



PROGRAM Y

IZDAJE:



PROGRAM PODRŽALI:



WITH FUNDING FROM
AUSTRIAN
DEVELOPMENT
COOPERATION



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

OAK
FOUNDATION

ORGANIZACIJE KOJE IMPLEMENTIRAJU YMI PROGRAM:



ASOCIJACIJA
XY



YOUTH
POWER



PERPETUUM MOBILE
PROJEKAT ZA PROMICANJE IZOLIRANOSTI

smart
KOLEKTIV

Mladi – Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova kod mladića i djevojaka

Program Y su podržali:

Ministarstvo prosvjete i kulture Republike Srpske, Ministarstvo obrazovanja, nauke, kulture i sporta Hercegovačko-neretvanskog kantona/Ministarstvo prosvjete, kulture, znanosti i športa Hercegovačko-neretvanske županije Federacije Bosne i Hercegovine i Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije

Objavljivanje ove publikacije podržali su Austrijska agencija za razvitak i saradnju (ADC), Ministarstvo spoljnih poslova Norveške, Ambasada Švajcarske u Bosni i Hercegovini i OAK Fondacija. Sadržaj i zaključci ove publikacije ne odražavaju nužno stavove vlada Austrije, Norveške i Švajcarske i OAK Fondacije.

Program Y

Mladi – Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova kod mladića i djevojaka

Autori:

Feđa Mehmedović, Asocijacija XY Sarajevo
Prof. dr Saša Petković, CARE u Bosni i Hercegovini
John Crownover, CARE u Bosni i Hercegovini

Recenzenti:

Prof. dr Drago Branković, profesor emeritus
Univerzitet u Banjoj Luci, Filozofski fakultet i
Akademija nauka i umjetnosti Republike Srpske

Prof. dr Mirjana Mavrak, vanredni profesor
Filozofskog fakulteta Univerziteta u Sarajevu

Smiljana Grujić

Grupa za prevenciju nasilja Ministarstva prosvete,
nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije.

Izdavač:

Glavni ured CARE Deutschland-Luxemburg e.V. u BiH.
Hasana Kaimije 11
71 000 Sarajevo
Bosna i Hercegovina
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiative.net
care@carewb.org

Za izdavača:

Sumka Bučan, Regionalna direktorka

Lektor:

Ljiljana Ignjatović

Uređivanje teksta:

Zvezdana Batković - CARE International Balkans
Marina Starčević Cviko - CARE International Balkans

Dizajn:

SMART Kolektiv

Štampa:

Markos Banja Luka

Tiraž:

300 primjeraka

Copyright© 2016 CARE u Bosni i Hercegovini. Sva prava zadržavaju autori.

Nijedan dio ove publikacije se ne može reprodukovati ili prenositi u bilo kojoj formi ili na bilo koji način, elektronski, mehanički ili drugačije, uključujući (ali ne samo ograničeno na) fotokopiranje, zapisivanje ili korišćenje informacija istraživanja, bez pismene dozvole autora ili vlasnika autorskih prava. Odnos između izdavača i autora regulisan je u skladu sa Zakonom o autorskom pravu i srodnim pravima u Bosni i Hercegovini.

Program Y

Mladi – Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova kod mladića i djevojaka

Priručnik za obuku edukatora i omladinskih radnika za rad u srednjim školama

Novembar 2016.



Sadržaj

1. POGLAVLJE 1: RODNO TRANSFORMATIVNI PROGRAM · 07

- Uvod · 08
- Predgovor · 10
- Istorija programa Inicijativa mladića · 12
- Obrazovna osnova · 14
- Od mladića kao prepreke do mladića kao saveznika · 18
- O priručniku · 19
- Video-kolekcija: "Bio jednom jedan dječak" i "Bila jednom jedna djevojčica" · 22
- Modaliteti implementacije časova/radionica · 22
- Očekivani rezultati i ishodi učenja · 23

2. POGLAVLJE 2 - PROGRAM Y – PRAKTIČNI ALATI · 34

GODINA 1 - RAZVOJ IDENTITETA – KO SAM JA, KO SI TI? · 36

- Prvo polugodište: Identitet, razum, osjećanja, rod i rodne norme
 - Radionica 1: Šta je to što zovemo rod? · 44
 - Radionica 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena · 50
 - Radionica 3: Izražavanje sopstvenih osjećanja · 52
 - Radionica 4: Šta bih želio/željela da uradim sa svojim životom? Kako na mene utiču drugi? · 55
 - Radionica 5: Ljubavna priča · 58
- Drugo polugodište: NASILJE JE OUT! Od nasilja do mirne koegzistencije
 - Radionica 6: Šta je nasilje? · 78
 - Radionica 7: Živa budala ili mrtav heroj · 86
 - Radionica 8: Shvatanje ciklusa nasilja · 89
 - Radionica 9: Etiketiranje · 92
 - Radionica 10: Šta je seksualno nasilje? · 94
 - Radionica 11: Moć i odnosi · 97

GODINA 2 – NASILJE JE OUT! · 100

- Prvo polugodište: Od nasilja do mirne koegzistencije
 - Radionica 12: Od nasilja do poštovanja u intimnim vezama · 101
 - Radionica 13: Muškarci i nasilje · 103
 - Radionica 14: Prizori zabavljanja · 105
 - Radionica 15: Agresivni, pasivni ili asertivni · 108
 - Radionica 16: Pregovaračke vještine · 111
 - Radionica 17: Razbijanje tišine i traženje pomoći · 113
 - Radionica 18: Šta radim kad sam ljut/a? · 119

Sadržaj

- Drugo polugodište: Droge/alkohol i donošenje odluka
 - Radionica 19: Šta su droge? · 125
 - Radionica 20: Droge u našim životima i zajednicama · 129
 - Radionica 21: Zadovoljstva i rizici · 137
 - Radionica 22: Razgovor o alkoholu i alkoholizmu · 142
 - Radionica 23: Donošenje odluka i (zlo)upotreba supstanci · 144

GODINA 3 - SEKSUALNOST I ZAŠTITA SEKSUALNOG I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA I PRAVA · 148

- Prvo polugodište: Seksualno i reproduktivno zdravlje
 - Radionica 24: Briga o sebi: muškarci, žene, rod i zdravlje · 161
 - Radionica 25: Zdravlje mladića · 166
 - Radionica 26: Tijela muškaraca · 169
 - Radionica 27: Tijela žena · 176
 - Radionica 28: Hoću, neću, hoću, neću · 185
 - Radionica 29: Rizikujem kada... · 188
 - Radionica 30: Adolescentska trudnoća · 191
- Drugo polugodište: Polno prenosive infekcije, kontracepcija i prava
 - Radionica 31: Zdravlje, SPI i HIV i AIDS · 200
 - Radionica 32: Prenosjenje HIV-a: u potrazi za potpisom · 208
 - Radionica 33: Kontracepcija · 210
 - Radionica 34: Šta su seksualna i reproduktivna prava? · 216
 - Radionica 35: Seksualne različitosti · 219

GODINA 4 – RODITELJI 21. VIJEKA · 222

- Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo
 - Radionica 36: Kako to misliš? · 230
 - Radionica 37: Muškarci kao staratelji · 231
 - Radionica 38: Trudnoća...da ili ne? Biti majka · 233
 - Radionica 39: Sve u isto vrijeme · 236
 - Radionica 40: Šta je posao žene? · 238

GODINE 1, 2 3 I 4 – RESURSI ZA ORGANIZACIJU KAMPANJA I KOMPLEMENTARNIH AKTIVNOSTI UKLJUČIVANJA MLADIH U PROMOCIJU POZITIVNIH STAVOVA I VRIJEDNOSTI · 246

- Preduzimanje akcije (primjeri partnera u programu Inicijativa mladića o njihovom radu sa mladim ljudima) · 248

LITERATURA · 261

—
**PO
GLA
VLJE**
—



Rodno
transformativni
program

Uvod

Priručnik za edukatore u srednjim školama i omladinske radnike "Program Y - mladi" je alat koji su iz programa Inicijativa mladića razvili CARE International Balkans i njegovi partneri iz zemalja Zapadnog Balkana, koji se fokusiraju na rješavanje pitanja rodne neravnopravnosti, praksi štetnih po zdravlje i nasilja u svakodnevnom životu mladića i djevojaka od 14 do 19 godina starosti u školama i zajednici.

Priručnik za "Program Y - mladi" je priručnik za obuku koji ima cilj promociju rodne ravnopravnosti i zdravog načina života kod mladića i djevojaka obrađivanjem nekih od društvenih konstrukcija maskuliniteta i feminiteta kao strategije za izgradnju važnih životnih vještina kod mladića i djevojaka u periodu njihovog prelaska u doba rane zrelosti.

Za dodatne primjerke ovog priručnika obratite se:

Bosna i Hercegovina
Sarajevo 71 000
Hasana Kaimije 11
T: +387 33 536 790
E: jcrowover@carewb.org
E: spetkovic@carewb.org

Bosna i Hercegovina
Banja Luka 78000
Aleja Svetog Save 7a/17
T: +387 51 258 200
E: care@carewb.org

Srbija
Beograd 11030
Petra Lekovića 59
T: +381 11 35 58 802
E: mstarcevic@care.rs

Kosovo
10 000 Priština
Gazmend Zajmi # 21
T: +381 (0) 38 224 779; 222 435
E: Besnik.Leka@care.org

Web stranice:
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiative.net (PDF je dostupan za preuzimanje)

CARE International

CARE International je globalna konfederacija 14 zemalja članica koje zajedno rade na suzbijanju siromaštva.

Godine 2015. CARE je radio u 95 zemalja svijeta, provodeći 890 razvojnih projekata usmjerenih na suzbijanje siromaštva i projekata humanitarne pomoći kojima je obuhvatio više od 65 milijuna ljudi.

U našoj viziji težimo svijetu nade, tolerancije i socijalne pravde, u kojem nema siromaštva a svi ljudi žive dostojanstveno i sigurno. Naša misija je spašavati živote, suzbijati siromaštvo i raditi na postizanju društvene pravde. Stavljamo žene i djevojčice u fokus našeg djelovanja jer znamo da se siromaštvo ne može zaustaviti dok god svi ljudi nemaju jednaka prava i mogućnosti.

Neovisni od svih političkih, komercijalnih, vojnih, etničkih ili religioznih ciljeva, CARE promovira zaštitu humanitarnog prostora. Mi pružamo pomoć na osnovu potrebe, bez obzira na rasu, porijeklo ili nacionalnost, baveći se pravima ranjivih skupina, osobito žena i djevojčica.

CARE u svom djelovanju u slučaju hitnih-kriznih situacija, oporavka kao i svog dugoročnog razvojnog djelovanja slijedi određene principe koji su usklađeni s onima drugih humanitarnih organizacijama, a oni su sljedeći: promoviramo osnaživanje, radimo u partnerstvu s drugima, osiguravamo i promoviramo odgovornost na svim razinama i u svim oblicima, radimo na suzbijanju diskriminacije, promoviramo nenasilno rješavanje sukoba, radimo na postizanju održivih rezultata.

CARE-ove partnerske organizacije u Bosni i Hercegovini

S obzirom na to da CARE radi sa i putem lokalnih nevladinih organizacija, tri ključne partnerske organizacije u ovom projektu u Bosni i Hercegovini su "Asocijacija XY" iz Sarajeva (<http://www.xy.com.ba/>), Institut za razvoj mladih i zajednice "Perpetuum Mobile" iz Banjaluke (<http://www.pm.rs.ba/>) i NVO "Youth Power/Snaga mladih" iz Mostara (www.facebook.com/NGOYouthPower). Asocijacija XY je nevladina organizacija posvećena unapređenju i promociji seksualnog i reproduktivnog zdravlja i zdravih životnih stilova kroz zagovaranje i pružanje usluga za mlade i marginalizovanu populaciju. "Perpetuum Mobile" je nezavisna, neprofitna organizacija koja promovira dobre prakse u radu sa mladima kroz istraživanje, obrazovanje i međusektorsko partnerstvo. Ove dvije organizacije su izabrane na osnovu njihovog dugogodišnjeg iskustva u programima namijenjenim za razvoj i zdravlje mladih. Obje ove nevladine organizacije imaju svoje mreže širom države i dokaze o angažovanju hiljada mladih ljudi širom BiH. Oni su CARE-ovi partneri od 2007. godine u intervencijama u vezi sa programom "Inicijativa mladića" sa pouzdanim timom iskusnih koordinatora i trenera za rad sa mladima i razvoj mladih. Nevladina organizacija "Youth Power/Snaga mladih" iz Mostara je relativno mlada organizacija, koju je u januaru 2013. godine osnovala grupa mladih ljudi koji su ranije radili za nekoliko drugih organizacija i koji su odlučili da osnuju svoju organizaciju usmjerenu na promociju zdravih životnih stilova, nenasilno ponašanje, rodnu ravnopravnost, povezivanje mladih, aktivno učešće u društvenom životu i donošenju odluka, volonterstvo, unapređenje kulture, zalaganje za demokratiju i ljudska prava. Ova organizacija ima snažan tim koji čini sedam zaposlenika i više od 30 volontera koji u ovom trenutku sprovode tri programa.

Autorska prava @ 2016 CARE International

Ovaj dokument se može reprodukovati u cijelosti ili djelimično bez dozvole CARE International pod uslovom da bude naveden puni izvor citata i da njegova reprodukcija nije namijenjena za komercijalne svrhe. Preporučeni oblik citiranja: CARE International. (2016). Priručnik za obuku: Program Y – mladi - Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova kod mladića i djevojaka. Banja Luka, Sarajevo, BiH: CARE International Balkan

Predgovor

Priručnik Y "Program mladi - Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova kod mladića i djevojaka", priručnik za obuku za rad sa mladićima i djevojkama od 14 do 19 godina starosti, razvio je CARE International Balkan u saradnji sa Instituto Promundo, Rio de Janeiro, Brazil; Status: M, Zagreb; Centar E8, Beograd; Perpetuum Mobile, Banja Luka; Asocijacija XY, Sarajevo; NVO Youth Power/Snaga mladih, Mostar; PEN, Priština; Sinergija, Kosovska Mitrovica i Savjetovalište za muškarce i dječake, Tirana. Priručnik Y je namijenjen edukatorima u srednjim školama, omladinskim radnicima i drugim stručnjacima koji rade sa mladićima i djevojkama i predstavlja važan doprinos onima koji rade na pružanju podrške zdravom razvoju mladih ljudi. Koristeći rodnu perspektivu, fokusirajući se na maskulinitet(e) i feminitet(e) nastojimo da dekonstruiramo neke od izazova sa kojima se mladići i djevojke suočavaju u adolescenciji. Ovaj priručnik nastoji da izgradi vještine koje su potrebne mladićima i djevojkama za razvijanje zdravih odnosa zasnovanih na rodnoj ravnopravnosti, za shvatanje svog fizičkog, seksualnog i emocionalnog razvoja i za rješavanje svih oblika nasilja u svakodnevnom životu. Ovaj priručnik predstavlja važan resurs za vlade i nevladine organizacije (uključujući i ministarstva koja se bave obrazovanjem i mladima) da shvate važnost toga kako rodne društvene konstrukcije maskuliniteta i feminiteta utiču na stavove i ponašanja dječaka i mladića i djevojčica i djevojaka. Ovaj priručnik nastoji da izgradi vještine i kompetencije mladića i djevojaka da se suoče sa nekim od životnih izazova koji su obično dio prelaznog perioda adolescencije. Vjerujemo da korištenjem sveobuhvatnijeg pristupa radu možemo postići više pozitivnih rezultata nego bavljenjem samo jednim pitanjem. Značajna karakteristika ovog priručnika je da je testiran i potvrđen kroz istraživanje i evaluaciju u školama u Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj, Albaniji, Srbiji i UNMIK/Kosovu¹.

Istraživanja sprovedena u sklopu programa Inicijativa mladića od 2007. do 2015. godine (kao i istraživanja sprovedena od strane drugih) jasno su ukazala na potrebu za bavljenjem različitim temama u ovom priručniku. Rad samo sa mladićima i samo sa djevojkama je moguć u školama i okruženju u kojim dominiraju samo učenici ili učenice. CARE i partneri u tu svrhu koriste posebno rodno osmišljene priručnike Program M (Mladići) i Program D (Djevojke), sa velikim uspjehom. Taj uspjeh se mjeri pomoću početne procjene i završne evaluacije u školama u kojima su CARE i partneri radili u proteklom periodu. Ali, većina škola su rodno mješovite, a rod je novčić sa dva lica. Na taj način smo odlučili da razvijemo novi alat za rad u rodno mješovitim školama.

Za vrijeme adolescencije mladići i djevojke često su uključeni u različita rizična ponašanja. Ovakva ponašanja uključuju opijanje (ispijanje alkohola dok se ne napiju), eksperimentisanje sa drogama i izloženost nasilju, bilo kao žrtva ili počinilac. To je doba eksperimentisanja, jer pokušavaju da shvate kakav tip muškarca ili žena žele da budu. Mnogi mladići i djevojke počinju da izlaze i imaju svoje prve seksualne odnose. Nedostatak znanja i vještina da se nose sa ovim iskustvima izlaže ih riziku. Iz istraživanja sprovedenih na evropskom nivou znamo da su vodeći uzroci smrtnosti među mladićima u ovoj starosnoj grupi saobraćajne nesreće, samoubistva i interpersonalno nasilje. Rodne norme i društvene konstrukcije maskuliniteta često doprinose tim štetnim ponašanjima i praksama. Štetne posljedice rigidnih rodni normi osjećaju djevojke i žene. Disbalans moći u donošenju odluka, ranjivost na pojavu nasilja, otežan pristup određenim zdravstvenim servisima i društvena nejednakost koja ograničava prilike i mogućnosti, samo su neke od posljedica prouzrokovanih rodni i štetnim tradicionalnim normama i uvjerenjima. Takođe, doslovno pridržavanje normi koje idealizuju mršave djevojke kao primjer soci-

jalno poželjnog, kod djevojčica u pubertetu može i često dovodi do osjećanja da djevojčice moraju odgovoriti na ova društvena očekivanja, što za posljedicu dovodi do povećanog broja djevojaka koje se izlažu intenzivnim dijetama, što je u periodu puberteta vrlo nezdrava životna navika. Upravo zbog navedenih razloga, osnaživanjem mladih da prepoznaju štetne društvene norme i da im se efektivno suprotstave, razvijamo kritičnu masu mladih koja, koristeći stečeno znanje i vještine, donosi odluke koje doprinose zdravlju, nenasilnom rješavanju problema u odnosima među njima i stvaramo društvo jednakih i ravnopravnih.

Mladi ljudi usvajaju svoj lični životni stil tokom tranzicije iz porodice i kuće ka zreloj dobi pod uticajem složene mješavine ekonomskih, društvenih, kulturoloških i obrazovnih procesa. Uticaj nejednakosti (rodni, društveni i/ili zdravstveni) može biti neposredan, sa lošim ishodom koji su vidljivi u nizu pokazatelja i ponašanja tokom djetinjstva i adolescencije. To može smanjiti sposobnost mladih ljudi da u potpunosti učestvuju u mnogim aspektima života i može uticati, na primjer, na pohađanje škole i akademsko postignuće, socijalno funkcionisanje, bavljenje sportom i prihvatanje mogućnosti zapošljavanja. To, takođe, može uticati na kvalitet života i mentalno blagostanje. Edukacija o životnim vještinama može predstavljati zaštitni faktor za neke od ovih izazova. U međuvremenu, tokom devet godina realizacije Programa M u srednjim školama u regionu Zapadnog Balkana, partnerske organizacije, profesori², pedagozi, roditelji i odgovorna ministarstva prepoznali su potrebu uključivanja djevojčica i djevojaka u zajedničke napore u obrazovanju. Ovaj priručnik je pripremljen tokom trogodišnjeg participativnog procesa. Objavljen je na engleskom, albanskom i jezicima naroda u Bosni i Hercegovini kako bi se podstakla njegova široka upotreba u ovom regionu. Priručnik je osmišljen tako da se koristi uz kampanju o životnim stilovima u školi i zajednici, koja

promoviše pozitivniju i zdraviju verziju toga šta znači biti muškarac i žena. Za informacije o kampanji obratite se lokalnoj partnerskoj organizaciji u svakoj zemlji. CARE i njegovi partneri podstiču vladine i nevladine organizacije da usvoje ovaj priručnik kao dio svojih sveobuhvatnih napora u vezi sa edukacijom o životnim vještinama. Bilo koji pristup mora okupiti škole, zajednicu, porodicu i druge važne aktere civilnog društva da pruže podršku mladim ljudima dok izrastaju u mlade odrasle osobe. Želimo vam uspjeh u korištenju ovog priručnika!

*John Crownover, Saša Petković i Feđa Mehmedović
CARE International Balkan*

² — U daljem tekstu nazivi zanimanja odnose se na oba roda ako to nije eksplicitno jezično određeno (prim.aut.)

¹ — Prema rezoluciji UN 1244.

Istorija programa Inicijativa mladića

Od 2007. godine do danas program prevencije rodno zasnovanog nasilja na Zapadnom Balkanu - Inicijativa mladića (YMI) - radi na izgradnji rodno ravnopravnijih stavova i ponašanja kod mladića i smanjenju nasilja od strane mladića (nad djevojkama) i vršnjačkog nasilja (nasilja mladića nad drugim mladićima) u Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj i Srbiji. Pored toga, od 2010. godine Inicijativa mladića se proširila na Kosovo, a od 2013. godine i na Albaniju. Predvođen CARE International Balkan, uz tehničku podršku Promunda, Rio de Žaneiro, Brazil i Međunarodnog centra za istraživanje o ženama (ICRW), Vašington, Sjedinjene Američke Države i finansijsku podršku Ministarstva inostranih poslova Norveške, Austrijske razvojne kooperacije (ADC), Vlade Švajcarske, OAK Fondacije i CARE-a Njemačka - Luksemburg, ovaj program suprotstavio se društvenim normama koje se odnose na maskulinitet i nasilje kroz edukativne radionice koje se održavaju u školama i kampanje socijalnog marketinga usmjerene prema mladićima i djevojkama uzrasta od 14 do 19 godina.

Šta je Inicijativa mladića?

Pristup Inicijative mladića se zasniva na rodno-transformativnom kurikulumu prilagođenom prema Programu H Instituta Promundo i osmišljenom da izazove kritičko razmišljanje o rodnim normama koje pokreću nasilje i druge nezdrave oblike ponašanja³. Visoke stope korištenja alkohola u regionu takođe podstiču ovaj program da se fokusira na visokorizično konzumiranje alkohola, koje je povezano sa povećanom vjerovatnoćom izvršenja nasilja u mnogim situacijama. Inicijativa mladića sprovodi se u srednjim stručnim školama, što joj omogućava da postigne visok nivo učešća dječaka i djevojčica (od 2013. godine) u uzrastu od 14 do 19 godina. Fokus na mlade ljude je važan, jer adolescencija predstavlja ključni trenutak u procesu socijalizacije, kada se još razvijaju stavovi i ponašanja kod mladih ljudi. U školama koje učestvuju u programu, sesije Inicijative mladića koje traju od osam do deset sati, a koje vode obučeni voditelji, integrisane su u redovni raspored časova tokom školske godine, sa fokusom na četiri ključne programske oblasti: (1) rodni stavovi; (2) nasilje; (3) seks, zdravlje i dobrobit; i (4) upotreba alkohola

³ — Program H (H označava Homens i Hombres, riječi za muškarce u portugalskom i španskom jeziku, respektivno) nastoji da angažuje mladiće i njihove zajednice u kritičnim razmišljanjima o krutim društvenim normama. Program je razvijen i potvrđen u Latinskoj Americi i na Karibima, a od tada je bio prilagođen za korištenje u nekoliko zemalja, uključujući Tanzaniju, Indiju, Peru i Vijetnam. Za više informacija posjetite: <http://www.promundo.org.br/en/activities/activities-posts/program-h/>

i droga. Inicijativa mladića proteže se i izvan učionica. Program obuhvata dodatni rezidencijalni trening gdje voditelji održavaju dodatne sesije i aktivnosti izgradnje tima (eng. team building) u imerzivnijem okruženju. Pored toga, program obuhvata i "Budi muško" kampanju životnog stila, koja ima cilj da ojača ključne poruke Inicijative mladića i podstakne promjene na nivou škole i izvan nje. Kampanja je podržana putem različitih edukativnih materijala, društvenih medija i "akcija" koje su organizovali i sproveli učenici članovi "Budi muško" klubova. Članovi "Budi muško" klubova su i mladići i djevojke. U 2015. godini ovi klubovi su okupljali nekoliko stotina aktivnih članova, od čega u Bosni i Hercegovini 423 člana, u Srbiji 241 član, na Kosovu*2 636 članova, u Hrvatskoj 35 članova i u Albaniji 60 članova.

Vodeća filozofija Inicijative mladića je da dječake ne treba shvatiti kao prepreku miru i rodnoj ravnopravnosti, nego kao ključne saveznike u promociji nenasilnih, zdravih odnosa i zajednica. Djevojke, kao aktivni članovi zajednice, treba da budu aktivne učesnice u društvima, kao i nosioci promjena. Svjedoci smo ovih dana da djevojke nisu samo žrtve nego takođe i počinioци nasilja u manjoj mjeri. I dječacima i djevojčicama u adolescenciji potrebna je dodatna edukacija o zdravim životnim stilovima i prevenciji rodno zasnovanog nasilja kao vodilja prema rodnoj ravnopravnosti i rodno ravnopravnom društvu.

Inicijativa mladića smatra da ako učenici uče o nasilju, kao i o tome kako da preispituju dominantne rodne norme, i ako imaju priliku da primjenjuju ove nove ideje i vještine u sigurnom prostoru, onda će postojati veća vjerovatnoća da internalizuju ove informacije koje će, tokom vremena, rezultirati rodno ravnopravnijim, zdravijim i nenasilnim životnim stilovima. Štaviše, kako grupne norme počinju da se mijenjaju, program pomaže u stvaranju tolerantnije i prihvatljivije sredine na nivou škole.

Ovu putanju promjena, kojom dječaci i djevojčice primjenjuju i internalizuju nove ideje, učvrstilo je nekoliko struktura podrške, kao što su nenasilni uzori (npr. voditelji Inicijative mladića), društvene mreže podrške, kao i podsticajno školsko okruženje.

Razvoj Inicijative mladića

Pilot projekat programa Inicijativa mladića (2007-2010) obuhvatao je formativno istraživanje i implementaciju u pet gradova širom Bosne i Hercegovine, Hrvatske i Srbije. Tokom Faze II (2011-2013) CARE je prilagodio program na dva važna načina na osnovu rezultata iz pilot projekta: (1) Osnovne sesije Inicijative mladića postale su obavezan dio kurikuluma u školama koje učestvuju u programu; i (2) dodati su dobrovoljni treninzi koji su se održavali izvan grada za intenzivniju obuku i angažovanje. Ova nova verzija Inicijative mladića predstavljena je i ocijenjena u četiri škole koje se nalaze u Sarajevu, Zagrebu, Beogradu i Prištini.

...dječake ne treba shvatiti kao prepreku miru i rodnoj ravnopravnosti, nego kao ključne saveznike...

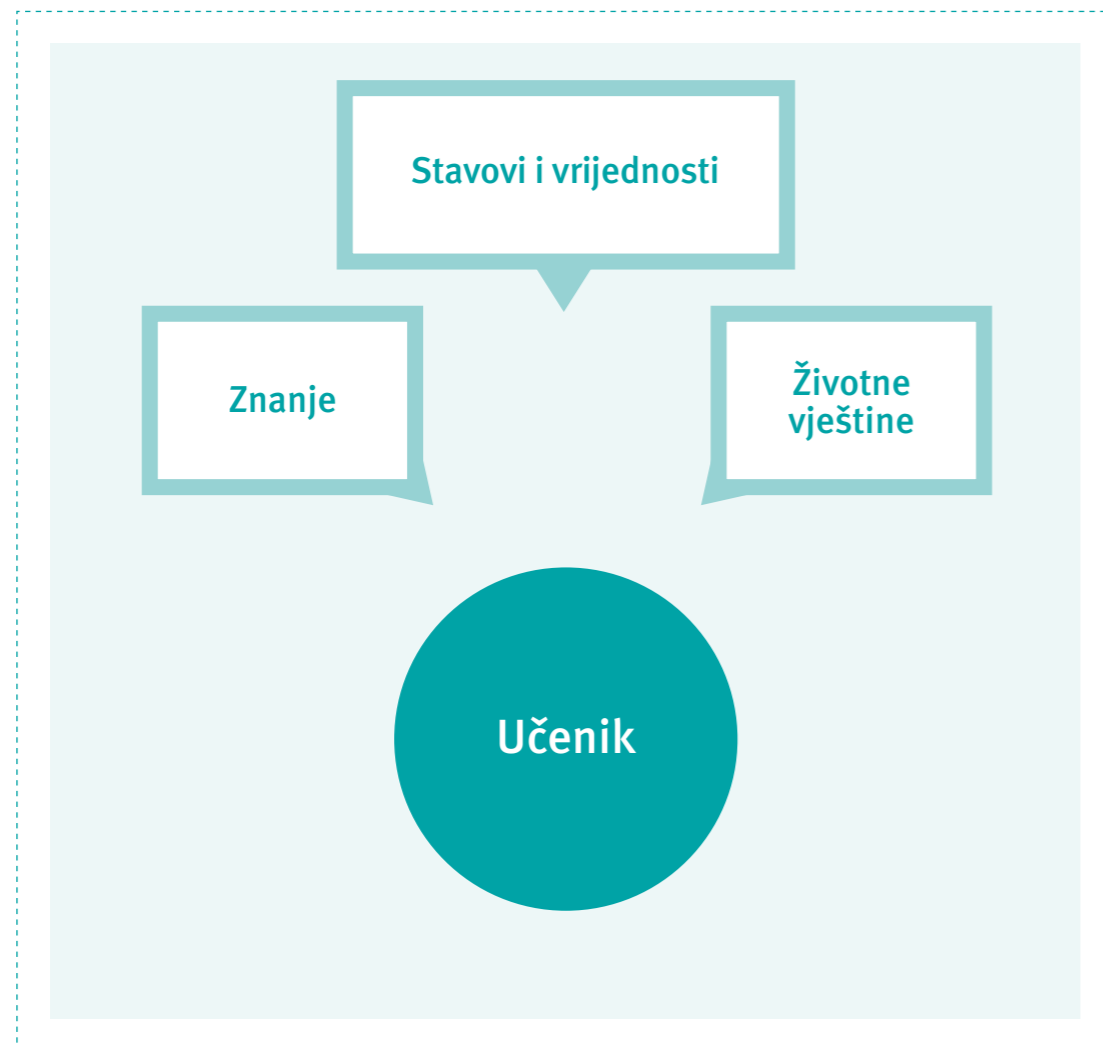
Zastarjeli pristupi učenju i proučavanju predvidjeli su da će uz adekvatno znanje mlada osoba imati dovoljno kompetencija da donese adekvatne i "zdravije" odluke. Novi pristup koji promovira i zagovara Program Y znatno je složeniji od tradicionalnog "ex-katedra" pristupa i usklađen je sa najsavremenijim obrazovnim standardima koje predlažu vodeće međunarodne obrazovne instance. Pored relevantnog znanja, Program Y podstiče usvajanje relevantnih stavova i vrijednosti i motiviše mlade ljude da donose promišljene odluke i da se sa više samopouzdanja suoče sa izazovima na koje nailaze u adolescentskoj dobi.

Napravili smo ovaj priručnik i ponudili ga školama, organizacijama i pojedincima na besplatno korištenje kako bi oni mogli koristiti nove i provjerene principe kao vrijedan resurs za donošenje odgovornih, nenasilnih, rodno ravnopravnih i zdravijih odluka.

Obrazovna osnova

Osnova Programa Y je obrazovanje i stoga priručnik koji držite u svojim rukama ili čitate na ekranu sadrži jasna uputstva i informacije koje su važne za organizaciju, koordinaciju i implementaciju obrazovnih aktivnosti sa mladim ljudima. Uzimajući u obzir da je škola mjesto u kojem mladi ljudi stiču nova znanja i životne vještine, prilagodili smo Program Y školama ili formalnom obrazovanju, a da pri tome nismo, naravno, isključili edukatore i trenere koji sprovode neformalne edukativne intervencije u školama. To je razlog zašto smo, pored uputstava za implementaciju edukativnih radionica i sesija, uključili rezultate učenja u Program Y u nadi da će to dati bolji uvid u očekivane rezultate - ishode učenja - profesorima, pedagozima i školskim psiholozima. Ishodi učenja isti su kao i ciljevi koji tumače promjenu u skladu sa oblastima, temama i sesijama koje će biti implementirane.

...prilagodili smo Program Y školama ili formalnom obrazovanju...



«S 14» Slika 1. Ishodi učenja Programa Y

Zašto fokus na rodnim normama?

Već dugi niz godina stvaramo pretpostavke o zdravlju i razvoju mladića.⁴ Najčešće pretpostavljamo da su dobro i da imaju manje potreba nego djevojke. U nekim drugim prilikama pretpostavljamo da je sa njima teško raditi, da su agresivni i da ne brinu za svoje zdravlje. Često ih vidimo kao počinioc nasilja nad drugim mladićima, nad samim sobom i nad ženama – bez da stanemo i pokušamo razumjeti načine na koje društvo često prihvaća nasilje počinjeno od strane mladića kao takvo. Nova istraživanja i perspektive zahtijevaju bolje razumijevanje načina na koji se mladići socijalizuju, šta im je potrebno u pogledu zdravog razvoja i kako ih zdravstveni edukatori i drugi mogu angažovati na adekvatniji i djelotvorniji način.

Osim toga, iako su brojne inicijative kroz istoriju nastojale da isprave rodne nejednakosti osnaživanjem žena, postoji sve veći konsenzus o tome da promovisanje rodne ravnopravnosti i poboljšanje zdravlja i dobrobiti žena takođe zahtijeva i angažovanje 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 pružili su osnovu za uključivanje muškaraca u napore za poboljšanje statusa žena i djevojaka. Na primjer, Program akcije Međunarodne konferencije o populaciji i razvoju (ICDP) nastoji da "promoviše rodnu ravnopravnost u svim sferama života, uključujući porodični život i život u okviru zajednice, i da podstakne i osposobi muškarce za preuzimanje odgovornosti za svoje seksualno i reproduktivno ponašanje i svoje društvene i porodične uloge". Od konferencija u Kairu i Pekingu, brojne agencije UN-a, vlade i organizacije civilnog društva su potvrdile potrebu da se radi sa muškarcima i dječacima. Godine 1998. Svjetska zdravstvena organizacija odlučila je da posveti posebnu pažnju

potrebama maloljetnih dječaka, prepoznavajući da su oni prečesto bili zanemareni u zdravstvenim programima za maloljetnike. Tokom 2000. i 2001. godine UNAIDS je posvetio Svjetsku kampanju o AIDS-u muškarcima i dječacima, shvatajući da ponašanje mnogih muškaraca izlaže riziku njih same kao i njihove partnere, te da muškarci moraju biti angažovani na mnogo bolje osmišljene načine kao partnere/partnerke u prevenciji HIV i AIDS-a i u pružanju podrške osobama koje žive sa AIDS-om. U skorije vrijeme vlade iz cijelog svijeta su izrazile zvanično opredjeljenje na 48. sjednici Komisije za status žena (CSW) iz 2004. godine za implementaciju niza aktivnosti koje uključuju muškarce i dječake u napore za postizanje rodne ravnopravnosti.

Pored rastućeg priznanja da rad sa muškarcima i dječacima na suprotstavljanju rodnoj nejednakosti može imati pozitivan uticaj na zdravlje i dobrobit žena i djevojaka, takođe postoji i bolje razumijevanje toga kako kruti ideali o rodu i maskulinitetu mogu dovesti do određene ranjivosti kod muškaraca i dječaka. O tome svjedoče njihove veće stope smrtnosti u saobraćajnim nesrećama, njihove veće stope samoubistava i nasilja, te njihove veće stope korištenja alkohola i supstanci u odnosu na žene i djevojke. Dakle, radi dobrobiti mladića i djevojaka, neophodno je da programi nastoje uključiti rodnu perspektivu u rad sa mladima.

Ali, šta to znači primijeniti "rodnu perspektivu" u radu sa mladićima? Rod – suprotno polu – odnosi se na različite načine na koje su muškarci i žene socijalizovani da razmišljaju, ponašaju se i oblače; to je način na koji se ove uloge, obično stereotipne, uče, jačaju i internalizuju. Ponekad pretpostavljamo da je način na koji se dječaci i muškarci ponašaju "prirodan" – da će "dječaci uvijek biti dječaci".

Međutim, korijeni ponašanja mnogih dječaka i muškaraca uključujući i to da li se dogovaraju sa svojim partnerkama o korištenju kondoma, bilo da vode brigu o djeci čiji su očevi ili da koriste nasilje protiv partnerki, mogu se naći u načinu na koji su dječaci odgojeni. Nije lako promijeniti način na koji odgajamo i posmatramo dječake. Međutim, on ima potencijal da transformiše rodne odnose, kao i da smanji brojne zdravstvene i socijalne ranjivosti sa kojima se suočavaju i žene i muškarci.

U mnogim društvima često postoji jedna ili više verzija maskuliniteta, ili načina na koje se neko ponaša kao muškarac, koji se smatraju "pravim" ili dominantnim načinom kako muškarac treba da se ponaša. Ovo se obično naziva hegemonični maskulinitet. U većini okruženja ovaj hegemonični maskulinitet je idealizovan i postaje način potčinjavanja ili marginalizacije muškaraca koji su drugačiji. Posmatrajući različita okruženja, u stvari, mi često vidimo mnoge sličnosti u definiciji muškosti i kako se od muškaraca očekuje da se ponašaju. Na primjer, mnoge kulture podržavaju ideju da biti "pravi muškarac" znači biti hranilac i zaštitnik svoje porodice i zajednice. Dječaci su često odgojeni da budu agresivni i skloni takmičenju – vještine koje se smatraju korisnim za njihove uloge hranilaca i zaštitnika. Oni su takođe često odgojeni da vjeruju u stroge kodekse "časti" koji ih obavezuju da se takmiče ili da koriste nasilje da bi se dokazali kao "pravi muškarci". Oni dječaci koji pokazuju interesovanje za kućne poslove kao što su kuvanje, čišćenje ili briga za mlađeg brata i/ili sestru, ili koji lako pokazuju svoja osjećanja, ili koji nisu imali seksualne odnose, mogu biti ismijani od strane svojih porodica i vršnjaka kao "slabići" ili se smatra da nisu pravi muškarci.

U pogledu njihovog ponašanja kada se radi o traženju zdravstvenih savjeta, dječaci su često odgojeni na način da se oslanjaju na same sebe, da ne vode računa o svom zdravlju i da ne traže pomoć kada su suočeni sa stresom. Ali, sposobnost da se govori o svojim problemima i da se potraži podrška je zaštitni faktor protiv korištenja supstanci, praktikovanja nezaštićenog seksa i učestvovanja u nasilju. Ovo bi moglo djelimično da objasni zbog čega postoji veća vjerovatnoća da će dječaci, u

poređenju sa djevojčicama, biti uključeni u nasilje i korištenje supstanci. Zaista, postoje mnogobrojna istraživanja koja potvrđuju da način na koji su dječaci odgojeni ima direktne posljedice po njihovo zdravlje. Na primjer, istraživanje sprovedeno na nacionalnom nivou u SAD među adolescentnim muškarcima starosne dobi između 15 i 19 godina otkrilo je da su oni mladići koji su imali seksističke ili tradicionalne poglede na muškost bili skloniji korištenju supstanci, uključenosti u nasilje i delinkvenciji, i praktikovanju nezaštićenog seksa nego oni adolescentni muškarci sa fleksibilnijim pogledima o tome šta "pravi muškarci" mogu da rade.⁵ Slični rezultati su, takođe, otkriveni u istraživanjima sprovedenim među mladićima u drugim različitim okruženjima, uključujući Brazil, Indiju, Južnu Afriku i Zapadni Balkan. Dakle, primjena rodne perspektive u radu sa mladićima podrazumijeva dvije glavne ideje:

(1) RODNA SPECIFIČNOST: Posmatranje specifičnih potreba dječaka u pogledu njihovog zdravlja i razvoja, zbog načina na koji su socijalizovani. Na primjer, to znači uključivanje dječaka u diskusije o korištenju supstanci ili rizičnom ponašanju i pružanje pomoći dječacima da shvate zbog čega će se možda osjećati primoranim da se ponašaju na takav način.

(2) RODNA JEDNAKOST: Angažovanje dječaka u diskusiju i razmišljanje o rodnim nejednakostima, u razmišljanje o situacijama u kojima su djevojke i žene često bile u nepovoljnom položaju i od njih se često očekivalo da na sebe preuzmu nesrazmjerni dio brige o djeci, o pitanjima seksualnog i reproduktivnog zdravlja i o kućnim poslovima.

Set radionica integrisan u ovaj priručnik pokušava da objedini ove dvije perspektive, nastojeći da prepozna specifične potrebe i realnosti mladića i djevojaka te da ih angažuje da preispitaju i promijenjene rodne odnose. Dokazi iz cijelog svijeta ukazuju na to da je veća vjerovatnoća da će programi koji primjenjuju ovu vrstu rodno transformativnog pristupa dovesti do promjena u stavovima i ponašanju mladića za razliku od onih programa koji ne pokušavaju na eksplicitan način da se bave pitanjem rodnih normi i da ih preispituju (Barker et al., 2007).

4 – Termin "mladići" se odnosi na muškarce u dobi između 15 i 24 godine, što odgovara starosnoj grupi "mladi" na način kako je to definisala Svjetska zdravstvena organizacija (SZO).

5 – W.H. Courtenay, "Bolje je umrijeti nego plakati? Longitudinalno i konstruktivističko istraživanje maskuliniteta i ponašanja rizičnog po zdravlje mladih američkih muškaraca" (Doktorska disertacija, Berkli Univerzitet u Kaliforniji, 1998.)

Od mladića kao prepreke do mladića kao saveznika

Diskusije o mladićima često se fokusiraju na njihove probleme – bilo na manjak njihovog pozitivnog učešća u pitanjima reproduktivnog i seksualnog zdravlja ili na njihovo ponekad nasilno ponašanje. Pojedine inicijative o zdravlju mladih posmatraju mladiće kao prepreke ili agresore. Zaista, neki mladići su nasilni prema svojim partnerkama. Neki su takođe nasilni jedni prema drugima. A mnogi mladići – previše njih – ne učestvuju u brizi o djeci i ne učestvuje adekvatno u potrebama seksualnog i reproduktivnog zdravlja njih samih kao ni njihovih partnerki. U isto vrijeme, postoji mnogo mladića koji pokazuju poštovanje u vezama sa svojim partnerkama i jedni prema drugima, kao i mnogo mladih očeva koji učestvuju u brizi o svojoj djeci.

Na osnovu istraživanja i naših ličnih iskustava kao edukatora, roditelja, profesora i stručnjaka iz oblasti zdravstva, jasno se vidi da mladići reaguju na ono što očekujemo od njih. Na osnovu istraživanja o delinkvenciji, znamo da je jedan od glavnih faktora povezanih sa delinkventnim ponašanjem kod mladića taj što ih roditelji, profesori i druge odrasle osobe etiketiraju ili identifikuju kao delinkvente. Veća je vjerovatnoća da će oni mladići koji osjećaju da ih svrstavaju i/ili tretiraju kao "delinkvente" postati delinkventi. Ako od mladića očekujemo da budu nasilni, ako od njih očekujemo da ne budu uključeni u brigu o djeci čiji su očevi, ako od njih očekujemo da ne učestvuju odgovorno u pitanjima seksualnog i reproduktivnog zdravlja, onda mi u stvari doprinosimo stvaranju samoispunjavajućeg proročanstva.

Zbog ovih, i mnogih drugih razloga, ovaj priručnik i aktivnosti sadržane u njemu su zasnovani na pretpostavci da mladiće treba posmatrati kao saveznike – potencijalne ili stvarne – a ne kao prepreke. Neki se mladići zaista ponašaju neodgovorno, pa čak i nasilno. Mi ne odobravamo njihovo ponašanje. Umjesto toga, vjerujemo da je neophodno da krenemo od onih stvari koje mnogi mladići rade dobro i vjerujemo u potencijal drugih mladića da rade to isto.

...mladići reaguju na ono što očekujemo od njih.

O priručniku

Priručnik se sastoji od četiri tematske cjeline:

Razvoj identiteta

- › Identitet, razum i osjećanja
- › Rod i rodne norme

Nasilje je OUT!

- › Od nasilja do mirne koegzistencije
- › Od nasilja do poštovanja u intimnim vezama, samokontrola i upravljanje emocijama
- › Psihoaktivne supstance

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava

- › Zdrava seksualnost, adolescentske trudnoće i seksualno i reproduktivno zdravlje i prava
- › Trudnoća, da ili ne, polno prenosive infekcije i HIV i AIDS

Roditelji 21. vijeka

- › Očinstvo i majčinstvo

Budi promjena kojoj težiš!

- › Resursi za organizaciju kampanja i komplementarnih aktivnosti uključivanja mladih u promociju pozitivnih stavova i vrijednosti.

Svaka od ovih cjelina sadrži uvod u temu, uključujući i kratak pregled relevantne literature, kao i smjernice za sprovođenje grupnih aktivnosti za rad sa mladim ljudima. Uvod u svaku od navedenih cjelina podijelili smo na stajališta mladića i stajališta djevojaka. Budući da je glavni cilj edukativnih radionica kreiranje prostora za dinamične diskusije u kojima se mladi ljudi mogu kritički osvrnuti na pitanje rodni normi, odnosa i različitih zdravstvenih tema, kao i "vježbati" vještine i sposobnosti neophodne za smanjenje rizičnog ponašanja i djelovati na pravičniji način, informacije o ova dva stajališta pomažu edukatorima i profesorima da imaju pristup fokusiran na oba roda uvažavajući njihove specifične potrebe i društveni uticaj na odluke koje donose.

Uvod u svaku od navedenih tematskih oblasti pruža uvodne informacije koje su važne za pripremu radionica i kritički uvid u potrebe adolescenata

u kontekstu pola, rodne perspektive i specifičnosti mladića i djevojaka tokom odrastanja. Ove informacije su posebno važne u kontekstu razumijevanja uticaja koji društvene norme imaju na usvajanje negativnih oblika ponašanja, kao i za razumijevanje i vezu između društvenih normi i ranjivosti oba roda i u vezi sa temama koje program Y obrađuje. Razumijevanje ove veze je osnova za prepoznavanje mogućih obrazovnih i drugih strategija koje se mogu preduzeti kako bi bio smanjen uticaj štetnih normi i osnaženi mladi ljudi prilikom suočavanja sa društvenim očekivanjima, svjesni štetnih uticaja i sposobni da prepoznaju i da počnu primjenjivati zdravije i nenasilne alternative sa više samopouzdanja.

Takođe, rodna perspektiva mladića i djevojaka koja je prikazana u uvodnim tekstovima je dodatni resurs koji je važan za kvalitetnu realizaciju radionica i ciljeve koje želimo da ostvarimo. Uzimajući u obzir sve navedeno, sigurni smo da će učesnici radionica naučiti da:

- › Uvažavaju dijalog i pregovore, a ne silu i nasilje, kao osnovu za odnose i rješavanje sukoba, i da koriste dijalog i pregovore u svojim međuljudskim odnosima;
- › Poštuju pojedince i grupe različitog porijekla i stila života, kao i da propituju stavove onih koji ne pokazuju takvo poštovanje;
- › Pokušaju da održe intimne odnose zasnovane na jednakosti i uzajamnom poštovanju;
- › Razgovaraju sa svojim partnerima o sigurnom seksualnom ponašanju i da dijele odgovornost za izbor i način zaštite bilo da su seksualno aktivni ili ne;
- › Zajednički donose odluke o reprodukciji sa svojim partnerima (u slučaju heteroseksualnih odnosa), uključujući i odgovornost za izbor i upotrebu sredstava za kontracepciju kako bi bile spriječena neplanirane trudnoće;
- › Odbace upotrebu nasilja nad intimnim partnerima i drugima; i
- › Shvate da je vođenje brige takođe muška osobina i da nastoje da se brinu za druge, uključujući i prijatelje, rodbinu, partnere i sopstvenu djecu.

Korištenje priručnika

Ovaj priručnik je namijenjen profesorima i profesionalnom osoblju za rad sa mladima, zdravstvenim radnicima, i/ili drugim stručnjacima, edukatorima, trenerima ili volonterima koji rade ili bi željeli da rade sa mladim ljudima. Svaka aktivnost je osmišljena tako da traje između 45 i 90 minuta i može se sprovesti u različitim okruženjima, od škola, omladinskih i sportskih klubova do parkova i vaspitno-popravnih domova za maloljetnike. Takođe je neophodno za osobu koja planira i održava radionice da obezbijedi sigurno okruženje za učenje i različite vježbe* koje su dio ovog priručnika.

Aktivnosti su zasnovane na modelu iskustvenog učenja prema kojem se mladi ljudi podstiču da preispitaju i analiziraju svoja iskustva i život sa ciljem da shvate kako rod ponekad može održavati nejednake moći u vezama i tako učiniti ranjivim i mladiće i djevojke. Ono što je najvažnije, aktivnosti angažuju učesnike da razmišljaju o tome kako oni mogu napraviti pozitivne promjene u svojim životima i zajednicama. Ovaj proces preispitivanja i promjena zahtijeva vrijeme. Iskustvo u korištenju ovog priručnika je pokazalo da je aktivnosti poželjno koristiti kao jednu cjelinu (ili izabranu grupu aktivnosti iz različitih cjelina), a ne da bude korištena samo jedna ili dvije aktivnosti. Mnoge aktivnosti se međusobno nadopunjuju i kada se koriste zajedno doprinose bogatijem i produktivnijem razmišljanju nego kada se koriste same.

U suštini, izgleda da aktivnosti najbolje funkcionišu sa manjim grupama (npr. 8 do 25 osoba) iako se takođe mogu koristiti i sa većim grupama. Međutim, prevelika grupa može smanjiti šanse da svi učesnici daju svoj puni doprinos. U početku rada sa ovim priručnikom voditelj bi takođe trebalo da bude svjestan da će to vjerovatno za mnoge mlade ljude biti prvi put da učestvuju u edukativnom procesu koji uključuje grupnu diskusiju u kojoj će pojedinačno razgovarati o mladićima i djevojkama. Iako bi neki učesnici na početku možda mogli reći da je to neobično ili čudno, voditelj bi trebalo da im pomogne da shvate zašto je važno da razgovaraju i o jednim i o drugima imajući u vidu bogatstvo različitosti, mogućnosti i specifičnih potreba.

Iako su ove aktivnosti namijenjene mladim ljudima starosne dobi između 15 i 24 godine, svjesni smo činjenice da postoji širok spektar problema i iskustava unutar ove grupe. I dok zajednički rad može ponuditi mnogo prednosti, takođe je važno obezbijediti da mladi ljudi na raspolaganju imaju neophodan prostor kako bi se mogli fokusirati na ona pitanja koja su najrelevantnija za



* Sve tabele resursa i svi radni materijali neophodni za izvođenje radionica u formatu pogodnom za štampanje, nalaze se na www.youngmeninitiative.net u sekciji resursa pod nazivom Program Y - radni materijali

njihove živote i veze – sa tim ciljem mnoge organizacije često rade sa mladim ljudima grupisanim prema starosnoj dobi u grupe od 15 do 19 godina i od 20 do 24 godine.

Rad sa mladim ljudima nije uvijek lak i predvidiv zadatak. Mnoge aktivnosti navedene u ovom priručniku bave se složenim ličnim temama, kao što su seksualnost, mentalno zdravlje i iskustva sa nasiljem. Moglo bi se desiti da se neki od učesnika otvore i izraze svoja osjećanja tokom ovog procesa, dok drugi jednostavno neće željeti da govore. Neke od tih aktivnosti nisu namijenjene za upotrebu kao grupna terapija, ali bi ih trebalo koristiti da podstaknu dovoljan nivo samorefleksije među učesnicima kako bi oni mogli učiti iz ličnih iskustava, preispitivati krute ideale roda i maskuliniteta i feminiteta, kao i promijeniti svoje stavove i ponašanje. Na voditelju je da procijeni i unaprijedi nivo prihvatljivosti tema kod učesnika i da vodi aktivnosti na takav način da potpomogne iskrena razmišljanja, ali da to u isto vrijeme ne bude sesija grupne terapije. Istovremeno, voditelj bi trebalo da bude spreman na mogućnost da je nekim pojedincima možda potrebno posvetiti posebnu pažnju, a u nekim slučajevima uputiti ih na profesionalne službe ili savjetovanje.

Iskusni voditelji su ključni dio grupnog obrazovnog procesa. Prije početka rada sa mladim ljudima od ključne je važnosti da su voditelji upoznati sa temama iz ovog priručnika, da imaju iskustva u radu sa mladim ljudima i da imaju podršku svojih institucija/organizacija i/ili drugih odraslih osoba za izvođenje ovih aktivnosti. Glavna uloga voditelja je da kreiraju otvoreno i iskreno okruženje puno uzajamnog poštovanja, gdje ne postoje a priori osude ili kritike stavova, jezika ili ponašanja mladih ljudi i gdje se mladi ljudi neće osjećati neprijatno ukoliko skrenu izvan "politički korektnog govora" kojeg u početku mogu koristiti. S obzirom na to da bi moglo doći do konfliktnih situacija neophodno je da voditelji posjeduju potrebne vještine da intervišu u takvim situacijama i promovišu poštovanje različitih mišljenja.

Konačno, aktivnosti treba da budu sprovedene u privatnom i prijatnom prostoru u kojem se mladi ljudi mogu slobodno kretati. Mnogi mladi ljudi vole kretanje, a to može biti korisno za njihovu veću uključenost u aktivnosti. Isto tako, mladim ljudima je neophodan visok unos kalorija za njihov rast i razvoj i, kada je to moguće, preporučljivo je da bude obezbijeđena užina za učesnike.

Video-kolekcija: "Bio jednom jedan dječak" i "Bila jednom jedna djevojčica"

Uz ovaj priručnik⁶ dolaze dva crtana filma, bez riječi, pod nazivom "Bio jednom jedan dječak" (eng. "Once Upon a Boy") i "Bila jednom jedna djevojčica" ("Once Upon a Girl"). Ovi crtani filmovi prikazuju priče o jednom dječaku i jednoj djevojčici i izazovima sa kojima se oni suočavaju tokom odrastanja. Oni se suočavaju sa društvenim normama, nasiljem u porodici, homofobijom, sumnjama u vezi sa svojom seksualnošću, svojim prvim seksualnim iskustvom, trudnoćom, polno prenosivim infekcijama (SPI) i roditeljstvom. Na zabavan i pažljiv način ovi crtani filmovi uvode teme koje se obrađuju u aktivnostima opisanim u ovom priručniku. Često smo smatrali korisnim da upotrijebimo crtani film kao uvod u aktivnost – kako bismo pobudili interesovanje kod mladih ljudi i procijenili njihove prvobitne stavove u pogledu različitih pitanja koja se obrađuju u ovom priručniku.

Navedene crtane filmove možete pogledati/preuzeti sa sljedećih web stranica:
<http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-boy/>
<http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-girl/>

Modaliteti implementacije časova/radionica

Dizajn Programa Y - Mladi omogućava školama i organizacijama da tokom četiri godine obrazovanja sami planiraju i implementiraju aktivnosti usmjerene na usavršavanje znanja i životnih vještina učenika putem obuke na kojoj će naučiti da donose odluke koje doprinose razvoju rodne ravnopravnosti, podstiču ili promovišu zdrave životne stilove, podstiču nenasilno ponašanje podsticanjem pozitivnih interakcija među mladima.

Iako svi moduli čine cjelinu, profesori mogu kombinovati module iz različitih oblasti, pa čak i koristiti samo jedan, a to znači da profesor ima slobodu izbora modula, redoslijeda, a na kraju i koncepta koji će biti korišćen. Modularna i interaktivna nastava obezbjeđuje veće učešće učenika u procesu učenja, a predloženi proces učenja se zasniva na principu "učenik u centru". Sve radionice integrisane u ovom priručniku zasnivaju se na principu da je profesor/edukator osoba koja vodi radionicu, ohrabruje i podstiče učešće učenika koristeći pedagoške principe i standarde.

⁶ — Oba ova crtana filma koriste se u ovom priručniku uz dozvolu Instituta Promundo, Rio de Janeiro, Brazil, <http://promundoglobal.org/>

...suočavaju sa društvenim normama, nasiljem u porodici, homofobijom, sumnjama u vezi sa svojom seksualnošću...

Učenici su važan resurs i potencijalni saveznici u nastavnom procesu. Njihovo aktivno učešće obezbjeđuje da se čuje njihov glas, stav, mišljenje i trenutno razmišljanje o određenoj temi svake pojedinačne radionice. To je razlog zašto su učenici vlasnici rezultata radionice; oni ih oblikuju, a profesori i edukatori ih vode u tom procesu ka željenim, strukturisanim i definisanim zaključcima. Iako tokom radionica učenici uče o određenim pitanjima, oni su takođe direktno uključeni u analizu ponuđenih situacija, oni nude i razgovaraju o adekvatnim rješenjima i alternativama i analiziraju zaključke prije nego što ih usvoje. Na taj način učenici analiziraju određene probleme u više različitih faza i nude adekvatna rješenja pod nadzorom profesora i edukatora/trenera.

S obzirom na to da većina radionica ne zahtijeva posebnu infrastrukturu, veliki broj modula može se primijeniti u vanškolskom okruženju (parkovi, izletišta), što dodatno unapređuje časove i pruža dodatnu slobodu profesorima da osmisle okruženje koje može pozitivno odgovoriti na temu, oblast i koncept koji primjenjuju.

Očekivani rezultati i ishodi učenja

Program Y se zasniva na interaktivnom pristupu koji podstiče aktivno učešće učenika u procesu učenja definisanih sadržaja, ali takođe, s obzirom na to da je sadržaj ispunjen različitim igrama, vježbama i diskusijama, on motiviše učenike da pristupe učenju otvoreno, aktivno, uz male ili nikakve prepreke u njihovom učenju. Učenje je zahtjevan proces koji traži obučeno osoblje, kao i učenike koji posjeduju prethodno znanje koje je osnova za dalje obrazovanje. Program Y je osmišljen na način da ga je lako realizovati bez posebne obuke, ali je posebno važno naglasiti da ishodi učenja ne zavise od prethodnog znanja učenika o temama koje su dio Programa Y.

Razumijevanje i poštovanje principa rodne ravnopravnosti, nulte tolerancije prema rodno zasnovanom nasilju, protivljenje upotrebi psihoaktivnih supstanci i usvajanje zdravih životnih stilova su

Maksimalno trajanje radionica je dva školska časa, a minimalno jedan školski čas u zavisnosti od interesovanja učenika. Za sve zainteresovane edukatore i edukatore, koji planiraju implementaciju edukativnih radionica iz Programa Y, obezbijeđene su smjernice u vezi sa trajanjem radionica i neophodni materijali, tako da je važno prije izvođenja svake sesije konsultovati priložena uputstva, a koja su sastavni dio svake pojedinačne radionice u Priručniku.

Određene sesije zahtijevaju pripremu materijala za učenje i oni su priloženi uz odgovarajuće sesije. U tom smislu dobar profesor/edukator bi prije početka tih sesija trebalo da kopira materijale, jer su oni osnova za diskusiju, alat za učenje i resurs za analizu.

Svi moduli su testirani u srednjim školama različitih usmjerenja (tehnička škola, medicinska škola, sportska gimnazija i sl.), tako da sa sigurnošću možemo zaključiti da moduli mogu odgovoriti interesima i potrebama učenika bez obzira na školu koju pohađaju, usmjerenje, itd.

zahtjevni zadaci za učenike, kao i za profesore ili edukatore koji žele da podstaknu učenike da usvoje navedene oblike ponašanja.

U posljednje dvije decenije mnoge međunarodne obrazovne institucije prepoznale su važnost i mogućnost nadopunjavanja znanja i razvoja životnih vještina. U tom smislu, znanje i informacije predstavljaju platformu za razvoj, usvajanje i jačanje životnih vještina kao važnih saveznika u prevenciji nasilja i promociji zdravih životnih stilova.

Brojni problemi sa kojima se suočavaju adolescenti tokom odrastanja su rezultat internih i eksternih faktora. U kontekstu internih faktora moramo naglasiti sljedeće: znanje, svijest, obaviještenost i posjedovanje važnih psiho socijalnih vještina koje su predispozicija za donošenje nenasilnih, rodno-ravnopravnih i zdravih odluka. Eksterni faktori su

uticaj porodice, medija, vršnjaka i drugih društveno-kulturnih faktora koji utiču na formiranje identiteta mlade osobe, ali takođe i na vrijednosti koje mlada osoba usvaja u interakciji sa svojom okolinom.

Stoga Program Y nije alat usmjeren isključivo na obrazovanje i informisanje mladih ljudi, već je to takođe testirana i dokazana platforma koja nudi konkretne smjernice za profesore, edukatore, trenere i pedagoge o tome kako da pruže znanja i informacije i kako da ih koriste za razvoj životnih vještina koje su ključne kompetencije u donošenju zdravih i nenasilnih odluka.

Program Y, osim uputstava za implementaciju svake pojedinačne sesije, nudi prateće sadržaje koji omogućavaju učenicima da dobiju sve potrebne informacije iz oblasti učenja što je važno za njegovo razumijevanje i ostvarenje definisanih ishoda učenja. Različite vježbe, diskusije, edukativne igre i radionice pružaju učenicima potrebna znanja o onoj životnoj vještini koja će im pomoći da donose promišljene odluke o svom zdravlju u budućnosti bez nasilja i nejednakosti na bilo koji način.

Sveobuhvatni cilj Programa Y je promocija i usvajanje zdravih životnih stilova i nenasilnog ponašanja među mladima osporavanjem rodni stereotipa. Holistički pristup na kojem se Program Y zasniva i definiše interaktivnu metodologiju koja je integrisana u sve aktivnosti doprinosi realizaciji sveobuhvatnog cilja kroz jačanje znanja učenika (kognitivni razvoj), usvajanje novih i jačanje postojećih životnih vještina (psihomotorni razvoj) i promjena/ usvajanje stavova i vrijednosti (afektivni razvoj).

U širem kontekstu učešće u aktivnostima definisanim u Programu Y pomažu učenicima u razvoju:

- › Identiteta
- › Emocionalne inteligencije
- › Jačanja vještina interpersonalne komunikacije
- › Pregovaračkih vještina
- › Životnih vještina sa naglaskom na kritičko razmišljanje i donošenje odluka
- › Sposobnosti za rješavanje problema
- › Vještine za rješavanje kriznih situacija
- › Pro-društvenih i društvenih kompetencija
- › Rodno ravnopravnih stavova i vrijednosti
- › Zdravih životnih stilova u kontekstu prevencije korištenja psihoaktivnih supstanci i zaštite seksualnog i reproduktivnog zdravlja
- › Tolerantnog odnosa prema drugim i "drugačijim" ljudima
- › Samopouzdanja
- › Vještine da se suprotstavi vršnjačkom pritisku
- › Empatije

Program Y namijenjen je učenicima srednjih škola i zbog toga je cijeli taj proces učenja podijeljen na četiri školske godine. Sesije međusobno nadopunjuju jedna drugu i zbog toga smo definisali zajedničke ciljeve u sve četiri godine, za svaku godinu pojedinačno:

...cilj Programa Y je promocija i usvajanje zdravih životnih stilova i nenasilnog ponašanja među mladima...

GODINA 1 - Razvoj identiteta - KO SAM JA, ko si ti?

Prvo polugodište: Identitet, razum, osjećanja, rod i rodne norme

- Radionica 1: Šta je to što zovemo rod?
- Radionica 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena
- Radionica 3: Izražavanje vlastitih osjećanja
- Radionica 4: Šta bih želio/željela da uradim sa svojim životom? Kako na mene utiču drugi?
- Radionica 5: Ljubavna priča

Drugo polugodište: NASILJE JE OUT! Od nasilja do mirne koegzistencije

- Radionica 6: Šta je nasilje?
- Radionica 7: Živa budala ili mrtav heroj
- Radionica 8: Shvatanje ciklusa nasilja
- Radionica 9: Etiketiranje
- Radionica 10: Šta je seksualno nasilje?
- Radionica 11: Moć i odnosi

Kognitivni ishodi:

- › Učenici mogu definisati rod, rodne konstrukte i vezu sa rodnom neravnopravnošću
- › Učenici mogu procijeniti i opisati uticaje maskuliniteta i feminiteta na razvoj identiteta, ponašanja i stavova
- › Učenici mogu dati primjere negativnog uticaja rodni normi na iskazivanje osjećanja te su u stanju opisati na koji način u određenim okolnostima mogu iskazati vlastite emocije adekvatno
- › Učenici mogu dati primjere verbalizovanja osjećanja i znaju verbalizovati vlastita osjećanja
- › Učenici su sposobni da daju primjere stereotipnih stavova i predrasuda koji ohrabruju nasilje
- › Učenici su u mogućnosti da navedu primjere društvenih uloga i odgovornosti zasnovanih na stereotipnim rodni podjelama
- › Učenici znaju opisati uticaje rodne nejednakosti i krutih društvenih normi na živote i mogućnosti ljudi
- › Učenici znaju opisati termine nasilje i rodno zasnovano nasilje
- › Učenici su sposobni da procijene i navedu primjere negativnih uticaja rodni konstrukata maskuliniteta i feminiteta na pojavu nasilja
- › Povećanje znanja učenika o različitim oblicima nasilja (vršnjačko, rodno, seksualno, porodično i sajber)
- › Učenici znaju nabrojati najčešće uzroke i posljedice različitih oblika (vršnjačko, rodno, seksualno, porodično i sajber) nasilja
- › Učenici znaju povezati kako pojedine forme maskuliniteta i feminiteta doprinose pojavi vršnjačkog nasilja
- › Učenici znaju opisati ciklus nasilja i različite faze ciklusa
- › Učenici su u mogućnosti da predvide do kakvih posljedica dovodi indolentan odnos prema nasilju kojem svjedoče
- › Učenici znaju da ne postoje blaže i teže forme nasilja i da svako nasilje ostavlja posljedice

Afektivni ishodi:

- › Učenici revidiraju osuđujuće stavove u vezi rodni uloga i mijenjaju ponašanje u skladu sa novim informacijama i dokazima
- › Učenici demonstriraju uvjerenja o važnosti dostizanja većeg stepena rodne jednakosti
- › Učenici podržavaju individualnost u ekspresiji rodni identiteta
- › Učenici prihvataju individualnost u ekspresiji vlastitih osjećanja i osjećanja drugih
- › Učenici pokazuju spremnost za korištenjem nenasilne komunikacije u rješavanju konfliktnih situacija
- › Učenici se uključuju u diskusije sa vršnjacima zagovarajući nenasilnu komunikaciju kao ključnu u rješavanju konfliktnih situacija
- › Učenici pokazuju posvećenost postizanju većeg stepena socijalne pravde i socijalne pravde
- › Učenici pokazuju empatiju prema žrtvama nasilja i rodno zasnovanog nasilja
- › Učenici demonstriraju neosuđujuće stavove tokom diskusija o socijalnim manjinama
- › Učenici se uključuju u grupne aktivnosti koje ohrabruju nenasilno ponašanje
- › Učenici pokazuju empatiju prema žrtvama nasilja
- › Učenici znaju da ne postoje blaže i teže forme nasilja i da svako nasilje ostavlja posljedice

Psihomotorni ishodi:

- › Učenici prepoznaju posljedice doslovnog pridržavanja rigidni normi
- › Učenici procjenjuju kako pojedinačne rigidne rodne norme dovode do specifičnih problema u ponašanju
- › Učenici koriste pregovaračke vještine u komunikaciji sa vršnjacima
- › Učenici koriste aktivno slušanje tokom razgovora i diskusija sa vršnjacima
- › Učenici primjenjuju vještine kritičkog razmišljanja u donošenju zaključaka i odluka tokom vođenih diskusija i zadataka o nasilju i rješavanju konfliktnih situacija
- › Učenici prepoznaju različite emocije (ljutnja, strah, euforija i sl.) sagovornika i prilagođavaju komunikaciju u cilju sprečavanja nastanka konflikta

GODINA 2 – Nasilje je OUT!

Prvo polugodište: Od nasilja do mirne koegzistencije

- Radionica 12: Od nasilja do poštovanja u intimnim vezama
- Radionica 13: Muškarci i nasilje
- Radionica 14: Prizori zabavljanja
- Radionica 15: Agresivni, pasivni ili asertivni (samopouzđani)
- Radionica 16: Pregovaračke vještine
- Radionica 17: Razbijanje tišine i traženje pomoći
- Radionica 18: Šta radim kad sam ljut/a?

Drugo polugodište: Droge/alkohol i donošenje odluka

- Radionica 19: Šta su droge?
- Radionica 20: Droge u našim životima i zajednicama
- Radionica 21: Zadovoljstva i rizici
- Radionica 22: Razgovor o alkoholu i alkoholizmu
- Radionica 23: Donošenje odluka i (zlo)upotreba supstanci

Kognitivni ishodi:

- › Učenici znaju nabrojati najčešće oblike nasilja u intimnim vezama
- › Učenici znaju objasniti povezanost maskuliniteta sa pojavom nasilja
- › Učenici navode primjere pozitivnih oblika maskuliniteta koji dovode do rodne jednakosti u vezama i jednakoj raspodjeli moći u donošenju odluka
- › Učenici znaju objasniti razliku između zdravih i nezdravih prijateljskih i intimni odnosa
- › Učenici argumentovano diskutuju o poziciji žrtve, nasilnika i svjedoka nasilja te su sposobni da objasne poziciju i mogućnosti svakog od navedeni
- › Učenici definiraju asertivno, agresivno i pasivno ponašanje
- › Učenici znaju objasniti pozitivne strane mirnog rješavanja konfliktnih situacija
- › Učenici dijele psihoaktivne supstance na legalne i nelegalne i znaju objasniti razloge ovakve kvalifikacije
- › Učenici znaju objasniti povezanost društveni normi sa upotrebom psihoaktivni supstanci te opisuju posljedice upotreba na ponašanje i donošenje odluka
- › Učenici znaju opisati strategije pregovaranja u cilju pozitivnog nošenja sa negativnim vršnjačkim pritiscima u vezi upotrebe psihoaktivni susptanci

Afektivni ishodi:

- › Učenici demonstriraju stavove koji reflektuju nultu toleranciju prema nasilju u vezama
- › Učenici demonstriraju uvjerenja o individualnoj i društvenoj odgovornosti u prevenciji nasilja kroz nenasilne i rodno ravnopravne stavove i mišljenja
- › Učenici (mladići) koriguju stavove u vezi muškosti te kroz interakciju sa drugim učenicima zagovaraju forme maskuliniteta koje obeshrabruju upotrebu nasilja kao modela rješavanja sukoba i konflikta
- › Učenice (djevojke) demonstriraju stavove koji ljubomoru i restrikcije distanciraju od osjećaja ljubavi i međusobnog poštovanja
- › Učenici se suosjećaju sa žrtvama vršnjačkog i rodno zasnovanog nasilja i to pokazuju kroz stavove koji promovišu nenasilnu komunikaciju
- › Učenici demonstriraju stavove koji podstiču toleranciju, poštovanje manjina i drugih, kao i drugačijih ljudi
- › Učenici prilagođavaju stavove o upotrebi alkohola, duvana i droga u odnosu na nove informacije
- › Učenici demonstriraju stavove koji upotrebu alkohola i droga interpretiraju kao značajan faktor pojave rizičnih ponašanja
- › Učenici izbjegavaju korištenje stereotipnih izjava o upotrebi lakših i težih droga i psihoaktivnih supstanci

Psihomotorni ishodi:

- › Učenici koriste preporučene vještine (mirnog i nenasilnog rješavanja konflikata ili problema) u kontroli emocija
- › Učenici formulišu strategije suprotstavljanja uticaju vršnjaka na odluke u upotrebi psihoaktivnih susptanci
- › Učenici koriguju lične stavove o percepciji upotrebe psihoaktivnih susptanci kao pozitivnih oblika muškosti i ženskosti
- › Učenici koriste preporučene vještine samokontrole i smanjenja bijesa
- › Učenici koriste vještine aktivnog slušanja u komunikaciji sa svojim vršnjacima
- › Učenici procjenjuju koje su posljedice podložnosti vršnjačkim uticajima

GODINA 3 - Seksualnost i ZAŠTITA seksualnog i reproduktivnog zdravlja i PRAVA**Prvo polugodište: Seksualno i reproduktivno zdravlje**

- Radionica 24: Briga o sebi: muškarci, žene, rod i zdravlje
- Radionica 25: Zdravlje mladića
- Radionica 26: Tijela muškaraca
- Radionica 27: Tijela žena
- Radionica 28: Hoću, neću, hoću, neću
- Radionica 29: Rizikujem kada...
- Radionica 30: Adolescentska trudnoća

Drugo polugodište: Polno prenosive infekcije, kontracepcija i prava

- Radionica 31: Zdravlje, SPI, HIV i AIDS
- Radionica 32: Prenošenje HIV-a i AIDS-a: u potrazi za potpisom
- Radionica 33: Kontracepcija
- Radionica 34: Šta su seksualna i reproduktivna prava?
- Radionica 35: Seksualne različitosti

Kognitivni ishodi:

- › Učenici znaju opisati na koji način vaspitanje utemeljeno na rigidnim društvenim normama doprinosi razvoju indolentnog odnosa prema zdravlju i usvajanju stavova koji su rizični faktor za zdravlje
- › Učenici znaju opisati vezu higijenskih navika sa očuvanjem zdravlja
- › Učenici znaju pobrojati organe muškog i ženskog reproduktivnog sistema te opisati njihove funkcije
- › Učenici mogu opisati pozitivne strane seksualne apstinencije
- › Učenici znaju opisati rizike koji prate seksualno ponašanje te definisati strategije umanjenja ili eliminacije pojedinačnih rizika
- › Učenici opisuju negativne strane adolescentne trudnoće
- › Učenici znaju nabrojati najčešće polno prenosive infekcije te njihove posljedice na zdravlje
- › Učenici definišu mehanizme prenosa pojedinačnih polno prenosivih infekcija uključujući HIV te znaju objasniti koje su metode zaštite efikasne u zaštiti pojedinačnih infekcija
- › Učenici znaju razliku između modernih i tradicionalnih metoda kontracepcije te mogu nabrojati najčešće metode i opisati mehanizme zaštite
- › Učenici znaju razliku između dvojne zaštite (kontekst polno prenosivih infekcija i neplanirane trudnoće) i kontracepcije (neplanirana trudnoća)
- › Učenici znaju nabrojati seksualna i reproduktivna prava te objasniti značaj ovih prava u kontekstu zaštite zdravlja
- › Učenici su upoznati sa seksualnim različitostima

Afektivni ishodi:

- › Učenici identifikuju lažne i prividne društvene norme o seksualnosti
- › Učenici demonstriraju stavove koji reflektuju njihovu sposobnost da definišu povezanost upotrebe psihoaktivnih susptanci sa rizičnim seksualnim ponašanjima
- › Učenici su svjesni da svi mladi ljudi nisu seksualno aktivni
- › Učenici prihvataju apstinenciju kao pozitivan izbor
- › Učenici se aktivno uključuju u diskusije o uticaju rigidnih društvenih normi na formiranje stavova o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i pravima, promovirajući pozitivne društvene vrijednosti i rodnu jednakost
- › Učenici pokazuju spremnost za korištenjem pregovaračkih vještina u formiranju odluke o njihovom seksualnom i reproduktivnom zdravlju
- › Učenici prihvataju različitosti i demonstriraju tolerantne stavove prema drugima i drugačijima
- › Učenici prihvataju predložene instrukcije o očuvanju seksualnog i reproduktivnog zdravlja kao strategiju očuvanja generalnog zdravlja
- › Učenici prihvataju seksualno i reproduktivno zdravlje kao važan segment cjelokupnog zdravlja
- › Učenici demonstriraju rodno ravnopravne stavove u vezi odnosa među ljudima, posebno u kontekstu pregovaranja i donošenja odluka o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i pravima

Psihomotorni ishodi:

- › Učenici koriste predložene pregovaračke vještine u razgovoru sa svojim vršnjacima
- › Učenici koriste vještine aktivnog slušanja u komunikaciji sa svojim vršnjacima
- › Učenici procjenjuju koje su posljedice podložnosti vršnjačkim uticajima u kontekstu seksualnog i reproduktivnog zdravlja
- › Učenici demonstriraju neosuđujuće stavove u vezi seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava
- › Učenici koriste vještine suprotstavljanja negativnim vršnjačkim uticajima u vezi seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava
- › Učenici u procesu donošenja odluka, kritički razmišljaju o konačnom ishodu svake pojedinačne odluke te mogu identifikovati potencijalne rizike i posljedice

GODINA 4 - RODITELJI 21. VIJEKA

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

Radionica 36: Kako to misliš?

Radionica 37: Muškarci kao staratelji

Radionica 38: Trudnoća...da ili ne? Biti majka

Radionica 39: Sve u isto vrijeme

Radionica 40: Šta je posao žene?

Kognitivni ishodi:

- › Učenici opisuju razliku između odgovornog i neodgovornog roditeljstva
- › Učenici znaju objasniti značaj uključenosti oba roditelja u vaspitanje i rad sa djecom
- › Učenici su sposobni da opišu kako rodna socijalizacija utiče na percepciju uloge očeva i majki u vaspitanju djece
- › Učenici znaju objasniti kakvu korist ima dijete ukoliko je u vaspitanje aktivno i podjednako uključen otac
- › Učenici integrišu nove informacije u formiranju stavova o odgovornom roditeljstvu i specifičnim ulogama majki i očeva u planiranju porodice i vaspitanju
- › Učenici procjenjuju i opisuju kakve su posljedice neravnopravne uloge žena u vaspitanju u odnosu na djecu i porodicu
- › Učenici znaju objasniti koje su posljedice maloljetničke trudnoće na zdravlje, obrazovanje, ekonomski status i kvalitet života
- › Učenici identifikuju društvene nejednakosti i posljedice istih na porodicu, prava žena i blagostanje djece

Afektivni ishodi:

- › Učenici demonstriraju rodno ravnopravne stavove u pogledu starateljstva i promovisanje većeg učešća mladih ljudi u starateljstvu u svojim domovima, vezama i zajednicama
- › Učenici prihvataju jednaku odgovornost mladića i djevojaka u sprečavanju neplanirane trudnoće i planiranju porodice
- › Učenici učestvuju u kućanskim poslovima suprotstavljajući se rigidnim društvenim normama i ulogama
- › Učenici demonstriraju rodno ravnopravne stavove o ulogama i odgovornostima muškaraca i žena u vaspitanju i brizi o djeci
- › Učenici modifikuju vlastite stavove o ulozi muškaraca kao staratelja, shodno novim informacijama i dokazima
- › Učenici mijenjaju stavove o ulozi žene u širem društvenom kontekstu (u kući, u porodici i društvu)
- › Učenici demonstriraju posvećenost postizanju većeg stepena rodne ravnopravnosti kroz ekspresiju rodno ravnopravnih stavova i vrijednosti

Psihomotorni ishodi:

- › Učenici koriste predložene pregovaračke vještine u razgovoru sa svojim vršnjacima o pitanjima ravnopravne i jednake uloge očeva i majki u planiranju porodice i vaspitanju djece
- › Učenici koriste vještine aktivnog slušanja u komunikaciji sa svojim vršnjacima
- › Učenici prilagođavaju svoje ponašanje novim informacijama o važnosti aktivnog uključivanja muškaraca u obavljanje kućanskih poslova
- › Učenici integrišu nove informacije u stavove i koriste rodno ravnopravne argumente u diskusijama sa vršnjacima o ulozi muškaraca u brizi i vaspitanju djece
- › Učenici pokazuju empatiju prema ženama koje su žrtve rodne nejednakosti i nasilja u porodici

Takođe, Program Y osnažuje mlade ljude da samostalno uđu u svijet odraslih, potpuno informisani i spremni za brojne izazove i mogućnosti koje ih očekuju. Kroz rad sa mladićima i djevojkama, Program Y pokušava da ohrabri mladiće da aktivno učestvuju u stvaranju društva koje promovira principe jednakosti i zagovara njihovu integraciju u različite društvene dimenzije. Posebno je važno naglasiti da Program Y osnažuje djevojke koje se suočavaju sa teretom društvene nejednakosti (koje nose težak teret) u ostvarivanju različitih prava i mogućnosti da imaju jednaka prava kao i muškarci.

Osnažene djevojke...

- › Ohrabruju se da aktivno razmišljaju o budućnosti;
- › Samostalno donose odluke o svom tijelu, zdravlju i seksualnosti;
- › Kontrolišu prihode i lične resurse;
- › Samostalno donose odluke o obrazovanju;
- › Imaju mogućnost da koriste svoje slobodno vrijeme;
- › Koriste zdravstvene usluge;
- › Pismene su;
- › Govore u javnosti;
- › Svjesne su rodne nejednakosti i kako one utiču na živote žena i muškaraca;
- › Znaju o ljudskim pravima;
- › Mogu identifikovati kulturološke i medijske uticaje koji potkopavaju osjećanje žena o sebi samima;
- › U stanju su da kažu "ne" neželjenom seksualnom odnosu;
- › Prepoznaju svoje lične sposobnosti;
- › Vjeruju da muškarac nema pravo da izvrši nasilje nad njima;
- › Preduzimaju akciju ako muškarac izvrši nasilje nad njima;
- › Prepoznaju i ispoljavaju potrebe i emocije;
- › Svjesne su posljedica upotrebe i zloupotrebe droga;
- › Dijele kućne odgovornosti i odgovornosti u vezi sa brigom o djeci sa svojim partnerima;
- › Svjesne su konkretnih zakona koji utiču na živote žena;
- › Imaju grupe za podršku ženama;
- › Imaju pristup pozitivnim ženskim uzorima.

U kontekstu metodologije Programa Y očekivani rezultati sljedećih životnih vještina predmet su razvoja kroz sve specifične module:

KOGNITIVNE VJEŠTINE

Promišljen razvoj i usvajanje novih znanja omogućava učenicima da kritički analiziraju određene norme, tradicije i ponašanja i da samostalno donose promišljene odluke. Kognitivne vještine omogućavaju mladim ljudima da koriste znanje koje su stekli u formiranju svojih stavova i vrijednosti i da procijene kako neki postupak dovodi do pozitivnih ili manje pozitivnih rezultata. Kognitivne vještine su najvažnije vještine, koje su u fokusu svih modula koji su zastupljeni u Programu Y. One takođe omogućavaju učenicima da posmatraju određene situacije sa razumijevanjem i

Program Y osnažuje mlade ljude da samostalno uđu u svijet odraslih, potpuno informisani i spremni za brojne izazove i mogućnosti koje ih očekuju.

da na osnovu znanja i informacija koje imaju formiraju zaključke koji su važan faktor u donošenju odluka. Dakle, mladi ljudi se prilagođavaju i provjeravaju informacije putem Programa Y, podstiče se njihov pozitivan kognitivni razvoj, kako bi se mlada osoba obučila da se lakše suoči ili bori sa problemima svakodnevnog života. Kognitivne vještine pomažu mladim ljudima da razumiju koji oblici ponašanja mogu dovesti do određenih problema i kako da ih prevaziđu. U kontekstu razvoja kognitivnih vještina Program Y posebno doprinosi razvoju kritičkog razmišljanja kao osnove za donošenje odluka.

