

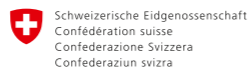


ПРОГРАМ Y

ИЗДАЈЕ:



ПРОГРАМ ПОДРЖАЛИ:



ОРГАНИЗАЦИЈЕ КОЈЕ ИМПЛЕМЕНТИРАЈУ ПРОГРАМ:



ISBN 978-9926-8168-0-3



9 789926 816803

Млади – Иновативни приступи у превенцији родно заснованог насиља и промоцији здравих животних стилова код младића и дјевојака

Програм Y су подржали: Министарство просвјете и културе Републике Српске; Министарство образовања, науке културе и спорта Херцеговачко-неретванског кантона/Министарство просвјете, културе, знаности и спорта Херцеговачко-неретванске жупаније Федерације Босне и Херцеговине и Министарство просвете, науке и технолошког развоја Републике Србије

Објављивање ове публикације подржали су Аустријска агенција за развитак и сарадњу (ADC), Министарство спољних послова Норвешке, Амбасада Швицарске у Босни и Херцеговини и ОАК Фондација. Садржај и закључци ове публикације не одражавају нужно ставове влада Аустрије, Норвешке и Швајцарске и ОАК Фондације.

Програм Y

**Млади – Иновативни
приступи у превенцији
родно заснованог
насиља и промоцији
здравих животних
стилова код младића и
дјевојака**

Аутори:

Феђа Мехмедовић, Асоцијација XY Сарајево
Проф. др Саша Петковић, CARE у Босни и Херцеговини
John Crowpover, CARE у Босни и Херцеговини

Наслов дјела:

Програм Y: млади - иновативни приступи у превенцији родно заснованог насиља и промоцији здравих животних стилова код младића и дјевојака : приручник за обуку едукатора и омладинских радника за рад у средњим школама

Име уредника:

Проф. др Саша Петковић

Рецензенти:

Проф. др Драго Бранковић, професор емеритус
Универзитет у Бањој Луци, Филозофски факултет и
Академија наука и умјетности Републике Српске
Проф. др Мирјана Маврак, ванредни професор
Филозофског факултета Универзитета у Сарајеву
Смиљана Грујић
Група за превенцију насиља Министарства просвете,
науке и технолошког развоја Републике Србије.

Лектор:

Љиљана Игњатовић

Назив и сједиште издавача:

Главни уред CARE Deutschland-Luxemburg e.V. у БиХ.
Хасана Каимије 11
71 000 Сарајево
Босна и Херцеговина
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiative.net
care@carewb.org

За издавача:

Сумка Бучан, мр, Регионална директорка

Лектор:

Љиљана Игњатовић

Уређивање текста:

Звјездана Батковић, CARE International Balkan
Марина Старчевић Цвико, CARE International Balkan

Дизајн:

Смарт Колектив

Штампа:

Маркос Бања Лука

Тираж:

300 примјерака

ISBN 978-9926-8168-0-3

Copyright© 2016 CARE у Босни и Херцеговини. Сва права задржавају аутори.

Ниједан дио ове публикације се не може репродуковати или преносити у било којој форми или на било који начин, електронски, механички или другачије, укључујући (али не само ограничено на) фотокопирање, записивање или коришћење информација истраживања, без писмене дозволе аутора или власника ауторских права. Однос између издавача и аутора регулисан је у складу са Законом о ауторском праву и сродним правима у Босни и Херцеговини.

Програм Y

Млади – Иновативни приступи у превенцији родно заснованог насиља и промоцији здравих животних стилова код младића и дјевојака

Приручник за обуку
едукатора и омладинских
радника за рад у средњим
школама

Сарајево, 2017. година



Садржај

1. ПОГЛАВЉЕ 1 – РОДНО ТРАНСФОРМАТИВНИ ПРОГРАМ · 07

- Увод · 08
- Предговор · 10
- Историја програма Иницијатива младића · 12
- Образовна основа · 14
- Зашто фокус на родним нормама? · 18
- Од младића као препреке до младића као савезника · 19
- О приручнику · 19
- Видео-колекција: "Био једном један дјечак" и "Била једном једна дјевојчица" · 22
- Модалитети имплементације часова/радионица · 22
- Очекивани резултати и исходи учења · 23

2. ПОГЛАВЉЕ 2 - ПРОГРАМ У – ПРАКТИЧНИ АЛАТИ · 34

ГОДИНА 1 - РАЗВОЈ ИДЕНТИТЕТА – КО САМ ЈА, КО СИ ТИ? · 36

- Прво полугодиште: Идентитет, разум, осјећања, род и родне норме
 - Радионица 1: Шта је то што зовемо род? · 44
 - Радионица 2: Понашај се као мушкарац, понашај се као жена · 50
 - Радионица 3: Изражавање сопствених осјећања · 52
 - Радионица 4: Шта бих желио/жељела да урадим са својим животом? Како на мене утичу други? · 55
 - Радионица 5: Љубавна прича · 58
- Друго полугодиште: НАСИЉЕ ЈЕ АУТ! Од насиља до мирне коегзистенције
 - Радионица 6: Шта је насиље? · 78
 - Радионица 7: Жива будала или мртав херој · 86
 - Радионица 8: Схватање циклуса насиља · 89
 - Радионица 9: Етикетирање · 92
 - Радионица 10: Шта је сексуално насиље? · 94
 - Радионица 11: Моћ и односи · 97

ГОДИНА 2 – НАСИЉЕ ЈЕ АУТ! · 100

- Прво полугодиште: Од насиља до мирне коегзистенције
 - Радионица 12: Од насиља до поштовања у интимним везама · 101
 - Радионица 13: Мушкарци и насиље · 103
 - Радионица 14: Призори забављања · 105
 - Радионица 15: Агресивни, пасивни или асертивни · 108
 - Радионица 16: Преговарачке вјештине · 111
 - Радионица 17: Разбијање тишине и тражење помоћи · 113
 - Радионица 18: Шта радим кад сам љут/а? · 119

Садржај

- Друго полугодиште: Дроге/алкохол и доношење одлука
 - Радионица 19: Шта су дроге? · 125
 - Радионица 20: Дроге у нашим животима и заједницама · 129
 - Радионица 21: Задовољства и ризици · 137
 - Радионица 22: Разговор о алкохолу и алкохолизму · 142
 - Радионица 23: Доношење одлука и (зло)употреба супстанци · 144

ГОДИНА 3 - СЕКСУАЛНОСТ И ЗАШТИТА СЕКСУАЛНОГ И РЕПРОДУКТИВНОГ ЗДРАВЉА И ПРАВА · 148

- Прво полугодиште: Сексуално и репродуктивно здравље
 - Радионица 24: Брига о себи: мушкарци, жене, род и здравље · 161
 - Радионица 25: Здравље младића · 166
 - Радионица 26: Тијела мушкараца · 169
 - Радионица 27: Тијела жена · 176
 - Радионица 28: Хоћу, нећу, хоћу, нећу · 185
 - Радионица 29: Ризикујем када... · 188
 - Радионица 30: Адолесцентска трудноћа · 191
- Друго полугодиште: Полно преносиве инфекције, контрацепција и права
 - Радионица 31: Здравље, ППИ и HIV и AIDS · 200
 - Радионица 32: Преношење HIV и AIDS-а: у потрази за потписом · 208
 - Радионица 33: Контрацепција · 210
 - Радионица 34: Шта су сексуална и репродуктивна права? · 216
 - Радионица 35: Сексуалне различитости · 219

ГОДИНА 4 – РОДИТЕЉИ 21. ВИЈЕКА

- Прво полугодиште: Очинство и мајчинство
 - Радионица 36: Како то мислиш? · 232
 - Радионица 37: Мушкарци као старатељи · 233
 - Радионица 38: Трудноћа...да или не? Бити мајка · 235
 - Радионица 39: Све у исто вријеме · 238
 - Радионица 40: Шта је посао жене? · 240

ГОДИНА 1- 4: РЕСУРСИ ЗА ОРГАНИЗАЦИЈУ КАМПАЊА И КОМПЛЕМЕНТАРНИХ АКТИВНОСТИ УКЉУЧИВАЊА МЛАДИХ У ПРОМОЦИЈУ ПОЗИТИВНИХ СТАВОВА И ВРИЈЕДНОСТИ · 244

ЛИТЕРАТУРА · 261

—
**ПО
ГЛА
ВЉЕ**
—



РОДНО
ТРАНСФОРМАТИВНИ
ПРОГРАМ

Увод

Приручник за едукаторе у средњим школама и омладинске раднике "Програм Y - млади" је алат који су из програма Иницијатива младића развили CARE International Balkan и његови партнери из земаља Западног Балкана, који се фокусирају на рјешавање питања родне неједнакости, пракси штетних по здравље и насиља у свакодневном животу младића и дјевојака од 14 до 19 година старости у школама и заједници.

Приручник за "Програм Y - млади" је приручник за обуку који има циљ промоцију родне равноправности и здравог начина живота код младића и дјевојака обрађивањем неких од друштвених конструкција маскулнитета и феминитета као стратегије за изградњу важних животних вјештина код младића и дјевојака у периоду њиховог преласка у доба ране зрелости.

За додатне примјерке овог приручника обратите се:
CARE International Balkan

Хасана Каимије 11
Сарајево 71000
Босна и Херцеговина
Тел: +387 33 536 790
E-mail: jcrownover@carewb.org
spetkovic@carewb.org

Алеја Светог Саве 7А/17
Бања Лука 78000
Босна и Херцеговина
Тел: +387 51 258 200
E-mail: care@carewb.org

Петра Лековића 59
Београд 11030
Србија
Тел: +381 11 35 58 802
E-mail: mstarcevic@care.rs

Газменд Зајми # 21
10 000 Приштина
Тел: +381 (0) 38 224 779; 222 435
E-mail: Besnik.Leka@care.org

Интернет странице:
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiative.net (PDF је доступан за преузимање)

CARE International

CARE International је глобална конфедерација 14 земаља чланица које заједно раде на сузбијању сиромаштва.

Године 2015. CARE је радио у 95 земаља свијета, проводећи 890 развојних пројеката усмјерених на сузбијање сиромаштва и пројеката хуманитарне помоћи којима је обухватио више од 65 милиона људи.

У нашој визији тежимо свијету наде, толеранције и социјалне правде, у којем нема сиромаштва а сви људи живе достојанствено и сигурно. Наша мисија је спашавати животе, сузбијати сиромаштво и радити на постизању друштвене правде. Стављамо жене и дјевојчице у фокус нашег дјеловања јер знамо да се сиромаштво не може зауставити док год сви људи немају једнака права и могућности.

Неовисни од свих политичких, комерцијалних, војних, етничких или религиозних циљева, CARE промовира заштиту хуманитарног простора. Ми пружамо помоћ на основу потребе, без обзира на расу, поријекло или националност, бавећи се правима рањивих скупина, особито жена и дјевојчица.

CARE у свом дјеловању у случају хитних-кризних ситуација, опоравка као и свог дугорочног развојног дјеловања слиједи одређене принципе који су усклађени с онима других хуманитарних организација, а они су сљедећи: промовирамо оснаживање, радимо у партнерству с другима, осигуравамо и промовирамо одговорност на свим разинама и у свим облицима, радимо на сузбијању дискриминације, промовирамо ненасилно рјешавање сукоба, радимо на постизању одрживих резултата.

CARE -ове партнерске организације у Босни и Херцеговини

С обзиром на то да CARE ради са и путем локалних невладиних организација, три кључне партнерске организације у овом пројекту у Босни и Херцеговини су "Асоцијација XY" из Сарајева (<http://www.xy.com.ba/>), Институт за развој младих и заједнице "Perpetuum Mobile" из Бањалуке (<http://www.pm.rs.ba/>) и HBO "Youth Power/Снага младих" из Мостара (<https://www.youth-power.org>). Асоцијација XY је неваљина организација посвећена унапређењу и промоцији сексуалног и репродуктивног здравља и здравих животних стилова кроз заговарање и пружање услуга за младе и маргинализовану популацију. "Perpetuum Mobile" је независна, непрофитна организација која промовише добре праксе у раду са младима кроз истраживање, образовање и међусекторско партнерство. Ове двије организације су изабране на основу њиховог дугогодишњег искуства у програмима намијењеним за развој и здравље младих. Обје ове невладине организације имају своје мреже широм државе и доказе о ангажовању хиљада младих људи широм БиХ. Они су CARE -ови партнери од 2007. године у интервенцијама у вези са програмом "Иницијатива младића" са поузданим тимом искусних координатора и тренера за рад са младима и развој младих. Невладине организације "Youth Power/Снага младих" из Мостара је релативно млада организација, коју је у јануару 2013. године основала група младих људи који су раније радили за неколико других организација и који су одлучили да оснују своју организацију усмјерену на промоцију здравих животних стилова, ненасилно понашање, родну равноправност, повезивање младих, активно учешће у друштвеном животу и доношењу одлука, волонтерство, унапређење културе, залагање за демократију и људска права. Ова организација има снажан тим који чини седам запосленика и више од 30 волонтера који у овом тренутку спроводе три програма.

Ауторска права © 2016 CARE International

Овај документ се може репродуковати у цијелости или дјелимично без дозволе CARE International под условом да буде наведен пуни извор цитата и да његова репродукција није намијењена за комерцијалне сврхе. Препоручени облик цитирања: CARE International. (2016). Приручник за обуку: Програм Y – млади - Иновативни приступи у превенцији родно заснованог насиља и промоцији здравих животних стилова код младића и дјевојака. Бања Лука, Сарајево, БиХ: CARE International Balkan

Предговор

Приручник Y "Програм млади - Иновативни приступи у превенцији родно заснованог насиља и промоцији здравих животних стилова код младића и дјевојака", приручник за обуку за рад са младићима и дјевојкама од 14 до 19 година старости, развио је CARE International Balkan у сарадњи са Instituto Promundo, Рио де Жанеиро, Бразил; Статус: М, Загреб; Центар Е8, Београд; Perpetuum Mobile, Бања Лука; Асоцијација XY, Сарајево; HBO Youth Power/Снага младих, Мостар; PEN, Приштина; Синергија, Косовска Митровица и Савјетовалиште за мушкарце и дјечаке, Тирана. Приручник Y је намијењен едукаторима у средњим школама, омладинским радницима и другим стручњацима који раде са младићима и дјевојкама и представља важан допринос онима који раде на пружању подршке здравом развоју младих људи. Користећи родну перспективу, фокусирајући се на маскулинитет(е) и феминитет(е) настојимо да деконструишемо неке од изазова са којима се младићи и дјевојке суочавају у адолесценцији. Овај приручник настоји да изгради вјештине које су потребне младићима и дјевојкама за развијање здравих односа заснованих на родној равноправности, за схватање свог физичког, сексуалног и емоционалног развоја и за рјешавање свих облика насиља у свакодневном животу. Овај приручник представља важан ресурс за владе и невладине организације (укључујући и министарства која се баве образовањем и младима) да схвате важност тога како родне друштвене конструкције маскулинитета и феминитета утичу на ставове и понашања дјечака и младића и дјевојчица и дјевојака. Овај приручник настоји да изгради вјештине и компетенције младића и дјевојака да се суоче са неким од животних изазова који су обично дио прелазног периода адолесценције. Вјерујемо да кориштењем свеобухватнијег приступа раду можемо постићи више позитивних резултата него бављењем само једним питањем. Значајна карактеристика овог приручника је да је тестиран и потврђен кроз

истраживање и евалуацију у школама у Босни и Херцеговини, Хрватској, Албанији, Србији и UNMIK/Косову*¹.

Истраживања спроведена у склопу програма Иницијатива младића од 2007. до 2015. године (као и истраживања спроведена од стране других) јасно су указала на потребу за бављењем различитим темама у овом приручнику. Рад само са младићима и само са дјевојкама је могућ у школама и окружењу у којим доминирају само ученици или ученице. CARE и његови партнери у ту сврху користе посебно родно осмишљене приручнике Програм М (Младићи) и Програм Д (Дјевојке), са великим успјехом. Тај успјех се мјери помоћу почетне процјене и завршне евалуације у школама у којима су CARE и његови партнери радили у прошлости. Али, већина школа су родно мјешовите, а род је новчић са два лица. На тај начин смо одлучили да развијемо нови алат за рад у родно мјешовитим школама.

