićima, prepoznajući da ponašanje mnogih muškaraca izlaže njih same kao i njihove partnere riziku, odnosno da muškarci moraju biti uključeni na značajnije bolje osmišljene načine kao partneri u prevenciji HIV/AIDS-a i u pružanju podrške osobama koje žive s AIDS-om. Vlade iz cijelog svijeta pokazale su podršku na 48. sjednici Komisije za status žena (CSW), održane 2004. godine, za provođenje niza aktivnosti koje ciljaju na uključivanje muškaraca i mladića u napore za postizanje rodne ravnopravnosti.

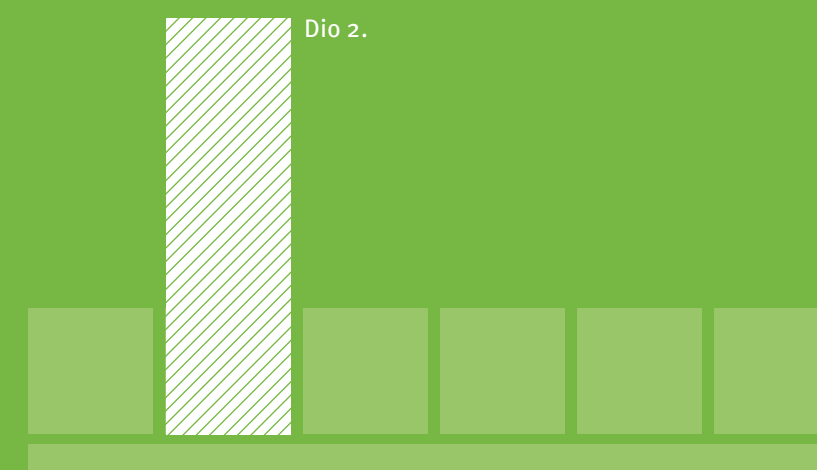
Pored rastućeg priznanja za rad s muškarcima i mladićima na suzbijanju rodne nejednakosti i pozitivnog utjecaja na zdravlje i dobrobit žena i djevojaka, također postoji i bolje razumijevanje kako kruti ideali o rodu i maskulinitetu mogu dovesti do ranjivosti u muškaraca i mladića. O tome svjedoči njihova visoka zastupljenost u stopama smrtnosti vezanim uz prometne nesreće, samoubojstva i nasilje, te konzumaciju alkohola i opojnih tvari naspram žena i djevojaka. Stoga je za dobrobit mladića i djevojaka neophodno uključivanje rodne perspektive u programe rada s mladima.

No što podrazumijeva primjena „rodne perspektive“ u radu s mladićima? Rod – naspram spola – odnosi se na razlike u načinima na koje su muškarci i žene socijalizirani razmišljati, ponašati

1 — Termin "mladići" odnosi se na muškarce u dobi između 15. i 24. godine, što odgovara starosnoj grupi "mladi" po definiciji Svjetske zdravstvene organizacije (SZO).

Dio 2:

Razum i osjećaji



— RADIONICE —

- 1: Što je to rod?
- 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena
- 3: Izražavanje osobnih osjećaja
- 4: Etiketiranje
- 5: Moć i odnosi
- 6: Kad smo u vezi...
- 7: Agresivan, pasivan ili asertivan

- 8: Vještine pregovaranja
- 9: Što su droge?
- 10: Droge u našim životima i zajednicama
- 11: Zadovoljstva i rizici
- 12: Donošenje odluka i upotreba opojnih tvari
- 13: Razgovor o alkoholu i alkoholizmu
- 14: Naučiti kako ne piti previše

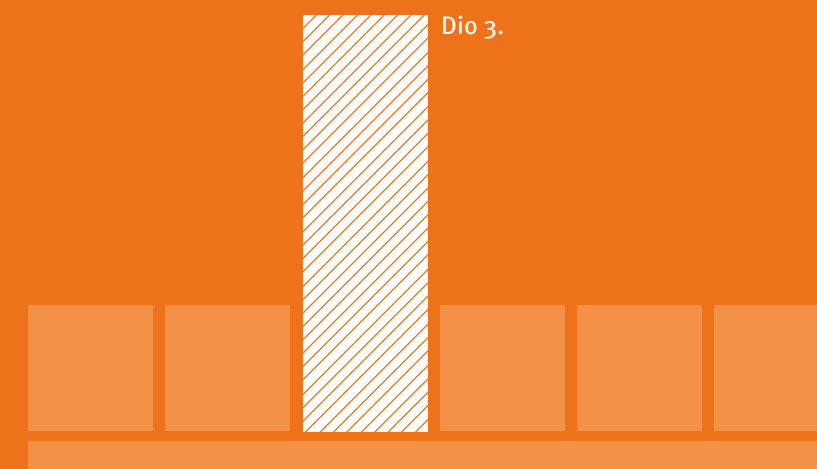
ZAKLJUČAK:

Možemo naučiti zabaviti se i živjeti svoj život bez potrebe za alkoholom, što podrazumijeva kreativnost, maštu i istinsko druženje. Drugo pitanje odnosi se na odluku kako se pije odgovorno, što znači ne napiti se. Ovaj princip se veže za metabolizam alkohola u jetri. Ovaj organ ima kapacitet u jednom satu preraditi jednu jedinicu žestokog pića (viski, tekila, rum, votka, itd.) ili jednu kriglu piva. Zbog toga najbolji način da se osoba ne napije jest da pije manje od jedne čaše u sat vremena. Drugi načini koji se preporučuju za izbjegavanje pijanstva jesu: jesti kad pijete, te zamijeniti alkoholna pića s

vodom ili bezalkoholnim pićima. Važno je naglasiti kako zapravo ne postoje umjerena pića, već samo umjereni konzumenti alkohola. Većina ljudi u stanju je uspješno slijediti ovaj obrazac ponašanja. Međutim, pojasnite da također postoje čimbenici osobne i psihosocijalne podložnosti. Također, postoje autori koji govore o genetskim čimbenicima koji čine neke pojedince sklonijim postati ovisnima o alkoholu (primjerice, tolerantni na alkohol). I visoku toleranciju na alkohol i gubitak kontrole prilikom konzumiranja alkohola treba smatrati znakovima početka alkoholizma ili punog alkoholizma.

Dio 3:

Očinstvo i skrb

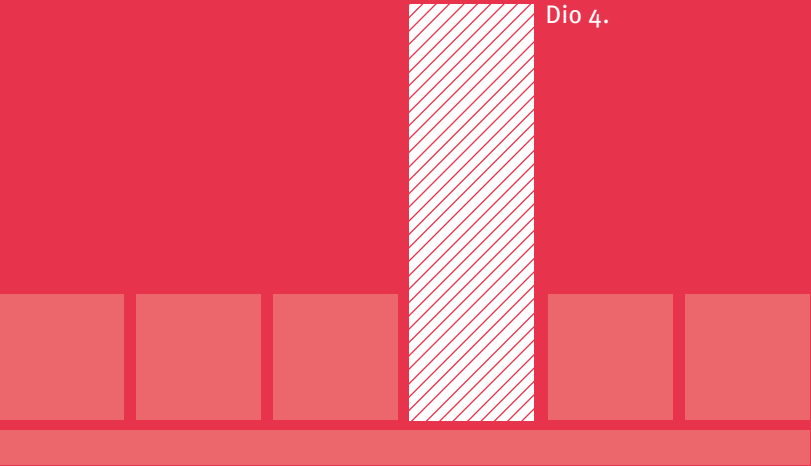


— RADIONICE —

- 1: Što ti pada na pamet? Značenje brige i skrbi
- 2: Briga o sebi: muškarci, rod i zdravlje
- 3: Muškarci kao skrbnici
- 4: Imaš poruku: Postat ćeš otac!

Dio 4:

Seksualno i reproduktivno zdravlje



— RADIONICE —

- 1: Zdravlje mladića
- 2: Tijela muškaraca i žena
- 3: Erotsko tijelo
- 4: Maloljetnička trudnoća
- 5: Muškarci i kontracepcija
- 6: Sve što ste ikada željeli znati o kondomima?

Dio 4:

Seksualno i reproduktivno zdravlje

Pregled

Iako je naš spol određen našom biološkom prirodom, naši stavovi i ponašanje vezani uz seksualnost i reproduktivno zdravlje u velikoj su mjeri pod utjecajem složenog skupa nebioloških čimbenika, uključujući kulturu, rodne norme i socioekonomske uvjete, između ostalih. Primjerice, u mnogim mjestima diljem svijeta, muškarci su socijalizirani tako da povezuju „muškost“ s posjedovanjem odgovarajućeg znanja i iskustva vezanih uz seks. Stoga, mnogi muškarci vjeruju kako ne smiju izraziti sumnje vezane uz svoja tijela, seksualnost ili reproduktivno zdravlje.

Međutim, kad bolje pogledamo suprotno prevladavajućim mitovima, mnogi muškarci, svih dobi, često nemaju osnovna znanja o svojim vlastitim tijelima, seksualnosti i reproduktivnom zdravlju. U većem dijelu svijeta postoji tek manji broj edukativnih programa o seksualnom i reproduktivnom zdravlju koji ciljaju muškarce, a još manje onih koji se bave specifičnim problemima i potrebama mladića.

U ovom dijelu, istražiti ćemo neke od glavnih tema za mladiće - seksualnost i reproduktivno zdravlje.

”

...mnogi muškarci vjeruju kako ne smiju izraziti sumnje vezane uz svoja tijela...

“