AFEKTIVNE VJEŠTINE

One omogućavaju mladim ljudima da upoznaju sami sebe, da prepoznaju i razumiju probleme drugih ljudi i da pokazuju više saosjećanja prema ljudima oko sebe. Adolescencija je doba emocionalnog sazrijevanja tako da afektivne vještine pomažu u tom razvoju, pomažu mladim ljudima da lakše kontrolišu određena osjećanja i razviju povjerenje u sopstvene sposobnosti i odluke koje donose. Posebno je važno da vjeruju u sopstvene odluke tokom perioda adolescencije, jer tokom ovog vremena mladi ljudi su posebno osjetljivi na vršnjački i druge vrste pritisaka koji mogu biti okidač za razvoj različitih oblika rizičnog ponašanja. Afektivne vještine jačaju mlade ljude da se adekvatno bore protiv njih.

DRUŠTVENE VJEŠTINE

Ljudi su društvena bića koja se razvijaju zajedno sa okruženjem oko njih, sa normama, navikama, medijima, itd. tako da je lako zaključiti da društvene tj. psihosocijalne vještine pomažu mladim ljudima da prepoznaju negativne društvene uticaje i nauče kako da im se efikasno suprotstave. Negativni vršnjački pritisak je najizraženiji faktor koji utiče na donošenje odluka i na stavove, tako da su asertivnost, empatija, izražavanje sopstvenih želja, očekivanja i potreba važna polja u razvoju ličnosti kod adolescenata koja pomažu mladim ljudima da se suoče sa njima.

Potrebno je naglasiti da Program Y doprinosi zdravstvenom opismenjavanju adolescentske populacije putem jačanja kognitivnih, afektivnih i društvenih vještina i to je važan faktor za zaštitu njihovog zdravlja. Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) definiše zdravstvenu pismenost kao kognitivne i društvene vještine koje određuju motivaciju i sposobnost pojedinaca da dobiju pristup, razumiju i koriste informacije na način koji promovira i održava dobro zdravlje.

Program Y podstiče mlade ljude da preispitaju sopstvene stavove i vrijednosti i da upoznaju svijet u kojem žive sa svim njegovim složenostima, mogućnostima i rizicima koji zavise od odluka koje su donijeli ili će donijeti u budućnosti kroz različite vježbe, diskusije, analize slučaja i druge interaktivne vježbe. Razvoj osjećanja vlasništva nad sopstvenom budućnošću podstiče osjećanje odgovornosti i ako ponudimo mladim ljudima potrebne vještine i znanja, sigurni smo da će odluke koje donose biti odgovorne i pozitivne.

...Program Y doprinosi zdravstvenom opismenjavanju adolescentske populacije putem jačanja kognitivnih, afektivnih i društvenih vještina...

—
**PO
GLA
VLJE**
—

2

Program Y
– praktični alati

Godina 1:

Razvoj identiteta Ko sam ja, ko si ti?

Prvo polugodište:
Identitet, razum, osjećanja,
rod i rodne norme

Rod, osnaživanje i ljudska prava

Ovo prvo poglavlje sadrži aktivnosti koje podstiču kolektivno razmišljanje o osnovnim temama u ovom priručniku, uključujući i to kako društvena konstrukcija roda utiče na živote mladića i djevojaka i drugih, odnos između roda i moći, i koncepte ravnopravnosti, osnaživanja i ljudskih prava.

Rod, društvena konstrukcija

Od ranog djetinjstva dječaci i djevojčice razvijaju snažna osjećanja za različite načine koji se od njih očekuju u ponašanju i u odnosima jednih prema drugima. Djevojčice mogu naučiti da su cijenjene prema svom izgledu i poslušnosti, a ne prema njihovom mišljenju ili nezavisnosti. Dječaci, sa druge strane, mogu naučiti da "pravi" muškarci uvijek moraju biti jaki i držati sve pod kontrolom. Ovi ideali o tome kako muškarci i žene treba da se ponašaju nazivaju se rodne norme i one se uče od muškaraca i žena, porodice, vršnjaka, medija i zajednice kroz proces koji se naziva socijalizacija.

Pitanje roda je ključno za razumijevanje ranjivosti mladih ljudi, posebno u pogledu seksualnosti i zdravlja. U mnogim sredinama, stroge sociokulturnološke norme dominiraju u diskusijama o seksualnosti djevojaka, posebno u vezi sa nevinošću prije braka i brojem seksualnih partnera (Weiss i Gupta, 1998). Pubertet može skrenuti značajnu pažnju na sposobnost djevojaka za reprodukciju i u nekim kulturama može ukazivati na period veće socijalne isključenosti, veća pažnja se posvećuje kretanju izvan kuće i zaštiti od dječaka (Mensch et al., 1998). Kod mladića, s druge strane, seksualno iskustvo je često povezano sa inicijacijom u muškost i ono među vršnjacima može biti posmatrano kao primjer seksualne sposobnosti ili ostvarenja, a ne kao čin intimnosti (Marsiglio, 1988; Nzioka, 2001).

Dok se rodne norme mogu razlikovati zavisno o kulturološkim aspektima pojedine sredine, slični obrasci oblikuju pristup žena i muškaraca ekonomskim i socijalnim resursima i njihovu moć odlučivanja širom svijeta (Mathur i Rao Gupta, 2004). U većini sredina muškarci su odgovorni za produktivne aktivnosti izvan kuće (npr. plaćeni rad), dok su žene odgovorne za reproduktivne i produktivne aktivnosti u kući (npr. briga o djeci i kućnim poslovima). Činjenica da žene uglavnom imaju slabiji pristup i manju kontrolu nad produktivnim resursima ograničava njihovu moć donošenja odluka u javnoj, kao i u privatnoj sferi. Zaista, istraživanje je pokazalo da žene u situacijama ekonomske nemoći imaju manje šanse da uspješno pregovaraju o sigurnom seksu, prekinu vezi za koju smatraju da je rizična, ili se obrate zvaničnim službama podrške (Heise i Elia, 1995; Weiss i Gupta, 1998). Na ovaj način, šire društvene, političke i ekonomske nejednakosti između žena i muškaraca su neodvojive od ranjivosti sa kojima se žene suočavaju u svakodnevnom životu i intimnim vezama.

Osnovni pojmovi

Pol – odnosi se na biološke atribute i karakteristike koje identifikuju određenu osobu kao muško ili žensko.

Seksualnost – Odnosi se na izražavanje naših osjećanja, misli i ponašanja kao muškaraca ili žena. To uključuje naša osjećanja privlačnosti, zaljubljenosti i ponašanja u intimnim vezama.

Rod – Odnosi se na društveno konstruisane razlike i nejednakosti između muškaraca i žena (na primjer, kako oni treba da se oblače i ponašaju). Ove ideje i očekivanja su naučeni u porodicama, preko prijatelja, vjerskih i kulturnih institucija, škola, na radnim mjestima i putem medija.

Rod i djevojke

Kod djevojaka složeni efekti roda i uzrasta mogu dodatno pojačati neravnopravnu dinamiku moći i ranjivosti koje one doživljavaju. Uzrast, kao i rod, može se posmatrati kao socijalni marker koji nejednako raspodjeljuje moć između mladih i odraslih. Kao rezultat toga, mladi ljudi, a naročito djevojke, često imaju ograničen pristup zdravstvenim informacijama i uslugama, ekonomskim mogućnostima, političkim/društvenim mrežama i drugim resursima potrebnim da se u potpunosti obezbijedi njihovo zdravlje i razvoj (Mathur i Rao Gupta 2004). Posljedice ovog ograničenog pristupa se ogledaju u činjenici da su vodeći uzroci pre-rane smrti među ženama – uključujući smrtnost majki, HIV i AIDS, rak pluća i bolesti srca – povezani sa iskustvima i ponašanjima koja često počinju tokom adolescencije (NCRW 1998 ; UNFPA 2005). Iako je naglasak ovog priručnika na konstrukciji rodni normi i njihovom uticaju na zdravlje i ranjivosti djevojaka, važno je prepoznati da su djevojke višedimenzionalne osobe sa različitim pogledima i potrebama. Ponašanje djevojaka je pod uticajem ne samo roda, već takođe i interakcija roda sa drugim aspektima njihovog identiteta, uključujući rasu, etničku pripadnost, društvenu klasu i seksualnu orijentaciju (NCRW, 1998). Ne samo da mnogi aspekti rodnog identiteta žena ograničavaju djevojke i izlažu ih riziku, već se ponekad drugi identiteti mogu pokazati još više ograničavajućim za pristup djevojaka resursima koji bi mogli poboljšati njihove uslove života i zdravlje. Na primjer, manja je vjerovatnoća da će neka djevojka sa niskim prihodima imati pristup odgovarajućoj zdravstvenoj i neonatalnoj brizi od bogate žene, čime su povećane šanse za narušavanje zdravlja nje i/ili njenog djeteta.

Promovisanje osnaživanja, prava i zdravlja djevojaka

Osnaživanje žena može se definisati kao proces u kojem žene stiču znanja, resurse, vještine i mogućnosti da donose odluke o svom tijelu, zdravlju, težnjama, seksualnosti, vremenu i interesovanjima. To je složen i višeslojan proces koji obično zahtijeva promjene i podršku na različitim

nivoima, od interpersonalnog i nivoa pojedinca, do makro nivoa javnih politika i društvenih normi. Ovaj proces uključuje tri dimenzije:

Individualna: odnosi se na prepoznavanje i opisivanje naših unutrašnjih moći, zatim njihovo širenje i oživljavanje kao resursa samih po sebi.

Bliski odnosi: sastoje se od razvijanja sposobnosti za stvaranje, pregovaranje i uticaj na naše bliske odnose sa drugima, uključujući i donošenje odluka o tome gdje, kada i na koji način će se ti odnosi razvijati.

Kolektivna dimenzija: odnosi na mobilizaciju i osnaživanje grupe ljudi, kao što su žene.

Individualno osnaživanje ne može postojati bez kolektivnog rodnog osnaživanja u društvu kao cjeline. Grupne edukativne aktivnosti u ovom priručniku se posebno fokusiraju na individualni i interpersonalni nivo putem: podizanja svijesti kod mladih ljudi o rodnim nejednakostima, pravima i zdravlju; podsticanja djevojaka da aktivno razmišljaju o svojoj budućnosti; obezbjeđivanja prostora da izgrade pozitivne vršnjačke mreže; promovisanja znanja o institucijama koje pružaju podršku i njihovom pristupu; obezbjeđivanja prostora da izraze svoja mišljenja i da se čuje njihov glas; i pružanja pomoći da razviju vještine koje su potrebne da djeluju na osnaženiji način. Dok su ovo svakako značajni koraci ka osnaživanju djevojaka, oni nisu dovoljni ukoliko djevojke nemaju objektivna sredstva – slobodu kretanja i pristup uslugama – da stvarno osporavaju restriktivne sociokulturološke norme u njihovim životima, odnosima i zajednicama. Stoga je važno da se istovremeno sprovodi cijeli niz aktivnosti, od mobilizacije na nivou zajednice do zagovaranja zakonodavstva zasnovanog na jednakosti, kako bi bili prevaziđeni strukturalni i drugi faktori okruženja koji stvaraju ranjivosti zasnovane na rodu kod djevojaka i koji ometaju njihovo osnaživanje.

Diskusija o osnaživanju djevojaka podrazumijeva priznanje njihove moći i prava da donose odluke

u okviru svoje teritorije: njihovo tijelo; njihova seksualnost; njihovo vrijeme, posao, i resursi.

Ovaj aspekt moći je shvaćen kao sposobnost samoočuvanja i razvoja. Legitimno je i neophodno da se mi, kao žene, osnažimo; da razvijamo i prepoznamo naše kapacitete, talente i sposobnosti da donosimo odluke o svojim životima; i da imamo pristup i kontrolu nad našim novcem i resursima. Izuzetno je važno da podstaknemo poštovanje i prihvatanje nas samih, počevši sa otkrivanjem naših sklonosti, što vodi ka individualnoj i kolektivnoj težnji za izgradnjom novih ženskih identiteta u kojima su sposobnosti i stavovi koji mogu transformisati sociokulturološke, političke i ekonomske realnosti omogućene - to jest, počevši od pozitivne vizije moći (Scott, 1990).

Prava žena

Pravo žena da glasaju razvijao se na različite načine širom svijeta – u nekim zemljama ono je na početku dato samo nekim ženama (u zavisnosti od njihove rase, bogatstva ili društvenog statusa...), u drugim univerzalno pravo glasa je dato muškarcima i ženama u isto vrijeme. Ono se takođe nije razvilo u isto vrijeme svugdje – prvi put se pojavljuje u Švedskoj 1718. godine (da bi kasnije bilo oduzeto, a nakon toga ponovo uvedeno), dok se u drugim zemljama pojavljuje gotovo tri vijeka kasnije.

Tokom 20. vijeka u većini zemalja svijeta ostvareno je univerzalno pravo glasa za žene, a sa ulaskom u 21. vijek ova lista je kompletirana. Međutim, samo zato što je ženama pravno i formalno dozvoljeno da glasaju, ne znači da u svim zemljama žene imaju mogućnost da ostvare to pravo. Na Balkanu, žene u SFR Jugoslaviji ostvarile su pravo da glasaju 1945. godine.

Borba za prava žena kroz istoriju vodila se radi ostvarivanja nekih od najosnovnijih prava kao što su: pravo da budu priznate kao građani, pravo da se slobodno kreću, pravo na privatnu svojinu i bogatstvo, pravo na obrazovanje, pravo na izbor bilo kog zanimanja, pravo da ne budu prisiljene na brak, pravo da biraju suprugu, pravo na razvod, pravo da u slučaju razvoda mogu da zadrže svoju djecu, pravo da ne budu zlostavljane, itd.

Konačni cilj je da žene imaju ista prava i mogućnosti kao i muškarci i da se sud o njima ne donosi na osnovu roda i pola, već na osnovu njihovih sposobnosti.

Međutim, u većini dijelova svijeta, uključujući i balkanski region, žene se generalno još ne tretiraju jednako. U cijeloj Evropi statistike pokazuju da su žene i dalje slabije plaćene za iste poslove, da nemaju jednak pristup pozicijama moći i da imaju manje šanse za zaposlenje bilo zbog njihovog roda ili zato što imaju ili bi mogle planirati porodicu. Žene su još ranjive na nasilje u porodici i zlostavljanje... Evolucija prava žena je dala ženama mogućnost da imaju zanimanje i da rade izvan kuće, ali nije dramatično promijenila njihovu rodnu ulogu u kući u kojoj se još očekuje da one urade većinu kućnih poslova, da kuvaju i da budu primarne starateljice kada su djeca u pitanju. Da ne spominjemo da se žene i dalje često doživljavaju kao "slabiji" pol.

Rad sa mladima na pružanju podrške osnaživanju djevojaka

Projekat Inicijativa mladića je multikomponentna intervencija, koja je predstavljena u rigoroznim kvaziexperimentalnim studijama evaluacije da promoviše rodno-ravnopravnije stavove i ponašanja dječaka i mladića u različitim okruženjima. On uključuje obrazovni kurikulum namijenjen za rad u grupi i aktivnosti društvene kampanje "Budi muško".

Konkretno, aktivnosti projekta Inicijativa mladića nastoje da podstaknu mladiće da djeluju na sljedeće načine:

- › da teže vezama sa djevojkama zasnovanim na jednakosti i intimnosti, a ne na seksualnim osvajanjima. To uključuje vjerovanje da muškarci i žene imaju jednaka prava i da žene takođe imaju seksualnu želju i 'pravo' na seksualni izbor kao i muškarci;
- › da teže ka tome da budu uključeni očevi, što znači da trebaju, osim finansijske, preuzeti i neku drugu vrstu odgovornosti oko brige o djeci;
- › da preuzmu odgovornost za pitanja reproduktivnog zdravlja i prevenciju bolesti. To uključuje



preuzimanje inicijative da se razgovara o re-produktivno-zdravstvenim pitanjima sa svojim partnerkama, koriste kondomi ili pomaže svojim partnerkama u nabavljanju ili korištenju kontraceptivnih sredstava;

- › da se suprotstave nasilju nad ženama. To može uključivati mladiće koji su bili fizički nasilni prema svojoj partnerki u prošlosti, ali koji trenutno vjeruju da nasilje nad ženama nije prihvatljivo ponašanje.

Takođe, jedan od ključnih elemenata aktivnosti u ovom priručniku je da djevojke preispitaju krute i neravne stereotipe o maskulinitetu i kako oni utiču na živote i odnose žena i muškaraca. Često se kaže da su majke koje podižu sinove, kao i supruge i djevojke koje tolerišu i slušaju muškarce odgovorne za mačizam. Međutim, moramo priznati da rodne norme izgrađuju i osnažuju i žene i muškarci, te da žene često imaju ograničenu moć i pristup potrebnim resursima da promijene svoje društvene, ekonomske i kulturološke kontekste. I pored toga, kroz obrazovni i reflektivni proces, žene (kao i muškarci) mogu doprinijeti promociji rodne jednakosti postajući svjesnije represivnih uvjerenja i očekivanja unutar svojih veza i težeći ka tome da ih ne jačaju ili reprodukuju. U tom kontekstu, ove obrazovne aktivnosti podstiču žene da pomognu u izgradnji i jačanju pozitivnih ideala maskuliniteta kod muškaraca u svom životu i zajednici i da ih angažuju kao saveznike u promociji osnaživanja žena i rodne ravnopravnosti.

Integriranjem dva priručnika: Rad sa mladićima i Rad sa djevojkama uspjeli smo da kreiramo skup alata za uključivanje odnosnog pojma roda u programe namijenjene za rad sa mladim ljudima i senzibilizaciju i osnaživanje mladih ljudi za postizanje rodne jednakosti.

Prava žena i rodna ravnopravnost

Tokom istorije mnoge žene i pokreti su osporavali nejednakosti između žena i muškaraca. Tokom više od 200 godina nakon što je aktivistkinja Olympe de Gouges pogubljena na giljotini zbog toga što je napisala Deklaraciju o pravima žene i građanke, svijet je vidio brojne napretke u pravima žena, od prava da glasaju u većini zemalja



do boljih uslova života i rada. Konvencija o eliminisanju svih oblika diskriminacije žena (CEDAW), koju je 1979. godine usvojila Generalna skupština UN, se često opisuje kao međunarodna povelja o pravima žena. Sačinjena od preambule i 30 članova, ona definiše koje radnje predstavljaju diskriminaciju žena i postavlja agendu za nacionalnu akciju za okončanje takve diskriminacije. Ova konvencija definiše diskriminaciju žena kao "... svaku razliku, isključenje ili ograničenje u pogledu pola, što ima za posljedicu ili cilj da ugrozi ili onemogući priznanje, ostvarenje ili vršenje od strane žena, ljudskih prava i osnovnih sloboda na političkom, ekonomskom, društvenom, kulturnom, građanskom ili drugom polju, bez obzira na njihovo bračno stanje, na osnovu ravnopravnosti muškaraca i žena".

Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju, održana 1994. u Kairu i Četvrta svjetska konferencija o ženama održana 1995. u Peking, predstavljaju prekretnice u pokretu za promociju zdravlja i

prava žena, naročito seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava. Jedan od glavnih ciljeva sastanka u Peking bio je jačanje preventivnih programa koji promovišu zdravlje žena, dajući prioritet formalnim i neformalnim obrazovnim programima koji podržavaju žene i daju im priliku da steknu znanja, donose odluke i preuzmu odgovornost za sopstveno zdravlje.

Konferencije u Kairu i Peking takođe su istakle potrebu da se muškarci uključe u napore za poboljšanje statusa žena i djevojaka. ICPD Program akcije, na primjer, nastoji da "promoviše rodnu ravnopravnost u svim sferama života, uključujući porodični život i život u zajednici, i da podstakne i osposobi muškarce da preuzmu odgovornost za svoje seksualno i reproduktivno ponašanje i njihove društvene i porodične uloge" (UNFPA 1994). Zaista, promjena je moguća samo ako se rod posmatra kao odnosni pojam, a muškarci kao i žene su angažovani na promociji osnaživanja žena i rodne jednakosti.

Perspektiva muškaraca

Pregled

Diskusije o emocionalnom i mentalnom zdravlju mladića iz sociokulturološke perspektive je teško pronaći. U stvari, generalni pristup emocionalnom i mentalnom zdravlju je iz biološkog ugla posmatranja sa fokusom na manji broj problema umjesto primjene sveobuhvatnog ili holističkog pristupa. Ovaj dio ćemo koristiti za diskusiju o načinu na koji socijalizacija ovih dječaka utiče na njihovo ukupno emocionalno i mentalno zdravlje i za pregled pitanja u vezi sa zloupotrebom supstanci i samoubistva.

Okvir 1: Šta je emocionalno i mentalno zdravlje?

OKVIR
1.

Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (SZO), mentalno zdravlje je "stanje blagostanja u kojem pojedinac ostvaruje sopstvene sposobnosti, može se nositi sa stresom svakodnevnog života, može raditi produktivno i može doprinijeti svojoj zajednici." U svojoj suštini, ova definicija takođe obuhvata i emocionalno blagostanje – zaista, izražavanje sopstvenih osjećanja ne posmatra se samo kao znak dobrog mentalnog zdravlja, već se takođe veoma preporučuje s ciljem promovisanja mentalnog zdravlja.

Okvir 2: Osjećanja, rod i mladići

OKVIR
2.

Kao i kod drugih aspekata njihovog života i zdravlja, rodne norme utiču na emocionalno i mentalno zdravlje mladića. Na primjer, društvena očekivanja koja zastupaju ideju da "pravi muškarci" moraju biti "čvrsti" i "hrabri" mogu dovesti do toga da mladići skrivaju svoj strah, tugu, pa čak i ljubaznost, i da ne traže pomoć onda kada im je potrebna. Poricanje ili potiskivanje napetosti, kao i poteškoća da se razgovara o osjećanjima koja su sa njima povezana, mogu zauzvrat da dovedu do upotrebe supstanci, uključujući i alkohol, kao odbrambeni mehanizam. Pored svoje uloge u suočavanju sa stresnim situacijama, upotreba supstanci može se takođe posmatrati kao sredstvo za dokazivanje nečije muškosti ili uklapanje u vršnjačku grupu.

Istraživanja su pokazala da sposobnost da se shvati i izrazi emocionalni stres na nenasilan način predstavlja zaštitni faktor protiv raznih zdravstvenih i razvojnih problema. Dakle, mladići su ranjivi kada se osjećaju ograničenima da izraze osjećanja povezana sa nepovoljnim okolnostima i stresnim događajima u svom životu.

Okvir 3: Rezime

Kao i kod drugih aspekata njihovog života i zdravlja, rodne norme utiču na emocionalno i mentalno zdravlje mladića. Na primjer, društvena očekivanja koja zastupaju ideju da "pravi muškarci" moraju biti "čvrsti" i "hrabri" mogu dovesti do toga da mladići skrivaju svoj strah, tugu, pa čak i ljubaznost, i da ne traže pomoć onda kada im je potrebna. Poricanje ili potiskivanje napetosti, kao i poteškoća da se razgovara o osjećanjima koja su sa njima povezana, mogu zauzvrat da dovedu do upotrebe supstanci, uključujući i alkohol, kao odbrambeni mehanizam.

Globalno, postoji veća vjerovatnoća da će mladići pušiti, piti i koristiti druge supstance nego djevojke. Ovakva ponašanja, generalno, su dio konstelacije rizičnih ponašanja muškaraca i povezana su sa raznim drugim problemima koji se, takođe, češće povezuju sa mladićima, od učestvovanja u saobraćajnim nezgodama do upotrebe nasilja.

OKVIR
3.

Radionice

Radionica 1: Šta je to što zovemo rod?

CILJ:
Shvatiti razlike između pola i roda i razmisliti o tome kako rodne norme utiču na živote i odnose žena i muškaraca.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, samoljepljiva traka i markeri.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:

Prije izvođenja ove aktivnosti važno je da voditelj razumije razlike između pola i roda. Ovdje smo naveli opšte definicije, ali predlažemo da voditelj pročita uvod u ovaj priručnik radi boljeg razumijevanja. Pol je biološki – to jest, rađamo se sa muškim ili ženskim reproduktivnim organima i hormonima. Rod predstavlja način na koji smo socijalizovani – to jest, kako se stavovi, ponašanje i očekivanja formiraju na osnovu onoga šta društvo povezuje sa ženama ili muškarcima. Ove karakteristike se mogu naučiti od članova porodice, prijatelja, kulturnih i vjerskih institucija i na radnom mjestu. Neki učesnici mogu miješati rod sa seksualnom orijentacijom. Važno je pojasniti da je rod sociokulturološki konstrukt prema kojem se određeni stavovi i ponašanja pripisuju pojedincima na osnovu njihovih fizičkih i hormonalnih atributa. Seksualna orijentacija, s druge strane, je osjećanje da se možete romantično i seksualno povezati prema nekome suprotnog pola (heteroseksualna), istog pola (homoseksualna), ili osobama oba pola (biseksualna). Nezavisno od nečije seksualne orijentacije, svaki pojedinac je pod uticajem društvenih očekivanja zasnovanih na njihovom polu.

Za vrijeme diskusije voditelj bi trebalo da bude oprezan da ne izražava ekstremne stavove i da se

čini kao da je ona/on protiv učešća žena/muškaraca u nekoj aktivnosti ili ponašanju povezanim sa njihovim tradicionalnim rodnim ulogama. Cilj diskusije je da se dođe do zaključka da svako treba da ima stvarni izbor u životu – npr. prihvatljivo je da žena bude domaćica sve dok je to njen izbor, a ne nešto što joj nameću rodne uloge, porodica ili društvo, i da se ona osjeća osnaženo da donosi odluke za sebe; taj izbor je važan za pojedinca i njegovo/njeno ispunjenje i sreću. Sredina koja gleda na svoje članove samo kroz rodne uloge je društvo u kojem su svi ograničeni očekivanjima drugih ljudi.

U većini društava rodne uloge se vide kao nešto fiksno, "prirodno" i jedina opcija. Kada objasnjavate i razgovarate o rodu pokušajte da date primjere običaja koji se smatraju "normalnim" i za koje se čini da su uklesani u kamenu za žene i muškarce, da nisu samo socijalni konstrukti, već stvari koje su relativne i često se mijenjaju kroz istoriju.

Na primjer, odjeća

Visoke pete – u nekim trenucima u istoriji nosili su ih muškarci koji su pripadali višim klasama, Luj XIV vjerovatno je bio jedan od najvećih kolekcionara visokih peta.

Roza za djevojčice i plavo za dječake je takođe rodna norma novijeg datuma – od početka 20. vijeka kompanije koje su proizvodile odjeću za bebe nametnule su razliku kod odjeće za bebe (roza za djevojčice, plavo za dječake) da bi mogle prodavati više. Prije toga, u jednom trenutku u SAD je bilo čak obrnuto – roza boja je bila za dječake, a plava za djevojčice – jer je plava smatrana nježnijom bojom!

Haljine i suknje za muškarce – muškarac koji hoda ulicom u našem regionu u haljini ili suknji bilo koje vrste će dobiti negativne komentare, možda će ga čak i napasti što nije "muškarac" ili zbog njegove pretpostavljene seksualnosti. Ti isti ljudi obično nemaju problem što sveštenici nose odore ili "haljine" koje nose muškarci u nekim dijelovima svijeta (npr. Indija), ili suknje (kiltovi u Škotskoj).

Takođe je važno da rod i pol nisu predstavljeni kao kruti ili dihotomni (dvojni) identiteti. Tokom aktivnosti voditelj bi možda želio da razgovara o tome kako se transrodne i transseksualne osobe ne uklapaju u ove tradicionalne rodne i polne kategorije. Transrodne osobe ne identifikuju se sa rodom koji im se pripisuje po rođenju, poput pojedinca koji je rođen kao žena, ali se identifikuje kao muškarac. Transeksualne osobe su one osobe koje su se odlučile na medicinski prelazak na rod koji im bolje odgovara. Interseksualne osobe (takođe poznate kao hermafroditi) su osobe rođene sa djelimično ili u potpunosti razvijenim parom ženskih i muških polnih organa.

PROCEDURA:

1. Nacrtajte dvije kolone na flipčart papiru (ili koristite dva velika lista papira).
2. U prvoj koloni napišite "žena." U drugoj koloni napišite "muškarac."
3. Zamolite učesnike da razmisle o riječima i frazama koje se povezuju sa pojmom "žene". Napišite ih u prvu kolonu onako kako ih oni navode. Odgovori mogu biti pozitivni ili negativni. Pomozite učesnicima da navedu i društvene i biološke karakteristike.
4. Ponovite isti korak za kolonu "muškarac."
5. Kratko pregledajte neke od karakteristika koje su navedene u svakoj koloni.
6. Zamijenite naslove kolona stavljajući oznaku "žena" umjesto "muškarac" i obrnuto. Pitajte učesnike da li bi se karakteristike navedene za žene mogle pripisati muškarcima i obrnuto.
7. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli raspravu o karakteristikama za koje učesnici ne misle da se mogu pripisati i muškarcima i ženama, i zašto. Međutim, kao što je već rečeno, važno je da ove kategorije pola i roda nisu predstavljene kao krute ili strogo dihotomne.

OPCIONALNI KORAK: Kako biste naglasili razliku između pola i roda možda biste mogli pripremiti slike muškaraca i žena koje odražavaju primjere bioloških (polnih) i društvenih (rodnih) uloga. One bi mogle uključivati: ženu koja pere suđe (rod); ženu koja doji (pol); i muškarca koji popravlja automobil ili koji je u lovu (rod).

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Šta to znači biti žena?
2. Šta to znači biti muškarac?
3. Da li mislite da su muškarci i žene odgojeni na isti način? Zašto da ili zašto ne?
4. Koje karakteristike koje se pripisuju ženama i muškarcima naše društvo vrednuje kao pozitivne ili negativne?
5. Kako bi bilo ženi da preuzme rodne karakteristike tradicionalno povezane sa muškarcima?
6. Da li bi to bilo teško ili lako? Kako bi bilo muškarcima da preuzmu rodne karakteristike tradicionalno dodijeljene ženama?
7. Kako naše porodice i prijatelji utiču na naše ideje o tome kako žene i muškarci treba da izgledaju i kako treba da se ponašaju?
8. Da li se dječacima i djevojčicama daju iste igračke? Zašto?
9. Kako mediji (televizija, časopisi, radio, itd) utiču na naše ideje o tome kako žene i muškarci treba da izgledaju i kako treba da se ponašaju?
10. Da li postoji veza između roda i moći? Objasnite.
11. Na koji način ova različita očekivanja o tome kako žene i muškarci treba da izgledaju i da se ponašaju, utiču na vaš svakodnevni život? Na vaš odnos sa porodicom? Na vaš odnos sa intimnim partnerima?
12. Kako možete, u svojim životima, da osporite neke od negativnih ili nepravednih načina koji se očekuje u ponašanju muškaraca? Kako možete da osporite neke od negativnih ili nepravednih načina koji se očekuju u ponašanju žena?
13. Šta smo naučili u ovoj aktivnosti? Postoji li nešto što možemo da primijenimo na sopstvene živote ili odnose?

ZAVRŠETAK:

Tokom svojih života žene i muškarci dobijaju poruke od svojih porodica, medija i društva o tome kako bi trebalo da se ponašaju i kako bi trebalo da se odnose jedni prema drugima. Važno je razumjeti da, iako postoje razlike između muškaraca i žena, mnoge od ovih razlika je konstruisalo samo društvo i one nisu sastavni dio njihove prirode ili biološkog sklopa. Uprkos tome, ove razlike mogu imati fundamentalan uticaj na svakodnevne živote muškaraca i žena i njihove odnose. Na primjer, od muškarca se često očekuje da bude jak i dominantan u svojim odnosima sa drugima,

uključujući tu i odnose sa njegovim intimnim partnerima. Istovremeno, od žene se često očekuje da bude pokorna autoritetu muškarca. Mnogi od ovih krutih rodnih stereotipa imaju posljedice i po muškarce i po žene, o čemu ćemo diskutovati tokom ovih radionica. Kako postajemo sve više svjesni toga na koji način rodni stereotipi mogu negativno uticati na naše živote i zajednice, možemo konstruktivno razmišljati o tome kako da ih osporimo i promoviramo pozitivnije rodne uloge i odnose u našim životima i zajednicama.

VEZA – CRTANI FILMOVI

U crtanim filmovima Bila jednom jedna djevojčica (Once Upon a Girl) i Bio jednom jedan dječak (Once Upon A Boy) identifikujte i razgovarajte o razlikama u tome kako se očekuje da će glavni ženski lik i njen brat da se ponašaju i kako se ove razlike odnose prema rodnim ulogama.

Navedene crtane filmove možete pogledati/preuzeti sa sljedećih web stranica:

<http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-boy/>

<http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-girl/>

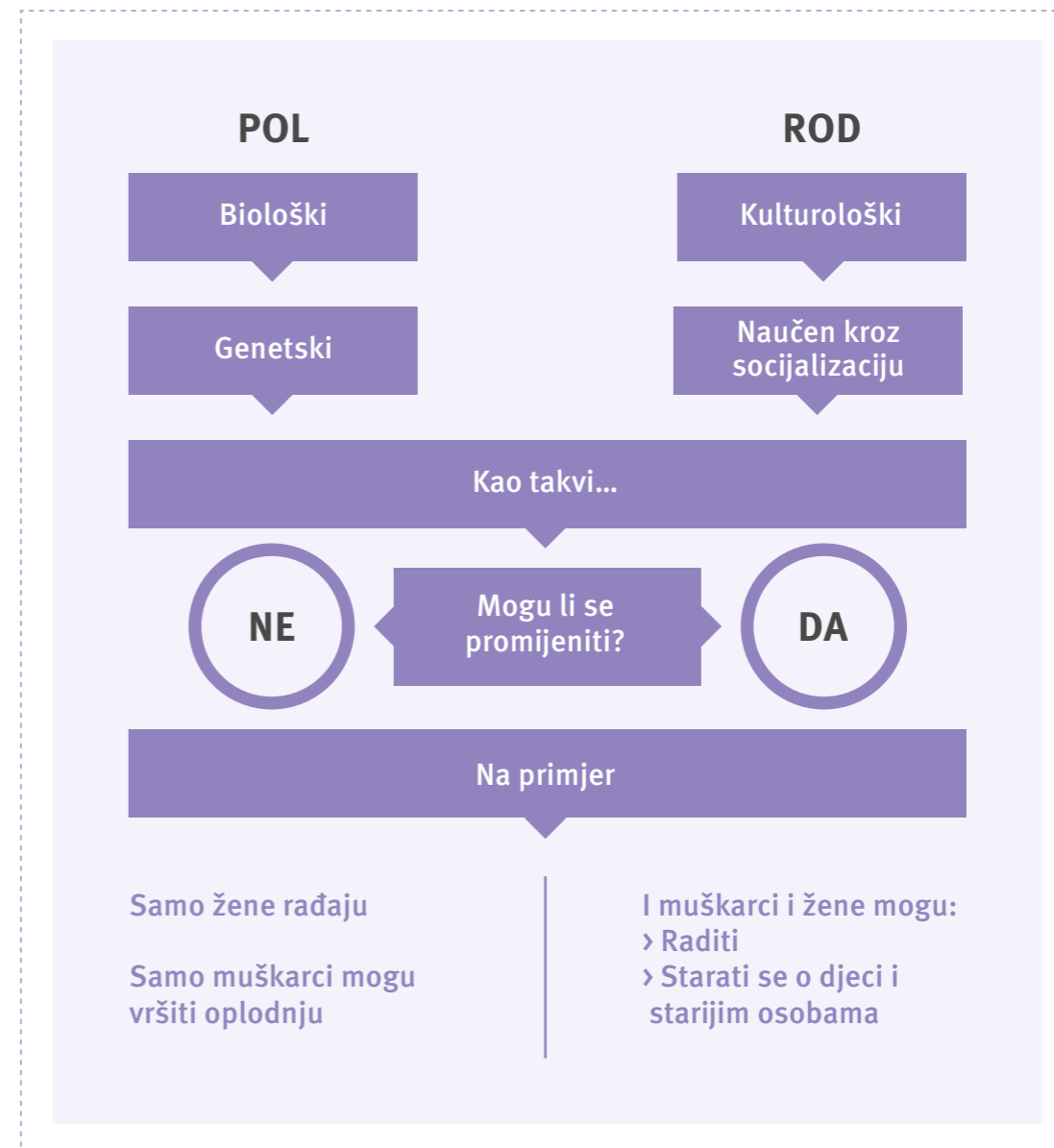
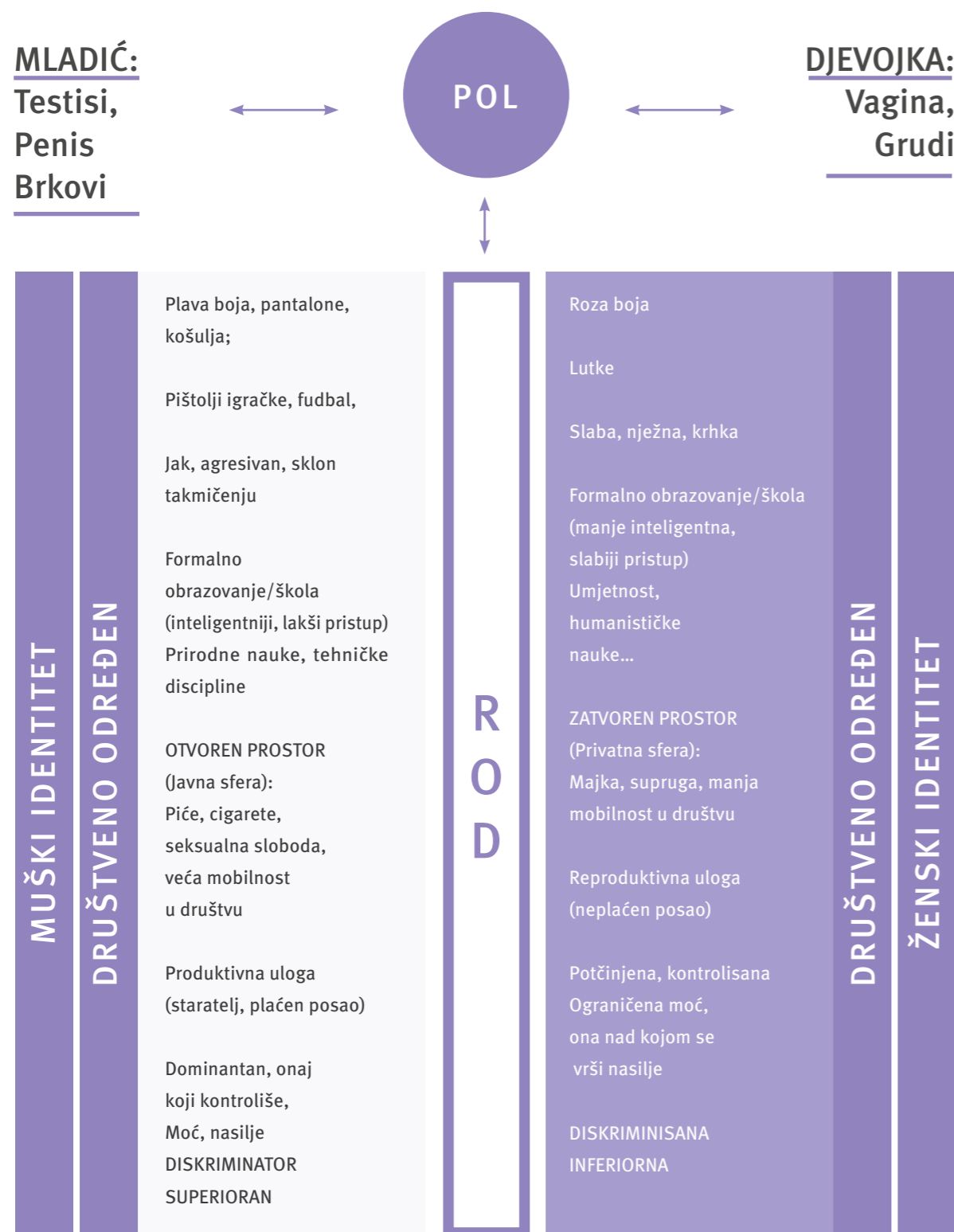
TABELA RESURSA:

Pol - Odnosi se na biološke atribute i karakteristike koje identifikuju određenu osobu kao muško ili žensko.

Seksualnost - Odnosi se na izražavanje naših osjećanja, misli i ponašanja kao muškaraca ili žena. To uključuje naša osjećanja privlačnosti, zaljubljenosti i ponašanja u intimnim vezama.

Rod - Odnosi se na socijalno konstruisane razlike i nejednakosti između muškaraca i žena (na primjer, kako oni treba da se oblače i ponašaju). Ove ideje i očekivanja su naučeni u porodicama, preko prijatelja, vjerskih i kulturnih institucija, škola, na radnim mjestima i putem medija.

Dijagram koji slijedi predstavlja primjere polnih i rodnih karakteristika muškaraca i žena:



Šema resursa

| MUŠKI POL (M) | ROD | ŽENSKI POL (Ž) |
|---------------|-----|----------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

Radionica 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena⁷

CILJ:
Shvatiti na koji način rodne norme utiču na živote muškaraca i žena.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir i markeri

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
Nije potrebno

PROCEDURA:

1. Podsjetite učesnike da ste tokom prošle radionice razgovarali o razlikama između dva pola i rodu, ali takođe i o rodu kao skupu nepisanih društvenih pravila ili društveno očekivanih normi o ulogama, odgovornostima i ponašanju muškaraca i žena. Objasnite da će sljedeća radionica otvoriti diskusiju o tome šta znači biti muškarac i šta znači biti žena i takođe kako naučiti i usvojiti ova pravila. Naglasite da postoji velika šansa da će se neki od učesnika prepoznati u primjerima koji predstavljaju osnovu ove radionice, ali da to nije loša stvar, već naprotiv, to je njen primarni cilj.
2. Pitajte učesnike da li su im ikad rekli "ponašaj se kao muškarac". Zamolite ih da podijele neka iskustva o tome kada im je neko rekao to ili nešto slično tome. Nakon što učesnik podijeli svoje iskustvo, pitajte ga: Šta misliš zašto ti je ta osoba to rekla? Kako si se zbog toga osjećao? Recite učesnicima da ćemo se detaljnije osvrnuti na ove dvije fraze. Posmatrajući ih možemo početi da uočavamo na koji način društvo može otežati da neko bude muškarac ili žena.
3. Velikim slovima napišite na komadu flipčart papira frazu "ponašaj se kao muškarac". Zamolite učesnike da podijele svoje ideje o tome šta ovo znači. Ovo su očekivanja društva o tome šta bi muškarci trebalo da budu, kako bi muškarci trebalo da se ponašaju, i šta bi muškarci trebalo da osjećaju i govore. Nacrtajte okvir na papiru i napišite značenja fraze "ponašaj se kao muškarac" unutar ovog okvira. Neki od primjera odgovora su "budi jak" ili "ne plači".
4. Zatim, velikim slovima napišite na komadu flipčart papira frazu "ponašaj se kao žena". Zamolite učesnike da podijele svoje ideje o tome šta ovo znači. Ovo su očekivanja društva o tome šta bi žene trebalo da budu, kako bi žene trebalo da se ponašaju i šta bi žene trebalo da osjećaju i govore. Nacrtajte okvir na papiru i napišite značenja fraze "ponašaj se kao žena" unutar ovog okvira. Neki od odgovora mogu biti "budi dobra domaćica" ili "ne budi previše agresivna".

5. Kada završite aktivnost brejnstorminga sa ove dvije liste započnite diskusiju koristeći sljedeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koja od ovih poruka može biti potencijalno štetna? Zašto? (Napomena: Voditelj bi trebalo da stavi zvjezdicu pored svake poruke i da se diskutuje o svakoj poruci pojedinačno)
2. Kako život u kalupu utiče na zdravlje muškaraca? Kako život u kalupu utiče na zdravlje žena?
3. Kako život u kalupu ograničava živote i veze žena? Kako život u kalupu ograničava živote i veze muškaraca?
4. Šta se dešava muškarcima koji se ne pridržavaju rodni pravila (npr. "živeći izvan kalupa")? Šta se dešava ženama koje se ne pridržavaju rodni pravila? Šta ljudi govore o njima? Kako se drugi prema njima ponašaju? Šta mi mislimo o njima? Da li ponekad smatramo da nam to daje opravdanje da se prema ovim ljudima ponašamo loše ili neprimjereno?
5. Šta je neophodno učiniti da se olakša muškarcima i ženama da žive izvan kalupa? Kako mi možemo dati svoj doprinos?

OPCIONALNI KORAK: Podijelite učesnike u manje grupe i zamolite ih da napišu jedan kratki skeč (1-2 minuta) koji prikazuje osobu koja nekom drugom govori da se "ponaša kao muškarac" ili da se "ponaša kao žena/dama".

ZAVRŠETAK:

Cilj ove aktivnosti je da nam pomogne da počnemo shvatati kako društvo stvara veoma različita pravila o tome kako bi muškarci, a kako žene trebalo da se ponašaju. Ova pravila se ponekad nazivaju "rodne norme" zato što ona govore o tome šta je za muškarce "normalno" da misle, osjećaju i kako da se ponašaju, a šta je "nor-

malno" za žene. Međutim, ove norme, o čemu ćemo diskutovati tokom drugih aktivnosti, često mogu ograničavati muškarce i žene tako što ih pokušavaju zadržati u njihovim "Ponašaj se kao muškarac" ili "Ponašaj se kao žena/dama" kalupima, uz posljedice po njihovo donošenje odluka, zdravlje i veze.

⁷ – Prilagođeno prema "Muškarci kao partneri: Program za dopunu edukacije edukatora životnih vještina" ("Men as Partners: A Program for Supplementing the Training of Life Skills Educators"), kreiran od strane Engender Health and The Planned Parenthood Association iz Južne Afrike. Za više informacija posjetite web stranicu: www.engenderhealth.org/ia/www/wwwmo.html

Radionica 3: Izražavanje sopstvenih osjećanja

CILJ:
Prepoznati teškoće sa kojima se mladi ljudi suočavaju prilikom izražavanja određenih osjećanja i posljedice po njih i njihove odnose.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri, komadići papira i Tabela resursa

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Prije početka sesije preporučuje se da voditelj prođe kroz ovu aktivnost samostalno i da razmisli o načinu na koji on ili ona izražava svoja osjećanja. Takođe je važno identifikovati lokalna savjetovišta ili stručnjake za datu oblast, kojima bi se mladi ljudi mogli obratiti ukoliko je to potrebno.

PROCEDURA:

1. Nacrtajte pet kolona na flipčart papiru i napišite sljedeća osjećanja kao naslove: strah, ljubav, tuga, sreća i ljutnja (vidjeti Tabelu resursa kao primjer na koji način treba rasporediti riječi i kako ih rangirati prema objašnjenju koje slijedi).
2. Objasnite učesnicima da su ovo osjećanja1 o kojima će se raspravljati tokom ove aktivnosti i da treba da razmisle o tome koliko je mladima i djevojkama lako ili teško da izraze ova različita osjećanja.
3. Dajte svakom učesniku komadić papira i zamolite ih da napišu ovih pet osjećanja o kojima se raspravlja onim redoslijedom kojim ste ih vi napisali na flipčart papiru. Zatim pročitajte sljedeća uputstva:

Razmislite o tome koja od ovih osjećanja izražavate sa najvećom lakoćom. Stavite broj jedan (1) pored osjećanja koje najlakše pokazujete. A sad razmislite o osjećanju koje izražavate lako, ali ne toliko lako kao prvo. Stavite broj dva (2) pored tog osjećanja. Stavite broj tri (3) pored

osjećanja koje je negdje između; što znači da ga nije ni preteško ni prelako izraziti. Stavite broj četiri (4) pored onog osjećanja koje izražavate uz manje teškoće. I na kraju, stavite broj pet (5) pored osjećanja koje najteže izražavate.

4. Kada učesnici završe rangiranje svojih osjećanja, pokupite komadiće papira i napišite rangiranja u kolone na flipčartu (vidi primjer).
5. Zajedno sa čitavom grupom razmislite o sličnostima i razlikama koje ste pronašli među učesnicima. Objasnite da:
 - › Osjećanja koja smo označili brojevima 1 i 2 su ona osjećanja koja smo često navikli da izražavamo na pretjeran način;
 - › Brojevi 4 i 5 predstavljaju osjećanja koja smo navikli da izražavamo slabije ili možda čak i da ih potiskujemo ili skrivamo;
 - › Broj 3 može predstavljati osjećanje koje ne izražavamo ni na pretjeran način, niti ga potiskujemo, već je vjerovatno to ono osjećanje sa kojim se suočavamo na prirodni način.
6. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li ste iz ove aktivnosti otkrili nešto novo o sebi?
2. Zašto ljudi pretjerano pokazuju ili potiskuju određena osjećanja? Kako nauče da ovo rade? Kakve su posljedice pretjerivanja ili potiskivanja osjećanja?
3. Postoje li sličnosti u načinu na koji muškarci izražavaju određena osjećanja? Postoje li sličnosti u načinu na koji žene izražavaju određena osjećanja?
4. Postoje li razlike u načinu na koji muškarci i žene izražavaju osjećanja? Koje su to razlike?
5. Mislite li da žene izražavaju određena osjećanja lakše od muškaraca? Zbog čega je to tako?
6. Zašto muškarci i žene na drugačije načine izražavaju svoja osjećanja? Na koji način vršnjaci, porodica, zajednica, mediji, itd. utiču na to kako muškarci i žene izražavaju osjećanja?
7. Kako način na koji izražavamo svoja osjećanja utiče na naše odnose sa drugim ljudima (partnerima, porodicom, prijateljima, itd)?
8. Da li je lakše ili teže izraziti određena osjećanja prema vršnjacima? Prema porodici? Prema intimnim partnerima?
9. Zašto su osjećanja važna? Navedite primjere, ukoliko je to potrebno: Strah nam pomaže u opasnim situacijama; ljutnja nam pomaže da se branimo. Takođe, zamolite učesnike da navedu neke primjere.
10. Šta mislite, na koji način otvorenije izražavanje sopstvenih osjećanja može uticati na vašu dobrobit ili na vaše odnose sa drugim ljudima (romantičnim partnerima, porodicom, prijateljima itd)?
11. Šta možete uraditi kako biste izrazili svoja osjećanja otvorenije? Kako možete biti fleksibilniji u izražavanju onoga šta osjećate? **NAPOMENA:** Moglo bi biti interesantno da svi zajedno kao velika grupa sprovedete aktivnost brejnstorminga za definisanje različitih strategija za suočavanje sa osjećanjima i da onda podstaknete svakog učesnika da napravi zabilješku svojih ličnih razmišljanja i da, ukoliko to želi, u manjim grupama podijeli svoja razmišljanja sa drugima.

8 — U grupi se mogu pojaviti i drugi prijedlozi osjećanja koji, uopšteno govoreći, odgovaraju ili su povezani sa nekim od onih koji su već spomenuti. Na primjer, mržnja je u vezi sa ljutnjom. Jednom je jedan mladić predložio indiferentnost kao osjećanje, ali dok ga je analizirao otkrio je da su prava osjećanja koja stoje iza njegove indiferentnosti zapravo strah i tuga. Takođe se kao osjećanja mogu pojaviti stid, krivica ili nasilje. Istražite sa učesnicima šta se nalazi iza ovih osjećanja i ohrabrite ih da razmisle o cijeni i posljedicama takvih osjećanja (prim.aut.).

ZAVRŠETAK:

Osjećanja se mogu posmatrati kao neki oblik energije koja vam omogućava da uočite šta vas muči ili šta vam smeta. Različita osjećanja su jednostavno odraz različitih potreba i najbolje je da naučite kako da se nosite sa svim svojim osjećanjima onako kako se ona javljaju u vašem životu. Sposobnost da izrazite svoja osjećanja, a da ne povrijedite druge pomaže vam da postanete jači pojedinci i da uspostavite bolje odnose sa svijetom oko vas. Način na koji svaka osoba izražava svoja osjećanja se razlikuje. Međutim,

važno je uočiti mnoge tendencije koje proizlaze, posebno one u vezi sa načinom na koji su dječaci vaspitani. Na primjer, uobičajeno je da mladići skrivaju svoj strah, tugu, pa čak i ljubaznost. Ali je takođe uobičajeno da izražavaju svoju ljutnju kroz nasilje. Iako niste odgovorni za to što imate određena osjećanja, odgovorni ste za ono šta radite sa onim što osjećate. Presudno je da pravimo razliku između "osjećanja" i "djelovanja" kako bismo pronašli oblike izražavanja koji ne štete ni nama, niti drugima.

VEZA

Možda bi bilo korisno da ovu aktivnost povežete sa aktivnošću "Od nasilja do mirne koegzistencije" u kojoj učesnici mogu koristiti dramu kako bi vježbali nenasilne alternative suočavanju sa ljutnjom i konfliktima u vezama.

TABELA RESURSA:

Primjer rangiranja osjećanja na flipčart papiru
Ispod je dat primjer kako organizovati kolone osjećanja i odgovore učesnika. Za vrijeme diskusije voditelj bi trebalo da pomogne učesnicima da identifikuju sličnosti i razlike u rangiranju. Na primjer, navedena tabela pokazuje da postoji gotovo ravnomjerna podjela u broju učesnika kojima je lako izraziti ljutnju i onih kojima je to teško. Ovo bi moglo dovesti do diskusije o tome zašto postoje ove razlike i da li mladići generalno smatraju ili ne smatraju da je lako ili teško izraziti ljutnju. Još jedan interesantan obrazac u primjeru ispod jeste da većina učesnika smatra

da je teško izraziti strah. Često se od muškaraca zaista očekuje da budu hrabri i neustrašivi i ovaj bi primjer bilo interesantno iskoristiti kao osnovu za diskusiju o socijalizaciji i rodnim normama.

Na kraju, važno je da zapamtite da bi prikupljanje i upisivanje rangiranja u tabelu trebalo da bude anonimno. To znači da bi svaki red prethodne tabele trebalo da predstavlja rangiranje različitog učesnika, ali bez njegovog imena. Kao što je prikazano u prethodnom primjeru, voditelj umjesto toga može napisati broj na koji se učesnici mogu lako pozvati tokom diskusije.

| | STRAH | LJUBAV | TUGA | SREĆA | LJUTNJA |
|------------|-------|--------|------|-------|---------|
| Učesnik #1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Učesnik #2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 5 |
| Učesnik #3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 5 |
| Učesnik #4 | 4 | 3 | 5 | 2 | 1 |
| Učesnik #5 | 5 | 1 | 3 | 2 | 4 |

Radionica 4: Šta bih želio/željela da uradim sa svojim životom? Kako na mene utiču drugi?

CILJ:

Dati šansu mladim ljudima da razmisle o svojim stavovima, izborima i životnim planovima i o tome kako na njih utiču njihovi odnosi sa drugima.

POTREBNI MATERIJAL:

Papir i olovke

PREPORUČENO VRIJEME:

45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:

Važno je da je grupa utvrdila atmosferu poštovanja i smirenosti prije ove sesije. Zamolite učesnike da budu što je moguće iskreniji u razmišljanju o svojim odgovorima i uvjerite ih da neće morati podijeliti svoje odgovore sa grupom ako se ne osjećaju prijatno da to urade.

OPCIONALNI KORAK: Pustite muziku učesnicima da je slušaju dok rade na svojim odgovorima.

PROCEDURA:

Zapišite pitanja na flipčart papiru. Zamolite učesnike da se smjeste udobno i da svako za sebe razmisli o pitanjima i da odgovori, zapiše ili nacrtaju. Imaju 10 minuta za ovaj dio.

- Kakva osoba želim da budem za 10 godina?
 - Šta bih želio da uradim sa svojim životom?
 - Da li ću studirati i/ili raditi?
 - Da li ću imati partnera? Djecu?
 - Da li ću biti dio neke grupe ili aktivnosti?

- Zamolite učesnike da podijele svoje odgovore i iskoristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- Da li je lako opisati ono što biste željeli u svojoj budućnosti? Zašto da ili zašto ne?
- Mislite li da je vaša vizija sebe u budućnosti realna? Zašto?
- Šta vam je potrebno da biste mogli ostvariti život koji ste zamislili za sebe?
- Koje su prepreke sa kojima ćete se morati suočiti kako biste ostvarili svoje planove?

- › Na koji način ste slični drugim učesnicima? Na koji način ste drugačiji? Šta mislite, odakle potiču te sličnosti?
3. Zamolite učesnike da zamisle tri osobe sa kojima imaju bliske odnose. Recite im da razmisle o mišljenjima koje te osobe imaju o njima, fokusirajući se na sljedeća pitanja zapisana na flipčart papiru. Dajte učesnicima 10 minuta da napišu svoja razmišljanja na listu papira.
 - a. Šta oni misle o mojim uvjerenjima i stavovima?
 - b. Šta oni misle o onome šta ja radim?
 - c. Šta oni misle o mojim planovima u vezi sa tim da imam partnera/partnerku i djecu?
 - d. Šta oni misle o tome šta ja želim da budem?
 4. Podsjetite učesnike na pitanja na koja su odgovarali u prethodnoj aktivnosti o tome kako vide sebe i svoju budućnost.
 5. Nakon što ste im dali nekoliko minuta da razmisle o pitanjima, započnite grupnu diskusiju koristeći sljedeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li se ljudi bliski vama slažu sa vašim uvjerenjima i stavovima? Koliko su oni uticali na njih?
2. Da li se slažu sa vašim planovima za budućnost? Da li vas podržavaju?
3. Koliko vam je važna njihova podrška? Kako mišljenja ljudi bliskih vama utiču na vaš život?
4. Na koji način mišljenja drugih mogu biti osnažujuća, odnosno, kako vam ona mogu dati snagu i samopouzdanje?
5. Na koji način mišljenja drugih mogu biti prepreke, odnosno, kako vas ona mogu sputavati ili ograničavati? Šta možemo uraditi povodom toga?
6. Kako možete izgraditi veze zasnovane na poštovanju?
7. Koliko vam je važan vaš status na društvenim mrežama? Koliko to utiče na vaš život i na koji način?
8. Da li smatrate da su mediji uticali na vaša uvjerenja i kako vidite svoju budućnost?
9. Koji drugi faktori utiču na vaše odluke u životu?
10. Mislite li da bi vaši planovi bili drugačiji da ste suprotnog pola? Kako?
11. Da li je uobičajeno za žene da imaju prijatelje muškarce (odnosno, muške prijatelje sa kojima NEMAJU seksualnu ili romantičnu vezu)? Zašto da ili zašto ne? Da li su ove vrste veza važne?

12. Jesu li vaši životni planovi "normalni" u vašoj zajednici? Šta bi se dogodilo ako biste odstupili od svih normi i pokušali da živite potpuno drugačiji život od većine?
13. Šta ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete primijeniti u sopstvenom životu i vezama?

ALTERNATIVNA PROCEDURA: Ova aktivnost može se takođe izvoditi sa fokusom na određene vrste veza, npr. porodica, prijatelji ili intimni partneri. Učesnici mogu izabrati određene vrste veza o kojima žele da razgovaraju, ili se postupak može ponoviti tako da učesnici mogu uzeti u obzir sve ove vrste veza jednu po jednu.

ZAVRŠETAK:

Mnogi faktori oblikuju ono ko smo i utiču na naše odluke u životu: naše porodice, drugi ljudi koji su nam bliski, naše zajednice, društvene mreže, mediji, rodne uloge ...

Važno je biti svjestan toga kako mišljenja drugih utiču na to kako vidite sebe i na odluke koje donosite. To uključuje sposobnost da prepoznate kako vam neka od tih mišljenja mogu pomoći da postanete snažnije i žene sa više samopouzdanja

– i kako vas drugi mogu ograničavati ili učiniti da mislite loše o sebi. U svom životu treba da težite vezama koje vam pomažu da se razvijete u osobu kakva želite da budete i koje čine da se osjećate zadovoljni sobom. Takođe, treba da budete svjesni toga kako vi utičete na druge i kako reciproci- tet – tretiranje drugih na način kako biste željeli da vas tretiraju – predstavlja ključ za izgradnju ispunjujućih i ravnopravnih veza.

Radionica 5: Ljubavna priča

CILJ:
Istražiti očekivanja žena i muškaraca u romantičnom vezama i ono čemu nas društvo uči o njima.

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke. *Opcionalno: Muzika*

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
Kao dio stvaranja i diskusije na temu ljubavnih priča u ovoj aktivnosti učesnici mogu doprinijeti ili razmisliti o elementima svojih ličnih priča. U nekim slučajevima (kao i u drugim aktivnostima) ovo bi moglo izazvati snažna osjećanja i voditelj bi trebalo da bude spreman da pomogne ili uputi učesnika na mjesto gdje se može obratiti za pomoć, ako je to potrebno.

PROCEDURA:

Zapišite pitanja na flipčart papiru. Zamolite učesnike da se smjeste udobno i da svako za sebe razmisli o pitanjima i da odgovori, zapiše ili nacrtaju. Imaju 10 minuta za ovaj dio.

1. Podijelite učesnike u dvije do četiri grupe (ako učestvuju i muškarci i žene, podijelite ih u istopolne grupe).
2. Predstavite priču o Mariji i Petru koji su u klubu. Marija i Petar su zainteresovani jedno za drugo već neko vrijeme, ali nijedno od njih nije napravilo nikakav potez do sada; Marija koristi trenutak i prilazi mu – ona je odlučila da napravi prvi korak.

Objasnite da bi svaka od grupa trebalo da smisli kako se njihova ljubavna priča razvija – kako započinju vezu i opis njenih ranih faza. Dajte grupama 15 minuta da razgovaraju i osmisle svoje priče. Grupe mogu ili napisati svoje priče za čitanje naglas ostatku grupe Ili pripremiti skečeve Ili nacrtati crteže koje će predstaviti.

3. Zamolite svaku grupu da predstavi svoju priču.
NAPOMENA: Voditelj bi trebalo da naglasi da su nepotpune ili kratke priče prihvatljive i da grupe treba da daju sve od sebe da predstavljaju ono što imaju.
4. Iskoristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju.

OPCIONALNI KORAK 1: Da biste dalje diskutovali o kulturološkim i društvenim konstruktima romantične ljubavi, donesite primjerke tekstova iz popularnih pjesama ili razmislite o zajedničkim izrekama o ljubavi i vezama koje će učesnici analizirati.

OPCIONALNI KORAK 2: Zamolite učesnike da ponove ovu aktivnost razmišljajući o različitim fazama romantične veze. Na primjer, oni mogu izabrati da smisle priču o paru koji je u braku 10 godina. Koje su uloge i očekivanja od žena? Od muškarca? Koje su sličnosti i razlike između ranih faza veze i nakon 10 godina provedenih u braku?

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koje su sličnosti između priča? Koje su razlike?
2. Koja od ovih priča je najrelevantnija za vaša lična iskustva?
3. Koje su pozitivne karakteristike veza u pričama? Koje su negativne karakteristike?
4. Da li su veze u ovim pričama ravnopravne – to jest, da li žene i muškarci imaju moć pregovaranja? Na koji način jesu, a na koji način nisu? Ako nisu, koje su posljedice?
5. Šta djevojke očekuju u romantičnim vezama? Da li se to razlikuje od onoga što mladići očekuju? Ako da, zašto djevojke i mladići imaju ova različita očekivanja? Kako ova različita očekivanja utiču na romantične veze?
6. Da li se ljubomora smatra "dokazom prave ljubavi"? Zašto? Zašto ne?
7. Da li likovi u pričama potiču iz različitih vjerskih, etničkih ili socijalnih sredina? Da li te razlike utiču na veze? Ako da, na koji način?
8. Da li priče o romantičnim ljubavima predstavljene na televiziji, radiju, filmovima, muzici, časopisima i u novinama utiču na vaša očekivanja od romantičnih veza? Ako da, kako?
9. Dakle, žene i muškarci imaju različite uloge u vezama? Koje su to uloge?
10. Neki ljudi vjeruju da muškarci treba da "povlače sve poteze" u vezama, a da žene treba samo da odgovore. Slažete li se sa ovim? Zašto? Zašto ne?
Da li je prihvatljivo da žena napravi prvi korak i započne vezu?
› Da li je prihvatljivo da žena plati piće ako izađe sa muškarcem?
› Da li žene obično preuzimaju inicijativu kada je riječ o seksu u vezi? Zašto?
› Da li je prihvatljivo da žena razgovara sa svojim partnerom o zadovoljstvu i svojim seksualnim željama? Ili u grupi? Zašto?

11. Šta znači za ženu i muškarca da imaju ravnopravnu vezu? Kako bi žena trebalo da se ponaša prema muškarcu? Kako bi muškarac trebalo da se ponaša prema ženi?
12. Šta ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što se može primijeniti u vašem životu i vezama?

.....

ZAVRŠETAK:

Postoje mnoge kulturološke norme, ili vjerovanja, o tome kakve bi različite uloge muškarci i žene trebalo da imaju u vezama. Neke od ovih normi, kao što su "muškarci treba da povlače sve poteze u vezi" mogu pojačati nejednaku dinamiku moći i stvoriti situacije ugroženosti i žena i muškaraca. Na primjer, zbog ovih normi muškarci bi mogli pretpostaviti da oni treba da donose sve odluke o seksu i prevenciji, čak i onda kada ne posjeduju adekvatno znanje o ovim pitanjima, a ženama bi

moglo biti neprijatno da pokušaju da pregovaraju. Kao djevojkama, važno je da identifikujete osobine koje su vam važne kod partnera, da budete svjesne svojih prava i da znate kakvo ponašanje nećete tolerisati. Održavanje zdrave i ravnopravne veze zahtijeva saradnju oba partnera. Oba partnera moraju razgovarati o svojim očekivanjima, potrebama i željama i razumjeti i slušati potrebe i želje drugog.

VEZA – CRTANI FILM

U crtanom filmu *Bila jednom jedna djevojčica (Once Upon a Girl)*, djevojka na početku vidi svog momka kao "princa na bijelom konju" – šta mislite, na koji način ovaj ideal utiče na vezu? U slučaju da odlučite da koristite ovaj crtani film, vrijeme koje vam je potrebno su dva školska časa ili 90 minuta.

Godina 1:

Razvoj identiteta Ko sam ja, ko si ti?

Drugo polugodište:
Nasilje je "Out"! Od nasilja
do mirne koegzistencije

Od nasilja do mirne koegzistencije, Šta i zašto?

Uvod

Aktivnosti u ovom poglavlju su dizajnirane da pomognu mladim ljudima da razmisle o različitim manifestacijama nasilja u svojim životima i zajednicama i da razviju vještine potrebne za traženje podrške za sebe i druge. Dio ovog procesa uključuje razmišljanje o onim rodnim i društvenim normama koje određene vrste nasilja, naročito nasilje muškaraca nad ženama i nasilje između muškaraca, predstavljaju kao "normalne" ili "prirodne", i podsticanje mladih ljudi da prepoznaju svoju sposobnost da se zaštite od nasilja.

Perspektiva mladića

Šta je nasilje?

Svjetska zdravstvena organizacija definiše nasilje kao "namjerno korištenje fizičke snage ili moći, prijetnjom ili akcijom prema samom sebi, prema drugoj osobi ili prema grupi ljudi ili čitavoj zajednici, što bi moglo rezultirati ili rezultira povredom, smrću, psihološkim posljedicama, nerazvijenošću ili deprivacijom".⁹ Ovo uključivanje riječi "moć" u definiciju širi konvencionalno razumijevanje nasilja sa ciljem uključivanja takvog čina kao što je prijetnja, zastrašivanje i ugnjetavanje koji proizlazi iz odnosa moći između pojedinaca, između pojedinaca i grupa, ili između grupa. Za potrebe ovog priručnika fokusiraćemo se na interpersonalno nasilje, ili nasilje počinjeno nad jednom osobom od strane druge osobe ili od strane male grupe pojedinaca.

Takođe je važno započeti sa priznanjem da nasilje nije slučajan čin. Ono se događa u konkretnim uslovima i situacijama. Nasilje se u nekim situacijama dešava češće nego u drugim, i širom svijeta veća je vjerovatnoća da će ono biti počinjeno od strane muškaraca i protiv njih – najčešće mladića. U javnoj sferi, najveća je vjerovatnoća da će mladići biti počinioi nasilja, ali istovremeno i njegove žrtve. U privatnoj sferi – kao što su dom i drugi

*...važno započeti
sa priznanjem
da nasilje nije
slučajan čin.*

9 – WHO, "Global Consultation on Violence and Health. Violence: a public health priority." (Geneva: World Health Organization, 1996) [SZO: "Globalne konsultacije o nasilju i zdravlju. Nasilje: prioritet javnog zdravlja" (Ženeva: Svjetska zdravstvena organizacija, 1996).]

privatni prostori – u većini slučajeva muškarci su agresori, a žene žrtve. Istraživanja o uzrocima nasilja ispunjavaju tomov knjižicu i tema su hiljada studija. Ali ono što se često izostavlja iz ovih diskusija je rodna priroda nasilja – činjenica da muškarci, a naročito mladići češće pribjegavaju nasilju nego bilo koja druga grupa. Kada govorimo o nasilju, moramo takođe govoriti i o miru i mirnoj koegzistenciji. Često slušamo o "udaru na nasilje" ili o novom programu "borbe protiv nasilja" ili čak "ratu protiv nasilja". Jezik kojim se često služimo kada govorimo o nasilju i prevenciji nasilja je sam po sebi opterećen nasiljem. Mi želimo da se borimo protiv njega i da kaznimo, često nasilno, one koji koriste nasilje. Na nivou škola i zajednica često čujemo ljude da govore kako žele da kazne one mladiće koji su nasilni, da ih ograniče, dok se znatno manje pažnje posvećuje razmišljanju o tome šta bi u stvari spriječilo nasilje. Mi često nasilje kažnjavamo nasiljem i onda se pitamo odakle ono potiče. U naročito detaljnom pregledu nasilja u SAD James Gilligan sa Univerziteta Harvard tvrdi da umjesto da odvraća od nasilja, primjena smrtno kazne i drugih surovih metoda s ciljem sprečavanja nasilja u SAD u stvari doprinosi kulturi nasilja.¹⁰

Pri uključivanju mladića i djevojaka u prevenciju nasilja moramo biti u mogućnosti da zajedno sa njima vizualizujemo, zamislimo i stvorimo uslove koji promoviraju mirnu koegzistenciju, a ne da se samo "borimo protiv nasilja". Razgovoru o miru, pregovorima i mirnoj koegzistenciji ponekad se daje loš prizvuk ili je čak predmet ismijavanja. Ali, kao što je britanski pjevač Elvis Costello upitao: "Šta je toliko smiješno o miru, ljubavi i razumijevanju?" Ostavimo li po strani razmetanje, vidimo da se većina mladića, kada im se dozvoli da to pokažu, plaši sopstvenog potencijala za nasilje i nasilja nanesenog njima ili nasilja kojim im prijete drugi mladići. Većina mladih ljudi doživjela je ili svjedočila nasilju u nekom trenutku svog života (ili različitim trenucima svog života) i željni su da govore o mirnoj koegzistenciji. U aktivnostima, koje su uključene ovdje, želimo da promoviramo uslove u kojima će mladići moći govoriti ne samo o takmičenju, moći, tuči i nasilju – već i o mirnoj koegzistenciji.

Okvir 1: Nasilje na globalnom nivou

OKVIR
1.

Svake godine, više od 1,6 miliona ljudi izgubi život zbog nasilja.¹¹
-- Nasilje je vodeći uzrok smrti kod ljudi u dobi od 15 do 44 godine i čini 14% od ukupnog broja smrtnih slučajeva kod muškaraca i 7% kod žena.¹²
-- Između 15 i 70% žena je doživjelo fizičko ili seksualno nasilje od strane intimnih partnera.¹³
-- Oko 815.000 ljudi svake godine izvrši samoubistvo.¹⁴

10 — J. Gilligan, "Violence: Our deadly epidemic and its causes." ("Nasilje: Naša smrtonosna epidemija i njeni uzroci") (New York, New York: Putnam Publishing Group, 1996)

11 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Posljednji put pristupljeno 10.02.2011.

12 — Isto

13 — Garcia-Moreno i dr. "Multi-country study on women's health and domestic violence" ("Studija sprovedena u nekoliko zemalja o zdravlju žena i nasilju u porodici") Ženeva: Svjetska zdravstvena organizacija, 2005

14 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Posljednji put pristupljeno 10.02.2011.

Nasilje muškaraca NIJE prirodno: Pronalaženje korijena nasilja kod mladića u njihovoj socijalizaciji

Istraživanje je potvrdilo da je nasilje uglavnom naučeno ponašanje.¹⁵ Dječaci i mladići uče da budu nasilni posmatrajući svoje očeve i braću kako koriste nasilje. Ohrabivanjem da se igraju sa puškama i pištoljima i nagrađivanjem kada se tuku. Pričom da je jedini način da budu "pravi muškarci" ako se potuku sa svakim ko ih uvrijedi. Bivajući tretirani na nasilan način ili podvrgnuti nasilju od strane svojih vršnjaka ili porodica. Bivajući naučeni da je ispoljavanje ljutnje i agresivnog ponašanja u redu, a da ispoljavanje tuge ili kajanja nije.

Činjenica da muškarci počine više nasilja od žena može takođe biti povezana sa biologijom, ali u vrlo ograničenoj mjeri. Na primjer, neka istraživanja pokazuju da postoje određene biološke razlike između dječaka i djevojčica u pogledu temperameta, prema kojima dječaci imaju višu stopu nedostatka kontrole nagona, nedostatka pažnje/poremećaja hiperaktivnosti (AD/HD) i druge osobine kao što su želja za uzbuđenjem, reagovanje "na prvu", razdražljivost – što su sve osobine koje mogu prethoditi agresivnom ponašanju.¹⁶ Istraživanja su pokazala da se već u dobi od četiri mjeseca starosti mogu primijetiti razlike u temperamentu između dječaka i djevojčica, gdje dječaci pokazuju više stepene razdražljivosti i prilagodljivosti, faktore koji se u kasnijoj dobi dovode u vezu sa hiperaktivnošću i agresivnim ponašanjem.¹⁷ Međutim, neka istraživanja mogu

pokazati i da su dječaci više razdražljivi iz razloga što istraživači od njih upravo i očekuju da budu više razdražljivi, ili zbog toga što roditelji, pokazujući rodne stereotipe, stimulišu dječake na razne načine ili je manje vjerovatno da će utišati ili smiriti mušku bebu u onoj mjeri u kojoj smiruju ženske bebe. Istraživači koji se bave pitanjem nasilja su gotovo jednoglasni u stavu da iako može postojati određena ograničena biološka osnova za agresivno ili rizično ponašanje muškaraca, nasilno ponašanje dječaka se u najvećem broju slučajeva može objasniti društvenim i faktorima okruženja za vrijeme njihovog djetinjstva i adolescencije. Na kraju, možemo reći da mladići nisu rođeni nasilni. Oni su naučeni da budu nasilni. Porodice i roditelji imaju glavnu ulogu u ohrabivanju – ili obeshrabivanju – nasilnog ponašanja kod dječaka ili mladića. U sredinama sa niskim primanjima gdje su porodice izložene stresu, roditelji imaju manje mogućnosti da nadgledaju svoju djecu, naročito sinove, i manje kontrolišu gdje oni idu i sa kim se druže. Veća je vjerovatnoća da će roditelji koji su izloženi stresu koristiti metode prisile i fizičku disciplinu prema dječacima, što može dovesti do toga da se neki dječaci pobune protiv takvog tretmana. Sa druge strane, u porodicama koje imaju otvoren stil komunikacije, koje svoje sinove (i kćeri) tretiraju sa poštovanjem, koje imaju mogućnost da prate aktivnosti svojih sinova, da znaju s kim se oni druže i da im ponude različite opcije, manja je vjerovatnoća da će

15 — A. Bandura, "Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses". Journal of Personality and Social Psychology, 1,(1965) 589-595.

16 — Cunnigham et al., "Theory-derived explanations of male violence against female partners: literature update and related implications for treatment and evaluation" (London: London Family Court Clinic, 1998)

17 — M. Miedzian, "Boys will be boys: Breaking the link between masculinity and violence" ("Dječaci ostaju dječaci: Razbijanje veze između maskuliniteta i nasilja") (New York: Anchor Books, 1991); F. Earls, "A developmental approach to understanding and controlling violence" ("Razvojni pristup razumijevanju i kontroli nasilja"). U H. Fitzgerald, et al, EDS. "Theory and Research in Behavioral Pediatrics" ("Teorija i istraživanje u bihevioralnoj pedijatriji"), Vol. 5 (New York: Plenum Press, 1991)

18 — M. Stormont-Spurgin, i S. Zentall, "Contributing factors in the manifestation of aggression in preschoolers with Hyperactivity" ("Faktori koji doprinose manifestaciji agresije kod predškolske djece sa hiperaktivnošću") J. Child Psychol Psychiat 36 (1995) 491-509.

im sinovi biti nasilni. Manja je vjerovatnoća da će mladići koji su privrženiji porodici, koji više učestvuju u zajedničkim porodičnim aktivnostima i koje njihove porodice pomnije prate biti nasilni ili delinkventni.

Veća je vjerovatnoća da će mladići koji su etiketirani kao "delinkventi" ili "nasilnici" ili "problematični" biti nasilni. Mladići u mnogim sredinama imaju više "problema" u ponašanju nego djevojke – mogu biti nemirniji u razredu, teže im je nego djevojkama sjediti mirno, ili pokazuju hiperaktivno ponašanje. Roditelji i profesori često etiketiraju ovakvo ponašanje kao problematično i reaguju na autoritativan način koji stvara lanac očekivanja. Profesori i roditelji vjeruju da će neki mladići biti nasilni ili delinkventni i ti isti dječaci često postanu delinkventni. Zašto? Zato što kada profesori i roditelji etiketiraju mladiće kao "agresivne" ili "problematične" oni često isključe ove dječake iz aktivnosti kao što je sport. Umjesto da slušaju "problematične" mladiće, profesori i roditelji ih često stigmatizuju i isključuju, na taj način podstičući nasilno ponašanje umjesto da ga sprečavaju.

Neka istraživanja takođe pokazuju da postoji veća vjerovatnoća da će mladići koji svjedoče nasilju ili su žrtve nasilja i sami postati nasilni.¹⁸ Svjedočenje nasilju u njihovom okruženju je stresno i za mladiće i za djevojke, ali se ovaj stres može pokazati na drugačiji način kod djevojaka i mladića. Kod mladića je veća vjerovatnoća da će se trauma izazvana svjedočenjem nasilju ispoljiti kao nasilje, nego kod djevojaka.¹⁹ Mnogi mladići su socijalizovani na način da vjeruju da je za njih neprimjereno da izraze strah ili tugu ali da je primjereno da izraze ljutnju ili agresivno ponašanje. Mladići koji dožive nasilje ili mu svjedoče u domu ili izvan njega mogu posmatrati nasilje kao "normalan" način – naročito kao muški način – za rješavanje konflikata.

Lak pristup oružju takođe može da doprinese nasilju. Pristup oružju, naravno, ne uzrokuje nasilje, ali ono povećava vjerovatnoću da će nasilje biti smrtonosnije. Veća je vjerovatnoća da će tuča zbog uvrede ili djevojke dovesti do ubistva kada jedan od učesnika ima pištolj ili nož. U nekim sredinama, naučiti koristiti i igrati se sa oružjem – posebno sa noževima i pištoljima – može čak biti sastavni dio načina na koji se dječaci socijalizuju. Mjesto gdje mladići žive takođe može biti glavni faktor vezan za njihovu upotrebu nasilja. Na primjer, veća je vjerovatnoća da će dječaci koji su odgojeni u naseljima u kojima postoje oružane bande ili gdje sektaško nasilje uključuje muškarce i dječake koristiti nasilje i biti žrtve nasilja. Bande i slične grupe često se pojavljuju onda kada su druge institucije društva koje mogu pružiti podršku i zaštitu mladićima – vlada, porodica, organizacije društvene zajednice, škole – slabe. Više stope nasilja u nekim područjima mogu takođe imati veze i sa lokalnom kulturom. U nekim sredinama mladići mogu vjerovati da će ih njihovi vršnjaci ili lokalni običaji podržati kada koriste nasilje kao odgovor na uvredu ili povredu.

Još jedan važan faktor koji može doprinijeti nasilnom ponašanju mladića je vršnjačka grupa mladića. Studije sprovedene u SAD pokazuju da druženje sa delinkventnim ili nasilnim vršnjacima predstavlja jedan od najjačih faktora povezanih sa nasilnim ponašanjem mladića.²⁰ Međutim, bilo bi previše jednostavno zaključiti da nasilni vršnjaci "uzrokuju" da i drugi mladići budu nasilni. Mladi ljudi imaju tendenciju da traže druge mlade ljude slične sebi za svoje društvo. Veća je vjerovatnoća da će se nasilni mladići družiti sa drugim nasilnim mladićima. Ali, jasno, s kim se mladići družie i koga slušaju je faktor koji treba razmotriti. Neki istraživači ukazuju da zato što mladići generalno provode više vremena izvan kuće – često u grupi vršnjaka na ulici koja promovise takmičenje, tuču i delinkvenciju – postoji veća vjerovatnoća da će biti nasilni nego djevojke, koje će vjerovatno biti socijalizovane u kući ili u blizini članova porodice.

18 — C. Bell & E.J. Jenkins, "Traumatic stress and children" ("Traumatski stres i djeca") *Journal of Health Care for the Poor and Underserved* 2 (1991) 175-185; ER Parsons, "Inner city children of trauma: Urban violence traumatic stress syndrome (U-VTS) and therapists' responses" ("Gradska djeca trauma: Sindrom traumatskog stresa urbanog nasilja (U-VTS) i odgovori terapeuta"). U J. Wilson & J. Lindy EDS. "Center transference in the treatment of post-traumatic stress disorder" ("Kontra-transferencija u liječenju posttraumatskog stresnog poremećaja") (New York: Guilford Press, 1994); RS Pynoos "Traumatic stress and developmental psychopathology in children and adolescents" ("Traumatski stres i razvojna psihopatologija kod djece i adolescenata") U JM Oldham, MB Riba, i A. Tasman EDS. *American Psychiatric Press Review of Psychiatry* Vol. 12 (Washington D.C. : American Psychiatric Press, 1993)

Nasilje u Bosni i Hercegovini

Da je nasilje ozbiljan i veoma zastupljen problem i u našem društvu, potvrđuju skandalozni podaci iz istraživanja²¹ koje su 2013. godine sprovedeli Agencija za ravnopravnost spolova BiH i entitetski gender centri u saradnji sa statističkim institucijama, a uz podršku UNFPA i UN WOMEN. Prema nalazima pomenutog istraživanja, svaka druga žena, nakon navršene 15. godine života bila je izložena nekoj vrsti nasilja (ekonomsko, fizičko, psihološko ili seksualno). Prema ovom istraživanju, u našoj zemlji su najzastupljeniji psihološko nasilje, a zatim fizičko nasilje. U kontekstu počinitelja nasilja, podaci jasno govore da je najzastupljenije nasilje u kojem je počinitelj partner. Upravo nalazi ovog istraživanja impliciraju da je sfera partnerskih i porodičnih odnosa najsnajzniji izvor nasilja za žene. U kontekstu rodno zasnovanog nasilja, stopa ukupnog rodno zasnovanog nasilja nad ženama koje su iskusile nasilje od kada su napunile 15. godina iznosi 47,2%, dok stopa aktualnog, tj. nasilja kojem su bile izložene u posljednjih godinu dana je 11,9%, a i u ovom slučaju, najčešći počinitelji su partneri i članovi obitelji, pa autori zaključuju da u tom kontekstu, sfera intimnih i porodičnih odnosa daleko je veći izvor opasnosti za žene nego je to slučaj sa širom društvenom zajednicom.