За вријеме адолесценције младићи и дјевојке често су укључени у различита ризична понашања. Оваква понашања укључују опијање (иППИјање алкохола док се не напију), експериментисање са дрогама и изложеност насиљу, било као жртва или починилац. То је доба експериментисања, јер покушавају да схвате какав тип мушкарца или жена желе да буду. Многи младићи и дјевојке почињу да излазе и имају своје прве сексуалне односе. Недостатак знања и вјештина да се носе са овим искуствима излаже их ризику. Из истраживања спроведених на европском нивоу знамо да су водећи узроци смртности међу младићима у овој старосној групи саобраћајне несреће, самоубиства и интерперсонално насиље. Родне норме и друштвене конструкције маскулинитета често доприносе тим штетним понашањима и праксама. Штетне посљедице ригидних родних норми осјећају дјевојке и жене. Дисбаланс моћи у доношењу одлука, рањивост

на појаву насиља, отежан приступ одређеним здравственим сервисима и друштвена неједнакост која ограничава прилике и могућности, само су неке од посљедица проузрокованих родним и штетним традиционалним нормама и увјерењима. Такође, дословно придржавање норми које идеализују мршаве дјевојке као примјер социјално пожељног, код дјевојчица у пубертету може и често доводи до осјећања да дјевојчице морају одговорити на ова друштвена очекивања, што за посљедицу доводи до повећаног броја дјевојака које се излажу интензивним дијетама, што је у периоду пубертета врло нездрава животна навика. Управо због наведених разлога, оснаживањем младих да препознају штетне друштвене норме и да им се ефективно супротставе, развијамо критичну масу младих која, користећи стечено знање и вјештине, доноси одлуке које доприносе здрављу, ненасилном рјешавању проблема у односима међу њима и стварамо друштво једнаких и равноправних.

Млади људи усвајају свој лични животни стил током транзиције из породице и куће ка зрелој доби под утицајем сложене мјешавине економских, друштвених, културолошких и образовних процеса. Утицај неједнакости (родних, друштвених и/или здравствених) може бити непосредан, са лошим исходима који су видљиви у низу показатеља и понашања током дјетињства и адолесценције. То може смањити способност младих људи да у потпуности учествују у многим аспектима живота и може утицати, на примјер, на похађање школе и академско постигнуће, социјално функционисање, бављење спортом и прихватање могућности запошљавања. То, такође, може утицати на квалитет живота и ментално благостање. Едукација о животним вјештинама може представљати заштитни фактор за неке од ових изазова. У међувремену, током девет година реализације Програма М у средњим

школама у региону Западног Балкана, партнерске организације, професори¹, педагози, родитељи и одговорна министарства препознали су потребу укључивања дјевојчица и дјевојака у заједничке напоре у образовању. Овај приручник је припремљен током трогодишњег партиципативног процеса. Објављен је на енглеском, албанском и језицима народа у Босни и Херцеговини како би се подстакла његова широка употреба у овом региону. Приручник је осмишљен тако да се користи уз кампању о животним стиловима у школи и заједници, која промовише позитивнију и здравију верзију тога шта значи бити мушкарац и жена. За информације о кампањи обратите се локалној партнерској организацији у свакој земљи. CARE и његови партнери подстичу владине и невладине организације да усвоје овај приручник као дио својих свеобухватних напора у вези са едукацијом о животним вјештинама. Било који приступ мора окупити школе, заједницу, породицу и друге важне актере цивилног друштва да пруже подршку младим људима док израстају у младе одрасле особе. Желимо вам успјех у кориштењу овог приручника!

*John Crownover, Саша Петковић
и Феђа Мехмедовић
CARE International Balkan*

² — У даљем тексту називи занимања односе се на оба рода ако то није експлицитно језично одређено (прим.аут.)

Историја програма Иницијатива младића

Од 2007. године до данас програм превенције родно заснованог насиља на Западном Балкану - Иницијатива младића (YMI) - ради на изградњи родно равноправнијих ставова и понашања код младића и смањењу насиља од стране младића (над дјевојкама) и вршњачког насиља (насиља младића над другим младићима) у Босни и Херцеговини, Хрватској и Србији. Поред тога, од 2010. године Иницијатива младића се проширила на Косово, а од 2013. године и на Албанију. Предвођен CARE International Balkan, уз техничку подршку Промунда, Рио де Жанеиро, Бразил и Међународног центра за истраживање о женама (ICRW), Вашингтон, Сједињене Америчке Државе и финансијску подршку Министарства иностраних послова Норвешке, Аустријске развојне кооперације (ADC), Владе Швајцарске, ОАК Фондације и CARE -а Њемачка - Луксембург, овај програм супротставио се друштвеним нормама које се односе на маскулинитет и насиље кроз едукативне радионице које се одржавају у школама и кампање социјалног маркетинга усмјерене према младићима и дјевојкама узраста од 14 до 19 година.

Шта је Иницијатива младића?

Приступ Иницијативе младића се заснива на родно-трансформативном курикулуму прилагођеном према Програму X Института Промундо и осмишљеном да изазове критичко размишљање о родним нормама које покрећу насиље и друге нездраве облике понашања³. Високе стопе кориштења алкохола у региону такође подстичу овај програм да се фокусира на високоризично конзумирање алкохола, које је повезано са повећаном вјероватноћом извршења насиља у многим ситуацијама. Иницијатива младића спроводи се у средњим стручним школама, што јој омогућава да постигне висок ниво учешћа дјечака и дјевојчица (од 2013. године) у узрасту од 14 до 19 година. Фокус на младе људе је важан, јер адолесценција представља кључни тренутак у процесу социјализације, када се још развијају ставови и понашања код младих људи. У школама које учествују у програму, сесије Иницијативе младића које трају од осам до десет сати, а које воде обучени водитељи, интегрисане су у редовни распоред часова током школске године, са фокусом на четири кључне програмске области:

3 — Програм X (X означава Хоменс и Хомбрес, ријечи за мушкарце у португалском и шпанском језику, респективно) настоји да ангажује младиће и њихове заједнице у критичним размишљањима о крутим друштвеним нормама. Програм је развијен и потврђен у Латинској Америци и на Карибима, а од тада је био прилагођен за кориштење у неколико земаља, укључујући Танзанију, Индију, Перу и Вијетнам. За више информација посјетите: <http://www.promundo.org.br/en/activities/activities-posts/program-h/>

(1) родни ставови; (2) насиље; (3) секс, здравље и добробит; и (4) употреба алкохола и дрога. Иницијатива младића протеже се и изван учионица. Програм обухвата додатни резиденцијални тренинг гдје водитељи одржавају додатне сесије и активности изградње тима (енг. team building) у имерзивнијем окружењу. Поред тога, програм обухвата и "Буди мушко" кампању животног стила, која има циљ да ојача кључне поруке Иницијативе младића и подстакне промјене на нивоу школе и изван ње. Кампања је подржана путем различитих едукативних материјала, друштвених медија и "акција" које су организовали и спровели ученици чланови "Буди мушко" клубова. Чланови "Буди мушко" клубова су и младићи и дјевојке. У 2015. години ови клубови су окупљали неколико стотина активних чланова, од чега у Босни и Херцеговини 423 члана, у Србији 241 члан, на Косову*⁴ 636 чланова, у Хрватској 35 чланова и у Албанији 60 чланова.

Водећа филозофија Иницијативе младића је да дјечаке не треба схватити као препреку миру и родној равноправности, него као кључне савезнике у промоцији ненасилних, здравих односа и заједница. Дјевојке, као активни чланови заједнице, треба да буду активне учеснице у друштвима, као и носиоци промјена. Свједоци смо ових дана да дјевојке нису само жртве него такође и починиоци насиља у мањој мјери. И дјечацима и дјевојчицама у адолесценцији потребна је додатна едукација о здравим животним стилевима и превенцији родно заснованог насиља као водила према родној равноправности и родно равноправном друштву.

Иницијатива младића сматра да ако ученици уче о насиљу, као и о томе како да преиППИтују доминантне родне норме, и ако имају прилику да примјењују ове нове идеје и вјештине у сигурном простору, онда ће постојати већа вјероватноћа да интернализују ове информације које ће, током времена, резултирати родно равноправнијим, здравијим и ненасилним животним стилевима. Штавише, како групне норме почињу да се мијењају, програм помаже у стварању толерантније и прихватљивије средине на нивоу школе.

Ову путању промјена, којом дјечаци и дјевојчице примјењују и интернализују нове идеје, учврстило је неколико структура подршке, као што су ненасилни узорци (нпр. водитељи Иницијативе младића), друштвене мреже подршке, као и подстицајно школско окружење.

4 — Према Резолуцији УН 1244.

...дјечаке не треба схватити као препреку миру и родној равноправности, него као кључне савезнике...

Развој Иницијативе младића

Пилот пројекат програма Иницијатива младића (2007-2010) обухватао је формативно истраживање и имплементацију у пет градова широм Босне и Херцеговине, Хрватске и Србије. Током Фазе II (2011-2013) CARE је прилагодио програм на два важна начина на основу резултата из пилот пројекта: (1) Основне сесије Иницијативе младића постале су обавезан дио курикулума у школама које учествују у програму; и (2) додати су добровољни тренинзи који су се одржавали изван града за интензивнију обуку и ангажовање. Ова нова верзија Иницијативе младића представљена је и оцијењена у четири школе које се налазе у Сарајеву, Загребу, Београду и Приштини.

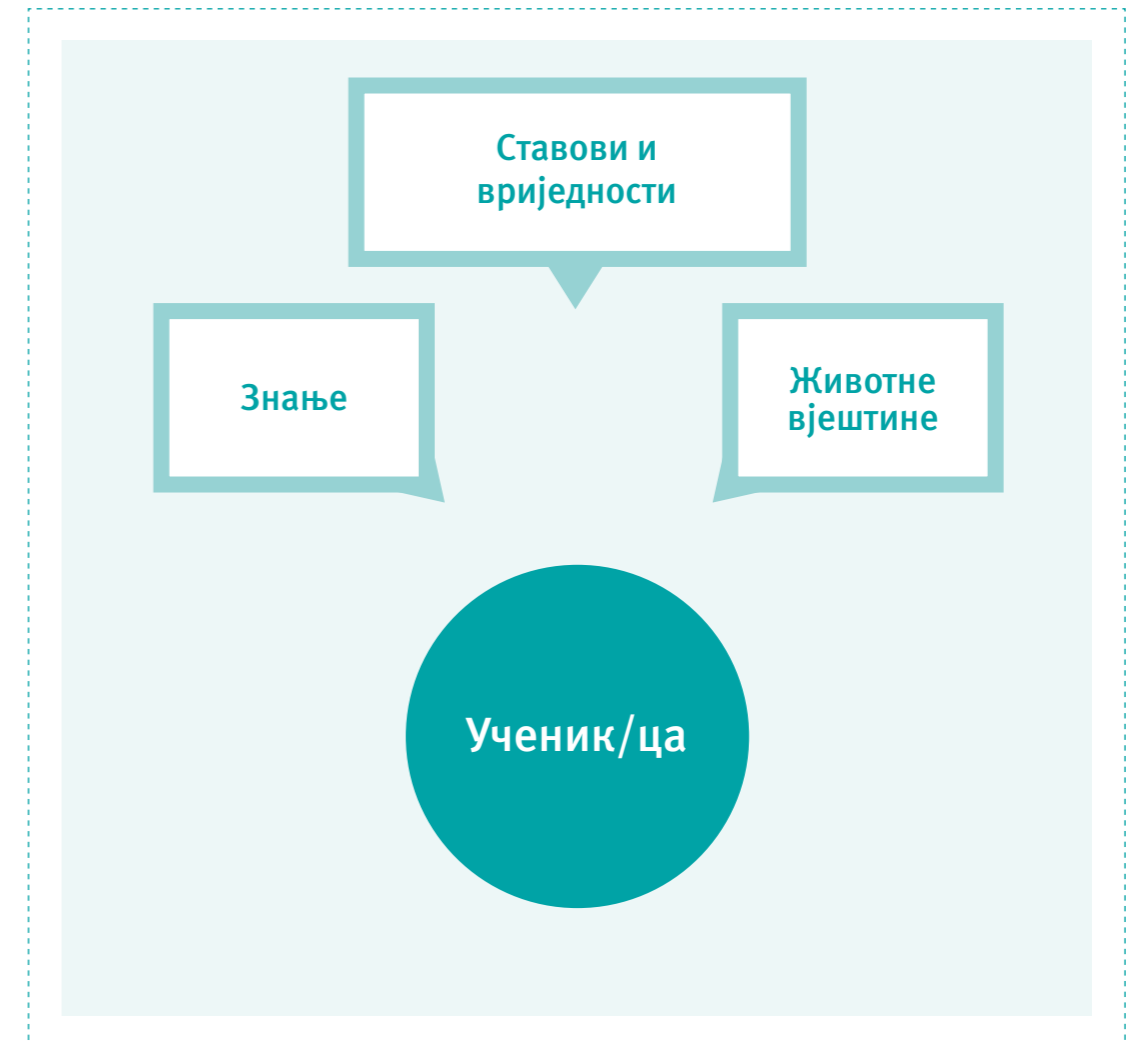
Образовна основа

Основа Програма Y је образовање и стога приручник који држите у својим рукама или читате на екрану садржи јасна упутства и информације које су важне за организацију, координацију и имплементацију образовних активности са младим људима. Узимајући у обзир да је школа мјесто на којем млади људи стичу нова знања и животне вјештине, прилагодили смо Програм Y школама или формалном образовању, а да при томе нисмо, наравно, искључили едукаторе и тренере који спроводе неформалне едукативне интервенције у школама. То је разлог зашто смо, поред упутстава за имплементацију едукативних радионица и сесија, укључили резултате учења у Програм Y у нади да ће то дати бољи увид у очекиване резултате - исходе учења - професорима, педагозима и школским психолозима.

Исходи учења исти су као и циљеви који тумаче промјену у складу са областима, темама и сесијама које ће бити имплементирани.

...прилагодили смо Програм Y школама или формалном образовању...

Застарјели приступи учењу и проучавању предвидјели су да ће уз адекватно знање млада особа имати довољно компетенција да донесе адекватне и "здравије" одлуке. Нови приступ који промовише и заговара Програм Y знатно је сложенији од традиционалног "ex-катодре" приступа и усклађен је са најсавременијим образовним стандардима које предлажу водеће међународне образовне инстанце. Поред релевантног знања, Програм Y подстиче усвајање релевантних ставова и вриједности и мотивише младе људе да доносе промишљене одлуке и да се са више самопоуздања суоче са изазовима на које наилазе у адолесцентској доби. Направили смо овај приручник и понудили га школама, организацијама и појединцима на бесплатно кориштење како би они могли користити нове и провјерене принципе као вриједан ресурс за доношење одговорних, ненасилних, родно равноправних и здравијих одлука.



Зашто фокус на родним нормама?

Већ дуги низ година стварали смо претпоставке о здрављу и развоју младића.⁵ Најчешће, смо претпостављали да су добро и да имају мање потреба него дјевојке. У неким другим приликама претпостављали смо да је са њима тешко радити, да су агресивни и да не брину за своје здравље. Често смо их видјели као починиоце насиља над другим младићима, над самим собом и над женама – не застајући да схватимо начине на које друштво често прелази преко употребе насиља од стране младића. Нова истраживања и перспективе захтијевају пажљивије разумијевање начина на који се младићи социјализују, шта им је потребно у погледу здравог развоја и како их здравствени едукатори и други могу ангажовати на адекватнији и дјелотворнији начин.

Осим тога, иако су бројне иницијативе кроз историју настојале да исправе родне неједнакости оснаживањем жена, постоји све већи консензус о томе да промовисање родне равноправности и побољшање здравља и добробити жена такође захтијева и ангажовање мушкараца свих узраста. Међународна конференција о популацији и развоју (ICDP) одржана 1994. године у Каиру и Четврта конференција о женама одржана 1995. године у Пекингу пружили су основу за укључивање мушкараца у напоре за побољшање статуса жена и дјевојака. На примјер, Програм акције Међународне конференције о популацији и развоју (ICDP) настоји да "промовише родну равноправност у свим сферама живота, укључујући породични живот и живот у оквиру заједнице, и да подстакне и оспособи мушкареце за преузимање одговорности за своје сексуално и репродуктивно понашање и своје друштвене и породичне улоге".