U 2015. godini u organizacija CARE International Balkan u saradnji sa partnerskim nevladinim organizacijama Asociacijom XY, Perpetuum mobile i Snagom Mladih, sprovedla je istraživanje među srednjoškolskom populacijom Sarajevu, Banja Luci i Mostaru. U istraživanju je učestvovalo 1030 mladih ljudi, od toga 559 mladića i 471 djevojaka.

Prema nalazima ovog istraživanja 20% ispitanika iz Sarajeva i Mostara i 12,5 ispitanika iz Banja Luke prijavilo je neugodna i neželjena seksualna iskustva. Izloženost psihološkom nasilju potvrdilo je 27,4% mladića iz Mostara, 22,7% mladića iz Sarajeva i 11,5% mladića iz Banja Luke. Između 18,6% do 24,7% ispitanika je potvrdilo da su bili izloženi fizičkom nasilju, dok je oko 27% mladića iz Mostara i Sarajeva i 18% mladića iz Banja Luke potvrdilo je učešće u vršenju fizičkog nasilja protiv drugih.

Isto istraživanje pokazuje da u ukupnom uzorku djevojaka, 90% ispitanica smatra da nasilje nema opravdanje i da ne smije biti tolerisano, no zabrinjava podatak da 10% ispitanica smatra da su žene odgovorne za nasilje kojem su izložene. Posebno zabrinjava podatak da samo 22-36% djevojaka smatra da žena koja je seksualno zlostavljana nije izazvala taj čin stilom oblačenja. To nam govori da gotovo dvije trećine djevojaka obuhvaćenih istraživanjem, u slučaju silovanja ili seksualnog zlostavljanja, žrtvu percipiraju kao krivca, a stil oblačenja kao povod za takav čin. Na upit da li su bile izložene psihološkom nasilju, potvrdno je odgovorilo oko 28% djevojaka na sve tri lokacije, dok je izloženost fizičkom nasilju potvrdilo oko 6,6% ispitanica.

19 — U.S. Department of Justice "The Prevalence and Consequences of Child Victimization.: NIJ Reserch Preveiw" (Ministarstvo pravde SAD: "Prevalencija i posljedice viktimizacije djece.: NIJ reserch Preveiw"). (Washington, DC. National Institutes of Justice, 1997)

20 — Michael B. Green "Implications of Research Showing Harmful Effects of Group Activities with Anti-Social Adolescents" ("Implikacije istraživanja koje pokazuje štetne efekte grupne aktivnosti sa antisocijalnom omladinom"), rad predstavljen na Persistently Safe Schools: The National Conference of the Hamilton Fish Institute on School and Community Violence, dostupan na <http://gwired.gwu.edu/hamfish/merlin-cgi/p/downloadFile/d/16823/n/off/other/1/name/07Greenepdf/>

21 — Rasprostranjenost i karakteristike nasilja nad ženama u Bosni i Hercegovini (Agencija za ravnopravnost spolova BiH, 2013.)

Šta je rodno zasnovano nasilje?

Rodno zasnovano nasilje (RZN) je široko priznato kao međunarodni javno-zdravstveni problem i pitanje koje spada u domen ljudskih prava. RZN može imati razarajuće efekte na fizičko i duševno zdravlje žena, kao i na dobrobit porodica i zajednica, te šireg društva. Koncept RZN pokušava da napravi razliku između nasilja koje se zasniva na rodnom očekivanjima i/ili na polnom ili rodnom identitetu druge osobe i drugih oblika nasilja. Iako se RZN može primijeniti na žene i na muškarce, djevojčice i dječake, fokus napora iz domene RZN-a je na okončanju nasilja nad ženama i djevojkama, jer su one te koje su u najvećem broju slučajeva pogođene ovom vrstom nasilja.²⁵ Tokom protekle decenije, međunarodna zajednica je počela da koristi izraz "rodno zasnovano nasilje", umjesto "nasilje nad ženama" sa namjerom da prebaci fokus sa žena kao žrtava i da naglasi kako uloga rodni normi, nejednakost i odnosi moći povećavaju osjetljivost žena na nasilje. U okviru ovog diskursa veći značaj se takođe daje razumijevanju maskuliniteta i uloge koju muška socijalizacija igra u prihvatanju upotrebe nasilja od strane muškaraca. Neki muškarci i dječaci su odgojeni da vjeruju da imaju "pravo" da očekuju neke stvari od žena, i pravo na korištenje fizičkog ili verbalnog zlostavljanja kao oblika "kazne" ako žena ne pruža ove stvari (ukoliko ne odgovori adekvatno na seksualne zahtjeve muškarca, na primjer). Seksualno nasilje je takođe prilično ukorijenjeno u nepravilnim rodni normama – naročito onim koje definišu mušku seksualnost kao nekontrolisanu i agresivnu, a žensku seksualnost kao pasivnu. Uspješna intervencija u radu sa muškarcima na dekonstrukciji hegemoničnih muških identiteta i pružanju podrške promjenama u zajednici i institucionalnim promjenama je pokazala pozitivan doprinos koji muškarci mogu dati kao saveznici i aktivisti u borbi protiv nasilja.^{26 27}

...fokus napora je na okončanju nasilja nad ženama i djevojkama...

22 — MR Fondacaro i K Heller "Attributional style in aggressive adolescent boys" ("Atributivni stil kod agresivnih adolescentnih dječaka") *Journal of Abnormal Child Psychology* (1990) 18 (1) :75-89, C Hudley i J Friday, "Attributional bias and reactive aggression" ("Atributivna pristrasnost i reaktivna agresija") *American Journal of Preventive Medicine* (1996) 12 (5 Suppl) :75-81

23 — Gary Barker, "Peace boys in war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro, Brazil" ("Mirosljubivi dječaci u ratnoj zoni: Identitet i suočavanje među maloljetnim muškarcima u favelama u Rio de Janeiro, Brazil"; neobjavljena doktorska disertacija, Erikson Institut, Loyola Univerzitet, Čikago, 2001)

24 — A. McAlister, "La violencia juvenil en las Americas: Estudios de investigación innovadores, diagnóstico y prevención" (Washington, DC: Organización de la Salud Panamericana, 1998).

25 — UNFPA, "Strategy and Framework for Action to Addressing Gender-based violence 2008-2011" ("Strategija i okvir za djelovanje na rješavanju rodno uslovljenog nasilja 2008-2011") Gender, Human Rights, and Culture Branch. (New York: UNFPA, 2008).

26 — Gary Barker, "Engaging boys and men to empower girls: Reflections from practice and evidence of impact" ("Uključivanje dječaka i muškaraca na osnaživanju djevojaka: Razmišljanja iz prakse i dokaz uticaja"), sastanak ekspertske grupe Ujedinjenih nacija o eliminaciji svih oblika diskriminacije i nasilja nad ženskom djecom, Firenca, Italija, 25-28 septembar 2006

27 — D. Peacock, i A. Levack. "The Men as Partners Program in South Africa: Reaching Men to End Gender-Based Violence and Promote Sexual and Reproductive Health" ("Program 'Muškarci kao partneri' u Južnoj Africi: Dopiranje do muškaraca ciljem yaustavljanja rodno uslovljenog nasilja i promovisanje seksualnog i reproduktivnog zdravlja"), *International Journal of Men's Health* 3 (2004) 173-188.

vršnjačke grupe, ostati izvan bandi.²³

Veća je vjerovatnoća da će mladići koji postižu loše rezultate u školi, koji su manje vezani za školsko okruženje, ili su marginalizovani ili isključeni iz školskog okruženja, biti nasilni ili delinkventi. Brojne studije su pokazale da su loši rezultati u školi, napuštanje škole, te manjak osjećanja pripadnosti školi povezani sa višim stopama delinkvencije i drugog nasilnog ponašanja. U nekim sredinama stopa napuštanja škole od strane mladića je veća nego kod djevojaka. Međutim, biti upisan u školu nije dovoljno. Za neke mladiće, škola može biti mjesto gdje se susreću i druže sa nasilnim vršnjacima. Druge studije pokazuju da postoji veća vjerovatnoća da će mladići koji su marginalizovani ili isključeni ili tretirani kao "promašaj" dok su u školi, biti nasilni. Sve u svemu, škola – kao najvažnija institucija društva gdje se mladi ljudi druže – predstavlja jedno važno mjesto za podsticanje ili sprečavanje nasilja.

Imaju li mediji ikakav uticaj na nasilje mladića? Neke studije su otkrile da gledanje scena nasilja u medijima može biti povezano sa izvršenjem nasilja, ali je uzročna veza nejasna.²⁴ Gledanje nasilja na televiziji ili na filmovima vjerovatno ne "uzrokuje" nasilje kod mladića, ali ono nesumnjivo doprinosi nekim uvjerenjima mladića – i našem opštem vjerovanju kao društva – da je nasilje muškaraca normalno, pa čak i cool.

Konačno, takođe je važno imati na umu da nasilje nije povezano samo sa siromašnim mladićima. Mnoga istraživanja o nasilju fokusiraju se na siromašne mladiće; u nekim sredinama siromaštvo se vezuje za više stope nekih vrsta nasilja. Siromaštvo je samo po sebi neka vrsta društvenog nasilja, ali siromaštvo ne treba posmatrati kao uzrok interpersonalnog nasilja. Mladići iz srednje klase u mnogim sredinama su takođe uključeni u nasilje i takođe su socijalizovani da koriste nasilje kako bi izrazili osjećanja i riješili konflikte, baš kao što većina mladića iz siromašnih sredina nisu počinio nasilja. Proučavajući i reagujući na nasilje neophodno je da ne osuđujemo ili etiketiramo siromašne mladiće, ili mladiće uopšte, kao urođeno nasilne, i da prepoznamo da većina mladića nisu počinio nasilja.

Studije sprovedene u SAD su pokazale da će mladići koji su nasilni, češće od svojih vršnjaka koji nisu nasilni, vidjeti neprijateljske namjere kod drugih ili će pogrešno protumačiti ponašanje drugih kao neprijateljsko.²² Izgleda da mladići koji koriste nasilje imaju poteškoće sa "emocionalnom inteligencijom" – tj. sposobnošću da "čitaju", razumiju i izraze svoja osjećanja na odgovarajuće načine. Drugim riječima, veća je vjerovatnoća da će oni, u odnosu na mladiće koji su manje nasilni, "pogrešno pročitati" namjere drugih, vjerujući da su nasilni i onda kada nisu. Pored toga, mladići koji su nasilni često opravdavaju svoje nasilje prebacujući krivicu na druge, koristeći ponižavajuća imena za svoje žrtve. Isto tako, vjerovatnije je da će mladići koji imaju pretjerano osjećanje časti takođe koristiti nasilje. Neki slučajevi ubistava koje je počinio muškarac nad drugim muškarcem započinju relativno malom svađom, obično zbog neke uvrede, često u kafićima ili na drugim javnim mjestima i potom eskaliraju do smrtnog ishoda.

Za neke mladiće, biti nasilan predstavlja način da definišu ko su. Adolescencija je doba života kada obično definišemo ko smo. Za neke mladiće ovo bi moglo biti definisanje sebe kao dobrog učenika, ili kao religioznog, ili kao sportiste, ili kao vrijednog radnika, kao umjetnika, ili kao stručnjaka za kompjutere. Ali, ovo bi takođe moglo biti i definisanje sebe kao nasilnika ili razbojnika. Za neke mladiće, učešće u organizovanim vršnjačkim grupama kao što su bande može pružiti osjećanje identiteta i pripadanja koje ne mogu pronaći na drugom mjestu. Za neke mladiće biti dio nasilne vršnjačke grupe može predstavljati način da prežive ili sredstvo samozaštite. Za mladiće u nekim siromašnim urbanim sredinama u regionu, od kojih mnogi nemaju mnogo toga što im daje smisao i jasne uloge u društvu, nasilje može biti način za sticanje statusa. Sa druge strane, kada mladići pronađu identitet u nečemu drugom – kao učenici, vrijedni radnici, očevi, muževi ili u muzici, sportu, politici (naravno, zavisno kojoj politici), ili nekoj kombinaciji ovih – oni generalno ostaju van bandi ili nasilnih vršnjačkih grupa. Studija sprovedena među mladićima čiji su vršnjaci bili uključeni u bande u Čikagu i Rio de Žaneiru pokazala je da je veća vjerovatnoća da će oni mladići koji su iskusili cijenu nasilja, koji se plaše nasilja i koji su pronašli alternativne identitete i alternativne

Okvir 2: Rodno zasnovano nasilje na Zapadnom Balkanu

-- U Srbiji je istraživanje, sprovedeno na reprezentativnom uzorku žena, utvrdilo da je 30,6% žena tokom svog života pretrpjelo fizičko nasilje, 46,1% je pretrpjelo psihološko nasilje, a 8,7% je pretrpjelo seksualno zlostavljanje. Drugo istraživanje sprovedeno 2003. godine je potvrdilo ova saznanja.²⁸

--U Crnoj Gori je istraživanje, sprovedeno na reprezentativnom uzorku žena, utvrdilo da je 25% žena bilo pretučeno od strane njihovih partnera, 25% njih je takođe bilo prisiljeno na seksualni odnos od strane njihovih partnera, a 14% ih je bilo pod prijetnjom otimanja njihove djece.²⁹

--U Hrvatskoj je istraživanje, sprovedeno na reprezentativnom uzorku žena, utvrdilo da je 21% žena iskusilo fizičko nasilje od strane njihovog sadašnjeg ili bivšeg muškog partnera, a 34% njih je prijavilo da su doživjele prinudni seks.³⁰

-- U Bosni i Hercegovini istraživanje je pokazalo da je 23% žena bilo pretučeno od strane njihovih partnera, dok je 29% njih poznavalo ženu koja je bila pretučena.³¹

OKVIR
2.

28 — AŽC, 2005

29 — Radulović, 2003

30 — Otročak, 2005

31 — H. Peele i D. Andrić-Ružić EDS. "To Live With (out) Violence: A second look 2- Experts." ("Živjeti sa nasiljem (bez nasilja): drugi pogled 2 - Stručnjaci.") Završni izvještaj o nasilju nad ženama (Zenica: Bosna Herezgovina i Medica Zenica, 1999) 54-55.

Nasilje između muškaraca³²

Nasilje koje se dešava između muškaraca često je povezano sa krutim rodni normama i dinamikom moći. Dječaci i muškarci su često naučeni da agresija i nasilje prema drugima predstavljaju prihvatljive načine za demonstraciju snage i kontrole, tj. da bi izbjegli da sami postanu žrtve nasilja oni moraju počinuti nasilje nad drugima.

Upotreba nasilja protiv drugih muškaraca može biti, između ostalog, način da se dostigne društveno priznati status muškarca kada su drugi oblici priznavanja i afirmacije nedostižni ili se smatraju nedostižnim. Na ovaj način nasilje može poslužiti kao mehanizam pomoću kojeg su neki muškarci i dječaci stavljeni ili se drže u podređenom položaju u odnosu na druge muškarce.

Nasilje između muškaraca takođe može biti povezano sa rodni normama koje su temelj nasilja nad ženama i djevojkama. Nasilje može djelovati kao sredstvo cenzure i oblik kontrole muškog ponašanja. Ono može da se koristi protiv muškaraca koji se ne pridržavaju krutih rodni kodeksa i normi, pri čemu je najekstremniji primjer homofobično nasilje nad muškarcima koji imaju seksualne odnose sa drugim muškarcima (MSM) ili koji sebe identifikuju kao neheteroseksualni. Muškarci koji odstupaju od normi koje se odnose na muško ponašanje, način oblačenja, interesovanja, itd. takođe mogu postati žrtve nasilja ili zlostavljanja.

Bande

Širom svijeta postoje primjeri mladića koji se organizuju po rasnoj, klasnoj, nacionalnoj ili nekoj drugoj osnovi, bilo zbog uzajamne zaštite ili zbog ostvarivanja profita, često učestvujući u nasilnim i/ili ilegalnim aktivnostima. Ove grupe se razlikuju od mjesta do mjesta, a važno je razumjeti kontekst u kojem one postoje. Takođe, vrijedi napomenuti da nisu samo siromaštvo i nezaposlenost razlozi zbog kojih pojedini mladići učestvuju u bandi, već da tu postoje različiti faktori – individualni, porodični i lokalni kontekst – koji mogu dovesti do toga da se mladići pridruže ovim grupama. Važno je takođe naglasiti da čak i u onim zajednicama u kojima bande imaju snažno

32 — G. Barker, C. Ricardo, i M. Nascimento, "Engaging men and boys in changing gender inequity in health: Evidence from programme interventions." ("Uključivanje muškaraca i dječaka u promjeni rodne nejednakosti u zdravstvu: Dokazi iz programskih intervencija") (Ženeva: Svjetska zdravstvena organizacija, 2007)

se preoblikuju. Tokom ovog perioda u njihovim životima, ponašanje prema ženama ili partnerima se uvježbava i prenosi u zrelo doba, a dopiranje do mladića je put da bude promijenjen način interakcije muškaraca sa ženama. U kontekstu napora koji se čine na razvoju mladih, rad na pružanju podrške rodno pravičnim konstrukcijama među mladima također može ojačati razvoj liderstva kod njih, uključujući i njihovu sposobnost da se šire uključe kao akteri u zagovaranju rodne ravnopravnosti.

ma, kao i značaj nenasilnih vršnjačkih grupa u nastojanju da se siromašna omladina udalji od nasilnih grupa.³⁵

Mladi predstavljaju ključnu priliku za izgradnju alternativne definicije maskuliniteta i smanjenje rodno zasnovanog nasilja. Iako na mladiće utiču snažne sile da usvoje tradicionalni koncept maskuliniteta tokom njihove rodne socijalizacije, moguće je promijeniti ovaj put. Doba adolescencije je ključna razvojna faza tokom koje se rodni identiteti izgrađuju i tokom koje oni mogu i da

Okvir 3: Rezime

- › Nasilje se u nekim situacijama dešava češće nego u drugim i širom svijeta veća je vjerovatnoća da će ono biti počinjeno od strane muškaraca i protiv njih – najčešće mladića. U javnoj sferi najveća je vjerovatnoća da će mladići biti počinioi nasilja, ali istovremeno i njegove žrtve. U privatnoj sferi – kao što su dom i drugi privatni prostor – u većini slučajeva muškarci su agresori, a žene su žrtve.
- › Nasilje je naučeno ponašanje. Dječaci i mladići uče da budu nasilni posmatrajući svoje očeve i braću kako koriste nasilje. Ohrabivanjem da se igraju sa puškama i pištoljima i nagrađivanjem kada se tuku. Pričom da je jedini način da budu "pravi muškarci" ako se potuku sa svakim ko ih uvrijedi. Bivajući tretirani na nasilan način ili podvrgnuti nasilju od strane svojih vršnjaka ili porodica. Bivajući naučeni da je ispoljavanje ljutnje i agresivnog ponašanja u redu, a da ispoljavanje tuge ili kajanja nije.
- › Koncept rodno zasnovanog nasilja pokušava da napravi razliku između nasilja koje se zasniva na rodnom očekivanjima i/ili na polnom ili rodnom identitetu druge osobe i drugih oblika nasilja. Tokom protekle decenije međunarodna zajednica je počela da koristi izraz "rodno zasnovano nasilje" umjesto "nasilje nad ženama" sa namjerom da prebaci fokus sa žena kao žrtava i da naglasi kako uloga rodni normi, nejednakost i odnosi moći povećavaju osjetljivost žena na nasilje.
- › Nasilje koje se dešava između muškaraca često je povezano sa krutim rodni normama i dinamikom moći. Upotreba nasilja protiv drugih muškaraca može biti, između ostalog, način da se postigne društveno priznati status muškarca kada su drugi oblici priznavanja i afirmacije nedostižni ili se smatraju nedostižnim. Na ovaj način nasilje može poslužiti kao mehanizam pomoću kojeg su neki muškarci i dječaci stavljeni ili se drže u podređenom položaju u odnosu na druge muškarce.
- › Mladi predstavljaju ključnu priliku za izgradnju alternativne definicije maskuliniteta i smanjenje rodno zasnovanog nasilja. Rad sa mladićima na smanjenju rodno zasnovanog nasilja je od presudnog značaja, jer su mladići spremniji od starijih muškaraca da nauče koristiti alternativne nasilju komunicirajući sa svojim partnerima sa poštovanjem. Pored toga, doba adolescencije je ključna razvojna faza tokom koje se rodni identiteti izgrađuju i tokom koje oni mogu i da se preoblikuju.

OKVIR

3.

prisustvo nisu svi mladići uključeni u bande. Generalno, samo manjina biva uključena. Postojali su i još postoje različiti pokušaji da se suzbiju ove grupe mladića, prvenstveno putem policijske represije. Različita iskustva su pokazala da policijska represija nije adekvatan odgovor. Rad od kojeg se mnogo očekuje kada je riječ o bandama ukazuje na značaj nuđenja alternativa mladićima koji učestvuju ili imaju potencijal da učestvuju u bandama: kulturne aktivnosti, pristup zaposlenju, mogućnosti za učešće u zajednici i mjesta na kojima bi se mladići družili – kao pomak u odnosu na represiju.

Jasno je da za neke mladiće nasilje predstavlja način formiranja identiteta. Za mnoge od njih adolescencija je doba života kada razmišljaju o pitanju: ko sam ja? Mladić može definisati sebe kao nekog ko je dobar đak, religiozan, sportista,

vrijedan radnik, umjetnik, stručnjak za kompjutere ili na razne druge načine. Ali on također sebe može definisati i kao bandita. Istraživanja sprovedena među mladićima koji su uključeni u ove nasilne grupe u SAD i Brazilu su dovela do zaključka da oni imaju osjećaj pripadnosti i identiteta koji ne mogu naći ni na jednom drugom mjestu.³³

Za mnoge siromašne, socijalno isključene mladiće koji žive u urbanim sredinama, pripadanje nasilnoj grupi predstavlja način da prežive, da se osjećaju važnima i da steknu osjećaj pripadnosti u svojim životima. Sa druge strane, kada mladići otkriju svoj identitet u drugačijem okruženju, kao učenici, očevi, partneri ili muževi, u muzici, na poslu, u sportu, u politici (u zavisnosti od vrste političke grupe), u religiji, ili čak u kombinaciji svih pomenutih – oni uglavnom ostaju izvan bandi ili nasilnih grupa.

Fleksibilnost, mladići i prevencija nasilja

Kako možemo objasniti da neki mladi ljudi određenog porijekla bivaju uključeni u nasilne aktivnosti kao što su bande, dok drugi mladi ljudi koji dolaze iz iste sredine to ne čine? Nedavno istraživanje je identifikovalo individualne i porodične karakteristike mladih koji žive u siromašnim područjima i u okolnostima visokog rizika, a koji postanu uspješni u školi i na poslu, i ne postanu članovi bandi i drugih nasilnih grupa.³⁴ Ova istraživanja često se pozivaju na koncept fleksibilnosti, što podrazumijeva "uspješno prilagođavanje, uprkos riziku i različitostima". Fleksibilnost je koncept koji nam pomaže da shvatimo subjektivne stvarnosti i individualne razlike kojima su mladi ljudi izloženi i nudi uvid u to kako da stimuliramo pozitivne načine za prevazilaženje nevolja u posebno teškim okolnostima. Drugim riječima, fleksibilnost znači da neki mladići, čak i u teškim okolnostima,

pronalaze pozitivne alternative za prevazilaženje rizika koji ih okružuju. U komparativnoj studiji sprovedenoj među muškim maloljetnim delinkventima iz Rio de Žaneira i njihovim rođacima i braćom koji to nisu, autor je uočio niz zaštitnih faktora koji favorizuju nedelinkvenciju među mladićima. U ovoj studiji mladi ljudi koji nisu bili delinkventni ili fleksibilni: 1) pokazivali su veći optimizam u pogledu svoje životne stvarnosti, 2) bili su sposobniji da se verbalno izraze, 3) bili su najstarije ili najmlađe dijete u porodici, 4) imali su blag temperament i 5) pokazivali su jaku, prisnu vezu sa svojim roditeljima ili učiteljima (Assis, 1999). Slično, drugo istraživanje sprovedeno u Brazilu među mladićima iz područja u kojem su "komandosi" imali jak uticaj identifikovalo je značaj alternativnih modela, sposobnost da se stvore pozitivna razmišljanja uprkos različitosti-

33 — Gary Barker "Dying to be Men: youth, masculinity, and social exclusion." ("Umrijeti kao muškarac: mladost, maskulinitet i socijalna isključenost") (Routledge: Global Public Health, 2007.)

34 — Gary Barker "Dying to be Men: youth, masculinity, and social exclusion." ("Umrijeti kao muškarac: mladost, maskulinitet i socijalna isključenost"). Routledge: Global Public Health, 2007

35 — Gary Barker "Dying to be Men: youth, masculinity, and social exclusion." ("Umrijeti kao muškarac: mladost, maskulinitet i socijalna isključenost"). Routledge: Global Public Health, 2007

Perspektiva djevojaka

Šta je nasilje?

Ujedinjene nacije definišu nasilje kao bilo kakav akt koji izaziva ili bi mogao izazvati tjelesnu, seksualnu ili duševnu štetu ili bol, uključujući i prijetnje ovakvim aktima, zastrašivanje ili namjerno ograničavanje slobode i to u javnom ili privatnom životu. Širom svijeta žene najčešće doživljavaju nasilje od strane intimnog muškog partnera (SZO 2002). Upravo oni muškarci koje poznaju, a vrlo često i oni koje najviše vole i kojima vjeruju, su oni muškarci od kojih im prijete najveći rizik. Istraživanje u različitim zemljama je utvrdilo da

je između 15% i 71% onih žena koje su ikada bile u vezi doživjelo fizičko ili seksualno nasilje, ili i jedno i drugo, od strane intimnog partnera (SZO 2005). Često ove razne vrste nasilja koegzistiraju u vezi; fizičko nasilje je često praćeno psihološkim nasiljem, a u mnogim slučajevima i seksualnim nasiljem (SZO 2002). Dok se većina nasilja nad ženama dešava u ovim privatnim kontekstima, žene doživljavaju nasilje i izvan kuće u javnim prostorima kao što su škole i radna mjesta.

Šta je rodno zasnovano nasilje?

U zemljama istočne Evrope većina zakona i politika koristi "porodično nasilje" ili "nasilje u porodici" za označavanje činova nasilja nad ženama i djecom od strane muških intimnih partnera. Međutim, došlo je do velikog pomaka prema upotrebi "rodno zasnovanog nasilja" ili "nasilja nad ženama" da bude obuhvaćen širok spektar činova nasilja koje žene doživljavaju od strane intimnih partnera, članova porodice i drugih pojedinaca izvan porodice. Ovi termini takođe skreću pažnju na činjenicu da su rodne dinamike i norme neraskidivo povezane sa upotrebom nasilja nad ženama.

Veliki dio upotrebe nasilja nad ženama od strane muškaraca počinje kada su žene i muškarci još mladi i često oblikuje prirodu njihovih kasnijih intimnih odnosa. Činjenica da muškarci, posebno mladići, češće koriste nasilje nego žene, ukazuje na potrebu da se preispita kako su dječaci i mladići odgojeni i da se preispitaju krute norme maskuliniteta koje povezuju muškarce sa čvrstom ili dominacijom i dozvoljavaju i podstiču njihovu upotrebu agresije (fizičke, psihološke i/ili seksualne) da bi dokazali maskulinitet. Ove krute norme maskuliniteta, koje povezuju muškarce sa

dominacijom, su dodatno osnažene normama koje povezuju žene sa pasivnošću. Iako tradicionalne rodne uloge i dinamika moći vrše značajan uticaj na prisustvo nasilja u intimnim vezama, uzroci nasilja su višestruki i proizlaze iz složenih interakcija između faktora koji se odnose na pojedinca, veze, zajednicu i društvo. Nasilje se ne događa samo određenoj vrsti žena – ono prelazi društveno-ekonomske, vjerske, rasne i kulturne granice. Međutim, određene grupe žena, uključujući djevojke i žene koje žive u siromaštvu, imaju tendenciju da doživljavaju nesrazmjerno veći nivo

nasilja od drugih grupa. Siromaštvo se može posmatrati kao marker za različite društvene uslove, uključujući povišen stres i osjećaj neadekvatnosti muškaraca, što povećava učestalost nasilja. Osim toga, žene iz zajednica sa niskim prihodima često su više ugrožene zbog neadekvatnog pristupa socijalnim službama i podršci. Nasilje ima mnoge posljedice na fizičko, seksualno, reproduktivno i psihičko zdravlje žena. Pored toga, uticaj nasilja može trajati dugo nakon što je zlostavljanje prestalo; mnoge žene smatraju da psihološke posljedice doživljavanja nasilja spadaju među najdugotrajnije i najrazornije. U skorije vrijeme sve veća pažnja se posvećuje vezi između nasilja i seksualnog i reproduktivnog zdravlja žena, posebno ugroženosti od HIV-a. Ženi koja doživljava nasilje u vezi može biti teško da pregovara o sigurnom seksu, posebno ako je mlada i manje iskusna u pregovorima o seksualnim praksama (NOOS i Promundo 2002). Ne koriste samo muškarci nasilje - žene takođe koriste nasilje. U mnogim slučajevima upotreba agresije od strane žena je u kontekstu veze i predstavlja odgovor na nasilje počinjeno nad njima i/ili osjećaj nemoći. Ipak, i dok žene takođe koriste nasilje nad muškarcima, muškarci su ti koji su odgovorni za ogromnu većinu nasilnih incidenata.

Seksualno nasilje

Seksualno nasilje je svaki neželjeni seksualni čin ili pokušaj uključivanja u seksualni čin putem fizičkog, psihološkog ili emocionalnog zastrašivanja, npr. govoreći "da me voliš, imala bi seks sa mnom". Kao i kod drugih oblika nasilja nad ženama, osnovni faktor seksualnog nasilja je često izražavanje muške moći i dominacija nad ženama. Širom svijeta mnoge djevojke i odrasle žene, posebno one koje žive u siromaštvu, podložne su seksualnom iskorištavanju i trgovini ljudima. Ne postoje precizni brojevi, ali nedavna istraživanja ukazuju na procjenu da oko četiri miliona žena i djevojaka bude kupljeno i prodato širom svijeta, bilo u svrhu prisilnog seksualnog rada, ropstva ili braka. Ove žene i djevojke izložene su mnogim vrstama nasilja, uključujući psihološko zastrašivanje, fizičku silu i seksualno iskorištavanje.

Krug nasilja je veoma složen. Nasilje je model učenja i način na koji se moć distribuiše u vezi. Kao što je već navedeno, muškarci su u većini slučajeva počinio nasilja nad ženama u vezi, u mnogim porodicama batine se koriste kao pedagoški metod za djecu, a djeca, s druge strane, doživljavaju nasilje kao model ponašanja koje oni koriste da "obrazuju" drugu djecu oko njih i da preuzmu kontrolu i moć nad drugom djecom ili životinjama. U većini slučajeva oni koriste nasilje kao model ponašanja kao i odrasli u njihovim porodicama. Ova tema je vrlo osjetljiva. Imajući u vidu statistike porodičnog nasilja, postoji mogućnost da će u grupi, među učesnicima, biti žrtava ili svjedoka nasilja. Može biti teško nositi se sa ovom situacijom, tako da bi trebalo da im pokušate pomoći i uputiti ih na osobu ili organizaciju kojoj se mogu obratiti.

Seksualno nasilje i pristup hitnoj kontracepciji

Hitna kontracepcija je od suštinske važnosti za žene koje dožive silovanje ili drugi oblik seksualnog odnosa bez pristanka. Ona može značajno smanjiti rizik žene da ostane u drugom stanju ako se pravilno koristi u roku od 72 sata nakon nezaštićenog seksualnog odnosa. Nažalost, zbog zakonskih prepreka i drugih sistematskih ograničenja širom svijeta, mnoge žene nemaju znanje ili pristup ovoj opciji.

Percepcija rodno zasnovanog nasilja

Postoji niz percepcija i definicija onoga što se kvalifikuje kao nasilje nad ženama. Često, postoji diskurs "opravdanih" i "neopravdanih" razloga za nasilje. Ljudi mogu prebaciti dio krivice na žrtvu, možda govoreći da je žena koja je žrtva izazvala muškarca. Može se čuti da je žena "to tražila" ili da njen ostanak u vezi znači da mora da joj se "sviđa" ili da joj "ne smeta" nasilje. U stvarnosti, razlozi zbog kojih žene ostaju u nasilnim vezama su složeni i često višestruki. Kvalitativna istraživanja su pokazala da žene nisu pasivne žrtve nasilja, ali da je njihov odgovor ograničen pitanjima kao što su strah od odmazde, nedostatak alternativne ekonomske podrške, zabrinutost za djecu, nedostatak društvene ili emocionalne podrške ili se nadaju da će nasilje prestati. Emocionalna uključenost i, u mnogim slučajevima, ekonomska zavisnost u intimnoj vezi imaju važne implikacije za dinamiku nasilja u vezi i načinom na koji se žene nose sa takvim nasiljem.

Razbijanje tišine

Veliki broj žena nikad ne govori drugima o zlostavljanju koje doživljavaju. Ako se i obrate nekome, to su često članovi porodice i prijatelji, a ne institucije koje mogu ponuditi formalnu socijalnu i/ili pravnu podršku. Mnoge žene navode da je strah od odmazde najznačajniji faktor koji ih sprečava da traže pomoć i/ili prekinu vezu. Osim toga, žena može osjećati obavezu da ostane u nasilnoj vezi, posebno ako je udata i/ili su uključena djeca. Za neke žene ekonomske posljedice napuštanja intimnog muškog partnera mogu prevagnuti nad neposrednim fizičkim i psihološkim posljedicama nasilja. Sve u svemu, postoje mnogi društveni faktori i faktori zajednice koji utiču na odgovor žene na nasilje.

Socijalna podrška za sprečavanje i odgovor na nasilje

Iz perspektive zdravlja pitanje nasilja treba da bude uključeno u domen redovne zdravstvene zaštite žena i muškaraca. Obučeni i senzitivni pružaoci usluga moraju biti u stanju da razgovaraju i prepoznaju ključne znakove i simptome nasilja i da obezbijede pristup osnovnim uslugama u hitnim i rizničnim slučajevima, uključujući i hitnu kontracepciju. Socijalni i pravosudni sistemi treba da prepoznaju i da se pozabave kako onima koji čine nasilje, tako i onima koji trpe nasilje, uključujući i pružanje usluga i podrške na osjetljiv i pravedan način. Previše mladića i djevojaka je doživjelo nasilje ili svjedočilo nasilju u nekom trenutku u njihovom životu (ili u različitim trenucima u njihovim životima). Da bi se spriječilo i odgovorilo na nasilje, treba da radimo na prekidanju ciklusa nasilja osnaživanjem djevojaka i mladića da izgrade ravnopravne i nenasilne lične veze. Osim toga, treba da radimo u široj zajednici i na nivou društva kako bismo promovisali pozitivne promjene u zajednici i društvene norme koje se odnose na rod, kao i to kako muškarci i žene posmatraju jedni druge i ponašaju se jedni prema drugima.

Veliki broj žena nikad ne govori drugima o zlostavljanju koje doživljavaju.

Muškarci i kampanja Bijela vrpca

Kampanja Bijela vrpca je međunarodna kampanja za podizanje svijesti muškaraca koja nastoji da zaustavi nasilje muškaraca nad ženama. Ovu kampanju je 1991. godine započelo nekoliko kanadskih muškaraca i do sada se proširila na najmanje trideset zemalja širom svijeta. Bijela vrpca je simbol obećanja muškarca da nikada neće počinuti, odobravati ili ćutati o nasilju nad ženama (www.whiteribbon.ca).

Radionica 6: Šta je nasilje?

CILJ:
Identifikovati različite tipove nasilja koji se mogu pojaviti u intimnim odnosima, porodicama i zajednicama.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir i markeri, kopije studija slučaja iz Tabele resursa A i Tabele resursa B.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Prije početka sesije o nasilju važno je istražiti lokalno relevantne informacije koje se tiču nasilja, uključujući postojeće zakone i socijalnu pomoć za one koji koriste i/ili su žrtve nasilja. Takođe je važno da se pripremite kako biste mogli uputiti učesnike na odgovarajuće službe ukoliko neko od njih otkrije da je žrtva nasilja ili zlostavljanja.

Studije slučaja iz Tabele resursa A oslikavaju različite primjere nasilja, uključujući korištenje fizičkog, seksualnog i emocionalnog nasilja muškaraca nad ženama u intimnim odnosima, korištenje fizičkog nasilja muškaraca nad ženama izvan konteksta intimnog odnosa, fizičko nasilje između muškaraca i institucionalno ili nasilje na nivou zajednice nad pojedincima ili grupama ljudi. Ukoliko je potrebno, možete napraviti adaptacije ovih studija slučaja ili osmisлити nove u kojima biste obradili druge tipove nasilja koji se takođe javljaju u intimnim odnosima, porodicama i/ili zajednicama.

PROCEDURA:

Prvi dio – Šta nama znači nasilje? (30 minuta)

1. Zamolite grupu da sjednu ukруг i da u tišini razmisle nekoliko trenutaka šta za njih znači nasilje.
2. Zamolite svakog učesnika da sa ostatkom grupe podijeli mišljenje o tome šta za njih znači nasilje. Napišite odgovore na flipčart papir. Alternativni korak: Zamolite učesnike da napišu ili nacrtaju šta za njih znači nasilje.
3. Razgovarajte sa učesnicima o nekim od zajedničkih elemenata u njihovim odgovorima, kao i o nekim jedinstvenim stavovima. Pregledajte navedene definicije nasilja i recite učesnicima da često nema jasne ili jednostavne definicije nasilja te da ćete u drugom dijelu vježbe pročitati serije studija slučaja da biste im pomogli da razmisle o različitim značenjima i tipovima nasilja.
 - › **Fizičko nasilje:** upotreba fizičke sile kao što su udaranje, šamaranje ili guranje.

- › **Emocionalno/psihološko nasilje:** obično je to najteži oblik nasilja za prepoznavanje. Ono može uključivati ponižavanje, prijetnje, uvrede, pritiske, izraze ljubomore ili posesivnosti kao što su kontrolisanje odluka i aktivnosti.
- › **Seksualno nasilje:** pritisak ili prisiljavanje nekoga na vršenje seksualnih radnji (od ljubljenja do seksa) protiv njihove volje ili izgovaranje seksualnih komentara koji čine da se neko osjeća poniženo ili neprijatno. Nije važno da li je prethodno postojalo ponašanje koje je odavalo utisak pristanka na seks.

Nasilje se takođe često kategoriše i prema odnosu između žrtve i počinioca³⁶:

- › **Nasilje usmjereno prema sebi** se odnosi na nasilje u kojem su počinitelj i žrtva jedna te ista osoba i dijeli se na samozloupotrebu i samoubistvo.
- › **Interpersonalno nasilje** se odnosi na nasilje između pojedinaca.
- › **Kolektivno nasilje** se odnosi na nasilje počinjeno od strane većih grupa pojedinaca i dijeli se na socijalno, političko i ekonomsko nasilje.

Drugi dio – Diskusija o različitim tipovima nasilja (60 minuta)

4. Pročitajte studije slučaja o nasilju, a pitanja koja se nalaze iza svake pojedinačne studije slučaja koristite za diskusiju sa učenicima.
5. Nakon što pročitate sve slučajeve, diskutujte o sljedećim pitanjima.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koje vrste nasilja se najčešće dešavaju u intimnim vezama između muškaraca i žena? Šta prouzrokuje ovo nasilje? (Primjeri mogu uključivati fizičko, emocionalno i/ili seksualno nasilje koje muškarci koriste nad djevojkama ili suprugama, kao i nasilje koje žene mogu koristiti nad svojim momcima ili muževima).
2. Koje vrste nasilja se najčešće dešavaju u porodicama? Šta prouzrokuje ovo nasilje? (Primjeri mogu uključivati roditeljsku upotrebu fizičkog, emocionalnog ili seksualnog nasilja nad djecom ili druge tipove nasilja među članovima porodice).
3. Koje vrste nasilja se najčešće dešavaju izvan intimnih odnosa i porodica? Šta prouzrokuje ovo nasilje? (Primjeri mogu uključivati fizičko nasilje među muškarcima, nasilje u vezi sa bandama ili ratovima, silovanje od strane nepoznate osobe i emocionalno nasilje ili stigmom naspram nekih pojedinaca ili grupa u zajednici).

36 — Tekst preuzet iz <http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/index.html>. Posljednji put pristupljeno 11.02.2011

4. Postoje li drugi tipovi nasilja koji se odnose na pol neke osobe? Koji je najuobičajeniji tip nasilja koji se primjenjuje nad ženama? (pogledajte dio Tabele resursa B – Šta je rodno zasnovano nasilje?) A koji nad muškarcima?
5. Da li su samo muškarci nasilni ili su i žene takođe nasilne? Koji je najuobičajeniji tip nasilja koji muškarci koriste nad drugima? Koji je najuobičajeniji tip nasilja koji žene koriste nad drugima?
6. Da li neka osoba – muškarac ili žena – ikada "zaslužuje" da bude udarena ili da bude žrtva nekog tipa nasilja?
7. Kakve su posljedice nasilja po pojedince? Po odnose? Po zajednice?
8. Šta možete vi i drugi mladići uraditi da zaustavite nasilje u vašoj zajednici?

ZAVRŠETAK:

Na svom osnovnom nivou nasilje se može definirati kao upotreba sile (ili prijetnja silom) jednog pojedinca nad drugim. Nasilje se često koristi kao način kontrole druge osobe, kako bi bila uspostavljena moć nad njom. Ono se dešava svugdje u svijetu i često potiče od načina na koji su pojedinci, posebno muškarci, odgojeni da se nose sa ljutnjom i konfliktom. Obično se pretpostavlja da je nasilje "prirodan" ili "normalan" dio muškarca. Međutim, nasilje je naučeno ponašanje i u tom smislu može da se oduči ili spriječi. Kao što je bilo diskutovano u drugim sesijama, muškarci su često socijalizovani na način da potiskuju svoje emocije i ljutnja je ponekad jedan od rijetkih društveno prihvatljivih načina za muškarce da iskažu svoja

osjećanja. Štaviše, muškarci su nekad odgajani da vjeruju da imaju "pravo" da očekuju neke stvari od žena (kućni poslovi ili seks, na primjer) i pravo da koriste fizičko ili verbalno zlostavljanje ako žene ne pruže ove stvari. Važno je razmisliti o tome na koji način su ove krute rodne uloge, koje se odnose na to kako bi muškarci trebalo da izraze svoja osjećanja i kako bi trebalo da se odnose prema ženama, štetne i za muškarce kao pojedince i za njihove odnose. U vašim svakodnevnim životima od fundamentalnog je značaja da vi, kao mladići, razmislite o tome šta vi možete da uradite da se javno izjasnite protiv upotrebe nasilja od strane drugih muškaraca.

VEZA

Ova aktivnost se takođe može povezati sa jednom od prethodnih aktivnosti "Izražavanje sopstvenih osjećanja" i diskusijom o tome kako se nositi sa ljutnjom.

TABELA RESURSA A:

Studije slučaja o nasilju

Studija slučaja br. 1

Mirko i Lidija su mladi bračni par. Mirkova porodica dolazi u njihov dom na večeru. On je vrlo zabrinut time da li će se oni lijepo provesti i želi da im pokaže kako je njegova supruga izvrsna kuvarica. Ali, kad se te noći vratio kući ništa nije bilo spremljeno. Lidija se nije osjećala dobro i još nije bila počela sa pravljem večere. Mirko je veoma uznemiren. On ne želi da njegova porodica misli da on ne može kontrolisati svoju ženu. Počinju se svađati i vikati jedno na drugo. Sukob brzo eskalira i Mirko je udara.

- › Kako bi Lidija trebalo da reaguje?
- › Da li je Mirko mogao reagovati drugačije u ovoj situaciji?

Studija slučaja br. 2

Vi plešete sa grupom prijatelja u disko klubu. Na odlasku zapazite jedan par (mladić i djevojka, očigledno u vezi) koji se svađa na ulazu. On je naziva kučkom i pita je zašto je flertovala sa drugim momkom. Ona kaže: "Nisam ga gledala... a i da jesam, zar nisam sa tobom?" On opet viče na nju. Konačno, ona kaže: "Nemaš pravo da me tako tretiraš". On je naziva bezvrijednom i govori joj da mu se makne s očiju – ne može da podnese da je gleda. Onda je udara i ona pada. Ona vrišti na njega govoreći da nema pravo da to uradi.

- › Šta biste vi uradili? Da li biste otišli? Da li biste rekli nešto? Zašto da i zašto ne?
- › Da li bi bilo drugačije da je neki momak udario drugog momka?
- › Šta možete uraditi u situacijama kao što je ova? Koje su vaše opcije?
- › Kakva je naša odgovornost da spriječimo druge da koriste nasilje?

Studija slučaja br. 3

Mihajlo je stariji momak koji potiče iz bogate porodice. Jednog dana sreće Petru kako ide kući iz škole i njih dvoje kratko razgovaraju. Sljedećeg dana on se opet sreće s njom i to se nastavlja do onog dana kada on odluči da pozove Petru da izađu na večeru. Kada su izašli na večeru on saopšti Petri koliko mu se ona sviđa i potom je

pozove da odu do njegove kuće. U njegovoj kući oni se počinju ljubiti i Mihajlo počinje dodirivati Petru ispod bluze. Ali, Petra onda prestaje da se ljubi i kaže da ne želi ići dalje. Mihajlo je bijesan. Govori joj da je proveo dosta vremena sa njom i kaže: "Šta će reći moji prijatelji?". On vrši pritisak na nju da promijeni svoje mišljenje. Prvo pokušava da bude zavodljiv, a zatim počinje da viče na nju u ljutnji. Onda je počinje vući na silu i gurati prema dolje. Zatim je prisiljava na seks iako ona nastavlja govoriti: "Ne, stani!"

- › Da li je ovo vrsta nasilja? Zašto i zašto ne?
- › Šta mislite da je Mihajlo trebalo da uradi?
- › Šta mislite da je Petra trebalo da uradi?

Studija slučaja br. 4

Oliver je imao težak dan u školi. Ima problema sa svojom majkom zbog ocjena u školi i ona mu kaže da to veče ne može izaći napolje. Na času on ne može odgovoriti na pitanje profesora. Na igralištu, nakon časa, Renata, djevojka iz Oliverovog razreda, mu se smije jer nije mogao odgovoriti na jednostavno pitanje. "Bilo je tako lako. Zar si zaista toliko glup?". Oliver joj kaže da učiti i gura je uza zid. Renata je bijesna i govori: "Ako me opet dirneš, vidjećeš..." Oliver odgovara: "Ne, ti ćeš vidjeti..." On je ošamari, okrene se i ode.

- › Da li mislite da je Oliver bio u pravu kada je udario Renatu?
- › Kako je drugačije mogao reagovati?

Studija slučaja br. 5

Grupa prijatelja ide na ples. Jedan od njih Ivan, primjećuje da neki momak zuri u njegovu djevojku. Ivan mu prilazi, gurne ga i počinje tuča.

- › Zašto je Ivan reagovao na ovakav način? Misli li da je bio u pravu da gurne drugog momka?
- › Da li je mogao reagovati drugačije?
- › Šta su njegovi prijatelji trebali uraditi?

Studija slučaja br. 6

U mnogim zajednicama ljudi koji žive sa HIV-om i AIDS-om su odbačeni. Vrijeđaju ih. Nekad se njihovoj djeci ne dozvoljava da idu u školu.

- › Da li je ovo vrsta nasilja?
- › Da li mislite da ova vrsta diskriminacije povređuje ljude koji žive sa HIV-om i AIDS-om?
- › Šta se može učiniti kako bi bile spriječene ovakve stvari?

Studija slučaja br. 7

Monika je devetnaestogodišnja studentkinja koja se nedavno, zajedno sa kolegicom sa fakulteta, uselila u jednosoban iznajmljeni stan u blizini kampusa. Monika je HIV pozitivna od svoje 17. godine. Ona uzima lijekove za HIV koje mora stalno čuvati u frižideru. Jednog dana njena cimerka je pita za šta su ti lijekovi. Monika odlučuje da bude iskrena i govori svojoj cimerki da je HIV pozitivna. Njena cimerka je potresena i bijesna. Ona govori Moniki da mora odmah napustiti stan prije nego što prenese infekciju na nju.

- › Šta mislite o načinu na koji je cimerka reagovala?
- › Mislite li da postoji rizik za cimerku da bude inficirana time što živi sa Monikom?
- › Da li je ovo jedna vrsta nasilja?
- › Šta se može učiniti kako bi bile spriječene ovakve stvari?

Studija slučaja br. 8

Valentino i Anita su mladi par koji je upravo dobio svoje drugo dijete. Prije nego što su se odlučili da imaju djecu, oni su se dogovorili da će Anita biti ta koja će ostajati kod kuće i brinuti o djeci, dok će Valentino raditi i zarađivati novac. Međutim, u posljednje vrijeme Valentino je počeo da daje Aniti sve manje i manje novca. U početku, ona je morala da otkaže časove njemačkog jezika, zatim nije imala dovoljno novca da sebi kupuje odjeću, niti da ode na kafu sa svojim prijateljicama. Kada bi spomenula ovo pitanje Valentinu, on bi samo rekao: "Nemamo dovoljno novca. Ti

ionako previše tražiš, a ne zarađuješ ništa". Kada Anita spomene da on izlazi skoro svako veče sa svojim prijateljima i da bi jedno veče za promjenu ona mogla izaći sa svojim prijateljicama, on odgovara: "Da, ja mnogo izlazim, ali ja se moram odmoriti od posla. Ti provodiš cijeli dan kod kuće ne radeći ništa".

- › Da li je ovo neka vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- › Šta mislite da bi Anita trebalo da uradi?
- › Da li je Valentino mogao reagovati drugačije?
- › Šta biste vi uradili u ovakvoj situaciji?

Studija slučaja br. 9

Grupa prijatelja se druži u parku. Jasna je tiha i introvertna djevojka, a Ivica je zadirkuje zbog toga. Ona ne reaguje na njegova zadirkivanja, ali Goran, kome se ona sviđa, odlučuje da je brani. On govori Ivici da prekine i njih dvojica ulaze u raspravu. Goran udara Ivicu nakon čega izbija tuča.

- › Šta mislite o načinu na koji se Ivica ponaša prema Jasni? Da li je ovo neka vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- › Šta mislite o načinu na koji je Goran reagovao? Da li je ovo neka vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- › Šta biste vi uradili u situaciji poput ove?

Studija slučaja br. 10

Krešo je mladi gej muškarac koji je nedavno javno otkrio svojoj porodici i prijateljima da je homoseksualac. Ispočetka, porodici je bilo teško da to prihvati, ali su naposljetku promijenili svoj stav. U školi, međutim, neki klinci su počeli da ga nazivaju "pederom" i drugim pogrđnim imenima. Takođe ga dosta maltretiraju, a ponekad čak i pretuku.

- › Da li je ovo jedna vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- › Šta Krešo može učiniti?
- › Šta njegovi prijatelji mogu učiniti?
- › Šta biste vi uradili u situaciji poput ove?

TABELA RESURSA B:

Šta je rodno zasnovano nasilje?

Na mnogim mjestima većina zakona i politika koristi "porodično nasilje" ili "nasilje u porodici" da ukaže na čin nasilja nad ženama i djecom od strane intimnog partnera, obično muškarca. Međutim, postoji sve veća promjena u vezi sa upotrebom "rodno zasnovanog nasilja" ili "nasilja nad ženama" da bi se obuhvatio široki spektar činova nasilja koje intimni partneri, članovi porodice i drugi pojedinci izvan porodice vrše nad ženama. Ovi termini fokusiraju se na činjenicu da su rodna dinamika i rodne norme usko povezani sa upotrebom nasilja nad ženama (Velseboer, 2003). U svojoj suštini koncept RZN pokušava da napravi razliku između nasilja koje je zasnovano na očekivanjima u vezi sa rodnim ulogama i/ili na polnom i rodnom identitetu druge osobe, od drugih tipova nasilja. Dok se RZN može primijeniti na žene i muškarce, djevojke i mladiće, napori na zaustavljanju RZN se u najvećoj mjeri fokusiraju na zaustavljanju nasilja nad ženama i djevojkama, jer su one te koje su u najvećoj mjeri pogođene ovim nasiljem.

U nastavku je navedena definicija rodno zasnovanog nasilja i nasilja nad ženama na osnovu Deklaracije o eliminaciji nasilja nad ženama iz 1994. godine, koju je usvojila Generalna skupština Ujedinjenih nacija:

... bilo koji čin koji dovodi, ili za koji je vjerovatno da će dovesti do fizičke, seksualne ili psihološke štete ili patnje žena zbog toga što su žene ili muškaraca zbog toga što su muškarci, uključujući prijetnje od takvih činova, prinudu ili proizvoljno lišavanje slobode, bez obzira na to da li se pojavljuje u javnom ili privatnom životu.

... treba da bude shvaćeno da obuhvati, ali da se ne ograniči na sljedeće:

- › a. Fizičko, seksualno i psihološko nasilje koje se javlja u porodici, uključujući zlostavljanje, seksualnu eksploataciju, seksualno zlostavljanje djece u domaćinstvu, nasilje zasnovano na mirazu, bračno silovanje, sakaćenje ženskih genitalija i druge tradicionalne prakse štetne za žene, nesupružničko nasilje i nasilje u vezi sa eksploatacijom
- › b. Fizičko, seksualno i psihološko nasilje koje se javlja u okviru cjelokupne zajednice, uključujući silovanje, seksualno zlostavljanje, seksualno uznemiravanje i zastrašivanje na poslu, u obrazovnim institucijama i na drugim mjestima, trgovinu ženama i prisilnu prostituciju
- › c. Fizičko, seksualno i psihološko nasilje počinjeno ili zanemareno od strane države ili institucije, kad god se pojavi.

Studije slučaja za diskusiju

VOJIN pita Suzanu da izađe sa njim jedno poslijepodne. Oni kratko razgovaraju, pojedu nešto i Vojin je pozove u motel govoreći da ima nešto novca da može provesti nekoliko sati tamo. Suzana se slaže. Oni su došli do motela i počeli ljubiti i milovati. Vojin počinje da skida njenu odjeću. Suzana ga zaustavlja i kaže da ne želi imati seks. Vojin je bijesan. On joj kaže da je potrošio mnogo novca na sobu i kaže: "Šta će reći moji prijatelji?". On vrši pritisak na nju da se predomisli. Prvo pokušava da bude slatkorječiv i zavodljiv, a zatim počinje da viče na nju u frustraciji. Konačno, povuče je snažno, gurajući je na krevet.

AMINA izlazi sa Edijem već nekoliko mjeseci. Nedavno, Edi je počeo stalno da joj postavlja pitanja: s kim razgovara u razredu, zašto nije kod kuće kada je pozove, zašto provodi toliko vremena sa svojim prijateljicama kada bi mogla biti sa njim i tako dalje. Amina je pokušala da ne obraća pažnju na ta pitanja, ali u posljednje vrijeme Edi je počeo da navaljuje sve više i postajao je sve ljući. Vikao je na nju u hodnicima u školi i nazivao je raznim imenima. Nakon toga on se obično izvini, ali jednom ju je čak i udario. On kaže da je uznemiren zbog toga što je toliko voli, a ona ga "izluđuje" ljubomorom.

ISIDORA je sa svojim momkom već skoro godinu dana. Nedavno je počeo da joj govori da ima višak kilograma i da mu je previše neprijatno da ide bilo gdje sa njom. Sve vrijeme komentariše tijela drugih žena i koliko bi Isidora izgledala više seksi ako bi izgubila na težini. Jedva da joj dopušta da jede. Kaže joj da, kada smršavi, oni se mogu vjeriti.

JOVANA je tek krenula u srednju školu kada je upoznala Milana. On nije bio poput ijednog drugog muškarca kojeg je ikada upoznala. On je bio njena prva ljubav i ona je provodila sve svoje slobodno vrijeme sa njim. Ona je prestala da se druži sa svojim prijateljicama i njene ocjene u školi su se pokvarile. Sve vrijeme je lagala svojim roditeljima o tome s kim je kako bi se mogla viđati sa njim cijelo vrijeme. On je bio veoma ljubomoran i ona nije mogla imati ijednog muškog prijatelja a da se on ne naljuti na nju. Nakon što su izlazili dva mjeseca počeli su puno da se svađaju zato što ona nije željela da ima seks sa njim. Jednog dana su se jako posvađali i on ju je udario.

MAJA ima 21 godinu i živi u turističkom gradu. Prošle godine je upoznala stranca, bankara, s kojim je počela da izlazi.

Nije rekla svojoj porodici o toj vezi. Iako je on bio stariji, ona je voljela da izlazi sa njim, posebno kada su izlazili u skupe restorane i popularne klubove. Neposredno prije nego što se morao vratiti u svoju zemlju, muškarac je pozvao Maju da se vrati sa njim. Obećao joj je da će joj biti lako tamo naći posao i ona je prihvatila njegov poziv. Nakon što su došli u njegovu zemlju, on joj je oduzeo pasoš i počeo izuzetno da je kontroliše, pa čak i da je povremeno fizički zlostavlja. Ona je takođe otkrila da on nije bio bankar i da nema mnogo novca. Osjećala se veoma izolovano i usamljeno. Bila je daleko od svojih prijatelja i porodice i nije govorila lokalni jezik. Muškarac ju je prisilio da počne raditi kao striptizeta, što se plaćalo prilično dobro, ali je to bio naporan posao i često uključivao navođenje na seks.

SOFIJA je otišla na ples sa svojim momkom Pavlom i nekim prijateljima. Dok su svi plesali, Sofija je primijetila da druga djevojka pleše u Pavlovoj blizini i da mu se sve više približava. Sofija je otišla da ih razdvoji i stavi jasno do znanja toj djevojci da je Pavle njen momak.



Foto ©Branke Birac

Djevojka se povukla. Nakon nekog vremena Sofija je otišla sa prijateljicom po piće, a kada se vratila vidjela je da ista djevojka ponovo pleše pored Pavla, ali ovaj put na vrlo zavodljiv način. Sofija se naljutila, nazvala ju je droljom, napala djevojku, počupala je za kosu i ošamarila.

MONIKA ima sina Mislava, koji ima 11 godina i veoma je kreativan i energičan. Međutim, on stalno upada u nevolje u školi. Monikin suprug Stevan često je krivi zbog Mislavljevog lošeg ponašanja, govoreći joj da provodi previše vremena na poslu umjesto da više bude kod kuće i pazi na Mislava. Jednog dana Monika i njen suprug su se jako posvađali i on je udara. Povrijeđena i ljuta Monika napada Mislava govoreći mu da je on nezahvalan sin i da joj samo donosi probleme.

SINIŠA je bio popularan i zgodan i u početku Mina nije mogla vjerovati kada je on počeo da pokazuje interesovanje za nju. Ona nikada nije imala momka i uvijek je bila svjesna svog izgleda, pogotovo svoje težine. Siniša je po-

čeo da šalje Mini poruke cijelo vrijeme, često komentarišući kako misli da je ona lijepa. Jednoga dana Siniša je zatražio od Mine da mu pošalje svoje fotografije. U početku ona je bila stidljiva, ali je na kraju poslala neke fotografije. Siniša je rekao divne stvari o njima i Mina se počela osjećati lijepom prvi put u životu. Siniša je potom pitao Minu da mu pošalje drugu vrstu fotografija, nje u kupaćem kostimu i u kratkoj suknji, a potom ju je zamolio da mu pošalje njenu sliku u toplesu. Ona se nije osjećala sasvim prijatno praveći takvu vrstu fotografije, ali nije željela da ga odbije. Nakon što je poslala Siniši fotografiju, on je, međutim, odgovorio samo sa tri riječi - "ti ružna svinjo". Mina je bio šokirana i povrijeđena. Ubrzo nakon toga počela je da dobija tekstualne poruke od drugih mladića u njenoj školi, mladića sa kojima nikada nije razgovarala, koji su je takođe nazivali užasnim imenima. Ona je saznala da je Siniša poslao njenu fotografiju u toplesu gotovo svima u školi. Mina je bila ponižena. Nije željela da se ikada više vrati u školu.

Radionica 7: Živa budala ili mrtav heroj

CILJ:
Diskutovati o tome na koji način je "muška čast" povezana sa nasiljem i razmisliti o alternativama nasilju koje mladići mogu koristiti kada se osjećaju uvrijeđenima.

POTREBNI MATERIJAL:
Kopije Tabele resursa A.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

1. Podijelite učesnike u male grupe i podijelite studiju slučaja iz Tabele resursa A svakoj grupi.
2. Objasnite da svaka grupa treba da osmisli i prezentuje kratki skeč (3-5 minuta) zasnovan na studiji slučaja. Recite im da studiji slučaja slobodno mogu dodati još detalja ukoliko žele.
3. Dajte grupama oko 20 minuta da diskutuju o studiji slučaja i napišu skeč.
4. Pozovite grupe da izvedu svoje skečeve. Nakon svakog skeča dajte im vremena za komentare i diskusiju zasnovanu na sljedećim pitanjima:
 - › a. Da li su ove situacije realistične?
 - › b. Zašto ponekad reagujemo na ovakav način?
 - › c. Kada ste suočeni sa sličnom situacijom, prilikom koje ste bili uvrijeđeni, kako inače reagujete?
 - › d. Kako možete smanjiti tenziju ili agresiju u ovakvoj situaciji?
 - › e. Može li pravi muškarac pobjeći od tuče?
5. Pročitajte naglas Tabelu resursa B "Odakle dolazi muška čast?" i diskutujte o njoj, a onda iskoristite sljedeća pitanja da rezimirate sesiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU

1. Šta muškarcima znači "muška čast"?
2. Šta to znači djevojkama?

3. Da li "muška čast" još postoji?
4. Šta možemo učiniti da promijenimo ovu kulturu "časti"?
5. Mogu li djevojke i na koji način pomoći da se promijeni kultura "časti"?
6. Kada znamo odakle ovo dolazi, da li nam to pomaže da ovo promijenimo?
7. Šta ste naučili iz ove vježbe? Kako možete ovo primijeniti u sopstvenim životima i vezama?

ZAVRŠETAK:

Ideja "muške časti" je još jaka u mnogim sredinama. Da budu doživljeni kao opasni – kao neko ko ne bježi od tuče – mnogi mladići često vide kao način da osiguraju poštovanje i da ih drugi ne maltretiraju. Međutim, kao što smo već diskutovali u ovoj aktivnosti, ova ideja "časti" često sa sobom

donosi i brojne rizike i posljedice. I, dok postoji velika vjerovatnoća da ćete se osjetiti uvrijeđenim više nego jednom u svom životu, veoma je važno da naučite kako da se nosite sa ovakvim situacijama i sa sopstvenim osjećanjima na način koji vas, a ni druge osobe neće dovesti u opasnost.

TABELA RESURSA A:

Studija slučaja br. 1

Milan i Fabijan se svađaju na odmoru zbog školskog zadatka. Jedan drugog optužuju za prevaru. Milan kaže da će ga čekati napolju da razjasne ovu stvar. Kad se čas završio...

Studija slučaja br. 2

Grupa prijatelja se nalazi na fudbalskoj utakmici. Oni su navijači istog tima. Počinje tuča kada jedan navijač protivničkog tima dođe i ...

Studija slučaja br. 3

Grupa prijatelja je u baru. Počinje tuča između jednog mladića i stranca (takođe mladića) ...

Studija slučaja br. 4

Grupa prijatelja ide na ples. Jedan od njih Amel vidi da neki momak zuri u njegovu djevojku. Tuča počinje kada Amel ...

Studija slučaja br. 5

Srđan je zaustavljen u svom automobilu zbog gužve u saobraćaju. Kada pokuša da skrene udesno, drugi automobil s njegove lijeve strane mu presiječe put tako da on mora naglo zakočiti. Srđan odlučuje da ...

Studija slučaja br. 6

Grupa mladića sjedi u parku. Jedan mladić romske nacionalnosti prolazi pored njih i tuča izbija kada

Studija slučaja br. 7

Luka i Emil su uključeni u žestoku raspravu. Emil podiže ton svoga glasa i ...

Studija slučaja br. 8

Grupa mladića iz malog grada obilazi glavni grad. Na osnovu njihovog dijaloga lako se može zaključiti da oni dolaze iz druge sredine, što ih dovodi u sukob sa mladićima iz grada kada...


TABELA RESURSA B:


U mnogim kulturama ime, čast i ponos muškarca su važni faktori, ponekad čak i ekstremno važni. Neki istraživači tvrde da "kultura časti" u nekim dijelovima Sjeverne i Južne Amerike dolazi od prirode kolonizacije ovih pograničnih regiona. U ruralnom Meksiku, u dijelovima Južne Amerike i južnim dijelovima SAD, muškarci su često gonili stada stoke na zemlji u regionima gdje granice nisu bile jasno definisane. Nije postojao sudski sistem niti sistem sprovođenja zakona u blizini (u kaubojskim filmovima je uobičajeno da postoje sporovi oko zemlje gdje šerif dolazi nekoliko dana nakon što je sukob počeo). Da bi opstali, muškarci su vjerovali da oni sami moraju braniti svoju imovinu. U takvim okolnostima bilo je neophodno da muškarce vide kao nekoga s kim se "ne treba zezati". Da vas drugi vide kao agresivnog čovjeka ili čak opasnog čovjeka značilo je da vas niko neće uznemiravati.


Mačizam je povezan sa slikom opasnog momka koji ima mnogo seksualnih partnera (pored svoje žene), koji se bori da odbrani integritet svoje porodice, koji štiti svoju "čast" i traži opasnost, često u obliku svađa ili dvoboja. S tačke gledišta mačizma, muškarci su "seksualni grabljivci", a žene su "čiste i nevine". Prema mačo kulturi, mjesto žene je u kući, dok muškarac pokazuje svoju muževnost kroz veliki broj seksualnih osvajanja i veliki broj djece. Tako je, za mačo muškarca, "pravi muškarac" neko ko štiti čast žene u svojoj porodici – svoje supruge, sestara i majke. One bi trebalo da budu "čiste" i njihov seksualni život i čast ne bi nikad trebalo da budu dovedeni u pitanje. Muškarac u baru, koji želi da se potuče sa drugim, treba samo da uputi pogled prema djevojci drugog muškarca i prastara tradicionalna scena će se odigrati. Isto će se desiti i ako on nešto kaže o majci ili sestri drugog muškarca.


Ovi i ostali oblici "muške časti" su duboko ukorijenjeni u našoj kulturi. Koliko puta smo vidjeli grupe muškaraca kako razmjenjuju uvrede? Koliko mnogo ovih uvreda ima veze sa seksualnim osvajanjima? Razmislite o tome koliko mnogo izraza imamo da "okaljamo" reputaciju nečije majke. Ovo je najgora uvreda s kojom se "pravi muškarac", u mačo svijetu, može suočiti – da neko sumnja u čistoću njegove majke, pa samim tim sumnja i u samu njegovu čast.

Radionica 8: Shvatanje ciklusa nasilja

 **CILJ:**
Diskutovati o posljedicama nasilja i odnosu između nasilja koje djevojke doživljavaju i nasilja koji one koriste nad drugima.

 **POTREBNI MATERIJAL:**
Flipčart papir, markeri, hemijske/obične olovke i kopije Tabele resursa A ili pet komadića papira za svakog učesnika.

 **PREPORUČENO VRIJEME:**
45 minuta (jedan školski čas)

 **PLANIRANJE:**
Ako učesnica kaže da je doživjela bilo koju vrstu nasilja ili da je nedavno doživjela bilo kakvu vrstu zlostavljanja – uključujući seksualno zlostavljanje ili sistematsko fizičko zlostavljanje kod kuće – i ako je mlađa od 18 godina, u nekim zemljama voditelj mora prijaviti ovu činjenicu instituciji za zaštitu djece i adolescenata. Prije sprovođenja bilo kakvog zadatka iz ovog priručnika voditelj treba da se konsultuje sa svojom organizacijom i razjasni relevantne etičke i pravne zahtjeve u vezi sa nasiljem nad osobama mlađim od 18 godina.

PROCEDURA:

- Prije početka sesije zalijepite pet komada flipčart papira na zid. Na svaki papir napišite jednu od pet navedenih kategorija:
 - > Nasilje korišteno protiv mene;
 - > Nasilje koje koristim nad drugima;
 - > Nasilje kojem sam bila/bio svjedok;
 - > Kako se osjećam kada koristim nasilje;
 - > Kako se osjećam kada se nasilje koristi protiv mene.
- Na početku sesije objasnite učesnicima da je svrha ove aktivnosti da se razgovara o nasilju koje oni doživljavaju u svojim životima i zajednicama. Pregledajte flipčart iz prethodne aktivnosti sa značenjima nasilja.
- Dajte svakom učesniku kopiju Tabele resursa A ili pet komadića papira na kojima mogu napisati navedene kategorije.

4. Pregledajte pet navedenih kategorija i zamolite učesnike da razmisle o njima, a zatim da napišu kratak odgovor za svaku kategoriju u odgovarajućim poljima na Tabeli resursa ili na papirićima koje su dobili. Oni bi trebalo da napišu jedan odgovor u svakom polju ili na papiru i ne bi trebalo da pišu svoja imena.
5. Dajte 10 minuta za ovaj zadatak. Objasnite im da ne treba da pišu mnogo, samo nekoliko riječi ili fraza, a zatim ih zalijepite na odgovarajuće flipčart papire.
6. Nakon ljepljenja njihovih papira na flipčart, glasno pročitajte neke od odgovora iz svake kategorije.
7. Započnite diskusiju koristeći sljedeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koja je najčešća vrsta nasilja koja se koristi nad ženama?
2. Koja je najčešća vrsta nasilja koju žene koriste nad drugima?
3. Kako se osjećate kad koristite nasilje nad drugima?
4. Postoji li ikakva veza između nasilja koje vi koristite i nasilja koje se koristi nad vama?
5. Da li je neka vrsta nasilja gora od druge?
6. Kako mediji (muzika, radio, filmovi, itd.) oslikavaju nasilje? (pogledajte okvir ispod)?
7. Koja je veza između nasilja u vašim porodicama i vezama i drugog nasilja koje vidite u našim zajednicama?
8. Neki istraživači kažu da je nasilje kao ciklus, tj. vjerovatnije je da će neko ko je bio žrtva nasilja kasnije i sam počiniti čin nasilja. Mislite li da je to istina? Ako je ovo istinito, kako možete pomoći da se prekine ovaj ciklus nasilja?
9. Mislite li da muškarci imaju ulogu u prevenciji nasilja nad ženama? Objasnite.
10. Šta ste naučili u ovoj aktivnosti da pomognete u suzbijanju nasilja? Jeste li naučili nešto što biste mogli primijeniti u vašem životu i vezama?

ZAVRŠETAK:

Previše mladića i djevojaka je doživjelo nasilje ili svjedočilo nasilju u nekom trenutku u njihovom životu, često od ruke muškaraca. Obično se pretpostavlja da je nasilje "prirodan" ili "normalan" dio muškarca. Međutim, nasilje je naučeno ponašanje – dječaci i muškarci su često odgajani da misle da je nasilje prihvatljiv način za održavanje kontrole, posebno nad ženama, rješavanje

konflikata ili izražavanje ljutnje. I baš kao što je nasilje naučeno, ono se može odučiti i spriječiti. Na taj način, odgovornost je svih pojedinaca, žena i muškaraca, da nastoje odgajati dječake i muškarce, kao i djevojčice i žene da shvate kako nasilje, bilo da se radi o nasilju muškaraca nad ženama ili upotrebi nasilja roditelja nad djetetom, sprečava pojedince da izgrade pozitivne odnose i odnose pune ljubavi.

TABELA RESURSA A:

- › **NASILJE KORIŠTENO PROTIV MENE:**
- › **NASILJE KOJE JA KORISTIM NAD DRUGIMA:**
- › **NASILJE KOJEM SAM SVJEDOČIO:**
- › **KAKO SE OSJEĆAM KADA KORISTIM NASILJE:**
- › **KAKO SE OSJEĆAM KADA SE NASILJE KORISTI PROTIV MENE:**

Da li mediji uče dječake da budu nasilni?

Neke studije su otkrile da gledanje nasilnih scena u medijima može biti povezano sa izvršenjem nasilja, ali uzročna povezanost nije potpuno jasna. Gledanje nasilja na televiziji ili na filmovima vjerovatno ne "uzrokuje" nasilje dječaka, ali može doprinijeti nekim uvjerenjima dječaka – i našem opštem uvjerenju kao društva – da je nasilje muškaraca normalno ili čak "cool".

Radionica 9: Etiketiranje

CILJ:
Prepoznati kako etiketiranje ljudi može ograničiti individualni potencijal i uticati na veze.

POTREBNI MATERIJAL:
Komadići papira, samoljepljiva traka i obične/hemijske olovke

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Važno je pobrinuti se da nijedan od učesnika ne postane agresivan ili uvrijeđen bilo kojom upotrijebljenom etiketom.

PROCEDURA:

- Aktivnošću brejnstorminga izdvojite pozitivne i negativne etikete ili stereotipe koji se često koriste u zajednici u kojoj mladići žive. Ovo može uključivati i etikete poput: pametan, lijen, stidljiv, nasilan, itd. Pokušajte se prisjetiti barem onolikog broja različitih etiketa koliko ima učesnika u grupi.
- Napišite ove etikete na komadiće papira i zatim samoljepljivom trakom zalijepite te komadiće papira na leđa svakog od učesnika. Napomena: S ciljem da ova aktivnost bude djelotvorna, veoma je važno da učesnici ne vide etikete koje su zalijepljene na njihovim leđima; trebalo bi da oni samo mogu vidjeti etikete zalijepljene na leđima drugih.
- Nasumično zamolite dva ili tri učesnika da izvedu kratku igru uloga u kojoj će se odnositi jedni prema drugima u skladu sa etiketama koje su im dodijeljene.
- Zamolite svakog od učesnika da u toku trajanja igre uloga pokušaju da pogode šta piše na njihovoj etiketi na osnovu toga kako su tretirani tokom predstave, a zatim da razmisle o sljedećim pitanjima:
 - › Kakav je osjećaj kada vas neko tretira prema etiketi?
 - › Kakav je osjećaj tretirati nekog drugog prema etiketi?
 Nakon što volonteri odgovore na ova pitanja, zamolite ostatak grupe da iznesu svoje reakcije na igru uloga.
- Zamolite i ostale volontere da izvedu svoje kratke igre uloga dajući im dovoljno vremena da poslije svake igre uloga pokušaju da pogode šta piše na njihovim etiketama, kao i da se osvrnu na to kako su se osjećali.
- Otvorite diskusiju sa ostatkom grupe.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- Kako reagujete kada vas neko tretira prema određenoj etiketi?
- Kako reagujete kada vi ili neko drugi tretirate drugu osobu prema etiketi?
- Da li se ove etikete često koriste u vašoj zajednici? Koje druge primjere etiketa ljudi koriste?
- Zašto ljudi etiketiraju druge ljude?
- Koje su posljedice etiketiranja pojedinaca? Koje su posljedice po veze? Razmišljajući o prethodnoj aktivnosti o moći i odnosima, šta mislite kakva veza postoji između etiketiranja i moći?
- Šta ste naučili ovdje, a da isto možete primijeniti u sopstvenim životima i ponijeti sa sobom nazad u svoje zajednice?
- Kako možete izbjeći etiketiranje drugih?
- Kako možete ohrabriti druge mlade ljude da ne etiketiraju druge?

ZAVRŠETAK:

Etikete i stereotipi utiču na ljude kao pojedince, kao i na njihove veze sa drugima. Važno je da se kritički razmišlja o tome kako se odnosite prema ljudima i načinu na koji se ljudi ponašaju prema vama i kako možete "odučiti" neke od načina na koje stupate u odnose sa drugima. Na primjer, kako da ne:

- › Osuđujete nekoga prije nego što ga upoznate;
- › Koristite etikete ili pogrdne nadimke;
- › Diskriminišete nekoga na osnovu pola, religije, etničke pripadnosti ili socioekonomske klase;
- › Pravite od nekoga u porodici i/ili zajednici žrtvenog jarca;

- › Budete nefleksibilni ili tvrdoglavi u svojim stavovima;
- › Pokazujete ravnodušnost, ćutanje ili inat.

Osjećaj pripadnosti grupi i da nas grupa prihvati onakvima kakvi jesmo je od fundamentalnog značaja za učenje i razvijanje naših individualnih i kolektivnih potencijala. Kako budete dalje odmicali sa ovim sesijama i vašim svakodnevnim životima trebalo bi da aktivno pokušate da prevaziđete etiketiranje i da budete otvoreniji u vašem odnosu prema drugima.

Radionica 10: Šta je seksualno nasilje?

CILJ:
Diskutovati o seksualnom nasilju i različitim situacijama u kojima se ono može desiti.

POTREBNI MATERIJAL:
Dvije-tri kopije Tabele resursa

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Na isti način kao što razgovor o drugim oblicima nasilja može prouzrokovati nelagodnost zbog mogućih povezanosti sa životima samih učesnika, važno je imati razumijevanja za mogućnost da su neki od učesnika možda pretrpjeli neki oblik seksualnog nasilja u djetinjstvu ili adolescenciji i da im je možda potrebna pomoć. Oni su možda iskusili seksualno nasilje (od strane muškaraca ili žena), ali nikad nisu ni sa kim o tome pričali zbog sramote, jer su možda bili uvjereni da niko ne bi povjerovao da muškarac može biti žrtva seksualnog nasilja (pogotovo ako je počinitelj bila žena). Drugi možda poznaju ženske rođake ili prijateljice koje su bile žrtve seksualnog nasilja. Važno je da budete spremni za ovakve mogućnosti i da znate gdje i kome da uputite učesnike kojima je možda potrebna profesionalna pomoć.

PROCEDURA:

- Objasnite da je svrha ove aktivnosti razgovarati o seksualnom nasilju.
- Sprovedite aktivnost brejnstorminga sa grupom o značenju seksualnog nasilja i različitim situacijama u kojima se ono može desiti. Pregledajte definiciju seksualnog nasilja koja se nalazi u uvodnoj aktivnosti o nasilju – Šta je nasilje?
- U zavisnosti od broja učesnika, podijelite ih u dvije ili tri manje grupe i dajte svakoj grupi primjerak Andrejeve priče. Alternativno, priču možete naglas pročitati učesnicima.
- Nakon čitanja priče započnite otvorenu diskusiju o sljedećim stvarima ohrabrujući mladiće da razmisle o priči i o tome koje je druge korake Andrej mogao preduzeti:
 - › Da li je priča realistična?
 - › Šta mislite o Andrejevom ponašanju?
 - › Može li se ono smatrati nasiljem? Zašto da ili zašto ne?
 - › Šta mislite, zašto je on reagovao na ovakav način?
 - › Kakve bi mogle biti posljedice Andrejevog ponašanja po njega samog? A kakve po djevojku?

- › Da Andrej nije popustio pod pritiskom, šta mislite kako bi ga njegovi prijatelji tretirali?
- › A šta sa Andrejom, šta mislite kako bi se on osjećao?

- Podsjetite učesnike na diskusiju koju su imali u vezi sa Studijom slučaja br. 3 iz aktivnosti – Šta je nasilje? Ako je potrebno ili ukoliko o toj studiji slučaja nije prethodno diskutovano, pročitajte studiju slučaja naglas. Postavite sljedeća pitanja učesnicima:
 - › Da li je priča realistična?
 - › Koliko se razlikuje od Andrejeve priče? Koliko joj je slična?
 - › Može li se ona takođe smatrati nasiljem? Zašto da ili zašto ne?
 - › Može li se seksualno nasilje desiti takođe i u vezama u kojima je par ranije imao seks? Zašto da ili zašto ne?
 - › Šta je pristanak na seksualne odnose? (Napomena: Pristanak je kad se dvoje ljudi svjesno i spremno dogovore da imaju seksualne odnose. To je neophodno za svaki seksualni kontakt. To znači da činjenica da je par mogao ranije imati seksualne odnose NIJE dovoljan pristanak za buduće odnose. Ako se sila, prijetnja silom ili bilo kakva vrsta emocionalne prisile koriste da se neko pridobije za seksualne odnose, to se NE smatra pristankom.)
 - › Kakva je veza između pristanka i moći u vezama?
 - › Može li se seksualno nasilje desiti u bračnim vezama? Zašto da ili zašto ne?
- Nakon diskusije o ove dvije priče, rezimirajte diskusiju koristeći sljedeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- Koje su posljedice seksualnog nasilja?
- Može li seksualno nasilje takođe biti počinjeno nad muškarcima? Koje vrste? A kako muškarci generalno reaguju?
- Šta možete uraditi da pomognete da se spriječe situacije seksualnog nasilja u vašim sopstvenim vezama? U vašoj zajednici?

ZAVRŠETAK:

Za mnoge mlade ljude pritisak vršnjaka ili osjećaj da moraju imati seksualne odnose kako bi dokazali svoju zrelost može ih podstaći da posmatraju svoje partnere kao seksualne objekte. Ove vrste stavova mogu dovesti do situacija u kojima mladići mogu ne poštivati želje žena i upotrijebiti emocionalnu i/ili fizičku prisilu kako bi dobili seks. U ovom smislu seksualno nasilje, kao što je slučaj i sa ostalim vrstama nasilja, može biti

shvaćeno kao rezultat toga da jedna osoba ima moć nad drugom. Kao mlada osoba, važno je da razmišljate o tome kako da promovirate zdravije i prijatnije dobrovoljne seksualne odnose u svojim životima, kao i da razmišljate kako da podignete nivo svijesti među ostalim mladim ljudima o tome šta je seksualno nasilje. Iznad svega, osnovno je da svi mladići razumiju da kada djevojka kaže "ne" ona upravo to i misli.

TABELA RESURSA

ANDREJEVA PRIČA

Andrej ima 18 godina i voli da se druži sa velikom grupom prijatelja iz škole. Vrlo je popularan među svojim vršnjacima, a svi oni vole da izlaze i da se zabavljaju. Grupa uvijek ima odlične zabave u Josipovoj kući sa mnogo muzike i piva. Prošlog vikenda bila je još jedna zabava. Tamo je bilo mnogo ljudi koje je Andrej znao. Već je kasnio i tek što je stigao Josip mu je prišao:

Josip: Zdravo, ludače! Daj pet! Adrijana, ta super riba, je ovdje... Dobro je popila. Ti si jedini koji još nije.