Од конференција у Каиру и Пекингу, бројне агенције УН-а, владе и организације цивилног друштва су потврдиле потребу да се ради са мушкарцима и дјечацама. Године 1998. Свјетска здравствена ор-

ганизација одлучила је да посвети посебну пажњу потребама малољетних дјечака, препознавајући да су они пречесто били занемарени у здравственим програмима за малољетнике. Током 2000. и 2001. године UNAIDS је посветио Свјетску кампању о AIDS-у мушкарцима и дјечацама, схватајући да понашање многих мушкараца излаже ризику њих саме као и њихове партнере, те да мушкарци морају бити ангажовани на много боље осмишљене начине као партнери у превенцији HIV и AIDS-а и у пружању подршке особама које живе са AIDS-ом. У скорије вријеме владе из цијелог свијета су изразиле званично опредјељење на 48. сједници Комисије за статус жена (CSW) из 2004. године за имплементацију низа активности за укључивање мушкараца и дјечака у напоре за постизање родне равноправности.

Поред растућег признања да рад са мушкарцима и дјечацама на супротстављању родној неједнакости може имати позитиван утицај на здравље и добробит жена и дјевојака, такође постоји и боље разумијевање тога како крути идеали о роду и маскулинитету могу довести до одређене рањивости код мушкараца и дјечака. О томе свједоче њихове веће стопе смртности у саобраћајним несрећама, њихове веће стопе самоубиства и насиља, те њихове веће стопе кориштења алкохола и супстанци у односу на жене и дјевојке. Дакле, ради добробити младића и дјевојака, неопходно је да програми настоје укључити родну перспективу у рад са младима.

Али, шта то значи примијенити "родну перспективу" у раду са младићима? Род – супротно полу – односи се на различите начине на које су мушкарци и жене социјализовани да размишљају, понашају се и облаче; то је начин на који се ове улоге, обично стереотипне, уче, јачају и интернализују. Понекад претпостављамо да је начин на који се дјечаца

и мушкарци понашају "природан" – да ће "дјечаца увијек бити дјечаца". Међутим, коријени понашања многих дјечака и мушкараца укључујући и то да ли се договарају са својим партнерима о кориштењу кондома, било да воде бригу о дјецци чији су очеви или да користе насиље против партнера, могу се наћи у начину на који су дјечаца одгојени. Није лако промијенити начин на који одгајамо и посматрамо дјечаке. Међутим, он има потенцијал да трансформише родне односе, као и да смањи бројне здравствене и социјалне рањивости са којима се суочавају и жене и мушкарци.

У многим друштвима често постоји једна или више верзија маскулинитета, или начина на које се неко понаша као мушкарац, који се сматрају "правим" или доминантним начином како мушкарац треба да се понаша. Ово се обично назива хегемонични маскулинитет. У већини окружења овај хегемонични маскулинитет је идеализован и постаје начин потчињавања или маргинализације мушкараца који су другачији. Посматрајући различита окружења, у ствари, ми често видимо многе сличности у дефиницији мушкости и како се од мушкараца очекује да се понашају. На примјер, многе културе подржавају идеју да бити "прави мушкарац" значи бити хранилац и заштитник своје породице и заједнице. Дјечаца су често одгојени да буду агресивни и склони такмичењу – вјештине које се сматрају корисним за њихове улоге хранилаца и заштитника. Они су такође често одгојени да вјерују у строге кодексе "части" који их обавезују да се такмиче или да користе насиље да би се доказали као "прави мушкарци". Они дјечаца који показују интересовање за кућне послове као што су кување, чишћење или брига за млађег брата и/или сестру, или који лако показују своја осјећања, или који нису имали сексуалне односе, могу бити исмијани од стране својих породица и вршњака као "слабићи" или се сматра да нису прави мушкарци.

У погледу њиховог понашања када се ради о тражењу здравствених савјета, дјечаца су често одгојени на начин да се ослањају на саме себе, да не воде рачуна о свом здрављу и да не траже помоћ када су суочени са стресом. Али, способност да се говори о својим проблемима и да се потражи подршка је заштитни фактор против кориштења супстанци, практиковања незаштићеног секса и учествовања у насиљу. Ово би могло дјелимично

да објасни због чега постоји већа вјероватноћа да ће дјечаца, у поређењу са дјевојчицама, бити укључени у насиље и кориштење супстанци. Заиста, постоје многобројна истраживања која потврђују да начин на који су дјечаца одгојени има директне последице по њихово здравље. На примјер, истраживање спроведено на националном нивоу у САД међу адолесцентним мушкарцима старосне доби између 15 и 19 година открило је да су они младићи који су имали сексистичке или традиционалне погледе на мушкост били склонији кориштењу супстанци, укључености у насиље и делинквенцији, и практиковању незаштићеног секса него они адолесцентни мушкарци са флексибилнијим погледима о томе шта "прави мушкарци" могу да раде.² Слични резултати су, такође, откривени у истраживањима спроведеним међу младићима у другим различитим окружењима, укључујући Бразил, Индију, Јужну Африку и Западни Балкан. Дакле, примјена родне перспективе у раду са младићима подразумијева двије главне идеје:

(1) РОДНА СПЕЦИФИЧНОСТ: Посматрање специфичних потреба дјечака у погледу њиховог здравља и развоја, због начина на који су социјализовани. На примјер, то значи укључивање дјечака у дискусије о кориштењу супстанци или ризичном понашању и пружање помоћи дјечацама да схвате због чега ће се можда осјећати приморани да се понашају на такав начин.

(2) РОДНА ЈЕДНАКОСТ: Ангажовање дјечака у дискусију и размишљање о родним неједнакостима, у размишљање о ситуацијама у којима су дјевојке и жене често биле у неповољном положају и од њих се често очекивало да на себе преузму несразмјерни дио бриге о дјецци, о питањима сексуалног и репродуктивног здравља и о кућним пословима.

Сет радионица интегрисан у овај приручник покушава да обједини ове двије перспективе, настојећи да препозна специфичне потребе и реалности младића и дјевојака те да их ангажује да преиспитају и промијене родне односе. Докази из цијелог свијета указују на то да је већа вјероватноћа да ће програми који примјењују ову врсту родно трансформативног приступа довести до промјена у ставовима и понашању младића за разлику од оних програма који не покушавају на експлицитан начин да се баве питањем родних норми и да их преиспитују (Баркер ет ал., 2007).

5 — Термин "младићи" се односи на мушкареце у доби између 15 и 24 године, што одговара старосној групи "млади" на начин како је то дефинисала Свјетска здравствена организација (СЗО).

6 — W.H. Courtenay, "Боље је умријети него плакати? Лонгитудинално и конструктивистичко истраживање маскулинитета и понашања ризичног по здравље младих америчких мушкараца" (Докторска дисертација, Беркли Универзитет у Калифорнији, 1998.)

Од младића као препреке до младића као савезника

Дискусије о младићима често су се фокусирале на њихове проблеме – било на мањак њиховог позитивног учешћа у питањима репродуктивног и сексуалног здравља или на њихово понекад насилно понашање. Поједине иницијативе о здрављу младих посматрају младиће као препреке или агресоре. Заиста, неки младићи су насилни према својим женским партнерима. Неки су такође насилни једни према другима. А многи младићи – превише њих – не учествује у бризи о дјечи и не учествује адекватно у потребама сексуалног и репродуктивног здравља њих самих као ни њихових партнера. У исто вријеме, постоји много младића који показују поштовање у везама са својим партнерима и једни према другима, као и много младих очева који учествују у бризи о својој дјечи.

На основу истраживања и наших личних искустава као едукатора, родитеља, професора и стручњака из области здравства, јасно се види да младићи реагују на оно што очекујемо од њих. На основу истраживања о делинквенцији, знамо да је један од главних фактора повезаних са делинквентним понашањем код младића тај што их родитељи, професори и друге одрасле особе етикетирају или идентификују као делинквенте. Већа је вјероватноћа да ће они младићи који осјећају да их сврставају и/или третирају као "делинквенте" постати делинквенти. Ако од младића очекујемо да буду насилни, ако од њих очекујемо да не буду укључени у бригу о дјечи чији су очеви, ако од њих очекујемо да не учествују одговорно у питањима сексуалног и репродуктивног здравља, онда ми у ствари доприносимо стварању самоиспуњавајућег пророчанства.

Због ових, и многих других разлога, овај приручник и активности садржане у њему су засновани на претпоставци да младиће треба посматрати као савезнике – потенцијалне или стварне – а не као препреке. Неки се младићи заиста понашају неодговорно, па чак и насилно. Ми не одобравамо њихово понашање. Умјесто тога, вјерујемо да је неопходно да кренемо од оних ствари које многи младићи раде добро и вјерујемо у потенцијал других младића да раде то исто.

...младићи реагују на оно што очекујемо од њих.

О приручнику

Приручник се састоји од четири тематске цјелине:

Развој идентитета

- › Идентитет, разум и осјећања
- › Род и родне норме

Насиље је АУТ!

- › Од насиља до мирне коегзистенције
- › Од насиља до поштовања у интимним везама, самоконтрола и управљање емоцијама
- › Психоактивне супстанце

Сексуалност и заштита сексуалног и репродуктивног здравља и права

- › Здрава сексуалност, адолесцентске трудноће и сексуално и репродуктивно здравље и права
- › Трудноћа, да или не, полно преносиве инфекције и HIV и AIDS

Родитељи 21. вијека

- › Очинство и мајчинство

Свака од ових цјелина садржи увод у тему, укључујући и кратак преглед релевантне литературе, као и смјернице за спровођење групних активности за рад са младим људима. Увод у сваку од наведених цјелина подијелили смо на стајалишта младића и стајалишта дјевојака. Будући да је главни циљ едукативних радионица креирање простора за динамичне дискусије у којима се млади људи могу критички осврнути на питање родних норми, односа и различитих здравствених тема, као и "вјежбати" вјештине и способности неопходне за смањење ризичног понашања и дјеловати на правичнији начин, информације о ова два стајалишта помажу едукаторима и професорима да имају приступ фокусиран на оба рода уважавајући њихове специфичне потребе и друштвени утицај на одлуке које доносе.

Увод у сваку од наведених тематских области пружа уводне информације које су важне за припрему радионица и критички увид у потребе адолесцената у контексту пола, родне перспективе и специфичности младића и дјевојака током одрастања. Ове информације су посебно важне

у контексту разумијевања утицаја који друштвене норме имају на усвајање негативних облика понашања, као и за разумијевање и везу између друштвених норми и рањивости оба рода и у вези са темама које програм У обрађује. Разумијевање ове везе је основа за разумијевање и препознавање могућих образовних и других стратегија које се могу предузети како би био смањен утицај штетних норми и оснажени млади људи приликом суочавања са друштвеним очекивањима, свјесни штетних утицаја и способни да препознају и да почну примјењивати здравије и ненасилне алтернативе са више самопоуздања.

Такође, родна перспектива младића и дјевојака која је приказана у уводним текстовима је додатни ресурс који је важан за квалитетну реализацију радионица и циљеве које желимо да остваримо. Узимајући у обзир све наведено, сигурни смо да ће учесници радионица научити да:

- › Вреднују дијалог и преговоре, а не силу и насиље, као основу за односе и рјешавање сукоба, и да користе дијалог и преговоре у својим међуљудским односима;
- › Поштују појединце и групе различитог поријекла и стила живота, као и да доведу у питање ставове оних који не показују такво поштовање;
- › Покушају да одрже интимне односе засноване на једнакости и узајамном поштовању;
- › Разговарају са својим партнерима о сигурном сексуалном понашању и да дијеле одговорност за избор и начин заштите било да су сексуално активни или не;
- › Заједнички доносе одлуке о репродукцији са својим партнерима (у случају хетеросексуалних односа), укључујући и одговорност за избор и употребу средстава за контрацепцију како би биле спријечена непланиране трудноће;
- › Одбаце употребу насиља над интимним партнерима и другима; и
- › Схвате да је вођење бриге такође мушка особина и да настоје да се брину за друге, укључујући и пријатеље, родбину, партнере и сопствену дјecu.

Кориштење приручника

Овај приручник је намијењен професорима и професионалном особљу за рад са младима, здравственим радницима, и/или другим стручњацима, едукаторима, тренерима или волонтерима који раде или би жељели да раде са младим људима. Свака активност је осмишљена тако да траје између 45 и 90 минута и може се спроводити у различитим окружењима, од школа, омладинских и спортских клубова до паркова и васпитно-правних домова за малолетнике. Такође је неопходно за особу која планира и одржава радионице да обезбиједи сигурно окружење за учење и различите вјежбе* које су дио овог приручника.

Активности су засноване на моделу искуственог учења према којем се млади људи подстичу да преиспитају и анализирају своја искуства и живот са циљем да схвате како род понекад може одржавати неједнаке моћи у везама и тако учинити рањивим и младиће и дјевојке. Оно што је најважније, активности ангажују учеснике да размишљају о томе како они могу направити позитивне промјене у својим животима и заједницама. Овај процес преиспитивања и промјена захтијева вријеме. Искуство у кориштењу овог приручника је показало да је активности пожељно користити као једну цјелину (или изабрану групу активности из различитих цјелина), а не да буде кориштена само једна или двије активности. Многе активности се међусобно надопуњују и када се користе заједно доприносе богатијем и продуктивнијем размишљању него када се користе саме.

У суштини, изгледа да активности најбоље функционишу са мањим групама (нпр. 8 до 25 особа) иако се такође могу користити и са већим групама. Међутим, превелика група може смањити шансе да сви учесници дају свој пуни допринос. У почетку рада са овим приручником водитељ би такође требало да буде свјестан да ће то вјероватно за многе младе људе бити први пут да учествују у едукативном процесу који укључује групну дискусију у којој ће појединачно разговарати о младићима и дјевојкама. Иако би неки учесници на почетку можда могли рећи да је то необично или чудно, водитељ би требало да им помогне да схвате зашто је важно да разговарају и о једнима и о другима имајући у виду богатство различитости, могућности и специфичних потреба.



* Све табеле ресурса и сви радни материјали неопходни за извођење радионица у формату погодном за штампање, налазе се на www.youngmeninitiative.net у секцији ресурса под називом Програм У - радни материјали

Иако су ове активности намијењене младим људима старосне доби између 15 и 24 године, свјесни смо чињенице да постоји широк спектар проблема и искустава унутар ове групе. И док заједнички рад може понудити много предности, такође је важно обезбиједити да млади људи на располагању имају неопходан простор како би се могли фокусирати на она питања која су најрелевантнија за њихове животе и везе – са тим циљем многе организације често раде са младим људима груписаним према старосној доби у групе од 15 до 19 година и од 20 до 24 године.

Рад са младим људима није увијек лак и предвидив задатак. Многе активности наведене у овом приручнику баве се сложеним личним темама, као што су сексуалност, ментално здравље и искуства са насиљем. Могло би се десити да се неки од учесника отворе и изразе своја осјећања током овог процеса, док други једноставно неће жељети да говоре. Неке од тих активности нису намијењене за употребу као групна терапија, али би их требало користити да подстакну довољан ниво саморефлексије међу учесницима како би они могли учити из личних искустава, преиспитивати круте идеале рода и маскулинитета и феминитета, као и промијенити своје ставове и понашање. На водитељу је да процијени и унаприједи ниво прихvatљивости тема код учесника и да води активности на такав начин да потпомогне искрена размишљања, али да то у исто вријеме не буде сесија групне терапије. Истовремено, водитељ би требало да буде спреман на могућност да је неким појединцима можда потребно посветити посебну пажњу, а у неким случајевима упутити их на професионалне службе или савјетовање.

Искусни водитељи су кључни дио групног образовног процеса. Прије почетка рада са младим људима од кључне је важности да су водитељи упознати са темама из овог приручника, да имају искуства у раду са младим људима и да имају подршку својих институција/организација и/или других одраслих особа за извођење ових активности. Главна улога водитеља је да креирају отворено и искрено окружење пуно узајамног поштовања, гдје не постоје а приори осуде или критике ставова, језика или понашања младих људи и гдје се млади људи неће осјећати непријатно уколико скрену изван "политички коректног говора" којег у почетку могу користити. С обзиром на то да би могло доћи до конфликтних ситуација неопходно је да водитељи посједују потребне вјештине да интервенишу у таквим ситуацијама и промовишу поштовање различитих мишљења. Коначно, активности треба да буду спроведене у приватном и пријатном простору у којем се млади људи могу слободно кретати. Многи млади људи воле кретање, а то може бити корисно за њихову већу укљученост у активности. Исто тако, младим људима је неопходан висок унос калорија за њихов раст и развој и, када је то могуће, препоручљиво је да буде обезбијеђена ужина за учеснике.

Видео-колекција: "Био једном један дјечак" и "Била једном једна дјевојчица"

Уз овај приручник⁷ долазе два цртана филма, без ријечи, под називом "Био једном један дјечак" (енг. "Once Upon a Boy") и "Била једном једна дјевојчица" ("Once Upon a Girl"). Ови цртани филмови приказују приче о једном дјечаку и једној дјевојчици и изазовима са којима се они суочавају током одрастања. Они се суочавају са друштвеним нормама, насиљем у породици, хомофобијом, сумњама у вези са својом сексуалношћу, својим првим сексуалним искуством, трудноћом, полно преносивим инфекцијама (ППИ) и родитељством. На забаван и пажљив начин ови цртани филмови уводе теме које се обрађују у активностима описаним у овом приручнику. Често смо сматрали корисним да употријебимо цртани филм као увод у активност – како бисмо побудили интересовање код младих људи и процијенили њихове првобитне ставове у погледу различитих питања која се обрађују у овом приручнику.

Наведене цртане филмове можете погледати/преузети са сљедећих интернет страница:

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

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

...суочавају са друштвеним нормама, насиљем у породици, хомофобијом, сумњама у вези са својом сексуалношћу...

Модалитети имплементације часова/радионица

Дизајн Програма Y - Млади омогућава школама и организацијама да током четири године образовања сами планирају и имплементирају активности усмјерене на усавршавање знања и животних вјештина ученика путем обуке на којој ће научити да доносе одлуке које доприносе развоју родне равноправности, подстичу или промовишу здраве животне стилове, подстичу ненасилно понашање подстицањем позитивних интеракција међу младима. Иако сви модули чине цјелину, професори могу комбиновати модуле из различитих области, па чак и користити само један, а то значи да професор има слободу избора модула, редослиједа, а на крају и концепта који ће бити коришћен. Модуларна и интерактивна настава обезбјеђује веће учешће ученика у процесу учења, а предложени процес учења се заснива на принципу "ученик у центру" процеса учења, а предложени процес учења се заснива на принципу „ученик у центру“. Све радионице интегрисане у овом приручнику заснивају се на принципу да је професор/едукатор особа која води радионицу, охрабрује и подстиче учешће ученика користећи педагошке принципе и стандарде.

⁷ — Оба ова цртана филма користе се у овом приручнику уз дозволу Института Промундо, Рио де Жанеиро, Бразил, <http://promundoglobal.org/>

Ученици су важан ресурс и потенцијални савезници у наставном процесу. Њихово активно учешће обезбјеђује да се чује њихов глас, став, мишљење и тренутно размишљање о одређеној теми сваке појединачне радионице. То је разлог зашто су ученици власници резултата радионице; они их обликују, а професори и едукатори их воде у том процесу ка жељеним, структурисаним и дефинисаним закључцима. Иако током радионица ученици уче о одређеним питањима, они су такође директно укључени у анализу понуђених ситуација, они нуде и разговарају о адекватним рјешењима и алтернативама и анализирају закључке прије него што их усвоје. На тај начин ученици анализирају одређене проблеме у више различитих фаза и нуде адекватна рјешења под надзором професора и едукатора/тренера.

С обзиром на то да већина радионица не захтијева посебну инфраструктуру, велики број модула може се примјенити у ваншколском окружењу (паркови, излетишта), што додатно унапређује часове и пружа додатну слободу професорима да осмисле окружење које може позитивно одгово-

рити на тему, област и концепт који примјењују. Максимално трајање радионица је два школска часа, а минимално један школски час у зависности од интересовања ученика. За све заинтересоване едукаторице и едукаторе, који планирају имплементацију едукативних радионица из Програма Y, обезбјеђене су смјернице у вези са трајањем радионица и неопходни материјали, тако да је важно прије извођења сваке сесије консултовати приложена упутства, а она су дио сваке радионице која је дио овог приручника. Одређене сесије захтијевају припрему материјала за учење и они су приложени уз одговарајуће сесије. У том смислу добар професор/едукатор би прије почетка тих сесија требало да копира материјале, јер су они основа за дискусију, алат за учење и ресурс за анализу.

Сви модули су тестирани у средњим школама различитих усмјерења (техничка школа, медицинска школа, спортска гимназија и сл), тако да са сигурношћу можемо закључити да модули могу одговорити интересима и потребама ученика без обзира на школу коју похађају, усмјерење, итд.

Очекивани резултати и исходи учења

Програм Y се заснива на интерактивном приступу који подстиче активно учешће ученика у процесу учења дефинисаних садржаја, али такође, с обзиром на то да је садржај испуњен различитим играма, вјежбама и дискусијама, он мотивише ученике да приступе учењу отворено, активно, уз мале или никакве препреке у њиховом учењу. Учење је захтјеван процес који тражи обучено особље, као и ученике који посједују претходно знање које је основа за даље образовање. Програм Y је осмишљен на начин да га је лако реализовати без посебне обуке, али је посебно важно нагласити да исходи учења не зависе од претходног знања ученика о темама које су дио Програма Y.

Разумијевање и поштовање принципа родне равноправности, нулте толеранције према родно заснованом насиљу, противљење употреби

психоактивних супстанци и усвајање здравих животних стилова су захтјевни задаци за ученике, као и за професоре или едукаторе који желе да подстакну ученике да усвоје наведене облике понашања.

У посљедње двије деценије многе међународне образовне институције препознале су важност и могућност надопуњавања знања и развоја животних вјештина. У том смислу, знање и информације представљају платформу за развој, усвајање и јачање животних вјештина као важних савезника у превенцији насиља и промоцији здравих животних стилова.

Бројни проблеми са којима се суочавају адолесценти током одрастања су резултат интерних и екстерних фактора. У контексту интерних фактора морамо нагласити сљедеће: знање, свијест, оба-

вијештеност и посједовање важне вјештине за доношење одлука. Екстерни фактори су утицај породице, медија, вршњака и других друштвено-културних фактора који утичу на формирање идентитета младе особе, али такође и на вриједности које млада особа усваја у интеракцији са својом околином.

Стога Програм У није алат усмјерен искључиво на образовање и информисање младих људи, већ је то такође тестирана и доказана платформа која нуди конкретне смјернице за професоре, едукаторе, тренере и педагоге о томе како да пруже знања и информације и како да их користе за развој животних вјештина које су кључне компетенције у доношењу здравих и ненасилних одлука.

Програм У, осим упутстава за имплементацију сваке појединачне сесије, нуди пратеће садржаје који омогућавају ученицима да добију све потребне информације из области учења што је важно за његово разумијевање и остварење дефинисаних исхода учења. Различите вјежбе, дискусије, едукативне игре и радионице пружају ученицима потребна знања о оној животној вјештини која ће им помоћи да доносе промишљене одлуке о свом здрављу у будућности без насиља и неједнакости на било који начин. Свеобухватни циљ Програма У је промоција и усвајање здравих животних стилова и ненасилног понашања међу младима оспоравањем родних стереотипа. Холистички приступ на којем се Програм У заснива и дефинише интерактивну методологију која је интегрисана у све активности доприноси реализацији свеобухватног циља кроз јачање знања ученика (когнитивни развој), усвајање нових и јачање постојећих животних вјештина (психомоторни развој) и промјена/усвајање ставова и вриједности (афективни развој).

У ширем контексту учешће у активностима дефинисаним у Програму У помажу ученицима у развоју:

- › Идентитета
- › Емоционалне интелигенције
- › Јачања вјештина интерперсоналне комуникације
- › Преговарачких вјештина
- › Животних вјештина са нагласком на критичко размишљање и доношење одлука
- › Способности за рјешавање проблема
- › Вјештине за рјешавање кризних ситуација
- › Про-друштвених и друштвених компетенција
- › Родно равноправних ставова и вриједности
- › Здравих животних стилова у контексту превенције кориштења психо-активних супстанци и заштите сексуалног и репродуктивног здравља
- › Толерантног односа према другим и "другачијим" људима
- › Самопоуздања
- › Вјештине да се супротстави вршњачком притиску
- › Емпатије

Програм У намијењен је ученицима средњих школа и због тога је цијели тај процес учења подијељен на четири школске године. Сесије међусобно допуњају једна другу и због тога смо дефинисали заједничке циљеве у све четири године, за сваку годину појединачно:

*...циљ Програма
У је промоција и
усвајање здравих
животних стилова
и ненасилног
понашања међу
младима...*

ГОДИНА 1 - РАЗВОЈ ИДЕНТИТЕТА - КО САМ ЈА, КО СИ ТИ?

Прво полугодиште: Идентитет, разум, осјећања, род и родне норме

- Радионица 1: Шта је то што зовемо род?
- Радионица 2: Понашај се као мушкарац, понашај се као жена
- Радионица 3: Изражавање властитих осјећања
- Радионица 4: Шта бих желио/жељела да урадим са својим животом? Како на мене утичу други?
- Радионица 5: Љубавна прича

Друго полугодиште: НАСИЉЕ ЈЕ АУТ! Од насиља до мирне коегзистенције

- Радионица 6: Шта је насиље?
- Радионица 7: Жива будала или мртав херој
- Радионица 8: Схватање циклуса насиља
- Радионица 9: Етикетирање
- Радионица 10: Шта је сексуално насиље?
- Радионица 11: Моћ и односи

Когнитивни исходи:

- › Ученици могу дефинисати род, родне конструкте и везу са родном неравноправношћу
- › Ученици могу процијенити и описати утицаје маскулинитета и феминитета на развој идентитета, понашања и ставова
- › Ученици могу дати примјере негативног утицаја родних норми на исказивање осјећања те су у стању описати на који начин у одређеним околностима могу исказати властите емоције адекватно
- › Ученици могу дати примјере вербализовања осјећања и знају вербализовати властита осјећања
- › Ученици су способни да дају примјере стереотипних ставова и предрасуда који охрабрују насиље
- › Ученици су у могућности да наведу примјере друштвених улога и одговорности заснованих на стереотипним родним подјелама
- › Ученици знају описати утицаје родне неједнакости и крутих друштвених норми на животе и могућности људи
- › Ученици знају описати термине насиље и родно засновано насиље
- › Ученици су способни да процијене и наведу примјере негативних утицаја родних конструката маскулинитета и феминитета на појаву насиља
- › Повећање знања ученика о различитим облицима насиља (вршњачко, родно, сексуално, породично и сајбер)
- › Ученици знају набројати најчешће узроке и посљедице различитих облика (вршњачко, родно, сексуално, породично и сајбер) насиља
- › Ученици знају предвидјети како поједине форме маскулинитета и феминитета доприносе појави вршњачког насиља
- › Ученици знају описати циклус насиља и различите фазе циклуса
- › Ученици су у могућности да предвиде до каквих посљедица доводи индолентан однос према насиљу којем свједоче
- › Ученици знају да не постоје блаже и теже форме насиља и да свако насиље оставља посљедице

Афективни исходи:

- › Ученици ревидирају осуђујуће ставове у вези родних улога и мијењају понашање у складу са новим информацијама и доказима
- › Ученици демонстрирају увјерења о важности достизања већег степена родне једнакости
- › Ученици подржавају индивидуалност у експресији родних идентитета
- › Ученици прихватају индивидуалност у експресији властитих осјећања и осјећања других
- › Ученици показују спремност за кориштењем ненасилне комуникације у рјешавању конфликтних ситуација
- › Ученици се укључују у дискусије са вршњацима заговарајући ненасилну комуникацију као кључну у рјешавању конфликтних ситуација
- › Ученици показују посвећеност постизању већег степена социјалне праведности и социјалне правде
- › Ученици показују емпатију према жртвама насиља и родно заснованог насиља
- › Ученици демонстрирају неосуђујуће ставове током дискусија о социјалним мањинама
- › Ученици се укључују у групне активности које охрабрују ненасилно понашање
- › Ученици показују емпатију према жртвама насиља
- › Ученици знају да не постоје блаже и теже форме насиља и да свако насиље оставља посљедице

Психомоторни исходи:

- › Ученици препознају посљедице дословног придржавања ригидних норми
- › Ученици процјењују како појединачне ригидне родне норме доводе до специфичних проблема у понашању
- › Ученици користе преговарачке вјештине у комуникацији са вршњацима
- › Ученици користе активно слушање током разговора и дискусија са вршњацима
- › Ученици примјењују вјештине критичког размишљања у доношењу закључака и одлука током вођених дискусија и задатака о насиљу и рјешавању конфликтних ситуација
- › Ученици препознају различите емоције (љутња, страх, еуфорија и сл.) саговорника и прилагођавају комуникацију у циљу спречавања настанка конфликта

ГОДИНА 2 – НАСИЉЕ ЈЕ АУТ!

Прво полугодиште: Од насиља до мирне коегзистенције

- Радионица 12: Од насиља до поштовања у интимним везама
- Радионица 13: Мушкарци и насиље
- Радионица 14: Призори забављања
- Радионица 15: Агресивни, пасивни или асертивни (самопоуздани)
- Радионица 16: Преговарачке вјештине
- Радионица 17: Разбијање тишине и тражење помоћи
- Радионица 18: Шта радим кад сам љут/а?

Друго полугодиште: Дроге/алкохол и доношење одлука

- Радионица 19: Шта су дроге?
- Радионица 20: Дроге у нашим животима и заједницама
- Радионица 21: Задовољства и ризици
- Радионица 22: Разговор о алкохолу и алкохолизму
- Радионица 23: Доношење одлука и (зло)употреба супстанци

Когнитивни исходи:

- › Ученици знају набројати најчешће облике насиља у интимним везама
- › Ученици знају објаснити повезаност маскулинитета са појавом насиља
- › Ученици наводе примјере позитивних облика маскулинитета који доводе до родне једнакости у везама и једнакој расподјели моћи у доношењу одлука
- › Ученици знају објаснити разлику између здравих и нездравих пријатељских и интимних односа
- › Ученици аргументовано дискутују о позицији жртве, насилника и свједока насиља те су способни да објасне позицију и могућности сваког од наведених
- › Ученици дефинирају асертивно, агресивно и пасивно понашање
- › Ученици знају објаснити позитивне стране мирног рјешавања конфликтних ситуација
- › Ученици дијеле психоактивне супстанце на легалне и нелегалне и знају објаснити разлоге овакве квалификације
- › Ученици знају објаснити повезаност друштвених норми са употребом психоактивних супстанци те описују посљедице употреба на понашање и доношење одлука
- › Ученици знају описати стратегије преговарања у циљу позитивног ношења са негативним вршњачким притисцима у вези употребе психоактивних супстанци

Афективни исходи:

- › Ученици демонстрирају ставове који рефлектују нулту толеранцију према насиљу у везама
- › Ученици демонстрирају увјерења о индивидуалној и друштвеној одговорности у превенцији насиља кроз ненасилне и родно равноправне ставове и мишљења
- › Ученици (младићи) коригују ставове у вези мушкости те кроз интеракцију са другим ученицима заговарају форме маскулинитета које обесхрабрују употребу насиља као модела рјешавања сукоба и конфликта
- › Ученице (дјевојке) демонстрирају ставове који љубомору и рестрикције дистанцирају од осјећаја љубави и међусобног поштовања
- › Ученици се суосјећају са жртвама вршњачког и родно заснованог насиља и то показују кроз ставове који промовишу ненасилну комуникацију
- › Ученици демонстрирају ставове који подстичу толеранцију, поштовање мањина и других, као и другачијих људи
- › Ученици прилагођавају ставове о употреби алкохола, дувана и дрога у односу на нове информације
- › Ученици демонстрирају ставове који употребу алкохола и дрога интерпретирају као значајан фактор појаве ризичних понашања
- › Ученици избегавају кориштење стереотипних изјава о употреби лакших и тежих дрога и психоактивних супстанци

Психомоторни исходи:

- › Ученици користе препоручене вјештине (мирног и ненасилног рјешавања конфликта или проблема) у контроли емоција
- › Ученици формулишу стратегије супротстављања утицају вршњака на одлуке у употреби психоактивних супстанци
- › Ученици коригују личне ставове о перцепцији употребе психоактивних супстанци као позитивних облика мушкости и женскости
- › Ученици користе препоручене вјештине самоконтроле и смањења бијеса
- › Ученици користе вјештине активног слушања у комуникацији са својим вршњацима
- › Ученици процјењују које су посљедице подложности вршњачким утицајима

ГОДИНА 3 - СЕКСУАЛНОСТ И ЗАШТИТА СЕКСУАЛНОГ И РЕПРОДУКТИВНОГ ЗДРАВЉА И ПРАВА

Прво полугодиште: Сексуално и репродуктивно здравље

- Радионица 24: Брига о себи: мушкарци, жене, род и здравље
- Радионица 25: Здравље младића
- Радионица 26: Тијела мушкараца
- Радионица 27: Тијела жена
- Радионица 28: Хоћу, нећу, хоћу, нећу
- Радионица 29: Ризикујем када...
- Радионица 30: Адолесцентска трудноћа

Друго полугодиште: Полно преносиве инфекције, контрацепција и права

- Радионица 31: Здравље, ППИ и HIV и AIDS
- Радионица 32: Преношење HIV и AIDS-а: у потрази за потписом
- Радионица 33: Контрацепција
- Радионица 34: Шта су сексуална и репродуктивна права?
- Радионица 35: Сексуалне различитости

Когнитивни исходи:

- › Ученици знају описати на који начин васпитање утемељено на ригидним друштвеним нормама доприноси развоју индолентног односа према здрављу и усвајању ставова који су ризични фактор за здравље
- › Ученици знају описати везу хигијенских навика са очувањем здравља
- › Ученици знају побројати органе мушког и женског репродуктивног система те описати њихове функције
- › Ученици могу описати позитивне стране сексуалне апстиненције
- › Ученици знају описати ризике који прате сексуално понашање те дефинисати стратегије умањења или елиминације појединачних ризика
- › Ученици описују негативне стране адолесцентне трудноће
- › Ученици знају набројати најчешће полно преносиве инфекције те њихове посљедице на здравље
- › Ученици дефинишу механизме преноса појединачних полно преносивих инфекција укључујући HIV те знају објаснити које су методе заштите ефикасне у заштити појединачних инфекција
- › Ученици знају разлику између модерних и традиционалних метода контрацепције те могу набројати најчешће методе и описати механизме заштите
- › Ученици знају разлику између двојне заштите (контекст полно преносивих инфекција и непланиране трудноће) и контрацепције (непланирана трудноћа)
- › Ученици знају набројати сексуална и репродуктивна права те објаснити значај ових права у контексту заштите здравља
- › Ученици су упознати са сексуалним различитостима

Афективни исходи:

- › Ученици идентификују лажне и привидне друштвене норме о сексуалности
- › Ученици демонстрирају ставове који рефлектују њихову способност да дефинишу повезаност употребе психоактивних супстанци са ризичним сексуалним понашањима
- › Ученици су свјесни да сви млади људи нису сексуално активни
- › Ученици прихватају апстиненцију као позитиван избор
- › Ученици се активно укључују у дискусије о утицају ригидних друштвених норми на формирање ставова о сексуалном и репродуктивном здрављу и правима, промовишући позитивне друштвене вриједности и родну једнакост
- › Ученици показују спремност за кориштењем преговарачких вјештина у формирању одлуке о њиховом сексуалном и репродуктивном здрављу
- › Ученици прихватају различитости и демонстрирају толерантне ставове према другима и другачијима
- › Ученици прихватају предложене инструкције о очувању сексуалног и репродуктивног здравља као стратегију очувања генералног здравља
- › Ученици прихватају сексуално и репродуктивно здравље као важан сегмент цјелокупног здравља
- › Ученици демонстрирају родно равноправне ставове у вези односа међу људима, посебно у контексту преговарање и доношења одлука о сексуалном и репродуктивном здрављу и правима

Психомоторни исходи:

- › Ученици користе предложене преговарачке вјештине у разговору са својим вршњацима
- › Ученици користе вјештине активног слушања у комуникацији са својим вршњацима
- › Ученици процјењују које су посљедице подложности вршњачким утицајима у контексту сексуалног и репродуктивног здравља
- › Ученици демонстрирају неосуђујуће ставове у вези сексуалног и репродуктивног здравља и права
- › Ученици користе вјештине супротстављања негативним вршњачким утицајима у вези сексуалног и репродуктивног здравља и права
- › Ученици у процесу доношења одлука, критички размишљају о коначном исходу сваке појединачне одлуке те могу идентификовати потенцијалне ризике и посљедице

ГОДИНА 4 - РОДИТЕЉИ 21. ВИЈЕКА

Прво полугодиште: Очинство и мајчинство

Радионица 36: Како то мислиш?

Радионица 37: Мушкарци као старатељи

Радионица 38: Трудноћа...да или не? Бити мајка

Радионица 39: Све у исто вријеме

Радионица 40: Шта је посао жене?

Когнитивни исходи:

- › Ученици описују разлику између одговорног и неодговорног родитељства
- › Ученици знају објаснити значај укључености оба родитеља у васпитање и рад са дјецом
- › Ученици су способни да опишу како родна социјализација утиче на перцепцију улоге очеве и мајки у ваППИтању дјеце
- › Ученици знају објаснити какву корист има дијете уколико је у васпитање активно и подједнако укључен отац
- › Ученици интегришу нове информације у формирању ставова о одговорном родитељству и специфичним улогама мајки и очеве у планирању породице и васпитању
- › Ученици процјењују и описују какве су посљедице неравноправне улоге жена у васпитању у односу на дјецу и породицу
- › Ученици знају објаснити које су посљедице малољетничке трудноће на здравље, образовање, економски статус и квалитет живота
- › Ученици идентификују друштвене неједнакости и посљедице истих на породицу, права жена и благостање дјеце

Афективни исходи:

- › Ученици демонстрирају родно равноправне ставове у погледу старатељства и промовисање већег учешћа младих људи у старатељству у својим домовима, везама и заједницама
- › Ученици прихватају једнаку одговорност младића и дјевојака у спречавању непланиране трудноће и планирању породице
- › Ученици учествују у кућанским пословима супростављајући се ригидним друштвеним нормама и улогама
- › Ученици демонстрирају родно равноправне ставове о улогама и одговорностима мушкараца и жена у васпитању и бризи о дјечи
- › Ученици модификују властите ставове о улози мушкараца као старатеља, сходно новим информацијама и доказима
- › Ученици мијењају ставове о улози жене у ширем друштвеном контексту (у кући, у породици и друштву)
- › Ученици демонстрирају посвећеност постизању већег степена родне равноправности кроз експресију родно равноправних ставова и вриједности

Психомоторни исходи:

- › Ученици користе предложене преговарачке вјештине у разговору са својим вршњацима о питањима равноправне и једнаке улоге очеве и мајки у планирању породице и васпитању дјеце
- › Ученици користе вјештине активног слушања у комуникацији са својим вршњацима
- › Ученици прилагођавају своје понашање новим информацијама о важности активног укључивања мушкараца у обављање кућанских послова
- › Ученици интегришу нове информације у ставове и користе родно равноправне аргументе у дискусијама са вршњацима о улози мушкараца у бризи и васпитању дјеце
- › Ученици показују емпатију према женама које су жртве родне неједнакости и насиља у породици

Такође, Програм У оснажује младе људе да самостално уђу у свијет одраслих, потпуно информисани и спремни за бројне изазове и могућности које их очекују. Кроз рад са младићима и дјевојкама, Програм У покушава да охрабри младиће да активно учествују у стварању друштва које промовише принципе једнакости и заговара њихову интеграцију у различите друштвене димензије. Посебно је важно нагласити да Програм У оснажује дјевојке које се суочавају са теретом друштвене неједнакости (које носе тежак терет) у остваривању различитих права и могућности да имају једнака права као и мушкарци.

Оснажене дјевојке...

- › Охрабрују се да активно размишљају о будућности;
- › Самостално доносе одлуке о свом тијелу, здрављу и сексуалности;
- › Контролишу приходе и личне ресурсе;
- › Самостално доносе одлуке о образовању;
- › Имају могућност да користе своје слободно вријеме;
- › Користе здравствене услуге;
- › Писмене су;
- › Говоре у јавности;
- › Свјесне су родних неједнакости и како оне утичу на животе жена и мушкараца;
- › Знају о људским правима;
- › Могу идентификовати културолошке и медијске утицаје који поткопавају осјећање жена о себи самима;
- › У стању су да кажу "не" нежељеном сексуалном односу;
- › Препознају своје личне способности;
- › Вјерују да мушкарац нема право да изврши насиље над њима;
- › Предузимају акцију ако мушкарац изврши насиље над њима;
- › Препознају и испољавају потребе и емоције;
- › Свјесне су посљедица употребе и злоупотребе дрога;
- › Дијеле кућне одговорности и одговорности у вези са бригом о дјечи са својим партнерима;
- › Свјесне су конкретних закона који утичу на животе жена;
- › Имају групе за подршку женама;
- › Имају приступ позитивним женским узорима.

У контексту методологије Програма У очекивани резултати сљедећих животних вјештина предмет су развоја кроз све специфичне модуле:

КОГНИТИВНЕ ВЈЕШТИНЕ

Промишљен развој и усвајање нових знања омогућава ученицима да критички анализирају одређене норме, традиције и понашања и да самостално доносе промишљене одлуке. Когнитивне вјештине омогућавају младим људима да користе знање које су стекли у формирању својих ставова и вриједности и да процијене како неки поступак доводи до позитивних или мање позитивних резултата. Когнитивне вјештине су најважније вјештине, које су у фокусу свих модула који су заступљени у Програму У. Оне такође омогућавају ученицима да посматрају одређене ситуације са разумијевањем и да на основу знања и информација које имају формирају закључке

Програм У оснажује младе људе да самостално уђу у свијет одраслих, потпуно информисани и спремни за бројне изазове и могућности које их очекују.

који су важан фактор у доношењу одлука. Дакле, млади људи се прилагођавају и провјеравају информације путем Програма У, подстиче се њихов позитиван когнитивни развој, како би се млада особа обучила да се лакше суочи или бори са проблемима свакодневног живота. Когнитивне вјештине помажу младим људима да разумију који облици понашања могу довести до одређених проблема и како да их превазиђу. У контексту развоја когнитивних вјештина Програм У посебно доприноси развоју критичког размишљања као основе за доношење одлука.

АФЕКТИВНЕ ВЈЕШТИНЕ

Оне омогућавају младим људима да упознају сами себе, да препознају и разумију проблеме других људи и да показују више саосјећања према људима око себе. Адоlescенција је доба емоционалног сазријевања тако да афективне вјештине помажу у том развоју, помажу младим људима да лакше контролишу одређена осјећања и развију повјерење у сопствене способности и одлуке које доносе. Посебно је важно да вјерују у сопствене одлуке током периода адоlescенције, јер током овог времена млади људи су посебно осјетљиви на вршњачки и друге врсте притисака који могу бити окидач за развој различитих облика ризичног понашања. Афективне вјештине јачају младе људе да се адекватно боре против њих.

ДРУШТВЕНЕ ВЈЕШТИНЕ

Људи су друштвена бића која се развијају заједно са окружењем око њих, са нормама, навикама, медијима, итд. тако да је лако закључити да друштвене тј. психосоцијалне вјештине помажу младим људима да препознају негативне друштвене утицаје и науче како да им се ефикасно супротставе. Негативни вршњачки притисак је најизраженији фактор који утиче на доношење одлука и на ставове, тако да су асертивност, емпатија, изражавање сопствених жеља, очекивања и потреба важна поља у развоју личности код адоlescената која помажу младим људима да се суоче са њима.

Потребно је нагласити да Програм У доприноси здравственом описмењавању адоlescентске популације путем јачања когнитивних, афективних и друштвених вјештина и то је важан фактор за заштиту њиховог здравља. Свјетска здравствена организација (СЗО) дефинише здравствену писменост као когнитивне и друштвене вјештине које одређују мотивацију и способност појединаца да добију приступ, разумију и користе информације на начин који промовише и одржава добро здравље.

Програм У подстиче младе људе да преиспитају сопствене ставове и вриједности и да упознају свијет у којем живе са свим његовим сложеностима, могућностима и ризицима који зависе од одлука које су донијели или ће донијети у будућности кроз различите вјежбе, дискусије, анализе случаја и друге интерактивне вјежбе. Развој осјећања власништва над сопственом будућношћу подстиче осјећање одговорности и ако понудимо младим људима потребне вјештине и знања, сигурни смо да ће одлуке које доносе бити одговорне и позитивне.

Програм У доприноси здравственом описмењавању адоlescентске популације путем јачања когнитивних, афективних и друштвених вјештина...

—
**ПО
ГЛА
ВЉЕ**
—

2

Програм У –
практични алати

Година 1:

Развој идентитета – Ко сам ја, ко си ти?

Прво полугодиште:
Идентитет, разум, осјећања,
род и родне норме

РОД, ОСНАЖИВАЊЕ И ЉУДСКА ПРАВА

Ово прво поглавље садржи активности које подстичу колективно размишљање о основним темама у овом приручнику, укључујући и то како друштвена конструкција рода утиче на животе младића и дјевојака и других, однос између рода и моћи, и концепте равноправности, оснаживања и људских права.

Род, друштвена конструкција

Од раног дјетињства дјечаци и дјевојчице развијају снажна осјећања за различите начине који се од њих очекују у понашању и у односима једних према другима. Дјевојчице могу научити да су цијењене према свом изгледу и послушности, а не према њиховом мишљењу или независности. Дјечаци, са друге стране, могу научити да "прави" мушкарци увијек морају бити јаки и држати све под контролом. Ови идеали о томе како мушкарци и жене треба да се понашају називају се родне норме и оне се уче од мушкараца и жена, породице, вршњака, медија и заједнице кроз процес који се назива социјализација.

Питање рода је кључно за разумијевање рањивости младих људи, посебно у погледу сексуалности и здравља. У многим срединама, строге социокултуролошке норме доминирају у дискусијама о сексуалности дјевојака, посебно у вези са невиношћу прије брака и бројем сексуалних партнера (Weiss i Gupta, 1998). Пубертет може скренути значајну пажњу на способност дјевојака за репродукцију и у неким културама може указивати на период веће социјалне искључености, већа пажња се посвећује кретању изван куће и заштити од дјечака (Mensch et al., 1998). Код младића, с друге стране, сексуално искуство је често повезано са иницијацијом у мушкост и оно међу вршњацима може бити посматрано као примјер сексуалне способности или остварења, а не као чин интимности (Marsiglio, 1988; Nzioka, 2001). Док се родне норме могу разликовати у различи-

тим културолошким срединама, слични обрасци обликују приступ жена и мушкараца економским и социјалним ресурсима и њихову моћ одлучивања широм свијета (Mathur i Rao Gupta, 2004). У већини средина мушкарци су одговорни за продуктивне активности изван куће (нпр. плаћени рад), док су жене одговорне за репродуктивне и продуктивне активности у кући (нпр. брига о дјеци и кућним пословима). Чињеница да жене углавном имају слабији приступ и мању контролу над продуктивним ресурсима ограничава њихову моћ доношења одлука у јавној, као и у приватној сфери. Заиста, истраживање је показало да жене у ситуацијама економске немоћи имају мање шансе да успјешно преговарају о сигурном сексу, прекину везу за коју сматрају да је ризична, или се обрате званичним службама подршке (Heise i Elia, , 1995; Weiss i Gupta, 1998). На овај начин, шире друштвене, политичке и економске неједнакости између жена и мушкараца су неодвојиве од рањивости са којима се жене суочавају у свакодневном животу и интимним везама.

Основни појмови

Пол – односи се на биолошке атрибуте и карактеристике које идентификују одређену особу као мушко или женско.

Сексуалност – Односи се на изражавање наших осјећања, мисли и понашања као мушкараца или жена. То укључује наша осјећања привлачности, заљубљености и понашања у интимним везама.

Род – Односи се на друштвено конструисане разлике и неједнакости између мушкараца и жена (на примјер, како они треба да се облаче и понашају). Ове идеје и очекивања су научени у породицама, преко пријатеља, вјерских и културних институција, школа, на радним мјестима и путем медија.