Andrej: Stani, čovječe...

Josip: Ma ne, stvarno je tako... Ovo je tvoja šansa. Ne plaši se. Budi muškarac! Čega se plašiš? Iskoristi priliku dok je još pijana. Samo naprijed!

Andrej je mogao vidjeti da se djevojka srušila u fotelju. Mora da je popila previše, mislio je. A kako su ga prijatelji pritiskali, Andrej je otišao do mjesta gdje je Adrijana sjedila.

Andrej: Ćao, luče... To sam ja, Andrej. Hajdemo na neko tiše mjesto. Andrej joj je pomogao da ustane – djevojka je bila toliko pijana da je bila u polusnu, skoro da se onesvijestila. I pored toga, prijatelji su ga nagovarali dok ju je on vodio na sprat u Josipovu sobu.

Radionica 11: Moć i odnosi

CILJ:
Povećati svijest o postojanju moći u odnosima i razmisliti o tome kako mi komuniciramo o postojanju moći u odnosima i kako pokazujemo moć u odnosima.

POTREBNI MATERIJAL:
nije potreban

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
nije potrebno

PROCEDURA:

Prvi dio – Aktivnost "odraz u ogledalu"

- Zamolite učesnike da ustanu i grupišu se u parove. Svaki par potom treba da odluči ko će od njih biti "osoba", a ko "odraz". Objasnite da, unutar svakog para, "odraz" mora imitirati svaki pokret koji je uradila "osoba". Dajte im dva-tri minuta da ovo urade.
- Zamolite svaki par da zamijene uloge i ponove proces.
- Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju o tome šta se dogodilo:
 - › Kako ste se osjećali kada ste bili "osoba"?
 - › Kako ste se osjećali kada ste bili "odraz"?
 - › Da li u vašem životu postoje trenuci kada se osjećate kao onda kada ste bili u ulozi "osobe"? Kada?
 - › Da li u vašem životu postoje trenuci kada se osjećate kao onda kada ste bili u ulozi "odraza"? Kada?

Drugi dio – Moć u odnosima

- Dajte parovima učesnika zadatak da napišu jedan kratki skeč koji oslikava dinamiku moći koja postoji u sljedećim odnosima. Voditelj bi trebalo da doda i bilo koji drugi tip veze relevantan za lokalno okruženje i iskustva ljudi.
 - › Učitelj/ica i učenik/ica
 - › Roditelj i dijete
 - › Muž i žena
 - › Šef i radnik
- Poslije skečeva iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li su ovi skečevi realistični?
2. U vašem svakodnevnom životu da li drugi ljudi koriste svoju moć na negativan način? Ko? Zašto?
3. U vašem svakodnevnom životu da li vi koristite svoju moć na negativan način? Prema kome? Zašto?
4. Zbog čega ljudi tretiraju jedni druge na takav način?
5. Kakve su posljedice odnosa u kojem jedna osoba može tretirati drugu osobu kao "predmet"?
6. Na koji način društvo/kultura održava ili podržava ove vrste odnosa u kojima neki ljudi imaju veću moć nad drugim ljudima?
7. Da li postoje razlike u moći i odnosima među mladima?
8. Kako vam ova aktivnost može pomoći da razmislite o vašim sopstvenim odnosima, a možda i da napravite neke promjene u njima?

ZAVRŠETAK:

Postoji mnogo različitih tipova odnosa u kojima jedna osoba može imati više moći nad drugom osobom. Kao što ćete i sami imati priliku da diskutujete kroz mnoge druge aktivnosti u ovom priručniku, neravnomjerna raspodjela moći između muškaraca i žena u intimnim vezama može imati ozbiljne posljedice za rizik od SPI, HIV-a i AIDS-a i neplanirane trudnoće. Na primjer, žene često nemaju moć da kažu da li će se, kako i kada desiti seksualni odnos, uključujući i to da li će biti korišten kondom, upravo zbog dugogodišnjeg vjerovanja da bi, kada je riječ o seksu, muškarci trebalo da budu aktivni, a žene pasivne (ili, da žene "duguju" seks muškarcima). U drugim slučajevima, žene koje su finansijski zavisne od svog muškog partnera mogu osjećati da nemaju dovoljno moći da kažu "ne" seksu. U slučajevima međugeneracijskog seksa, starosne i klasne razlike između muškaraca i žena mogu još više stvoriti

nejednake odnose moći koji zauzvrat mogu dovesti do rizičnih situacija.

Postoje takođe i drugi primjeri odnosa moći u vašim životima i zajednicama. Razmislite o odnosima između mladih i odraslih, učenika i nastavnika, radnika i šefova. Ponekad neravnoteža moći u ovim vezama može dovesti do toga da jedna osoba tretira drugu osobu kao predmet. I dok diskutujete o rodu i vezama između muškaraca i žena važno je da zapamtite povezanost između toga kako se vi možete osjećati potčinjenima u nekim od vaših veza i kako vi zauzvrat možete tretirati druge, uključujući žene, kao "predmete". Razmišljanje o toj povezanosti može pomoći u vašoj motivaciji da gradite pravičnije veze sa drugim muškarcima i ženama u vašim domovima i zajednicama.



Godina 2:

Nasilje je OUT!

Prvo polugodište: Od nasilja do mirne koegzistencije

Radionica 12:

Od nasilja do poštovanja u intimnim vezama

CILJ:

Diskutovati o upotrebi nasilja u intimnim vezama i kako stvoriti intimne veze zasnovane na poštovanju.

POTREBNI MATERIJAL:

Flipčart papir, markeri i samoljepljiva traka

PREPORUČENO VRIJEME:

90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:

Važno je shvatiti da mladi ljudi mogu osjetiti neku vrstu bespomoćnosti u reagovanju na nasilje koje druge osobe čine. Mnogi vjeruju da ne bi trebalo da se miješaju u stvari drugih ljudi. Kroz ovu aktivnost bitno je da bude istražena bespomoćnost koju mnogi mladi ljudi mogu osjećati kada prisustvuju situaciji u kojoj druga osoba vrši nasilje u porodici.

U ovoj aktivnosti se koristi igra uloga sa ženskim likovima. Ako radite sa grupom sastavljenom samo od muškaraca, nekima od njih može biti neprijatno da glume ženski lik. Podstaknite grupu da bude fleksibilna. Ako nijedan od mladića ne želi da glumi ženski lik, možete ih zamoliti da opišu scene koristeći slike ili priče, na primjer.

PROCEDURA:

1. Objasnite učesnicima da je cilj ove aktivnosti diskutovati i analizirati razne tipove nasilja koje nekad koristimo u našim intimnim odnosima te diskutovati o načinima pokazivanja i doživljavanja intimnih odnosa zasnovanih na poštovanju.
2. Podijelite učesnike u male grupe i zamolite ih da smisle kratku igru uloga ili skeč.
3. Zamolite dvije grupe da prezentuju jednu intimnu vezu – momak/djevojka ili muž/žena – koja pokazuje scene nasilja. Podsjetite učesnike na diskusije iz aktivnosti "Šta je nasilje" i naglasite da nasilje opisano u skečevima može biti fizičko, ali i da ne mora. Tražite od njih da pokušaju biti realistični koristeći primjere osoba ili incidenata kojima su oni svjedočili ili o kojima su čuli u svojim zajednicama.
4. Zamolite ostale grupe da takođe prezentuju jednu intimnu vezu, ali koja je zasnovana na uzajamnom poštovanju. Mogu postojati sukobi ili razlike u mišljenju, ali bi prezentacija trebalo da pokaže kako poštovanje izgleda u jednoj vezi i ne bi trebalo da uključuje nasilje.

- Dajte grupama od 15 do 20 minuta da napišu svoje priče i skečeve. Recite grupama da skečevi ne bi trebalo da budu duži od pet minuta svaki.
- Zamolite grupe da prezentuju svoje skečeve. Nakon svakog skeča, zamolite druge učesnike da postave pitanja o onome što su vidjeli.
- Nakon što sve grupe prezentuju svoje skečeve, otvorite raspravu koristeći sljedeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- Da li su primjeri nasilja u skečevima bili realistični? Da li vidite slične situacije u vašoj zajednici?
- Koje su karakteristike nasilne veze?
- Šta mislite šta su uzroci nasilja u intimnim vezama?
- U skečevima koji opisuju nasilje, kako su se likovi mogli ponašati drugačije?
- Da li samo muškarci koriste nasilje nad ženama ili i žene koriste nasilje nad muškarcima? Kako su nasilne? Kako bi muškarci trebalo da reaguju na ovo nasilje?
- Kada vidite parove koji koriste nasilje, šta obično radite? Šta biste mogli uraditi? Gdje možete otići da zatražite pomoć?
- Kakvu ulogu alkohol i ostale droge igraju kod nasilja u vezama?
- Koje su posljedice nasilja u intimnim vezama?
- Kakav je odgovor društva/zajednice na nasilje u vezama?
- Kako izgleda zdrava intimna veza? Vidimo li primjere veza zasnovanih na poštovanju u našim porodicama i zajednicama?
- Šta pojedinačno možemo uraditi da stvorimo zdrave intimne veze?
- Šta možemo uraditi kao zajednica?

ZAVRŠETAK:

Konflikt se dešava u svim vezama. Način na koji se nosite sa konfliktom je ono što pravi razliku. Učenje kako da zastanete i razmislite o svojim osjećanjima i izrazite se na miran i miroljubiv način je važan dio izgradnje zdravog odnosa i odnosa zasnovanog na poštovanju.

VEZA

Aktivnost **"Izražavanje sopstvenih osjećanja"** pruža mladim ljudima priliku da ispitaju kako im je lako ili teško da iskažu ljutnju i druge emocije i da razmisle kako ovo utiče na njih i njihove veze.

U aktivnosti **"Hoću, neću, hoću, neću"** mladi ljudi mogu vježbati kako da riješe nesporazume u intimnim vezama. Ova aktivnost je napisana u obliku pregovora o apstinenciji ili seksu, ali se može adaptirati za drugo, npr. da se istraži kako se nositi sa razlikama u mišljenju ili želji koje se mogu pojaviti u kontekstu jedne veze.

Radionica 13: Muškarci i nasilje³⁷



CILJ:

Osvrnuti se na to šta su učesnici naučili o rodu, maskulinitetu i nasilju i diskutovati o vizijama i mogućnostima za promjenu.



POTREBNI MATERIJAL:

Flipčart, markeri, samoljepljivi papirići (stikeri), dvostrana samoljepljiva traka



PREPORUČENO VRIJEME:

90 minuta (dva školska časa)



PLANIRANJE:

nije potrebno

PROCEDURA:

Dio 1

- Objasnite cilj aktivnosti i započnite diskusiju sa učesnicima koristeći sljedeća pitanja:
 - Šta ste naučili o maskulinitetu i nasilju tokom proteklih nekoliko sedmica?
 - Koje aspekte ideja koje društvo ima o maskulinitetu biste željeli zadržati ili pojačati? Zašto? Koje aspekte biste željeli promijeniti? Zašto?

Napravite zabilješke o odgovorima učesnika na flipčartu.

Dio 2

- Podijelite učesnike u male grupe i recite im da svaka grupa treba da nacrtava dva crteža ili slike. Prvi bi trebalo da prikazuje kako porodice, škole i druge društvene institucije trenutno podržavaju (ili ne podržavaju) mladiće u rješavanju problema u vezi sa krutim normama maskuliniteta i nasilja. Drugi bi trebalo da prikazuje kako se mladići nadaju da će porodice, škole i druge društvene institucije podržavati mladiće u rješavanju ovih problema za pet godina od sada.
- Zamolite svaku grupu da ukratko predstavi svoje crteže ostatku grupe i objasni svoje sadašnje i buduće vizije podrške mladićima u rješavanju pitanja u vezi sa maskulinitetom i nasiljem.

37 – Aktivnost preuzeta iz PLA - Istražujući dimenzije maskuliniteta i nasilja, Care International -2007

4. Na flipčart papiru napravite dvije kolone: jednu označite sa "faktori podrške", a drugu sa "potencijalne prepreke".
5. Zamolite učesnike da kroz aktivnost brejnstorminga sastave listu faktora podrške koji će promovisati potrebne promjene i zapišite ih u odgovarajuću kolonu. Potrudite se da daju odgovarajuće objašnjenje svakog faktora.
6. Zamolite učesnike da sprovedu aktivnost brejnstorminga o potencijalnim preprekama i zapišite ih u odgovarajuću kolonu. Potrudite se da daju odgovarajuće objašnjenje svake potencijalne prepreke.

Dio 3

7. Podijelite učesnike ponovo u grupe i zamolite ih da osmisle strategije i rješenja koje oni sami mogu pokrenuti kako bi ostvarili vizije koje su postavili za pet godina od sada. Dajte grupama 15 minuta da to urade postavljajući im sljedeća pitanja kako biste im pomogli da usmjere svoju diskusiju:
 - › Koje su tri konkretne stvari koje mladići mogu uraditi kako bi doprinijeli toj promjeni?
 - › Na koji način omladinske organizacije mogu dati podršku mladima u ostvarivanju i održavanju ove promjene?
 - › Pored omladinskih organizacija, koji će pojedinci i organizacije u vašoj zajednici biti najvažniji za ostvarivanje i održavanje ove promjene?
8. Zamolite grupe da predstave svoje odgovore.
9. Rezimirajte aktivnost identifikacijom i razmatranjem sličnosti i razlika u odgovoru grupa.

ZAVRŠETAK:

Postoji mnogo različitih tipova odnosa u kojima jedna osoba može imati više moći nad drugom osobom. Kao što ćete i sami imati priliku da diskutujete kroz mnoge druge aktivnosti u ovom priručniku, neravnomjerna raspodjela moći između muškaraca i žena u intimnim vezama može imati ozbiljne posljedice za rizik od SPI, HIV-a i AIDS-a i neplanirane trudnoće. Na primjer, žene često nemaju moć da kažu da li će se, kako i kada desiti seksualni odnos, uključujući i to da li će biti korišten kondom, upravo zbog dugogodišnjeg vjerovanja da bi, kada je riječ o seksu, muškarci trebalo da budu aktivni, a žene pasivne (ili, da žene "duguju" seks muškarcima). U drugim slučajevima, žene koje su finansijski zavisne od svog muškog partnera mogu osjećati da nemaju dovoljno moći da kažu "ne" seksu. U slučajevima međugeneracijskog seksa, starosne i klasne razlike između muškaraca i žena mogu još više stvoriti

nejednake odnose moći koji zauzvrat mogu dovesti do rizičnih situacija.

Postoje takođe i drugi primjeri odnosa moći u vašim životima i zajednicama. Razmislite o odnosima između mladih i odraslih, učenika i nastavnika, radnika i šefova. Ponekad neravnoteža moći u ovim vezama može dovesti do toga da jedna osoba tretira drugu osobu kao predmet. I dok diskutujete o rodu i vezama između muškaraca i žena važno je da zapamtite povezanost između toga kako se vi možete osjećati potčinjenima u nekim od vaših veza i kako vi zauzvrat možete tretirati druge, uključujući žene, kao "predmete". Razmišljanje o toj povezanosti može pomoći u vašoj motivaciji da gradite pravičnije veze sa drugim muškarcima i ženama u vašim domovima i zajednicama.

Radionica 14: Prizori zabavljanja³⁸

CILJ:
Identifikovati karakteristike zdravog odnosa.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri, makaze, ljepilo i kopije Tabele resursa.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
Mogu postojati različita mišljenja o tome šta se sve može nazvati zdravim ili nezdravim odnosom. Prije početka aktivnosti voditelj bi trebalo da radi sa grupom kako bi došli do neke vrste konsenzusa.

PROCEDURA:

1. Na flipčart papiru nacrtajte dvije kolone. Jednu kolonu označite sa "zdravi odnosi", a drugu sa "nezdravi odnosi".
2. Podijelite učesnike u tri ili četiri manje grupe i dajte svakoj grupi kopiju Tabele resursa – Situacije u zabavljanju.
3. Zamolite svaku grupu da izreže, sortira i zalijepi trakom situacije u zabavljanju ili ispod kolone "zdravi odnosi" ili ispod kolone "nezdravi odnosi". Dajte grupama 15 minuta da ovo urade. Recite grupama da, ukoliko to vrijeme dozvoli, mogu koristiti prazna polja na dnu Tabele resursa da osmisle svoje sopstvene scenarije i da ih klasifikuju ili kao zdrave ili kao nezdrave.
4. Pregledajte Situacije u zabavljanju i zamolite svaku grupu da objasni zašto su određene situacije klasifikovali kao "zdrave" ili "nezdrave".
5. Iskoristite sljedeća pitanja da rezimirate diskusiju.

38 — Prilagođeno prema: White Ribbon Campaign Education and Action Kit. White Ribbon Campaign, Toronto, Kanada. Za više informacija posjetite: http://www.whiteribbon.ca/educational_materials/

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Jesu li ove situacije realne?
2. Da li ste se ikad našli u nekoj od ovakvih situacija? Kako ste se osjećali?
3. Kako zajednica reaguje na ovakve situacije?
4. Koje su najčešće karakteristike zdravih odnosa?
5. Koje su najčešće karakteristike nezdravih odnosa?
6. Smatrate li da mladi ljudi u vašoj zajednici obično imaju zdrave ili nezdrave odnose? Objasnite.
7. Koje su najveće prepreke u izgradnji zdravih odnosa? Na koji način se suočiti sa njima?
8. Šta bi vi trebalo da uradite ako mislite da ste u nezdravoj vezi?
9. Šta biste mogli uraditi ukoliko je vaš prijatelj u nezdravoj vezi?
10. Šta ste naučili iz ove vježbe? Kako ovo možete primijeniti u vašim životima i odnosima?

ZAVRŠETAK:

Zdrav odnos se zasniva na obostranom poštovanju i oslobođen je fizičke i emotivne manipulacije, kontrole ili zloupotrebe. Važno je znati šta cijenite u romantičnim vezama i znati kako da budete asertivni (suprotno agresivnom ili domi-

nantnom), kao i da znate kako slušati druge. Sve što se dešava u vezi, bilo da je riječ o izboru šta raditi na sastanku ili u koju vrstu fizičkih odnosa se upuštati ili ne upuštati, je stvar obostranog razgovora, poštovanja i pristanka.

Foto ©Branko Birač



TABELA RESURSA A

Situacije u zabavljanju

| | | | |
|---|--|--|---|
| Napravili ste neke planove sa vašim partnerom, ali on/ona otkáže u posljednji trenutak, jer misli da vaši planovi ne bi bili mnogo zabavni | On joj kaže da je glupa ---- tokom jedne rasprave. | Naizmjenično birate muziku koju ćete slušati ili televizijske emisije koje ćete gledati. | Vaš partner je kritičan prema vašim prijateljima. |
| On je zgrabi za ruku za vrijeme jedne rasprave. | On vozi brzo, a ona kaže da se zbog toga osjeća neprijatno. On usporava i izvinjava joj se zbog toga. | On govori svojim prijateljima da je "dobio" od nje prošlu noć, a u stvari su samo razgovarali. | On vrši pritisak na nju da imaju seks. |
| On je zgrabi za ruku za vrijeme jedne rasprave. | Čak i ako imate različita uvjerenja i stavove, možete poštovati uzajamne stavove. | On misli da ona želi seks ako je obučena u kratku majicu i mini suknju. | Kada jedno od vas ima dobru vijest zajedno to proslavite. |
| Ona ne želi da on izlazi sa svojim prijateljima. Kaže da mu ne može vjerovati čim joj (nestane iz vidokruga) se makne ispred očiju. | Zajednički dijelite račun za večeru i ulaznice za kino. | Kada izlaze zajedno on uvijek gleda u tijela drugih žena. Ponekad daje komentare o tome kako su one "dobre". | Naljutite se zbog nečega, ali uvijek razgovarate o tome i saslušate mišljenje svakog od vas. |
| Kad god ona ima poteškoća u čitanju karte (mape), on koluta očima i kaže: "Oh, pretpostavljam da je djevojkama urođeno da nemaju nikakvog osjećaja za prostor". | On je zove sljedećeg dana, nakon važnog izlaska da joj kaže kako se odlično proveo to veče i da se nada da se ona dobro naspavala. | Ona odlučuje da ga prevari kako bi ga učinila ljubomornim. | Ona ga vara. On joj napravi modricu na oku. |
| Oni idu na kampovanje, a prije nego što krenu, prave listu stvari koje su im potrebne, idu u kupovinu i zajedno se spremaju. | Ona mu kaže da bi mu dobrodošla pomoć u izboru njegove odjeće. Takođe mu kaže da bi se mogao bolje ljubiti. | Kada ona sazna da ju je on prevario, on kaže da je bio pijan i da to nije bila njegova krivica. | On vrši pritisak na nju da mu dozvoli da je slika голу. On planira da postavi slike na Internet, govoreći joj "O draga, ti jednostavno izgledaš tako dobro i ja želim da te čitav svijet vidi". |
| Noć uoči važnog eseja, on zahtijeva da ona napiše esej za njega jer on nije imao vremena. | Oni kažu jedno drugom kada prolaze kroz težak period kod kuće ili u školi. | On smatra da uvijek mora biti jak u njenom prisustvu. | Kada je ona ljuta na njega on pažljivo sluša šta ona govori. |

Radionica 15: Agresivni, pasivni ili asertivni³⁹

CILJ:
Naučiti razliku između asertivne, agresivne i pasivne komunikacije.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri i kopije Tabele resursa B i C.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Prije početka sesije preporučuje se da voditelj prođe kroz ovu aktivnost samostalno i da razmisli o načinu na koji on ili ona izražava sopstvene emocije.

PROCEDURA:

1. Pregledajte primjere različitih tipova komunikacije predstavljene u Tabeli resursa A. Obavezno pregledajte definicije termina agresivno, pasivno i asertivno i koncepte komunikatora, primaoca i posmatrača.
2. Podijelite učesnike u tri grupe i podijelite im primjerke Tabele resursa B.
3. Recite grupama da treba da popune Tabelu resursa B bilo korištenjem neposrednih primjera iz svojih života ili stvarajući izmišljene scenarije. Dajte grupama 15 minuta da popune Tabelu resursa.
4. Zamolite grupe da izaberu jedan od svojih primjera koji će predstaviti drugim grupama u vidu skeča. U svakoj grupi jedan učesnik/ca će preuzeti ulogu Komunikatora, jedan će biti Slušalac, a ostali će biti Posmatrači. Dajte grupama 10 minuta da uvježbaju svoje skečeve.
5. Nakon predstavljanja skečeva započnite diskusiju koristeći sljedeća pitanja.

³⁹ — Prilagođeno prema: White Ribbon Campaign Education and Action Kit. White Ribbon Campaign, Toronto, Kanada. Za više informacija posjetite: http://www.whiteribbon.ca/educational_materials/

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Jesu li ove situacije realne?
2. Da li ste se ikad našli u nekoj od ovakvih situacija? Kako ste se osjećali?
3. Kako zajednica reaguje na ovakve situacije?
4. Koje su najčešće karakteristike zdravih odnosa?
5. Koje su najčešće karakteristike nezdravih odnosa?
6. Smatrate li da mladi ljudi u vašoj zajednici obično imaju zdrave ili nezdrave odnose? Objasnite.
7. Koje su najveće prepreke u izgradnji zdravih odnosa? Na koji način se suočiti sa njima?
8. Šta bi vi trebalo da uradite ako mislite da ste u nezdravoj vezi?
9. Šta biste mogli uraditi ukoliko je vaš prijatelj u nezdravoj vezi?
10. Šta ste naučili iz ove vježbe? Kako ovo možete primijeniti u vašim životima i odnosima?

ZAVRŠETAK:

Asertivnost je vještina jasnog prezentovanja vaših misli i osjećanja uz obostrano poštovanje koja se ne koristi krivicom, ne narušava prava drugih niti se koristi emocionalnim ucjenjivanjem. S druge

strane, agresivno ponašanje može učutkati ljude. Važno je da znate kako prepoznati i kako se snaći u situacijama kada je ponašanje u romantičnim vezama i međuljudskim odnosima nezdravo.

VEZA

Aktivnost "**Šta radim kad sam ljut/a?**" može pomoći učesnicima da razmisle o tome kako da prepoznaju kad su ljuti i kako bi to moglo uticati na način na koji komuniciraju.

Ova aktivnost može se povezati sa aktivnošću "**Prizori zabavljanja**" i sa diskusijom o tome koji tipovi komunikacije doprinose zdravim ili nezdravim odnosima.

TABELA RESURSA A

| TIP KOMUNIKACIJE | SCENARIO | KAKO SE KOMUNIKATOR PONAŠA? | KAKO SE PRIMALAC PONAŠA? | ŠTA POSMATRAČ MOŽE DA URADI/ KAŽE? |
|---|--|---|---|---|
| ASERTIVAN/NA Asertivno: skloni da hrabro ili sa dosta samopouzdanja izraze svoja mišljenja i osjećanja | Direktor škole (Komunikator) govorio mi je (Primalac) u hodniku kako sam dobro uradio/la svoj projekat iz prirodnih nauka. | Odnosi se prema meni s poštovanjem. Priznaje moj naporni rad. Obratio je pažnju na ono što sam govorio/la i na ono što se sad dešavalo u hodniku. | Srećan. Želi da kaže direktoru koliko voli časove prirodnih nauka i kako sve vrijeme želi da studira prirodne nauke. | Sluša. Ne prekida. Ponudi riječi ohrabrenja Primaocu. |
| AGRESIVAN/NA Agresivno: skloni i spremni da pokazuju neprijateljsko, snažno ili destruktivno ponašanje | Goran i Sanja zabavljali su se oko tri mjeseca. Goran se naljuti kada Sanja mora na čas bez njega i misli da drugi mladići žele da budu sa Sanjom. Jednog dana Sanja dolazi do svog ormara sa Damirom, Goran (stojeći sa prekrštenim rukama i ljutitog glasa) kaže "Šta zapravo vas dvoje mislite da radite?" | On se ponaša nadmoćno i upravljački. On misli da posjeduje Sanju. On ne vjeruje i ne poštuje Sanju. | Uplašena, nesigurna. Učutkana. Ljuta. Uhvaćena nespremna. Nesigurna u ono što bi rekla, ali želi da ga zaustavi da ne napravi scenu. | Da procijeni da li je sigurno suprotstaviti se Goranu. Da se suprotstavi Goranu koristeći "ja" izjave, poput "ja mislim da se loše odnosiš prema Sanji". Da za vrijeme ili poslije incidenta kaže Sanji i Damiru da smatra da se Goran prema njima ponašao agresivno. |
| PASIVAN/NA Pasivan/na: primanje ili podnošenje nečega bez aktivnog, otvorenog ili neposrednog učešća | Fatima (Komunikator) je član odbora za školski godišnjak. Ona uvijek radi na projektu nakon nastave i za vrijeme svake pauze za ručak. Ivana se nudi da joj pomogne jer zna da bi trebalo da i ona radi na tom projektu sa Fatimom. Međutim, Fatima se drži povučeno i samo sliježe ramenima kada Ivana razgovara s njom o tome. | Nejasna, nesigurna u sebe, čini se pomalo stidljivom. Ivana se zbog toga osjeća kao da mora pogađati šta Fatimi treba. | Nije sigurna šta Fatima želi. Ivana traži pojašnjenje, ali Fatima to nerado čini. Sve to frustrira Ivanu i ona želi da skрати razgovor. Ivana osjeća da je Fatima nekompetentna. | Sluša. Pokuša da pogodi u čemu bi mogao biti problem. Kaže Fatimi da ne mora sve to da radi sama. |

TABELA RESURSA B

| TIP KOMUNIKACIJE | SCENARIO | KAKO SE KOMUNIKATOR PONAŠA? | KAKO SE PRIMALAC PONAŠA? | ŠTA POSMATRAČ MOŽE DA URADI/ KAŽE? |
|------------------|----------|-----------------------------|--------------------------|------------------------------------|
| ASERTIVAN | | | | |
| AGRESIVAN | | | | |
| PASIVAN | | | | |

Radionica 16: Pregovaračke vještine⁴⁰

CILJ:
Diskutovati i vježbati pregovaračke vještine i vještine za rješavanje sukoba.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart, papir, olovke, samoljepljiva traka i dovoljan broj primjeraka Tabela resursa za svakog učesnika

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
nije potrebno

PROCEDURA:

Prvi dio

- Prije početka sesije pripremite dva flipčart papira sa podacima iz Tabele resursa.
- Sprovedite aktivnost brejnstorminga sa učesnicima u uobičajenim scenarijima konflikta sa kojima se suočavaju u svojim vezama i zajednici. Podstaknite učesnike da razmisle o različitim vrstama odnosa, npr. djevojka/momak, roditelj/dijete, šef/radnik i komšije.
- Podijelite učesnike u manje grupe i svakoj grupi dodijelite jedan od scenarija konflikta.
- Pregledajte flipčart sa naslovom "Načini rješavanja konflikata" i objasnite da bi svaka grupa trebalo da napiše jedan kratki skeč da pokažu kako bi se konflikt mogao riješiti koristeći se jednim od metoda sa flipčarta.
- Pozovite grupe da prezentuju svoje skečeve i zamolite učesnike da identifikuju različite metode rješavanja konflikta.
- Započnite diskusiju o prednostima i nedostacima različitih metoda.

⁴⁰ — Prilagođeno iz: CEDPA "Choose a Future! Issues and Options for Adolescent Boys" 1998, Centre for Development and Population Activities: Washington, D.C.

Drugi dio

1. Pregledajte flipčart sa naslovom "Četiri koraka uspješnog pregovaranja sa pozitivnim ishodom za obje strane (Win-Win)".
2. Zamolite učesnike da se vrate u svoje grupe i da diskutuju o nekom primjeru pregovaranja sa pozitivnim ishodom za obje strane (Win-Win) i da osmisle igru uloga i predstave je.
3. Zamolite grupe da prezentuju igre uloga.
4. Iskoristite sljedeća pitanja da rezimirate sesiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Zašto je ponekad teško da se pregovaranjem dođe do rješenja konflikta?
2. Šta olakšava pregovaranje? Šta ga otežava?
3. Koji su primjeri situacija u kojima ne biste bili spremni na kompromis?
4. Šta ste naučili iz ove aktivnosti? Kako možete ovo primijeniti u svojim životima i vezama?

ZAVRŠETAK:

Pregovaranje je životna stvarnost, ali ono nije uvijek lako. Učenje i vježbanje pregovaračkih vještina može vam pomoći da riješite konflikte

u različitim sferama vašeg života i da izgradite zdravije i pravičnije odnose.

VEZA

Aktivnost "Šta radim kad sam ljut/a?" može pomoći učesnicima da razmisle o tome kako da prepoznaju kada su ljuti i kako bi to moglo uticati na način na koji komuniciraju.

TABELA RESURSA:

Načini rješavanja konflikta (Prvi dio)

- › **Izbjegavanje konflikta:** Jednostavno se povucite iz bilo kakvog konflikta
- › **Pretvaranje:** Pretvarajte se da konflikt ne postoji i da je sve u redu
- › **Pobjeda po svaku cijenu:** Uzmite ono što želite, druga osoba gubi
- › **Kompromis:** Odrecite se nečeg što želite kako biste dobili nešto drugo što želite
- › **Pregovaranje sa pozitivnim ishodom za obje strane (Win-Win):** Koristite kreativno rješavanje problema kako biste objema stranama dali ono što žele ili trebaju.

Četiri koraka uspješnog pregovaranja sa pozitivnim ishodom za obje strane (Win-Win) (Drugi dio)

- › **Iznesite svoj stav.** Koristite "ja" tvrdnje, recite šta želite ili trebate.
- › **Saslušajte** stav druge osobe. Otkrijte šta ta druga osoba želi ili treba. Ponovite stav druge osobe kako biste bili sigurni da ste dobro razumjeli.
- › **Sprovedite aktivnost brejnstorminga za rješenja sa pozitivnim ishodom za obje strane.** Uzmite u obzir potrebe i želje i jednog i drugog partnera. Budite kreativni.
- › **Dogovorite** se o rješenju. Isprobajte ga. Ako ne funkcioniše, počnite proces ispočetka.

Radionica 17: Razbijanje tišine i traženje pomoći

📍 CILJ:

Diskutovati o kulturi ćutanja koja postoji u vezi sa nasiljem u porodici i vezama i razmisliti o tome šta djevojke mogu uraditi kada se one ili neko koga one znaju nađu u nasilnoj vezi.

📦 POTREBNI MATERIJAL:

Flipčart papir i markeri.

🕒 PREPORUČENO VRIJEME:

45 minuta (jedan školski čas)

📄 PLANIRANJE:

Kao i kod drugih aktivnosti o nasilju, važno je istražiti postojeću podršku u zajednici gdje bi žene mogle da se obrate za pomoć u slučaju iskustva sa nasiljem u vezi. Ova lista trebalo bi da uključuje bolnice; klinike i grupe za podršku koje se konkretno bave pitanjem rodno zasnovanog nasilja ili nasilja u porodici; preporučene socijalne radnike, psihologe, itd. i bilo koje druge raspoložive resurse. Ako je moguće, kreirajte letak u kome su navedeni ovi resursi i podijelite ga učesnicima na kraju aktivnosti. Tokom aktivnosti, obratite pažnju na reakcije učesnika i da li je nekome možda potrebna posebna pažnja zbog teme o kojoj se govori.

PROCEDURA:

1. Pregledajte sa učesnicima neke od znakova upozorenja da je neko možda u vezi koja je nasilna ili potencijalno nasilna (pogledajte uvodni dio, ako je potrebno).
2. Zamolite učesnike da zamisle neku osobu koja doživljava nasilje u intimnoj vezi ili u njegovoj/njenoj porodici i razmišlja da razgovora sa nekim o tome. Recite im da razmisle o sumnjama ili zabrinutostima koje bi ova osoba mogla imati zbog "razbijanja tišine."

Zamolite ih da zamisle izazove dopiranja do nekoga ko doživljava nasilje i pružanja podrške toj osobi. Recite im da razmisle o sumnjama ili zabrinutostima koje bi neko mogao imati u vezi sa dopiranjem do te osobe i pružanja podrške toj osobi, bilo da se radi o prijatelju, članu porodice, radnom kolegi ili komšiji.

3. Otvoriti diskusiju koristeći sljedeća pitanja.
4. Nakon diskusije zamolite grupu da nabroje sve resurse u zajednici za koje znaju namijenjene ženama koje su u nasilnoj vezi. Možete postaviti

pitanje: "Ako mislite da je vaša prijateljica u nasilnoj vezi, šta biste joj preporučili kome ili gdje da se obrati za pomoć? Dok učesnici navode imena resursa, zapisujte ih na tabli. Voditelj bi trebalo takođe da spomene mjesta gdje se djevojka može obratiti za pomoć i da podijeli letke koji sadrže ove lokacije.

5. Koristite pitanja ispod da započnete diskusiju o teškoćama razgovora o nasilju i mogućim rješenjima.

OPCIJA: Za grupe koje imaju više vremena i koje mogu dublje ući u temu, koristite Tabelu resursa. Pročitajte "Tabelu sa činjenicama" kao uvod, a zatim im dajte odštampane kopije "testa" da li su u nasilnoj vezi da ga popune nasamo. Kasnije nastavite sa diskusijom ostatka tabele sa činjenicama. Ovo je izuzetno osjetljiva vježba, tako da jedna od opcija može biti da ne popunjavaju test, već da ga samo koriste kao smjernicu za diskusiju o tome koji su znakovi nasilne veze.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Zašto ponekad žene ne žele da govore o nasilju u njihovim životima?
2. Da li se smatra prihvatljivim da žena napusti svog nasilnog muža? Da li je to lako?
3. Zašto bi neko ostao u nasilnoj vezi? Da li su ti razlozi različiti za djevojke i odrasle žene? Da li ekonomska zavisnost utiče na to da li bi žena mogla ostati u nasilnoj vezi? Kako?
4. Generalno, kada ste nasilni ili kada doživljavate nasilje, da li razgovarate o tome? Da li to prijavljujete? Da li razgovarate o tome kako se osjećate? Ako ne, zašto ne?
5. Mislite li da se muškarci u nasilnim vezama suočavaju sa sličnim izazovima? Zašto da ili zašto ne?
6. Kakav je osjećaj kada znate da prijatelj ili neko koga poznajete doživljava nasilje? Kako možete spomenuti nasilje, ako ste zabrinuti za prijatelja?
7. Kako možete pružiti podršku prijatelju koji doživljava nasilje ili agresiju?
8. Koje korake bi neko ko je u nasilnoj vezi mogao preduzeti da se zaštiti?
9. Koje korake može prijatelj ili neko drugi preduzeti da pomogne nekome ko je u nasilnoj vezi?
10. Šta ste naučili u ovoj aktivnosti? Da li ste naučili nešto što se može primijeniti u vašem životu i vezama?

ZAVRŠETAK:

Ženama koje trpe nasilje može biti vrlo teško da govore o tome i da traže pomoć. Neke žene se možda boje da će se njihov partner osvetiti ako traže pomoć ili pokušaju da odu. Druge možda osjećaju obavezu da ostanu u nasilnoj vezi, ako su u braku i/ili ako su uključena djeca. Za neke žene, ekonomske posljedice napuštanja intimnog muškog partnera nadmašuju emocionalne ili fizičke

patnje. Sve u svemu, postoje različiti faktori koji utiču na odgovor žene na nasilje. Važno je da ne osuđujete žene koje ne napuštaju veze u kojima doživljavaju nasilje, već da razmislite o tome kako možete pomoći ovim ženama, kao i muškarcima da shvate posljedice nasilja i važnost stvaranja zajednica u kojima žene mogu živjeti svoje živote bez nasilja.

TABELA SA ČINJENICAMA:

- › Ljubomora i posesivnost nisu znakovi ljubavi, nego sredstvo koje ljudi koriste za kontrolu svojih partnera.
- › Zloupotreba droge i alkohola nisu uzrok zlostavljanja žena. Oni se koriste kao izgovor, ali oni ne izazivaju nasilje.
- › Zlostavljana osoba nije kriva za nasilje. Dešava se da se krivica i odgovornost prebacuju sa nasilnika na žrtvu.
- › Nasilnici obično ne izgledaju kao zanemarene, poremećene osobe. Oni su obično ljudi bez spoljnih obilježja koja bi ih učinila prepoznatljivim. Među njima su bogati, siromašni, obrazovani, neobrazovani, ljudi svih vjera, nacija i rasa.
- › 95% prijavljenih napada u vezama su počinili muškarci.
- › Više od 70% adolescentnih majki ili trudnica su tukli njihovi partneri.
- › Veliki procenat žena barem se jednom susreo sa neželjenim seksualnim primjedbama i vulgarnim komentarima.
- › 71% svih seksualnih napada je planirano.
- › Većina žrtava silovanja imaju između 16 i 24 godine.
- › 60% prijavljenih silovanja su počinili ljudi koje su žrtve poznavale.
- › Nije lako napustiti nasilnu vezu. Osobe u nasilnim vezama ostaju u njima zbog različitih razloga, ali ne zato što nije loše ili zato što uživaju da su žrtve nasilja.
- › Zlostavljanje se može dogoditi u svim vrstama veza – heteroseksualnim, homoseksualnim, prijateljskim itd.
- › Osoba nikad to "ne zaslužuje", ili želi, međutim, ona/ona se oblači, ponaša...
- › Nasilne osobe se rijetko mijenjaju bez stručne pomoći, ljubav ih ne može promijeniti.
- › Vremenom nasilje postaje sve češće i ozbiljnije.
- › Posljedice nasilja su dugotrajne, fizičke i psihološke.

Nasilje postoji u različitim oblicima, ne morate imati slomljenu ruku ili modricu da bi značilo da ste zlostavljani. Pogledajte sljedeće i označite ono što se odnosi na vašu vezu:

- › Ponekad se plašim osobe sa kojom sam u vezi.
- › Pristajanje na nešto samo zato što sam se bojao/la ili mi je bilo neprijatno reći ne.
- › Opravdavanje sebi ili drugima ponašanje vašeg partnera kada se loše ponaša prema vama.
- › Privlači vas vaš partner kada on/ona počini nasilje prema drugima.
- › Zadobijanje fizičkog bola/povrede (udaranje/šutanje nogama ili šamaranje/udaranje otvorenim dlanom)
- › Partner navaljuje ili vas prisiljava na seks, ali vi niste voljni/spremni.
- › Pokušava da vas navede da osjećate krivicu govoreći: "Da me stvarno voliš, ti bi ..."
- › Pristajanje na seksualne odnose samo zato da nas partner ne napusti.
- › Traži od vas da opravdate sve što radite, gdje idete i svaku osobu sa kojom se sastajete.
- › Bez razloga vas optužuje za flertovanje sa drugima ili varanje.
- › Dovodi vas u nezgodnu situaciju, omalovažava i ismijava pred drugima.
- › Ljudi kojima vjerujete kažu da su zabrinuti za vas otkako ste u vezi.
- › Uzima drogu/alkohol i prisiljava i vas na isto.
- › Okrivljuje vas ako se ne ponaša dobro prema vama i kaže da ste vi za to krivi.

Šta da radite ako je vaš prijatelj/prijateljica u nasilnoj vezi

- › Nemojte ignorisati problem i pretvarati se da se ništa ne dešava.
- › Recite da to nije njena/njegova krivica.
- › Recite da je nasilje krivično djelo.
- › Recite da on/ona to nije zaslužio/la.
- › Poslušajte šta on/ona ima da kaže bez okrivljivanja ili osuđivanja.
- › Javno pokažite da vjerujete svom prijatelju/prijateljici i pružite mu/joj podršku.
- › Recite lijepe stvari o njemu/njoj kao osobi.
- › Neka on/ona zna da ste tu, ako želi da razgovara o tome, i da ste zabrinuti za njega/nju.
- › Nemojte širiti tračeve – to može dovesti tu osobu u opasnost.
- › Ne pokušavajte prisiliti osobu da uradi nešto što ne želi – to neće biti efikasno ako to nije njihova odluka.
- › Nemojte kriviti osobu što doživljava zlostavljanje ili za odluke koje donose – prekidanje veze je teško i za to je potrebno dosta vremena.
- › Provjerite da li je potrebna medicinska pomoć, osoba možda nije svjesna ozbiljnosti povrede.
- › Pomozite mu/joj da dođe do informacija o nasilju i potraži pomoć.
- › Pružite mu/joj podršku u traženju profesionalne pomoći i ponudite da budete sa njim/njom u tom trenutku.
- › Ohrabrite nju/njega da traži pomoć i podršku – od prijatelja, porodice i/ili stručnjaka i institucija ...
- › Pomozite mu/joj da shvati koje opcije ima.
- › Dobro je obratiti se svom nastavniku/profesoru, pedagogu/psihologu ili bilo kojoj drugoj odrasloj osobi u koju imate povjerenje.

KAKO MUŠKARAC OSTVARUJE DUGOROČNO NASILJE NAD ŽENAMA?

IZOLACIJA

Muškarac koji je nasilan različitim metodama izoluje ženu od porodice, prijatelja, spoljnog svijeta ... Izolacija ima mnogo oblika: isključivanje telefona, zaključavanje žene, vrijeđanje njenih prijatelja, oduzimanje dokumenata ...

TRENUCI "NJEŽNOSTI"

Muškarac koji zlostavlja ženu ima trenutke kada je ljubazan i nježan do sljedećeg čina nasilja. On joj kupuje cvijeće, parfeme, idu u šetnju, kupuje poklone djeci, ljubi je... Ova pozitivna ponašanja i obećanja daju ženi nadu za promjenu. Vremenom ti trenuci postaju sve rjeđi.

POTPUNA KONTROLA

Cilj nasilnika je kontrola žene. Nasilnik je obično vrhovni kontrolor koji odlučuje u svim situacijama kada je u pitanju život žene. On odlučuje šta ona treba da uradi, kada i šta da govori, šta da misli, kada da telefonira, koliko novca joj je potrebno. Ova kontrola je ono što on predstavlja kao svoju ljubav i brigu za nju.

ZASTRAŠIVANJE

Zastrašivanje je jedna od uspješnijih tehnika kontrole. Nasilnik ostvaruje kontrolu stalnim zastrašivanjem: Spaliću ti kosu, baciću te s krova, isjeći ću te na komade, naći ću te gdje god da odeš... Često se ove prijetnje odnose na djecu ili nekog bliskog žrtvi: roditelje, sestre i braću.

ZASTO ŽENA OSTAJE SA SVOJIM NASILNIM PARTNEROM?

- › jer je niko ne podržava
- › jer joj niko ne vjeruje
- › jer je drugi okrivljuju zbog toga
- › jer zakonske procedure traju predugo
- › jer se ona boji svog nasilnog partnera
- › jer ona nema dovoljno prihoda da ga napusti
- › jer nema gdje da ode
- › jer ima djecu
- › zato što se boji da će joj uzeti djecu
- › jer se stidi onoga što će ljudi misliti
- › jer je emocionalno zavisna od partnera
- › jer ona brine o nasilniku
- › jer ona vjeruje da će biti bolje

RAD I UČEŠĆE ZAJEDNICE

DJEVOJKE I RAD

Jedno od najvećih dostignuća pokreta za rodnu ravnopravnost je veće učešće žena u radnoj snazi. Kako se stopa nataliteta smanjila i nivo obrazovanja povećao, žene su postale sposobne da preuzmu i kućne i profesionalne uloge, često balansirajući između obje istovremeno. Kao dio radne snage, one su takođe proširile svoju zastupljenost u različitim sektorima: tradicionalno zaposlene samo kao medicinske sestre, služavke i učiteljice, žene su sada takođe zaposlene kao hirurzi, IT tehničari i na poslovima kojima su ranije dominirali muškarci. Iako je važno da se ova dostignuća istaknu, žene se i dalje suočavaju sa mnogim preprekama; za djevojke, ove izazove često složenijim čini nedostatak profesionalnog iskustva i potreba da se uravnoteže škola i posao (a ponekad i majčinstvo).

Značaj zapošljavanja djevojaka

Prelazak mlade osobe u zrelo doba je uglavnom prelazak iz stanja zavisnosti u nezavisnost (Curtain, 2001). Plaćeno zaposlenje pomaže mladim ljudima da steknu samostalnost i kontrolu nad svojim životima i odlukama (PC i ICRW 2000. godine; Mensch et al., 1999). Plaćeno zaposlenje takođe može promovisati nečije samopoštovanje i društveni status, kao i razviti stručne i lične vještine važne za više zadovoljavajuću i produktivniju adolescenciju i zrelo doba. Za djevojke posebno, plaćeno zaposlenje predstavlja mogućnost da se odvoje od tradicionalnih uloga supruga i domaćica, što im omogućava da razviju identitete izvan onih supruge ili djeteta (Mensch et al., 1999). Osim toga, sredstva za nezavisnu egzistenciju su često važan element pregovaračke moći žena u braku i odluka koje se odnose na planiranje porodice (ibid., 1999). Istorijski posmatrano, diskurs u vezi sa mladima i zapošljavanjem fokusirao se na zabrinutosti u pogledu dječjeg rada. Od ranih 1900-ih međunarodna zajednica je pristala na niz konvencija za ograničavanje dječjeg rada. Godine 1973. međunarodnim sporazumima ustanovljeno je da bi minimalna radna dob trebalo da bude ista starosna dob kada se završi minimalno potrebno školovanje (oko 15 godina starosti u većini zemalja) i da mladima ispod 18 godina ne bi trebalo da bude dozvoljeno da rade u sektorima koji ugrožavaju njihovo zdravlje, sigurnost ili moral. Pored ovih konvencija, UNICEF i Međunarodna organizacija rada su usvojili dodatne propise za zaštitu mladih na radnom mjestu, zauzimajući snažan stav o "najgorim oblicima dječijeg rada"* uz poziv za posebnu zaštitu djevojčica. Iako su ove mjere sve imale dobre namjere, one su imale neke štetne sporedne efekte. Povećani propisi doveli su do toga da u mnogim sektorima odbijaju zaposliti mlade koji žele ili moraju da rade. Shodno tome, radna mjesta koja mladi uspijevaju da nađu su češće izvan zakona, što povećava vjerovatnoću da budu izloženi opasnim situacijama na poslu, gdje su njihova prava i dobrobit ugroženi.

Radionica 18: Šta radim kad sam ljut/a?



CILJ:

Pomoći učesnicima da razmisle o tome kako da prepoznaju kada su ljuti i kako da izraze svoju ljutnju na konstruktivan, nenasilan način.

POTREBNI MATERIJAL:



Flipčart papir, olovke, samoljepljiva traka i dovoljan broj kopija Tabele resursa za svakog učesnika.



PREPORUČENO VRIJEME:

90 minuta (dva školska časa)



PLANIRANJE:

nije potrebno

PROCEDURA:

- Počnite aktivnost sa kratkim uvodom u temu, kao na primjer:

Mnogi adolescenti miješaju ljutnju i nasilje misleći da su to iste stvari. Trebalo bi naglasiti da je ljutnja emocija, prirodna i normalna emocija koju svako ljudsko biće osjeti u nekom trenutku svog života. Nasilje je način izražavanja ljutnje, odnosno to je oblik ponašanja kojim se može izraziti ljutnja. Ali, postoje mnogi drugi načini za izražavanje ljutnje – bolji i pozitivniji načini – od nasilja. Ako naučimo da iskažemo svoju ljutnju kad je osjetimo, to može biti bolje nego da je zadržimo duboko u sebi, jer mnogo puta kada dozvolimo da se ljutnja nagomila u nama, imamo tendenciju da eksplodiramo.

- Objasnite grupi da je svrha ove aktivnosti da se diskutuje o tome kako mladi izražavaju ljutnju.
- Podijelite kopije Tabele resursa. Pročitajte svako pitanje i zamolite učesnike da odgovore na pitanja pojedinačno, dajući im dva ili tri minuta za svako pitanje. Za grupe koje su slabo pismene pročitajte pitanja naglas i neka učesnici diskutuju u parovima ili naprave sliku.
- Nakon što popune dobijenu Tabelu resursa, podijelite grupu u male grupe od najviše četiri ili pet učesnika/ca. Zamolite ih da podijele svoje odgovore jedni sa drugima. Dajte 20 minuta za ovaj grupni rad.

5. Dok su učesnici još u malim grupama, podijelite komadiće flipčart papira svakoj grupi i zamolite ih da naprave listu:
 - › A.) Negativnih načina reagovanja kada smo ljuti
 - › B.) Pozitivnih načina reagovanja kada smo ljuti
6. Dajte grupama 15 minuta da naprave svoje liste, a onda zamolite svaku grupu da predstavi svoje odgovore cijeloj grupi.
7. Vrlo je vjerovatno da će na listi "Pozitivnih načina" učesnici navesti: (1) udahni duboko ili broji do 10; i (2) koristi riječi da izraziš šta osjećaš bez vrijeđanja. Važno je istaći da "udahni duboko" ne znači da se izade napolje i uskoči u automobil (ako je takav slučaj) i brzo vozi izlažući se riziku odlaska u bar i napijanja. Ako ove dvije taktike predložene ovdje nisu ni na jednoj prezentovanoj listi, objasnite ih grupi.

Ukratko: Uдахnuti duboko jednostavno znači povući se iz situacije sukoba i ljutnje, udaljiti se od osobe prema kojoj osjećamo ljutnju. Neko može brojati do 10, udahnuti duboko, prošetati okolo ili uraditi neku drugu vrstu fizičke aktivnosti nastojeći da se ohladi i malo

smiri. Uopšteno, važno je za osobu koja je ljuta da objasni drugome da će duboko udahnuti zato što je ljut, nešto poput: "Dosta mi je tebe i stvarno moram udahnuti svjež vazduh. Moram nešto uraditi, prošetati kako se ne bih osjećao nasilnim ili počeo vikati. Kad se ohladim i smirim, onda možemo razgovarati o svemu".

Drugi primjer za taktiku suočavanja sa ljutnjom je da pokušate izraziti svoja osjećanja ne vrijeđajući druge. Ovo podrazumijeva objašnjavanje zašto ste uznemireni i na koji način se nadate da ćete riješiti ovu situaciju, bez napadanja i vrijeđanja drugih. Dajte primjer grupi: Ako vaša djevojka kasni na sastanak, mogli biste reagovati vičući: "Ti si kučka, uvijek je isto, ja stojim ovdje čekajući tebe".

ILI mogli biste reći da ste ljuti na način da nikoga ne vrijeđate

primjer: Vidi, ljut sam na tebe jer kasniš. Sljedeći put, ako misliš da nećeš stići na vrijeme, samo mi javi – pozovi me na mobilni – umjesto što me ostavljaš da čekam.

8. Diskutujte o sljedećim pitanjima.

OPCIONALNI KORAK: Ukoliko to vrijeme dozvoli, pozovite učesnike da osmisle neke igre uloga ili da razmisle o drugim primjerima situacija ili fraza koje ilustruju razliku između vikanja/korištenja uvredljivih riječi i korištenja riječi koje ne vrijeđaju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Generalno govoreći, da li je za muškarce teško da izraze svoju ljutnju bez upotrebe nasilja? Zašto?
2. Šta je sa djevojkama? Da li one jednako lako ispoljavaju ljutnju?
3. Ko su generalno naši uzori za učenje, kako da izrazimo svoje emocije, uključujući i ljutnju?
4. Vrlo često znamo kako da izbjegnemo sukob ili tuču, bez upotrebe nasilja, ali ne postupamo tako. Zašto?
5. Da li je moguće "udahnuti malo svježeg vazduha" kako bi se smanjio broj sukoba? Imate li iskustva sa korištenjem ove strategije? Kako je to prošlo?
6. Da li je moguće "koristiti riječi bez vrijeđanja"?
7. Šta ste naučili iz ove aktivnosti? Kako ovo možete primijeniti u svojim životima i vezama?

ZAVRŠETAK:

Ljutnja je normalna emocija koju svako ljudsko biće osjeća u nekom trenutku svog života. Problem je, međutim, da neki ljudi mogu pomiješati ljutnju i nasilje, misleći da su to iste stvari i mogu misliti da je nasilje prihvatljiv način izražavanja ljutnje. Ipak, postoji mnogo drugih načina izražavanja

ljutnje – produktivnijih i pozitivnijih načina – nego što je to nasilje. Ako naučimo da izrazimo svoju ljutnju kad je osjetimo, to može biti bolje nego da je zadržimo duboko u sebi, jer mnogo puta kada dozvolimo da se ljutnja nagomila u nama, imamo tendenciju da eksplodiramo.

TABELA RESURSA:

Tabela za razmišljanje: Šta radim kad sam ljut/a

1. Razmislite o situaciji koja vam se nedavno desila kada ste bili ljuti. Šta se desilo? Ukratko opišite tu situaciju (jedna ili dvije rečenice):
2. Sada, razmišljajući o ovoj situaciji, pokušajte se sjetiti šta ste mislili i osjećali. Pokušajte ovdje navesti jedno ili dva osjećanja koja ste osjetili:
3. Vrlo često, kada osjetimo ljutnju reagujemo nasilno. Ovo se čak može desiti i prije nego što shvatimo da smo ljuti. Neki ljudi reaguju odmah, vičući, bacajući stvari na pod, udarajući nešto ili nekoga. Ponekad čak možemo postati depresivni, tihi i introspektivni. Razmišljajući o situaciji kada ste bili ljuti, kako ste pokazali tu ljutnju? Kako ste se ponašali? (Napišite rečenicu ili nekoliko riječi o tome kako ste reagovali, šta ste uradili ili kako ste se ponašali).

Godina 2:

Nasilje je OUT!

Drugo polugodište:
Droge/alkohol i
donošenje odluka

Uvod: DROGE

Jedan od glavnih mitova o drogama je da je upotreba droga skorašnji fenomen. Međutim, droge se koriste već vijekovima, u različitim društvenim i religijskim kontekstima, iako su se norme o njihovoj upotrebi značajno promijenile. Na primjer, mnoge droge koje su danas zabranjene bile su u nekom trenutku dozvoljene za upotrebu. Isto tako, neke droge koje se danas slobodno konzumiraju bile su zabranjene u nekom drugom vremenu ili su i dalje zabranjene u nekim kulturama i sredinama. Zabrana ili liberalizacija droga u različitim trenucima u historiji često je više bila vođena političko-ekonomskim motivima nego brigom o zdravlju. U stvari, još jedan veliki mit u vezi sa drogom je da samo ilegalne droge uzrokuju zdravstvene probleme. Kada ljudi pomisle na droge, oni uglavnom misle na marihuanu, kokain i kreč, ili drugim riječima, nedozvoljene supstance. Međutim, droge se mogu naći u ormarićima za lijekove, frižiderima, barovima, supermarketima i na zabavama, u obliku pića (alkohol, kafa, kola, itd), cigareta i lijekova na recept. Ove supstance, koje su dozvoljene i dio naših svakodnevnih života, također mogu prouzrokovati zdravstvene probleme kada se koriste u velikim količinama ili nepravilno.

Definicije droga

Droga se može definisati kao bilo koja supstanca koja može da proizvede promjene u funkcionisanju živih organizama, bilo da se radi o fiziološkim promjenama ili promjenama u ponašanju. Postoje različite kategorije droga. Psihoaktivne droge mogu promijeniti raspoloženje, percepcije, osjećanja i ponašanje osobe, u zavisnosti od vrste droge, konzumirane količine, fizičkih i psiholoških karakteristika korisnika i konteksta i očekivanja u vezi sa upotrebom. Psihoaktivne droge mogu se klasifikovati u tri grupe prema njihovom uticaju na moždanu aktivnost. Droge koji smanjuju aktivnost mozga se nazivaju depresivi. One uključuju alkohol, tablete za spavanje i neke inhalante. One droge koje ubrzavaju aktivnost pojedinih dijelova mozga nazivaju se stimulansi. Primjeri uključuju lijekovi za kontrolu apetita, kokain i kofein. Takođe postoje i droge koje mogu promijeniti način na koji se doživljava stvarnost. One se nazivaju halucinogeni ili psihodelične droge i uključuju ekstazi, LSD i THC (aktivni sastojak u marihuani). Droge se takođe mogu klasifikovati prema svom zakonskom statusu, to jest, da li su dozvoljene (legalne) ili nedozvoljene (ilegalne). Droge čija je proizvodnja i prodaja dozvoljena su legalne droge. Na primjer, alkohol i duvan se smatraju legalnim drogama u većini zemalja iako često postoje ograničenja u pogledu uzrasta u vezi sa njihovom prodajom i korištenjem. Nedozvoljene droge, s druge strane, su one droge čija je proizvodnja i/ili upotreba zabranjena zakonom. U mnogim zemljama, kokain, marihuana, ekstazi i heroin smatraju se nedozvoljenim drogama. Kao što je navedeno, kriterijumi koji se

Radionica 19: Šta su droge?



CILJ:

Diskutovati o različitim tipovima droga koje postoje te kako na njih gleda i kako ih koristi društvo, posebno mladi ljudi.



POTREBNI MATERIJAL:

Četiri flipčart papira, samoljepljiva traka i markeri



PREPORUČENO VRIJEME:

90 minuta (dva školska časa)



PLANIRANJE:

Kao voditelj važno je da se pobrinete da diskusija na ovu temu bude otvorena. Mladići će nesumnjivo imati kritike na hipokritične stavove nekih odraslih ljudi, kao i kritike na mnoge politike i zakone u vezi sa korištenjem supstanci.

PROCEDURA:

- Prije početka sesije zapišite svako od sljedećih pitanja na poseban flipčart papir:
 - › Na šta pomislite kada čujete riječ "droge"?
 - › Ko koristi droge?
 - › Koji su to primjeri droga i gdje su one dostupne?
 - › Koji se rizici vežu za korištenje droga?
- Postavite ova četiri flipčart papira u različite dijelove sobe.
- Na početku sesije podijelite učesnike u četiri grupe.
- Svakoj grupi dodijelite jedno od četiri pitanja. Objasnite da svaka grupa ima po 10 minuta da razgovara o postavljenom pitanju i zapiše svoje odgovore na flipčart papir. Za manje pismene grupe pročitajte pitanja naglas i tražite od njih da ih međusobno prodiskutuju.
- Nakon 10 minuta kažite svim grupama da se smjenjuju u smjeru kazaljke na satu. Dajte im još 10 minuta da razgovaraju o novom pitanju i zapišu svoje odgovore.
- Ponovite korake 4 i 5 dok sve grupe ne dobiju priliku da razgovaraju i odgovore na sva četiri pitanja.
- Čitajte naglas i rezimirajte odgovore date na flipčart papirima. Ukoliko grupe nisu zapisale svoje odgovore, zamolite ih da sa ostatkom grupe podijele ono o čemu su razgovarali.

koriste kako bi se utvrdilo da li neka droga treba da bude dozvoljena ili nedozvoljena često prevazilaze pitanje brige za zdravlje i prelaze u sferu političkih, ekonomskih, kulturoloških i moralnih pitanja. U stvari, u nekim slučajevima štetne posljedice neke droge po zdravlje ili nepostojanje tih droga nisu u korelaciji sa tim da li je ta droga dozvoljena ili nedozvoljena. Na primjer, duvan je legalizovan u obliku cigareta i cigara, uprkos dokazima da uzrokuje značajnu štetu. Cannabis sativa ili marihuana je zabranjena u većini zemalja uprkos značajnoj primjeni u medicini (npr. liječenje pacijenata sa hroničnim bolestima) i industriji (npr. proizvodnja papira i tekstila). Još jedan sistem klasifikacije droga zasniva se na njihovom porijeklu i dijeli droge na prirodne droge, polusintetičke i sintetičke droge. Kao što ime sugerise, prirodne droge se ekstraktuju iz biljaka ili povrća (na primjer, kokain, marihuana); sintetičke se proizvode u laboratorijama iz drugih sintetičkih droga (takođe poznate kao klupske droge; ova kategorija uključuje kristal met); polusintetičke droge se proizvode u laboratorijama od povrća (npr. heroin).

Droge, zadovoljstvo i prevencija

Pojedinci svih uzrasta, socioekonomskih klasa, kultura i nivoa obrazovanja koriste različite droge iz raznih motiva. Društvene norme o tome kako muškarci i žene treba da izgledaju i ponašaju se često predstavljaju osnovu njihove upotrebe droga, uključujući i vrstu droge. Na primjer, mnoge žene se odlučuju za korištenje lijekova za mršavljenja kao odgovor na "kult za savršeno žensko tijelo", koji se promovise i naglašava u ženskim časopisima i medijima generalno (Nappo 2006). Neki muškarci, s druge strane, koriste steroide da im pomognu da postignu mišićav ili "nabildovan" stas koji se obično povezuje sa "muževnošću". Postoji opšti strah da, ako govorimo o drogama, naročito sa adolescentima i mladima, podstaci ćemo njihovu radoznalost da koriste droge. Međutim, mladi su već izloženi porukama o alkoholu i drugim drogama na dnevnoj bazi i ove poruke

često zanemaruju ili umanjuju negativne efekte upotrebe. Na primjer, pojedinci koji piju alkohol u filmovima, TV emisijama i medijskim reklamama su često prikazani kao sofisticirani, popularni i izgledaju zdravo. S druge strane, postoji i uvjerenje da ako su mladi informisani o drogama i negativnim posljedicama koje se odnose na njihovu upotrebu, oni će izbjegavati da ih koriste. Međutim, pokazalo se da ni tišina o tom pitanju, ni same informacije nisu dovoljni da spriječe upotrebu ili zloupotrebu droga. Ono što je potrebno su preventivne aktivnosti koje pomažu mladim ljudima da prepoznaju i prevaziđu emocionalne, porodične i društvene konflikte i pronađu načine da uživaju u životu koji ne uključuje upotrebu supstanci. Imajući to na umu, droge često pružaju neposredan izvor zadovoljstva ili olakšanja, bilo da je ono emocionalno ili fizičko, i stoga nije realno očekivati da će svi odlučiti da se u potpunosti uzdržavaju od upotrebe droga ili da će biti u stanju da to urade. U tom smislu, obrazovni napor bi trebalo da uključe rasprave o smanjenju štete koja se odnosi na upotrebu droga. Na primjer, unositi velike količine vode prilikom konzumiranja alkohola, ne voziti u pijanom stanju i uvijek koristiti igle za jednokratnu upotrebu prilikom ubrizgavanja droga su sve strategije koje mogu umanjiti negativne posljedice upotrebe droga. Na kraju krajeva, rad na prevenciji i obrazovanju u vezi sa drogama zahtijeva neosuđujući pristup u kojem se mladi i drugi mogu osjećati prijatno da dijele svoja mišljenja i iskustva. Takođe može biti korisno da preventivne aktivnosti budu uvedene u šire rasprave o sukobu između slobode izbora da se koriste droge i posljedica korištenja droga, što se ne odnosi samo na pojedinca već i na partnere, porodicu i zajednicu (npr. nasilje u čitavoj zajednici u vezi sa trgovinom drogom, saobraćajnim nesrećama u vezi sa upotrebom droge). Na širem nivou neophodno je da se zagovaraju prijatne i zdrave alternative upotrebi droga, uključujući i sprovođenje slobodnog vremena i mogućnosti za rad, što može osnažiti mlade ljude da kreiraju sopstvene životne stilove i promovišu sopstveni zdravi razvoj.

8. Koristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju o različitim vrstama droga i različitim načinima njihove upotrebe među mladim ljudima.

PITANJA ZA DISKUSIJU

1. Da li sve grupe imaju iste ideje o tome šta su droge, ko ih koristi i o rizicima u vezi sa njihovom upotrebom? (pregledati sadržaj Tabele resursa sa grupom).
2. Da li ljudi u vašoj zajednici imaju lak pristup alkoholu i cigaretama? (Da li je to zabranjeno maloljetnicima ispod 18 godina starosti? Da li se ovi zakoni sprovode?)
3. Da li ljudi imaju lak pristup drugim vrstama droga?
4. Šta po vama određuje da li je droga legalna (dozvoljena) ili zabranjena (nedozvoljena)?
5. Da li su reklame za cigarete i alkohol dopuštene u novinama, časopisima ili na televiziji? Kako ove reklame pokušavaju da promoviše upotrebu tih supstanci? Šta mislite o tome?
6. Kako ove medijske reklame prikazuju žene koje koriste njihove proizvode? Kako ove medijske reklame prikazuju muškarce koji koriste njihove proizvode? Smatrate li da su ovi prikazi tačni? Kako ove medijske reklame utiču na stavove žena i muškaraca o cigaretama i alkoholu?
7. Postoje li, tamo gdje vi živite, kampanje koje pokušavaju da smanje upotrebu droga? Šta mislite o ovakvim kampanjama?
8. Na koji način biste vi omogućili ljudima u vašoj zajednici da dobiju tačne informacije o posljedicama upotrebe droga?
9. Da li i koliko često vršnjaci oblikuju naš stav prema drogama?
10. Koliko često vršnjaci ohrabruju upotrebu određenih supstanci?
11. Da li društvene norme podstiču upotrebu određenih droga ili supstanci?
12. Možemo li reći da određeni mladići misle da će ih upotreba određenih supstanci učiniti "superiornim muškarcima" u odnosu na one koji se suprotstavljaju njihovoj upotrebi

ZAVRŠETAK:

Droge dotiču živote mnogih žena i muškaraca. Postoji mnogo različitih vrsta droga, neke su zakonite, neke nisu, neke češće koriste muškarci, neke žene itd. Važno je razmišljati o različitim ličnim i socijalnim pritiscima koji mogu navesti

djevojke i mladiće na upotrebu različitih vrsta droga i biti svjestan posljedica koje upotreba droga može imati na individualne živote, veze i zajednice. U sljedećoj aktivnosti malo detaljnije ćemo diskutovati o nekim od ovih posljedica.

TABELA RESURSA:

Šta su droge?⁴¹

Droga se može definisati kao bilo koja supstanca koja može dovesti do promjene funkcionisanja živih organizama, bilo da je ta promjena fiziološka ili promjena ponašanja. Postoje posebne kategorije droga, nazvane psihoaktivne ili psihotropne, koje mijenjaju raspoloženje, percepcije, osjećanja i ponašanje korisnika u skladu sa vrstom i količinom konzumirane droge, fizičkim i psihološkim karakteristikama korisnika, trenutkom i kontekstom upotrebe i očekivanjima koja ta osoba ima u vezi sa drogom. Ove psihoaktivne ili psihotropne droge se mogu klasifikovati u tri grupe u skladu sa posljedicama koje imaju na moždanu aktivnost:

a) Depresivi: snižavaju aktivnost mozga uzrokujući lijenost i nezainteresovanost. Primjeri uključuju alkohol, tablete za spavanje i inhalante.

b) Stimulansi: povećavaju moždanu aktivnost, prouzrokujući budnost i opreznost. Primjeri uključuju lijekove za kontrolu apetita, kokain i kofein.

c) Halucinogeni: modifikuju moždanu aktivnost mijenjajući način na koji se doživljavaju stvarnost, vrijeme, prostor te vizuelni i auditorni stimulansi. Primjeri uključuju ekstazi i LSD.

| DEPRESIVI | OSJEĆANJA KOJE PROUZROKUJU | EFEKTI KOJE MOGU PROIZVESTI |
|--|---|---|
| TRANKVILIZATORI (SREDSTVA ZA SMIRENJE) | Oslobađaju od napetosti i anksioznosti, opuštaju mišiće i izazivaju san | U velikim dozama mogu izazvati pad krvnog pritiska; u kombinaciji sa alkoholom vode u stanje kome; u trudnoći povećavaju rizik od deformiteta fetusa. Stvaraju toleranciju zahtijevajući povećanu dozu. |
| RASTVARAČI ILI INHALANTI (LJEPILO, BENZIN, KOREKTOR) | Euforija, halucinacije, uzbuđenje | Mučnina, pad krvnog pritiska: ponovna upotreba može uništiti neurone i prouzrokovati povrede slezene, bubrega, jetre i perifernih nerava. |
| SIRUPI ZA KAŠALJ I KAPI SA KODEINOM I ZIPEPROLOM | Oslobađanje od bola, osjećaj blagostanja, pospanost, osjećaj lebdenja | Pad krvnog pritiska i temperature; rizik od kome, grčevi, stvara toleranciju zahtijevajući povećanu dozu, pri odvikavanju zavisnici iskuse grčeve i nesanicu |
| SEDATIVI | Otklanjaju napetost, stvaraju osjećaj smirenosti i relaksacije | Zajedno sa alkoholom prouzrokuju pad krvnog pritiska i otkucaje srca što može dovesti do smrti. Stvaraju toleranciju zahtijevajući porast doze i zavisnost. |
| OPIJUM, MORFIJUM, HEROIN | Pospanost, oslobađanje od bola, stanje lijenosti, izolacija od realnosti, osjećaj budnog sanjarenja, halucinacije | Izazivaju zavisnost, smanjuju ritam otkucaja srca i disanja i mogu dovesti do smrti; kolektivna upotreba šprica širi AIDS; teško odvikavanje |
| ALKOHOL | Euforija, slobodan govor, osjećaj anestezije | Blaga drhtavica i mučnina, povraćanje, znojenje, glavobolja, vrtoglavica, grčevi, agresivnost i suicidalne tendencije |

41 — Preuzeto i prilagođeno iz: CEBRID – Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (Brazilski informativni centar o psihotropnim drogama). Depto de Psicobiologia, Universidade Federal de São Paulo (Odjeljenje za psihobiologiju, Federalni univerzitet u Sao Paulu).

| STIMULANSI | OSJEĆANJA KOJE PROUZROKUJU | EFEKTI KOJE MOGU PROIZVESTI |
|------------------|---|--|
| AMFETAMINI | Opiranje snu i umor, tahikardija, osjećaj "ushićenosti", puno energije | Tahikardija i porast krvnog pritiska, proširenje zjenica, opasnost za vozače, visoka doza može prouzrokovati delirijum proganjanja i paranoju |
| KOKAIN | Osjećaj moći, sjajniji doživljaj svijeta, euforija, gubitak apetita, san i umor | U velikim dozama izaziva porast temperature, grčeve i oštru tahikardiju koja može dovesti do zastoja srca. |
| KREK | Osjećaj moći, sjajniji doživljaj svijeta, euforija, gubitak apetita, san i umor | U velikim dozama prouzrokuje porast temperature, grčeve i oštru tahikardiju koja može dovesti do zastoja srca, izaziva jaku fizičku zavisnost i velik stepen smrtnosti |
| DUHAN (CIGARETE) | Stimulišući, osjećaj zadovoljstva | Smanjuje apetit, može dovesti do hroničnog stanja anemije. Pogoršava oboljenja kao što je bronhitis i može ometati seksualni učinak. Kod trudnica povećava rizik od pobačaja. Povezan sa 30% svih vrsta raka |
| KOFEIN | Opiranje snu, umor | Pretjerana doza može prouzrokovati stomačne probleme i nesanicu. |

| HALUCINOGENI | OSJEĆAJI KOJE PROUZROKUJU | EFEKTI KOJE MOGU PROIZVESTI |
|--|---|--|
| MARIHUANA | Smirenost, opuštenost, želja za smijehom | Trenutni gubitak pamćenja, neke osobe mogu imati halucinacije, neprekidna upotreba može uticati na rad pluća i proizvodnju (privremeno) spermatozoida; gubitak volje |
| LSD | Halucinacije, iskrivljenost percepcije, stapanje osjećanja (čini se kao da zvuci postiču oblike) | Stanje anksioznosti i panike, delirijum, grčevi, rizik od zavisnosti |
| ANTIKOLINERGICI (BILJKE KAO LJILJAN I NEKI LIJEKOVI) | Halucinacije | Loši "tripovi": tahikardija, proširenje zjenica, zatvor i porast temperature mogu dovesti do grčeva |
| EKSTAZI (MDMA) | Halucinacije, iskrivljenost percepcije, stapanje osjećanja (čini se kao da zvuci postiču oblike), stimulant | Loši tripovi: sa stanjem anksioznosti i panike, delirijumom, grčevima; rizik od zavisnosti. |

Radionica 20: Droge u našim životima i zajednicama

CILJ:
Razmotriti razne situacije u kojima bi muškarci i žene mogli koristiti droge i posljedice tog korištenja u njihovim životima i vezama.

POTREBNI MATERIJAL:
Kopije studija slučaja iz Tabele resursa A

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Pregledajte studije slučaja iz Tabele resursa A i napravite sve neophodne izmjene ili prilagođavanja lokalnom kontekstu. Ako ove studije slučaja nisu primjenjive, trebalo bi da napravite nove koje su primjerenije realnosti i iskustvima učesnika. **Ukoliko je moguće, pozovite profesionalno lice ili nekoga sa znanjem o drogama da učestvuje u ovoj sesiji.**

PROCEDURA:

- Podijelite učesnike u četiri manje grupe. Dajte svakoj grupi kopiju jedne od studija slučaja iz Tabele resursa A. Objasnite im da bi svaka grupa trebalo da razmotri i analizira studiju slučaja i smisli mogući završetak. Za manje pismene grupe možete situacije pročitati naglas.
- Dajte grupama 10 minuta da prodiskutuju studije slučaja.
- Zamolite grupe da prezentuju studije slučaja i završetke koje su osmislili. Ove prezentacije se mogu održati u vidu priče ili skeča. Grupe bi u svojim prezentacijama trebalo da daju odgovore na sljedeća pitanja:
 - Da li je ovo realna situacija? Zašto da ili zašto ne?
 - Koji su faktori uticali na odluku glavnog lika da uzme drogu?
 - Koje su neke od mogućih posljedica sa kojima bi se glavni lik mogao suočiti (vidjeti Tabelu resursa B)
 - Koje druge opcije su imali na raspolaganju? (osim uzimanja droga)
- Nakon prezentacije studija slučaja, iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju o različitim kontekstima u kojima mladi ljudi upotrebljavaju droge i o posljedicama ove upotrebe.

PITANJA ZA DISKUSIJU

1. Koji su najčešći razlozi zbog kojih muškarci upotrebljavaju droge? Da li su oni drugačiji od najčešćih razloga zbog kojih žene upotrebljavaju droge? Na koji način?
2. Postoje li različiti stepeni ili nivoi do kojih pojedinci koriste drogu? Koji su to različiti stepeni? (vidjeti Tabelu resursa C).
3. Koje su kulturološke norme u vezi sa upotrebom alkohola u vašoj zajednici/državi?
4. Kakvo dejstvo alkohol i druge supstance imaju na donošenje odluka i na ponašanje u vezi sa seksom? (vidjeti Tabelu resursa C)
5. Kako konzumiranje alkohola ili upotreba drugih supstanci može nekoga učiniti podložnijim neželjenoj trudnoći i SPI, uključujući HIV i AIDS?
6. Kako korištenje droga utiče na veze među ljudima? Porodice? Zajednice?
7. Kakve mjere vi možete preduzeti ukoliko vaš prijatelj zloupotrebljava alkohol ili druge supstance? (Sprovedite aktivnost brejnstorminga sa učesnicima, a zatim koristite Tabelu resursa D da proširite/dopunite njihove ideje).
8. Kako možemo osmisliti druge oblike zabave i društvenih aktivnosti tamo gdje alkohol i druge supstance nisu najvažnije stvari?

ZAVRŠETAK:

Teško je generalizovati motive koji osobu vode ka uzimanju droga. Svaka osoba ima svoje motive i ponekad ti motivi nisu jasni ni samom pojedincu. U većini slučajeva mogu postojati brojni faktori, ne samo jedan, koji pojedinca vode ka upotrebi droga, na primjer: radoznalost, vršnjački pritisak, želja da se zaborave problemi, pokušaj da se savlada stidljivost ili nesigurnost, nezadovoljstvo sopstvenim fizičkim izgledom itd. Mladići često koriste alkohol u većoj mjeri od djevojaka, iz razloga što mogu vjerovati da im alkohol pomaže u dokazivanju muškosti ili im pomaže da se bolje

uklope u grupu svojih muških vršnjaka. Potrebno je ispitati norme u vezi sa upotrebom alkohola i razmisliti o tome kako vi i drugi možete osmisliti i drugačije oblike opuštanja i zabave, a koji ne podrazumijevaju da alkohol bude u centru zbivanja. Važno je da porodica, prijatelji i vršnjaci pruže svoju podršku, bez okrivljavanja i osuđivanja, da pomognu pojedincu da razmisli o štetnosti korištenja droga i da prepozna zdrave alternative i, kada je to potrebno, da potraži kompetentnu stručnu pomoć.

TABELA RESURSA A:

STUDIJE SLUČAJA O UPOTREBI DROGA

Studija slučaja # 1

Damir je tih dječak koji voli da se druži sa prijateljima i igra fudbal. U subotu su ga neki prijatelji pozvali u kafić da piju i da se druže. Kada je došao tamo osjećao se stidljivo i nesigurno i popustio je prijateljima koji su ga gnjavili i nagovarali ga da pije. Završio je popivši četiri flaše piva u veoma kratkom vremenu.

Studija slučaja # 2

Ivan voli fudbal i pozvan je da učestvuje na međuškolskom takmičenju. Trenirao je naporno. U želji da što više poboljša svoju igru odlučio je da uzme steroide koje je njegov prijatelj kupio u teretani.

Studija slučaja # 3

Sara i Filip se viđaju već nekoliko mjeseci. Na Filipov rođendan Sara je priredila zabavu iznenađenja za njega. Pozvala je sve njihove prijatelje i čak poslala starijeg brata da kupi pivo za zabavu. Filip je zaista bio iznenađen i on i Sara su mnogo pili i plesali. Te noći su imali seks bez kondoma.

Studija slučaja # 4

Novogodišnje je večer. Svi se zabavljaju i piju pomalo. Neko je donio ekstazi. Marijana, kao i većina njenih prijatelja na zabavi, misli: "Zašto ne razbiti malo atmosferu jednim ekstazijem? Jedan ne može škoditi, zar ne?".

Studija slučaja # 5

Kruno je imao loš dan u školi, dobio je loše ocjene iz fizike i književnosti. Odlučuje da se opusti u parku sa prijateljima. Jedan od njegovih prijatelja je donio travu, marihuanu. Kruno odlučuje da proba travu i sam se uvjeri da li trava zaista pomaže da se opustiš kao što svi govore.

Studija slučaja # 6

Petak je uveče i grupa prijatelja izlazi u disko da se sastanu sa djevojkama koje im se sviđaju. Zabava je vrlo dobra, muzika odlična, a i djevojke su tu. Darko vidi kako neki od njegovih prijatelja uzimaju pilule i shvata da se radi o ekstaziju. Jedna od djevojaka Marija dolazi do Darka i nudi mu malo. Darko odbija, ali Marija nastavlja da navaljuje: "Uzmi malo, pomoći će ti da se opustiš i uživaš! Budi muško, ne plaši se!". Darko uzima pilulu i guta je.

TABELA RESURSA B:

MARIHUANA

Marihuana je jedna od najčešće korištenih ilegalnih droga današnjice. Njeni najčešći efekti su osjećaj blagostanja i opuštenosti. Ponekad korisnici mogu postati veoma govorljivi, anksiozni ili mogu halucinirati. Iako mlada osoba koja eksperimentira sa ovom drogom ne može postati zavisna, čak i najmanji eksperimenti mogu imati štetne posljedice po zdravlje kao što su problemi sa pamćenjem, jasnim razmišljanjem, koordinacijom i pojačanim srčanim ritmom ili mogu rezultovati problemima sa zakonom, budući da je to ilegalna supstanca. Kod korisnika koji puše marihuanu duže vrijeme postoji veća vjerojatnost da dođe do razvoja respiratornih bolesti, kao što su stalni kašalj ili rak pluća. Korisnici također mogu patiti od poremećaja ličnosti kao što su depresija ili anksioznost. Droga, najčešće, izaziva najveći rizik tokom samog perioda intoksikacije, jer korisnik može izgubiti sposobnost da obavlja radnje kao što su vožnja motocikla ili automobila.

KOKAIN

Istraživanja pokazuju da je upotreba kokaina mnogo manja nego upotreba nekih drugih droga kao što su alkohol ili duvan. Upotreba kokaina može dovesti do zavisnosti i može da utiče na mentalne i fizičke funkcije. Psihičke posljedice uključuju euforiju, hiperaktivnost, vizuelne i osjetne halucinacije i osjećaj proganjanja. Neke fizičke posljedice su abnormalno visoki otkucaji srca, grčevi i hladnoća. Kokain je posebno štetan kada se uzima u kombinaciji sa alkoholom. Kokain je također potiskivač (supresant) apetita, što je pojedine žene navelo na to da ga koriste radi gubitka težine ili održavanja niskog nivoa tjelesne težine.

Kokain može dovesti do oštećenja na tijelu u trenutku upotrebe i nakon toga. Neki korisnici prijavljuju pojačanje seksualne stimulacije na početku upotrebe. Međutim, redovna upotreba može smanjiti seksualnu želju i izazvati impotenciju.

Kokain se može konzumirati ušmrkavanjem ili pomoću injekcija. Kada se ubrizgava injekcijom postoji dodatni rizik od prenošenja bolesti kao što su HIV i AIDS i hepatitis B i C.