Род и дјевојке

Код дјевојака сложени ефекти рода и узраста могу додатно појачати неравноправну динамику моћи и рањивости које оне доживљавају. Узраст, као и род, може се посматрати као социјални маркер који неједнако расподјељује моћ између младих и одраслих. Као резултат тога, млади људи, а нарочито дјевојке, често имају ограничен приступ здравственим информацијама и услугама, економским могућностима, политичким/друштвеним мрежама и другим ресурсима потребним да се у потпуности обезбиједи њихово здравље и развој (Mathur и Rao Gupta, 2004). Посљедице овог ограниченог приступа се огледају у чињеници да су водећи узроци преране смрти међу женама – укључујући смртност мајки, HIV и AIDS, рак плућа и болести срца – повезани са искуствима и понашањима која често почињу током адолесценције (NCRW, 1998; UNFPA, 2005). Иако је нагласак овог приручника на конструкцији родних норми и њиховом утицају на здравље и рањивости дјевојака, важно је препознати да су дјевојке вишедимензионалне особе са различитим погледима и потребама. Понашање дјевојка је под утицајем не само рода, већ такође и интеракција рода са другим аспектима њиховог идентитета, укључујући расу, етничку припадност, друштвену класу и сексуалну оријентацију (NCRW, 1998). Не само да многи аспекти родног идентитета жена ограничавају дјевојке и излажу их ризику, већ се понекад други идентитети могу показати још више ограничавајућим за приступ дјевојака ресурсима који би могли побољшати њихове услове живота и здравље. На примјер, мања је вјероватноћа да ће нека дјевојка са ниским приходима имати приступ одговарајућој здравственој и неонаталној брзи од богате жене, чиме су повећане шансе за нарушавање здравља ње и/или њеног дјетета.

Промовисање оснаживања, права и здравља дјевојака

Оснаживање жена може се дефинисати као процес у којем жене стичу знања, ресурсе, вјештине и могућности да доносе одлуке о свом тијелу, здрављу, тежњама, сексуалности, времену и ин-

тересовањима. То је сложен и вишеслојан процес који обично захтијева промјене и подршку на различитим нивоима, од интерперсоналног и нивоа појединца, до макро нивоа јавних политика и друштвених норми.

Овај процес укључује три димензије:

Индивидуална: односи се на препознавање и описивање наших унутрашњих моћи, затим њихово ширење и оживљавање као ресурса самих по себи.

Блиски односи: састоје се од развијања способности за стварање, преговарање и утицај на наше блиске односе са другима, укључујући и доношење одлука о томе гдје, када и на који начин ће се ти односи развијати.

Колективна димензија: односи на мобилизацију и оснаживање групе људи, као што су жене.

Индивидуално оснаживање не може постојати без колективног родног оснаживања у друштву као цјелини. Групне едукативне активности у овом приручнику се посебно фокусирају на индивидуални и интерперсонални ниво путем: подизања свијести код младих људи о родним неједнакостима, правима и здрављу; подстицања дјевојака да активно размишљају о својој будућности; обезбјеђивања простора да изграде позитивне вршњачке мреже; промовисања знања о институцијама које пружају подршку и њиховом приступу; обезбјеђивања простора да изразе своја мишљења и да се чује њихов глас; и пружања помоћи да развију вјештине које су потребне да дјелују на оснаженији начин. Док су ово свакако значајни кораци ка оснаживању дјевојака, они нису довољни уколико дјевојке немају објективна средства – слободу кретања и приступ услугама – да стварно оспоравају рестриктивне социокултуролошке норме у њиховим животима, односима и заједницама. Стога је важно да се истовремено спроводе широко распрострањени напори, од мобилизације на нивоу заједнице до заговарања законодавства заснованог на једнакости, како би били прева-

зиђени структурални и други фактори окружења који стварају рањивости засноване на роду код дјевојака и који ометају њихово оснаживање.

Дискусија о оснаживању дјевојака подразумијева признање њихове моћи и права да доносе одлуке у оквиру своје територије: њихово тијело; њихова сексуалност; њихово вријеме, посао, и ресурси.

Овај аспект моћи је схваћен као способност самоочувања и развоја. Легитимно је и неопходно да се ми, као жене, оснажимо; да развијамо и препознамо наше капацитете, таленте и способности да доносимо одлуке о својим животима; и да имамо приступ и контролу над нашим новцем и ресурсима. Изузетно је важно да подстакнемо поштовање и прихватање нас самих, почевши са откривањем наших склоности, што води ка индивидуалној и колективној тежњи за изградњом нових женских идентитета у којима су способности и ставови који могу трансформисати социокултуролошке, политичке и економске реалности омогућене - то јест, почевши од позитивне визије моћи (Scott, 1990).

Права жена

Право жена да гласају на различит начин се развијало у земљама широм свијета – у неким земљама оно је на почетку дато само неким женама (у зависности од њихове расе, богатства или друштвеног статуса...), у другим универзално право гласа је дато мушкарцима и женама у исто вријеме. Оно се такође није развило у исто вријеме свугдје – први пут се појављује у Шведској 1718. године (да би касније било одузето, а након тога поново уведено), док се у другим земљама појављује готово три вијека касније. Током 20. вијека у већини земаља свијета остварено је универзално право гласа за жене, а са уласком у 21. вијек ова листа је комплетирана. Међутим, само зато што је женама правно и формално дозвољено да гласају, не значи да у свим земљама жене имају могућност да остваре то право.

На Балкану, жене у СФР Југославији оствариле су право да гласају 1945. године.

Борба за права жена кроз историју водила се ради остваривања неких од најосновнијих права

као што су: право да буду признате као грађани, право да се слободно крећу, право на приватну својину и богатство, право на образовање, право на избор било ког занимања, право да не буду присиљене на брак, право да бирају супружника, право на развод, право да у случају развода могу да задрже своју дјецу, право да не буду злостављане, итд. Коначни циљ је да жене имају иста права и могућности као и мушкарци и да се суд о њима не доноси на основу рода и пола, већ на основу њихових способности.

Међутим, у већини дијелова свијета, укључујући и балкански регион, жене се генерално још не третирају једнако. У цијелој Европи статистике показују да су жене и даље слабије плаћене за исте послове, да немају једнак приступ позицијама моћи и да имају мање шансе за запошлење било због њиховог рода или зато што имају или би могле планирати породицу. Жене су још рањиве на насиље у породици и злостављање... Еволуција права жена је дала женама могућност да имају занимање и да раде изван куће, али није драматично промијенила њихову родну улогу у кући у којој се још очекује да оне ураде већину кућних послова, да кувају и да буду примарни старатељи дјеце. Да не спомињемо да се жене и даље често доживљавају као "слабији" пол.

Рад са младићима на пружању подршке оснаживању дјевојака

Пројекат Иницијатива младића је мултикомпонентна интервенција, која је представљена у ригорозним квазиексперименталним студијама евалуације да промовише родно-равноправније ставове и понашања дјечака и младића у различитим окружењима. Он укључује образовни курикулум намијењен за рад у групи и активности друштвене кампање "Буди мушко".

Конкретно, активности пројекта Иницијатива младића настоје да подстакну младиће да дјелују на сљедеће начине:

- › да теже везама са женама заснованим на једнакости и интимности, а не на сексуалним освајањима. То укључује вјеровање да мушкарци и жене имају једнака права и да жене такође имају сексуалну жељу и 'право' на сексуални избор као и мушкарци;



- › да теже ка томе да буду укључени очеви, што значи да вјерују да би требало да преузму финансијску одговорност и барем неку одговорност за бригу о дјечи;
- › да преузму одговорност за питања репродуктивног здравља и превенцију болести. То укључује преузимање иницијативе да се разговара о репродуктивно-здравственим питањима са својим партнером, користе кондоми или помаже свом партнеру у набављању или кориштењу контрацептивних средстава;
- › да се супротставе насиљу над женама. То може укључивати младиће који су били физички насилни према својој партнерки у прошлости, али који тренутно вјерују да насиље над женама није прихватљиво понашање.

Такође, један од кључних елемената активности у овом приручнику је да дјевојке преиспитају круте и неравноправне стереотипе о маскулинитету и како они утичу на животе и односе жена и мушкараца. Често се каже да су мајке које подижу синове, као и супруге и дјевојке које толеришу и слушају мушкарце одговорне за мачизам. Међутим, морамо признати да родне норме изграђују и оснажују и жене и мушкарци, и те жене често имају ограничену моћ и приступ потребним ресурсима да промијене своје друштвене, економске и културолошке контексте. И поред тога, кроз образовни и рефлексивни процес, жене (као и мушкарци) могу допринијети промоцији родне једнакости постајући свјесније репресивних увјерења и очекивања унутар својих веза и тежећи ка томе да их не јачају или репродукују. У том контексту, ове образовне активности подстичу жене да помогну у изградњи и јачању позитивних идеала маскулинитета код мушкараца у свом животу и заједници и да их ангажују као савезнике у промоцији оснаживања жена и родне равноправности.

Интегрисањем два приручника: Рад са младићима и Рад са дјевојкама успјели смо да креирамо скуп алата за укључивање односног појма рода у програме намијењене за рад са младим људима и сензибилизацију и оснаживање младих људи за постизање родне једнакости.



Права жена и родна равноправност

Током историје многе жене и покрети су оспоравали неједнакости између жена и мушкараца. Током више од 200 година након што је активисткиња Олумпе де Гоугес погубљена на гиљотини због тога што је написала Декларацију о правима жене и грађанке, свијет је видио бројне напретке у правима жена, од права да гласају у већини земаља до бољих услова живота и рада. Конвенција о елиминисању свих облика дискриминације жена (CEDAW), коју је 1979. године усвојила Генерална скупштина УН, се често описује као међународна повеља о правима жена. Сачињена од преамбуле и 30 чланова, она дефинише које радње представљају дискриминацију жена и поставља агенду за националну акцију за окончање такве дискриминације. Ова конвенција дефинише дискриминацију жена као "... сваку разлику, искључење или ограничење у погледу пола, што има за последицу или циљ да угрози или онемогући признање, остварење или вршење од стране жена, људских права и основних слобода на политичком, економском, друштвеном, културном, грађанском или другом пољу, без обзира на њихово брачно стање, на основу равноправности мушкараца и жена".

Међународна конференција о популацији и развоју, одржана 1994. године у Каиру и Четврта свјетска конференција о женама одржана 1995. године у Пекингу, представљају прекретнице у покрету за промоцију здравља и права жена, нарочито сексуалног и репродуктивног здравља и права. Један од главних циљева састанка у Пекингу био је јачање превентивних програма који промовишу здравље жена, дајући приоритет формалним и неформалним образовним програмима који подржавају жене и дају им прилику да стекну знања, доносе одлуке и преузму одговорност за сопствено здравље.

Конференције у Каиру и Пекингу такође су истакле потребу да се мушкарци укључе у напоре за побољшање статуса жена и дјевојака. ICPD Програм акције, на примјер, настоји да "промовише родну равноправност у свим сферама живота, укључујући породични живот и живот у заједници, и да подстакне и оспособи мушкарце да преузму одговорност за своје сексуално и репродуктивно понашање и њихове друштвене и породичне улоге" (UNFPA, 1994). Заиста, промјена је могућа само ако се род посматра као односни појам, а мушкарци као и жене су ангажовани на промоцији оснаживања жена и родне једнакости.

Перспектива мушкараца

Преглед

Дискусије о емоционалном и менталном здрављу младића из социокултуролошке перспективе је тешко пронаћи. У ствари, генерални приступ емоционалном и менталном здрављу је из биолошког угла посматрања са фокусом на мањи број проблема умјесто примјене свеобухватног или холистичког приступа. Овај дио ћемо користити за дискусију о начину на који социјализација ових дјечака утиче на њихово укупно емоционално и ментално здравље и за преглед питања у вези са злоупотребом супстанци и самоубиства.

Оквир 1: Шта је емоционално и ментално здравље?

Према Свјетској здравственој организацији (СЗО), ментално здравље је "стање благостања у којем појединац остварује сопствене способности, може се носити са стресом свакодневног живота, може радити продуктивно и може допринијети својој заједници." У својој суштини, ова дефиниција такође обухвата и емоционално благостање – заиста, изражавање сопствених осјећања не посматра се само као знак доброг менталног здравља, већ се такође веома препоручује с циљем промовисања менталног здравља.

Оквир 2: Осјећања, род и младићи

Као и код других аспеката њиховог живота и здравља, родне норме утичу на емоционално и ментално здравље младића. На примјер, друштвена очекивања која заступају идеју да "прави мушкарци" морају бити "чврсти" и "храбри" могу довести до тога да младићи скривају свој страх, тугу, па чак и љубазност, и да не траже помоћ онда када им је потребна. Порицање или потискивање напетости, као и потешкоћа да се разговара о осјећањима која су са њима повезана, могу заузврат да доведу до употребе супстанци, укључујући и алкохол, као одбрамбени механизам. Поред своје улоге у суочавању са стресним ситуацијама, употреба супстанци може се такође посматрати као средство за доказивање нечије мушкости или уклапање у вршњачку групу.

Истраживања су показала да способност да се схвати и изрази емоционални стрес на ненасилан начин представља заштитни фактор против разних здравствених и развојних проблема. Дакле, младићи су рањиви када се осјећају ограниченима да изразе осјећања повезана са неповољним околностима и стресним догађајима у свом животу.

ОКВИР

3.

Оквир 3: Резиме

Као и код других аспеката њиховог живота и здравља, родне норме утичу на емоционално и ментално здравље младића. На примјер, друштвена очекивања која заступају идеју да "прави мушкарци" морају бити "чврсти" и "храбри" могу довести до тога да младићи скривају свој страх, тугу, па чак и љубазност, и да не траже помоћ онда када им је потребна. Порицање или потискивање напетости, као и потешкоћа да се разговара о осјећањима која су са њима повезана, могу заузврат да доведу до употребе супстанци, укључујући и алкохол, као одбрамбени механизам.

Глобално, постоји већа вјероватноћа да ће младићи пушити, пити и користити друге супстанце него дјевојке. Оваква понашања, генерално, су дио констелације ризичних понашања мушкараца и повезана су са разним другим проблемима који се, такође, чешће повезују са младићима, од учествовања у саобраћајним незгодама до употребе насиља.

ОКВИР

1.

ОКВИР

2.

Радионице

Радионица 1: Шта је то што зовемо род?

Циљ:

Схватити разлике између пола и рода и размислити о томе како родне норме утичу на животе и односе жена и мушкараца.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир, самољепљива трака и маркери.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Прије извођења ове активности важно је да водитељ разумије разлике између пола и рода. Овдје смо навели опште дефиниције, али предлажемо да водитељ прочита увод у овај приручник ради бољег разумевања. Пол је биолошки – то јест, рађамо се са мушким или женским репродуктивним органима и хормонима. Род представља начин на који смо социјализовани – то јест, како се ставови, понашање и очекивања формирају на основу онога шта друштво повезује са женама или мушкарцима. Ове карактеристике се могу научити од чланова породице, пријатеља, културних и вјерских институција и на радном мјесту. Неки учесници могу мијешати род са сексуалном оријентацијом. Важно је појаснити да је род социокултуролошки конструкт према којем се одређени ставови и понашања приписују појединцима на основу њихових физичких и хормоналних атрибута. Сексуална оријентација, с друге стране, је осјећање да се можете романтично и сексуално повезати према некоме супротног пола (хетеросексуална), истог пола (хомосексуална), или особама оба пола (бисексуална). Независно од нечије сексуалне оријентације, сваки појединац је под утицајем друштвених очекивања заснованих на њиховом полу.

За вријеме дискусије водитељ би требало да буде опрезан да не изражава екстремне ставове и да се чини као да је она/он против учешћа жена/мушкараца у некој активности или понашању повезаним са њиховим традиционалним родним улогама. Циљ дискусије је да се дође до закључка да свако треба да има стварни избор у животу – нпр. прихватљиво је да жена буде домаћица све док је то њен избор, а не нешто што јој намећу родне улоге, породица или друштво, и да се она осјећа оснажено да доноси одлуке за себе; тај избор је важан за појединца и његово/њено испуњење и срећу. Средина која гледа на своје чланове само кроз родне улоге је друштво у којем су сви ограничени очекивањима других људи.

У већини друштава родне улоге се виде као нешто фиксно, "природно" и једина опција. Када објашњавате и разговарате о роду покушајте да дате примјере обичаја који се сматрају "нормалним" и за које се чини да су уклесани у камену за жене и мушкарце, да нису само социјални конструкти, већ ствари које су релативне и често се мијењају кроз историју.

На примјер, одјећа
Високе пете – у неким тренуцима у историји

носили су их мушкарци који су припадали вишим класама, Луј XIV вјероватно је био један од највећих колекционара високих пета.

Роза за дјевојчице и плаво за дјечаке је такође родна норма новијег датума – од почетка 20. вијека компаније које су производиле одјећу за бебе наметнуле су разлику код одјеће за бебе (роза за дјевојчице, плаво за дјечаке) да би могле продавати више. Прије тога, у једном тренутку у САД је било чак обрнуто – роза боја је била за дјечаке, а плава за дјевојчице – јер је плава сматрана њежнијом бојом!

Хаљине и сукње за мушкарце – мушкарац који хода улицом у нашем региону у хаљини или сукњи било које врсте ће добити негативне коментаре, можда ће га чак и напасти што није "мушкарац" или због његове претпостављене сексуалности. Ти исти људи обично немају проблем што свештеници носе одоре или "хаљине" које носе мушкарци у неким дијеловима свијета (нпр. Индија), или сукње (килтови у Шкотској).

Такође је важно да род и пол нису представљени као крути или дихотомни (двојни) идентитети. Током активности водитељ би можда желио да разговара о томе како се трансродне и транссексуалне особе не уклапају у ове традиционалне родне и полне категорије. Трансродне особе не идентификују се са родом који им се приписује по рођењу, попут појединца који је рођен као женска особа, али се идентификује као мушка особа. Транссексуалне особе су оне особе које су се одлучиле на медицински прелазак на род који им боље одговара. Интерсексуалне особе (такође познате као хермафродити) су особе рођене са дјелимично или у потпуности развијеним паром женских и мушких полних органа.

ПРОЦЕДУРА:

1. Нацртајте двије колоне на флипчарт папиру (или користите два велика листа папира).
2. У првој колони напишите "жена." У другој колони напишите "мушкарац."
3. Замолите учеснике да размисле о ријечима и фразама које се повезују са појмом "жене". Напишите их у прву колону онако како их они наводе. Одговори могу бити позитивни или негативни. Помозите учесницима да наведу и друштвене и биолошке карактеристике.
4. Поновите исти корак за колону "мушкарац."
5. Кратко прегледајте неке од карактеристика које су наведене у свакој колони.
6. Замијените наслове колона стављајући ознаку "жена" умјесто "мушкарац" и обрнуто. Питајте учеснике да ли би се карактеристике наведене за жене могле приписати мушкарцима и обрнуто.

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК: Како бисте нагласили разлику између пола и рода можда бисте могли припремити слике мушкараца и жена које одражавају примјере биолошких (полних) и друштвених (родних) улога. Оне би могле укључивати: жену која пере суђе (род); жену која доји (пол); и мушкарца који поправља аутомобил или који је у лову (род).

- Искористите сљедећа питања како бисте започели расправу о карактеристикама за које учесници не мисле да се могу приписати и мушкарцима и женама, и зашто. Међутим, као што је већ речено, важно је да ове категорије пола и рода нису представљене као круте или строго дихотомне.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Шта то значи бити жена?
- Шта то значи бити мушкарац?
- Да ли мислите да су мушкарци и жене одгојени на исти начин? Зашто да или зашто не?
- Које карактеристике које се приписују женама и мушкарцима наше друштво вреднује као позитивне или негативне?
- Како би било жени да преузме родне карактеристике традиционално повезане са мушкарцима?
- Да ли би то било тешко или лако? Како би било мушкарцима да преузму родне карактеристике традиционално додијељене женама?
- Како наше породице и пријатељи утичу на наше идеје о томе како жене и мушкарци треба да изгледају и како треба да се понашају?
- Да ли се дјечацима и дјевојчицама дају исте играчке? Зашто?
- Како медији (телевизија, часописи, радио, итд) утичу на наше идеје о томе како жене и мушкарци треба да изгледају и како треба да се понашају?
- Да ли постоји веза између рода и моћи? Објасните.
- На који начин ова различита очекивања о томе како жене и мушкарци треба да изгледају и да се понашају, утичу на ваш свакодневни живот? На ваш однос са породицом? На ваш однос са интимним партнерима?
- Како можете, у својим животима, да оспорите неке од негативних или неправедних начина који се очекује у понашању мушкараца? Како можете да оспорите неке од негативних или неправедних начина који се очекују у понашању жена?
- Шта смо научили у овој активности? Постоји ли нешто што можемо да примијенимо на сопствене животе или односе?

ЗАВРШЕТАК:

односе једни према другима. Важно је разумјети да, иако постоје разлике између мушкараца и жена, многе од ових разлика је конструисало само друштво и оне нису саставни дио њихове природе или биолошког склопа. Упркос томе, ове разлике могу имати фундаменталан утицај на свакодневне животе мушкараца и жена и њихове односе. На примјер, од мушкараца се често очекује да буде јак и доминантан у својим односима са другима, укључујући ту и односе са његовим интимним партнерима. Истовремено,

од жене се често очекује да буде покорна ауторитету мушкараца. Многи од ових крутих родних стереотипа имају посљедице и по мушкарце и по жене, о чему ћемо дискутовати током ових радионица. Како постајемо све више свјесни тога на који начин родни стереотипи могу негативно утицати на наше животе и заједнице, можемо конструктивно размишљати о томе како да их оспоримо и промовишемо позитивније родне улоге и односе у нашим животима и заједницама.

ВЕЗА – ЦРТАНИ ФИЛМОВИ

У цртаним филмовима Била једном једна дјевојчица (Once Upon a Girl) и Био једном један дјечак (Once Upon A Boy) идентификују и разговарају о разликама у томе како се очекује да ће главни женски лик и њен брат да се понашају и како се ове разлике односе према родним улогама.

Наведене цртане филмове можете погледати/преузети са сљедећих интернет страница:

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

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

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

Пол – Односи се на биолошке атрибуте и карактеристике које идентификују одређену особу као мушко или женско.

Сексуалност – Односи се на изражавање наших осјећања, мисли и понашања као мушкараца или жена. То укључује наша осјећања привлачности, заљубљености и понашања у интимним везама.

Род – Односи се на социјално конструисане разлике и неједнакости између мушкараца и жена (на примјер, како они треба да се облаче и понашају). Ове идеје и очекивања су научени у породицама, преко пријатеља, вјерских и културних институција, школа, на радним мјестима и путем медија.

Дијаграм који слиједи представља примјере полних и родних карактеристика мушкараца и жена:



ШЕМА РЕСУРСА

МУШКИ ПОЛ (М)	РОД	ЖЕНСКИ ПОЛ (Ж)

Радионица 2: Понашај се као мушкарац, понашај се као жена⁸



ЦИЉ:

Схватити на који начин родне норме утичу на животе мушкараца и жена.



ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир и маркери



ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута



ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно

ПРОЦЕДУРА:

1. Подсјетите учеснике да сте током прошле радионице разговарали о разликама између два пола и роду, али такође и о роду као скупу неписаних друштвених правила или друштвено очекиваних норми о улогама, одговорностима и понашању мушкараца и жена. Објасните да ће следећа радионица отворити дискусију о томе шта значи бити мушкарац и шта значи бити жена и такође како научити и усвојити ова правила. Нагласите да постоји велика шанса да ће се неки од учесника препознати у примјерима који представљају основу ове радионице, али да то није лоша ствар, већ напротив, то је њен примарни циљ.
2. Питајте учеснике да ли су им икад рекли "понашај се као мушкарац". Замолите их да подијеле нека искуства о томе када им је неко рекао то или нешто слично томе. Након што учесник подијели своје искуство, питајте га: Шта мислиш зашто ти је та особа то рекла? Како си се због тога осјећао? Реците учесницима да ћемо се детаљније осврнути на ове двије фразе. Посматрајући их можемо почети да уочавамо на који начин друштво може отежати да неко буде мушкарац или жена.
3. Великим словима напишите на комаду флипчарт папира фразу "понашај се као мушкарац". Замолите учеснике да подијеле своје идеје о томе шта ово значи. Ово су очекивања друштва о томе шта би мушкарци требало да буду, како би мушкарци требало да се понашају, и шта би мушкарци требало да осјећају и говоре. Нацртајте оквир на папиру и напишите значења фразе "понашај се као мушкарац" унутар овог оквира. Неки од примјера одговора су "буди јак" или "не плачи".
4. Затим, великим словима напишите на комаду флипчарт папира фразу "понашај се као жена". Замолите учеснике да подијеле своје идеје о томе шта ово значи. Ово су очекивања друштва о томе шта би жене требало да буду, како би жене требало да се понашају и шта би жене требало да осјећају и говоре. Нацртајте оквир на папиру и напишите значења фразе "понашај се као жена" унутар овог оквира. Неки од одговора могу бити "буди добра домаћица" или "не буди превише агресивна".

5. Када завршите активност брејнсторминга са ове двије листе започните дискусију користећи следећа питања.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Која од ових порука може бити потенцијално штетна? Зашто? (Напомена: Водитељ би требало да стави звјездицу поред сваке поруке и да се дискутује о свакој поруци појединачно)
2. Како живот у калупу утиче на здравље мушкараца? Како живот у калупу утиче на здравље жена?
3. Како живот у калупу ограничава животе и везе жена? Како живот у калупу ограничава животе и везе мушкараца?
4. Шта се дешава мушкарцима који се не придржавају родних правила (нпр. "живећи изван калупа")? Шта се дешава женама које се не придржавају родних правила? Шта људи говоре о њима? Како се други према њима понашају? Шта ми мислимо о њима? Да ли понекад сматрамо да нам то даје оправдање да се према овим људима понашамо лоше или непримјерено?
5. Шта је неопходно учинити да се олакша мушкарцима и женама да живе изван калупа? Како ми можемо дати свој допринос?

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК: Подијелите учеснике у мање групе и замолите их да напишу један кратки скеч (1-2 минута) који приказује особу која неком другом говори да се "понаша као мушкарац" или да се "понаша као жена/дама".

ЗАВРШЕТАК:

Циљ ове активности је да нам помогне да почнемо схватати како друштво ствара веома различита правила о томе како би мушкарци, а како жене требало да се понашају. Ова правила се понекад називају "родне норме" зато што она говоре о томе шта је за мушкарце "нормално" да мисле, осјећају и како да се понашају, а шта

је "нормално" за жене. Међутим, ове норме, о чему ћемо дискутовати током других активности, често могу ограничавати мушкарце и жене тако што их покушавају задржати у њиховим "Понашај се као мушкарац" или "Понашај се као жена/дама" калупима, уз посљедице по њихово доношење одлука, здравље и везе.

⁸ — Прилагођено према "Мушкарци као партнери: Програм за допуну едукације едукатора животних вјештина" ("Men as Partners: A Program for Supplementing the Training of Life Skills Educators"), креиран од стране Engender Health and The Planned Parenthood Association из Јужне Африке. За више информација посјетите веб страницу: www.engenderhealth.org/ia/www/wmo.html

Радионица 3: Изражавање властитих осећања

ЦИЉ:

Препознати тешкоће са којима се млади људи суочавају приликом изражавања одређених осећања и последице по њих и њихове односе.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир, маркери, комадићи папира и Табела ресурса

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Прије почетка сесије препоручује се да водитељ прође кроз ову активност самостално и да размисли о начину на који он или она изражава своја осећања. Такође је важно идентификовати локална савјетовалишта или стручњаке за дату област, којима би се млади људи могли обратити уколико је то потребно.

ПРОЦЕДУРА:

- Нацртајте пет колона на флипчарт папиру и напишите слjedeћа осећања као наслове: страх, љубав, туга, срећа и љутња (видјети Табелу ресурса као примјер на који начин треба распоредити ријечи и како их рангирати према објашњењу које слиједи).
- Објасните учесницима да су ово осећања⁹ о којима ће се расправљати током ове активности и да треба да размисле о томе колико је младићима и дјевојкама лако или тешко да изразе ова различита осећања.
- Дајте сваком учеснику комадић папира и замолите их да напишу ових пет осећања о којима се расправља оним редослиједом којим сте их ви написали на флипчарт папиру. Затим прочитајте слjedeћа упутства: Размислите о томе која од ових осећања изражавате са највећом лакоћом. Ставите број један (1) поред осећања које најлакше показујете. А сад размислите о осећању које изражавате лако, али не толико лако као прво. Ставите број два (2) поред тог осећања. Ставите број три (3) поред осећања које је негдје између; што значи да га није ни претешко ни прелако изразити. Ставите број четири (4) поред оног осећања које изражавате уз мање тешкоће. И на крају, ставите број пет (5) поред осећања које најтеже изражавате.
- Када учесници заврше рангирање својих осећања, покупиите комадиће папира и напишите рангирања у колоне на флипчарту (види примјер).
- Заједно са читавом групом размислите о сличностима и разликама које сте пронашли међу учесницима. Објасните да:
 - Осећања која смо означили бројевима 1 и 2 су она осећања која смо често навикли да изражавамо на претјеран начин;
 - Бројеви 4 и 5 представљају осећања која смо навикли да изражавамо слабије или можда чак и да их потискујемо или скривамо;
 - Број 3 може представљати осећање које не изражавамо ни на претјеран начин, нити га потискујемо, већ је вјероватно то оно осећање са којим се суочавамо на природнији начин.
- Искористите слjedeћа питања како бисте започели дискусију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Да ли сте из ове активности открили нешто ново о себи?
- Зашто људи претјерано показују или потискују одређена осећања? Како науче да ово раде? Какве су последице претјеривања или потискивања осећања?
- Постоје ли сличности у начину на који мушкарци изражавају одређена осећања? Постоје ли сличности у начину на који жене изражавају одређена осећања?
- Постоје ли разлике у начину на који мушкарци и жене изражавају осећања? Које су то разлике?
- Мислите ли да жене изражавају одређена осећања лакше од мушкараца? Због чега је то тако?
- Зашто мушкарци и жене на другачије начине изражавају своја осећања? На који начин вршњаци, породица, заједница, медији, итд. утичу на то како мушкарци и жене изражавају осећања?
- Како начин на који изражавамо своја осећања утиче на наше односе са другим људима (партнерима, породицом, пријатељима, итд)?
- Да ли је лакше или теже изразити одређена осећања према вршњацима? Према породици? Према интимним партнерима?
- Зашто су осећања важна? Наведите примјере, уколико је то потребно: Страх нам помаже у опасним ситуацијама; љутња нам помаже да се бранимо. Такође, замолите учеснике да наведу неке примјере.
- Шта мислите, на који начин отвореније изражавање сопствених осећања може утицати на вашу добробит или на ваше односе са другим људима (романтичним партнерима, породицом, пријатељима итд)?
- Шта можете урадити како бисте изразили своја осећања отвореније? Како можете бити флексибилнији у изражавању онога шта осећате?

НАПОМЕНА: Могло би бити интересантно да сви заједно као велика група спроведете активност брејнсторминга за дефинисање различитих стратегија за суочавање са осећањима и да онда подстакнете сваког учесника да направи забиљешку својих личних размишљања и да, уколико то жели, у мањим групама подијели своја размишљања са другима.

⁹ — У групи се могу појавити и други приједлози осећања који, уопштено говорећи, одговарају или су повезани са неким од оних који су већ споменути. На примјер, мржња је у вези са љутњом. Једном је један младић предложио индиферентност као осећање, али док га је анализирао открио је да су права осећања која стоје иза његове индиферентности заправо страх и туга. Такође се као осећања могу појавити стид, кривица или насиље. Истражите са учесницима шта се налази иза ових осећања и охрабрите их да размисле о цијени и последицама таквих осећања (прим.аут.).

ЗАВРШЕТАК:

Осјећања се могу посматрати као неки облик енергије која вам омогућава да уочите шта вас мучи или шта вам смета. Различита осјећања су једноставно одраз различитих потреба и најбоље је да научите како да се носите са свим својим осјећањима онако како се она јављају у вашем животу. Способност да изразите своја осјећања, а да не повриједите друге помаже вам да постанете јачи појединци и да успоставите боље односе са свијетом око вас. Начин на који свака особа изражава своја осјећања се разликује. Међутим,

важно је уочити многе тенденције које произлазе, посебно оне у вези са начином на који су дјечаци васпитани. На примјер, уобичајено је да младићи скривају свој страх, тугу, па чак и љубазност. Али је такође уобичајено да изражавају своју љутњу кроз насиље. Иако нисте одговорни за то што имате одређена осјећања, одговорни сте за оно шта радите са оним што осјећате. Пресудно је да правимо разлику између "осјећања" и "дјеловања" како бисмо пронашли облике изражавања који не штете ни нама, нити другима.