TABELA RESURSA B:

DJELOVANJE RAZLIČITIH SUPSTANCI

ALKOHOL

U malim dozama, alkohol može stvoriti osjećaj opuštanja, smirenja, blagostanja, a ponekad čak i blage euforije. Kada se unosi u velikim količinama može prouzrokovati gubitak motoričke koordinacije, mentalnu zbunjenost, pospanost i usporenije reflekse. Ova dejstva alkohola mogu dovesti pojedinca do toga da se uključi u mnogobrojna visokorizična ponašanja, uključujući i seks bez zaštite, vožnju pod uticajem alkohola i/ili nasilje. Kada se alkohol uzima sa velikom učestalošću, postoji povećan rizik od ciroze, moždanih problema i drugih hroničnih problema.

Jedno piće može biti prijatno na sastanku, zabavi ili za vrijeme druženja sa prijateljima. Jednim pićem⁴² smatra se sljedeće: **jedna** konzerva piva (±300 ml) ili **jedna** čaša vina (120 ml) ili **jedna** čašica žestokog alkoholnog pića (36 ml). Generalno se smatra da **dva pića** na dan za muškarce i jedno piće na dan za žene i starije osobe nisu štetni. Međutim, za neke ljude čak i male količine alkohola mogu biti izuzetno štetne. Uopšte posmatrano, žene imaju manju toleranciju na alkohol nego muškarci, dijelom zbog toga što imaju veću proporciju masti i manju proporciju vode u svojim tijelima nego muškarci: stoga, žena će imati veći procenat alkohola u krvi nego muškarac iste težine koji je popio istu količinu alkohola. Dalje, žene imaju niži nivo enzima koji razgrađuju alkohol u želucu te tako apsorbuju veću količinu alkohola nego muškarac koji popije istu količinu alkohola.

Žena koja pije alkohol u trudnoći rizikuje zdravlje svog nerođenog djeteta. Alkohol neometano prolazi kroz posteljicu, stvarajući nivo u fetusu gotovo isti kao onaj u majci. Bebe čije su majke

često ili puno pile tokom trudnoće mogu se roditi sa ozbiljnim urođenim manama, uključujući nisku tjelesnu težinu prilikom poroda, fizičke deformitete, deformitete zglobova i udova, srčane mane, malformacije zglobova i udova, mentalnu zaostalost.

LIJEKOVI NA RECEPT

Svrha lijekova je liječenje oboljenja, olakšanje bolova i patnji i unapređenje blagostanja. Međutim, ukoliko ih koriste ljudi kojima ne trebaju ili ukoliko se koriste u visokim i neadekvatnim dozama, lijekovi mogu nanijeti štetu zdravlju čovjeka.

Na primjer, amfetamini se često zloupotrebljavaju, a to može dovesti do srčanih problema, paranoje ili grčeva, između ostalog. Budući da su amfetamini stimulansi i stoga povećavaju čovjekovu otpornost i fizičku energiju, ponekad ih koriste studenti da bi izdržali cijelu noć učeći. Dodatno, različite percepcije ljepote često dovode žene do toga da ugrožavaju svoje zdravlje uzimanjem amfetamina kako bi izgubile na težini u potrazi za "savršenim" tijelom.

Sredstva za smirenje (trankvilizatori), poznata kao "smirivači", prouzrokuju sporije funkcionisanje mozga (centralnog nervnog sistema). Često se koriste u liječenju anksioznosti i poremećaja sna. Kako se tijelo navikava na njih, početni simptomi mogu nestati i korisnik može razviti toleranciju na i zavisnost od te supstance. U kombinaciji sa drugim drogama, kao što je alkohol – trankvilizatori mogu imati intenzivnije sporedne efekte, koji zauzvrat mogu povećati zdravstvene rizike po zdravlje, kao što su respiratorna depresija ili srčani zastoj.

42 — Prilagođeno iz: nº 06 da Série Diálogo. Álcool: o que você precisa saber. 4ª ed., Brasília: Presidência da República, Gabinete de Segurança Institucional. SENAD, 2003.

TABELA RESURSA C:**TIPOVI KORISNIKA SUPSTANCI**

Ujedinjene nacije razlikuju četiri tipa korisnika supstanci:

Eksperimentalni korisnik – Ograničava se na eksperimentisanje sa jednom ili nekoliko supstanci, iz različitih razloga, npr. radoznalost, želja za novim iskustvima, vršnjački pritisak, publicitet itd. U većini slučajeva kontakt sa supstancom ne ide dalje od početnih eksperimenata.

Povremeni korisnik – Koristi jednu ili više supstanci povremeno ukoliko je okruženje pogodno i supstanca dostupna. Ne postoji zavisnost ili kidanje emocionalnih, profesionalnih ili socijalnih veza i odnosa.

Korisnik iz navike – Često koristi supstance. U njegovim/njenim vezama već se mogu primijetiti znakovi razdvajanja. I pored toga, on ili ona i dalje funkcionišu u društvu, iako na nesiguran način, i dovode se u rizik od zavisnosti.

Zavisnik ili „dysfunkcionalni“ korisnik – Živi kroz upotrebu supstance i za upotrebu supstance, gotovo isključivo. Kao posljedica toga sve društvene veze su pokidane, što dovodi do izolacije i marginalizacije.

UPOTREBA SUPSTANCI I SEKSUALNO PONAŠANJE

Mnogi ljudi vjeruju da određene supstance mogu poboljšati seksualne performanse ili zadovoljstvo. U stvarnosti efekat korištenja supstanci varira od osobe do osobe u zavisnosti od mnogih faktora uključujući i: biološki (metabolizam ljudskog tijela), učestalost upotrebe, sredinu i kulturu te psihološke aspekte. Veoma često pozitivni efekti korištenja supstanci tokom seksualnih odnosa imaju više veze sa onim u šta ljudi vjeruju da će se desiti nego sa njihovim farmakološkim svojstvima. Na primjer, suprotno onome što mnogi ljudi vjeruju, alkohol u početku čini da se ljudi osjećaju manje uplašeno, ali, kao što je dramski pisac William Shakespeare jednom rekao: "Alkohol izaziva želju, ali oduzima izvršenje". Zapravo, može spriječiti erekciju. Na isti način marihuana smanjuje proizvodnju muškog hormona testosterona i može privremeno dovesti

do smanjenja proizvodnje sperme. Kokain smanjuje želju i uzbuđenje budući da su korisnici više zainteresovani za uzimanje supstance nego za seks. Štaviše, kada ljudi uzimaju droge teže je uspostaviti komunikaciju i pregovaranje za vrijeme seksualnih odnosa, jer je osoba tada više zabrinuta za sopstvena trenutna osjećanja nego za osjećanja njihovih partnera ili za moguće rizike od neželjene trudnoće, SPI ili HIV-a. Prema različitim istraživanjima, vrlo je vjerovatno da osoba koja je pod uticajem bilo koje supstance neće biti u stanju da koristi kondom, jer je njegova ili njena sposobnost rasuđivanja i refleksa smanjena. Takođe je važno zapamtiti da čak i rijetka ili povremena upotreba alkohola ili supstanci i dalje dovodi pojedince u opasnost, jer dovoljan je samo jedan slučaj prekomjernog konzumiranja alkohola ili seks bez zaštite da se dese neželjena trudnoća i/ili SPI / HIV infekcija.

TABELA RESURSA B:**STEROIDI**

Steroidi se najčešće koriste za ubrzanje izgradnje mišića. Obično se uzimaju oralno u obliku tableta ili se ubrizgavaju injekcijom. Steroidi su vještačka verzija "testosterona", hormona koji se prirodno proizvodi u tijelu. U nekim slučajevima ljudi koriste steroide koji nisu namijenjeni za ljudsku upotrebu. Na primjer, postoje medicinski izvještaji o mladim ljudima koji su koristili steroide namijenjene za veterinarsku upotrebu s ciljem ubrzanog povećanja svoje mišićne mase.

Steroidi imaju čitav niz fizičkih posljedica. Mogu smanjiti funkciju imunog sistema, koji je odbrambeni sistem organizma protiv bakterija. Takođe mogu oštetiti jetru, prouzrokovati rak i promijeniti normalnu hormonalnu funkciju, tj. izazvati prekid menstruacije kod žena te uticati na rad hipotalamusa i reproduktivnih organa. Oni čak mogu izazvati i smrt. Steroidi takođe mogu imati i emocionalno dejstvo kao što je izazivanje depresije ili razdražljivosti.

Steroidi mogu imati i polno specifične posljedice. Kada je riječ o ženama, to podrazumijeva: poremećaj menstrualnog ciklusa, produbljavanje glasa, smanjenje veličine grudi, pojačan rast kose, promjene u raspoloženju, uključujući agresivnost i ljutnju. Česte posljedice po muškarce podrazumijevaju: rast grudi, smanjenu seksualnu funkciju i sterilitet i atrofiju testisa.

Kao i kod bilo koje druge droge, koja se ubrizgava injekcijom, dijeljenje igala za ubrizgavanje steroida može dovesti do prenošenja HIV-a i hepatitisa B i C.

DUHAN⁴³

Duhanski proizvodi su proizvodi napravljeni u potpunosti ili djelimično od lista duhana kao sirovine, namijenjeni za pušenje, sisanje, žvakanje ili šmrkanje. Svi sadrže nikotin, psihoaktivni sastojak koji izaziva visok nivo zavisnosti. Upotreba duhana je jedan od glavnih faktora rizika za veliki broj hroničnih bolesti, uključujući rak, bolesti pluća i kardiovaskularne bolesti. U današnje vrijeme je odgovoran za smrt jednog od deset odraslih ljudi širom svijeta (oko pet miliona smrtnih slučajeva svake godine). Uprkos tome, čest je u svijetu iako brojne države imaju zakonske propise koji zabranjuju reklamiranje duhana i regulišu ko može kupiti i koristiti duhanske proizvode i gdje ljudi mogu pušiti.

43 – Izvor: Web stranica Svjetske zdravstvene organizacije www.who.int

Radionica 21: Zadovoljstva i rizici⁴⁴



CILJ:

Razmisliti o rizicima povezanim sa nekim stvarima koje nam pružaju zadovoljstvo i prodiskutovati o strategijama za smanjivanje ovih rizika.



POTREBNI MATERIJAL:

Časopisi, novine, makaze, ljepilo, flipčart papir



PREPORUČENO VRIJEME:

90 minuta (dva školska časa)



PLANIRANJE:

Diskusija za ovu aktivnost, kao što je ovdje napisano, je fokusirana na rizike korištenja droga. Međutim, pitanja se lako mogu prilagoditi za diskusiju o rizicima i zaštitnim faktorima u vezi sa drugim stvarima, uključujući i seks.

PROCEDURA:

1. Podijelite učesnike u dvije do tri manje grupe.
2. Dajte svakoj grupi list flipčart papira i objasnite da treba da naprave kolaž stvari u kojima uživaju. Recite im da to mogu uraditi pisanjem, crtanjem i/ili lijepljenjem slika koje izrežu iz časopisa i novina.
3. Dajte grupama 15 minuta da naprave svoje kolaže.
4. Dajte svakoj grupi drugi list papira i zamolite ih da ga podijele u tri kolone. Recite im da napišu sljedeće riječi kao zaglavlja kolona: **Rizici/Štetnosti; Zadovoljstva; Faktori zaštite**. Grupe bi u srednju kolonu trebalo da upišu do pet stvari u kojima uživaju. U lijevoj koloni bi trebalo da opišu rizike/štetnosti u vezi sa tim užitkom. U desnoj koloni grupe bi trebalo da upišu faktore zaštite, tj. stvari koje oni mogu obezbijediti da im to u čemu uživaju ne bi naškodilo ili stvari koje minimalizuju štetu. Vidjeti Tabelu resursa A za primjer kako organizovati i popuniti tabelu. Za manje pismene grupe učesnici mogu koristiti crteže/kolaže da identifikuju rizike/štetnosti i faktore zaštite povezane sa užitkom koji su identifikovali.
5. Dajte grupama 20 minuta da ispune tabelu.
6. Zamolite svaku grupu da prezentuje svoj kolaž i tabelu drugim grupama.
7. Iskoristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju o užitcima i smanjenju rizika i štetnosti.

⁴⁴ — Prilagođeno iz: *Andando se faz um caminho manual*, by Ana Sudária de Lemos Serra in ECOS: Adolescência e Drogas, São Paulo, 1999.

TABELA RESURSA D:

KAKO POMOĆI PRIJATELJU KOJI IMA PROBLEM SA ZLOUPOTREBOM ALKOHOLA ILI SUPSTANCI

- › Budite uz njih. Nemojte im okrenuti leđa.
- › Saslušajte ih.
- › Ne kritikujte ih pred njima, niti pred drugim ljudima.
- › Predložite im šta bi mogli uraditi, ali nemojte previše navaljivati sa tim. Oni će morati donijeti sopstvene odluke.
- › Ukoliko žele, ponudite im da idete sa njima da potraže pomoć kod odgovarajućih ustanova koje se bave problemom droga, kod doktora ili savjetnika.
- › Ohrabrite ih da budu pozitivni prema sebi.
- › Ohrabrite ih da osjete da mogu uraditi nešto u vezi sa svojim problemima.
- › Ohrabrite ih da traže odgovarajući tretman za svoj problem. Ponudite im pomoć u traženju klinike ili centra koji bi im mogli pomoći.

Postoje odrasle osobe od povjerenja sa kojima lice koje ima problem sa alkoholom ili drogom može razgovarati sa ciljem da dobije pomoć i podršku. Ispod su navedeni neki primjeri takvih osoba:

- › Profesor, školski pedagog ili školski psiholog ili savjetnik
- › Doktor, medicinska sestra ili savjetnik
- › Vjerski vođa
- › Lokalni omladinski vođa
- › Lokalne nevladine organizacije
- › Roditelji, ujna/strina/tetka, ujak/stric/tetak, ili bake i djedovi.

PITANJA ZA DISKUSIJU

1. Zašto je važno razmišljati o rizicima/štetnostima povezanim sa stvarima koje nam pružaju zadovoljstvo?
2. Zašto je važno razmišljati o faktorima zaštite povezanim sa stvarima koje nam pružaju zadovoljstvo?
3. Koja je veza između droga i zadovoljstva?
4. Koja je veza između droga i rizika/štetnosti?
5. Koja je veza između droga i faktora zaštite?
6. Kada bi ljudi trebalo da razmišljaju o rizicima ili faktorima zaštite u vezi sa datim zadovoljstvom? Kada bi TREBALO da razmišljaju o njima?
7. Da li neki ljudi rade određene stvari zbog rizika koji su uključeni? (Povezati sa prethodnim diskusijama o tome kako je rizik svojstvo koje je često povezano sa maskulinitetom i kako bi mladići mogli raditi neke stvari koje se smatraju rizičnim da bi dokazali da su "pravi" muškarci).
8. Da li ste čuli za smanjivanje štetnosti? Šta ste čuli? (Objasnite da smanjivanje štetnosti uključuje i usvajanje strategija za smanjivanje štetnosti povezane sa određenim ponašanjem. Za više informacija pogledajte Tabelu resursa B).
9. Kakve informacije i podršku, prema vašem mišljenju, mladi ljudi trebaju da bi u sopstvenim životima primjenjivali smanjivanje rizika?
10. Kako možete podstaći druge mlade ljude u vašoj zajednici da razmišljaju o smanjenju rizika?

ZAVRŠETAK:

Mnoge odluke u vašim životima dolaze sa zadovoljstvima i rizicima. Kad su u pitanju droge možete donijeti odluku da pijete alkohol ili ne. Odluka da pijete ili pušite može vam donijeti neka trenutna zadovoljstva, ali ona takođe može i uključiti rizike. Na primjer, alkohol može smanjiti vaše rasuđivanje i snagu povećavajući na taj način rizik od nesreća i povreda i vašu ranjivost na nasilje

i HIV/SPI, dok njegova dugotrajna ili konstantna upotreba može dovesti do ozbiljnih zdravstvenih problema. Iako možda i nije realno misliti da će mladići i drugi u potpunosti prestati da koriste droge – važno je da ste svjesni rizika u vezi sa upotrebom droga i da ste u stanju smanjiti štetnost koju bi to moglo imati po vaše živote i veze.

TABELA RESURSA A:

Primjer tabele sa zadovoljstvima i povezanim rizicima i štetnostima i zaštitnim faktorima

Ispod teksta se nalazi primjer kako grupe treba da organizuju svoje tabele. To takođe uključuje i opis rizika i zaštitnih faktora povezanih sa nekim zajedničkim zadovoljstvom. Ako je od pomoći, facilitator može ove tabele podijeliti učesnicima prije nego što oni kreiraju sopstvene tabele.

| RIZICI/ŠTETNOSTI | ZADOVOLJSTVA | ZAŠTITNI FAKTORI |
|--|-------------------|--|
| Preveliki problemi sa težinom i zdravljem zbog slatkiša ili brze hrane. Oboljenja zbog nepranja hrane koja je prljava ili konzumiranje hrane čiji je rok trajanja istekao | Jelo | Dobro prati hranu. Balansirano se hraniti. Dobro konzervirati hranu. Provjeriti datum isteka roka trajanja. |
| Vožnja u pijanom stanju. Povreda u nesreći. Prekoračenje dozvoljene brzine. Biti učesnik u sudaru. | Vožnja automobila | Ne piti alkohol prije vožnje. Koristiti zaštitni pojas. Pridržavati se saobraćajnih propisa. |
| Pretjerano pušenje cigareta. Loš zadah. Odjeća koja smrdi na dim. Zdravstveni problemi sa plućima | Pušenje | Pušiti nekoliko cigareta dnevno/ sedmično. Prestati pušiti. |

Programi za sigurniji seks

Mnoge škole sada sprovode edukaciju o sigurnom seksu za učenike tinejdžerskog i predtinejdžerskog uzrasta, od kojih su neki već seksualno aktivni. Pod pretpostavkom da će neki, ako ne većina adolescenata imati seksualne odnose, pristup smanjivanja štetnosti predlaže seksualnu edukaciju koja naglašava upotrebu zaštitnih sredstava kao što su kondomi i lateks gume za usta (eng. dental dam) za zaštitu od neželjene trudnoće i prenos polno prenosivih infekcija (SPI). Ovo je suprotno ideologiji seksualne edukacije koja govori isključivo o apstinenciji i drži se toga da govoriti djeci o seksu može samo da ih ohrabri da se i oni u to uključe.

Oni koji podržavaju ovaj pristup navode statistiku za koju kažu da pokazuje da je ovaj pristup znatno efektivniji u sprečavanju tinejdžerske trudnoće i polno prenosivih bolesti nego programi koji govore isključivo o apstinenciji. Socijalni konzervativci se ne slažu sa ovim tvrdnjama – za više detalja o ovoj kontroverzi pročitajte članak o seksualnoj edukaciji.

Sigurnija mjesta za upotrebu injekcija

"Sigurne sobe za injektiranje" su zakonski odobrene, nadgledane prostorije napravljene s ciljem da budu smanjeni zdravstveni problemi i problemi sa javnim redom i mirom koji su povezani sa nelegalnim injekcionim korištenjem droga.

Sigurne sobe za injektiranje obezbjeđuju sterilnu injekcionu opremu, informacije o drogama i zdravstvenoj njezi i pristupu medicinskom osoblju. Neke nude savjetovanje, higijenske i druge usluge koje mogu koristiti siromašni pojedinci i litalice. Većina programa zabranjuje prodaju i kupovinu ilegalnih droga. Mnogi zahtijevaju lične karte. Neki ograničavaju pristup samo na lokalno stanovništvo i primjenjuju druge kriterijume pristupa.

Procjene sigurnih soba za injektiranje generalno pokazuju da su one uspješne u smanjenju injekciono povezanih rizika i štetnosti, uključujući oštećenje vena, predoziranje i prenos oboljenja. Takođe se čine uspješnim u smanjenju problema sa javnim redom i mirom povezanim sa upotrebom nedozvoljenih droga uključujući i neadekvatno odlaganje šprica i javno vidljivu nelegalnu upotrebu droga.

Smanjivanje štetnosti:

- › je alternativa modelima upotrebe droge i zavisnosti, koji se fokusiraju na moral/kriminal i bolest;
- › prepoznaje apstinenciju kao idealan ishod, ali prihvata alternative koje smanjuju štetnost;
- › je prvenstveno nastalo kao pristup "odozdo nagore", zasnovan na zagovaranju prava zavisnika, a ne na politici "odozgo nadolje" koju promoviraju kreatori politike o drogama;
- › promoviraju nizak prag pristupa uslugama kao alternativu tradicionalnim pristupima visokog praga i
- › je zasnovano na principima saosjećajnog pragmatizma nasuprot moralističkom idealizmu.

TABELA RESURSA B:

ŠTA JE SMANJIVANJE ŠTETNOSTI?⁴⁵

Smanjivanje štetnosti je filozofija/pokret javnog zdravstva koja je proistekla kao odgovor na potrebu za pragmatičnijim i prilagodljivijim strategijama, kako bi bio smanjen rizik prenosa HIV-a među injekcionim korisnicima droge. U suštini predviđeno je da smanjivanje štetnosti bude progresivna alternativa zabrani određenih potencijalno opasnih izbora životnog stila. Centralna ideja smanjivanja štetnosti je priznanje da su se neki ljudi uvijek uključivali i da će se uvijek uključivati u ponašanja koja sa sobom nose rizike, kao što je neobavezan seks, prostitucija i upotreba droge. Stoga je glavni cilj smanjivanja štetnosti ublažiti potencijalne opasnosti i zdravstvene rizike povezane sa samim rizičnim ponašanjima. Smanjivanje štetnosti nastoji da se sa pojedincima, poput korisnika opojnih droga, susretne "na njihovom terenu" s ciljem da im pomogne da smanje rizike po sebe i druge. Štaviše, umjesto korištenja pogrdnih imena za etiketiranje ljudi koji su uključeni u visokorizična seksualna ponašanja ili koji koriste opojne droge, smanjivanje štetnosti pomjera fokus na ponašanje pojedinca i posljedice takvog ponašanja. Na primjer, pomak je kada se umjesto "zloupotreba opojnih droga" kaže "štetna upotreba droga" ili kada umjesto da osobu etiketiramo kao "narkomana", njega/nju nazivamo "konzumentom".

Drugi cilj smanjivanja štetnosti je smanjiti štetnost povezanu sa ili prouzrokovanu zakonskim okolnostima pod kojima se ova ponašanja dešavaju (na primjer, zabrana određenih postupaka ili supstanci može pomoći u stvaranju crnog tržišta gdje nelegalna trgovina cvjeta).

Inicijative smanjivanja štetnosti se kreću od široko prihvaćenih ideja, kao što je kampanja namijenjena vozačima, do kontroverznijih inicijativa kao što je obezbjeđivanje kondoma u državnim školama, programi razmjene igala ili sigurnija injekciona područja za intravenozne korisnike droge, legalizacija droge ili programi za rukovanje heroinom.

Neki konkretni primjeri uključuju:

Program razmjene šprica i slični programi

Upotreba heroina i određenih drugih nedozvoljenih droga može obuhvatati potkožne šprice (uglavnom zbog visokih cijena, ograničenog kvaliteta te stoga i ograničene dostupnosti kao mjere štednje). U nekim područjima (naročito u mnogim dijelovima Sjedinjenih Država) one su dostupne samo na recept. Tamo gdje je dostupnost ograničena, korisnici heroina i drugih droga često dijele šprice i koriste ih više puta. Kao rezultat toga, infekcija jednog korisnika (poput HIV-a ili hepatitisa C) može se prenijeti na druge korisnike ponovnim korištenjem šprice zatrovane zaraženom krvlju i ponovna upotreba nesterilizovane šprice od strane jednog korisnika takođe nosi značajan rizik od infekcije.

Principi smanjenja štetnosti nalažu da bi šprice trebalo da budu lako dostupne (tj. bez recepta). Tamo gdje su šprice dostupnije srazmjere HIV-a su mnogo niže nego u mjestima sa ograničenom dostupnošću. Zagovornici smanjenja štetnosti takođe ističu argument po kojem bi korisnici trebalo da budu snabdjeveni špicama u ustanovama osnovanim upravo za ovu svrhu: tzv. program razmjene igala.

Vožnja pod dejstvom alkohola i programi koji se odnose na problem alkohola

Postoji veliki broj medijskih reportaža koje informišu korisnike o opasnostima vožnje u alkoholisanom stanju. Većina korisnika alkohola je sada svjesna ovih opasnosti, a tehnike sigurne vožnje kao što su "dodijeljeni vozači" i besplatni taksi programi smanjuju broj nesreća prilikom vožnje u alkoholisanom stanju. Mnogi gradovi imaju programe besplatnog prevoza kući tokom praznika kada je zloupotreba alkohola najveća, a neki barovi i klubovi će vidno pijanom klijentu obezbijediti besplatnu vožnju taksijem.

45 — Tekst preuzet iz "Harm reduction: Pragmatic strategies for managing high-risk behaviors" ("Smanjivanje štetnosti: pragmatične strategije za upravljanje visokorizičnim ponašanjima"), uredio G. Alan Marlatt, 1998.

Radionica 22:

Razgovor o alkoholu i alkoholizmu

CILJ:
Preispitati različite mitove koji se odnose na upotrebu alkohola i alkoholizam.

POTREBNI MATERIJAL:
Lopta, tabla za pisanje i kreda ili flipčart papir i flomasteri, listovi kartona sa frazama ispisanim na njima.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
Unaprijed pripremite fraze ispisane na listovima kartona velikim čitljivim slovima.

PROCEDURA:

- Zamolite učesnike da vam pomognu da prilagodite učionicu konceptu radionice. Pomjerite stolove u uglove učionice i iskoristite stolice da formirate krug. Zamolite grupu da sjednu ukруг. U sredini poredajte listove kartona u obliku kruga, tako da svaka osoba može uzeti jedan list kada je njegov red.
- Objasnite da će svaki učesnik pročitati jednu frazu i odgovoriti da li se slaže ili ne sa tom tvrdnjom i objasniti zašto. Ostali učesnici moći će iznijeti svoje mišljenje u toku diskusije o tvrdnjama.
- Bacite loptu jednoj osobi u grupi i zamolite učesnike da započnu aktivnost izborom jednog od listova kartona. Zapišite njihova mišljenja na flipčart papiru, pitajte da li se ostali učesnici slažu ili ne i zašto, a zatim pročitajte tekst izrađen na osnovu naučnih informacija (Odgovori na uobičajene mitove o upotrebi alkohola). Pitajte da li ima bilo kakvih drugih komentara.
- Nakon diskusije, osoba koja je pročitala prvu tvrdnju baca loptu drugoj osobi u grupi i tako dalje, sve dok o svim tvrdnjama ne bude prodiskutovano.
- Fraze koje treba ispisati na listovima kartona:
 - › Alkohol nije droga...
 - › Imati visoku toleranciju na alkohol znači da osoba neće postati alkoholičar...
 - › Ako miješate pića možete se napiti...
 - › Od piva se ne možete napiti...

- › Alkohol djeluje seksualno stimulativno...
- › Alkoholizam je bolest koja pogađa starije osobe...
- › Alkoholičari su oni koji piju svakodnevno...
- › Kafa ili pranje lica hladnom vodom smanjuju uticaj alkohola...
- › Alkohol je dobar za druženje...
- › Zabave nisu zabave bez alkohola...

ZAVRŠETAK:

Važno je razmisliti o ovim idejama i mitovima o upotrebi alkohola u koje smo gotovo svi vjerovali u nekom trenutku.

ODGOVORI NA UOBIČAJENE MITOVE O UPOTREBI ALKOHOLA

- › Alkohol nije droga... Alkohol je droga u smislu da mijenja način funkcionisanja organizma, naročito centralnog nervnog sistema od kojeg zavise misli, osjećanja i ponašanje. On takođe može izazvati zavisnost.
- › Imati visoku toleranciju na alkohol znači da osoba neće postati alkoholičar... Istina je upravo suprotna, visoka tolerancija znači da mozak postaje naviknut na drogu.
- › Ako miješate pića, možete se napiti... Ono od čega se stvarno neko napije je količina alkohola i brzina kojom neko pije.
- › Od piva se ne možete napiti... U slučaju piva, apsorpcija alkohola kroz želudac je malo sporija, ali u zavisnosti od konzumirane količine, ono uzrokuje pijanstvo.
- › Alkohol djeluje seksualno stimulativno... U početku alkohol može smanjiti uzdržanost i pomoći ljudima da postanu otvoreniji, ali s obzirom na to da alkohol ima depresivni efekat na nervni sistem, na kraju on smanjuje ova osjećanja i može spriječiti seksualne odnose. Upotreba alkohola jedan je od najčešćih uzroka erektilne disfunkcije (impotencije).
- › Alkoholizam je bolest koja pogađa starije osobe... Većina osoba zavisnih od alkohola su mladići u radnoj dobi.
- › Alkoholičari su oni koji piju svakodnevno... Većina osoba zavisnih od alkohola u početnoj i srednjoj fazi ovog procesa pije uglavnom tokom vikenda i nastavlja sa svojim normalnim aktivnostima u školi i na poslu, ali sa sve većim poteškoćama.
- › Kafa ili pranje lica hladnom vodom smanjuju uticaj alkohola... Jedina stvar koja zaista smanjuje pijanstvo je postepeno izbacivanje alkohola iz organizma, što znači forsiranje jetre na rad, za šta je potrebno vrijeme.
- › Alkohol je dobar za druženje... U stvarnosti alkohol stvara saučesništvo u pogledu pijenja, ali pravo prijateljstvo podrazumijeva mnogo više od toga.
- › Zabave nisu zabave bez alkohola... Mediji često pokušavaju da nas ubijede da je na zabavama potreban alkohol i da alkohol mora biti u centru svakog društvenog okupljanja. Ali, da li je ovo zaista istina? Šta je to što čini društveno okupljanje ili zabavu – alkohol ili ljudi?

Radionica 23: Donošenje odluka i (zlo)upotreba supstanci

CILJ:
Razmišljati o pritisku vršnjaka i donošenju odluka u vezi sa upotrebom supstanci i razumjeti koncept zavisnosti.

POTREBNI MATERIJAL:
Dovoljan broj kopija Tabele resursa za svakog učesnika, flipčart i markeri.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
nije potrebno

PROCEDURA:

Prvi dio

- Dajte svakom učesniku kopiju Tabele resursa i zamolite ih da završe za pet minuta. Za manje pismene grupe pročitajte pitanja naglas i zamolite ih da diskutuju u parovima.
- Pozovite učesnike da podijele svoje odgovore jedni sa drugima. Ako je grupa brojna, učesnici mogu biti podijeljeni u manje grupe kako bi razmijenili svoje odgovore.
- Nakon što su učesnici razmijenili svoje odgovore sa ostalima iskoristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju.
 - › Da li je pritisak vršnjaka veliki faktor zato što muškarci uzimaju supstance?
 - › Da li i žene takođe doživljavaju pritisak vršnjaka da koriste supstance?
 - › Na koji način je ovaj pritisak vršnjaka sličan? Na koji način je različit?
 - › Kako alkohol utiče na seks i odluke o seksu? Da li pomaže/odmaže, škodi?
 - › Na koje druge odluke ili ponašanja alkohol ili druge droge mogu uticati? (npr. vožnja, posao, veze, nasilje)?
 - › Na koji način se možete boriti protiv pritiska vršnjaka za korištenje supstanci sa kojim se muškarci mogu suočiti? Na koji način se možete boriti protiv pritiska vršnjaka za korištenje supstanci sa kojim se žene mogu suočiti?

Drugi dio

- Sprovedite aktivnost brejnstorminga sa učesnicima o značenju riječi zavisnost. Objasnite da zavisnost nema veze samo sa upotrebom supstanci nego i sa raznim načinima ponašanja, kao što je konzumiranje određene vrste hrane (npr. brza hrana, čokolada), gledanje televizije i igranje video-igrice. Sprovedite aktivnost brejnstorminga sa učesnicima o stvarima, supstancama i aktivnostima od kojih ljudi mogu postati zavisni.
- Zamolite učesnike da identifikuju od koje od pomenutih stvari, supstanci i aktivnosti mladići i djevojke najčešće postaju zavisni. Zamolite svaku grupu da pokuša i da napravi/razumije razliku između mladića i djevojaka i da razmisli o tim razlikama.
- Podijelite učesnike u grupe od po tri ili četiri učesnika. Zamolite ih da izaberu jednu od pomenutih stvari od kojih mladići/djevojke najčešće postaju zavisni, pustite ih da prodiskutuju o razlozima zbog kojih bi se to moglo desiti.

- Zamolite svaku grupu da predstavi glavne tačke svoje diskusije i pozovite ostale grupe da dodaju svoje komentare.
- Iskoristite navedena pitanja da rezimirate diskusiju o zavisnosti.

PITANJA ZA DISKUSIJU

- Koji su najčešći razlozi zbog kojih mladi ljudi postaju zavisni od nečega?
- Kako zavisnost utiče na pojedinca? Kako to pogađa njegove ili njene veze sa drugim ljudima?
- Koja je veza između dostupnosti supstance i rizika od zloupotrebe ili zavisnosti?
- Da li postoji razlika između muškaraca i žena?
- Koje su moguće prednosti zavisnosti?
- Šta ste naučili iz ove vježbe? Kako ovo možete primijeniti na svoje živote i veze?

ZAVRŠETAK:

U mnogim sredinama česta je pojava da muškarci i žene uzimaju supstance (npr. alkohol) kao dio svojih društvenih interakcija i okupljanja. Važno je za pojedince da znaju kako da uspostave granice u pogledu korištenja supstanci i poštuju granice drugih. Na primjer, neke strategije odgovornog konzumiranja alkohola uključuju konzumiranje male količine i nemiješanje pića sa drugim supstancama. Takođe je neophodno stvoriti druge načine zabave gdje alkohol i druge supstance nisu u centru pažnje i ne vrše pritisak na one koji ne žele da konzumiraju supstance. Biti svjestan anksioznosti i tenzija u svakodnevnom životu pomaže vam da razvijete razne oblike njihovog

pozitivnog kanalisanja i da izbjegavate ponašanje koje može dovesti do zavisnosti. Zavisnost je nekada posljedica nepronalaženja izlaza i/ili rješenja problema, međutim, biti zavisn od nečega samo doprinosi odgađanju pronalaženja rješenja. Često, biti zavisn je povezano sa emocionalnim problemima koji počinju da stvaraju prazninu u našim životima vodeći ka sve većem nedostatku zainteresovanosti, motivacije i/ili značenja samog života. Važno je da naučite da čak i kada se osjećate potišteno, uvijek se nešto može učiniti i nikada nije suviše kasno da bude zatražena pomoć.

TABELA RESURSA

| INDIVIDUALNI UPITNIK: DONOŠENJE ODLUKA | DA | NE |
|--|----|----|
| 1 – Da li biste se osjećali nelagodno na zabavi ili druženju sa prijateljima kada bi vam ponudili piće (alkoholno), a vi odlučite da ga ne uzmete? Ukratko objasnite. | | |
| 2 – Zamislite da ste na zabavi ili društvenom skupu gdje služe alkohol i vi pijete, ali jedan od vaših prijatelja ne želi da pije. Da li biste ga gledali kao čudaka, smetnju ili glupana? Ukratko objasnite. | | |
| 3 – Da li biste pred drugim prijateljima branili odluku vašeg prijatelja da ne pije? Pretpostavimo da ste izabrali da ga/je branite, šta mislite kako će drugi prijatelji gledati na vas? Ukratko objasnite. | | |
| 4 – Da li vjerujete da morate uraditi ono što ostale osobe u grupi žele da biste bili prihvaćeni? Ukratko objasnite. | | |
| 5 – Da li mislite da osoba može voditi prijatan društveni život ukoliko ne konzumira alkohol? Ukratko objasnite. | | |
| 6 – Može li osoba misliti dobro o sebi čak i bez alkohola? Ukratko objasnite. | | |
| 7 – Može li se muškarac/žena osjećati prihvaćenim, a da ne pije? Ukratko objasnite. | | |

Godina 3:

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava

Prvo polugodište:
Seksualno i reproduktivno zdravlje

Pregled

Iako je naš pol određen našom biološkom prirodom, naši stavovi i ponašanje u smislu seksualnosti i reproduktivnog zdravlja (SRZ) u velikoj mjeri su pod uticajem složenog skupa nebioloških faktora, uključujući kulturu, rodne norme i socioekonomske uslove, između ostalih. Na primjer, u većini mjesta širom svijeta muškarci su socijalizovani na način da povezuju "muževnost" sa posjedovanjem odgovarajućeg znanja i iskustva u seksualnim pitanjima. Kao rezultat toga mnogi muškarci vjeruju da ne mogu izraziti sumnju u pogledu svojih tijela, seksualnosti ili reproduktivnog zdravlja. Međutim, kada pogledamo izbliza vidimo da, nasuprot preovlađujućim mitovima, mnogi mlađi i stariji ljudi često ne posjeduju osnovno znanje o svojim tijelima, seksualnosti i pitanjima reproduktivnog zdravlja. Štaviše, u većem dijelu svijeta postoji tek nekoliko programa koji se bave seksualnim obrazovanjem i reproduktivnim zdravljem usmjerenih ka adolescentima, a još manje onih koji se bave specifičnim problemima i potrebama mladih ljudi.

U ovom dijelu istražujemo neka od glavnih pitanja koja se odnose na mlade ljude, seksualnost i reproduktivno zdravlje.

Šta je reproduktivno zdravlje?

Definicija reproduktivnog zdravlja proizlazi iz definicije zdravlja Svjetske zdravstvene organizacije prema kojoj je zdravlje stanje ukupnog tjelesnog, duševnog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsustvo bolesti ili slabosti. "Reproduktivno zdravlje objedinjuje reproduktivne procese, funkcije i sistem u svim fazama života. Reproductivno zdravlje, dakle, podrazumijeva da su ljudi u mogućnosti da imaju odgovoran, zadovoljavajući i bezbjedan seksualni život i sposobnost da imaju potomstvo, kao i slobodu da odluče da li će ga imati, kada i koliko često. Iz ovoga proizlazi i pravo muškaraca i žena da budu informisani i da imaju pristup bezbjednim, efektivnim, pristupačnim i prihvatljivim metodima planiranja porodice po svom izboru i pravo na pristup odgovarajućim službama zdravstvene zaštite koje će omogućiti ženama bezbjednu trudnoću i porođaj i pružiti parovima najbolje šanse da dobiju zdravo dijete".⁴⁶

46 – http://www.who.int/topics/reproductive_health/en/. Posljednji put pristupljeno 09/02/2011.

da za većinu dječaka i mladića seks predstavlja pitanje veličine i izvedbe, masturbacija i ejakulacija (ponekad i u grupama) su često društveno prihvaćeniji za njih nego za djevojčice i djevojke.

Dječaci obično prolaze kroz pubertet u uzrastu od 10 do 13 godina, kada hormonske promjene dovode do fizičkih promjena, uključujući i proizvodnju sperme. Većina dječaka imaju prve noćne ejakulacije ili "mokre snove" u ovom periodu. Ove promjene i seksualna energija su prirodni dio života, ali takođe dovode do zbunjenosti i sumnje. Dječaci generalno nisu ohrabreni da govore o pubertetskim promjenama.⁴⁹ U nekim slučajevima dječaci mogu dobiti više informacija o ženskom tijelu nego o svom. Kada obeshrbrimo dječake da govore o svom tijelu i seksualnom zdravlju u ranoj dobi, možda za čitav život stvaramo teškoće muškarcima da razgovaraju o seksu.

Širom svijeta nevinost i gubitak nevinosti i dalje često imaju različita značenja za mladiće i djevojke. Dok u mnogim kulturama djevojke još moraju biti zabrinute o mogućim negativnim percepcijama vršnjaka i društva u pogledu njihovog prvog seksualnog iskustva, za mnoge, ako ne i za većinu mladića, prvo seksualno iskustvo se smatra kao izvor prestiža i uticaja u njihovoj vršnjačkoj grupi.

Za mnoge mladiće razgovor o seksu sa članovima njihovih porodica, njihovim profesorima, zdravstvenim radnicima i vršnjacima – kada i ako se desi – obično se odnosi na diskusije o seksualnim osvajanjima ili pritisku vršnjaka da dokažu svoje seksualno umijeće. Traženje informacija ili pokazivanje sumnji ili strahova, generalno, nije nešto što će oni iznijeti u javnosti. Na kraju krajeva, prema ustaljenom shvatanju, "pravi muškarci" nemaju dilema o seksu niti razgovaraju o seksu, osim da govore o svojim osvajanjima. Zabrinutost zbog svoje muževnosti i pokazivanje svojih kapaciteta za seksualno osvajanje često vodi mnoge mladiće ka tome da u seksualnim vezama teže kvantitetu umjesto kvalitetu. Biti "pastuv" ili "ženskaroš" ili "povaliti" kad god možeš – ili bar navesti svoje vršnjake da vjeruju da radiš te stvari – predstavlja način na koji mnogi mladići stiču status među svojim vršnjacima. Još je uobičajena pojava među mnogim mladićima da razgovaraju o intimnoj vezi kao o mogućnosti "da nešto povale" u odnosu na mogućnost da ostvare emocionalnu vezu. Osim toga, mladići mogu osjećati pritisak da "naprave potez" – da preuzmu inicijativu sa ženama – i da se kasnije pohvale (ili izmisle priče o) ovim podvizima.

49 — Lundgren, R. "Research protocols to study sexual and reproductive health of male adolescents and young adults in Latin America" ("Protokoli istraživanja za studij seksualnog i reproduktivnog zdravlja maloljetnih muškaraca i mladih odraslih osoba u Latinskoj Americi.") Washington, DC: Odjeljenje za promociju i zaštitu zdravlja, Program za zdravlje porodice i stanovništva, Panamerička zdravstvena organizacija, 1999.

Šta je seksualnost i kakve veze ona ima sa rodom?

Seksualnost je izraz onoga ko smo mi kao ljudska bića – ona uključuje sva osjećanja, misli i ponašanja koja imamo kao muškarci ili žene, osjećaj da smo privlačni, da smo zaljubljeni, kao i da smo u vezi koja uključuje intimnost i fizičku seksualnu aktivnost. Štaviše, seksualnost je fundamentalna komponenta u strukturisanju rodnog identiteta muškaraca i žena i direktno se odnosi na ono što se u određenom društvu smatra "erotičnim" i prihvatljivim. Sve kulture propisuju ono što se ponekad zove "rodni kodeks" kako za žene, tako i za muškarce. Ovi kodeksi su opšteprihvaćeni načini na koje se očekuje da se odvija seksualna aktivnost muškaraca i žena. Naravno, pojedinci se mogu pridržavati ili ne pridržavati ovih kodeksa, ali u većini društava uočavamo neke opšte obrasce u ovim kodeksima i načine na koje oni utiču na stvarno ponašanje.

Muškarci i rod

U većini kultura seksualni kodeks za muškarce i žene navodi na pomisao da muška seksualnost jeste ili treba da bude impulsivna i nekontrolisana i da, biološki, muškarci imaju jači seksualni nagon od žena. Istraživanja sprovedena u različitim sredinama, na primjer, su otkrila da muškarci ranije stupaju u seksualne odnose nego žene, kao i da imaju više seksualnih partnera, kako u braku, tako i izvan njega.⁴⁷ Mnogi seksualni kodeksi takođe nalažu da muškarci treba da podijele svoja seksualna osvajanja sa svojim vršnjacima istovremeno skrivajući od svojih vršnjaka bilo kakve seksualne neadekvatnosti. U skoro svim kulturama biti viđen kao "pravi muškarac" znači održavati heteroseksualne odnose (često posmatrane i kao obred prelaska u muškarca) i dokazivati svoju plodnost tako što će imati djecu. Mnogi muškarci i žene su odgojeni da vjeruju da su ovi seksualni kodeksi nesporne istine koje su dio naše prirode ili biološkog sklopa. Međutim, ovi modeli i obrasci muškog ponašanja – u većoj mjeri nego što su biološki programirani – su rezultat toga kako su dječaci i muškarci socijalizovani. Istraživači su pokazali kako određeni model maskuliniteta, dominantan u zapadnim društvima, zahtijeva od muškaraca da se distanciraju od svega što se smatra ženskim i da stalno dokazuju svoju "muževnost" u društvu drugih muškaraca.⁴⁸ Zaista, pokazivanje svoje muževnosti ili sposobnost za osvajanje i održavanje seksualnih odnosa sa velikim brojem žena (pri čemu se računa samo seks sa penetracijom) su centralni aspekti socijalizacije mladića u mnogim sredinama.

Međutim, ovi preovlađujući seksualni kodeksi predstavljaju izvor sumnji i uznemirenosti za mnoge mladiće koji su konstantno zabrinuti o normalnosti svog tijela, kao i o svojoj seksualnoj "izvedbi". Na primjer, mladići su često naučeni da je veličina njihovog penisa važna, tako da veličina penisa postaje izvor preokupacije za mnoge dječake i muškarce. I s obzirom na to

47 — Gary Barker, "A šta je sa dječacima?: pregled literature o zdravlju i razvoju maloljetnih dječaka." Svjetska zdravstvena organizacija, 2000.

48 — V. J. Seidler, (ur.) "Men, Sex & Relationships" ("Muškarci, pol i veze"). Routledge: London i New York, 1992.

Zašto bi trebalo da razgovaramo sa mladićima o seksualnosti?

S obzirom na to da većina mladića nema priliku da razgovara o svojim sumnjama i pitanjima o seksualnosti, treba da pružimo mogućnost mladićima da diskutuju i razmisle o ovim temama. Uprkos bezbrojnim diskusijama o seksualnom obrazovanju, koje se vode u posljednje vrijeme, ideje o tome kako je muška seksualnost nekontrolisana i da je seksualni nagon kod muškaraca jači nego kod žena još se mogu naći, čak i među nekim edukatorima i zdravstvenim radnicima. Ukratko, fizička i emocionalna cijena određenih krutih normi i očekivanja u pogledu muške seksualnosti i ponašanja nije uvijek poznata i postoji svega nekoliko mjesta i mogućnosti za mladiće gdje mogu iskazati svoje sumnje i frustracije, a još manje da obznane situacije fizičkog i simboličkog nasilja kojem su izloženi. Ovo uključuje uvrede i zadirivanje koje neki mladići trpe, ako izgledaju drugačije, naročito ako su homoseksualci ili ih privlače osobe istog pola.

Osim toga, većina mladića nikada nije ni razmišljala o tome kako rod i rodna socijalizacija utiču na njihove živote. Određena ponašanja muškaraca, koja se smatraju legitimnim pa čak i društveno očekivanim, mogu biti štetna i mogu učiniti mladiće ranjivim. Na primjer, pretjerivanje u piću – navodno način na koji mladići skupljaju hrabrost da priđu potencijalnom seksualnom partneru – čini mnoge mladiće ranjivim prema nasilju ili prisili ili izlaže njihovo zdravlje riziku.

Žene, rod i njihova tijela

Iako svaka žena ima pravo da donosi odluke o svom tijelu, percepcija koju ona ima o svom tijelu i moć koju ona ima da donosi odluke o njemu su često definisane krutim sociokulturološkim normama. Društvo posebno igra ključnu ulogu u razvoju naše slike tijela – šta da sakrijemo, šta da pokažemo, šta možemo da dodirujemo, šta se smatra odvratnim ili svetim, način na sjedimo i pozicioniramo svoje noge, sve ovo je pod uticajem kulturoloških normi i uglavnom se razlikuje za

muškarce i žene. U mnogim sredinama, na primjer, postoje stroge sankcije protiv toga da žene upoznaju svoje tijelo, da se dodiruju ili pokazuju svoje tijelo ili donose odluke o svojoj seksualnosti. Mnoge žene se uče od malih nogu da osjećaju nezadovoljstvo svojim tijelom ili krivicu zbog svog tijela i seksualnosti, često kroz sociokulturološke norme poput "Žene bi trebalo da drže noge skupljene i pantalone zakopčane!", "Menstruacija je prljava!", "Zadovoljstvo je grijeh!", "Žene bez djece nisu prave žene!". Ove i druge norme koje zabranjuju djevojkama i ženama da se dodiruju i upoznaju svoje tijelo mogu otežati ženama da kasnije donose osnovne odluke o tome kada i sa kim će imati seksualne odnose, da li i kada će ostati u drugom stanju i o upotrebi kondoma i kontraceptivnih sredstava.

Za neke žene dodir partnera, umjesto da bude povezan sa zadovoljstvom, ili dodir doktora, umjesto da bude povezan sa brigom, može stvoriti osjećanje stida ili neprijatnosti. Osim toga, u mnogim kulturama žensko tijelo je potčinjeno željama muškaraca, tako da je muškarac onaj od koga se očekuje da bira kada će i kako par imati seksualne odnose, pa čak ima i pravo da zlostavlja ženu ako ona ne ispuni njegove želje.

Žene i seksualnost

Odnos žena prema njihovom tijelu direktno utiče na način na koji one doživljavaju i izražavaju svoju seksualnost. Seksualnost nije samo biološki fenomen – ona također ima kulturološke i psihološke elemente i ona se različito doživljava od strane različitih pojedinaca u različitim fazama života. Nije potrebno imati vezu sa drugom osobom da bi se doživjela seksualnost, a seksualnost i zadovoljstvo se mogu doživjeti na mnogo načina, uključujući fizički, emocionalni, duhovni i intelektualni. Seksualnost također može biti izvor energije i inspiracije za različite aktivnosti i iskustva. Sociokulturološke norme o tijelu i seksualnosti se veoma često razlikuju za muškarce i

žene. U mnogim društvima muška seksualnost se doživljava kao impulsivna i nekontrolisana. Imati mnogo seksualnih odnosa prije braka smatra se obredom prelaska u muškarca. Nasuprot tome, od žena se očekuje da budu stidljive i suzdržane u svojim seksualnim željama. Ove društvene norme mogu generisati sumnju i anksioznost o našim tijelima i ponašanju i ometati slobodno i zdravo izražavanje seksualnosti. Još jedan primjer suprotstavljenih sociokulturoloških normi za muškarce i žene koje mogu uticati na izražavanje seksualnosti se odnosi na masturbaciju, također poznatu kao samostimulaciju ili samozadovoljavanje. Dok su društvene norme obično popustljive prema ovakvom ponašanju muškaraca, one često ograničavaju ili osuđuju ovakvo ponašanje žena. Biti u mogućnosti da dodirujemo svoje tijelo i saznamo o njegovoj suptilnosti, željama, zadovoljstvu i bolovima je važan način na koji možemo u potpunosti upoznati svoje tijelo i izraziti svoju seksualnost i uživati u njoj. Naša seksualnost se ispoljava različito u različitim trenucima našeg života. Adolescencija, naročito, je doba fizičkih i fizioloških transformacija i intenziviranja želja. To je također i faza samospoznaje i samoafirmacije, kada djevojke uče da donose odluke i istražuju svoje želje. Zabrinutost o težini i izgledu također postaje izraženija tokom adolescencije, prije svega, kada se odnosi na estetiku, a ne na zdravlje. Stoga je izuzetno važno da ohrabrimo djevojke da razmisle o tome kako mediji oblikuju ponašanje i standarde koji se odnose na ljepotu i, s druge strane, kako one doživljavaju svoje tijelo i seksualnost. Važno je da se žene osjećaju sposobnim da prepoznaju i odbace negativne poruke o svom tijelu. Bavljenje sportom ili druge fizičke aktivnosti mogu pomoći djevojkama da imaju osjećaj samostalnosti i veće mobilnosti i mogu im pomoći da se osjećaju prijatnije u svojim tijelima (Green, 2004). Kada smo fizički aktivni, možemo početi cijeniti ono što je naše tijelo u stanju da uradi umjesto da se fokusiramo samo na njegov oblik i izgled. Može biti teško da se prevaziđu standardi ljepote i savršenstva koje vidimo u medijima; međutim, odnosi poštovanja među ljudima različitih etničkih ili rasnih grupa, starosne dobi, težine, sposobnosti i seksualne

orijentacije mogu pomoći da promijenimo naše ograničene pojmove o ljepoti i tijelu i da bolje cijenimo različitost.

Šta kada je riječ o seksualnoj orijentaciji?

Nema sumnje da je epidemija HIV-a – koja je direktno pogodila muškarce koji imaju seksualne odnose sa drugim muškarcima, kao i muškarce koji sebe definišu kao heteroseksualce – dovela do povećane vidljivosti pitanja homoerotičnosti i važnosti razmatranja ovog pitanja u radu sa mladićima. Zaista, istraživanja sprovedena na polju AIDS-a pokazala su teškoću strogog definisanja i klasifikovanja osoba u kategorije prema njihovoj seksualnoj orijentaciji (homoseksualci, biseksualci, transseksualci i heteroseksualci). Mnogi muškarci imaju seksualne odnose sa drugim muškarcima i ponašaju se na način da se mogu smatrati homoseksualcima, dok istovremeno održavaju i heteroseksualne veze, tj. ne smatrajući da su "gej" imaju seks sa drugim muškarcima. Ovi primjeri nam pomažu da vidimo da su seksualnost i seksualni identitet nestalne i dinamične kategorije i da treba neprestano da preispitujemo svoje pretpostavke. Prihvatanje različitosti i otvorenost o pitanju ljudske seksualnosti su osnovni zahtjevi za nekoga ko radi sa mladima.

U nekim, ali jasno ne u svim državama, seksualna različitost u sve većoj mjeri gubi svoj ilegalni status i postaje pravo. U mnogim sredinama homoerotične veze muškaraca i žena su priznate u kontekstu društvenih i kulturnih promjena. Ovo je nastalo kao rezultat sve glasnijeg zagovaranja od strane društvenih pokreta (feministički, gej i lezbijski), koji su pokrenuli javne debate o individualnim slobodama, seksualnim i reproduktivnim pravima i ljudskim pravima⁵⁰. Različite države uključujući Dansku, Švedsku, Norvešku, Francusku, Holandiju i Sjedinjene Američke Države su usvojile zakone i politike koji garantuju homoseksualnim partnerima važna prava poput prava na nasljeđe, penziono i invalidsko osiguranje, zajednički povrat poreza na dohodak i zajedničko zdravstveno osiguranje, između ostalih.

50 — C.F. Caceres, "La reconfiguración del universo sexual- Cultura sexual y salud sexual entre los jóvenes de Lima a vuelta de milenio." (Universidad Peruana Cavetano, Heredita/REDRESS, Lima, 2000) ; također vidjeti Parker, Richard. *Corpos, prazeres e paixoes*. Sao Paulo, Best Seller, 1991.

Šta kada je riječ o pitanju adolescentske trudnoće?

O adolescentskoj trudnoći se mnogo raspravljalo proteklih godina i sve veći procenat porođaja kod djevojaka u nekim zemljama je razlog za uzbunu. Iako neki istraživači u prvi plan ističu biološke rizike rane trudnoće (niža težina djeteta na porođaju, veća stopa komplikacija po majku itd), osnovna zabrinutost je generalno društvenog karaktera.⁵² Ideja o riziku koji je povezan sa adolescentskom trudnoćom oslikava široko rasprostranjenu uznemirenost u pogledu seksualnosti mladih ljudi, a samim tim i adolescentskog očinstva i majčinstva.

Osim toga, iako se na ranu trudnoću često gleda kao na "promašaj" ili "problem", slušanje onoga što mladi ljudi govore ponekad sugerira drugačije. Kvalitativno istraživanje sprovedeno među mladim ljudima u mnogim zemljama otkrilo je da mnoge adolescentne majke i očevi vide roditeljstvo kao način sticanja statusa (postajući roditelji stiču status odrasle osobe). Za neke mlade ljude dijete predstavlja način da organizuju svoj život i identitet i da se posvete nečemu (ili nekome), a ne samo sebi samima⁵³. Naravno, ukoliko neki mladi ljudi ne doživljavaju trudnoću kao teret, mnoge porodice adolescentnih roditelja sa niskim primanjima suočene su sa odgovornošću vođenja brige za dodatnu djecu. U mnogim sredinama sa niskim primanjima adolescentne očeve često ignorišu ili obeshrabruju njihovi roditelji, kao i roditelji majke, da održavaju veze sa djecom čiji su oni očevi ili zbog toga što nemaju finansijskih sredstava za izdržavanje djece oni možda neće ni na kakav način biti uključeni u brigu o djeci.

Na kraju krajeva, za većinu mladih ljudi roditeljstvo, dok su još adolescenti, generalno nije optimalno rješenje, s obzirom na izazove sa kojima se suočavaju kao roditelji koji istovremeno nastoje da završe svoje školovanje i pronadu zaposlenje. Ipak, istraživanje ističe značaj pažljivijeg sagledavanja ovog problema. O ovim problemima smo već diskutovali u dijelu o očinstvu i staranju. Sve u svemu, tvrdimo da bi zdravstveni edukatori trebalo da nastoje da tretiraju adolescentsku trudnoću na pažljiv i saosjećajan način nastojeći da izbjegavaju diskriminatorni stav i previše pojednostavljene poglede koji često idu uz ovo pitanje te da promovišu pozitivnu uključenost maloljetnih očeva u brigu o djetetu.

52 — Arline T. Geronimus, "Teenage Childbearing and Social and Reproductive Disadvantage: The Evolution of Complex Questions and the Demise of Simple Answers" ("Trudnoća u tinejdžerskim godinama i socijalni i reproduktivni nedostaci: Razvoj složenih pitanja i smrt jednostavnih odgovora") *Family Relations* 40, (oktobar, 1991) 463-471

53 — Margaret Arilha-Silva, "Masculinidades e gênero: discursos sobre responsabilidade na reprodução" (Master rad, Pontifícia Universidade Católica/PUC, 1999) 117.

Naravno, promjena društvenih i kulturnih normi je spor proces. Činjenica je da su homoerotične i biseksualne navike kod mladića još mnogo manje društveno prihvaćene nego reproduktivne heteroseksualne veze. U mnogim sredinama netolerantnost prema istopolnoj privlačnosti je takva da su mladići koji su imali istopolna seksualna iskustva ili koji se samoidentifikuju kao gej ili biseksualci podvrgnuti diskriminaciji i isključivanju, a ponekad i nasilju. Homofobična uvjerenja i uvrede se takođe koriste kao način da se heteroseksualni mladići održe "na pravom putu". Nazvati mladića "gej" ili "peder" širom svijeta, na primjer, je način da se kritikuje njegovo ponašanje i umanjí njegov društveni status.

Krutost rodne socijalizacije i netolerantnost prema seksualnim različitostima znači da je neophodno predočiti mladićima da su oni seksualni subjekti – što znači da oni imaju neodvojivo pravo i da su "sposobni da razviju svjesnu i dogovornu vezu..., umjesto da je prihvate kao nešto što im je dosuđeno; da razviju svjesnu i dogovornu vezu sa porodičnim vrijednostima i vrijednostima svojih vršnjaka i prijatelja; da istražuju (ili ne) svoju seksualnost, nezavisno od inicijative partnera; da mogu i imaju pravo da kažu ne i poštuju druge koji tako postupe; da mogu da se dogovore o načinu na koji praktikuju seksualne odnose i uživanje u njima pod uslovom da o tome postoji dogovor i da su prihvatljive partneru; da mogu pregovarati o sigurnom i zaštićenom seksu te da poznaju i imaju pristup materijalnim uslovima neophodnim da naprave reproduktivne i seksualne izbore".⁵⁴

Na koji način je muška seksualnost povezana sa plodnošću i reprodukcijom?

U socijalizaciji dječaka i mladića reprodukcija se ne smatra toliko važnom kao seksualnost. Dobar primjer za to je važnost koja se pridaje menarhu – tj. prvoj menstruaciji – nasuprot seminarha, tj. prve muške ejakulacije. Generalno govoreći, postoji nedostatak komunikacije između majki i njihovih kćerki o transformaciji tijela djevojčice i njihovoj plodnosti. Tišina je, međutim, još veća između očeva i njihovih sinova kada je riječ o seminarhu. Iskustvo seminarha može generisati vrlo različite reakcije kod mladića uključujući iznenađenje, zbunjenost, znatiželju i zadovoljstvo. Neki dječaci nisu ni svjesni šta je sjemena tečnost i misle da je to urin. Važno je da dječaci dobiju smjernice za vrijeme puberteta, tako da se mogu

osjećati sigurnijim kada dođe do tjelesnih promjena i razumjeti sopstvena tijela kao reproduktivna. Čak i nakon prve ejakulacije, većina mladića svoju seksualnost posmatra na način kao da plodnost ne postoji. Ovo znači da edukatori moraju raditi sa mladićima tako da oni shvate da su plodnost i reprodukcija pitanja koja se tiču i uključuju i muškarce i žene. Na primjer, mladići bi trebalo da budu svjesni da je većina mladića plodna pri svakom penis-vaginalnom seksualnom odnosu, a neki čak i prije prve ejakulacije. Naučiti mladiće o njihovim tijelima i preispitati određene mitove pomaže im da bolje razumiju svoje želje, kao i svoje odgovornosti u smislu reprodukcije.

51 — Vera, Paiva. *Fazendo Arte com a camisinha*. (Sao Paulo: summus, 2000)

OKVIR
1.OKVIR 1: POKAZATELJI SMRTNOSTI, OBRAZOVANJA I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA⁵⁴

| | Pokazatelji smrtnosti | | | Pokazatelji obrazovanja | | | | Pokazatelji reproduktivnog zdravlja | | | |
|---------------------|---|-----------------------------------|-----------------------------|--|--|--|---|--|-----------------------------|-------------------|--|
| | Smrtnost odgođeni Ukupno na 1.000 živo- rođenih | Očekivani životni vijek M/Ž | Stopa smrtnosti majki | Stopa upisa u osnovnu školu M/Ž | Udio djece koja upišu 5. razred M/Ž | Stopa upisa u srednju školu M/Ž | Postotak nepismenih (> 15 god) M/Ž | Broj porodaja na 100 žena starosti 15-49 | Prevalenca kontracepcije | | Stopa prevalence HIV-a (%) (15-49) M/Ž |
| | | | | | | | | | Bilo koja metoda | Moderne metode | |
| JUŽNA EVROPA (13) | 7 | 75.5 / 81.9 | | | | | | 12 | 68 | 46 | |
| ALBANIJA | 24 | 71.3 / 77.0 | 55 | 105 / 102 | | 81 / 81 | 1 / 2 | 16 | 75 | 8 | |
| BOSNA I HERCEGOVINA | 13 | 71.7 / 77.1 | 31 | | | | 2 / 9 | 23 | 48 | 16 | |
| HRVATSKA | 7 | 71.8 / 78.8 | 8 | 97 / 96 | | 89 / 91 | 1 / 3 | 15 | | | |
| GRČKA | 6 | 75.8 / 81.1 | 9 | 101 / 101 | 100 / 100 | 98 / 97 | 6 / 12 | 9 | | | 0.3 / 0.1 |
| ITALIJA | 5 | 77.2 / 83.3 | 5 | 102 / 101 | 96 / 97 | 100 / 99 | | 7 | 60 | 39 | 0.7 / 0.3 |
| MAKEDONIJA (BIR) | 15 | 71.6 / 76.6 | 23 | 96 / 97 | | 86 / 84 | 2 / 6 | 24 | | | |
| PORTUGAL | 5 | 74.2 / 80.8 | 5 | 118 / 112 | | 108 / 118 | | 19 | 66 | 33 | 0.7 / 0.2 |
| SRBIJA I CRNA GORA | 12 | 71.3 / 76.0 | 11 | 98 / 98 | | 88 / 89 | 1 / 6 | 24 | 58 | 33 | 0.3 / 0.1 |
| SLOVENIJA | 5 | 73.0 / 80.3 | 17 | 108 / 107 | | 110 / 109 | 0 / 0 | 6 | 74 | 59 | |
| ŠPANIJA | 4 | 76.2 / 83.5 | 4 | 109 / 107 | | 114 / 121 | | 10 | 81 | 67 | 1.0 / 0.3 |

54 — Grafikon preuzet iz: Stanje svjetske populacije 2005 - Obećanje jednakosti: rodna ravnopravnost, reproduktivno zdravlje i milenijumski ciljevi razvoja, Populacioni fond Ujedinjenih nacija

Da li je abortus pitanje koje uključuje muškarce?

Namjerni prekid trudnoće je legalan u svim zemljama Balkana. Međutim, u najvećem broju slučajeva to se još smatra pitanjem koje se tiče isključivo žena. Baš kao što činjenica da se trudnoća događa u tijelu žene omogućava mnogim muškarcima da vjeruju da mogu izbjeći odgovornost za trudnoću, ona takođe omogućava mnogim muškarcima da vjeruju da nemaju nikakvu ulogu u donošenju odluke o abortusu. Međutim, čak i u slučajevima kada muškarci možda žele da učestvuju u donošenju odluke o abortusu, mogu li to uraditi? Mnogi muškarci možda vjeruju da su sposobni da uvjere svoju partnerku da ne abortira i možda zaista mogu uticati na odluku žene da nastavi trudnoću ili da traži abortus. Međutim, u najvećem broju slučajeva žene imaju posljednju riječ u odluci o abortusu. Zaista, pošto žene nose najveći teret i sav fizički rizik trudnoće, porođaja i abortusa, one bi na kraju trebalo da budu te koje donose odluku o preuzimanju tih rizika. Muškarci, međutim, dijele odgovornost za trudnoću svoje partnerke i zato je važno da budu uključeni u pružanje podrške odlukama žene.

Treba li da govorimo o seksualnim i reproduktivnim pravima mladih ljudi?

Seksualna i reproduktivna prava su univerzalna ljudska prava zasnovana na neotuđivoj slobodi, dostojanstvu i jednakopravnosti svih ljudskih bića. Voditi ispunjen seksualni život je osnovno pravo i zbog toga ga treba posmatrati kao osnovno ljudsko pravo. Međutim, u većini diskusija o seksualnim i reproduktivnim pravima muškarci se rijetko spominju kao predmet ovih prava. Zaista, postoji potreba za dijalogom i razmišljanjem o važnosti i značaju promoviranja seksualnih i reproduktivnih prava muškaraca. Određena pitanja treba uzeti u obzir – uglavnom, da li je moguće braniti seksualna i reproduktivna prava muškaraca bez "naturalizacije" ili legitimizacije tradicionalno privilegovanog statusa muškaraca i "potkopavanja" prava žena, kojima su kroz istoriju bila uskraćena njihova seksualna i reproduktivna prava? Na primjer, kako možemo pomiriti pravo djevojke da ne bude majka sa pravom mladića koji želi da postane otac ili obrnuto? Razgovori o ovim pitanjima treba da uključe i žene i muškarce i da budu utemeljeni na razumijevanju relacije prirode ljudskih prava.

Konačno, treba da istaknemo da su se reproduktivna prava često fokusirala samo na pristup kontracepciji ili samo na plodnost, tj. na broj djece koji svaka žena ima ili želi da ima. U ovom kontekstu pozivanje na reproduktivna prava mladih ljudi je uglavnom u drugom planu, minimizirajući pri tome značaj seksualnosti i ističući odnose moći u reprodukciji. I uprkos rastućim potrebama za preispitivanje politika i društvene prakse u vezi sa reprodukcijom, nema jasnog odgovora od strane mladih/odraslih muškaraca i žena o aktivnijem učešću u reproduktivnim procesima. Štaviše, postoji jak otpor kod zdravstvenih i obrazovnih

stručnjaka, istraživača i aktivista da povežu reproduktivna prava sa mladim ljudima.

Kako bi bila stvorena veća svijest u oblasti seksualnih i reproduktivnih prava potrebno je uključiti same mlade ljude, kao i roditelje, profesore, zdravstvene edukatore i zdravstvene stručnjake. Iznad svega, to zahtijeva konceptualni okvir za razumijevanje značenja reprodukcije i uključenosti mladih ljudi u nju, kao i vjerovanje da mladi ljudi imaju potencijal za promjenu prema pozitivnijoj uključenosti u reproduktivno i seksualno zdravlje.

Okvir 2: Seksualna i reproduktivna prava

Kako bi bilo obezbijeđeno da svaka osoba razvije zdravu seksualnost, trebalo bi priznati, promovisati, poštovati i braniti sljedeća seksualna i reproduktivna prava.

PRAVO NA SEKSUALNU SLOBODU – Seksualna sloboda odnosi se na mogućnost da pojedinci izraze svoj seksualni potencijal. Međutim, ovo pravo isključuje svaku vrstu prisile, eksploatacije i zlostavljanja u bilo koje vrijeme i u bilo kojoj situaciji u životu. Ovo uključuje i pravo na slobodu od svih oblika diskriminacije, bez obzira na pol, rod, seksualnu orijentaciju, godine, rasu, društvenu klasu, vjeru ili mentalno ili fizičko ograničenje.

PRAVO NA SEKSUALNU AUTONOMIJU, SEKSUALNI INTEGRITET I SIGURNOST SEKSUALNOG TIJELA – Pravo osobe da donosi samostalne odluke o svom seksualnom životu u kontekstu lične i društvene etike. Ono takođe uključuje kontrolu i zadovoljstvo naših tijela, slobodu od mučenja, sakaćenja ili nasilja bilo koje vrste.

PRAVO NA SEKSUALNU PRIVATNOST – Pravo individualnog donošenja odluka i ponašanja u pogledu intimnosti, pod uslovom da se njime ne narušavaju seksualna prava drugih.

PRAVO NA SEKSUALNO ZADOVOLJSTVO – Seksualno zadovoljstvo, uključujući samoerotiku, je izvor fizičkog, psihološkog i duhovnog blagostanja.

PRAVO NA SEKSUALNO IZRAŽAVANJE – Seksualno izražavanje je više od erotskog uživanja ili seksualnog čina. Svaki pojedinac ima pravo da izrazi seksualnost kroz komunikaciju, dodir, osjećanja i ljubav.

PRAVO NA SLOBODNO SEKSUALNO UDRUŽIVANJE – Pravo na stupanje ili nestupanje u brak, pravo na razvod i na uspostavljanje drugih vrsta odgovornih seksualnih ili intimnih udruživanja.

PRAVO NA SLOBODNE I ODGOVORNE REPRODUKTIVNE IZBORE – Pravo na donošenje odluke da li imati djecu ili ne, koliko, kada i pravo na pristup kontraceptivnim metodima.

S druge strane, reproduktivna prava „odnose se na mogućnost muškaraca i žena da donose odluke o svojoj seksualnosti, plodnosti i svom zdravlju u vezi sa reproduktivnim ciklusom i podizanjem svoje djece. Kada zagovaramo korištenje

mogućnosti izbora, ova prava podrazumijevaju potpuni pristup informacijama o reprodukciji, kao i pristup neophodnim resursima kako bi izbor mogli napraviti efikasno i sigurno“.⁵⁵

OKVIR
2.

Okvir 3: PAZI SEX

PAZI SEX - www.pazisex.net je obrazovni internet portal dizajniran za korištenje od strane adolescenata u vezi sa seksualnim i reproduktivnim zdravljem.

ASTRA YOUTH (ASTRA GRUPA MLADIH)

ASTRA Youth (ASTRA grupa mladih) je mreža aktivista koja zagovara seksualno i reproduktivno zdravlje i prava mladih (SRHR) iz centralne i istočne Evrope i Balkana, bavi se pitanjem statusa seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava mladih u Glasu mladih (Youth's Voice). Glas mladih je izvještaj o rezultatima istraživanja koji detaljno iznosi poznavanje i stavove mladih ljudi o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i pravima u njihovim matičnim zemljama. Zemlje učesnice su Jermenija, Bugarska, Hrvatska, Kipar, Gruzija, Litvanija, Makedonija, Poljska, Srbija, Crna Gora i Slovačka.

OKVIR
3.

Koja je uloga zdravstvenih službi u promovisanju seksualnog i reproduktivnog zdravlja (SRZ) mladih ljudi⁵⁶

Pružanje zdravstvenih usluga po mjeri mladića je važan element u promovisanju pristupa i korištenja informacija, usluga i podrške u vezi sa SRZ-om od strane mladih ljudi. Nažalost, i u regionu i u svijetu postoji nedostatak zdravstvenih usluga po mjeri mladih, posebno onih koje se odnose na seksualno i reproduktivno zdravlje. U nekim sredinama, gdje su seksualnost mladih i reproduktivno zdravlje tabu teme, zakoni i politike mogu ograničiti mlade ljude da dobiju pristup zdravstvenim uslugama iz oblasti seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Kada su ove usluge dostupne, često se zahtijeva prisustvo ili

odobrenje roditelja ili staratelja, zabranjujući ili ograničavajući na taj način mogućnosti za mlade ljude da imaju pristup povjerljivim uslugama. Od zdravstvenih usluga po mjeri mladih još su manje dostupne usluge koje uključuju rodnu perspektivu, to jest razumijevanje toga kako rodne uloge i dinamika moći oblikuju stavove i ponašanja u vezi sa seksualnim i reproduktivnim zdravljem mladića i djevojaka. I mladići i djevojke imaju specifične potrebe u pogledu njihovog zdravlja i razvoja zbog načina na koji su socijalizovani. Stoga je važno da usluge reflektuju i odgovaraju na njihove specifične potrebe.

55 — Maria Bethania Ávila, Direitos Reprodutivos: Uma Invencao Das Mulheres Reconhecendo A Cidadania. (Recife: SosCorpo, 1993)

56 — Dijelovi ovog teksta su preuzeti od Ricardo, C., Barker, G., Nascimento, M., i Segundo, M. (2007) Engaging young men in HIV prevention: A toolkit for action (Uključivanje mladića u prevenciju HIV-a: Priručnik za akciju); New York UNFPA

Radionica 24: Briga o sebi: muškarci, žene, rod i zdravlje⁵⁸



CILJ:

Podići nivo svijesti u pogledu veza između toga kako su mladići/djevojke odgojeni i rizika po zdravlje sa kojima se suočavaju.



POTREBNI MATERIJAL:

Komadići papira ili kartona, flipčart, markeri, Tabele resursa A i B.



PREPORUČENO VRIJEME:

90 minuta (dva školska časa)



PLANIRANJE:

Tabela resursa B uključuje statističke podatke o muškarcima/ženama i različitim zdravstvenim ishodom. Moglo bi biti korisno da voditelj dopuni ove statističke podatke sa podacima na lokalnom i/ili nacionalnom nivou, što bi moglo pomoći učesnicima da bolje razumiju neke od rizika po zdravlje sa kojima se mladići i odrasli muškarci suočavaju u svojim zajednicama.

PROCEDURA:

1. Prije početka sesije napišite svako od pitanja iz Tabele resursa A na komadić papira ili kartona. Za grupe koje imaju problema sa čitanjem, voditelj može pročitati pitanja naglas umjesto da im dâ papire s pitanjima.
2. Podijelite učesnike u dvije do tri manje grupe i podijelite im pitanja.
3. Objasnite svakoj grupi da postoje tri moguća odgovora na svako pitanje: muškarci, žene ili i jedni i drugi. Zamolite ih da rasprave o svakom pitanju koje su dobili i da kao grupa pokušaju da odgovore na njih.
4. Dajte grupama 20 minuta da diskutuju o pitanjima i odgovorima na njih.
5. Napišite pitanja na flipčartu i potom naglas pročitajte svako pitanje; pitajte kako su grupe odgovorile i napišite odgovore na flipčartu.
6. Prođite kroz odgovore grupa i zamolite ih da objasne svoje odgovore.

58 — Prilagođeno prema: "Razvoj očinstva: Program za mlade očeve" (Fatherhood Development: A Curriculum for Young Fathers) autora Pamele Wilson i Jeffery Johnsona u izdanju Public Private Ventures, 1995.

Kao što je objašnjeno ranije, mladići mogu osjećati pritisak da se uključe u određena rizična ponašanja, uključujući i upotrebu supstanci i nezaštićeni seksualni odnos, kako bi se dokazali kao "pravi muškarci." Pored toga, oni mogu posmatrati traženje stručne pomoći kao "nemuzično" ili kao znak slabosti. U mnogim sredinama mladići mogu tražiti zdravstvene usluge samo u hitnim situacijama ili kada im trebaju kondomi.⁵⁷ Mnogi će radije potražiti pomoć i informacije među svojim vršnjacima i u apotekama nego u zvaničnim zdravstvenim ustanovama. Oni se takođe mogu opirati korištenju zdravstvenih usluga, jer zdravstvene ustanove posmatraju kao

mjesta na koja odlaze samo žene i djeca i/ili zato što ne očekuju da će osoblje imati razumijevanje za njihove potrebe. Zaista, ovakva shvatanja često podupiru čekaonice i službe koje su uglavnom usmjerene na žene i osoblje koje nije upoznato sa ili obučeno za pitanja seksualnog i reproduktivnog zdravlja specifična za mladiće. U tom kontekstu promovisanje zdravstvenih usluga po mjeri mladića zahtijeva dvostruki pristup: razvijanje zdravstvenih usluga koje više odgovaraju i koje su atraktivnije za mladiće, kao i rad sa mladićima na promjeni njihovog ponašanja kada je riječ o traženju savjeta o zdravlju.

REZIME

- › Moramo pokazati mladim ljudima da postoje različiti načini kako da budu "muškarci" i kako da budu "žene".
- › Treba da pokažemo mladim ljudima da zaista postoje razlike između muškaraca i žena i da smo mnoge od tih razlika konstruisali mi. Važno je da mladi ljudi vide kako ove društveno konstruisane razlike mogu imati presudni uticaj na naš svakodnevni život, što dovodi do diskriminacije i jačanja rodnih nejednakosti.
- › Seksualnost treba da bude shvaćena u svom punom smislu. Ona je, uostalom, mnogo više od "imati erekciju" i "povaliti nekoga". Pošto radimo sa mladim ljudima trebalo bi da istražimo druge dimenzije i izraze ljudske seksualnosti.
- › Treba da pokažemo mladim ljudima zašto je pozitivno i važno da poznaju svoje tijelo, da reproduktivno zdravlje nije samo problem žena i da seksualna prava nisu samo briga gej ili biseksualnih osoba.
- › Na kraju, kada uključimo mladiće u diskusije o seksualnim i reproduktivnim pravima treba da objedinimo i povežemo ova specifična prava sa ljudskim pravima u cjelini.

57 — S. Pearson, "Men's use of sexual health services" ("Korištenje seksualnih zdravstvenih usluga od strane muškaraca") *Journal of Family Planning and Reproductive Health Care* (Časopis za planiranje porodice i reproduktivno zdravlje) 29 (2003): 190-199.

7. Kada grupe završe sa prezentacijama svih svojih odgovora, objasnite im da je tačan odgovor na svako pitanje "Muškarci". Prođite kroz svako pitanje pojedinačno i prezentujte neke od statističkih podataka koji su dati u Tabeli resursa B i koristeći sljedeća pitanja započnite diskusiju:

- › Da li ste znali da su muškarci više izloženi riziku od ovog zdravstvenog problema?
- › Šta mislite zbog čega je tako?
- › Da li je moguće da muškarci izbjegnu ovaj zdravstveni problem? Kako? (**Napomena:** Voditelj bi trebalo da podstakne učesnike da razmisle o oblicima ponašanja i životnog stila koji su u vezi sa zdravstvenim problemima i o načinima kako bi se oni mogli spriječiti ili promijeniti).

Napomena u vezi sa procedurom: Iako su odgovori na pitanja najčešće "muškarci", u nekim okolnostima odgovor na neka od pitanja može biti "žene" ili "i jedni i drugi". Ukoliko se to desi, voditelj bi trebalo da usmjeri diskusiju na činjenicu da je na većinu pitanja odgovoreno sa "muškarci".

8. Nakon diskusije o svakom pitanju pojedinačno iskoristite sljedeća pitanja da rezimirate ovu sesiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Viđate li ove obrasce rizika među muškarcima u vašoj zajednici?
2. Šta mislite kod kojih drugih zdravstvenih problema su muškarci više podložni riziku nego žene?
3. U kojoj su starosnoj dobi muškarci najviše podložni riziku od nekih od ovih problema?
4. Zbog čega se muškarci suočavaju sa ovim rizicima po zdravlje? Koja je veza između ovih rizika i načina na koji se mladići socijalizuju?
5. Kako vidite sebe u odnosu na ove rizike? Šta možete učiniti kako biste smanjili ove rizike u svojim životima? A kako u životima drugih muškaraca?
6. Kako lični nedostatak brige o zdravlju (muškarci) može negativno uticati na zdravlje njegove partnerke (djevojka/supruga)?

TABELA RESURSA A:

ROD I ZDRAVLJE - PITANJA

Odgovorite na svako od sljedećih pitanja sa: "Muškarci", "Žene" ili "I jedni i drugi".

1. Ko ima kraći životni vijek?
2. Za koga je više vjerovatno da će umrijeti kao žrtva ubistva?
3. Za koga je više vjerovatno da će poginuti u saobraćajnoj nesreći?
4. Za koga je više vjerovatno da će počiniti samoubistvo?
5. Za koga je više vjerovatno da će konzumirati alkohol i napiti se?
6. Za koga je više vjerovatno da će umrijeti od predoziranja (pretjerane upotrebe supstanci)?
7. Za koga je više vjerovatno da će dobiti polno prenosive infekcije (SPI)?
8. Za koga je više vjerovatno da će imati više seksualnih partnera i nezaštićen seksualni odnos?
9. Za koga je manje vjerovatno da će tražiti ljekarsku pomoć?

ZAVRŠETAK:

Većina uzroka smrti kod muškaraca povezana je sa samodestruktivnim načinom života kakvim mnogi muškarci žive. Širom svijeta na muškarce se vrši pritisak da se ponašaju na određene načine. Na primjer, muškarci često više rizikuju, imaju više partnera, agresivniji su ili su više skloni nasilju u svojim odnosima sa drugima – sve ovo izlaže njih i njihove partnere riziku. Mladićima je važno da se kritički odnose prema svom životnom stilu i načinima na koje se izlažu riziku. Možda ste odgojeni da imate samopouzdanje, da ne brinete o svom zdravlju i/ili da ne tražite pomoć kad ste pod stresom. Ali, sposobnost da govorite o svojim problemima i traženje podrške predstavljaju važne načine da se zaštitite od različitih negativnih ishoda po zdravlje – kao što su upotreba supstanci, rizično seksualno ponašanje i sklonost nasilju.

Kroz kritičko razmišljanje o ovim normama možete naučiti da zdravlje nije samo pitanje za žene, već takođe nešto o čemu i muškarci treba da brinu i možete naučiti kako da bolje vodite računa o sebi. Rizično ponašanje dječaka i mladića različito utiče na zdravlje njihovih partnerki. Muškarac koji ne koristi zaštitu i koji je sklon promiskuitetnom ponašanju dovodi svoju djevojku ili suprugu u situaciju u kojoj postoji veći rizik da obole od jedne ili više polno prenosivih bolesti. Osim toga, SPI i neželjena/neplanirana trudnoća su često posljedice nekorištenja kontracepcije. Važno je napomenuti da rizično ponašanje u seksualnim odnosima može dovesti do neželjene trudnoće, ali isto tako može dovesti do prenošenja određene infekcije ili više njih.

TABELA RESURSA B:

ROD I ZDRAVLJE - ODGOVORI

Ko ima kraći životni vijek?

- › Globalno posmatrano, očekivani životni vijek za muškarce je 65 godina, a za žene 69.⁵⁹
- › U Bosni i Hercegovini očekivani životni vijek za muškarce je 66 godina, a za žene 72.⁶⁰
- › U Hrvatskoj očekivani životni vijek za muškarce je 72,9 godina, a za žene 79,6.⁶¹
- › U Srbiji očekivani životni vijek za muškarce je 72 godine, a za žene 77 godina.⁶²
- › U Crnoj Gori očekivani životni vijek za muškarce je 73 godine, a za žene 77.⁶³

Ko više umire kao žrtva ubistva?

- › Globalno posmatrano, otprilike osam od svakih 100 smrtnih slučajeva kod muškaraca svih uzrasta su posljedica ubistva. Kod žena dva od svakih 100 smrtnih slučajeva su posljedica ubistva.⁶⁴
- › U Hrvatskoj, u 2006. godini, stopa namjernih ubistava na 100.000 stanovnika iznosila je 1,66.⁶⁵
- › U Crnoj Gori 2005. godine ubijeno je 18 muškaraca i šest žena.⁶⁶
- › U Bosni i Hercegovini bilo je 67 ubistava u 2005. godini.⁶⁷ Novi podaci iz 2010. godine pokazuju da se desilo 49 ubistava.⁶⁸

Ko više umire u saobraćajnim nesrećama?

- › Globalno posmatrano, 28 od svakih 100.000 muškaraca i 11 od svakih 100.000 žena umre u saobraćajnim nesrećama. Drugim riječima,

gotovo tri puta više muškaraca u odnosu na žene umire od posljedica povreda zadobijenih u saobraćajnim nesrećama.⁶⁹

- › U Hrvatskoj muškarci imaju 50% veće šanse da budu povrijeđeni u saobraćajnim nesrećama nego žene.⁷⁰

Ko više umire od samoubistva?

Globalno posmatrano, muškarci počine samoubistvo gotovo četiri puta više nego žene.⁷¹

U Hrvatskoj muškarci počine samoubistvo tri puta više nego žene.⁷²

U Crnoj Gori, u 2005. godini, zabilježeno je 156 slučajeva samoubistva, od kojih su 3/4 počinili muškarci.⁷³

U Bosni i Hercegovini, u 2005. godini, 467 osoba je počinilo samoubistvo; od toga su 332 muškarca i 135 žena.⁷⁴

Ko konzumira više alkohola i ko se više opija?

- › Globalno posmatrano, muškarci procentualno više konzumiraju alkohol od žena kada je riječ o povremenom opijanju i pijankama.⁷⁵

- › U Hrvatskoj, prema istraživanju ESPAD-a iz 1999. godine, (ukupna veličina uzorka n=3.602; muškarci n=1.961 i žene n=1.641; starosna grupa između 15 i 16 godina), stopa opijanja iznosila je 12% (ukupno), od čega su 15% bili muškarci i 7% žene. Opijanje se definiše kao konzumiranje pet ili više pića zaredom tri ili više puta u posljednjih 30 dana.⁷⁶

59 — World Population Datasheet. Population Reference Bureau, 2006

60 — Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine 59 — World Population Datasheet. Population Reference Bureau, 2006

61 — Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske, 2011.

62 — <http://unstats.un.org> - UN Statistics division

63 — <http://unstats.un.org> - UN Statistics division

64 — WHO World Report on Violence and Health, 2002

65 — <http://data.un.org>, 2006

66 — Zavod za statistiku Crne Gore, 2005

67 — <http://www.msb.gov.ba/dokumenti/strateski?id=3441>

68 — https://www.parlament.ba/sadrzaj/ostali_akti/informacije/default.aspx?id=29435&langTag=bs-BA

69 — WHO World Report on Violence and Health, 2002

70 — Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske, 2011.

71 — Bertolote JM i Fleischmann A. 2002. "A Global Perspective in the Epidemiology of Suicide". *Suicidologi*. Arg. 7, br. 2

72 — Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske, 2011.

73 — Odjeljenje za krivične istrage, Republike Crne Gore

74 — Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine

75 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004

76 — Hibell B et al. The 1999 ESPAD Report. The European School Survey on Alcohol and Other Drugs: Alcohol and Other Drug Use Among Students in 30 European Countries. Stockholm, Council of Europe, 2000.

TABELA RESURSA B:

- › U Srbiji 45% mladih u dobi od 13 do 17 godina konzumira alkohol.⁷⁷
- › U Crnoj Gori istraživanje koje je urađeno na uzorku od 3.964 mlade osobe pokazalo je da 77,6% učenika koji su eksperimentisali sa drogama su bili srednjoškolci, od kojih je najveći procenat pohađao drugi razred (30,6%).⁷⁸

Ko više umire od predoziranja (pretjerane upotrebe supstanci)?

- › Globalno posmatrano, u dobi između 15 i 29 godina veća je vjerovatnoća da će muškarci u odnosu na žene umrijeti od pretjerane upotrebe alkohola.⁷⁹
- › U Hrvatskoj istraživanje sprovedeno među mladom populacijom je pokazalo da je 21% mladića i 18% djevojaka konzumiralo alkohol u posljednjih 30 dana.⁸⁰

Ko ima više SPI?

- › Globalno posmatrano, muškarci čine veći broj slučajeva oboljelih od gonoreje i sifilisa, a žene čine veći broj slučajeva oboljelih od trihomoniasis (Trichomoniasis) i klamidije.⁸¹
- › U Hrvatskoj muškarci čine veći broj slučajeva oboljelih od gonoreje, a žene čine veći broj slučajeva oboljelih od klamidije i HPV (Humani papilloma virus).⁸²

Ko ima više seksualnih partnera i ko češće ima nezaštićene seksualne odnose?

- › Globalno posmatrano, muškarci češće prijavljuju veze sa više seksualnih partnera nego žene, osim u nekim razvijenim industrijskim zemljama.⁸³

Za koga je manje vjerovatno da će tražiti ljekarsku pomoć?

- › Globalno posmatrano, manja je vjerovatnoća da će muškarci potražiti ljekarsku pomoć u odnosu na žene.⁸⁴

77 — Institut za mentalno zdravlje, Republika Srbija

78 — Institut za javno zdravlje Crne Gore

79 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004

80 — www.hzjz.hr

81 — WHO Global Prevalence and Incidence of Selected Curable Sexually Transmitted Infections, 2001

82 — www.plivazdravlje.hr; Pristupljeno 10.11.2015.

83 — Wellings, K. et al. 2006. "Sexual Behaviour in Context: A Global Perspective. The Lancet, Volume 368, Issue 9548, Pages 1706-1728

84 — Addis, M and Mahalik, J. 2003. "Men, Masculinity, and the Contexts of Help Seeking." *American Psychologist*, January 2003

Radionica 25: Zdravlje mladića

CILJ:
Diskutovati o tome kako rodne norme utiču najčešće na zdravstvene probleme mladića i proći kroz osnovno održavanje higijene.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart, komadići papira, samoljepljiva traka, markeri i Tabela resursa.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Ako je moguće, moglo bi biti interesantno da po završetku ove aktivnosti posjetite neku lokalnu zdravstvenu ustanovu gdje se mladići mogu upoznati i razgovarati sa zdravstvenim radnicima.

PROCEDURA:

1. Dajte svakom učesniku dva komadića papira i zamolite ih da (u tišini i samostalno) napišu dvije tipične karakteristike koje su u vezi sa muškarcima (neka napišu po jednu na svakom komadiću papira). Zamolite ih da zadrže te papire za kasniju fazu vježbe.
2. Zalijepite dva ili tri lista flipčart papira i zamolite nekog od učesnika da bude volonter za model prema kome će biti nacrtane kontura tijela.
3. Kada završe crtanje konture, zamolite ih da popune crtež detaljima kako bi ličio na mladića – da mu nacrtaju lice, odjeću i da mu daju ličnost. Na primjer, šta radi kad želi da se zabavi ili šta radi vikendom? Svi bi trebalo da učestvuju u ovoj vježbi sa crtežom. Zamolite učesnike da daju ime mladiću kojeg su nacrtali.
4. Zatim nacrtajte još jednu skicu tijela na dva ili tri nova lista flipčart papira. Zamolite nekog od učesnika da bude volonter i da nacrtaju genitalije na skici tijela. Ukoliko je učesnicima previše neprijatno da ovo urade, to može uraditi i voditelj.
5. Kada završite ove dvije skice, dajte svakom učesniku dva komadića papira i zamolite ih da napišu dva uobičajena zdravstvena problema/potrebe sa kojima se muškarci suočavaju (treba da napišu po jedan na svaki komadić papira).
6. Kada završe sa pisanjem, zamolite svakog učesnika da naglas pročita zdravstvene probleme/potrebe i da ih pričvrsti na onaj dio tijela gdje se taj zdravstveni problem javlja. Nije bitno ukoliko se neki problemi ponavljaju.

7. Zatim zamolite učesnike da naglas pročita karakteristike muškaraca koje su napisali na početku ove aktivnosti. Nakon čitanja karakteristika svaki učesnik bi trebalo da pričvrsti komadić papira na tijelo pored onog zdravstvenog problema/potrebe sa kojim se ta karakteristika može povezati. Podsjetite ih na prethodnu aktivnost i diskusiju koju su vodili o socijalizaciji i zdravstvenim rizicima sa kojima se muškarci suočavaju. Na primjer, karakteristika muškaraca da ima puno seksualnih partnera mogla bi se na tijelu pričvrstiti pored područja prepona kako bi bila označena povezanost ove karakteristike sa rizikom od polno prenosivih infekcija.
8. Istražite da li učesnici prepoznaju alkoholizam, nasilje, samoubistvo, HIV i AIDS i korištenje štetnih supstanci kao zdravstvene probleme. Ukoliko ih nisu spomenuli, pitajte da li su ovo problemi sa kojima se suočavaju mladići u njihovoj zajednici.
9. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

Pitanja za diskusiju:

1. Kakve zdravstvene probleme/potrebe imaju muškarci?

2. Šta su uzroci ovih zdravstvenih problema? Šta su posljedice ovih zdravstvenih problema?
3. Postoji li veza između zdravstvenih potreba muškaraca i karakteristika muškaraca koje smo identifikovali?
4. Kako uloga muškarca u njegovoj porodici ili zajednici utiče na njegovo zdravlje?
5. Da li muškarci i žene vode računa o svojim tijelima i zdravlju na isti način? Kako mladići vode računa o svom zdravlju?
6. Kada su muškarci bolesni, šta tada rade? Da li obično traže pomoć čim se počnu osjećati loše ili čekaju? Kada su žene bolesne, šta one rade?
7. Šta je higijena? Na koji način muškarci treba da održavaju ličnu higijenu? Na koji način žene treba da održavaju ličnu higijenu? (Pregledati Tabelu resursa).
8. Gdje mladići u vašoj zajednici mogu dobiti informacije o svom zdravlju ili tražiti pomoć za zdravstvene probleme?
9. Šta vi možete učiniti u svojim sopstvenim životima kako biste bolje vodili računa o svom zdravlju? Šta

ZAVRŠETAK:

Kao što smo raspravljali u ovoj i prethodnoj sesiji, postoji jasna veza između toga kako su muškarci odgojeni i toga da li i na koji način brinu o svom zdravlju. Mnogi muškarci, pokazujući tako svoju muževnost, ne brinu o svom zdravlju i možda vjeruju da su briga o zdravlju ili pretjerana zaukupljenost zdravljem odlike žena. Ovakve vrste

stavova i ponašanja naučeni su u ranom dobu, ali imaju uticaj na zdravlje muškaraca tokom cijelog njihovog života. Zbog ovoga je važno da kao mladići shvatite koliko je važno da vodite računa o sebi samima, uključujući i održavanje osnovne higijene. Čineći to imaćete koristi i vi i vaši partneri, o čemu će biti riječi u narednim aktivnostima.

TABELA RESURSA:**DOBRE HIGIJENSKE NAVIKE ZA MLADE LJUDE****Pranje tijela**

Pranje tijela pomaže osobi da ostane čista, da izbjegne infekcije i da se ne razboli. Perite se vodom ili sapunom jednom ili dvaput dnevno. Perite ruke prije i poslije jela. Perite ruke nakon odlaska u kupatilo kako biste spriječili prenošenje bakterija i infekcija. Umivanje lica sapunom i vodom barem dvaput dnevno može pomoći u sprečavanju pojave akni ili ih ublažiti.

Prijatan miris

Koristite dezodorans, dječiji puder ili najčešći proizvod u vašoj zemlji za prijatan miris ispod pazuha. Budite oprezni prilikom izbora određenih dezodorans sprejeva i stikova. Neki od njih, iako se radi o dobro poznatim robnim markama, sadrže štetne tvari koje imaju negativan učinak na organizam.

Kosa

Redovno perite kosu kako bi uvijek bila čista. Svaki dan ili svaka dva ili tri dana ili jednom sedmično će biti dovoljno. Glavu ne briju svi muškarci i žene. Ovo zavisi od kulture i izbora.

Zubi i usta

Koristite onaj proizvod koji se najčešće upotrebljava u vašoj zemlji kako biste prali zube dvaput dnevno, uključujući u to pranje zuba prije spavanja svako veče. Pranjem zuba pomažete u sprečavanju nastanka karijesa ili kvarenja zuba. Korištenje zubne paste sa fluorom takođe može pomoći da ojačate svoje zube.

Donji veš

Svaki dan oblačite čist donji veš kako biste izbjegli infekcije i održavali područje genitalija čistim.

Područje genitalija

Važno je da se penis pere i čisti svaki dan.

Za sve muškarce je važno da peru i čiste penis i područje oko anusa svaki dan. Operite sapunom i vodom svaki dan mošnice, područje između mošnica i butina, središnji dio zadnjice i anus. Za neobrezane muškarce važno je da prevlače kožicu i nježno peru ovo područje. Neobrezanost nije sama po sebi nehigijenska, ali neobrezani muškarci treba da posvete više pažnje svojoj higijeni.

Radionica 26: Tijela muškaraca⁸⁵

CILJ:

Podići nivo svijesti i znanja o muškom reproduktivnom sistemu i genitalijama.

POTREBNI MATERIJAL:

Komadići papira ili kartona, obične/hemijske olovke, po jedan primjerak Tabele resursa A i C i dovoljan broj kopija Tabela resursa D, E i G za sve učesnike.

PREPORUČENO VRIJEME:

45 minuta. Ova aktivnost često izazove mnoga pitanja kod učesnika i bilo bi korisno da ostavite dodatne dvije sesije kako biste adekvatno obradili ovu temu.

PLANIRANJE:

Važno je da voditelj bude upoznat sa ovom temom prije početka sesije ili da pozove nekog ko ima iskustva u radu sa mladima na ovu temu. Voditelj takođe treba da odredi nivo adekvatan za grupu do kojeg će se ići u detalje. Za neke od učesnika ova sesija će poslužiti kao brzo ponavljanje. Međutim, mnoge od ovih informacija mogu biti novitet mladima. Takođe, mnogi učesnici možda posjeduju osnovno razumijevanje anatomije i fiziologije, ali možda nikad nisu imali priliku da postavljaju određena pitanja. Ukoliko su informacije previše jednostavne za neke od učesnika, podstaknite ih da podijele činjenice koje znaju sa drugim učesnicima koji su slabije upoznati sa ovim materijalom. Važno je znati da će nekim učesnicima možda biti neprijatno da postavljaju pitanja o muškom tijelu i genitalijama. Ukoliko se to desi, moglo bi biti od pomoći da ih zamolite da napišu svoja pitanja na komadiće papira koja ćete pokupiti i naglas pročitati za diskusiju. Voditelj bi takođe trebalo da stvori otvorenu i prijatnu atmosferu za vrijeme ove aktivnosti i diskusije.

Tabela resursa G sadrži listu web stranica i izvora koji nude informacije ili detalje u vezi sa muškim reproduktivnim sistemom i zdravljem. Preporučuje se da voditelj doda bilo koju relevantnu web stranicu ili izvor i učesnicima obezbijedi primjerke na kojima su oni navedeni.

85 — Preuzeto iz E. Knebel (2003) "My Changing Body: Fertility Awareness for Young People" Institute for Reproductive Health and Family Health International.

PROCEDURA

- Prije početka sesije napišite sljedeće riječi na komadićima papira ili karticama: vans deferens (sjemenovod), penis, uretra (mokraćna cijev), dosjemenik (epididymis), testis (sjemenik), mošnica, prostata, sjemeni mjehurić i mjehur. Na istom listu papira napišite opis/ objašnjenje za svaku od ovih riječi kao što je predstavljeno u Tabeli resursa Ključne riječi – Muški reproduktivni sistem i genitalije.
- Na početku sesije podijelite učesnike u dvije grupe. Obje grupe treba da dobiju primjerak Tabele resursa A, Tabelu resursa C i set papira sa imenima i objašnjenjima funkcija organa muškog reproduktivnog sistema a što je predstavljeno u Tabeli resursa Ključne riječi.
- Objasnite svakoj grupi da će morati pročitati riječi i opise koje su dobili i onda pokušati da označe različite dijelove na crtežima muškog reproduktivnog sistema i genitalija.
- Dajte grupama 10 minuta da se dogovore i označe crteže u tabeli resursa C (prazna šema muškog reproduktivnog sistema).
- Zamolite grupe da predstave svoje slike i objasne svoje odgovore. Kada obje grupe završe

ZAVRŠETAK:

Mnogi muškarci i žene ne znaju mnogo o svojim tijelima, niti vjeruju da je potrebno posvetiti vrijeme kako bi ih bolje razumjeli. Kao što ćete vidjeti u diskusijama tokom drugih radionica, ovo nepoznavanje svog tijela i načina njegovog

prezentaciju svojih slika, pozovite učesnike da postavite pitanja i naprave ispravke.

- Pregledajte Tabelu resursa F – Uobičajena pitanja o muškom reproduktivnom sistemu i genitalijama. Čak i ako učesnici ne postavite sami ova pitanja, važno je da dobiju ove podatke.
- Rezimirajte diskusiju sljedećim pitanjima.

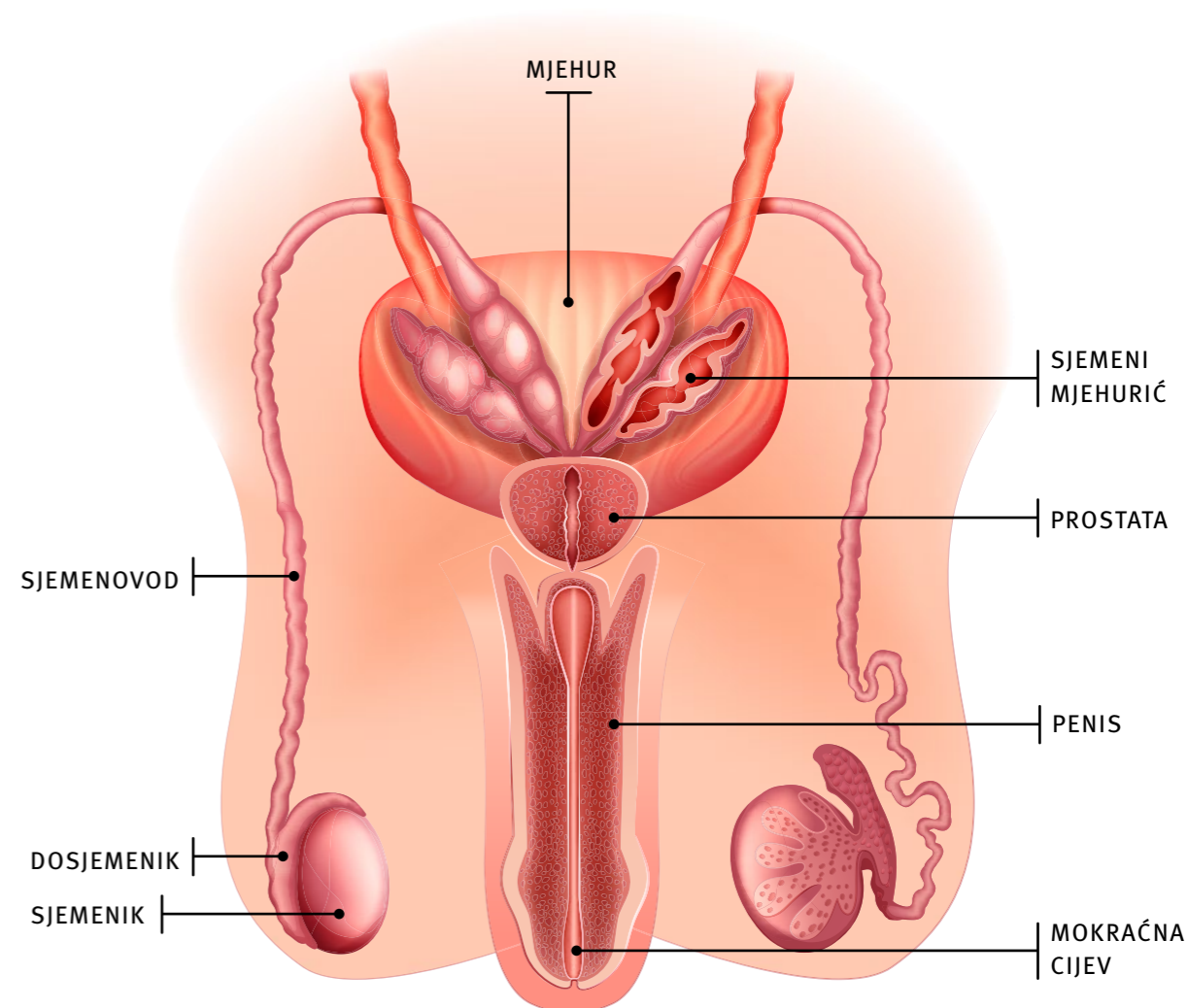
PITANJA ZA DISKUSIJU:

- Koje polne organe je bilo najteže prepoznati? Zašto?
- Da li mislite da je mladima važno da znaju naziv i funkciju muških polnih organa? Zašto?
- Da li mislite da je mladima važno da znaju naziv i funkciju ženskih polnih organa? Zašto?
- Da li mladići obično posjeduju informacije o ovim temama? Zašto da ili zašto ne?
- Šta možete učiniti kako biste obezbijedili da mladi ljudi u vašoj zajednici dobiju preciznije podatke o ovim temama?

funkcionisanja često ima negativne posljedice na higijenu i zdravlje. Takođe je važno poznavati ženski reproduktivni sistem kako biste bili što više uključeni u razgovor i odluku o planiranju porodice i srodnim pitanjima.

TABELA RESURSA A:

Muški reproduktivni sistem



- Bladder – mjehur
- Seminal vesicles – sjemeni mjehurić
- Vas deferens – sjemenovod
- Penis – penis
- Urethra – mokraćna cijev
- Epididymis – dosjemenik
- Testicle – sjemenik
- Scrotum – mošnica
- Prostate – prostata

KLJUČNE RIJEČI:

Ejakulacija: Snažno izlučivanje sjemene tečnosti iz penisa.

Dosjemenik: Organ gdje sperma sazrijeva nakon što nastane u testisima.

Penis: Spoljašnji valjkasti muški organ koji se koristi za mokrenje ili seksualnu stimulaciju. Veličina penisa razlikuje se od muškarca do muškarca. Većinu vremena penis je mekan i opušten. Za vrijeme seksualnog uzbuđenja spužvasto tkivo penisa ispunjuje se krvlju i penis postaje veći i čvršći, u procesu koji se naziva erekcija. Za vrijeme seksualnog odnosa, kada je izuzetno uzbuđen, penis izbacuje tečnost koja se zove sperma ili sjeme i koja sadrži spermatozoide. Ejakulacija sperme dovodi do intenzivnog osjećaja zadovoljstva koje se naziva orgazam.

Prepucij ili kožica: Koža koja prekriva glavu penisa. Kada penis postigne erekciju, kožica se povuče nazad, ostavljajući glans penis (ili glavič) otkriven.

Kada se ovo ne dogodi, takvo stanje se naziva fimozis (phimosis), što može prouzrokovati bol za vrijeme polnog odnosa i otežati održavanje lične higijene. Fimozis se lako koriguje hirurškim zahvatom uz lokalnu anesteziju. U nekim kulturama ili zemljama ili u nekim porodicama kožica se kod dječaka odstrani u postupku koji se naziva obrezivanje. Kada kožica postoji, važno je da se svakodnevno pere ispod nje.

Prostata: Žlijezda koja proizvodi rijetku mliječnu tečnost koja omogućava spermatozoidima pokretljivost i da postanu dio sjemena.

Mošnja: Kožna kesa koja se nalazi iza penisa i u kojoj su smješteni testisi. Njen izgled se mijenja zavisno od stanja kontrakcije ili opuštanja muskulature. Na primjer, kad je hladno, ona se skuplja i nabora, a kad je toplo ona se širi i izdužuje.

Sjeme: Tečnost koju muškarac izbacuje kroz penis kada ejakulira.

Sjemeni mjehurići: Male žlijezde koje proizvode gustu, viskoznu tečnost koja obezbjeđuje energiju za spermatozoide.

Spermatozoid: Muška polna ćelija. Put spermatozoide: Spermatozoidi putuju od testisa do dosjemenika, gdje ostaju oko 14 dana i u tom periodu sazrijevaju. Odatle spermatozoidi dolaze u sjemenovode koji ih sprovode do mokraćne cijevi. U toj fazi, sjemeni mjehurići proizvode hranjivu tečnost koja spermatozoidima daje energiju. Prostata također proizvodi tečnost koja pomaže spermatozoidima da plivaju. Mješavina spermatozoide i ove dvije tečnosti se naziva sjeme. Tokom seksualnog uzbuđenja Kuperova žlijezda luči providni sekret u mokraćnu cijev. Ova tečnost, poznata kao pre-ejakulat ili pre-cum, djeluje kao lubrikant za spermatozoide i oblaže mokraćnu cijev. Za vrijeme seksualnog uzbuđenja može se desiti izbacivanje sjemena. Mala količina sjemena koja se izbacuje (jedna ili dvije kafene kašike) može sadržati i do 400 miliona spermatozoide.

Testisi: Muške polne žlijezde koje su smještene u mošnjicama i stvaraju spermatozoide. Jedan od hormona koji nastaje u testisima je testosteron, odgovoran za sekundarne seksualne karakteristike muškarca, kao što su nijansa kože, dlake na licu, boja glasa i mišići. Testisi imaju oblik dva jajeta i da biste ih osjetili, morate samo opipati mošnjice. Oni su smješteni izvan tijela, jer se sperma može jedino proizvesti na temperaturi nižoj od normalne tjelesne temperature. Mošnjice se u stvari opuštaju i odvajaju od tijela kada je toplo, a skupljaju se prema tijelu kada je hladno kako bi regulisale optimalnu temperaturu za proizvodnju sperme. Lijevi testis obično je spušten niže nego desni. Samopregled testisa jednom mjesečno je važan za očuvanje zdravlja. Kružnim pokretima pređite prstima preko testisa. Ukoliko osjetite bilo kakav čvor, otok ili bol treba da odmah odete ljekaru na pregled.

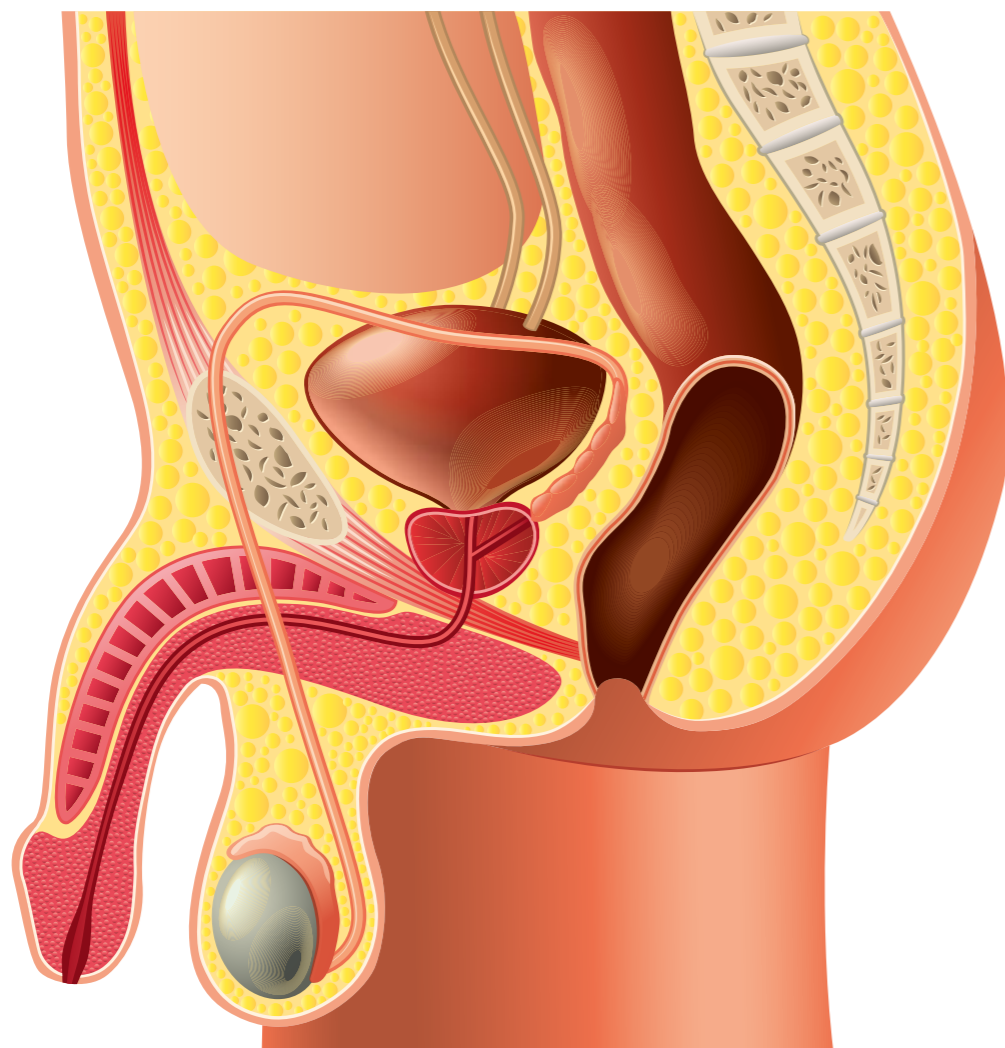
Mokraćna cijev: Kanal koji nosi urin iz mjehura (organ u kome se urin zadržava u tijelu) do mokraćnog otvora. Kod muškaraca mokraćna cijev također nosi sjeme.

Mokraćni otvor: Mjesto iz kojeg muškarac mokri.

Sjemenovod: Dugi, uski kanali koji odvođe spermatozoide iz dosjemenika.

TABELA RESURSA C:⁸⁶

Muški reproduktivni sistem i genitalije



Od puberteta nadalje sperma se neprekidno proizvodi u testisima (sjemenicima), koji se nalaze u mošnjicama. Dok se sperma razvija, ona dolazi u dosjemenik, gdje ostaje oko dvije sedmice da sazri. Sperma zatim kreće iz dosjemenika u sjemenovod. Ove cjevčice spermu sprovode do sjemenih mjehurića i prostate, koja proizvodi tečnost koja se miješa sa spermom kako bi nastalo sjeme. Za vrijeme ejakulacije sjeme prolazi kroz penis i izlučuje se iz tijela kroz mokraćnu cijev, istu cijev kroz koju se izlučuje urin. Mokraćni otvor je mjesto kroz koje muškarac mokri ili ejakulira.

86 — Preuzeto od Instituta za reproduktivno zdravlje, organizacije Family Health International i knjige E. Knebel (2003) "My Changing Body: Fertilty Awareness for Young People"

TABELA RESURSA F:⁸⁷**Uobičajena pitanja o muškom reproduktivnom sistemu i genitalijama**

P: Šta je masturbacija?

O: Masturbacija je trljanje, milovanje ili neka druga stimulacija polnih organa – penisa, vagine i grudi – kako bi se postiglo zadovoljstvo ili izrazila seksualna osjećanja. I muškarci i žene mogu otkriti seksualna osjećanja i osjetiti seksualno zadovoljstvo putem masturbacije. Ne postoji naučni dokaz da masturbacija uzrokuje ikakvo oštećenje na tijelu ili umu. Masturbacija je jedino medicinski problem kada ne dopušta osobi da funkcioniše kako treba ili kada se izvodi u javnosti. Međutim, postoje mnoge vjerske i kulturološke prepreke masturbaciji. Odluka o tome da li da pojedinac masturbira ili ne prepuštena je ličnom izboru.

P: Mogu li sjeme i urin istovremeno izlaziti iz tijela?

O: Neki mladići brinu o ovome, jer se isti prolaz koristi i za urin i za sjeme. Valvula (ventil) u dnu mokraćne cijevi onemogućava da urin i sjeme prolaze kroz ovu cijev istovremeno.

P: Koja je prava dužine penisa?

O: Prosječan penis je dug između 11 i 18 centimetara kada je u erekciji. Ne postoji standardna veličina, oblik i dužina penisa. Neki su debeli i kratki. Drugi su dugački i tanki. Nema istine u tvrdnji da je veći penis bolji penis.

P: Da li je normalno kada je jedan testis niže spušten od drugog?

O: Da. Kod većine muškaraca testisi više nejednako.

P: Da li je problem ako je penis malo zakrivljen?

O: Normalno je da muškarac ima zakrivljen penis. On se ispravi za vrijeme erekcije.

P: Kakva su ono ispuščenja na glaviću penisa?

O: Ta ispuščenja su žlijezde koje proizvode bijelu mliječnu supstancu. Ova supstanca pomaže da se kožica glatko povlači nazad preko glavića. Međutim, ako se nakupi ispod kožice može prouzrokovati neprijatan miris ili infekciju. Važno je da sve vrijeme održavate ovo područje ispod kožice čistim.

P: Kako se može spriječiti erekcija u javnosti?

O: To je normalno. Iako možda mislite da je to neprijatno, pokušajte da se sjetite da većina ljudi neće ni primijetiti erekciju osim ako vi ne skrenete pažnju na to.

P: Da li će zbog vlažnih snova ili ejakulacije mladić izgubiti svu svoju spermu?

O: Ne. Muško tijelo neprestano proizvodi spermu tokom cijelog života.

87 — Preuzeto od Instituta za reproduktivno zdravlje, organizacije Family Health International i knjige E. Knebela (2003) "My Changing Body: Fertilty Awareness for Young People"

TABELA RESURSA G:

Za više informacija o ovoj temi posjetite sljedeće web stranice:

1. <http://pazisex.net/>
2. <http://www.youngmeninitiative.net>
3. www.xy.com.ba
4. <http://www.pm.rs.ba/>
5. <https://www.facebook.com/NGOYouthPower/>
6. www.sezamweb.net
7. <http://www.who.int>
8. <http://www.zdravlje.nshc.org.rs>
9. www.iwannaknow.org
10. www.status-m.hr
11. <http://www.ippf.org>

Radionica 27: Tijela žena

CILJ:
Podići nivo svijesti i znanja o ženskom reproduktivnom sistemu i genitalijama.

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke za pitanja (ako je potrebno). Kopije Tabele resursa 3A-H.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
Čak i nakon rasprave moglo bi se dogoditi da se učesnici možda neće osjećati prijatno da postavljaju pitanja o ženskom tijelu i genitalijama. Ako se to desi, možda bi bilo dobro da ih zamolite da napišu svoja pitanja na papirićima koje će onda biti prikupljeni i naglas pročitani za raspravu.

PROCEDURA:

1. Napraviti interaktivnu prezentaciju anatomije i fiziologije ženskog reproduktivnog sistema. Možete ga nacrtati na flipčartu ili koristiti fotokopije ili crteže iz Tabele resursa.
2. Zajedno sa učesnicima imenujte različite dijelove reproduktivnog sistema i kako oni funkcionišu. Teme higijene intimnih dijelova, nevinost, menstruacije, zadovoljstvo i orgazam treba da budu uključene prilikom objašnjavanja anatomije.
3. Pitajte učesnike da li imaju dodatnih pitanja.
4. "Njen prvi pregled kod ginekologa" – zamolite učesnike da se udobno smjeste i zatvore oči. Ispričajte im priču o tome kako bi posjeta ginekologu trebalo da izgleda. Možete koristiti Tabelu resursa kao ideju za priču. Ako voditelj zaključi da ovaj dio radionice nije pogodan za mješovite grupe, barem objasnite važnost odlaska kod ginekologa.

OPCIONALNO: Podijelite učesnike u grupe i dajte im prazne slike ženskih i muških reproduktivnih organa i recite im da napišu nazive različitih dijelova. Koristite brošure.

5. Započnite diskusiju koristeći pitanja ispod

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koje polne organe je bilo najteže prepoznati? Zašto?
2. Da li mislite da je djevojkama i mladićima važno da znaju naziv i funkciju polnih organa? Zašto?
3. Da li mislite da je važno da mladi ljudi znaju naziv i funkciju polnih organa suprotnog pola? Zašto?
4. Kako ovo znanje (ili njegov nedostatak) utiče na seksualno zadovoljstvo?
5. Koje druge informacije o tijelu žene i muškarca je važno poznavati?
6. Da li mladi ljudi generalno imaju informacije o ovim temama? Zašto da ili zašto ne?
7. Gdje mogu dobiti ove informacije?
8. Koja je uloga ginekologa?
9. Šta kada je riječ o muškarcima? Gdje oni idu, ako imaju neki problem ili žele savjet?
10. Šta možete učiniti kako biste obezbijedili da mladi ljudi u vašoj zajednici dobiju preciznije informacije o ovim temama?

ZAVRŠETAK:

Kao djevojke imate pravo da znate i razumijete svoje tijelo u potpunosti. Poznavanje sopstvenog seksualnog i reproduktivnog sistema je važno da biste imali ispunjen seksualni život koji uključuje sprečavanje neplaniranih trudnoća i SPI i zdrav reproduktivni život ukoliko odlučite da imate djecu.

Koristite brošure povezane sa ovom radionicom:

Tabela resursa 3A

– Ženski reproduktivni sistem - unutrašnje genitalije

Tabela resursa 3B

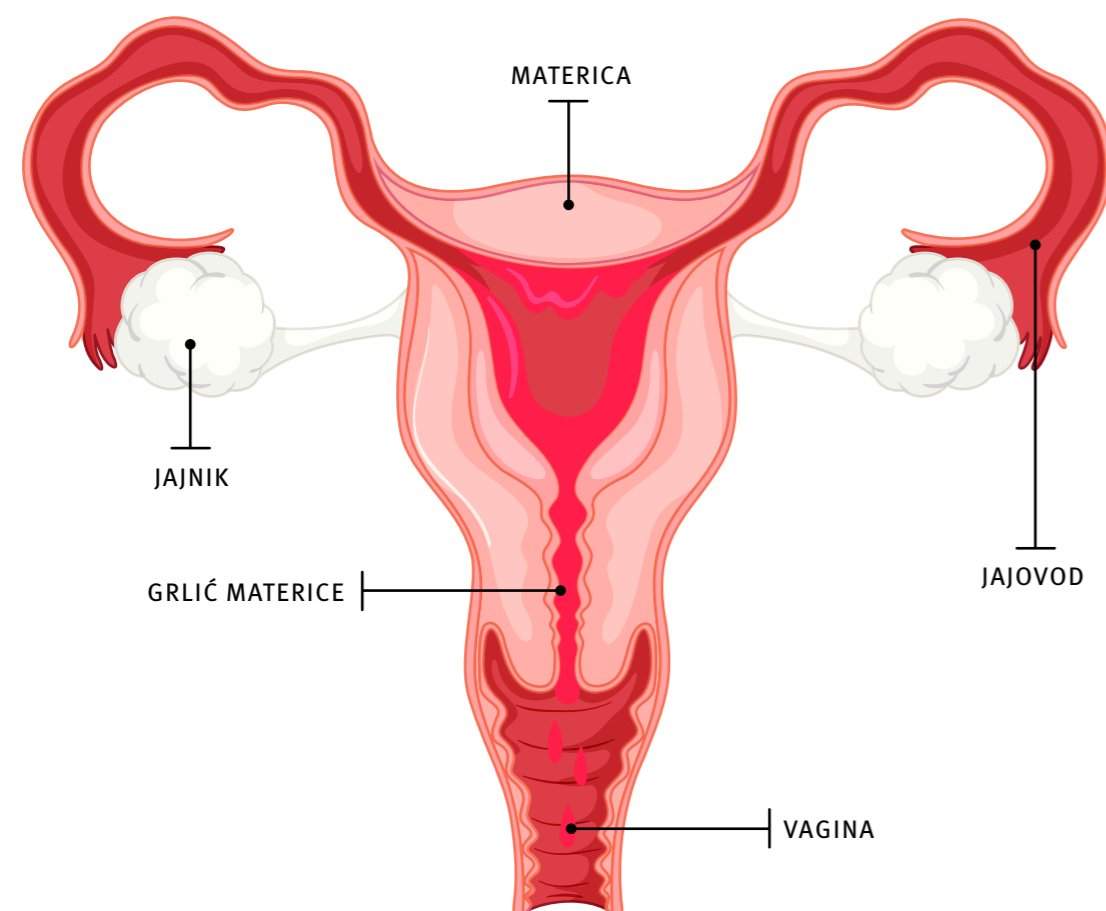
– Ženski reproduktivni sistem - spoljašnje genitalije

Tabela resursa 3D

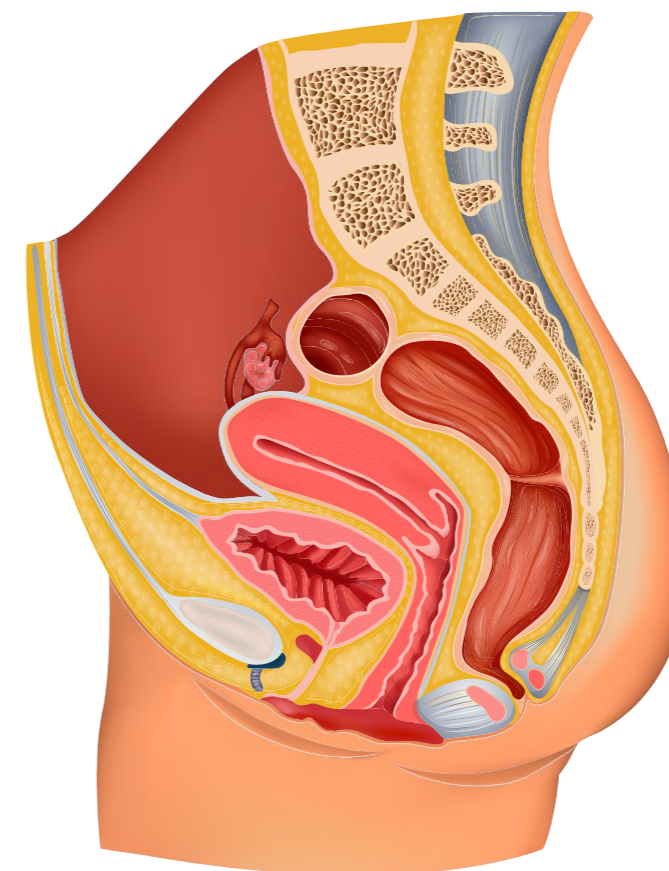
– Ženski reproduktivni sistem - unutrašnje genitalije sa sljedećim objašnjenjima:

TABELA RESURSA 3A:

Tabela resursa 3A - Ženski reproduktivni sistem - unutrašnje genitalije



1. Ovary - jajnik
2. Fallopian tube - jajovod
3. Uterus - materica
4. Cervix - vrat/grlič materice
5. Vagina – vagina

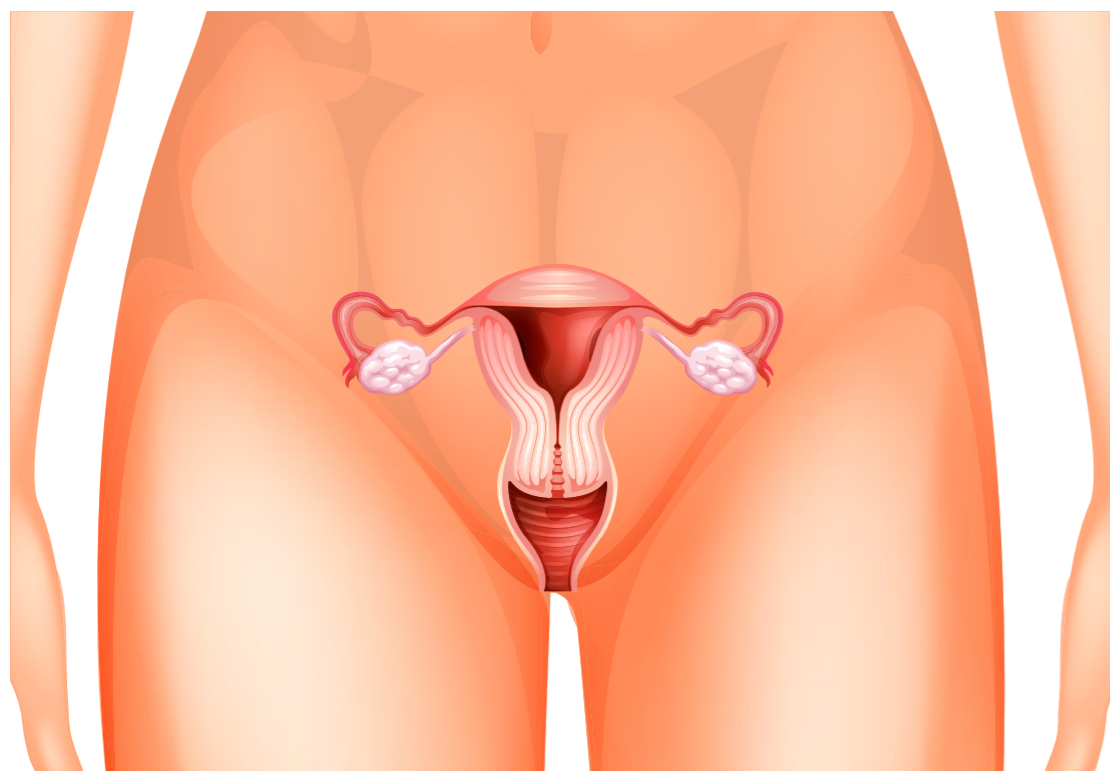


OBJAŠNJENJE:

Svaka žena je rođena sa hiljadama jajašaca u svojim jajnicima. Jajašca su tako mala da se ne mogu vidjeti golim okom. Kada djevojka uđe u pubertet, malo jajašce sazri u jednom od njenih jajnika i zatim se spušta kroz jajovod do materice. Ovo oslobađanje jajašca iz jajnika nazivamo ovulacijom. Materica se priprema za dolazak jajašca stvaranjem debele i meke obloge poput jastuka. Ako je djevojka imala seksualne odnose nekoliko dana prije ovulacije, do trenutka kada jajašce stigne do jajovoda, spermatozoidi bi ga tamo mogli čekati kako bi se sjedinili s njim. Ako se jajašce spoji sa spermatozoidom (što se naziva oplodnjom), jajašce putuje do materice i ugnijezdi se u oblogu materice i ostaje tamo narednih devet mjeseci razvijajući se u bebu. Ako jajašce nije oplođeno, tada materica ne treba debelu oblogu koju je stvorila za zaštitu jajašca. Ona odbacuje oblogu, zajedno sa krvlju, tjelesnom tečnošću i neoplođenim jajašcem. Sve ovo prolazi kroz grlič materice i izlazi napolje iz vagine. Ovo krvarenje nazivamo "mjesečnicom" ili menstruacijom.

KLJUČNE RIJEČI

Grlič materice: Donji dio materice koji se proteže do vagine.
Jajovodi: Cijevi koje nose jajašce od jajnika do materice.
Oplodnja: Sjedinjavanje jajašceta i spermatozoida.
Menstruacija: Mjesečno izlučivanje krvi i tkiva obloge materice.
Jajnici: Dvije žlijezde koje sadrže hiljade nezrelih jajašaca.
Ovulacija: Periodično oslobađanje zrelog jajašca iz jajnika.
Sekrecija: Proces u kojem žlijezde izlučuju određeni materijal u krvotok ili van tijela.
Materica: Mali, šuplji, mišićni ženski organ gdje se fetus prihvata i održava njegov razvoj od trenutka implantacije do rođenja.
Vagina: Kanal koji formira prolaz od materice do izlaza iz tijela.

TABELA RESURSA 3B:**Tabela resursa 3B - Ženski reproduktivni sistem - spoljašnje genitalije**

1. Outer lip - velike usne (vanjske)
2. Inner lip - male usne (unutrašnje)
3. Opening of vagina - vaginalni otvor
4. Clitoris - klitoris/dražica
5. Urinary opening - mokraćni otvor
6. Anus - anus

OBJAŠNENJE:

Spoljašnje genitalije sastoje se od dva zaobljena sloja naborane kože: labia majora (ili spoljašnje usne) i labia minora (ili unutrašnje usne). Usne prekrivaju i štite vaginalni otvor. Unutrašnje i spoljašnje usne spajaju se u pubičnom području. Blizu vrha usana, unutar nabora nalazi se malo cilindrično tijelo koje se naziva klitoris. Klitoris se sastoji od istog tipa tkiva kao i glavić muškog penisa i veoma je osjetljiv i odgovoran je za seksualno zadovoljstvo žena. Njegova stimulacija može dovesti do toga da žena osjeti intenzivan osjećaj zadovoljstva koji se naziva orgazam. Mokraćna cijev (uretra) je kratka cijev koja sprovodi urin iz mjehura van tijela. Urin se izbacuje iz tijela žene kroz mokraćni ili urinarni otvor. Vagina je mjesto odakle izlazi menstrualna krv žene i takođe može biti izvor zadovoljstva za žene. Mokraćni otvor i vaginalni otvor čine područje koje se naziva trijem vagine (vestibulum vaginae). Svi zajedno, spoljašnji ženski polni organi nazivaju se stidnica (vulva).

KLJUČNE RIJEČI

Klitoris: Mali organ u gornjem dijelu usana koji je osjetljiv na nadražaj.

Labia majora (spoljašnje usne): Dva kožna nabora (po jedan sa obje strane vaginalnog otvora) koji prekrivaju i štite polni organ, uključujući i trijem vagine.

Labia minora (unutrašnje usne): Dva kožna nabora između velikih usana koja se protežu od klitorisa sa obje strane mokraćnog i vaginalnog otvora.

Mokraćna cijev: Kratka cijev koja sprovodi urin iz mjehura van tijela (organ u kome se urin zadržava u tijelu).

Mokraćni (urinarni) otvor: Mjesto iz kojeg žena mokri.

Vaginalni otvor: Otvor u vagini odakle menstrualna krv izlazi iz tijela.

Trijem vagine: Područje spoljašnjih ženskih genitalija, koje se sastoji od vaginalnog i mokraćnog otvora.

Stidnica: Spoljašnji polni organi žene, koji uključuju velike usne, male usne, klitoris i trijem vagine.

TABELA RESURSA 3H:**Posjeta ginekologu****Priprema za posjetu ginekologu:**

Prije odlaska ginekologu ne morate obavljati nikakve posebne pripreme osim uobičajenih higijenskih navika. Ginekolog će vas pitati o vašoj posljednjoj menstruaciji pa ponesite svoju evidenciju o tome ako je vodite ili barem pokušajte da se sjetite kada ste posljednji put imali menstruaciju. Obično imate mogućnost da između dostupnih ginekologa izaberete onoga kod kojeg želite da idete. Takođe možete izabrati da li želite ženskog ili muškog ginekologa.

Kada uđete u ordinaciju kod ginekologa on/ona će prvo razgovarati sa vama. Postaviće vam nekoliko pitanja. To su osnovna pitanja, ne nužno ovim redoslijedom:

Vaše menstruacije. Kada ste je imali prvi put, da li su redovne, kada ste je imali posljednji put. Jesu li bolne, koliko dugo traju... Da li imate neke druge probleme.

Nevinost – da li ste imali vaginalni seks. Ako je odgovor negativan, ali je potrebno obaviti pregled, on se može obaviti pažljivo kroz anus prstom, a ne vaginalno. To može biti neprijatno, ali ne bi trebalo da boli.

Ako ste seksualno aktivni ili planirate da budete, a ne želite da imate djecu u skorije vrijeme, možete razgovarati o tome koje metode kontracepcije i zaštite od SPI koristite (ili bi mogli početi da koristite).

Ako planirate da zatrudnite, vaš ginekolog bi takođe trebalo to da zna tako da vam ona/on može pomoći kako bi obezbijedio da vi i vaša buduća beba budete što je moguće zdraviji.

Ako ste trudni ili sumnjate da ste trudni, morate reći svom ginekologu prije pregleda.

Kako izgleda pregled?

Reći će vam da odete iza paravana i skinete svu odjeću sa donjeg dijela tijela (osim čarapa), uključujući i donji veš. Obucite papuče i idite do stolice koja liči na sto. Ležite na ivicu stolice, podignite noge uvis i postavite pete u držače za noge. Vaše noge će biti raširene, a vaši intimni dijelovi će biti okrenuti prema stolici na kojoj će sjediti Vaš doktor.

TABELA RESURSA 3G:**Uobičajena pitanja o ženskom reproduktivnom sistemu i genitalijama**

P: Koliko dugo menstruacija treba da traje?

O: Menstruacija se dešava kada zadebljana obloga materice i dodatna krv izlaze kroz vaginalni kanal. Menstruacija obično traje od tri do pet dana iako svako trajanje između dva i sedam dana se smatra normalnim. Kada žena prvi put dobije menstruaciju njeno trajanje i učestalost mogu biti neredovni. Ovo se takođe može desiti starijim ženama koje se približavaju menopauzi.

P: Svijest o plodnosti - Kada su žene i muškarci plodni?

O: Žene: Kada djevojka počne da ima menstruaciju, to znači da su njeni reproduktivni organi počeli da rade i da ona može da zatrudni ukoliko ima seksualni odnos. Žena je u mogućnosti da zatrudni samo u određene dane svakog mjeseca. Žena je plodna kada ovulira. Ovulacija je periodično ispuštanje sazrelih jajašaca iz jajnika. Ovo se obično dešava oko sredine menstrualnog ciklusa žene – oko 14 dana nakon što joj menstruacija počne. Međutim, zbog raznih faktora, uključujući stres, bolest i ishranu, ovulacija se može pojaviti u bilo koje vrijeme tokom menstrualnog ciklusa. Muškarci: Počevši od svoje prve ejakulacije muškarac je plodan svaki dan i ima sposobnost da začne dijete do kraja života.

P: Mogu li nevine djevojke da koriste tampone?

O: Da. Nasuprot onome što neki ljudi misle, nevinna djevojka je jednostavno neko ko nije imao seksualni odnos. Bilo koja ženska osoba može koristiti tampon, bez obzira na to da li je ona nevinna ili nije. Tamponi su kompresovani pamuk cilindričnog oblika. Oni se umeću u vaginu tokom menstruacije da upiju krv koja ulazi u vaginu iz materice. Žena ne može izgubiti nevinost pomoću tampona.

P: Kako žena zna da li ima vaginalnu infekciju?

O: Vaginalne infekcije su veoma česte, a većina žena ih dobije barem jednom u svom životu. Postoji mnogo mogućih znakova vaginalne infekcije. Neki uobičajeni simptomi su:

- › Vaginalna iritacija, kao što su svrab, osip ili bol;
- › Sekret neprijatnog mirisa;
- › Gusti, bijeli grudvičast sekret (slične strukture kao svježi sir);
- › Zeleni, žuti ili sivkast sekret;
- › Često mokrenje ili peckanje kože tokom mokrenja.

Imajte na umu da će žene osjećati ove simptome u različitoj mjeri. Ako imate bilo koji od ovih simptoma ili vaginalnu neprijatnost ili ako niste sigurni da li imate vaginalnu infekciju, treba da se posavjetujete sa zdravstvenim stručnjakom.

P: Šta je klitoris?

O: Klitoris je mali organ u gornjem dijelu stidnih usana. Sastoji se od istog tipa tkiva kao i glavić penisa. Veoma je osjetljiv na stimulaciju.

P: Što je masturbacija?

O: Masturbacija se definiše kao trljanje, milovanje ili neka druga stimulacija polnih organa – penisa, vagine i grudi – kako bi se postiglo zadovoljstvo ili izrazila seksualna osjećanja. Masturbacija je normalna i jedan od načina da saznamo više o svom tijelu. Mnogi ljudi, muškarci i žene masturbiraju u nekom trenutku u svom životu. Ne postoji naučni dokaz da masturbacija uzrokuje ikakvo oštećenje na tijelu ili umu. Odluka o tome da li da pojedinac masturbira ili ne prepuštena je ličnom izboru. Neke kulture, religije i pojedinci se protive masturbaciji. Ukoliko imate pitanja ili nedoumice u vezi sa masturbacijom, trebalo bi da razgovarate sa pouzdanom odraslom osobom kao što je roditelj, profesor, duhovni vođa ili medicinski radnik.

Vidjećete neke instrumente svih oblika i veličina. Doktor će staviti rukavice i prvo će ispitati spoljašnje genitalno područje. On ili ona će pogledati da li ima znakova infekcije, kao što su upale, diskoloracija i sekret.

Bimanualni pregled

Noseći rukavice, doktor ili doktorica će ubaciti jedan ili dva prsta u vaginu. Koristeći drugu ruku, doktor će pritiskati donji dio abdomena. On ili ona će provjeriti da li ima bilo kakvih abnormalnosti u veličini i obliku unutrašnjih organa. Neki doktori će zatim umetnuti prst u rektum da provjere da li ima bilo kakvih abnormalnosti i provjere stanje mišića koji odvajaju rektum i vaginu. Doktor može istovremeno umetnuti prst u vaginu kako bi to bolje provjerio. Važno je napomenuti da žene imaju pravo da se žale za vrijeme pregleda, ako se osjećaju neprijatno. Isto tako, one imaju pravo da zahtijevaju upotrebu sterilizovanih rukavica.

Doktor će zatim uvesti spekulium u vaginalni kanal kako bi razdvojio vaginalne zidove, on/ona će izabrati instrument koji vam najbolje odgovara i to je razlog zašto ih ima toliko mnogo. Instrumenti su tu samo da doktor može dobiti bolji pristup vašim unutrašnjim genitalijama – to omogućava doktoru da vizuelno pregleda vaginu i grlić materice. Doktor će pregledati da li ima iritacija, izraslina ili pretjeranog cervikalnog sekreta. U nekim slučajevima doktor će koristiti štapić sa vatom da uzme uzorak cervikalne sluzi. Ovaj uzorak se zatim može testirati na polno prenosive infekcije ili infekcije. Ako želite da vaš doktor uradi ovaj test, svakako mu/joj to recite na početku pregleda.

Doktori bi također trebalo periodično da naprave PAPA test. Koristeći lopaticu ili četkicu, doktor će nježno sastrugati grlić materice da prikupi ćelija sa zida grlića. Ove ćelije će potom biti testirane na prisustvo prekancerogenih ili kancerogenih ćelija. Obično su potrebne tri sedmice da se dobiju ovi rezultati. Žena može osjetiti blagu neprijatnost ili malo krvarenje tokom PAPA testa. Nakon što je doktor obavio PAPA test, on ili ona će ukloniti spekulium i provjeriti da li je došlo do iritacije vaginalnog kanala prouzrokovane instrumentom. Doktor bi također trebalo da opipa vaše grudi kako bi provjerio da nema kvržica i također bi trebalo da vam kaže kako to sami da uradite.

Nije svaka promjena ili kvržica na vašem tijelu nešto zbog čega bi trebalo da se zabrinete, ali potrebno ih je pregledati, jer ako su kancerogene, što se ranije otkriju, veće su šanse da taj problem bude riješen bez komplikacija. Redoslijed pregleda može se razlikovati, ali se rutinski sastoji od navedenih koraka. On ne bi trebalo da bude bolan, ali može biti neprijatan. Ako ste napeti, naprezaćete mišiće i zbog toga ovaj pregled može biti bolan, stoga pokušajte da legnete i opustite sve svoje mišiće, jer pregled traje samo nekoliko minuta.

Dakle, trebalo bi da posjetite ginekologa ako ste imali menstruaciju, ako ste seksualno aktivni, ako sumnjate da ste u drugom stanju, ako planirate trudnoću, da se informišete o kontracepciji i SPI. Takođe, i zbog toga da biste bili sigurni da ste zdravi, da nemate SPI ili neku drugu infekciju i kao prevenciju raka jajnika, grlića materice i dojke. Ako imate akne ili druge kožne probleme, to može biti zbog hormonalnog poremećaja. Zbog tog ili drugih razloga, definitivno vrijedi posjetiti ginekologa!

Radionica 28: Hoću, neću, hoću, neću

CILJ:
Diskutovati o izazovima sa kojima se susrećemo prilikom pregovaranja o apstinenciji ili o seksu u intimnim vezama.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri i Tabela resursa 8A

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Za vrijeme trajanja ove aktivnosti neke mladiće možete zamoliti da odigraju ulogu žene i obrnuto. Ovo nije uvijek lako za mlade ljude i trebalo bi da bude predstavljeno kao opcionalno rješenje (alternativna procedura bila bi da se mladi ljudi uključe u raspravu, radije nego u igru uloga, a na osnovu prezentovanog scenarija). U slučaju igre uloga vrlo je vjerovatno da će se pojedini mladi ljudi smijati tokom vježbe. Važno je shvatiti kako je taj smijeh dijelom posljedica nespretnosti ili čak nelagode, koju mladi ljudi mogu osjećati dok igraju ulogu suprotnog pola ili dok gledaju kako drugi mladi igraju ulogu suprotnog pola. Treba da budete fleksibilni na ovakve reakcije i, ukoliko se ukaže pogodan trenutak, treba da podsjetite učesnike na diskusiju koju ste vodili tokom aktivnosti **"Šta je to što zovemo rod?"** i da ih ohrabrite da razmisle o tome zbog čega bi mogli reagovati na određeni način kada vide muškarce kako preuzimaju tradicionalne uloge ili karakteristike žena, ili žene kako preuzimaju tradicionalne uloge ili karakteristike muškaraca.

Ukoliko to vrijeme dozvoli, ova aktivnost također može poslužiti za igru uloga pregovaranja u vezi sa upotrebom kondoma u intimnoj vezi ili pregovaranja oko nekih drugih pitanja kao što je odlučivanje o broju djece ili o tome kako trošiti prihod domaćinstva.

PROCEDURA:

1. Podijelite učesnike u četiri grupe i dodijelite svakoj grupi temu za diskusiju iz sljedeće tabele. Dvije grupe će predstavljati muškarce (M1 i M2), a dvije grupe će predstavljati žene (Ž1 i Ž2).

| GRUPA | TEME ZA DISKUSIJU |
|-------|---|
| M1 | Razlozi zbog kojih muškarci žele da imaju seks u intimnoj vezi |
| M2 | Razlozi zbog kojih muškarci ne žele da imaju seks u intimnoj vezi |
| Ž1 | Razlozi zbog kojih žene žele da imaju seks u intimnoj vezi |
| Ž2 | Razlozi zbog kojih žene ne žele da imaju seks u intimnoj vezi |

2. Objasnite da će od grupa (ili volontera iz svake grupe) biti napravljeni parovi kako bi se mogli voditi pregovori o apstinenciji i o seksu. Dajte grupama pet do 10 minuta da razgovaraju i da se pripreme za pregovore.
3. Prvi pregovori:
Grupa M1 (muškarci koji žele da imaju seks) pregovara sa grupom Ž2 (žene koje ne žele da imaju seks). Zamolite pojedince ili grupe da pregovaraju zamišljajući da je riječ o intimnoj vezi u kojoj muškarac želi seks, ali žena ne želi.
4. Drugi pregovori:
Grupa M2 (muškarci koji ne žele da imaju seks) pregovara sa grupom Ž1 (žene koje žele da imaju seks). Igra uloga bi trebalo da bude izvedena na isti način kao i prethodno opisana. Nakon pregovora zamolite učesnike da vam kažu kako su se osjećali i šta su naučili iz vježbe.
5. U oba slučaja voditelji bi trebalo na flipčart papir da zapišu najvažnije argumente, kako one ZA, tako i one PROTIV.
6. Otvorite diskusiju sa ostatkom grupe.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Na koji način su ovi pregovori slični onome što se dešava u stvarnom životu?
2. Šta olakšava pregovore o apstinenciji sa intimnim partnerom? A šta ih otežava?
3. Šta se dešava kada do pregovora dođe u trenutku zanosa, a ne prije toga? Da li tada stvari postaju lakše ili znatno teže?
4. Koji su razlozi zašto djevojke žele da imaju seks? A koji zašto ne žele? (vidjeti Tabelu resursa)
5. Koji su razlozi zašto mladići žele da imaju seks? A koji zašto ne žele? (vidjeti Tabelu resursa)
6. Kako mladići reaguju ako djevojka preuzme inicijativu i zatraži seks?
7. Mogu li muškarci ikada odbiti seks? Zašto da i zašto ne?
8. Mogu li žene ikada odbiti seks? Zašto da i zašto ne?
9. Da li je fer vršiti pritisak na nekoga da ima seks? Zašto da i zašto ne?
10. Kako se mladići i djevojke mogu nositi sa pritiskom od strane vršnjaka i partnera da imaju seks?
11. Šta ste naučili iz ove vježbe? Kako to znanje možete primijeniti na sopstvene odnose?

ZAVRŠETAK:

Mnogi faktori utiču na donošenje odluke o seksualnom odnosu ili o uzdržavanju od seksa. Kada je riječ o ženama, strah od gubitka partnera ili nizak nivo samopoštovanja može ih navesti na to da prihvate seks. Među muškarcima, odluka o seksualnom odnosu može doći kao posljedica pritiska vršnjaka ili društvene sredine da dokažu svoju

muškost. Dalje, stilovi komunikacije, osjećanja, samopoštovanje i nejednaki odnosi moći, sve to igra ulogu u pregovorima partnera o tome hoće li ili neće imati seks. Važno je biti savjestan i znati kako ovi različiti faktori utiču na želje i odluke vas i vašeg partnera. Takođe je važno zapamtiti da pregovori ne znače pobjedu po svaku cijenu, već iznalaženje najboljeg rješenja za obje strane.

TABELA RESURSA:⁸⁸

RAZLOZI ZBOG KOJIH MLADIĆI I DJEVOJKE IMAJU SEKS

- › Da prekinu pritisak koji dolazi od njihovih prijatelja/partnera
- › Da iskažu ljubavna osjećanja u vezi
- › Da izbjegnu usamljenost
- › Da dokažu svoju muževnost/ženstvenost
- › Da dobiju naklonost ili da se osjećaju voljenim/voljenom
- › Da ostvare i postignu zadovoljstvo
- › Jer vjeruju da to svi rade
- › Da pokažu nezavisnost od roditelja i drugih odraslih osoba
- › Da zadrže partnera
- › Ne znaju kako reći "ne"
- › Da dokažu da su odrasli
- › Da zatrudne ili postanu roditelji
- › Da zadovolje znatiželju
- › Nemaju ništa bolje da rade
- › Da dobiju novac ili poklone
- › Medijske poruke čine da to izgleda glamurozno
- › Misle da će ih to izliječiti od HIV-a i AIDS-a

RAZLOZI ZBOG KOJIH MLADIĆI I DJEVOJKE NEMAJU SEKS

- › Zbog religioznih uvjerenja ili ličnih/porodičnih vrijednosti
- › Da izbjegnu neželjenu trudnoću
- › Da izbjegnu SPI/HIV
- › Da izbjegnu povredu svog ugleda
- › Da izbjegnu osjećanje krivice
- › Jer se plaše da će biti bolno
- › Da sačekaju pravog partnera
- › Nisu spremni
- › Da sačekaju brak
- › Da ne razočaraju svoje roditelje

88 — Prilagođeno iz: CEDPA "Choose a Future! Issues and Options for Adolescent Boys" 1998 Centre for Development and Population Activities: Washington, D.C.

4. Kada završe, svaka grupa bi trebalo da pročita svoju frazu(e) naglas i podijeli svoje odgovore sa ostatkom grupe.
5. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju sa mladim učesnicima.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Smatrate li da su mladići posebno osjetljivi na neplaniranu trudnoću, SPI i HIV? Zašto da ili zašto ne?
2. Smatrate li da su djevojke posebno osjetljive na neplaniranu trudnoću, SPI i HIV? Zašto da ili zašto ne?
3. U jednoj vezi šta čini osobu ranjivom na dobijanje SPI ili HIV-a?
4. Koja kulturna uvjerenja izlažu mladiće riziku od SPI i HIV-a? Koja kulturna uvjerenja izlažu djevojke riziku od SPI i HIV-a?
5. Kako su rodne norme povezane sa rizikom? (podsjetite učesnike na diskusiju iz aktivnosti "Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena" i kako pokušaj uklapanja u društvena očekivanja o tome šta znači biti muškarac i žena (kalupi) može imati negativne posljedice na donošenje odluka i postupke).
6. Šta bi jednom mladiću moglo pomoći da se osjeća i postupa manje rizično? Šta bi jednoj djevojci moglo pomoći da se osjeća i postupa manje rizično?
7. Koje su alternative za neka najčešća rizična ponašanja mladih ljudi?
8. Kakvu podršku mladići i djevojke trebaju da bi se zaštitili od SPI i HIV-a? Da li je ova vrsta podrške dostupna u zajednici?

ZAVRŠETAK:

Korijeni mnogih rizičnih seksualnih ponašanja mladih ljudi su u velikoj mjeri pronađeni u načinu na koji se djeca odgajaju i socijalizuju. Ova ponašanja često izlažu mladiće i djevojke riziku. Kao mlada osoba, za vas je jako bitno da ste svjesni toga kako rodne norme utiču na vaše odluke i ponašanja i da kritički razmišljate o uticaju tih odluka i ponašanja.

VEZA

Crtani filmovi "Bio jednom jedan dječak" ("Once upon a Boy") i "Bila jednom jedna djevojčica" ("Once upon a girl") mogu biti korisno sredstvo da pomognu učesnicima da identifikuju veze između načina na koji se mladi ljudi, dječaci i djevojčice odgajaju i raznih rizika sa kojima se oni mogu suočiti u svojim životima i vezama.

Radionica 29: Rizikujem kada...



CILJ:

Diskutovati o situacijama u životu mladih ljudi koje ih izlažu riziku od SPI, HIV-a i AIDS-a i/ili neplanirane trudnoće i identifikovati izvore podrške za smanjenje ovakvih rizika.



POTREBNI MATERIJAL:

Izbor fraza iz Tabele resursa ispisanih na komadićima papira

PREPORUČENO VRIJEME:

90 minuta (2 školska časa)

PLANIRANJE:

Važno je saslušati mlade ljude i razumjeti njihove potrebe. Mnogi mladi ljudi se dovode u rizične situacije, jer osjećaju pritisak da odgovore na socijalne i rodne zahtjeve. Oni osjećaju da biti "muževan" znači da ne mogu izraziti svoje iskrene emocije i osjećanja.

Takođe je važno imati na umu da u osnovi mnogih ranjivosti mladih ljudi uopšte – leži politička posvećenost države zdravlju i edukaciji svojih ljudi. Dolazak do informacija i njihovo uključivanje u život pojedinca ne zavisi samo od pojedinaca, već takođe i od faktora kao što su pristup obrazovanju i zdravstvenim uslugama. To takođe zavisi i od toga da li ljudi imaju moć uticaja na političke odluke i mogućnost da se suprotstave kulturnim barijerama. Da bi mladi ljudi napravili pozitivne promjene u svojim životima od presudnog je značaja da programi pružaju mladim ljudima prilike da nauče i primjenjuju vještine neophodne da se zaštite. Što je država više posvećena pružanju kvalitetnih resursa i programa za prevenciju HIV-a, veća je mogućnost da će mladi ljudi biti osposobljeni da donose zdravije odluke i vode odgovornije živote.

PROCEDURA:


1. Započnite aktivnost tako što ćete pitati mlade ljude da razmisle o situacijama koje ih mogu dovesti u rizik od SPI ili HIV-a. Na primjer, ako osoba ne zna da upražnjavanje seksa bez kondoma povećava rizik od HIV-a, ta osoba je osjetljivija na oboljenje nego neko ko ima ovu informaciju.
2. Zatim, zamolite učesnike da se podijele u manje grupe. Dajte svakoj grupi (par ili manja grupa od četiri učesnika) list papira na kom je ispisana fraza iz Tabele resursa. Svaka grupa bi trebalo da ima različitu frazu. Svakom paru se može dati više od jedne fraze.
3. Zamolite svaki par da pročita svoju frazu, razgovara o tome šta to znači i onda odluči da li se slaže sa tom tvrdnjom ili ne i zašto.


TABELA RESURSA:**RIZIKUJEM KADA...**⁸⁹


1. Rizikujem kada mislim da se ništa neće desiti meni.
2. Rizikujem kada želim da dokažem da sam mačo muškarac/prava djevojka.
3. Rizikujem kada nemam nikoga da mi pomogne kada mi zatreba.
4. Rizikujem kada uradim nešto da bih se nekome svidio/svidjela.
5. Rizikujem kada ću uraditi bilo šta da imam seks.
6. Rizikujem kada se plašim pokazati kako se osjećam.
7. Rizikujem kada ne razmišljam o sebi.
8. Rizikujem kada ne vodim računa o simptomima SPI.
9. Rizikujem kada ne snosim odgovornost za sopstveno seksualno ponašanje.
10. Rizikujem kada sam pod uticajem alkohola i droga.
11. Rizikujem kada imam više seksualnih partnera.
12. Rizikujem kada ne razgovaram sa partnerom/partnerkom o tome kako spriječiti neplaniranu trudnoću.
13. Rizikujem kada imam seks sa nekim ko se nije testirao na HIV.
14. Rizikujem kada ne koristim kondom dosljedno i ispravno.


⁸⁹ — Preuzeto od Instituta za reproduktivno zdravlje, organizacije Family Health International i knjige E. Knebela (2003) "My Changing Body: Fertily Awareness for Young People"

Radionica 30: Adolescentska trudnoća

 **CILJ:**
Promovisati veću svijest o mogućim posljedicama, implikacijama i osjećanjima mladih ljudi koji postaju očevi/majke u adolescentskom dobu.

 **POTREBNI MATERIJAL:**
Hemijske/obične olovke za sve učesnike i Tabela resursa A

 **PREPORUČENO VRIJEME:**
90 minuta (dva školska časa)

 **PLANIRANJE:**
Uobičajeno je da se pitanje abortusa pojavljuje kao dio rasprave o neplaniranoj trudnoći. Ovo može biti veoma uzbudljiva tema i veoma je bitno da voditelj ne pokušava nametnuti svoje stavove ili biti pristrastan, nego da se radije fokusira na kontekst zdravlja i ljudskih prava. Voditelj bi trebalo da bude spreman na to da se bavi pitanjima i pogrešnim tumačenjima koja bi učesnici mogli imati o abortusu i da pruži informacije o lokalnoj statistici, zakonima i službama.

PROCEDURA:

1. Ne otkrivajte naslov aktivnosti ili temu diskusije.
2. Kažite grupi da ćete naglas pročitati priču iz tri dijela (vidjeti Tabelu resursa). Objasnite da ćete nakon svakog dijela postaviti nekoliko pitanja u vezi sa svakim dijelom priče.
3. Nakon što završite priču, rezimirajte sesiju diskusijom o sljedećim pitanjima.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li mladi ljudi u vašoj zajednici proživljavaju situacije slične Nikolinoj i Aninoj situaciji?
2. Šta možete učiniti da pomognete smanjenju broja neplaniranih trudnoća među mladim ljudima u vašoj zajednici?

ZAVRŠETAK:

U mnogim slučajevima mladići, što zbog neznanja ili zbog nedostatka zainteresovanosti, ne učestvuju u odlukama koje se tiče trudnoće. Djevojke, isto kroz neinformisanost ili poteškoće u pristupu toj temi sa mladićem (posebno ako je to prvi put da imaju seks), mogu ostati trudne, a da to nisu prethodno planirale. Bitno je razmišljati o tome kako tradicionalne rodne uloge i odnosi moći vode ka ovakvim situacijama u kojima parovi ne razgovaraju o kontracepciji i onda se desi neplanirana trudnoća. Često, ako se i desi, razgovor o kontracepciji se dešava u zanosu kada kontraceptivna sredstva možda nisu lako dostupna.

Štaviše, kada partnerka zatrudni neki mladići mogu dovesti u pitanje da li su oni očevi. Ovakav stav može biti povezan sa strahom ili sa odbacivanjem vjerovatne promjene životnog stila kao rezultata neplaniranog očinstva. Ova promjena je predstavljena kao prelazak iz mladosti u zrelo doba i stoga je povezana sa gubitkom slobode. Ovo takođe otkriva nepovjerenje prema ženama – pogotovo djevojkama koje su možda imale više od jednog seksualnog partnera. Važno je zapamtiti da, iako trudnoća možda i nije najbolja opcija za mladića ili djevojku, život ide dalje i da je najbolji put uvijek tražiti podršku porodice, vršnjaka i drugih u zajednici.

TABELA RESURSA A:**NIKOLINA PRIČA****Prvi dio**

Nikola je sedamnaestogodišnji mladić koji živi sa porodicom u Banjaluci. U školi marljivo uči, voli da razgovara sa svojim prijateljima i igra fudbal kada god može. Jedne subote, dok se družio sa nekim prijateljima u gradu, Nikola je upoznao Anu, šesnaestogodišnju djevojku. Bila je to ljubav na prvi pogled. Tog su popodneva satima pričali. Prije nego što su se razišli, zagrlili su se i poljubili. Takođe su se dogovorili da se sastanu na istom mjestu za tri dana. Nikola je bio zaljubljen! Nikada ranije se nije tako osjećao. Dok je te večeri hodao prema kući, Nikola nije mogao prestati misliti na Anu. Puna tri dana je mislio na nju. Nikola je konačno pronašao ljubav svog života.

Šta mislite, kako će završiti ova priča?

Drugi dio

Kada su se Nikola i Ana ponovo sastali bili su veoma srećni. Nakon toga, viđali su se gotovo svakog dana, a kada su bili razdvojeni razgovarali su telefonom. Jednoga dana Nikolini roditelji su otišli da posjete bolesnu tetku u Beogradu. Nikola je mislio da je to dobra prilika da pozove Anu kod sebe kući. Ko zna šta bi se moglo desiti, mislio je. Ana je stigla u dogovoreno vrijeme ljepša nego ikada. Pričanje je ubrzo prešlo u ljubljenje koje je postajalo sve vatrenije.

- › Ko u ovoj priči treba da misli o kontracepciji? Ana ili Nikola?
- › Šta je sa prevencijom SPI i HIV-a?
- › Mislite li da je ijedno od njih preduzelo mjere predostrožnosti? Zašto da ili zašto ne?
- › Šta mislite, kako će završiti ova priča?

Treći dio

Nikola i Ana su imali seksualni odnos, ali nisu koristili nikakvu zaštitu. Na putu kući, Ana je počela da brine o tome što su upravo uradili. Možda nije trebalo da dopusti da se to desi. Šta bi pomislila njena porodica i prijatelji kada bi znali da ona više nije djevica? Nikola je takođe bio zabrinut. On se pitao šta bi njegovi roditelji mislili kada bi znali da je doveo Anu u njihovu kuću. Naredne dvije sedmice Nikola je pokušavao da izbjegava Anu. Ona ga je zvala svaki dan, ali on je uvijek nalazio izgovore da ne razgovara sa njom. Onda, nakon mjesec dana Nikola je primio poziv od Ane koja je plakala i bila veoma uznemirena. Ana je rekla Nikoli da je trudna i da ne zna šta da učini.

- › Šta mislite zašto su oni imali seks bez upotrebe kondoma ili bilo kog drugog metoda kontracepcije?
- › Šta mislite šta je Nikola osjećao kada je otkrio da je Ana trudna?
- › Šta prolazi kroz glavu mladića kada otkrije da mu je djevojka trudna?
- › Šta prolazi kroz glavu djevojke kada otkrije da je trudna?
- › Kakve izbore Nikola i Ana imaju?
- › Kako će činjenica da će imati dijete promijeniti Nikolin život? Kako će promijeniti Anin život?
- › Kako će reagovati Nikolini roditelji? Kako će reagovati Anini roditelji?
- › Da li porodice, vršnjaci i zajednice drugačije reaguju na mladića koji će postati otac ili na djevojku koja će postati majka? Zašto da ili zašto ne?
- › Šta mislite, kako će završiti ova priča?

Godina 3:

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava

Drugo polugodište:
Polno prenosive infekcije, kontracepcija i prava

Seksualna i reproduktivna prava i zdravlje – opširnije

Biti svjestan svojih seksualnih i reproduktivnih prava važan je korak ka obezbjeđenju našeg seksualnog i reproduktivnog zdravlja i ravnopravnijih i ispunjenijih intimnih veza. Drugim riječima, žene koje smatraju da imaju pravo da iskuse zadovoljstvo sa kim god to žele i koje vjeruju da su sposobne da odrede pravi trenutak da imaju djecu, imaju tendenciju da budu zdravije i srećnije u vezi i, generalno, u životu.

Šta su seksualna i reproduktivna prava?

Seksualno i reproduktivno zdravlje ne odnosi se samo na jednostavno odsustvo bolesti, već na potpuno fizičko, mentalno i društveno blagostanje u svim aspektima seksualnosti, uključujući i reproduktivni sistem i njegove funkcije. Seksualno i reproduktivno zdravlje uključuje sposobnost da imamo siguran i zadovoljavajući seksualni život, slobodu da se reprodukujemo i da odlučimo da li ćemo, kada i koliko puta to da učinimo i potrebne informacije i pristup efikasnim, sigurnim i odgovarajućim metodima planiranja porodice. Iako su seksualna prava i reproduktivna prava međusobno povezana takođe je važno prepoznati kako se razlikuju. Na primjer, seks nije uvijek vezan za reprodukciju - ljudi imaju pravo da dožive seksualno zadovoljstvo bez ikakve namjere reprodukcije. Osim toga, rasprave o seksualnim i reproduktivnim pravima su često ograničene na reprodukciju i sigurniji seks, uključujući teme kao što su abortus, sigurno očinstvo i majčinstvo, i prevencija SPI i HIV-a i AIDS-a. Rijetko je pravo na seksualno zadovoljstvo prepoznato ili se o njemu razgovara, kao ni faktori potrebni za realizaciju

seksualnog zadovoljstva, koji uključuju pozitivnu sliku tijela; sposobnost da imamo veze koje se zasnivaju na odgovornosti i poštovanju; i praksa dobrog seksualnog zdravlja, od prevencije SPI i HIV-a do redovnih ljekarskih pregleda. Isti faktori koji su potrebni za realizaciju seksualnog zadovoljstva su od suštinske važnosti za druga pitanja seksualnih i reproduktivnih prava, uključujući prevenciju seksualnog nasilja, smrtnost majki, a u nekim zemljama, posebno u Africi, sakaćenje ženskih genitalija. Među ostalim faktorima kondomi mogu igrati važnu ulogu u obezbjeđivanju da i muškarci i žene imaju pravo na zdrave i prijatne seksualne odnose. Često nazivani "dvostruka zaštita", kondomi istovremeno štite od neplanirane trudnoće i SPI/HIV infekcija. Iako kondomi imaju različita značenja u različitim vezama (npr. bračni parovi u odnosu na povremene partnere), važno je da su uvijek povezani sa dijalogom i brigom, kako za sebe, tako i za partnera. Pojedinci imaju pravo da dožive zadovoljstvo na različite načine sve dok postoji saglasnost svih uključenih. Na ovaj način, poštovanje seksualnih različitosti osnova su garancije prava na seksualno zadovoljstvo. Istopolne veze zaista dobijaju sve više poštovanja u različitim okruženjima. Međutim, potreban je mnogo veći napredak. U mnogim porodicama, školama, na radnim mjestima i drugim društvenim okruženjima homoseksualni i biseksualni muškarci i žene suočavaju se sa gnušanjem, strahom i predrasudama. Ovakve reakcije obično se javljaju zbog nedostatka znanja i razumijevanja o homoseksualnosti. Promovisanje diskusije i razumijevanja homoseksualnosti je ključ za izgradnju raznovrsnijeg i jedinstvenog društva.

DA LI JE ABORTUS PRAVO?

Jedna od najkontroverznijih tema u okviru seksualnih i reproduktivnih prava je abortus. Važno je imati na umu, kada se raspravlja o pravu na abortus, kao i o drugim seksualnim i reproduktivnim pravima, da su različitost i individualni izbor u srcu onoga na šta se misli kada se kaže "pravo." Mi, autori ovog priručnika, smatramo da je odgovornost sekularne države da garantuje slobodu izbora žene u vezi sa abortusom. Religije, naravno, imaju pravo da ustanove sopstvene doktrine i moral - ove doktrine i moral, međutim, ne bi trebalo kodifikovati u zakone i na taj način nametnuti vjerska uvjerenja kroz pravna sredstva. Reprodukcija je izbor. To nije samo biološki proces nego proces koji također oblikuju kulturne, društvene i političke sile i strukture moći, kao i lične vrijednosti, iskustva i očekivanja. Vjerujemo da zakonska ograničenja o abortusu uskraćuju ženama reproduktivno pravo odlučivanja da li i kada će imati djecu. Međutim, mnogi pojedinci – i mnoge kulturne institucije – ne slažu se, tvrdeći da nakon trenutka začeća, izbor da li zadržati dijete ili ne, više ne bi trebalo da bude u rukama žene. To jest, to više nije njeno pravo.

Da li mladi ljudi također imaju seksualna i reproduktivna prava?

Seksualna i reproduktivna prava su ljudska prava, a samim tim i prava mladih. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju poseban fokus je stavila na odgovorno i zdravo seksualno ponašanje mladih i zalagala se za dostupnost odgovarajućih i adekvatnih savjetovanja i usluga, kao i priznanje da sama informacija nije dovoljna da se transformišu stavovi i ponašanja. U nekim

zemljama sve veći broj trudnoća i HIV infekcija među djevojkama postao je primarni fokus većine programa i aktivnosti usmjerenih ka mladima, sa informacijama o seksualnosti i seksu. Međutim, zdravije seksualne veze, uključujući i izbor da li i kada imati dijete, na primjer, ne mogu biti zagarantovane bez prepoznavanja i razgovora o znaju, željama, odlukama i samostalnosti djevojaka.

MLADI I SEKSUALNO NASILJE I SEKSUALNO ISKORIŠTAVANJE

Važno pitanje u okviru seksualnih i reproduktivnih prava mladih je seksualno nasilje nad djecom i seksualno iskorištavanje djece. Seksualno nasilje je bilo koji oblik agresije ili seksualnog odnosa u kome ne postoji pristanak, a seksualno iskorištavanje uključuje prakse kao što su pornografija, prostitucija i seksualna trgovina. Pristanak se može dati samo ako je pojedinac u stanju da shvati šta je to na šta pristaje i šta pristanak znači. Generalno je prihvaćeno da djeca mlađa od 12 godina nikad nisu u stanju da pristanu na seksualnu aktivnost i da mladi ljudi u dobi od 12 do 18 godina nisu u stanju da pristanu na seksualne odnose, osim pod određenim okolnostima koje uključuju seksualnu aktivnost sa vršnjacima. Mladi, kao i odrasle osobe, nisu u stanju da daju pristanak, ako žive u klimi zlostavljanja, seksualnog iskorištavanja, prisile ili nasilja, niti su mladi ispod osamnaest godina u stanju da daju pristanak za bilo kakve seksualne aktivnosti sa starijim osobama na položajima autoriteta.

SEKSUALNA PRAVA I REPRODUKTIVNA PRAVA

Seksualna prava uključuju pravo da doživljavamo svoju seksualnost sa zadovoljstvom i bez osjećanja krivice, stida, straha ili prisile, nezavisno od našeg građanskog statusa, starosne dobi ili fizičkog stanja. Svi ljudi imaju pravo da žive svoje fantazije sve dok one ne štete drugima, da odluče da li će ili neće biti seksualno aktivni, da odluče kada će imati seksualne odnose i da izaberu načine koji im donose zadovoljstvo, sve dok postoji saglasnost obje strane (kada su oboje odrasli). Seksualna prava također uključuju pravo na izražavanje seksualne orijentacije i slobodan izbor partnera bez diskriminacije. Uobičajena narušavanja seksualnih prava žena uključuju sakaćenje genitalija, seksualno uznemiravanje, zlostavljanje i iskorištavanje.

Reproduktivna prava se odnose na osnovno pravo svih ljudi da odluče, slobodno i odgovorno, da li žele da imaju djecu i, ako je tako, broj djece koju žele da imaju, kao i vrijeme rađanja djece i razmak između njih. Ova prava uključuju pravo na informacije i usluge i sredstva da donose odluke o reprodukciji i reproduktivnom zdravlju bez diskriminacije, prisile ili nasilja. Ravnopravna podjela odgovornosti između muškaraca i žena za podizanje djece je također obuhvaćena ovim pravima, kao što je porodijsko odsustvo za majke i očeve i zaštita od diskriminacije na radnom mjestu zbog trudnoće ili toga što imaju djecu.

Pokreti i konferencije: potraga za pravima

Način na koji se doživljava seksualnost prati transformacije koje se dešavaju u društvu. Ženski pokret doveo je u prvi plan koncepte kao što su osnaživanje i rodna ravnopravnost, što je zauzvrat pomoglo da se skrene pažnja na potrebe seksualnog i reproduktivnog zdravlja žena i muškaraca. Pilule za kontracepciju također su odigrale važnu ulogu u promjeni percepcije ženske seksualnosti, otvarajući nove diskusije i debate na polju reproduktivnog zdravlja u vezi sa temama kao što su seksualne slobode, zadovoljstva, želje i seksualno nasilje. Prihvaćena je činjenica da je odnos između doktora i pacijenata povremeno izgledao nehumano i pretjerano autoritativno, što

je dovelo do pojavljivanja pokreta koji su zahtijevali humanizaciju porođaja i drugih medicinskih usluga za žene. Pojava HIV-a i AIDS-a otvorila je nove rasprave o tome kako pristupiti seksualnosti, posebno među ranjivim grupama kao što su žene i mladi. Uvedene su teme kao što su briga o sebi, siguran seks i upotreba kondoma, sa posebnim fokusom na najosjetljivije kategorije stanovništva. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju (1994) i Četvrta konferencija o ženama (1995) predstavljaju međunarodnu prekretnicu u priznavanju seksualnih i reproduktivnih prava, proširujući jezik ljudskih prava da uključi seksualnost.

Šta kada je riječ o HIV-u i AIDS-u?

U zemljama Zapadnog Balkana, kao i u mnogim drugim sredinama, mladi su jedna od najugroženijih grupa što se tiče HIV infekcije.⁹⁰ Rigidne rodne norme o seksualnosti i intimnim odnosima, kao i upotreba supstanci i druga ponašanja u vezi sa zdravljem, mogu ugroziti mladiće i njihove partnere. Sociokulturološke norme o muškoj snazi i samopouzdanju, na primjer, mogu sputavati mladiće da traže informacije ili da priznaju svoje neznanje o seksualnim pitanjima, i na taj način ih navesti da se uključe u rizična ponašanja koja i njih i njihove partnere izlažu riziku.

Siromaštvo, upotreba supstanci, porodični stres ili raspad porodice zbog migracije, izolacija u zatvorenim institucijama poput zatvora ili vojske, takođe stavljaju mladiće u situaciju još veće ugroženosti. Rad sa mladićima podrazumijeva razmišljanje o njihovim potrebama uz istovremeno prepoznavanje njihovog nevjerovatnog potencijala kao nosilaca promjene. Uvjeravanje mladića da preispitaju idealizovanu ili stereotipnu predstavu muškosti može dovesti do promjena u stavu i ponašanju – čak i u slučajevima kada su mladići već usvojili ove ideje – pod uslovom da radimo sa mladićima kako bismo im pokazali koje prednosti oni i njihovi partneri mogu imati od promjene njihovog ponašanja. Ovim pitanjima ćemo se detaljnije posvetiti u dijelu o HIV-u i AIDS-u.

90 — Joana Godinho et al. "HIV/AIDS in the Western Balkans: Priorities for early prevention in a high-risk environment" ("HIV/AIDS na Zapadnom Balkanu: Prioriteti za ranu prevenciju u okruženju visokog rizika") World Bank Working Paper No. 68. (Washington D.C.:The International Bank for Reconstruction and Development/ The World Bank, 2005)

Kako možemo razgovarati sa muškarcima o kontracepciji?

Dok se u većem dijelu svijeta kontracepcija još smatra "brigom žene", sve je veći broj muškaraca koji brinu o kontracepciji. Međutim, mnogi muškarcima još imaju mnogo zabluda i nedoumica u vezi sa upotrebom kontraceptivnih sredstava. Na primjer, iako su kondomi često najbolji izbor za mušku kontracepciju – koji služe i kao zaštita od SPI i kao kontraceptivno sredstvo – mnogi muškarcima se osjećaju nesigurno da koriste kondom plašeći se da će to smanjiti njihovo seksualno zadovoljstvo ili da će izgubiti erekciju. Sve više u diskusijama o upotrebi kondoma, koje vode sa mladima, zdravstveni edukatori se fokusiraju na njegove prednosti u smislu dvostruke zaštite – to jest, naglašavaju da su kondomi pogodni za izbjegavanje trudnoće i za prevenciju SPI. Štaviše, većina edukativnih programa o seksu je takođe uvidjela značaj promovisanja načinâ na koje se upotreba kondoma može uključiti u seksualne igre ili predigru i, generalno, predstavljanja kondoma kao erotiçnog i zavodljivog stimulansa u seksualnom odnosu. I dok se u nekim zemljama spreçava otvorena diskusija o upotrebi kondoma, njegova povećana upotreba je bila presudna za smanjenje stope prenošenja HIV-a u mnogim zemljama.

Konačno, trebalo bi da istaknemo da je promovisanje veće upotrebe kontraceptivnih sredstava od strane mladića potrebno, ali ne i dovoljno. Pored toga, ili kao način da postanu više uključeni u upotrebu kontraceptivnih sredstava, potrebno je stvoriti osjećaj kod mladića o njihovoj ulozi kao prokreativnih i reproduktivnih pojedinaca koji zajedno sa svojim partnerima treba da odluče da li i na koji način da imaju djecu.

Radionica 31: Zdravlje, SPI, HIV i AIDS

CILJ:
Povećati znanje o SPI i HIV-u i AIDS-u i značaju dijagnoze i liječenja.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri, komadići papira i dovoljan broj kopija Tabele resursa A i B da bude podijeljen svim učesnicima.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Prije sesije istražiti najnovije informacije o SPI i prenosu HIV-a, lokalnim i/ili nacionalnim statističkim podacima o HIV-u i AIDS-u (broju zaraženih osoba, najčešćim načinima prenošenja, starosnoj dobi zaraženih osoba, očekivanom trajanju života, itd), razlici između toga šta znači biti HIV pozitivan i imati uznapredovali AIDS i sadašnjem pristupu liječenju. To su teme koje se obično javljaju tokom ove aktivnosti. Takođe se preporučuje da pozovete nekog od osoblja lokalne zdravstvene ustanove ili nevladine organizacije koja posjeduje znanja o ovim temama i može odgovoriti na pitanja i zabrinutosti učesnika.

PROCEDURA:

1. Prije sesije napravite kopije Tabele resursa A BEZ naziva SPI u prvoj koloni i napisati nazive SPI na list flipčart papira.
2. Podijelite učesnike u manje grupe i dajte svakoj grupi kopiju Tabele resursa bez naziva SPI u prvoj koloni.
3. Kažite učesnicima da bi trebalo da pročitaju i diskutuju o informacijama o simptomima/posljedicama i liječenju i da od seksualno prenosivih infekcija koje ste izlistali na flipčart papiru pokušaju prepoznati odgovarajuće.
4. Kada završe, pregledajte tačne odgovore zajedno sa njima.
5. Pitajte učesnike šta znaju o HIV-u i AIDS-u. Napravite zabilješke na flipčart papiru. Naglasite vezu između SPI i HIV-a (vidjeti tabelu ispod). Objasnite da HIV i AIDS nema uvijek vidljive simptome i da je jedini način da neko sazna da li je zaražen HIV-om testiranje krvi. Pregledajte sadržaj Tabele resursa B.
6. Podijelite učesnike u dvije ili tri manje grupe. Zamolite grupe da urade igru uloga koja objašnjava koji su simptomi SPI i HIV i AIDS-a. Sugerirajte da se igra uloga može odigrati između dva prijatelja, roditelja i sina, doktora i pacijenta, sveštenika i mladog člana crkve, profesora i učenika itd.

7. Nakon otprilike 20 minuta zamolite grupe da izvedu svoje igre uloga pred svim ostalim učesnicima.
8. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Šta bi mladi ljudi trebalo da učine kada misle da možda imaju SPI? Sa kim bi trebalo da razgovaraju?
2. Kako bi mladić trebalo da obavijesti svoju djevojku da ima SPI i da ju je možda i njoj prenio?
3. Kako bi djevojka trebalo da obavijesti svog momka da ima SPI i da ju je možda i njemu prenijela?
4. Kako bi mladić slučajnoj poznanici trebalo da kaže da ima SPI i da ju je možda i njoj prenio?
5. Zašto je tako teško govoriti o SPI?
6. Zašto je tako teško govoriti o HIV-u i AIDS-u? Da li je znanje o HIV-u i AIDS-u promijenilo seksualne navike mladih ljudi? Zašto da ili zašto ne?
7. Koji faktori otežavaju mladiću da izbjegne zaraženost HIV? Koji faktori otežavaju djevojci da izbjegne zaraženost HIV-om?
8. Kako se možete suočiti sa ovim faktorima u svojim životima i vezama?

NAPOMENA: Ako vrijeme dozvoli, pregledajte i diskutujte o nekim od uobičajenih mitova o SPI koji su navedeni u Tabeli resursa C.

ZAVRŠETAK:

Zbog njihove uloge u povećavanju rizika od HIV infekcije, SPI zaslužuju posebnu pažnju. U raznim dijelovima svijeta mladi ljudi imaju povećanu stopu SPI i često ignorišu takve infekcije ili se oslanjaju na domaće lijekove ili samoliječenje. Štaviše, mnoge SPI ne pokazuju simptome kod muškaraca ili žena. Iz ovog razloga vrlo je važno misliti, diskutovati i planirati kako najbolje zaštititi sebe i svoje partnere od SPI, bilo kroz apsti-

nenciju, vjernost, smanjenje broja partnera i/ili pravilnu i dosljednu upotrebu kondoma. Ukoliko primijetite bilo koji simptom SPI, treba smjesta da se obratite zdravstvenom radniku. Važno je imati na umu etička pitanja uključena pri suočavanju sa SPI, HIV-om i AIDS-om i svoju odgovornost da komunicirate sa vašim seksualnim partnerom (ili partnerima) ukoliko imate SPI ili HIV i AIDS.

TABELA RESURSA A:

SPI – simptomi, posljedice i liječenje⁹¹

| SPI | SIMPTOMI I POSLJEDICE | LIJEČENJE |
|---|--|---|
| KLAMIDIJA | Prouzrokovana bakterijom. Poznata kao "tiha" bolest, jer tri četvrtine zaraženih žena i polovina zaraženih muškaraca nemaju simptome. Infekcija se često ne dijagnosticira dok se ne razviju komplikacije. Kod žena se često nalazi u grliću materice i mokraćnom kanalu. Muškarci mogu imati sekret iz penisa, osjećaj peckanja tokom uriniranja, peckanje i svrbež oko penisa i bol i oticanje testisa. | Lako se može tretirati i izliječiti antibioticima. |
| GENITALNA HPV INFEKCIJA (HPV JE LJUDSKI PAPILOMA VIRUS) – NAZIVA SE JOŠ I GENITALNE BRADAVICE | Naziv grupe virusa koja uključuje 100 različitih vrsta. Više od 30 ovih virusa su seksualno prenosivi i mogu zaraziti genitalno područje muškaraca i žena. Većina ljudi koji postanu zaraženi neće imati simptome i očistiće infekciju sami. Neki od ovih virusa se nazivaju "visokorizični" tipovi i mogu dovesti do raka grlića materice, stidnice, vagine, anusa ili penisa. Drugi se nazivaju "niskorizični" tipovi i mogu prouzrokovati blage abnormalnosti u Papa-testu ili genitalne bradavice. Genitalne bradavice su pojedinačne ili višestruke izrasline koje se pojavljuju u genitalnom području i izgledaju kao mala čvrsta kvržica ili skup kvržica. Počinju kao male bezbolne tačke, ali toplota i vlažnost mogu učiniti da porastu. Neke se ne mogu vidjeti golim okom. Postoji test koji je stvoren sa ciljem da budu pronađeni određeni tipovi virusa na grliću materice kod žena koji mogu prouzrokovati rak grlića materice. Za sada ne postoji odobren test za muškarce. Naučnici i dalje istražuju kako da najbolje snime analni rak i rak penisa kod muškaraca koji su izloženi najvećem riziku od ovih bolesti. | Za viruse ne postoji tretman niti lijek. Dijagnoza genitalnih bradavica obično se pravi direktnim vizuelnim pregledom. Postoji procedura uvećavanja za lociranje bradavica na grliću. Genitalne bradavice se mogu tretirati lijekovima, ukloniti (operacijom) ili zamrznuti. Tretiranje genitalnih bradavica možda neće nužno smanjiti šansu da osoba prenese HPV na svog seksualnog partnera. Ukoliko se ne tretiraju, genitalne bradavice mogu nestati, ostati iste veličine ili porasti (u veličini ili broju). Neće preći u rak i prijetiti vašem zdravlju. Rak penisa i analni rak mogu se liječiti novim oblicima operacije, terapijom zračenja ili hemoterapijom. |
| GONOREJA | Prouzrokovana je bakterijom. Simptomi se javljaju dva dana do četiri sedmice nakon izlaganja. Uključuju bolno uriniranje, ispuštanje materije (sekreta) u vidu gnoja, kvržice na grliću materice, iritaciju i bolne pokrete crijeva. Kako oboljenje napreduje, dešava se bol u donjem abdomenu, povraćanje, temperatura i neredovni menstrualni ciklusi. Kod žena može dovesti do karličnog zapaljenja (PID), sekundarne infekcije koja može prouzrokovati sterilitet. Pronalazi se u grliću materice, materici i jajovodima kod žena, a u mokraćnom kanalu i kod žena i kod muškaraca. Bakterija se također može pronaći u ustima, grlu i anusu. | Liječi se antibioticima. Postoji dosta otpornih vrsta što tretiranje čini težim. Ukoliko se simptomi zadrže i nakon liječenja, osoba bi trebalo da se vrati doktoru ili u kliniku po druge antibiotike. |
| HEPATITIS A | Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, sjemenu i tjelesnoj tečnosti. Može se prenijeti sa jedne zaražene osobe na drugu za vrijeme seksualnog kontakta. Može prouzrokovati oticanje jetre, ali uobičajeno ne izaziva trajno oštećenje jetre. | Obično se stanje hepatitisa A poboljšava samo od sebe. |

91 — Informacije preuzete sa web stranica: Advocates for Youth www.advocatesforyouth.org/youth/health/stis/; Centers for Disease Control and Prevention www.cdc.gov/std/; and National Women's Health Information Center www.4woman.gov/

| | | |
|------------------|--|---|
| HEPATITIS B | Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, sjemenu i tjelesnoj tečnosti. Može se prenijeti sa jedne zaražene osobe na drugu za vrijeme seksualnog kontakta. Prouzrokuje oticanje jetre i može doći do oštećenja jetre. Većina ljudi će se riješiti virusa nakon nekoliko mjeseci. Neki ljudi nisu u stanju da se riješe virusa, što infekciju čini hroničnom ili doživotnom. To može dovesti do izobličenja jetre nazvanog cirozom, slabosti jetre i takođe može dovesti do raka jetre. | Akutni oblik se obično oporavi sam od sebe. Većina ljudi razvije imunitet na virus i nakon oporavka ga ne mogu prenijeti drugim ljudima. Neko sa hroničnim, (dugotrajnim) oblikom i dalje nosi virus i može ga prenijeti drugima. |
| HEPATITIS C | Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, sjemenu i tjelesnoj tečnosti. Može se prenijeti sa jedne zaražene osobe na drugu dijeljenjem prljavih igala, šprica i druge opreme za uzimanje droge. Prenos seksualnim putem je rijedak, ali možete biti izloženi riziku ako ste seksualni partner nekome ko ima hepatitis C ili nekome ko je drogu uzeo injekcijom. Mogu proći godine prije nego što neko pokaže bilo kakve znakove oboljenja. Izaziva oticanje i oštećenje jetre. Većina ljudi koji su zaraženi razvija hroničnu infekciju. To može dovesti do izobličenja jetre nazvanog cirozom, slabosti jetre i takođe može dovesti do raka jetre. | Ne postoji lijek, ali se može tretirati da bi se virus kontrolisao. |
| GENITALNI HERPES | Prouzrokuje ga herpes simpleks virusni tip 1 (HSV-1) i tip 2 (HSV-2). Većina ljudi ili nema nikakve ili ima minimalne znakove ili simptome HSV-1 i HSV-2 infekcije. Kada se znakovi pojave, pojave se kao jedan ili više plikova na genitalijama ili oko genitalija i rektuma. Plikovi pucaju ostavljajući smečkane čireve (ranice) kojima može trebati od dvije do četiri sedmice da zacijele nakon što se prvi put pojave. Tipično, ponovno izbijanje se može desiti sedmicama ili mjesecima nakon prvog, ali gotovo uvijek je to manje ozbiljno i kraće je nego prvi put. Iako infekcija neprestano može ostati u tijelu, broj ponovnih izbijanja plikova ima tendenciju smanjenja nakon određenog broja godina. | Nema tretiranja koje može izliječiti herpes ali antivirusni lijekovi mogu skratiti i spriječiti izbijanja plikova tokom vremena u kom osoba koristi lijekove. |
| SIFILIS | Prouzrokuje ga bakterija koja se može prenijeti sa osobe na osobu direktnim kontaktom sa ranicama koje se mogu naći uglavnom na spoljnim genitalijama, vagini, anusu ili rektumu. Ranice se mogu naći i na usnama i ustima. Trudnice sa ovim oboljenjem mogu ga prenijeti bebama koje nose. Vrijeme između infekcije i početka prvog simptoma – obično samo jedna ranica (nazvana tvrdim čiorom) – može se kretati u rasponu od 10 do 90 dana, ali mogu postojati i višestruke ranice. Tvrdi čirevi su obično čvrsti, okrugli, mali i bezbolni i pojavljuju se na mjestu na kom je bakterija ušla u tijelo. Ovi čirevi olakšavaju prenosivost i postizanje HIV infekcije seksualnim putem. Čirevi traju od tri do šest sedmica i zacjeljuju bez liječenja. Međutim, ako se ne sprovede adekvatno liječenje, infekcija će napredovati u sekundarni stadijum okarakterisan osipom kože i povredom sluzne membrane. Drugi simptomi sekundarnog stadijuma mogu uključivati temperaturu, otečene limfne žlijezde, bolno grlo, gubitak kose u vidu pjega, glavobolje, gubitak tjelesne težine, bolove u mišićima i zamor. Ovi znakovi i simptomi će nestati sa ili bez liječenja, ali bez liječenja će infekcija uznapredovati do latentnih i kasnih stadijuma bolesti tokom kojih bolest posljedično može oštetiti unutrašnje organe, uključujući i mozak, nerve, oči, srce, krvne sudove, jetru, kosti i zglobove. Ova unutrašnja šteta može se pojaviti nakon mnogo godina. Ona može biti dovoljno ozbiljna da prouzrokuje smrt. | Lako se liječi antibioticima u ranim fazama. Ljudima koji su alergični na penicilin dostupni su drugi antibiotici. Tretiranje će ubiti bakteriju i spriječiti dalja oštećenja, ali neće popraviti već učinjenu štetu. |

TABELA RESURSA B:**UČENJE O HIV-U I AIDS-U****Šta je HIV?****H** = Humani; ljudski (pronalazi se samo kod ljudi)**I** = Imunodeficijencija; nedostatak imuniteta (oslabljuje imuni sistem)**V** = Virus (tip mikroba)**Šta je AIDS?****A** = Stečen (steći nešto sa čim niste rođeni)**I** = Imunološki (tjelesni odbrambeni sistem koji obezbjeđuje zaštitu od oboljenja)**D** = Nedostatak (mana ili slabost, nedostatak ili nedovoljnost nečega)**S** = Sindrom (skup bolesti, oboljenje)

Mnogi ljudi ne znaju razliku između HIV-a i AIDS-a. HIV i AIDS nisu ista. HIV je virus, a AIDS se dešava kao rezultat zaraženosti HIV-om. AIDS je skup bolesti/oboljenja koja su rezultat oslabljenog imunog sistema. Osoba može imati HIV dugo prije nego što razvije AIDS.

HIV živi u četiri tipa tjelesnih tečnosti:

- › Krv
- › Sjemenu – tečnost koju muškarci izbacuju kada su seksualno uzbuđeni
- › Vaginalnoj tečnosti – tečnost koju žene izlučuju kada su seksualno uzbuđene
- › Majčinom mlijeku

Ove vrste tjelesnih tečnosti omogućavaju širenje virusa sa jedne osobe na drugu. Sve ove tečnosti imaju bijela krvna zrnca, a to su tipovi ćelija koje HIV napada ili zaražava. Da bi se osoba zarazila HIV-om, virus mora ući u tijela. Ako bilo koja od ovih tečnosti dođe u kontakt sa tijelom, osoba je u riziku od zaraze HIV-om. Ispod su navedeni primjeri na kojim sve mjestima virus može ući u tijela.

- › Sluzokoža vagine
- › Koža penisa
- › Sluzokoža rektuma (anusa)
- › Vene
- › Posjekotine, ozljede ili otvorene rane na tijelu
- › Usta (kroz posjekotine ili ranice)
- › Sluzokoža jednaka (npr. kod novorođenčeta koje sisa)

Vrste ponašanja koje bi mogle omogućiti četirima tečnostima da uđu u tijelo i tako dovedu osobu u rizik od zaraze HIV-om, uključuju sljedeće:

Nezaštićeni seksualni odnos

- › Vaginalni, analni ili oralni odnosi

TABELA RESURSA B:**Kontakt krvi sa krvlju**

- › Transfuzija krvi (na mjestima gdje krv nije testirana i gdje se zaražena krv može donirati)
- › Tradicionalno ukrašavanje tijela ožiljcima/skarifikacija (dijeljenjem nesterilizovanih žileta ili drugih instrumenata)
- › Obrezivanje (dijeljenjem nesterilizovanih žileta ili drugih instrumenata)
- › Intravenozna upotreba droga (dijeljenjem zatrovanih igala)

Prenos sa majke na dijete (takođe se naziva vertikalna transmisija)

- › Dok je majka trudna (u rijetkim slučajevima)
- › Kada se beba rodi tj. tokom porođaja
- › Tokom dojenja, bez upotrebe relevantne preporuke za sigurnije dojenje

VEZA IZMEĐU SPI I HIV INFEKCIJE

Sve veći broj dokaza ukazuje da prisutnost SPI povećava podložnost na HIV. Konkretno, ulcervativne SPI, kao što su genitalni herpes i sifilis, povećavaju podložnost čovjeka na HIV, jer čirevi kidaju kožnu barijeru. Međutim, prisutnost drugih SPI takođe se dovodi u vezu sa porastom rizika od prenosa HIV-a. Štaviše, prisutnost SPI u HIV pozitivnoj osobi može povećati virusne duplikate u genitalnoj tečnosti olakšavajući prenos virusa. Iz ovih razloga, kontrolisanje SPI ima potencijal da odigra važnu ulogu u prevenciji HIV-a. Neki programi koji se fokusiraju na kontrolisanje SPI i njihovo liječenje su pokazali smanjenu učestalost HIV-a. Takođe je bitno primijetiti da prisutnost HIV-a mijenja kliničke manifestacije SPI, čineći ih često mnogo ozbiljnijim i težim za liječenje.

Postoji li lijek za HIV i AIDS?

Nažalost, ne postoji lijek za HIV i AIDS. Ono što je do sada otkriveno su lijekovi sposobni za produženje i poboljšanje kvaliteta života osoba zaraženih ovim virusom. Antiretroviralna terapija (ART) je tretiranje HIV-a lijekovima – to nije lijek. Antiretroviralni (ARV) napadaju HIV direktno smanjujući tako nivo virusa u krvi. Slijede neki primjeri bitnih stvari koje treba znati o ART:

- › ART pomaže tijelu da ojača imuni sistem i bori se protiv drugih infekcija.
- › ARV se uzimaju u kombinaciji – obično se tri različita ARV-a uzimaju na dan. Apsolutno je neophodno da osoba svaki dan uzima tačnu dozu svake pilule, onako kako je doktor propisao. Ovo nije kao sa drugim lijekovima gdje,

ako propustite uzimanje jednom ili dva puta, nije tako strašno. Ako osoba ne uzima odgovarajuće lijekove svaki dan u tačno određeno vrijeme, terapija neće djelovati. Kada osoba uzima lijekove svaki dan u zakazano vrijeme kažemo da je to saradivanje ili pridržavanje.

- › Sa ARV-om ne bi trebalo da se počinje dok osoba ne dobije AIDS (ovo treba da odredi kompetentno medicinsko profesionalno lice).
- › Jednom kada se počne, ARV se mora uzimati do kraja života.
- › ARV može prouzrokovati neprijatne sporedne efekte kao npr. mučninu, anemiju, osipe i glavobolje.
- › ART može spriječiti prenos HIV-a sa majke na dijete.

TABELA RESURSA C:

| MIT | ČINJENICA |
|--|---|
| NAPRETKOM MEDICINE NEMA POTREBE ZA ZABRINUTOŠĆU ZBOG POLNO PRENOSIVIH INFEKCIJA (SPI). SAMO VAM JE POTREBAN TRETMAN ANTIBIOTICIMA I VI STE DOBRO, SVAKAKO! | Prilično je tačno da se većina SPI može potpuno izliječiti ako se otkrije u ranom stadijumu i da liječenje može biti jednostavno poput jednog tretmana antibioticima. Zapravo, ovo je jedan od razloga zašto bi trebalo redovno da se testirate i zašto bi odmah trebalo da se obratite profesionalnom licu za zdravstvenu njegu ako imate ikakvih briga o SPI. Međutim, ukoliko se ne tretiraju, SPI mogu dovesti do dugoročnog rizika za vaše zdravlje i plodnost. Infekcije klamidija i gonoreja mogu dovesti do oboljenja karličnog zapaljenja ako se ne tretiraju. Ovo zauzvrat može dovesti do dugotrajnih bolova u karlici, zakrčenja jajovoda, neplodnosti i vanmaterične trudnoće kod žena i bolova i zapaljenja testisa i žlijezde prostate kod muškaraca. Genitalne bradavice i genitalni herpesi su dvije česte virusne infekcije, tako da ih antibiotici ne mogu izliječiti. One se mogu tretirati antivirusnim lijekovima, ali oba stanja se mogu ponoviti. |
| KONDOMI ŠTITE OD SVIH SPI. | Ispravno korištenje kondoma za oralni, analni i vaginalni seks je dobra zaštita protiv infekcija kao što su klamidija i gonoreja. Kondomi su također važni za zaštitu od prenošenja HIV-a. Međutim, prema Udruženju za planiranje porodice, malo je dokaza koji ukazuju na to da kondomi štite od prenosa genitalnih bradavica. |
| MOŽETE PREPOZNATI TIP OSOBE KOJA VJEROVATNO IMA SPI NA OSNOVU TOGA KAKO TA OSOBA IZGLEDA – TREBA SAMO DOBRO DA PROSUĐUJETE KARAKTER. | SPI su dovoljno učestale da pogode bilo koga ko je seksualno aktivan. Ne morate imati veliki broj seksualnih partnera da biste dobili SPI. "Intuitivni instinkt" nije pouzdan način da prosudite vjerovatnoću infekcije kod partnera. Siguran seks i medicinska testiranja su jedino pametno rješenje. |
| MOJA SPIRALA/PILULA ĆE ME DONEKLE ZAŠTITITI OD SPI. | Kontraceptivna sredstva bez "barijera" samo nude zaštitu od trudnoće. Ne nude nikakvu zaštitu protiv bilo koje SPI. Korištenje kondoma da se zaštitite od SPI je uglavnom najbolja opcija. Međutim, možete kombinovati kondome sa pilulama ili nekim drugim kontraceptivnim metodom da povećate zaštitu od neželjene trudnoće. |

TABELA RESURSA C:

| MIT | ČINJENICA |
|--|---|
| NE PRIJETI VAM NIKAKAV RIZIK OD SPI AKO STE U MONOGAMNOJ VEZI. | U prosjeku, ljudi u današnje vrijeme imaju više seksualnih partnera tokom svog života nego što je to bio slučaj ranije i veća je vjerovatnoća da će imati seksualni odnos sa više od jedne osobe paralelno. Takođe je veća vjerovatnoća da će platiti za seks nego što je to bio slučaj ranije. Mnogi od nas vjeruju da će nas to što imamo samo jednog partnera zaštititi od seksualno prenosivih infekcija, ali porastom mogućnosti za prenošenje veoma je lako biti "nesrećan". Samo je nekoliko situacija gdje možete biti dovoljno sigurni u zaštitu od SPI da prestanete koristiti kondom. To su: - kada ni vi ni partner niste imali seksualnu vezu ranije - ili kada ste vi i vaš partner testirani na sve SPI otkad ste počeli vašu monogamnu vezu - I kada ste sigurni da vam partner govori istinu da nema seks van vaše veze. |
| SVAKO ZARAŽEN NEKOM OD SPI ĆE IMATI OČIGLEDNE SIMPTOME KAO ŠTO JE OSIP ILI SEKRET. | Postoji mnogo potencijalnih znakova SPI. Oni uključuju: – svrab oko genitalija ili anusa – peckanje ili bol dok urinirate – krvarenje ili bol tokom ili poslije seksa – osipi, plikovi ili kvržice oko genitalija ili anusa – neobičan sekret iz penisa ili vagine. Međutim, čak i kada osoba nema nijedan od ovih simptoma, ona ipak može biti zaražena i može prenijeti zarazu na nekog drugog. |
| LJUDI KOJI KORISTE USLUGE KLINIKA ZA SEKSUALNO ZDRAVLJE DA BI SE TESTIRALI SU PROMISKUITETNI. I LJUDI ĆE SAZNATI DA SAM BIO/BILA TAMO! | Ljudi koji koriste usluge klinika za seksualno zdravlje su ljudi sa osjećajem za testiranje. Ukoliko ste se upustili u bilo kakvo seksualno ponašanje koje vas je moglo dovesti u rizik od polno prenosivih infekcija (SPI) bili biste mudri da im se pridružite. Klinike za seksualno zdravlje su u potpunosti povjerljive i neće reći čak ni vašem ljekaru opšte prakse o vašoj posjeti bez vaše dozvole. Ljudi bilo kog starosnog doba i seksualne orijentacije mogu posjetiti ove klinike. Svi testovi i tretmani su besplatni. |

Radionica 32: Prenošenje HIV-a: u potrazi za potpisom⁹²

CILJ:
Diskutovati o seksualnom prenošenju SPI i HIV-a.

POTREBNI MATERIJAL:
Hemijske/obične olovke za sve učesnike i komadići papira označenog kao što je opisano u procedurama ispod.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
nije potrebno

PROCEDURA:

- Prije početka sesije pripremite određen broj malih listova papira jednak broju učesnika u grupi i označite ih na sljedeći način:
 - Napišite "H" i "Pratite sva moja uputstva" na jednoj kartici.
 - Napišite "C" i "Pratite sva moja uputstva" na tri kartice.
 - Napišite "Ne učestvujte u aktivnosti i ne pratite moja uputstva sve dok ne sjednemo ponovo" na tri kartice.
 - Na *preostale* kartice samo napišite "Pratite sva moja uputstva".
- Na početku aktivnosti ne govorite učesnicima temu o kojoj će biti raspravljano. Nasumice podijelite kartice učesnicima. Zamolite ih da pročitaju uputstva na kartici koju su primili i da ne dijele ta uputstva sa ostalim učesnicima. Kažite im da bi trebalo da prate uputstva ispisana na svojoj kartici.
- Zamolite učesnike da ustanu i izaberu tri osobe da se potpišu na poledini njihovih kartica (poželjno je da to ne budu osobe koje se nalaze pored njih).
- Kada su svi sakupili svoja tri potpisa zamolite ih da sjednu.
- Zamolite osobu koja ima karticu označenu sa "H" da ustane.
- Zamolite sve one čiju je karticu potpisala ova osoba ili koji su potpisali karticu te osobe da ustanu.
- Zatim zamolite sve one koji imaju potpis ovih osoba da ustanu. Nastavite ovako dok svi ne ustanu, osim onih od kojih je traženo da ne učestvuju u aktivnosti.

92 — Prilagođeno iz aktivnosti "In Search of Signatures" ("U potrazi za potpisima") sadržanoj u priručniku Adolescência: Administrando o futuro" kojeg su razvili Advocates for Youth i SEBRAE, 1992.

- Kažite mladićima da je davanje ili primanje potpisa značilo da su imali seksualni odnos sa tom osobom. Zamolite ih da zamisle da je osoba koja ima karticu označenu sa "H" zaražena HIV-om ili nekom drugom SPI i da je ta osoba imala seksualni odnos bez zaštite sa tri osobe koje su potpisale njegovu karticu. Podsjetite ih da samo glume i da učesnici zapravo nisu zaraženi.
- Zamolite grupu da zamisli da su osobe koje nisu uzele učešća u ovoj aktivnosti, tj. osobe koje su dobile kartice sa natpisom "ne učestvujte", apstinirale od seksa odnosno nisu imale seksualni odnos ni sa kim.
- Završite aktivnost objašnjavajući učesnicima da su oni koji imaju kartice označene sa "C" koristile kondom i iz tog razloga su pod manjim rizikom. Ovi mladići takođe mogu sjesti.
- Iskoristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju o vježbi.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- | | |
|---|--|
| 1. Kako se osjećala osoba "H"? Kakva je bila njezova reakcija kada je saznao da je "zaražen"? | 6. Kako su se osjećali oni koji su "koristili kondom"? |
| 2. Kako biste se vi osjećali da ste zaraženi HIV-om? | 7. Kako bi seksualno aktivan pojedinac još mogao zaštititi sebe i svog partnera od SPI ili HIV-a? Istražite značenje riječi "biti vjeran" sa mladićima. |
| 3. Šta su ostali učesnici osjećali prema osobi "H"? | 8. Kakva su bila osjećanja onih koji su otkrili da su možda zaraženi HIV-om? Kako su se osjećali oni koji su potpisali karticu nekog ko je "zaražen" SPI ili HIV-om? |
| 4. Kako su se oni koji nisu učestvovali u aktivnosti, tj. oni koji su apstinirali, osjećali na početku vježbe? Da li se ovo osjećanje promijenilo za vrijeme trajanja aktivnosti? Šta je ostatak grupe osjećao prema onima koji nisu učestvovali? | 9. Koji su drugi načini da se prenese HIV? Šta mislite koji su najčešći načini da se HIV prenese u vašoj zajednici? |
| 5. Da li je lako ili teško ne učestvovati u aktivnosti u kojoj svi učestvuju? Zašto? | 10. Koja je najvažnija stvar koju ste danas naučili? Kako će vam ovo pomoći da zaštitite sebe i svoje partnere od SPI i HIV-a u budućnosti? |

ZAVRŠETAK:

Svaka odluka koju donesete u vezi sa vašom seksualnošću je jako bitna i može voditi dugotrajnim posljedicama. U razmišljanju o prevenciji SPI/HIV-a trebalo bi da postoji otvorena komunikacija između partnera o tome kada, kako i zašto će imati seksualni odnos. Za neke parove ovo može dovesti do odluke da apstiniraju od seksa. Za druge ovo može dovesti do odluke da imaju seksu-

alne odnose, a u tom slučaju je fundamentalno da par razgovara o rizicima HIV infekcije, testiranju i savjetovanju, kao i mjerama predostrožnosti koje će preduzeti da se zaštite od HIV infekcije uključujući i obavezivanje na vjernu vezu i/ili korištenje kondoma. Kao mladići bitno je da budete otvoreni za uvjerenja vaših partnera i vrijednosti koje se odnose na ove odluke i da ih poštuju.

Radionica 33: Kontracepcija



CILJ:

Upoznati učesnike sa različitim metodima kontracepcije, uključujući hitnu kontracepciju, naročito one koje su im najprikladnije i najpristupačnije. Razbiti neke od najčešćih mitova i naglasiti koliko su nepouzdana takozvani "prirodni" metodi kontracepcije.



POTREBNI MATERIJAL:

Flipčart i markeri, kopije Tabele resursa 6.



PREPORUČENO VRIJEME:

45 minuta (jedan školski čas)



PLANIRANJE:

nije potrebno

PROCEDURA:

- Osim ženskog i muškog kondoma, nijedan drugi metod (osim apstinencije, naravno) ne pruža zaštitu od polno prenosivih infekcija. Postoje mnogi metodi kontracepcije koji služe za sprečavanje neželjene trudnoće i u zavisnosti od toga kako oni funkcionišu, oni se mogu podijeliti na sljedeće kategorije:
 - > BARIJERNI METODI,
 - > HORMONALNI METODI,
 - > HITNI METODI KONTRACEPCIJE,
 - > INTRAUTERINI METODI,
 - > PERMANENTNI METODI

Objasnite razliku u pet minuta.

- Podijelite učesnike u grupe, dajte svakoj grupi list flipčart papira i listu postojećih metoda (Tabela resursa 6). Njihov zadatak je da grupišu metode sa liste u različite, navedene kategorije. Dajte im najviše 10 minuta za ovu aktivnost.
- Pitajte cijelu grupu da vam kažu njihove odgovore i dok zapisujete njihove odgovore na flipčart, ispravite ih i ukratko prođite kroz svaki metod, kako on izgleda i kako djeluje. Ako postoji vremensko ograničenje, važno je da ne potrošite puno vremena na metode koji učesnici vjerovatno neće koristiti ili početi koristiti u skorije vrijeme (npr. dijafragma ili spirala).

Objasnite u detalje na koji način djeluju kontraceptivne pilule i objasnite ubičajene mitove. Pitajte ih o muškim kondomima i, ako je potrebno, ponovite dijelove aktivnosti broj 8. Razgovarajte o hitnoj kontracepciji i u kojim situacijama bi ona trebalo da se koristi i koliko često.

- Pitajte grupu da li znaju za neke druge metode koji ne uključuju kupovinu bilo čega ili odlazak kod doktora. Podstaknite ih da navedu sve "bapske priče" o tome kako izbjeći trudnoću (npr. tuširanje nakon odnosa). Razgovarajte o "prirodnim" metodima – ritam metod, metod povlačenja i njihovoj efikasnosti i zašto se na njih ne treba oslanjati kao na kontracepciju, da su oni korisniji kao metodi planiranja porodice nego kao kontracepcija.

NAPOMENA: Tokom svakog koraka pokušajte povezati ovu temu sa sadašnjim aktivnostima o reproduktivnim sistemima, SPI i praktikovanju sigurnog seksa.

- Iskoristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju..

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- Da li smatrate da vi i vaši vršnjaci imate sve potrebne informacije o kontracepciji? Zašto?
- S kim obično razgovarate o kontracepciji?
- Da li su mitovi o kontracepciji rašireni?
- Koji je najbolji izvor za informacije o kontracepciji?
- Ko je odgovoran da razmišlja o kontracepciji? Mladići ili djevojke?
- Da li bi vam bilo neprijatno da kupujete neku vrstu kontracepcije? Zašto?
- U kom trenutku u vezi treba razgovarati o kontracepciji?
- Ako žena koristi metod, koji njen partner ne može "vidjeti" ili osjetiti (kao što je pilula), da li bi trebalo da ona kaže svom partneru o tome? Zašto?
- Poznato je da ne koriste svi kontracepciju niti da praktikuju siguran seks. Šta mislite, zbog čega je to tako? Kako bismo mogli to promijeniti?
- Jeste li naučili nešto iz ove aktivnosti?

ZAVRŠETAK:

Vjerovatno jedno od najvažnijih dostignuća u borbi za ženska prava je priznanje da žena ima pravo da želi seks samo zato što joj pruža zadovoljstvo (bez cilja da ima djecu), kao i pravo da odbije da ima seks.

Dobiti bebu je za mnoge ljude najsrećniji trenutak u njihovim životima, ali ponekad žena osjeća da nije spremna (zbog njenih godina, emotivno, fizički itd...) ili da jednostavno ne želi da ima djecu, ali želi seksualni odnos sa muškarcem. Abortus je opcija kada se desi neželjena trudnoća – međutim, to nije jednostavan izbor – on sa sobom nosi zdravstvene rizike, može predstavljati emocionalni i psihološki izazov i on NIJE KONTRA-

CEPCIJA; ne samo zato što se on ne može koristiti redovno, već i zato što on ne sprečava trudnoću, već je prekida. Srećom, postoje mnogi metodi koji sprečavaju trudnoću. Apstinencija od seksualnih aktivnosti je jedini metod koji garantuje zaštitu od neželjene trudnoće (i SPI), ali postoje mnogi sigurni metodi, kao i hitna kontracepcija ako one zakažu. Dobro je za mlade ljude da se informišu iz različitih izvora, ali na kraju djevojka/mladić treba da razgovaraju o onom šta je najbolje za nju/njega sa svojim ginekologom/medicinskim radnikom/savjetnikom. Važno je da ona/on otkrije koji način je najbolji za njih – da on odgovara njihovim potrebama, životnom stilu i da je siguran za nju. Ako ona ima vezu, njen partner bi trebalo da

Kontraceptivne pilule. "Pilule" su hormonske pilule koje se moraju uzeti u isto vrijeme svaki dan kako bi bila spriječena neželjena trudnoća. U zavisnosti od njihove vrste, neke pilule se moraju uzimati svakodnevno bez prestanka, dok druge zahtijevaju sedam dana pauze jednom mjesečno i to u periodu menstrualnog ciklusa. Postoje dva osnovna tipa pilula: kombinovane pilule (sadrže dva hormona estrogen i progesterin) i samo progesterinske pilule. Kontraceptivne pilule se ponekad koriste iz drugih razloga, a ne samo kao kontraceptivni metod: da uravnoteže hormone, regulišu menstruaciju, kod bolnih menstruacija, problema sa kožom, itd. Čak ih i djevojke koje još nisu imale seksualne odnose mogu koristiti. Efikasnost ovih pilula mogla bi biti ugrožena ne samo nepravilnom upotrebom, već takođe i ako se koriste istovremeno sa drugim lijekovima, biljnim suplementima i drugim, zbog čega se treba konsultovati sa doktorom.

Hormonske injekcije sprečavaju neželjenu trudnoću ubrizgavanjem progesterina. Svaka injekcija sprečava trudnoću u naredna tri mjeseca.

Hormonski flaster ispušta hormone kroz kožu i sprečava trudnoću.

Vaginalni prsten je mali, fleksibilni prsten koji žena smješta u svoju vaginu jednom mjesečno za sprečavanje neželjenih trudnoća. Prsten ostaje u vagini tokom tri sedmice, a potom se uklanja i ne koristi tokom preostale sedmice svakog mjeseca. Sprečava neželjene trudnoće otpuštanjem hormona.

Hormonalni intrauterini uložak – Poput bakarnog uložka, on se smješta u matericu, ali ovaj otpušta progesterin i djeluje pet godina.

PERMANENTNI METODI

Predviđeno je da ovi metodi budu permanentni (ako su dobro obavljani, uključujući i praćenje) i obično su ireverzibilni.

Sterilizacija je oblik kontrole rađanja. Svi postupci sterilizacije su predviđeni da budu permanentni. Za vrijeme postupka sterilizacije doktor zatvara ili blokira jajovode žene. Zatvaranje jajovoda se može obaviti na nekoliko načina.

Vazektomija je oblik kontrole rađanja za muškarce koji je predviđen da bude permanentan. Tokom vazektomije doktor zatvara ili blokira kanale koji nose spermiju. Kada su kanali zatvoreni sperma ne može napustiti tijelo muškarca i izazvati trudnoću.

HITNA KONTRACEPCIJA

Šta je hitna kontracepcija?

Hitna kontracepcija je opcija koja može spriječiti trudnoću ili uzimanjem tablete za hitnu kontracepciju u roku od 72 sata ili umetanjem intrauterinog uložka u roku od pet dana od nezaštićenog seksualnog odnosa. U zavisnosti od toga kada se hitna kontracepcija koristi za vrijeme menstrualnog ciklusa, ona može:

- Zaustaviti ili odgoditi otpuštanje jajašceta iz jajnika,
- Spriječiti spermatozoide da dođu do jajašceta ili
- Spriječiti oplodeno jajašce da se učvrsti u materici.

bude uključen, jer to je nešto što utiče na oboje, a žena bi trebalo da nastoji da izgradi iskrene i ravnopravne odnose. Zbog njihove rodne uloge, ženama je ponekad neprijatno da razgovaraju o kontracepciji, ali njeno nekorištenje je daleko gore dugoročno posmatrano i to treba uzeti u

obzir, kao i to da nezaštićeni seks ne samo da nosi rizik od trudnoće, već takođe i od SPI, što je razlog zbog čega je najbolje koristiti dvostruku zaštitu, kao što je kondom u kombinaciji sa pilulama ili drugim metodom kontracepcije.

BARIJERNI METODI

Metodi koji fizički zaustavljaju spajanje jajašceta i spermatozoida. Neki metodi koriste spermicide koji uništavaju spermatozoide. Potrebno je razlikovati spermicide od hormona. Spermicidi djeluju samo na imobilizaciji i uništavanju spermatozoida, oni ne utiču na reproduktivne organe žene (osim u nekim slučajevima u kojima može doći do iritacije).

Muški kondomi se nose na penisu tokom odnosa. Oni su obično izrađeni od tankog lateksa. Kondomi sprečavaju trudnoću prikupljanjem pre-ejakulata i sperme kada muškarac ejakulira.

Ženski kondom je vrećica koja se koristi za vrijeme seksualnog odnosa za sprečavanje trudnoće i smanjenje rizika od polno prenosivih bolesti. Ima fleksibilan prsten na svakom kraju. Neposredno prije vaginalnog odnosa smješta se duboko u vaginu. Prsten na zatvorenom kraju drži vrećicu u vagini. Prsten na otvorenom kraju ostaje izvan vaginalnog otvora za vrijeme odnosa. A za vrijeme analnog odnosa on se ubacuje u anus. Ženski kondomi sprečavaju trudnoću prekrivajući unutrašnjost vagine. Oni prikupljaju pre-ejakulat i spermiju kada muškarac ejakulira. Ovo sprečava spermiju da uđe u vaginu.

Kontraceptivna spužva je napravljena od plastične pjene i sadrži spermicide. Ona je meka i okrugla, sa prečnikom od 2 inča (5 cm). Ima najlonsku nit pričvršćenu za dno koja služi za uklanjanje. Smješta se duboko u vaginu prije polnog odnosa i sprečava neželjenu trudnoću.

Dijafragma je plitka gumena kapica u obliku kupole sa fleksibilnim obručem. Izrađena je od silikona. Smješta se u vaginu. Kada je smještena ona prekriva grlić. Dijafragme sprečavaju trudnoću sprečavajući spermatozoide da se spoje sa jajašcetom. Kako bi bile što efikasnije, dijafragme se moraju koristiti sa spermicidnom kremom, gelom ili pjenom.

Cervikalna kapa je mala kapa napravljena od lateksa čiju veličinu mora odrediti doktor. Prije odnosa žena je smješta na svoj grlić. Koristi se u kombinaciji sa spermicidom. Mora se ostaviti u vagini 6-8 sati da bi ispravno djelovala, ali ne duže od 48 sati.

Spirala (Bakarni intrauterini uložak) Intrauterini ulošci (eng. Intrauterine device – IUD) su mali bakarni ulošci u obliku slova "T" koje doktor smješta u matericu žene, koji sprečavaju neželjenu trudnoću tako što stvaraju barijeru između jajašca i spermatozoida.

HORMONALNI METODI

Koristite hormone da zaustavite ovulaciju i oplodnju.

Doktor mora propisati ne samo pravi tip, već takođe i tačno odgovarajuću vrstu(e), jer doze variraju. Doktor mora provjeriti da ne postoje nikakvi zdravstveni problemi zbog kojih bi hormoni bili nesigurni za vas.

Može li hitna kontracepcija izazvati abortus?

Ne, upotreba hitne kontracepcije ne izaziva abortus. Početak trudnoće se medicinski definiše kao implantacija oplodjenog jajašceta. Hitna kontracepcija djeluje prije implantacije i neće djelovati onda kada je trudnoća počela. Dakle, ne može se smatrati abortivnom. U stvari, s obzirom na to da hitna kontracepcija sprečava trudnoću, ona smanjuje potrebu za indukovanim abortusima.

Kako se hitna kontracepcija primjenjuje?

Najčešći metod hitne kontracepcije uključuje uzimanje povišene doze uobičajenih tableta za kontrolu rađanja (Yuzpe režim). Međutim, zbog toga što uobičajene tablete za kontrolu rađanja dolaze u različitim dozama, često je zbunjujuće i za doktore i za pacijente da shvate koliko tableta treba uzeti, jer to zavisi od proizvođača dostupnih tableta za kontrolu rađanja. Nedavno, neki namjenski proizvodi, koji dolaze u pravilnim dozama za hitnu kontracepciju, postali su dostupni na tržištu. Osim toga, u nekim zemljama uobičajene tablete za kontrolu rađanja dolaze posebno pakovane u odgovarajućim dozama za svrhe hitne kontracepcije.

Koliko je efikasna hitna kontracepcija?

Kada se koriste u roku od tri dana od nezaštićenog seksa, kombinovane tablete za hitnu kontracepciju (koje sadrže levonorgestrel i etinil estradiol) su oko 75% djelotvorne u smanjivanju šansi za trudnoću. Najefikasnije tablete za hitnu kontracepciju su one koje sadrže samo levonorgestrel. One mogu smanjiti šanse za trudnoću za oko 85%. Bakarni intrauterini ulošci mogu smanjiti rizik od trudnoće za više od 99%. Međutim, oni su najpogodniji za žene koje ispunjavaju uslove za redovnu upotrebu intrauterinih uložaka i koje žele da koriste intrauterine uloške za dugotrajnu kontracepciju. Hitna kontracepcija nije metod zaštite od polno prenosivih infekcija (SPI) ili HIV-a.

Koje su uobičajene nuspojave povezane sa upotrebom hitne kontracepcije?

Nema ozbiljnih nuspojava povezanih sa tabletama za hitnu kontracepciju. Najčešće nuspojave tableta za hitnu kontracepciju su mučnina i povraćanje iako mali broj žena može doživjeti povremeno krvarenje. Ostale nuspojave, koji se obično povlače u roku od 24 sata, mogu uključivati bol u stomaku, osjetljivost grudi, glavobolju, vrtoglavicu i umor.

Tablete treba koristiti samo kao hitnu kontracepciju, pošto bi redovna upotreba mogla narušiti zdravlje žena.

Da li je žena još u opasnosti od trudnoće ako ima seks nakon uzimanja hitne kontracepcije?

Da. Hitna kontracepcija štiti od trudnoće samo kada je žena uzima nakon seksa. To znači da ona i dalje može ostati u drugom stanju ako koristi hitnu kontracepciju, a zatim ponovo ima seks bez upotrebe neke druge vrste kontracepcije ili ako njen metod kontrole rađanja zakaže. Ako i dalje ne želi da zatrudni, ona će morati ponovo uzeti tablete za hitnu kontracepciju.

TABELA RESURSA 6:

- › MUŠKI KONDOM
- › PROGESTINSKE PILULE
- › VAGINALNI PRSTEN
- › ŽENSKI KONDOM
- › TABLETE ZA HITNU KONTRACPCIJU (Tablete za "dan poslije")
- › CERVICALNA KAPA
- › KONTRACEPTIVNI FLASTER
- › DIJAFRAGMA,
- › "SPIRALA" (IUD)
- › KONTRACEPTIVNA SPUŽVA
- › KONTRACEPTIVNA INJEKCIJA
- › VAZEKTOMIJA
- › STERILIZACIJA
- › KOMBINOVANI ORALNI KONTRACEPTIVI ("Pilula")

Radionica 34: Šta su seksualna i reproduktivna prava?

CILJ:
Diskutovati o značenju seksualnih i reproduktivnih prava i njihovom značaju u životima žena i muškaraca.

POTREBNI MATERIJAL:
Hemijske i obične olovke, flipčart papir i kopije Tabele resursa 2 sa navedenim pravima.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
nije potrebno

PROCEDURA:

1. Prije početka sesije: Kopirajte Tabelu resursa 2 i izrežite prava na trake tako da su spremna da ih podijelite. Nacrtajte četiri kolone na flipčart papiru i napišite sljedeća zaglavlja: Seksualno i reproduktivno pravo; A (za "Slažem se"); +/- (za "Donekle se slažem"); NA (za "Ne slažem se").
2. Objasnite grupi da ćete razgovarati o seksualnim i reproduktivnim pravima, koji su dio ljudskih prava.
3. Podijelite učesnike u manje grupe i podijelite trake od papira po grupama. Za grupe sa niskim nivoom pismenosti pročitajte naglas prava sa traka od papira.
4. Objasnite svakoj grupi da su dobili trake od papira sa različitim seksualnim i reproduktivnim pravima i da bi trebalo da razgovaraju o tome kako oni razumiju svako od tih prava. Oni bi potom trebalo da diskutuju o tome da li se slažu (A), donekle slažu (+/-) ili ne slažu (NE) sa tim da se pravo navedeno na traci poštuje u njihovoj zajednici. Dajte im 10 minuta za ovu diskusiju.
5. Zamolite svaku grupu da predstavi prava o kojima su razgovarali i da li se slažu, donekle slažu ili ne slažu sa tim da se to pravo poštuje u zajednici u kojoj žive. Unesite njihove odgovore u tabelu na flipčart papiru. Pitajte ostale učesnike da li se slažu sa odgovorom. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste razgovarali o važnosti seksualnih i reproduktivnih prava u životima žena i muškaraca.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li se seksualna i reproduktivna prava mladih ljudi u vašoj zajednici poštuju? Ako ne, koja se prava najčešće krše? Zašto se to događa?
2. Da li mislite da djevojke i odrasle žene imaju ista prava? Zašto da ili zašto ne?
3. Da li mislite da mladići i odrasli muškarci imaju ista prava? Zašto da ili zašto ne?
4. Da li mislite da žene i muškarci imaju ista seksualna i reproduktivna prava? Zašto da ili zašto ne?
5. Da li bi djevojka trebalo da ima mogućnost da abortira bez znanja i odobrenja njenih staratelja?
6. Da li se seksualna i reproduktivna prava mladića u vašoj zajednici poštuju? Ako ne, koja seksualna i reproduktivna prava mladića se najčešće krše? Zašto se to događa?
7. Koje su najveće prepreke sa kojima se žene suočavaju u zaštiti njihovih seksualnih i reproduktivnih prava?
8. Koje su najveće prepreke sa kojima se muškarci suočavaju u zaštiti njihovih seksualnih i reproduktivnih prava?
9. Da li postoji stigma o odlasku ginekologu/urologu? Da li je ženama i muškarcima neprijatno prilikom odlaska ginekologu/urologu? Zašto?
10. Kako žene i muškarci u intimnim vezama mogu uzajamno poštovati seksualna i reproduktivna prava?
11. Koja udruženja ili institucije u vašoj zajednici pružaju usluge zaštite seksualnih prava i reproduktivnih prava djevojaka?
12. Šta ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete primijeniti u vašem životu i vezama?

ZAVRŠETAK:

Seksualna prava i reproduktivna prava su od suštinskog značaja za ljudska prava i pripadaju i ženama i muškarcima svih uzrasta. Ova prava uključuju pravo na samostalno donošenje odluka o sopstvenom seksualnom i reproduktivnom životu, bez prisile ili nasilja, i pravo na informacije i

metode potrebne za donošenje sigurnih i zdravih odluka u ovoj oblasti. Imamo pravo da donosimo odluke o svom tijelu, a država je odgovorna da garantuje da postoje potrebni uslovi koji nam omogućavaju da ostvarimo ta prava.

DJECA, ADOLESCENTI I EROTIKA

Idealizacija mladih i ženskog tijela (često sa erotskim konotacijama) je prisutna u svim medijima. Djevojke mogu osjećati da se moraju ponašati senzualno i/ili plesati erotično, ali nisu naučene kako da se brane kada se suoče sa seksualnim zlostavljanjem ili uznemiravanjem. Važno je da oni koji su odgovorni za djecu budu stalno na oprezu i da uče svoju djecu da prepoznaju kada su izložena eksploataciji i kako da se brane.

TABELA RESURSA 2

Seksualna prava i reproduktivna prava

- 1. Pravo ljudi da istražuju svoju seksualnost bez straha, stida, lažnog uvjerenja ili drugih prepreka za slobodno ostvarivanje sopstvenih želja.** Ljudi svih uzrasta imaju pravo da dožive i traže seksualno zadovoljstvo.
- 2. Pravo na izražavanje punog seksualnog potencijala uz isključenje svih oblika seksualne prisile, eksploatacije i zlostavljanja u svakom trenutku i u svim situacijama u životu.** Svako ima pravo da izrazi svoju seksualnost, bez nasilja ili prisile da uradi nešto što ne želi da uradi.
- 3. Pravo na izbor seksualnih partnera bez diskriminacije.** Svaka osoba ima pravo da bira svog partnera, bez bilo kakve diskriminacije.
- 4. Pravo na potpuno poštovanje tjelesnog integriteta.** Pravo da se vaše tijelo i njegove granice poštuju i da vas drugi ne prisiljavaju da radite ili doživite nešto što ne želite, na primjer, dodirivanjem vaših genitalija.
- 5. Pravo da budete seksualno aktivni ili ne, uključujući i pravo da stupite u dobrovoljne seksualne odnose i da stupite u brak uz potpuni pristanak obje strane.** Pravo da ne budete prisiljeni na brak ili seks sa nekim.
- 6. Pravo da slobodno i samostalno izrazite seksualnu orijentaciju.** Svaka osoba je muškarac ili žena na svoj način.
- 7. Pravo na izražavanje seksualnosti nezavisno od reprodukcije.** Svaka osoba ima pravo da ima seks bez želje da ima djecu.
- 8. Pravo na jednakost, uzajamno poštovanje i zajedničku odgovornost u seksualnim vezama.** Muškarci i žene imaju jednaka prava i odgovornosti u seksualnim vezama.
- 9. Pravo da se insistira na praktikovanju sigurnog seksa da bi bila izbjegnuta trudnoća i spriječene polno prenosive infekcije, uključujući HIV.** Svaka osoba može zahtijevati upotrebu kondoma za sprečavanje polno prenosivih infekcija ili za sprečavanje trudnoće.
- 10. Pravo na slobodno i odgovorno odlučivanje o broju, razmaku i vremenu rađanja djece.** Ljudi (parovi) mogu odlučiti da li i kada žele da imaju djecu i koliko djece žele da imaju.
- 11. Pravo na informacije i sredstva za donošenje odluka.** Ljudi bi trebalo da dobiju informacije da odluče šta je najbolje za njih.
- 12. Pravo na seksualno zdravlje, koje zahtijeva pristup svim vrstama kvalitetnih informacija o seksualnom zdravlju, obrazovanju i povjerljivim uslugama.** Pravo na informacije i povjerljive usluge.

Radionica 35: Seksualne različitosti

CILJ:
Diskutovati o seksualnim identitetima, seksualnoj orijentaciji, homofobiji i potrebi većeg prihvatanja seksualnih različitosti.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart, markeri i samoljepljiva traka.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Prije početka ove aktivnosti voditelj bi trebalo da ispita svoja mišljenja i stavove prema seksualnim različitostima i seksualnoj orijentaciji. To je tabu tema u mnogim sredinama i učesnici mogu izraziti snažna mišljenja i stavove. U toku rasprave voditelj bi trebalo da zadrži poziciju zagovaranja poštovanja prema ljudima svih seksualnih orijentacija bez cenzurisanja učesnika. Važno je saslušati različite komentare – čak i kada su homofobični – i preispitati ih bez osuđivanja. Prije početka sesije voditelj bi trebalo da identifikuje uobičajene mitove i pogrešna shvatanja seksualne orijentacije koji se mogu uvesti i obraditi u diskusiji. Takođe može biti korisno da budu istražene informacije o lokalnim zakonima i pokretima koji promovišu prava gej pojedinca i parove i resurse, kao što su lokalne organizacije ili web stranice o seksualnoj orijentaciji i pravima koje se mogu podijeliti sa učesnicima.

PROCEDURA:

- Sprovesti aktivnost brejnstorminga sa učesnicima o tome kako bi oni definisali homofobiju. (Merriam Webster rječnik definiše homofobiju kao iracionalni strah, averziju ili diskriminaciju prema osobama drugačije seksualne orijentacije).
- Podijelite učesnike u manje grupe i dajte svakoj grupi jedan od početaka priča navedenih u Tabeli resursa (ili drugih početaka priča koje bi voditelj mogao osmisliti).
- Objasnite grupama da će imati 15 minuta da pročitaju i nastave priče.
- Zamolite grupe da prezentuju svoje priče (početak i detalje koje su dodali) čitajući ih naglas, kroz dramatizaciju ili na drugi način po svom izboru.
- Nakon prezentacije priče iskoristite sljedeća pitanja da započnete diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li su ove priče realne?
2. Zašto je mladim ljudima teško da prihvate homoseksualnost ili homoseksualno ponašanje?
3. Koja je razlika između lezbijki, gej osoba i biseksualaca?
4. Može li osoba imati seksualne odnose sa osobom istog pola i biti heteroseksualna osoba?
5. Koji tip predrasuda prema i/ili nasilja nad gej osobama ili lezbijkama ste vidjeli ili čuli? Koje su posljedice ovih predrasuda i/ili nasilja?
6. Koja imena se najčešće koriste za gej osobe? Da li bilo koje od ovih imena ima negativno značenje?
7. Da li vas je ikad neko od vaših prijatelja nazvao gejom (pederom, homoseksualcem) zato što niste nešto uradili, kao što je učešće u tuči? Šta mislite o tome? Zašto mislite da muškarce nazivaju gejevima kada se ne ponašaju u skladu sa dominantnim normama maskuliniteta?
8. Šta ste naučili iz ove vježbe? Kako to možete primijeniti u svojim životima i vezama?

ZAVRŠETAK:

Svako ima seksualnu orijentaciju - to jest, vas romantično i seksualno privlače muškarci, žene ili i jedni i drugi. Iako ne znamo tačno šta određuje seksualnu orijentaciju neke osobe, znamo da se ona formira rano u životu, da to nije izbor osobe i ne može se promijeniti iako zbog društvenih tabua i homofobije može biti skrivena. Takvi društveni tabui i homofobija mogu izložiti

gej osobe i lezbijke posebnom riziku od nasilja, diskriminacije, depresije i autodestruktivnih ponašanja kao što su zloupotreba droge i alkohola ili samoubistvo. Važno je da se radi na razbijanju mitova i promovisanju poštovanja prava žena i muškaraca da izraze svoju seksualnu orijentaciju slobodno bez diskriminacije.

TABELA RESURSA**Priča br. 1**

Kada je imao 18 godina Tomo je imao svoje prvo seksualno iskustvo sa drugim muškarcem i od tada je znao da je gej osoba. Imao je mnogo partnera prije nego što je upoznao Jovu. Bili su zajedno dugo i na kraju su odlučili da to kažu svojim porodicama i počnu živjeti zajedno...

Priča br. 2

Jedne noći Braco je izašao sa grupom prijatelja, svi iz istog razreda. Jedan od njih, Robert, rekao je: "Hajde da istučemo neke pedere. Vidio sam neke transvestite na trgu. Hajdemo!"...

Priča br. 3

Jedne noći kada je bio na plaži i kampovao sa grupom prijatelja, Luka se našao u istom šatoru sa svojim prijateljem Goranom. Popili su nekoliko piva prije odlaska u šator. Luka je uvijek sebe smatrao heteroseksualcem. Razmišljao je o seksu sa svojom djevojkom i uzbudio se kada je ušao u šator. Kada je Goran vidio da se Luka uzbudio, počeo je...

Priča br. 4

Sa 17 godina Armin je mislio da je biseksualac. Sviđao mu se seks sa djevojkama i mladićima. Jedne noći njegov otac vidio ga je kako grli drugog dječaka i kada je Armin došao kući njegov otac je počeo da viče na njega...

Godina 4:

Roditelji 21. vijeka

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

Rodna socijalizacija, staranje i očinstvo

U većini društava briga (za djecu, bolesne osobe, starije osobe itd) se posmatra kao "ženski posao". Zaista, studije sprovedene u različitim sredinama pokazale su da očevi doprinose samo jednu trećinu do jedne četvrtine vremena za neposrednu brigu o svojoj djeci u odnosu na vrijeme koje žene doprinose.⁹³ Ovo nejednako učešće u staranju ukorijenjeno je u načinu na koji su djevojčice i dječaci odgojeni. Na primjer, u mnogim društvima djevojke provode većinu svog vremena u kući gdje pomažu u kućnim poslovima i brinu o mlađoj djeci. Čak i kada se djevojčice igraju, one često dobijaju igračke koje naglašavaju staranje i kućne poslove (npr. lutke ili set za kuhanje). Sa druge strane, dječake često ohrabruju da se igraju na otvorenom, a odgovaraju ih od igranja sa lutkama ili učešća u drugim "ženskim" igrama. Kako odrastaju dječake sve više i više usmjeravaju prema onome što se generalno smatra "muškim" igrama, kao što su sport ili igranje sa automobilima ili oružjem, ili prema "muškim" kućnim poslovima, kao što je pomaganje njihovim očevima u popravljanju stvari u kući. Dječake rijetko podstiču da se brinu za manju djecu na isti način kao djevojčice ili da učestvuju u kućnim poslovima. Ako i kad muškarcu postanu očevi, njihov najvažniji doprinos je često posmatran više kroz njihovu ulogu hranitelja, u finansijskom smislu, nego kao staratelja. Često se, u stvari, na muškarce gleda kao nesposobne za vođenje brige o djeci i, u izvjesnoj mjeri, ovlaštene od strane društva da ne učestvuju u tome. Ukratko, žena vodi brigu, a muškarac donosi novac. Čak i kada muškarac želi da igra aktivnu ulogu u smislu brige o djeci, socijalne ustanove – od porodice, škole, poslodavaca, zdravstvenih ustanova, nevladinih organizacija i vojske, pa do društva u cjelini – uskraćuju mu tu mogućnost.

Nedovoljna uključenost muškaraca u poslove staranja često znači da žene nose dvostruki teret, posebno one žene koje pokušavaju da nađu mjesto na tržištu rada i koje ponekad ne mogu prihvatiti određeni posao, jer se moraju starati o djeci ili drugim rođacima i prijateljima. Mnoge žene se suočavaju sa onim što se često naziva "dupla smjena", kako ne bi bile etiketirane kao "nemarne majke." Njih takođe podstiču da budu supermame, često im se govori da se nakon rođenja njihovog djeteta od njih očekuje da, istog momenta, ostvare trenutnu vezu sa novorođenčecom, razviju uvo prijemčivo za plač djeteta i nos kojem nimalo ne smeta miris izmeta itd.⁹⁴

93 – Savjet za stanovništvo (Population Council), "Nedovršena tranzicija: rodna jednakost: Dijeljenje odgovornosti roditeljstva." Glasnik Savjeta za stanovništvo (Population Council Issues Paper), 2001.

94 – Elizabeth Badinter, Um Amor conquistado-o Mito Do Amor materno (Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1985); Ceneveve Parceval, a parte do Pai (Porto Alegre: L & PM, 1986)

Otac, sa druge strane, nakon uloge koju ima u začecu, pronalazi ogromnu prazninu kada je riječ o njegovoj ulozi u cjelokupnom procesu dobijajući malo prostora tek kada dijete dostigne predškolsku dob. U jaslicama i vrtićima situacija je još komplikovanija, gdje prisustvo muškarca često stvara zabrinutost i zebnju, iz straha da bi on mogao seksualno uznemiravati djecu ili da ima seksualne probleme ili da je osoba seksualno devijantnog ponašanja. Stoga, sam lik "brižnog muškarca" se često povezuje sa slikom "ženskaste" osobe ili "napasnika". Oni muškarci koji žele da učestvuju u ovim poslovima često nađu malo prostora za to ili neizbježno moraju trpjeti komentare poput "u ovakvim situacijama muškarci samo smetaju."⁹⁵

Konačno, šire posmatrano, možemo vidjeti da se ova pretpostavljena "nesposobnost" za brigu o djeci proteže do (ili ima korijene u) drugih područja svakodnevnog života, jer se na muškarce obično gleda (čak i od strane njih samih) kao na osobe koje nisu sposobne da vode brigu o bolesnoj osobi, stvarima oko sebe, djetetu, kući, sebi samima i svojim tijelima.

Okvir 1: Da li su djeca koja odrastaju bez oca izložena većem riziku?

Iako se obično pretpostavlja da odsustvo oca predstavlja rizik za djecu, na primjer da vodi ka agresivnijem ponašanju, ili teškoćama u školi, ili problemima sa rodnim identitetom, pitanje odsustva oca je složeno. Do sada postojeća istraživanja nisu nam na odgovarajući način pomogla u procjeni svih razloga za uspjeh ili neuspjeh u odgoju djece. Postoje određeni stručnjaci koji pokušavaju da shvate moguće implikacije odsustva oca ili majke, ali niko od njih nije otišao toliko daleko u svojim istraživanjima da bi mogao kategorički tvrditi da su djeca koja su odrasla bez jednog od roditelja sama po sebi "problematičnija" od drugih. Postoji više izuzetaka nego pravila, jer nema svako dijete koje je odraslo bez oca (ili majke) očekivane probleme. Štaviše, porodična struktura koja se smatra "stabilnom" ne mora nužno obezbijediti djetetu savršenu emocionalnu ravnotežu.⁹⁶

95 — Eliana Č.L. Saporol, "Educador Infantil: Uma Posao degenero feminino"(Dissertado mestrado: São Paulo: JKP / SP, Medrado, 1997); Benedito Medrado, "Homens na arrenado Cuidado Infantil: Slike veiculadas pela mídia", u: M. Arilha, S. Unbehaum, i B. Medrado, Homens e Masculinidades: Ostale palavras (Sao Paulo: ECOS / Ed 34, 1998) 145- 161.

96 — Michael E. Lamb (ed.), The Father's role: applied perspectives (Uloga oca: primijenjene perspektive) (New York: John Wiley, 1986)

OKVIR

1.

Da li se muškarci brinu o sebi?

Muškarci su kroz istoriju zauzimali nezavidno prvo mjesto u različitim odjeljcima statistike: broj jedan po broju ubistava, samoubistava, nesreća sa smrtnim ishodom (pogotovo onih koje uključuju motorna vozila), upotrebi alkoholnih pića i drugih supstanci, uključenosti u krađe i napade na druga lica i kao rezultat takvog ponašanja imaju i najveću stopu privođenja i zatvaranja, pored toga što su i glavni počinioci fizičkih napada, kako u privatnoj, tako i u javnoj sferi života. Ove statistike se takođe ogledaju u još jednom konstantnom obrascu: nižoj stopi očekivanog životnog vijeka muškaraca u poređenju sa ženama i višoj stopi smrtnosti. Štaviše, analizirajući stopu smrtnosti prema polu i starosnoj dobi, jasno se može vidjeti viša stopa smrtnosti kod muškaraca, izazvana spoljnim faktorima, u svim starosnim grupama, naročito među adolescentima i mladima.

Pored toga, muškarci često oklijevaju da priznaju zdravstveni problem i traže pomoć. Takvo oklijevanje je stvorilo, na primjer, složene probleme u smislu širenja HIV-a. Studije sprovedene u Africi i Aziji, kao i u drugim dijelovima svijeta, pokazuju da muškarci zaraženi HIV-om, generalno, dobijaju manje podrške jedni od drugih i rjeđe traže pomoć od porodice i prijatelja nego žene.⁹⁷ Takođe, manje je vjerovatno da će se muškarci starati o drugim osobama zaraženim HIV-om, bilo da je riječ o intimnim ili porodičnim vezama. Kao što je prethodno navedeno, studije sprovedene u Dominikanskoj Republici i Meksiku naglasile su činjenicu da se žene koje su HIV-pozitivne ponekad vraćaju u dom svojih roditelja, jer je mala vjerovatnoća da će im njihovi muževi pružiti odgovarajuću pažnju.⁹⁸

Način na koji su dječaci odgojeni leži u pozadini ovih statističkih podataka i situacija. Gdje god da se dešava priča je često ista: dječake podstiču da se brane i da uzvrate udarac, da ustanu odmah čim padnu sa bicikla (po mogućnosti bez plača!), da se ponovo popnu na drvo nakon što su sa njega pali, da budu hrabri i neustrašivi. Uopšteno govoreći, muškarci su od najranije mladosti socijalizovani tako da na društvena očekivanja odgovore na proaktivan način, gdje rizik nije nešto što se izbjegava ili sprečava, već nešto sa čime se suočava i što se prevazilazi na svakodnevnoj osnovi. Ideju vođenja brige o samom sebi istisnuli su štetni ili samoubilački stilovi života, u kojima se sklonost riziku vrednuje više od sigurnosti. Međutim, na isti način na koji muškarci uče da ne vode brigu o sebi ili o drugima, takođe mogu naučiti kako da vode brigu. Da bi se ovo dogodilo, ključno je da mi – kao profesori, zdravstveni edukatori, profesionalno osoblje za rad sa mladima i roditelji – omogućimo mladima da razmišljaju o brizi i stiču iskustvo u vođenju brige.

97 — UNAIDS, "Muškarci i AIDS: rodni pristup." (Ženeva: Zajednički program Ujedinjenih nacija za borbu protiv HIV/AIDS-a, 2000).

98 — K. Rivers & P. Aggelton, "Adolescentna seksualnost, rod i HIV epidemija." (New York: UNDP HIV i razvojni program, 2002) www.undp.org/hiv/publication/gender/adolesce.html

Šta je sa adolescentnim i mladim očevima?

Obično se adolescentska trudnoća miješa sa adolescentskim majčinstvom tj. kada govorimo o ranim godinama, gotovo uvijek govorimo o adolescentnim majkama. Vrlo često mladog oca vidimo kao odsutnog i neodgovornog: "Nema svrhe tražiti ga, on ništa ne želi da zna o tome!" Zaista, vrlo je uobičajeno da pretpostavimo da su svi adolescentni ili mladi muškarci koji postanu očevi "nemarni". Njihovi roditelji, roditelji djetetove majke, sama majka, kao i odgovarajuće službe, često ih diskriminiraju i pretpostavljaju najgore o njima.

Iako mnogi mladići ne žele da budu uključeni, ima mnogo adolescentnih i mladih očeva koji su jednako uključeni i posvećeni brizi o djeci, kao što su posvećeni majkama ove djece. U nekim slučajevima, međutim, adolescentni ili mladi očevi možda i žele da budu uključeni u brigu o svojoj djeci, ali su u tome spriječeni od strane djetetove majke ili njene porodice. U drugim slučajevima adolescentni ili mladi očevi mogu osjećati da, budući da su nezaposleni i ne mogu da obezbijede finansijsku podršku za dijete, nemaju ni pravo na interakciju sa njim ili njom. Na primjer, istraživanje je pokazalo da adolescentni i mladi muškarci u početku mogu odbijati odgovornost i očinstvo kada su suočeni sa mogućom trudnoćom, zbog finansijskog tereta kojeg podrazumijeva briga o djeci.⁹⁹

Sveukupno gledano, međutim, činjenica je da svaki adolescentni roditelj ima svoju priču ili realnost. Razumijevanje specifične realnosti ili pojedinačnog slučaja svakog adolescentnog roditelja ne znači podsticanje adolescentske trudnoće – već to znači stvaranje uslova da ovo adolescentno roditeljstvo ne predstavlja prepreku za razvoj i dobrobit adolescentnog roditelja ili roditeljâ ili njihove djece.

Briga za dijete nije jednostavan zadatak, naročito ako uzmemo u obzir ekonomske implikacije podizanja djeteta. I naravno, neki mladići (možda

i većina!) nisu adekvatno pripremljeni da vode brigu o djetetu. Za većinu adolescenata postati roditelj u tim godinama vjerovatno ne predstavlja najbolji izbor u njihovom životu. Međutim, trudnoća i očinstvo mogu pružiti nekim adolescentnim roditeljima značajne emocionalne prednosti. Prvo, moramo priznati da su se neki adolescentni parovi pokazali dobrima u školi, u porodičnom životu i u brizi o djetetu. Istraživanja iz oblasti društvenih nauka sprovedena u različitim državama ističu da neki adolescenti trudnoću doživljavaju kao prelaz u zrelo doba i da im upravo trudnoća dodjeljuje taj status. Nekim mladim ljudima roditeljstvo omogućava da rekonstruišu svoje živote i ponekad čak da prestanu sa uzimanjem supstanci ili da više ne budu uključeni u delinkventne radnje.¹⁰⁰

Zaista, širom svijeta stope trudnoće su veće među mladim ljudima sa nižim stepenom obrazovanja ili kod onih koji imaju manje nade da će pobjeći iz siromaštva i kao posljedica toga mogu doprinijeti siromaštvu. Štaviše, mnogi mladi roditelji rano napuštaju školu zbog nedostatka ekonomskih sredstava njihovih porodica da ih nastave školovati. Međutim, istraživanje pokazuje da adolescentska trudnoća sama po sebi nije glavni uzrok napuštanja škole. Kada se trudnoća desi, većina adolescenata iz nepriviligovanih klasa je već napustila školu ili se nikad nije ni upisala u školu. Štaviše, kada pregledamo literaturu, vidimo da adolescentsko roditeljstvo nije uzrok zdravstvenih rizika po majku ili po dijete. Glavni rizik je nedostatak prenatalne brige i odgovarajuće društvene podrške.¹⁰¹

Sve u svemu, analiza uzroka i posljedica rane trudnoće mora biti pažljivo sprovedena i zahtijeva preispitivanje naših predrasuda i stereotipa. Mi ne zagovaramo adolescentsku trudnoću. Mi zagovaramo da porodice, zajednice i stručna lica zauzmu uravnoteženiji stav o pitanju ovih problema – uzimajući u obzir specifične realnosti i potrebe samih mladih ljudi.

OKVIR 2.

Okvir 2: Muškarci i trudnoća

Generalno, kada govorimo o trudnoći, mi rijetko spominjemo oca. Muškarce, naročito mladiće, bilo u bolnicama ili prenatalnim klinikama često vidimo kao autsajdere ili uljeze ili možda samo kao posjetioce – rijetko kao partnere ili osobe koje koriste svoje pravo. Moramo zapamtiti da očevi imaju sljedeća prava:

- › Da učestvuju u prenatalnoj brizi;
- › Da pronađu odgovore na svoje sumnje u vezi sa trudnoćom, uključujući i sumnje koje mogu imati u svom odnosu sa partnerkom i o staranju za dijete. Kao otac, on nije samo pratilac svoje partnerke, već takođe i otac djeteta koje treba da se rodi;
- › Da se informišu o tome kako trudnoća napreduje i o bilo kojem problemu koji se može pojaviti;
- › Da u trenutku poroda budu prepoznati kao OČEVI, a ne samo kao "posjetioci" klinike ili bolnice.
- › Za oca je važno da može učestvovati u brizi o novorođenčetu tokom prvih trenutaka i dana nakon rođenja. Naravno, neke stvari on ne može raditi. Žena, takođe, ne može raditi druge stvari zbog vremena neophodnog za sopstveni oporavak. Međutim, oboje mogu naučiti kako da daju podršku jedno drugom – pod pretpostavkom da njihov odnos dozvoljava takvu saradnju. Ukoliko su razdvojeni, oni se takođe moraju dogovoriti o podjeli ovih odgovornosti i aktivnosti.¹⁰²

OKVIR 3.

Okvir 3: Rezime

- › Širom svijeta žene se često doživljavaju kao prirodni staratelji. Međutim, ova asocijacija je više ukorijenjena u socijalnim konstrukcijama o muškim i ženskim ulogama nego u njihovim urođenim sposobnostima. Na primjer, od rane mladosti, djevojke provode većinu svog vremena u kući gdje pomažu u kućnim poslovima i brinu o mlađoj djeci. Sa druge strane, dječake često ohrabruju da se igraju na otvorenom, a odgovaraju ih od igranja sa lutkama ili učešća u drugim "ženskim" ili "kućnim" igrama, stoga oni često imaju ograničene mogućnosti da nauče i izgrade samopouzdanje u svojim vještinama vođenja brige.
- › Nedovoljna briga muškaraca o sebi samima, izražena kroz statističke podatke kao što su visoke stope ubistava, samoubistava, upotrebe alkoholnih pića i drugih supstanci, uključivosti u nasilje, bilo kao počinioци ili kao žrtve, je povezana sa načinom na koji su oni odgajani. Često su dječaci i muškarci podstaknuti na rizično ponašanje kako bi se dokazali kao "pravi muškarci" i mogu posmatrati traženje stručne pomoći kao "nemuževno" ili kao znak slabosti. Na taj način ideja vođenja brige o samom sebi je često istisnuta štetnim ili samoubilačkim stilovima života.

100 — Gary Barker, "Peace boys in war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro, Brazil" ("Mirosljubivi dječaci u ratnoj zoni: Identitet i suočavanje među maloljetnim muškarcima u favelama u Rio de Žaneiru, Brazil"; neobjavljena doktorska disertacija, Erikson Institut, Loyola Univerzitet, Čikago, 2001)

101 — Donald G. Unger & Lois Dall Wandersman, "Social support and Adolescent Mothers: Actions Research Contributions to theory and practice." ("Socijalna podrška i maloljetne majke: doprinosi aktivnosti istraživanja teoriji i praksi"); Journal of Social Issues 41 (1985) 29-41.

102 — Tekst prilagođen iz publikacije: Gravidex saudavel e parto Seguro Sao direitos da mulher, produzido pela Sudbina Nacional de Feminista Saude e Direitos Reprodutivos (E-mail: redesaudef@uol.com.br)

99 — Jose Olavarria, "Hombres: Identidades, Relaciones de Genero y Conflictos Entre trabajo y familia." Em: J. Olivarria i C. Cespedes, Trabajo y familia: Conciliación? Perspectivas de Žanr (Santiago: FLASCO-Čile, SERNAM y Centro de Estudios de La Mujer CEM, 2002).

Majčinstvo i staranje

Istorijski i kulturološki često povezujemo sliku žene sa slikom majke, kao da su ta dva identiteta nerazdvojna. Čak je uobičajeno i da čujemo izreku "žena bez djece je kao drvo bez ploda". Od malih nogu, kada se djevojčicama daju lutke da se igraju, one uvježbavaju društveno očekivane uloge za žene – majke i staratelja. Međutim, ne želi svaka žena da bude majka i odluka o tome, da li i kada žena treba da ima djecu treba da se zasniva na individualnim željama svake žene, a ne na društveno konstruisanim idealima o ženama i majčinstvu.

Trudnoća i majčinstvo u adolescenciji

Bez obzira na sve veću pažnju koja se posvećuje adolescentskoj trudnoći (trudnoći do 19 godina starosti) u posljednjih nekoliko decenija, to nije nova pojava. Umjesto toga, samo u posljednjih nekoliko decenija je adolescentska trudnoća klasifikovana kao društveni problem. Ovaj pomak je došao kao rezultat promjene normi o iskustvu adolescencije i uloge žena. Već dugo starosna dob na koju smo mislili kada smo koristili izraz "adolescentska" ili "tinejdžerska" trudnoća se smatrala idealnom dobi za žene da imaju djecu. Međutim, promjena očekivanja o obrazovnim i profesionalnim postignućima žena i dostupnost kontracepcije (npr. pilula, dijafragma i kondom) dovela je do promjena u stavovima o idealnoj dobi za žene da imaju djecu. Adolescentska trudnoća se stoga najčešće povezuje sa gubitkom obrazovnih i profesionalnih mogućnosti i opštim gubitkom izbora u životu djevojke. Trenutne diskusije i zabrinutosti o adolescentskoj trudnoći su takođe povezane sa stvaranjem koncepta adolescencije, koji je nastao u drugoj polovini 20. vijeka kao međufaza između djetinjstva i života odraslih, kada hormonalne promjene prouzrokuju da tijelo sazri od djeteta do odrasle osobe. Ova nova klasifikacija faza ljudskog razvoja takođe je dovela do promjena u društvenim očekivanjima i normama za pojedince koji doživljavaju ovakve fizičke promjene. Iako adolescenti mogu imati mnoge od kognitivnih i emocionalnih sposobnosti, koje su im potrebne da uđu u svijet odraslih, od njih se očekuje da iskoriste ovu fazu života da se pripreme (npr. akademski, socijalno) kako bi obezbijedili bolji uspjeh kao odrasle osobe. Sa uvođenjem perioda adolescencije prelazak u zrelo doba postao je još složeniji, zahtijevajući duži period od zavisnosti od roditelja i porodice i odgađanje uzrasta koji se smatra idealnim za reprodukciju. Sa adolescencijom, koja se sada definiše kao prelazni period između djetinjstva i odrasle dobi, istraživači su počeli da opisuju ovaj period kao vrijeme pobune i impulsivnosti u životu i još konkretnije u seksu (Bock 2001). Kao rezultat toga adolescentska trudnoća je postala povezana sa neodgovornošću, impulsivnošću, strukturama raspada porodice, nedostatkom informacija i siromaštvom. Međutim, razlozi za adolescentsku trudnoću su raznovrsni i složeni. S jedne strane, postoje mnoge adolescentske trudnoće koje su planirane, najčešće među pojedincima čiji životni planovi i očekivanja možda neće uključivati visoko obrazovanje ili

formalnu karijeru. S druge strane, neplanirane adolescentske trudnoće mogu proizaći iz nedostatka informacija o seksualnosti, reproduktivnom zdravlju i metodima kontracepcije. Ove neplanirane trudnoće mogu se dogoditi kada su djevojke inhibirane, uplašene ili na drugi način ne mogu pregovarati o korištenju kontrole rađanja sa svojim partnerima. Kontracepcija, međutim, nije samo odgovornost žene: u svakoj vezi odluke o seksualnom i reproduktivnom zdravlju pripadaju partnerima. Iako je ovaj priručnik namijenjen za rad sa mladim ženama (ili možda upravo iz tog razloga!), važno je napomenuti da nije svaki adolescent ili mladi otac odsutan ili neodgovoran. Mnogi očevi (mladi ili odrasle osobe), koji imaju djecu sa adolescentom ženom, žele da ospore kulturološke norme koje kažu da muškarac ne može i ne treba da učestvuje u odgajanju djeteta i drugim kućnim poslovima. Bez obzira na okolnosti adolescentske trudnoće, važno je pružiti podršku adolescentnoj djevojci u drugom stanju i njenom partneru. To ne znači nužno ohrabrivanje trudnoća među adolescentima, već stvaranje uslova, tako da ovaj proces ne dovede do bilo kakvih fizičkih, psihosocijalnih ili socijalnih problema. Ova podrška bi trebalo da uključuje obrazovnu podršku koja pruža adolescentnim i mladim majkama pristup i ostvarenje obrazovnih i drugih stručnih i društvenih mogućnosti.

Porodiljsko odsustvo za majke i očeve

Izmijenjena uloga očeva se takođe prepoznaje u pravnom okviru. U sve većem broju zemalja očevi imaju pravo da uzmu nekoliko sedmica ili mjeseci odsustva sa posla da bi se brinuli o svojim bebama. U nekim zemljama to je čak obavezno! Istraživanja ukazuju na to da ova praksa jača vezu između djeteta i oca. Roditelji u nekim zemljama mogu izabrati da podijele roditeljsko odsustvo onako kako im najbolje odgovara.

Radionica 36: Kako to misliš?

CILJ:
Istražiti kako mladići definišu staranje i kako se nose sa tim u svom svakodnevnom životu.

POTREBNI MATERIJAL:
Obične olovke, bijeli listovi papira, trake papira, tabla (kartonska ili flipčart)

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
U slučaju učesnika koji imaju poteškoća u čitanju i pisanju, voditelj ih može zamoliti da jednostavno govore, bez korištenja papira ili table. Ipak, važno je održavati redosljed: prvo, aktivnost brejnstorminga, a zatim priče iz njihovog djetinjstva.

PROCEDURA:

1. Podijelite list papira i olovku svakom učesniku. Zamolite svakog od njih da na papiru napiše riječ BRIGA.
2. Zatim ih zamolite da napišu sve riječi i fraze koje im padnu na pamet kada čuju riječ BRIGA.
3. Nakon pet minuta zamolite svaku osobu da pročita šta je zapisala i sastavite listu svih riječi i fraza koje se pojavljuju, kako biste utvrdili najčešće asocijacije.
4. Nakon toga podijelite tri trake papira svakom učesniku, a ostatak stavite u centar kruga koji su formirali učesnici. Zamolite ih da razmisle o svojim životima od vremena kada su bili djeca i da se zatim pokušaju prisjetiti situacija u kojima su svjedočili sceni staranja.
5. Nakon 20 minuta zamolite jednog od učesnika da dobrovoljno pročita ono što je napisao. Pitajte da li ima drugih sličnih priča i započnite diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li je moguće definisati brigu ili staranje na osnovu samo jedne ideje.
2. Da li je dobro da se neko o vama brine? Zašto?
3. Da li je dobro brinuti se za nekoga? Zašto?

ZAVRŠETAK:

Prokomentarišite da je, kao što se može vidjeti iz raznih riječi koje je grupa navela, očigledno da ne postoji samo jedna ili ispravna definicija brige i staranja, već da ti termini imaju višestruka značenja.

Radionica 37: Muškarci kao staratelji

CILJ:
Povećati nivo svjesnosti o tradicionalnim rodnom podjelama o staranju i promovisati veće učešće mladića u staranju u njihovim domovima, vezama i zajednicama.

POTREBNI MATERIJAL:
nije potreban

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta (dva školska časa)

PLANIRANJE:
Ukoliko u grupi ima mladih očeva, podstaknite ih da se osvrnu na svoje učešće u brizi o djetetu i na koji način bi mogli biti aktivnije uključeni. Za one koji nisu očevi pitajte ih kako predviđaju da će izgledati njihovo učešće u budućnosti.

PROCEDURA:

1. Prvo, zamolite učesnike da se rašire i prošetaju po prostoriji.
2. Recite im da kada čuju odgovarajuće doba dana praćeno riječju "KIP", oni treba da zauzmu položaj koji predstavlja aktivnost u kojoj bi oni bili angažovani u to doba dana. Na primjer, nakon što izgovorite riječi: "Podne, KIP!" učesnici bi trebalo da zauzmu položaj kipa koji predstavlja šta oni inače rade u podne svakog dana.
3. Zatim glasno recite drugo doba dana praćeno naredbom "KIP!" Nastavite ovako za sljedeća vremena:
 - > 3:00 prije podne
 - > 10:00 prije podne
 - > Podne
 - > 3:00 poslije podne
 - > 10:00 poslije podne
4. Zamolite učesnike da zamisle šta bi radili u ovo doba dana kada bi trebalo da se brinu o djetetu i ponovite isti proces od koraka br. 3. Napomena: za mlađe učesnike, koji nisu imali neposrednog iskustva sa brigom o djeci, podstaknite ih da razmisle o odnosu otac-dijete zasnovanom na njihovim porodicama, zajednici i medijima.
5. Sada, neka učesnici ponove ovu vježbu zamišljajući šta bi radili da su oni žene sa djecom.

6. Iskoristite sljedeća pitanja za diskusiju kako biste istražili razlike između dvije situacije – prije i poslije djeteta – u životima mladića i razlike između rutine nekog mladog oca i mlade majke i identifikujte u koje je doba dana prisutnost djeteta značilo veću (manju) promjenu u rutini mladića.

Alternativna procedura: Umjesto da izvodite prethodnu vježbu sa različitim vremenima u toku dana, zamolite učesnike da sprovedu aktivnost brejnstorminga o različitim aktivnostima koje bi mladić koji je otac i djevojka koja je majka obavljali u različito doba dana. Napišite ove različite aktivnosti u dvije kolone (jedna za mladiće i druga za djevojke) na flipčartu i zamolite učesnike da identifikuju neke od sličnosti i razlika između ovih aktivnosti.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li se svakodnevni život mijenja kada mladić ima dijete o kojem mora brinuti? Na koji način? Zašto?
2. Da li se svakodnevni život mijenja kada djevojka ima dijete o kojem mora brinuti? Na koji način? Zašto?
3. Kakve vrste staranja obavljaju žene, a kakve muškarci?
4. Ko je bolji u staranju, muškarci ili žene? Zašto? Da li je to dio kulture ili biologije?
5. Koji faktori doprinose da muškarci ne učestvuju u staranju o djeci?
6. Šta mislite, kako vaše društvo gleda na učešće muškaraca u staranju o djeci?
7. Koji su izazovi očinstva? Kako se ti izazovi mogu riješiti?
8. Koja je pozitivna strana očinstva? Koje su prednosti očinstva?
9. Koje su prednosti za dijete koje ima aktivnog oca u svom životu?
10. Koje su prednosti kada mladić ima dobre odnose sa majkom njegovog djeteta?
11. Postoje li pozitivni uzori očeva u vašoj zajednici? Šta se od njih može naučiti?
12. Šta ste naučili tokom ove aktivnosti? Kako vam to može pomoći da uvedete promjene u vaše živote i veze?

ZAVRŠETAK:

Da li je i na koji način otac uključen u brigu o djetetu zavisi od toga kako su muškarci i žene odgojeni i od toga da li su odgojeni da vjeruju da su i muškarci takođe sposobni za brigu o djeci. Na primjer, djevojčice se od rane mladosti podstiču na igru sa lutkama vježbajući na taj način ono što se pretpostavlja da ih čeka u budućnosti: život u kući i briga za članove porodice. S druge strane, dječaci se uglavnom odvrtaču od igranja sa lutkama ili pomaganja u kućnim poslovima. Iako su djevojčice i žene često od rane mladosti vaspitane da brinu o djeci, muškarci takođe mogu naučiti da

brinu o djeci – i da nauče da to rade dobro. Kada očevi nisu uključeni u staranje, to znači da na kraju majke moraju da nose težak teret brige o djeci i da muškarci propuštaju mnoga zadovoljstva koja briga o djeci nosi sa sobom. I dok razmišljate o promovisanju pravičnosti između muškaraca i žena u vašoj zajednici, važno je da počnete od vašeg doma i da razmislite o tome kako vi kao mladići možete početi da više učestvujete u zadacima staranja u vašoj porodici, kao i da razmislite o tome kako možete podstaći druge mladiće da urade to isto u svojim domovima.

Radionica 38: Trudnoća... da ili ne? Biti majka

CILJ:
Diskutovati o ulogama i odgovornostima žena i muškaraca u prevenciji trudnoće. Diskutovati o majčinstvu – društvenim i kulturološkim očekivanjima u vezi sa majčinstvom.

POTREBNI MATERIJAL:
Kopije Tabele resursa 7: Adrijanina priča.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
nije potrebno

PROCEDURA:

1. Podijelite (ili pročitajte naglas) Adrijaninu priču iz Tabele resursa 7.
2. Razgovarajte o mogućim završecima priče.
3. Započnite diskusiju koristeći sljedeća pitanja.

Pitanja za diskusiju:

 - › Da li je ova priča realna? Zašto da ili zašto ne?
 - › Da li djevojke brinu o neplaniranoj trudnoći? Zašto da ili zašto ne?
 - › Da li djevojke razgovaraju sa svojim partnerima o prevenciji trudnoće? Zašto da ili zašto ne?
 - › Da li mladići brinu o neplaniranoj trudnoći? Zašto da ili zašto ne? Da li oni razgovaraju o tome sa svojim partnerkama?
 - › Koju vrstu uloge bi muškarac trebalo da ima u odlukama o hitnoj kontracepciji?
 - Kakve opcije Adrijana ima na raspolaganju?
 - Adrijana sazna da je trudna.
 - Nastavite sa diskusijom koristeći pitanja:
 - › Šta prolazi kroz um djevojke kada sazna da je trudna? Kako neplanirana trudnoća može promijeniti njen život? Kakav izbor ona ima?
 - › Šta prolazi kroz um mladića kada sazna da je njegova partnerka trudna? Kako neplanirana trudnoća može promijeniti njegov život? Kakav izbor on ima? Kako roditelji reaguju kada se njihova kći ili sin suoče sa neplaniranom trudnoćom?

- › Kako se broj neplaniranih trudnoća u vašoj zajednici može smanjiti?
 - › Koje opcije žena ima kada se suoči sa neplaniranom trudnoćom?
4. Razgovarajte o tome šta znači biti majka u vašoj zajednici. Kako izgleda "tipična majka"? (njene godine, gdje živi, kako izgleda, šta voli da radi, da li je planirala da bude majka, koliko djece ima, da li radi izvan kuće, da li je udata...)
 5. Započnite diskusiju koristeći pitanja ispod da sumirate cijelu aktivnost.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Treba li sve žene da budu majke? Zašto da ili zašto ne?
2. Kako zajednica posmatra ženu koja nema djecu? Da li je to drugačije kada je to njen izbor, nego kada je to zbog toga što ne može da zatrudni?
3. Kako bi muškarci trebalo da budu uključeni u odluke o majčinstvu? Kada žena postane majka, šta zajednica očekuje od nje?
4. Da li su očekivanja od majke danas slična očekivanjima u prošlosti? Da li su drugačija? Kako?
5. Da li su očekivanja od majke drugačija od očekivanja od oca? Na koji način? Šta mislite o tome?
6. Da li je drugačije biti majka u ruralnom okruženju nego u urbanom? Kako?
7. Na koji način možemo bolje prihvatiti i podržati odluke žena o majčinstvu?
8. Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što se može primijeniti na vaše živote i veze? Da li ćete napraviti ikakve promjene kao rezultat ove aktivnosti?

OPCIONALNI KORAK ZA GRUPE SA VIŠE VREMENA – sprovedite ovu aktivnost odvojeno od aktivnosti "Biti majka"

- › **Podijelite** učesnike u manje grupe i dajte im 10 minuta da razgovaraju o mogućem završetku priče. Svaka grupa treba da pripremi skeč zasnovan na završetku koji su izabrali.
- › **Nakon** što svaka grupa predstavi svoj skeč, pitajte da li postoje neki drugi mogući završeci.
- › **Pitajte** učesnike da li su ikad čuli za hitnu kontracepciju (ukoliko to grupe već nisu spomenule). Prezentujte informacije iz Tabele resursa 4B.
- › **Zamolite** učesnike da zamisle da je Adrijana saznala da je trudna. Recite im da se vrate u svoje grupe i razgovaraju o mogućim završecima te priče. Dajte im 10 minuta za tu diskusiju.
- › **Neka** svaka grupa prezentuje završetke koje su osmislili i započnite diskusiju o ulozi žena i muškaraca u prevenciji i suočavanju sa neplaniranom trudnoćom.

OPCIONALNI KORAK: Podijelite učesnike u grupe i recite im da naprave skečeve o tome kako izgleda tipični dan majke, uključujući i to kako ona izgleda.

ZAVRŠETAK:

Baš kao što bi trebalo da razgovaraju o odluci da imaju seks, tako bi trebalo da razgovaraju i o odluci o kontracepciji i prevenciji neplanirane trudnoće i važno je da oba partnera budu jednako uključena u taj razgovor. Uvijek je najbolje unaprijed planirati i praktikovati siguran seks, ali ako i kada se suočite sa rizikom od neplanirane trudnoće, tableta za hitnu kontracepciju nudi mogućnost da, ako se pravilno koristi, značajno smanji taj rizik. U slučaju sumnje ili nesigurnosti, ne zaboravite da tražite informacije od zdravstvenih stručnjaka ili drugih stručnih osoba u zajednici.

Postoje određene opcije u vezi sa prekidom neplanirane trudnoće, ali čak i ako je neplanirana, žena može odlučiti da zadrži bebu i postane majka. Njena odluka da postane majka može biti pod uticajem onoga šta društvo očekuje od majki da budu i da li ona smatra da želi i može ispuniti ta očekivanja. Mnoge porodice i kulture još vide majku kao centralni identitet i ostvarenje žene. Osim toga, određeni modeli majki – na primjer, one majke koje žrtvuju sve za svoju djecu i porodicu su idealizovani – a drugi – one majke koje rade izvan kuće – su često kritikovani. Važno je da svaka žena sama odluči da li će i kako biti majka i da ima na umu da, iako briga za druge može biti veoma ispunjavajuća, važno je takođe da ona brine o sebi.

TABELA RESURSA 7

Adrijanina priča

Adrijana ima 17 godina i pohađa završni razred srednje škole. Ona planira da nastavi školovanje i radi nakon što diplomira. Ona učestvuje u školskim aktivnostima uključujući i školske novine. Ona je veoma srećna, ekstrovertna, dinamična djevojka sa puno prijatelja i ljubazna je prema svima, naročito prema Leu, njenom momku. Oni vole da provode vrijeme zajedno i dijele mnoge iste snove, uključujući i da jednog dana zajedno odu na dugo putovanje. Nakon što su se zabavljali nekoliko mjeseci, odlučili su da imaju seks prvi put. Adrijana je mislila da joj je bilo čudno, ali da nije bilo onoliko bolno koliko su njene prijateljice rekly da će biti, niti se osjećala nervozno u razgovoru sa Leom o korištenju kondoma. Međutim, jednom dok su imali seks, kondom je pukao, a Adrijana nije koristila nikakvu drugu vrstu zaštite. Oboje su bili vrlo zabrinuti, posebno zato što je Adrijana bila u plodnom dijelu ciklusa. Milion stvari prolazilo je kroz Adrijaninu glavu: "Šta ako sam trudna? Šta da radim? "

Radionica 39: Sve u isto vrijeme



CILJ:

Diskutovati o višestrukim ulogama i odgovornostima koje žene često preuzimaju i o važnosti dijeljenja odgovornosti za brigu o djeci i kućnim poslovima sa muškarcima.



POTREBNI MATERIJAL:

Hemijske ili obične olovke.



PREPORUČENO VRIJEME:

45 minuta (jedan školski čas)



PLANIRANJE:

Prije sesije voditelj bi trebalo da istraži državne zakone i politike koje se odnose na porodijsko odsustvo za majke i očeve koje može podijeliti sa učesnicima.

PROCEDURA:

1. Uzmite list flipčart papira i podijelite ga na dvije kolone. U jednu kolonu napišite "majka", a u drugu "otac". Recite učesnicima da razmisle o svemu što im pada na pamet kada čuju ove riječi. Zapišite to u odgovarajuće kolone.
2. Sada zamijenite riječi "majka" i "otac" i prođite ponovo kroz kolone (isto kao u i aktivnosti "Šta je to što zovemo rod"). Osim onih aktivnosti koje su uslovljene biološkim razlikama (kao što je dojenje) sve ostalo je rezultat rodni uloga.

OPCIONALNI KORAK: Možete dodatno sprovesti sljedeću aktivnost

- › Podijelite učesnike u tri manje grupe. Zamolite jednu od grupa da napusti prostoriju na nekoliko trenutaka. Recite drugim dvjema grupama da će jedna predstavljati "muškarce sa djecom", a druga će predstavljati "žene sa djecom". Zamolite treću grupu da se vrati u prostoriju i recite im da će oni biti "publika". Napomena: Važno je da grupa "publika" ne zna zadatke koje su druge grupe dobile.
- › Recite prvim dvjema grupama da odu u suprotne uglove sobe. Objasnite im da ćete izgovarati različita doba dana i da oni treba da

u tišini odglume aktivnost koju bi obavljali u tom konkretnom trenutku u zavisnosti od toga da li su žene sa djecom ili muškarci sa djecom. Treća grupa će biti odgovorna za posmatranje aktivnosti koje dvije grupe obavljaju u različito doba dana.

- › Izgovorite različita doba dana, na primjer: 5 sati ujutro, 10 sati ujutro, podne, 3 sata poslije podne, 5 sati poslije podne i 10 sati naveče. Kako izgovarate svako od ovih doba dana, prve dvije grupe bi trebalo da počnu oponašati aktivnosti koje bi žene sa djecom ili muškarci sa djecom obavljali u to određeno doba dana. Dajte im nekoliko minuta da nastavite oponašati aktivnosti povezane sa određenim dobima dana prije nego što izgovorite drugo doba dana. Voditelj može također izgovoriti i konkretnije vrijeme i dan u sedmici, na primjer: 6 sati ujutro na godišnjem odmoru, podne u subotu, 3 sata poslije podne u ponedjeljak. Podsjetite treću grupu da bi oni trebalo da posmatraju obje grupe i da identifikuju sličnosti i razlike koje će komentarisati po završetku aktivnosti.
- › Zamolite treću grupu, onu kojoj je dodijeljena uloga "publike", da sa ostatkom grupe podijele neke sličnosti i razlike koje su uočili. Pitajte ih šta oni misle, da li su predstavljene aktivnosti tačno oponašale ono što se dešava u njihovim domovima i zajednicama.

- › Nakon kratke rasprave o ovom dijelu aktivnosti objasnite da će grupa izvesti još jednu aktivnost da istakne razlike u učešću muškaraca i žena u brizi o djeci i kućnim poslovima.

3. Započnite diskusiju koristeći pitanja ispod.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koje su razlike u učešću muškaraca i žena u brizi o djeci?
2. Kako se ove razlike odnose na različite uloge i mogućnosti muškaraca i žena izvan kuće (npr. škola, radno mjesto)?
3. Po vašem mišljenju, koje vrste prava bi žene trebalo da imaju u pogledu majčinstva i posla? A koje vrste prava bi muškarci trebalo da imaju u pogledu očinstva i posla? (Ako je moguće, voditelj bi trebalo da doprinese ovoj diskusiji informacijama o državnim zakonima o porodijskom odsustvu za majke i očeve).
4. Da li je moguće za djevojku da bude majka, da studira i da radi? Kakva vrsta podrške joj je potrebna?
5. Da li su neke odgovornosti važnije od drugih?
6. Šta žene obično očekuju od muškaraca u pogledu njihovog učešća u brizi o djeci?
7. Da li su muškarci sposobni da se brinu o djeci kao žene? Zašto da ili zašto ne?
8. Šta žene obično očekuju od muškaraca u pogledu obavljanja kućnih poslova?
9. Da li su muškarci sposobni da obavljaju kućne poslove kao žene? Zašto da ili zašto ne?
10. Da li je važno za žene i njihove partnere da mogu dijeliti brigu o djeci i kućne poslove? Zašto da ili zašto ne?
11. Kada je muškarac nezaposlen, da li on doprinosi obavljanju kućnih poslova?
12. Koje su prednosti ravnomjerne podjele odgovornosti za brigu o djeci i kućnim poslovima između žena i muškaraca?
13. Kako žena može pronaći vremena da se brine o sebi pored svih svojih drugih odgovornosti?
14. Kako muškarac može pronaći vremena da se brine o sebi, djeci i drugim odgovornostima?
15. Šta ste naučili tokom ove diskusije? Kako to može pomoći da napravite promjene u svom životu i vezama?

ZAVRŠETAK:

Žene često usklađuju mnoge uloge i odgovornosti – kod kuće i izvan nje. Što se tiče djece, često su žene te koje preuzimaju primarne odgovornosti. Međutim, važno je zapamtiti da ako i kada je otac uključen u brigu o djeci to nije isključivo povezano sa biološkim karakteristikama, već više zavisi od toga kako su muškarci i žene odgojeni i da li su odgojeni da vjeruju da se muškarci također

mogu brinuti o djeci. Iako su djevojčice i žene često odgajane od malih nogu da se brinu za djecu, muškarci također mogu naučiti da se brinu o djeci – i naučiti da to dobro rade. Kao majke, sestre i supruge možete pomoći da podstaknete dječake i muškarce da učestvuju u brizi o braći i sestrama i drugoj djeci, tako da mogu vježbati vještine potrebne da budu dobri očevi i staratelji.

Radionica 40: Šta je posao žene?

CILJ:
Diskutovati o tradicionalnim rodnim podjelama koje postoje u različitim vrstama poslova.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir i markeri.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta (jedan školski čas)

PLANIRANJE:
nije potrebno

PROCEDURA:

- Objasnite učesnicima da je svrha ove aktivnosti diskutovati o vrstama poslova koje tradicionalno obavljaju žene i muškarci.
- Podijelite list papira i olovku svakom učesniku. Zamolite svakog učesnika da napravi listu svih različitih vrsta poslova koje obavljaju različiti pojedinci u njihovoj porodici, uključujući i njih same. Zamolite učesnike da razmisle o vrstama posla koje obavljaju muški rođaci u poređenju sa vrstama posla koje obavljaju ženski rođaci. Za grupe sa niskim nivoom pismenosti podijelite učesnike u parove ili male grupe i zamolite ih da diskutuju o ovim pitanjima.
- Dajte učesnicima 10-15 minuta za pisanje i/ili diskusiju.
- Zamolite svakog učesnika da podijeli nekoliko primjera sa svoje liste sa ostatkom grupe. Oni bi trebalo da naglase da li svaku vrstu posla obavljaju muškarci, žene ili i jedni i drugi.
- Napišite navedene različite vrste poslova na flipčart papir. Napravite listu onih vrsta poslova koje obavljaju muškarci, listu onih koje obavljaju žene i listu onih koje obavljaju oba pola.
- Nakon što su svi učesnici dali svoj doprinos, pregledajte listu koju ste napravili sa vrstama poslova koje obavljaju muškarci i onima koje obavljaju žene. Prođite kroz svaku stavku i pitajte učesnike da li tu vrstu posla mogu takođe obavljati oba pola. Ako učesnici kažu da neki posao ne mogu

obavljati oba pola, recite im da dodatno razmisle o ovome i preispitaju svoje razmišljanje, sve dok grupa ne dođe do konačnog shvatanja da ovu vrstu posla vjerovatno mogu obavljati oba pola.

- Uključite učesnike u diskusiju o rodnoj podjeli posla koristeći pitanja za diskusiju ispod.

Alternativna procedura: Neka svaki učesnik napiše ili izdiktira vrste poslova koje obavljaju različiti pojedinci u njihovoj porodici, uključujući i njih same, pojedinačno, na malim papirima. Presavijte ove papire i stavite ih u korpu. Podijelite grupu u dva tima. Jedan po jedan, neka jedan učesnik iz svakog tima izvuče papir i odglumi ono što je napisano u tišini. Tim iz kojeg potiče glumac/glumica bi trebalo da pokuša da pogodi koju vrstu posla on/ona glumi. Ako tim ne može da pogodi, dajte drugom timu priliku da pogoda. Onaj tim koji tačno pogodi vrstu posla dobija jedan poen. Ova igra se može igrati sve dok se svi papirići sa navedenim poslovima ne izvuku ili dok voditelj ne osjeti da je grupa dovoljno animirana. Na flipčart papiru napišite listu aktivnosti koje su odglumljene i zatim zamolite učesnike da diskutuju o navedenim pitanjima.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

- Da li postoje određene vrste poslova koje češće obavljaju muškarci? Da li postoje određene vrste poslova koje češće obavljaju žene? Koji su razlozi za te razlike?
- Ako nije navedeno – da li se briga o djeci i domaćinstvu smatra poslom? Zašto da ili zašto ne? Ko je bolji u brizi o djeci i domaćinstvu, muškarci ili žene? Zašto? Da li mislite da žene imaju instinkt za ovu vrstu posla? Objasnite.
- Da li vjerujete da postoje određene vrste poslova koje žene nisu u stanju da obavljaju? Zašto? Koje su to vrste poslova?
- Da li vjerujete da postoje određene vrste poslova koje muškarci nisu u stanju da obavljaju? Zašto? Koje su to vrste poslova?
- Koja je uloga porodice u oblikovanju i reprodukciji normi o tome šta je posao muškaraca, a šta je posao žena? (vidi okvir sa tekstom – Barbike, igračke kamioni i čemu nas oni uče o poslu)
- Da li je ženama lakše da pronađu posao nego muškarcima? Objasnite.
- Da li vjerujete da je u redu da poslodavac ne zaposli ženu zato što bi mogla ostati u drugom stanju ili već jeste?
- Žene su slabije plaćene za obavljanje istih poslova kao muškarci. Zašto?
- Postoji manje žena na višim rukovodećim pozicijama nego muškaraca, postoji manje izvršnih direktora i žena na poziciji moći uopšte, zašto?
- Da li je ženi sa visokim obrazovanjem lakše da pronađe posao nego ženi sa nižim obrazovanjem ili bez obrazovanja? Za koje vrste posla vam treba viši nivo obrazovanja?
- Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete primijeniti u svom životu i vežama? Da li ćete napraviti bilo kakve promjene kao rezultat ove aktivnosti?

ZAVRŠETAK:

Ideja da određene vrste poslova treba da obavljaju žene, a druge muškarci zasnovana je na socijalizaciji, a ne biologiji. Veće učešće žena u poslovima koji zahtijevaju staranje i vještine vođenja domaćinstva je direktno povezano sa činjenicom da su djevojčice i djevojke često odgojene da pomažu u ovoj vrsti poslova kod kuće, pripremajući ih na taj način za ovu vrstu plaćenog rada u budućnosti. Nažalost, one aktivnosti koje uglavnom obavljaju djevojke i žene, uključujući

kućne poslove, staranje i neformalne aktivnosti na tržištu, i dalje su potcijenjene ili ignorisane od strane društva i ponekad od strane samih žena. Važno je prepoznati ogroman doprinos koji žene uvijek daju u kući i izvan kuće i znati da je moguće da žene preuzmu aktivnosti koje tradicionalno obavljaju muškarci, baš kao što je moguće da muškarci, zauzvrat, preuzmu one aktivnosti koje tradicionalno obavljaju žene uključujući kućne poslove i brigu o djeci.

Barbike, igračke kamioni i čemu nas oni uče o poslu

Tokom diskusije takođe bi moglo biti interesantno da zamolite učesnike da razmisle o različitim igračkama sa kojima se igraju dječaci i djevojčice i mogućim vezama sa vrstom posla koju muškarci i žene češće obavljaju. Na primjer, djevojčice se često igraju lutkama i takvim igračkama koje oponašaju uloge staranja i kućnih poslova. Dječaci se često igraju autićima, kockama i drugim igračkama koje oponašaju agresivne i takmičarske uloge. Razgovarajte o tome kako su ova rana iskustva dio socijalizacije u kojoj i djevojčice i dječaci uče da se identifikuju sa određenim vrstama poslova i interesovanja.

Djevojke i učešće zajednice

Učešće zajednice se može definisati kao proces podizanja svijesti i mobilizacije koji omogućava pojedincima i grupama da identifikuju i razumiju svoje potrebe i da traže rješenja koja poboljšavaju njihove živote i zajednice (Nunes, 2006). Ova rješenja mogu uključivati pomoć u brizi za djecu iz komšiluka, pomoć nekome da ode do klinike ili bolnice, pozajmljivanje novca prijatelju ili komšiji ili druge aktivnosti koje pojedinci i grupe mogu učiniti da doprinesu dobrobiti drugih i poboljšanju životnog standarda u zajednici.

Učešće zajednice i osnaživanje

Rad u okviru učešća zajednice olakšava djevojkama da preispitaju zakone i sociokulturološke norme koje stvaraju i održavaju nejednakosti. Djevojke moraju shvatiti da su ove zakone i norme stvorile grupe ljudi – to jest, da oni nisu urođeni i nepromjenljivi – i da one same mogu predložiti i donijeti izmjene ovih zakona kroz političku mobilizaciju. Kroz ovo shvatanje djevojke mogu početi da razvijaju kritičku svijest i prepoznaju svoju moć da oblikuju svoje živote i zajednice. U tom smislu učešće postaje osnovni alat i za učenje i za osnaživanje. Mi definišemo osnaživanje kao "povećanje moći i lične i kolektivne samostalnosti pojedinaca i društvenih grupa u njihovim interpersonalnim i institucionalnim odnosima, prvenstveno onim koji se odnose na represiju, dominaciju i društvenu diskriminaciju" (Vasconcelos, 2003). Osnaživanje zavisi od individualnog i kolektivnog učešća u identifikovanju problema i radu na promjenama. U Pedagogiji i autonomiji (2005) Paulo Freire naglašava da možemo postati svjesni represije odnosa samo kroz samostalno učešće pojedinaca u procesu oslobađanja, a ne isključivo pružanjem informacija – to jest, da bismo shvatili represiju, moramo učestvovati u sopstvenom oslobađanju. Upoznavanje svoje zajednice je još jedan važan korak u procesu osnaživanja. Smislenije interakcije sa zajednicom i dublje razumijevanje njenih resursa vode ka snažnijoj mobilizaciji i značajnijim promjenama.

Djevojke i učešće zajednice

Promovisanje učešća djevojaka u njihovim zajednicama može im pružiti priliku da odu dalje od razmišljanja i diskusija koje su sadržane u ovom priručniku i da rade na tome da transformišu svoje lokalne realnosti. Razvoj individualnih i kritičkih tačaka gledišta je presudan korak u prikupljanju kolektivnih glasova potrebnih za rješavanje hitnih društvenih pitanja (Fischer, 2002). Osim toga, izgradnja osjećanja pripadnosti društvu i uključenosti u zajedničke aktivnosti mogu pomoći djevojkama da povećaju svoje samopoštovanje i ostvare svoje težnje (Putnam, 2003). Takođe je od suštinske važnosti pomoći mladim i odraslim ljudima da razgovaraju jedni sa drugima, posebno o temama koje se smatraju tabu temama ili teškim temama. Odrasli voditelji mogu ponuditi mladima informacije i podršku u otkrivanju svijeta odraslih. Uključivanje djevojaka u interaktivne aktivnosti sa različitim liderima iz zajednice može proširiti njihove mreže i dati im pristup novim i važnim izvorima informacija. Koristeći analogiju iz prirode možemo reći da su učesnici sposobni da pletu mreže povezivanja i na taj način stvaraju mreže koje postaju sve veće i veće. Studija sprovedena u SAD je pokazala da su mladi iz urbanih područja sa niskim prihodima, koji su stvorili partnerstvo sa odraslima, češće tražili i dobijali podršku i mogućnosti (Costa, 2003). Ovi mladi ljudi su takođe imali više mogućnosti da saznaju o svijetu odraslih i da dobiju praktične informacije o temama, kao što su upisivanje na fakultet, norme i očekivano ponašanje na radnom mjestu.

Ove aktivnosti u vezi sa učešćem zajednice imaju cilj da podstaknu uključivanje djevojaka u proces individualnog i kolektivnog razmišljanja o svojim zajednicama i da stvore okruženje u kojem mogu raditi zajedno na rješavanju lokalnih problema. Tokom ovog procesa djevojke ne samo da komuniciraju sa drugim mladim ljudima koji se suočavaju sa sličnim problemima, već takođe i sa pojedincima iz šire zajednice, kao što su lideri u zajednici, vjerske vođe i predstavnici lokalnih organizacija. Važno je da tematska razmišljanja predložena u ovom priručniku donesu pomak prema individualnoj i kolektivnoj transformaciji okolnosti u zajednici. Osim toga, učešće u aktivnostima u zajednici je katalizator za individualne transformacije, kao što smo vidjeli ranije.

Razmišljanje o našim okolnostima i djelovanje na njih omogućava nam da otkrijemo alate koji mogu dovesti do lične promjene i doprinijeti transformaciji naših lokalnih stvarnosti, što je povezano sa idejom osnaživanja. Ovo osnaživanje kroz učešće povećava naše samopoštovanje i produbljuje naše osjećanje pripadnosti i naše osjećanje kontrole nad našim životima. Uključivanje mladih u zajedničke aktivnosti je takođe sredstvo mobilizacije. Izuzetno je važno identifikovati i maksimizirati postojeće mreže, tako da intervencije mogu biti što je moguće efikasnije, uz istovremeno prepoznavanje dokaza o ulozi koju učešće zajednice igra u dobrobiti i zdravlju mladih.

—
**PO
GLA
VLJE**
—

3

Budi promena
kojoj težiš

Godina 1,2,3 i 4:

Resursi za organizaciju kampanja i komplementarnih aktivnosti uključivanja mladih u promociju pozitivnih stavova i vrijednosti

Budi promjena kojoj težiš!

Budi promjena koju želiš da vidiš!

Pored sprovođenja edukativnih radionica, važan segment u implementaciji Programa M (Program Y) su komplementarne kampanje koje se sprovode u školama, ali i lokalnim zajednicama. Primjer uspješne i prepoznatljive kampanje koju su sprovodile brojne lokalne i regionalne organizacije je "Budi Muško". Koncept "Budi Muško" je strategija koja je osmišljena na način da prati i podržava izvođenje edukativnih sesija. Putem ove kampanje mladima se šalju poruke u vezi sa temama obuhvaćenim edukativnim sesijama. Na ovaj se način produžava "pozitivan" efekat sesija, čime se doprinosi kontinuitetu pozitivnog uticaja na mlade. Takođe, kampanje podstiču mobilizaciju mladih i razvoj pozitivnih društvenih i vršnjačkih grupa koji u određenoj školi ili lokalnoj zajednici, glasno i u grupama, zastupaju ideologiju demokratije i tolerancije, kao i nulte tolerancije prema nasilju i predrasudama koji su osnova za pojavu različitih oblika nasilja.

Uz podršku domaćih stručnjaka u oblasti advertajzinga, Smart Kolektiv je za potrebe ovog projekta osmislio kampanju BUDI MUŠKO, čiji je cilj promovisanje vrijednosti nenasilnog ponašanja, rodne ravnopravnosti i razvijanje svijesti o odgovornom seksualnom ponašanju.

Projekat i kampanja se oslanjaju na iskustva partnerske organizacije Instituto Promundo Brasil, koja je razvila efikasnu metodologiju participativnog pristupa u kreiranju kampanja za smanjenje nasilja među mladima u favelama Rio de Žaneira.

Socijalna kampanja "Budi Muško" inovativni je pristup podizanja svijesti o postojećim problemima u društvu, a podrazumijeva aktivno učešće srednjoškolaraca koji učestvuju u izvođenju radionica ili su prisustvovali radionicama i žele aktivno doprinijeti pozitivnim društvenim promjenama.

Škole mogu samostalno sprovoditi aktivnosti kampanje, a web stranica <http://www.youngmeninitiative.net/ba/> pruža različite resurse, materijale i smjernice za njihovo planiranje, adaptaciju i realizaciju.

Upoznaj Program M!

Dosadašnje prakse u sprovođenju aktivnosti u okviru Programa M su pokazale da važan dio "pripreme" učenika za njihovo aktivno učešće u edukativnim radionicama i drugim pratećim sadržajima je uvodna tzv. teaser kampanja. Teaser u prevodu znači zadirkirati, stoga su u kontekstu Programa M teaser kampanje vid komunikacije koji kod učenika pobuđuje interesovanje, ali ne nudi sve odgovore. Kampanje se sprovode prije početka realizacije edukativnih radionica i njihov cilj je da "zagolicaju" maštu učenika i pobude interesovanje za aktivnosti koje slijede, a dio su Programa M. Teaser kampanje se mogu sprovoditi na različite načine, a u nastavku nudimo primjere iz Sarajeva, Beograda, Banje Luke, Mostara i Zagreba:

1. Grafit ispred škole

U dogovoru sa školom ispred škole je preko noći ispisan veliki grafit sa porukom "Budi muško". Ujutro, po dolasku učenika u školu, veliki broj njih je od nastavnika i drugog školskog osoblja tražio pojašnjenje o tome ko i zašto je napravio pomenuti grafit. Na pitanje učenika, nastavnici i pedagozi su objasnili da se radi o iznenađenju i da će učenici sve odgovore dobiti sedam dana od izrade grafita. Nakon sedam dana u školi je organizovana prezentacija "Budi Muško – uključi se!" tokom koje su predstavljene edukativne radionice i drugi prateći zanimljivi sadržaji.

2. Poster u školi

U saradnji sa osobljem škole dogovoreno je da se na najprometnijim lokacijama u školi postave poster sa porukom "Da li ste spremni za Budi Muško aktivnosti?". Tokom velikog odmora grupa učenika je u holove i prostore oko kantine postavila pomenute postere, no u dogovoru sa osobljem škole učenicima nije objašnjeno o čemu se radi. Iako su učenici tražili pojašnjenje, pedagozi i nastavnici su rekli da se radi o iznenađenju, što je dodatno zaintrigiralo učenike i pobudilo intenzivno interesovanje. Sedam dana kasnije u glavnom holu škole organizovana je prezentacija "Budi Muško – uključi se!" tokom koje su predstavljene edukativne radionice i drugi prateći zanimljivi sadržaji.

Veliki odmor je najbolje vrijeme za izvođenje aktivnosti ovog tipa teaser kampanje, jer su svi učenici u glavnom hodniku pa je onda i akciju lakše izvesti na jednom centralnom mjestu.

3. Prepoznaj Program M

Program Inicijativa mladića je prošao brojne evolucijske izmjene. Iako je u prvobitnom obliku program bio usmjeren na rad sa mladićima, kasnije, shodno identifikovanim potrebama škola i zajednica, program je proširen i na djevojke. Ono što je ostalo isto i prepoznatljivo je vizualni identitet programa i osnovna poruka "Budi muško", jer ona ohrabruje mladiće da se suprotstave rigidnim i štetnim društvenim normama, praksama i stavovima i preispitaju svoje stavove i njihovu korelaciju sa ponašanjem. Djevojke u tom procesu imaju svoje mjesto, jer pored individualne dobiti, koje djevojke ostvaruju učešćem u radionicama, kampanjama i kreativnim aktivnostima, posebnu ulogu imaju u formiranju pozitivnih vršnjačkih grupa koje mladiće i djevojke uključuju u proces transformacije štetnih društvenih normi i praksi.



Kampanje na prometnim lokacijama

Mladi koji prolaze edukacije i kod kojih su uočene pozitivne promjene inicirane Programom M mogu biti sjajni saveznici u mobilizaciji šire lokalne zajednice i promociji pozitivnih društvenih vrijednosti i promjena. Primjere aktivnosti koje su članovi "Budi muško" klubova realizovali u svojim gradovima nudimo vam u nastavku teksta.

1. BMK akcija ispisivanja poruka kredom po ulici ("chalk walk")

Članovi "Budi muško" klubova mogu organizovati jednostavnu, ali efikasnu javnu akciju ispisivanja poruka kredom ("chalk walk"). Članovi klubova mogu sakupiti i koristiti šarene krede da napišu i ostave poruke i parole BMK-a na trotoarima na adekvatnim, frekventnim lokacijama (školska dvorišta, trgovci, pješačke zone i druga javna mjesta gdje su one uočljive) istovremeno pozivajući svoje vršnjake i prolaznike da im se pridruže. Zanimljivo je da se ponekad ovim akcijama pridruže i profesori u pisanju poruka. Neke od poruka koje mogu biti napisane su, na primjer: "Muškarac nije lovac, žena nije trofej", "Koristi silu argumenata, a ne silu kao argument", "Ako 'NE' čuješ kao 'DA', nauči maternji jezik", "Ako ti pukne film – nisi muškarac nego fotoaparati" itd. Prednost ove akcije je da poruke neko vrijeme ostaju na trotoarima i vidljive su praktično cijeloj školskoj populaciji, na primjer, kao i da članovi kluba privlače veliku pažnju svojih vršnjaka prilikom sprovođenja ove akcije, što takođe predstavlja dobru priliku za verbalnu promociju vrijednosti Kluba i distribuciju materijala kao što su brošure, leci, naljepnice i bedževi. Neophodni resursi su motivisani mladi članovi kluba (što više to bolje), dovoljno krede u boji i, opcionalno, štampani promotivni i edukativni materijali, a takođe se mogu koristiti i štandovi, zastave Kluba i transparenti. Pripremni sastanak takođe bi trebalo da uključi razmišljanje (brejnstorming) i definisanje svih poruka za ovu akciju, uz navođenje primjera iz prethodnih kampanja. Ova akcija treba da bude dobro pokrivena fotografijama/video-snimcima koje bi trebalo objaviti na društvenim mrežama gdje mogu doprijeti do velikog broja mladih.

2. BMK akcija "Instagram" okvir

Za ovu akciju potrebno je dizajnirati "Instagram" (ili "Facebook") okvir, veličine oko 1x1m, od lakog materijala koji je lako nositi, sa prepoznatljivim "Budi muško" vizuelnim elementima i naslovima/sloganima, a takođe se mogu napisati i odgovarajući heštegovci (eng. hashtag). Članovi BMK-a treba da odu na popularne lokacije na kojima se mogu naći mladi ljudi i ponesu okvir sa sobom (to može biti školsko dvorište ili gradski trg, park itd) i da zamole mlade ljude da se fotografišu unutar okvira istovremeno im objašnjavajući cilj kampanje, na primjer podizanje svijesti o prevenciji rodno zasnovanog nasilja, intervencije posmatrača ili neke druge teme, uz promovisanje BMK-a i njegovih vrijednosti i poruka. Na taj način se mladi ljudi upoznaju sa našim kampanjama, ciljevima i vrijednostima, a fotografisanjem pružaju podršku kampanji. Ovaj tip akcije je dobar za širenje na društvenim mrežama, jer mladi ljudi vole da vide svoje fotografije sa aktivnosti i na taj način ona

dopire do velikog broja mladih dijeljenjem i označavanjem (eng. tag). Osim "Instagram" okvira, ono što je potrebno je fotoaparati ili mobilni telefon sa dobrom kamerom, promotivni/edukativni materijali za distribuciju i, kao i uvijek, dobar tim mladih aktivista. Ova akcija se takođe može realizovati zajedno sa nekim drugim događajem, kao što je školski sportski turnir, akcija ispisivanja poruka kredom ("chalk walk"), crtanje BMK grafita, sajam mladih itd.

3. BMK akcija – obilježavanje Međunarodnog dana žena

BMK članovi sproveli su akciju u okviru koje su dijelili male kutije povodom obilježavanja Međunarodnog dana žena. Akcija koja je izvedena u tržnom centru "Mepas Mall", pored isticanja vrijednosti i važnosti žena, pokušala je da približi građankama i građanima ideologiju i rad ovog kluba osnovanog 2009. godine.

U malim kutijama, koje su dijelili djevojke i mladići, članovi BMK-a, nalazio se slatkiš i kratka biografija žena koje su napravile i prave promjene u Bosni i Hercegovini danas. Sedamnaest djevojaka iz cijele Bosne i Hercegovine promovisano je kroz ovu akciju: sportistkinje, političarke, prvakinja u hip-hop plesu itd.

Pored sprovođenja ove akcije na javnim mjestima, ona je takođe sprovedena u školama i u kantonalnom Ministarstvu obrazovanja, dan poslije Međunarodnog dana žena (s obzirom na to da je Međunarodni dan žena bio u nedjelju). Članovi BMK-a su podijelili ove kutije svim zaposlenima u navedenim institucijama.

Ukupno 1.000 kutija podijeljeno je ženama i muškarcima, s obzirom na to da je smisao ove akcije promovisanje žena i onoga šta su one sposobne da urade, a ne samo da im se daju pokloni.

Pored ove kampanje, sprovedena je promotivna aktivnost prije početka kampanje. Članovi BMK-a koristili su Facebook stranicu Budi muško kluba za promociju svih žena uključenih u ovu kampanju. Na ovaj način promovisali smo ovaj događaj, a istovremeno smo dodatno promovisali žene i njihove uspjehe.

4. BMK akcija – obilježavanje Međunarodne sedmice zdravlja muškaraca

Članovi BMK-a sproveli su akciju za promociju zdravlja muškaraca u sklopu aktivnosti koje su implementirane širom svijeta tokom Međunarodne sedmice zdravlja muškaraca. Akcija koja je sprovedena u Mostaru ima dva dijela:

- › Predstavljanje zdravih životnih stilova ljudima tako što su mladi ljudi vozili bicikle za vrijeme ove akcije,
- › Podjela edukativnih materijala.

Za ovu akciju kreirane su dvije vrste promotivnih materijala: naljepnice i brošure.

Više od 200 ljudi je bilo direktno uključeno u ovu akciju dobijanjem informacija i materijala.

5. Valentinovo (Dan zaljubljenih)

Valentinovo je Dan zaljubljenih, ali za aktivne BMK članove ujedno i prilika da se na ovaj dan na prometnim lokacijama u Sarajevu i Banjoj Luci organizuju aktivnosti promocije pozitivnih međuvršnjačkih odnosa, posebno u kontekstu veza koje mladi uspostavljaju sa svojim simpatijama. Nasilje u vezama nema opravdanje, pa su mladi u okviru akcije razgovarali sa prolaznicima o ljubavi, poštovanju, jednakosti i ravnopravnosti.

Potrebni materijal: Baloni, lizala u obliku srca i info pult sa promotivnim materijalima.

U okviru akcije prolaznicima je predstavljen Program M i aktivnosti koje mladi implementiraju s ciljem promocije zdravlja i prevencije nasilja. Osim informacija i pozitivne poruke o sigurnoj ljubavi, BMK momci su dijelili lizala u obliku srca mladim ljudima na ulici i ispred BBI centra.

Slučajni prolaznik, tj. dječak je rekao našem volonteru: "Zadovoljstvo je živjeti u gradu gdje postoji organizacija kao što je vaša, organizacija koja brine o mladim ljudima, koji šire ljubav i sve to rade za nas, bez ikakvih očekivanja (u vezi sa besplatnim uslugama koje su dio našeg Prijateljskog centra za zdravlje mladih)".



6. Svjetski dan zdravlja

U okviru kampanje obilježavanja Svjetskog dana zdravlja grupa mladih je organizovala poseban vid edukacije po metodologiji "Uči gdje stigneš". Na prometnom mjestu je instalirana učionica za prolaznike. Građani su mogli slobodno doći na "časove", budu dio učionice i slušaju i diskutuju o zdravlju, prevenciji nasilja, zdravim stilovima života te Prijateljskom centru za zdravlje mladih, HIV-u i AIDS-u i kontracepciji.

7. BMK-ovci na vrhu Trebevića

Učenje je cjeloživotni proces, učimo prije školovanja, tokom školovanja i nakon školovanja. Upravo sa namjerom da svoje vršnjake podsjetimo na značaj učenja, predstavnici BMK Sarajevo su odlučili da uče na neobičnom mjestu, na vrhu planine Trebević, tačnije 1.629 metara iznad nivoa mora. U okviru pomenute aktivnosti članovi "Budi Muško Kluba" Sarajevo organizovali su na vrhu Trebevića edukativnu radionicu i na taj način pokazali da mjesto i vrijeme ne mogu biti prepreka učenju.

Potrebni materijal i resursi: Prva pomoć, grupa mladih i vrijednih ljudi i planina.



8. BMK TV

Inicijativa mladića je iskoristila kreativne radionice za razvoj svojih kampa- nja i angažovanje mladih ljudi u ovaj projekat. Kako članovi "Budi Muško" klubova i mladi iz Foruma mladića učestvuju u edukativnim radionicama, omladinskim kampovima i drugim aktivnostima koje organizuju partneri, oni otkrivaju raznovrsne načine za izražavanje onoga što su naučili, npr. o rodno ravnopravnim i nenasilnim praksama i za promovisanje ključnih po- ruka. Ovaj proces ih osnažuje i on predstavlja moćno sredstvo da se dopre do velikog broja mladih ljudi.

Kreativne radionice uče mladiće i djevojke širokom spektru multimedijal- nih tehnika, kao što su pravljenje filmova, fotografija, snimanje pjesama, di-džejing, ples i razni oblici ulične umjetnosti. Nakon više od tri godine angažovanja mladića u svoje aktivnosti kampanje, omladinske kampove i "teaser"¹⁰³ kampanje u školama itd.

Tako je početkom 2012. godine "Budi Muško Klub" Sarajevo identifikovao 11 aktivnih mladih ljudi, uključujući i jednog romskog tinejdžera, koji su redovno prisustvovali treninzima i organizovao za njih multimedijalne kreativne radionice za izradu video-materijala i kratkih filmova. Ova grupa je od profesionalnog snimatelja naučila kako da koristi video-opremu. Oni su prošli obuku koju su im držali brojni drugi stručnjaci – novinar, radio- voditelj, režiser i muzički urednik.

Radionice su praktične i uključuju stvarnu praksu izrade dokumentarnih i kratkih filmova. Grupa je morala naučiti kako da intervjuiše slavne ličnosti i mlade ljude, što su i uspjeli tokom šestomjesečne obuke. Za to vrijeme pojedinačni članovi tima su razvili svoje talente u pravcu njihovih preferen- cija, npr. snimatelj ili novinar. Učenici su imali privilegiju da rade zajedno sa poznatim stručnjacima u svom poslu, kao što su Zoran Čatić, novinar sa reputacijom zaštitnika prava na slobodu govora, omladinskog radnika i direk- tora radio-stanice. Upravo je Čatić predložio grupi ideju izrade radio-emisije. Kada je njihova prva radio-emisija emitovana uživo na EFM radiju (popularnoj radio-stanici koju vode učenici) u maju 2012. godine tim je bio oduševljen time što je više od pola miliona ljudi imalo priliku da čuju o BMK pokretu u Sarajevu. Ovo je otvorilo vrata za više radio i TV nastupa za BMK TV ekipu. Na kraju ovog procesa mladići su snimili svoj prvi BMK TV dokumentarac. Oni su takođe napravili nekoliko vijesti i video-izvještaja o svojim različitim aktivnostima:

- › Šta je BMK i Inicijativa mladića? - Film o Inicijativi mladića i BMK Sarajevo
- › Djevojke protiv nasilja – video o inicijativi djevojaka u promovisanju rodne ravnopravnosti i prevenciji nasilja
- › Intervju sa direktorom Doma za djecu bez roditeljskog staranja
- › Otvaranje BMK u Domu za djecu bez roditeljskog staranja Bjelave – do- kumentarac o otvaranju novog BMK-a za djecu bez roditeljskog staranja
- › Milijarda ustaje (One billion rising) protiv nasilja - u saradnji sa NVO Crvene, video o ovoj aktivnosti

103 – Tzv. predkampanje kojima se nagovještava glavna kampanja (prim.aut.)

- › Budi muško, pomoz starijima - video-izvještaj o humanitarnoj akciji u Gerontološkom centru

Mnoge od aktivnosti BMK-a, koje se reklamiraju putem njihovih multimedijal- nja, su društvene akcije koje ne predstavljaju tipične stvari koje mladi tinejdžeri rade. One predstavljaju vrste aktivnosti koje su promovisane kao one koje dolikuju "pravom muškarcu." Dom za djecu bez roditeljskog staranja posjetilo je 25 mladića i djevojaka, koji su, da bi napravili video, donijeli igračke djeci, igrali se sa njima, uključili neke od njih u fudbalsku utakmicu i pozvali ih da se pridruže BMK-u. Video prikazuje iskustva mladih ljudi koji nisu tamo bili samo da naprave intervju sa direktorom za svoj do- kumentarni film nego da ostvare interakciju sa malom djecom koja nemaju roditelje i koja su usvojila nasilje kao odgovor na probleme u njihovim životima. Ali su takođe vidjeli kakvu radost je maloj djeci donijelo igranje sa novim igračkama. Svi tinejdžeri su osjetili potrebu da se vrate u Dom i otkriju šta još mogu uraditi za njih.

BMK TV su potom svoju pažnju usmjerili na snimanje edukativnih filmova. Nekoliko članova BMK TV su se pridružili filmskoj ekipi, uloga drugih je bila da rade na izradi scenarija za kratke filmove, dok su ostali bili glumci. Ukupno oko 25 učenika učestvovalo je u procesu snimanja filma.

U 2013. godini BMK TV Sarajevo je završio komplet od pet filmova na slje- deće teme:

- › Nasilje
- › Pritisak vršnjaka
- › Droge i alkohol
- › Seksualno i reproduktivno zdravlje
- › Asocijacija XY

9. Ulična kampanja – flash mob

Cilj ove aktivnosti je doprinos podizanju svijesti o zloupotrebi alkohola i vožnji pod uticajem alkohola.

Da bi se realizovala ova kampanja potrebno vam je najmanje petoro mladih ljudi koji su spremni da učestvuju u flash mob aktivnosti, prazne flaše od piva ili nekog drugog alkoholnog pića (mogu biti napunjene lažnim alkoholo- lom – sokom) i automobil.

Postupak aktivnosti se sastoji u tome da petoro mladih ljudi koji se pretva- raju da su vidno pijani priđu automobilu u namjeri da ga voze. Oni bi zaista trebalo da odglume scenu na način da ljudi oko njih pomisle da su pijani i da žele u takvom stanju da uđu u automobil (oni mogu biti glasni, kako bi privukli pažnju drugih ljudi). Kada otvore vrata automobila počinju da se raspravljaju o tome ko će voziti i navode svoje razloge za to. U tom trenutku (ali i od početka) trebalo bi da gledate kako ih drugi ljudi posmatraju i kakvi su njihovi stavovi prema tome. Kada im tihi posmatrač priđe i želi da ih za- ustavi, svi bi trebalo da mu/joj aplaudiraju. Nakon toga svih pet učesnika uzimaju transparente iz prtljagnika na kojima možete napisati neke poruke poput: "Kada piješ ne vozi" itd.

Tokom ove akcije bilo bi dobro da neko snimi ovu akciju kamerom.

Sredstva potrebna za implementaciju ove aktivnosti: automobil, barem petoro mladih ljudi, jedan volonter koji će intervenisati ako niko drugi to ne uradi, flaše lažnog alkohola, kamera ili telefon da fotografirate i/ili snimate akciju.

Ova akcija pokazuje da se ljudi još teško odlučuju da interвениšu i spriječe da se loše stvari dese. Tokom ove akcije samo jedan mladić, nakon dosta vremena, je intervenisao iako je gradski trg na kojem se akcija dešavala bio prepun ljudi. Takođe, pripadnici privatne sigurnosne kompanije su posmatrali sve ovo i nisu ništa učinili (jednostavno su otišli). Transparenti na kraju bili su savršen način da bude završen ovaj flash mob i ostavljene dugotrajne poruke u glavama ljudi.

10. Ulična kampanja – flash mob

Promovisanje toga da posmatrač ne bi trebalo da okreću glavu od nasilja i da moraju reagovati u smislu da pomognu, a da pri tome ne dovedu sebe u opasnost, osnovni je cilj ove aktivnosti.

Koraci za implementaciju aktivnosti:

1. 30 mladih ljudi (može ih biti više ili manje, u zavisnosti od prostora) stanu ukrug i stave povez preko svojih očiju.
2. Na svojim leđima imaju poruke na kojima piše: "Reaguj ljudski, pomoz žrtvi".
3. U centru kruga dvoje ili više ljudi glume scene nasilja (verbalno, fizičko...)

Sredstva potrebna za implementaciju ove aktivnosti: Oko 30 mladih ljudi, povezi za oči za sve njih, majica sa porukom ili napisana poruka na leđima ljudi (na papiru).

Dok izvodite scene nasilja ljudi nisu spremni da interвениšu, jer vide da je to inscenirano zbog velikog kruga oko njih, ali im šalje snažnu poruku da moramo reagovati u situacijama kada vidimo da se nasilje dešava na način da ne dovodimo sebe u opasnu situaciju.

11. "Radionica srijedom"

Svake srijede pozivamo mlade ljude iz različitih škola da nam se pridruže na radionicama i razgovoru o različitim temama. Ponekad je riječ o prevenciji nasilja, rodnoj ravnopravnosti i slično, a ponekad samo razgovaramo o problemima sa kojima se oni suočavaju. Razlog zbog kojeg je ova grupa veoma dobra je zato što imamo mnoštvo mladih ljudi iz različitih škola, različitog nivoa znanja, koji potiču iz različitih društvenih i kulturnih sredina i svi oni razgovaraju jedni sa drugima na način kojim se rješavaju problemi. Radionice vode različiti edukatori, od veoma iskusnih do onih koji nikada nisu vodili radionice i na taj način razvijamo vještine svih koji dolaze na ove radionice. Iskusi edukatori takođe pomažu manje iskusnima da osmisle i sprovedu radionicu sa grupom.

12. Naših 10 minuta pametnog razgovora

Kroz ovu aktivnost doprinosimo razvoju vještina i potencijala mladih ljudi pružajući im priliku da uče jedni od drugih. Svako ima svoje priče i iskustva i kroz njih učimo nove stvari. Stoga ova aktivnost daje priliku svim mladim ljudima koji žele da učestvuju da nam kažu na svakom sastanku u otprilike 10 minuta nešto o sebi i/ili da nas nauče nečemu za šta misle da može biti korisno za nas.

Šta mladi kažu o aktivnostima koje promoviše Program M: Armin Ličina o uključivanju u "Budi muško klub" (BMK)



Nešto se dogodilo u školi, nešto što je privuklo moju pažnju. Nisam imao pojma o čemu se radi i želio sam saznati...

Pažnju su mi privukli posteri koji su bili neobični. Odlučio sam da se upišem i saznam o čemu se radi. U početku sam bio prilično skeptičan prema svemu tome, ali kako je vrijeme odmicalo počeo sam da volim BMK, aktivnosti koje su se dešavale i druženje sa prijateljima. Želio sam da postanem drugačiji, da postanem dobar primjer drugima. Bio sam privučen pričama da su momci iz BMK-a odlični momci i prijatelji, te da se uz dobru zabavu i druženje nešto može i naučiti, što može biti korisno za mene i moje prijatelje. Motivacione aktivnosti su takođe bile dobar podsticaj da se uključim. Ali te aktivnosti nisu ništa u poređenju sa izgradnjom mog karaktera koju sam ostvario uz pomoć BMK-a i koju ću imati do kraja života. Neprocjenjivo!

Razlika je ogromna. Iskreno, ne mogu se zamisliti bez BMK-a. Moj život je išao u pogrešnom smjeru prije nego što se moj spasilac, BMK, pojavio. Prije BMK-a trošio sam vrijeme uzalud. Kad sam se pridružio BMK-u kroz radionice sam naučio kako pravi muškarac treba da se ponaša. Nešto

sasvim suprotno balkanskom shvatanju muškarca. Metodi koji se koriste u edukaciji mladih su odlični, to je nešto potpuno drugačije od onoga na što smo navikli u svom obrazovanju do sada. Ako bi škola primjenjivala te metode, vjerujem da bismo postali bolji mladi ljudi sa puno više znanja nego što imamo sada. Kampovi za lidere su druga priča. To je nešto što se ne može zaboraviti. To je iskustvo života. Grupno obrazovanje sa prijateljima je odličan metod. To je najdjelotvorniji metod da se dopre do mladih ljudi.

Kroz ova iskustva stekao sam vještine liderstva i naučio sam kako da pridem ljudima koje sam sreo prvi put u životu. Ranije sam bio prilično zatvoren i u stvari nisam imao mnogo prijatelja. Prošao sam kroz jedan napredni kamp i primijetio sam razliku u tome kako sam se ponašao prije i poslije kampa. Popravio sam se. Shvatio sam mnoge stvari koje moji vršnjaci neće shvatiti dok ne postanu mnogo stariji. Moje komunikacione vještine su se takođe poboljšale. Ljudi žele da budu moji prijatelji zbog načina na koji se ponašam zahvaljujući BMK-u. Naučio sam da uživam u godinama svoje mladosti na pravi način. BMK mi je takođe pomogao da shvatim kakav muškarac se sviđa djevojkama. Nije najvažnije to kako izgledate. Uživam u društvu djevojaka i moja reputacija među djevojkama je puno bolja. Takođe sam postao mladić koji je uzor svojim vršnjacima, a u budućnosti ću to isto biti svojoj djeci.

Denis Hadžović o uključivanju u "Budi muško klub" (BMK), Zagreb



Hodao sam po školi i ugledao neobičan štand u holu koji je bio okružen brojnim učenicima. Prišao sam i upitao o čemu se radi. Momci iz BMK-a su mi objasnili i upitali me da li želim da im se pridružim.

Prvo sam odbio, jer sam mislilo da je to glupost i nisam želio da se prijavim. Nakon dvije sedmice štand je opet bio u našoj školi i pitao sam druga iz razreda da li bi htio ići sa mnom. Nakon kraćeg razgovora dogovorili smo se da se prijavimo.

Otišli smo da se prijavimo i poslije škole smo otišli na naš prvi kamp "Budi muško kluba" za početnike i tamo je sve počelo. Jako mi se svidio BMK kamp i radionice na kojima sam učestvovao i super smo se zabavljali u slobodno vrijeme.

Na prvom BMK kampu naučio sam neke stvari koje nisam znao o drogama, alkoholu i seksu. Kada smo se vratili iz kampa ostao sam aktivan u BMK-u, učestvovao sam na mnogim radionicama i išao sam na mnoga mjesta sa BMK-om. Sve više i više sam se mijenjao i učio još više.

Prije BMK bio sam samo arogantni klinac, koji nije mislio o posljedicama koje će nastati nakon što uradiš nešto glupo. Ili, ako bi neko počeo da me provocira, odgovorio bih mu tri puta jače. Danas mnogo više razmišljam o nekim stvarima o kojima nikad prije nisam razmišljao i mnogo više kontrolišem emocije i reakcije nego ranije.

BMK me je naučio mnogo korisnih stvari, ne samo o seksu, drogama, alkoholu i slično, već i mnogo stvari koje su korisne za život. Na primjer, vještine pregovaranja, kontrola bijesa i kontrola emocija, da su svi ljudi jednaki bez obzira na to da li su crveni, žuti, crni, rozi ili bijeli, da li su gej, strejt ili biseksualne orijentacije.

Da nema BMK-a, ja bih vjerovatno bio onaj isti arogantni klinac kome je stalo samo do tuče, provociranja i koji radi glupe stvari.

Uroš Radulović o uključivanju u "Budi muško klub" (BMK), Beograd



Moja priča o "Budi muško klubu" počela je početkom 2012. godine. Počele su radionice i privukle moju pažnju sa temama koje se razlikuju od onih stvari koje obično radimo u školi i one izgledaju mnogo drugačije od uobičajenih časova koje imamo, pa sam odlučio da ostanem i učestvujem.

Vremenom su mi teme postale sve više interesantne - sa svim ovim različitim temama, od rodne ravnopravnosti do radionica o nasilju i kako izbjeći i spriječiti nasilje na nenasilan način do droga, homofobije, zdravlja i sl. To je sve vrlo poučno i naučio sam mnogo stvari koje nisam znao ranije. Takođe, počeo sam više da poštujem djevojke i žene, a takođe i da poštujem mišljenje drugih ljudi, njihove razlike i različitosti.

Kasnije sam učestvovao u Rima-Roma radionicama sa rep grupom "Grubb" mladih romskih dječaka i nekoliko drugih BMK članova. To su bile kreativne muzičke radionice koje su takođe imale cilj povećanje tolerancije i poštovanja prema Romima i drugim manjinama. Za samo dva dana, u odličnoj i zabavnoj atmosferi, uz mnogo smijeha, napravili smo pjesmu pod nazivom "Zvuk pali zvučnike" u kojoj promovišemo borbu protiv diskriminacije i nenasilje. Nekoliko mjeseci kasnije učestvovali smo na Uličnom festivalu aktivizma "Vreva" i izveli ovu pjesmu. Uskoro ćemo više raditi na ovoj pjesmi, a možda i dodati neke nove stvari.

Takođe, ovog ljeta sam bio na dva "Budi Muško" kampa gdje sam naučio mnogo o vještinama liderstva i o tome kako postati pravi lider. Održan je regionalni kamp u Hrvatskoj, gdje sam upoznao mnogo različitih i sjajnih ljudi iz zemalja u regionu i vidio sam i doživio mnogo prekrasnih stvari. Takođe sam bio na državnom "Budi Muško" kampu na jezerima u Beloj Crkvi gdje smo takođe naučili nove stvari i dobro se zabavili.

Uz pomoć BMK-a i kroz sve ove različite aktivnosti, shvatio sam neke važne stvari u životu, da ne bi trebalo da tretiramo ljude sa diskriminacijom bilo koje vrste, da je normalno biti drugačiji. Takođe sam shvatio da bilo koji oblik nasilja može uticati na osobu i da nasilje nikad nije pravi način. Sve stvari koje sam doživio i naučio i sve vještine koje sam stekao su veoma korisne za moj život i moju budućnost.

Literatura

1. Addis, M. i Mahalik, J. (2003). Men, Masculinity, and the Contexts of Help Seeking. *American Psychologist*.
2. Arilha-Silva, M. (1999). Masculinidades egenero: discursos sobre responsabilidade na reprodução. Unpublished Master's dissertation. Pontiffcia Universidade Catolica/PUC.
3. Ávila, M.B. (1993). *Direitos Reprodutivos: Uma Invencao Das Mulheres Reconhecendo A Cidadania*. Recife: SosCorpo.
4. Bandura, A. (1965). Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1, str. 589-595.
5. Badinter, E. (1985). *Um amor conquistado-o mito do amor materno*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
6. Barker, G., Ricardo, C. i Nascimento, M. (2007). Engaging men and boys in changing gender inequity in health: Evidence from programme interventions. Geneva: World Health Organization.
7. Barker, G. (2007). *Dying to be Men: youth, masculinity, and social exclusion*. Routledge: Global Public Health.
8. Barker, G. (2006). Engaging boys and men to empower girls: Reflections from practice and evidence of impact. United Nations Expert Group Meeting on the Elimination of all forms of discrimination and violence against the girl child, Florence, Italy, 25-28. septembar 2006 .
9. Barker, G. (2001). Peace boys in a war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro. Unpublished doctoral dissertation, Erikson Institute, Loyola University: Chicago.
10. Barker, G. (2000). What about Boys?: A literature review on the health and development of adolescent boys. World Health Organization.
11. Bell, C. i Jenkins, E.J. (1991). Traumatic stress and children. *Journal of Health Care for the Poor and Underserved*, 2, str. 175-185.
12. Bertolote, JM i Fleischmann A. (2002). A Global Perspective in the Epidemiology of Suicide. *Suicidologi*. Arg. 7, br. 2
13. aceres, C.F. (2000). La reconfiguracion del universo sexual- Cultura sexual y salud sexual entre los jovenes de Lima a vuelta de milenio. Universidad Peruana Cavetano, Heredita/REDRESS, Lima

14. CARE International Balkans. (2007). PLA – Exploring dimensions of Masculinity and Violence. Sarajevo, Banja Luka: CARE International.
15. CEDPA. (1998). Choose a Future! Issues and Options for Adolescent Boys. Centre for Development and Population Activities: Washington, D.C.
16. Cunningham et.al. (1998). *Theory-derived explanations of male violence against female partners: literature update and related implications for treatment and evaluation*. London: London Family Court Clinic.
17. Fondacaro, M.R. i Heller, K. (1990). Attributional style in aggressive adolescent boys. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 18(1), str. 75-89;
18. Garcia-Moreno et al. (2005). *Multi-country study on women's health and domestic violence*. Geneva: World Health Organization.
19. Geronimus, A.T. (1991). Teenage Childbearing and Social and Reproductive Disadvantage: The Evolution of Complex Questions and the Demise of Simple Answers. *Family Relations* 40, str. 463 – 471.
20. Gilligan, J. (1996). *Violence: Our deadly epidemic and its causes*. New York: Putnam Publishing Group.
21. Godinho, J. et al. (2005). HIV/AIDS in the Western Balkans: Priorities for early prevention in a high-risk environmen. World Bank Working Paper No. 68. Washington D.C.: The International Bank for Reconstruction and Development/ The World BankKnebel, E. (2003). *My Changing Body: Fertility Awareness for Young People*. Institute for Reproductive Health and Family Health International.
22. Hudley, C. i Friday, J. (1996). Attributional bias and reactive aggression. *American Journal of Preventive Medicine*. 12 (5), str.75-81.
23. Earls, f. (1991). A developmental approach to understanding and controlling violence. In H. Fitzgerald, et al, Eds., *Theory and Research in Behavioral Pediatrics*, Vol. 5. New York: Plenum Press.
24. Lamb, M.E. (1986). *The Father's role: applied perspectives*. New York: John Wiley.
25. Lundgren, R. (1999). Research protocols to study sexual and reproductive health of male adolescents and young adults in Latin America. Washington, D.C.: Division of Health Promotion and Protection, Family Health and Population Program, Pan American Health Organization.
26. Marlatt, G.A. (1998). Harm reduction: Pragmatic strategies for managing high-risk behaviors. n.a.
27. McAlister, A. (1998). *La violencia juvenil en las Americas: Estudios innovadores de investigación, diagnostico yprevención*. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud.

28. Miedzian, M. (1991). Boys will be boys: Breaking the link between masculinity and violence. New York: Anchor Books, 1991.
29. Olavarria, J. (2002). Hombres: Identidades, relaciones de genero y conflictos entre trabajo y familia. Em: J. Olivarría & C. Cespedes, *Trabajo y Familia: Conciliación? Perspectivas de gênero*. Santiago: FLASCO-Chile, SERNAM y Centro de Estudios de La Mujer CEM.
30. Paiva, V. (2000). *Fazendo arte com a camisinha*. Sao Paulo: Summus.
31. Parceval, C. (1986). *A Parte do pai*. Porto Alegre: L&PM.
32. Parsons, E.R. (1994). Inner city children of trauma: Urban violence traumatic stress syndrome (U-VTS) and therapists' responses. In J.Wilson & J.Lindy Eds. *Center transference in the treatment of post-traumatic stress disorder*. New York: Guilford Press.Pearson, s. (2007). Men's use of sexual health services. *Journal of Family Planning and Reproductive Health Care*.
33. Peacock, D. i Levack, A. (2004). The Men as Partners Program in South Africa: Reaching Men to End Gender-Based Violence and Promote Sexual and Reproductive Health. *International Journal of Men's Health*, 3, str. 173-188.
34. Peelek, H. i Andric-Ruzici, D.Eds. (1999). *To Live With (out) Violence: A second look 2- Experts. Final Report Violence Against Women*. Zenica: Bosnia Herezgovina & Medica Zenica, str. 54-55.
35. 35. Population Council. (2001). *The Unfinished Transition: Gender Equity: Sharing the responsibilities of Parenthood*. A Population Council Issues Paper.
36. Pynoos, R.S. (1993). Traumatic stress and developmental psychopathology in children and adolescent. In J.M. Oldham, M.B. Riba, & A.Tasman Eds. *American Psychiatric Press Review of Psychiatry*, Vol. 12, Washington D.C.: American Psychiatric Press.Ricardo, C., Barker, G., Nascimento, M. and Segundo, M. (2007). *Engaging young men in HIV prevention: A toolkit for action* New York: UNFPA.
37. Rivers, K. i Aggelton, P. *Adolescent sexuality, gender and the HIV epidemic*. New York: UNDP HIV and Development Program, dostupno na www.undp.org/hiv/publication/gender/adolesce.html
38. Saporol, E. C.L. (1998). *Educador infantil:uma ocupação degenero feminino*. (Dissertado mestrado: São Paulo: PUC/SP, Medrado, 1997) ; Benedito Medrado, " Homens na arrenado cuidado infantil: imagens veiculadas pela mfdia" In: M. Arilha, S. Unbehaum, & B. Medrado , *Homens e Masculinidades: outras palavras* (São Paulo: ECOS/ Ed. 34,), str. 145-161.
39. Seidler, V.J. (1992). *Men, Sex & Relationships*. Routledge: London i New York.

40. Stormont-Spurgin, M. i Zentall, S. (1995). Contributing factors in the manifestation of aggression in preschoolers with Hyperactivity. *J. Child Psychol Psychiat* 36, str. 491-509.
41. UNAIDS. (2000). Men and AIDS: a gendered approach. Geneva: Joint United Nations HIV/AIDS Programme.
42. UNFPA. (2008). Strategy and Framework for Action to Addressing Gender-based violence 2008-2011. Gender, Human Rights, and Culture Branch. New York: UNFPA.
43. Unger, D.G. i Wandersman, L.D. (1985). Social Support and Adolescent Mothers: Actions Research Contributions to theory and practice. *Journal of Social Issues*, 41, str. 29-41.
44. U.S. Department of Justice. (1997). The Prevalence and Consequences of Child Victimization.: NIJ Reserch Preveiw. (Washington, DC: National Institutes of Justice W.H. Courtenay. (1998). Better to die than cry? A longitudinal and constructionist study of masculinity and the health risk behavior of young American men. Unpublished doctoral dissertation. University of California at Berkeley.
45. Wilson, P. i Johnson, J. (1995). Fatherhood Development: A Curriculum for Young Fathers. Public Private Ventures.
46. Wellings, K. et al. (2006). Sexual Behaviour in Context: A Global Perspective. *The Lancet*, Volume 368, Issue 9548, stranice 1706-1728
47. WHO. (1996). Global Consultation on Violence and Health. Violence: a public health priority. Geneva: World Health Organization.

Web izvori:

48. <http://unstats.un.org> UN Statistics division (Odjeljenje za statistiku UN-a)
49. <http://data.un.org> , 2006
50. <http://www.msb.gov.ba/dokumenti/strateski?id=3441>
51. https://www.parlament.ba/sadrzaj/ostali_akti/informacije/default.aspx?id=29435&langTag=bs-BA
52. www.hzjz.hr
53. www.plivazdrvlje.hr, pristupljeno 10.11.2015.
54. Advocates for Youth www.advocatesforyouth.org/youth/health/stis/;
55. Centers for Disease Control and Prevention www.cdc.gov/std/;
56. National Women's Health Information Center www.4woman.gov/
57. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Posljednji put pristupljeno 10.02.2011.
58. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Posljednji put pristupljeno 10.02.2011.
59. <http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/index.html>. Posljednji put pristupljeno 11.02.2011.