ВЕЗА

Можда би било корисно да ову активност повежете са активношћу "Од насиља до мирне коегзистенције" у којој учесници могу користити драму како би вјежбали ненасилне алтернативе суочавању са љутњом и конфликтима у везама.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:**Примјер рангирања осјећања на флипчарт папиру**

Испод је дат примјер како организовати колоне осјећања и одговоре учесника. За вријеме дискусије водитељ би требало да помогне учесницима да идентификују сличности и разлике у рангирању. На примјер, наведена табела показује да постоји готово равномјерна подјела у броју учесника којима је лако изразити љутњу и оних којима је то тешко. Ово би могло довести до дискусије о томе зашто постоје ове разлике и да ли младићи генерално сматрају или не сматрају да је лако или тешко изразити љутњу. Још један интересантан образац у примјеру испод јесте да

већина учесника сматра да је тешко изразити страх. Често се од мушкараца заиста очекује да буду храбри и неустрашиви и овај би примјер било интересно искористити као основу за дискусију о социјализацији и родним нормама. На крају, важно је да запамтите да би прикупљање и уписивање рангирања у табелу требало да буде анонимно. То значи да би сваки ред претходне табеле требало да представља рангирање различитог учесника, али без његовог имена. Као што је приказано у претходном примјеру, водитељ умјесто тога може написати број на који се учесници могу лако позвати током дискусије.

	СТРАХ	ЉУБАВ	ТУГА	СРЕЋА	ЉУТЊА
Учесник бр. 1	5	4	3	2	1
Учесник бр. 2	2	3	4	1	5
Учесник бр. 3	4	1	3	2	5
Учесник бр. 4	4	3	5	2	1
Учесник бр. 5	5	1	3	2	4

Радионица 4:**Шта бих желио/жељела да урадим са својим животом? Како на мене утичу други?****ЦИЉ:**

Дати шансу младим људима да размисле о својим ставовима, изборима и животним плановима и о томе како на њих утичу њихови односи са другима.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Папир и оловке

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Важно је да је група утврдила атмосферу поштовања и смирености прије ове сесије. Замолите учеснике да буду што је могуће искренији у размишљању о својим одговорима и увјерите их да неће морати подијелити своје одговоре са групом ако се не осјећају пријатно да то ураде.

ПРОЦЕДУРА:

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК: Пустите музику учесницима да је слушају док раде на својим одговорима.

- Запишите питања на флипчарт папиру. Замолите учеснике да се смјесте удобно и да свако за себе размисли о питањима и да одговори, запише или нацрта. Имају 10 минута за овај дио.
 - Каква особа желим да будем за 10 година?
 - Шта бих желио да урадим са својим животом?
 - Да ли ћу студирати и/или радити?
 - Да ли ћу имати партнера? Дјецу?
 - Да ли ћу бити дио неке групе или активности?
- Замолите учеснике да подијеле своје одговоре и искористите сљедећа питања да започнете дискусију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Да ли је лако описати оно што бисте жељели у својој будућности? Зашто да или зашто не?
- Мислите ли да је ваша визија себе у будућности реална? Зашто?
- Шта вам је потребно да бисте могли остварити живот који сте замислили за себе?
- Које су препреке са којима ћете се морати суочити како бисте остварили своје планове?
- На који начин сте слични другим учесницима? На који начин сте другачији? Шта мислите, одакле потичу те сличности?

3. Замолите учеснике да замисле три особе са којима имају блиске односе. Реците им да размисле о мишљењима које те особе имају о њима, фокусирајући се на сљедећа питања записана на флипчарт папиру. Дајте учесницима 10 минута да напишу своја размишљања на листу папира.
 - › Шта они мисле о мојим увјерењима и ставовима?
 - › Шта они мисле о ономе шта ја радим?
 - › Шта они мисле о мојим плановима у вези са тим да имам партнера/ партнерку и дјецу?
 - › Шта они мисле о томе шта ја желим да будем?
4. Подсјетите учеснике на питања на која су одговарали у претходној активности о томе како виде себе и своју будућност.
5. Након што сте им дали неколико минута да размисле о питањима, започните групну дискусију користећи сљедећа питања.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Да ли се људи блиски вама слажу са вашим увјерењима и ставовима? Колико су они утицали на њих?
2. Да ли се слажу са вашим плановима за будућност? Да ли вас подржавају?
3. Колико вам је важна њихова подршка? Како мишљења људи блиских вама утичу на ваш живот?
4. На који начин мишљења других могу бити оснажујућа, односно, како вам она могу дати снагу и самопоуздање?
5. На који начин мишљења других могу бити препреке, односно, како вас она могу спутавати или ограничавати? Шта можемо урадити поводом тога?
6. Како можете изградити везе засноване на поштовању?
7. Колико вам је важан ваш статус на друштвеним мрежама? Колико то утиче на ваш живот и на који начин?
8. Да ли сматрате да су медији утицали на ваша увјерења и како видите своју будућност?
9. Који други фактори утичу на ваше одлуке у животу?

10. Мислите ли да би ваши планови били другачији да сте супротног пола? Како?
11. Да ли је уобичајено за жене да имају пријатеље мушкарце (односно, мушке пријатеље са којима НЕМАЈУ сексуалну или романтичну везу)? Зашто да или зашто не? Да ли су ове врсте веза важне?
12. Јесу ли ваши животни планови "нормални" у вашој заједници? Шта би се догодило ако бисте одступили од свих норми и покушали да живите потпуно другачији живот од већине?
13. Шта сте научили у овој активности? Јесте ли научили нешто што можете примијенити у сопственом животу и везама?

АЛТЕРНАТИВНА ПРОЦЕДУРА: Ова активност може се такође изводити са фокусом на одређене врсте веза, нпр. породица, пријатељи или интимни партнери. Учесници могу изабрати одређене врсте веза о којима желе да разговарају, или се поступак може поновити тако да учесници могу узети у обзир све ове врсте веза једну по једну.

ЗАВРШЕТАК:

Многи фактори обликују оно ко смо и утичу на наше одлуке у животу: наше породице, други људи који су нам блиски, наше заједнице, друштвене мреже, медији, родне улоге ...

Важно је бити свјестан тога како мишљења других утичу на то како видите себе и на одлуке које доносите. То укључује способност да препознате како вам нека од тих мишљења могу помоћи да постанете снажније и жене са више

самопоуздања – и како вас други могу ограничавати или учинити да мислите лоше о себи. У свом животу треба да тежите везама које вам помажу да се развијете у особу каква желите да budete и које чине да се осјећате задовољни собом. Такође, треба да budete свјесни тога како ви утичете на друге и како реципрочитет – третирање других на начин како бисте жељели да вас третирају – представља кључ за изградњу испуњујућих и равноправних веза.

Радионица 5: Љубавна прича

ЦИЉ:

Истражити очекивања жена и мушкараца у романтичном везама и оно чему нас друштво учи о њима.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Папир и оловке. Опционално: Музика

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Као дио стварања и дискусије на тему љубавних прича у овој активности учесници могу допринијети или размислити о елементима својих личних прича. У неким случајевима (као и у другим активностима) ово би могло изазвати снажна осјећања и водитељ би требало да буде спреман да помогне или упуту учесника на мјесто гдје се може обратити за помоћ, ако је то потребно.

ПРОЦЕДУРА:

1. Подијелите учеснике у двије до четири групе (ако учествују и мушкарци и жене, подијелите их у истополне групе).
2. Представите причу о Марији и Петру који су у клубу. Марија и Петар су заинтересовани једно за друго већ неко вријеме, али ниједно од њих није направило никакав потез до сада; Марија користи тренутак и прилази му – она је одлучила да направи први корак.

Објасните да би свака од група требало да смисли како се њихова љубавна прича развија – како започињу везу и опис њених раних фаза. Дајте групама 15 минута да разговарају и осмисле своје приче. Групе могу или написати своје приче за читање наглас остатку групе ИЛИ припремити скичеве ИЛИ нацртати цртеже које ће представити.

3. Замолите сваку групу да представи своју причу.
НАПОМЕНА: Водитељ би требало да нагласи да су непотпуне или кратке приче прихватљиве и да групе треба да дају све од себе да представе оно што имају.
4. Искористите сљедећа питања да започнете дискусију.

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК 1: Да бисте даље дискутовали о културолошким и друштвеним конструктима романтичне љубави, донесите примјерке текстова из популарних пјесама или размислите о заједничким изрекама о љубави и везама које ће учесници анализирати.

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК 2: Замолите учеснике да понове ову активност размишљајући о различитим фазама романтичне везе. На примјер, они могу изабрати да смисле причу о пару који је у браку 10 година. Које су улоге и очекивања од жена? Од мушкараца? Које су сличности и разлике између раних фаза везе и након 10 година проведених у браку?

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Које су сличности између прича? Које су разлике?
2. Која од ових прича је најрелевантнија за ваша лична искуства?
3. Које су позитивне карактеристике веза у причама? Које су негативне карактеристике?
4. Да ли су везе у овим причама равноправне – то јест, да ли жене и мушкарци имају моћ преговарања? На који начин јесу, а на који начин нису? Ако нису, које су последице?
5. Шта дјевојке очекују у романтичним везама? Да ли се то разликује од онога што младићи очекују? Ако да, зашто дјевојке и младићи имају ова различита очекивања? Како ова различита очекивања утичу на романтичне везе?
6. Да ли се љубомора сматра "доказом праве љубави"? Зашто? Зашто не?
7. Да ли ликови у причама потичу из различитих вјерских, етничких или социјалних средина? Да ли те разлике утичу на везе? Ако да, на који начин?
8. Да ли приче о романтичним љубавима представљене на телевизији, радију, филмовима, музици, часописима и у новинама утичу на ваша очекивања од романтичних веза? Ако да, како?
9. Дакле, жене и мушкарци имају различите улоге у везама? Које су то улоге?
10. Неки људи вјерују да мушкарци треба да "повлаче све потезе" у везама, а да жене треба само да одговоре. Слажете ли се са овим? Зашто? Зашто не? Да ли је прихватљиво да жена направи први корак и започне везу?
11. Да ли је прихватљиво да жена плати пиће ако изађе са мушкарцем?

12. Да ли жене обично преузимају иницијативу када је ријеч о сексу у вези? Зашто?
13. Да ли је прихватљиво да жена разговара са својим партнером о задовољству и својим сексуалним жељама? Или у групи? Зашто?
14. Шта значи за жену и мушкарца да имају равноправну везу? Како би жена требало да се понаша према мушкарцу? Како би мушкарац требало да се понаша према жени?
15. Шта сте научили у овој активности? Јесте ли научили нешто што се може примијенити у вашем животу и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Постоје многе културолошке норме, или вјерованја, о томе какве би различите улоге мушкарци и жене требало да имају у везама. Неке од ових норми, као што су "мушкарци треба да повлаче све потезе у вези" могу појачати неједнаку динамику моћи и створити ситуације угрожености и жена и мушкараца. На примјер, због ових норми мушкарци би могли претпоставити да они треба да доносе све одлуке о сексу и превенцији, чак и онда када не посједују адекватно

знање о овим питањима, а женама би могло бити непријатно да покушају да преговарају. Као дјевојкама, важно је да идентификујете особине које су вам важне код партнера, да budete свјесне својих права и да знате какво понашање нећете толерисати. Одржавање здраве и равноправне везе захтијева сарадњу оба партнера. Оба партнера морају разговарати о својим очекивањима, потребама и жељама и разумјети и слушати потребе и жеље другог.

ВЕЗА – ЦРТАНИ ФИЛМ:

У цртаном филму Била једном једна дјевојчица ("Once Upon a Girl"), дјевојка на почетку види свог момка као "принца на бијелом коњу" – шта мислите, на који начин овај идеал утиче на везу? У случају да одлучите да користите овај цртани филм, вријеме које вам је потребно су два школска часа или 90 минута.

Година 1:

Развој идентитета – Ко сам ја, ко си ти?

Друго полугодиште:
Насиље је „АУТ”! Од
насиља до мирне
коегзистенције

Од насиља до мирне коегзистенције, Шта и зашто?

Увод

Активности у овом поглављу су дизајниране да помогну младим људима да размисле о различитим манифестацијама насиља у својим животима и заједницама и да развију вјештине потребне за тражење подршке за себе и друге. Дио овог процеса укључује размишљање о оним родним и друштвеним нормама које одређене врсте насиља, нарочито насиље мушкараца над женама и насиље између мушкараца, представљају као "нормалне" или "природне", и подстицање младих људи да препознају своју способност да се заштите од насиља.

Перспектива младића

Шта је насиље?

Свјетска здравствена организација дефинише насиље као "намјерно кориштење физичке снаге или моћи, пријетњом или акцијом према самом себи, према другој особи или према групи људи или читавој заједници, што би могло резултирати или резултира повредом, смрћу, психолошким посљедицама, неразвијеношћу или депривацијом".¹⁰ Ово укључивање ријечи "моћ" у дефиницију шири конвенционално разумијевање насиља са циљем укључивања таквог чина као што је пријетња, застрашивање и угњетавање који произлази из односа моћи између појединаца, између појединаца и група, или између група. За потребе овог приручника фокусираћемо се на интерперсонално насиље, или насиље почињено над једном особом од стране друге особе или од стране мале групе појединаца.

Такође је важно започети са признањем да насиље није случајан чин. Оно се догађа у конкретним условима и ситуацијама. Насиље се у неким ситуацијама дешава чешће него у другим, и широм свијета већа је вјероватноћа да ће оно бити почињено од стране мушкараца и против њих – најчешће младића. У јавној сфери, највећа је вјероватноћа да ће младићи бити починиоци насиља, али истовремено и његове жртве. У приватној сфери – као што су дом и други приватни простори – у већи-

*...важно започети
са признањем да
насиље није слу-
чајан чин.*

¹⁰ – WHO, "Global Consultation on Violence and Health. Violence: a public health priority." (Geneva: World Health Organization, 1996) [СЗО: "Глобалне консултације о насиљу и здрављу. Насиље: приоритет јавног здравља" (Женева: Свјетска здравствена организација, 1996).]

ни случајева мушкарци су агресори, а жене су жртве. Истраживања о узроцима насиља испуњавају томове књига и тема су хиљада студија. Али оно што се често изоставља из ових дискусија је родна природа насиља – чињеница да мушкарци, а нарочито младићи чешће прибјегавају насиљу него било која друга група. Када говоримо о насиљу, морамо такође говорити и о миру и мирној коегзистенцији. Често слушамо о "удару на насиље" или о новом програму "борбе против насиља" или чак "рату против насиља". Језик којим се често служимо када говоримо о насиљу и превенцији насиља је сам по себи оптерећен насиљем. Ми желимо да се боримо против њега и да казимо, често насилно, оне који користе насиље. На нивоу школа и заједница често чујемо људе да говоре како желе да казне оне младиће који су насилни, да их ограниче, док се знатно мање пажње посвећује размишљању о томе шта би у ствари спријечило насиље. Ми често насиље кажњавамо насиљем и онда се питамо одакле оно потиче. У нарочито детаљном прегледу насиља у САД Јамес Гиллиган са Универзитета Харвард тврди да умјесто да одврати од насиља, примјена смртне казне и других сурових метода с циљем спречавања насиља у САД у ствари доприноси култури насиља.¹¹

При укључивању младића и дјевојака у превенцију насиља морамо бити у могућности да заједно са њима визуализујемо, замислимо и створимо услове који промовишу мирну коегзистенцију, а не да се само "боримо против насиља". Разговору о миру, преговорима и мирној коегзистенцији понекад се даје лош призвук или је чак предмет исмијавања. Али, као што је британски пјевач Елвис Цостелло упитао: "Шта је толико смијешно о миру, љубави и разумијевању?" Оставимо ли по страни разметање, видимо да се већина младића, када им се дозволи да то покажу, плаши сопственог потенцијала за насиље и насиља нанесеног њима или насиља којим им пријете други младићи. Већина младих људи доживјела је или свједочила насиљу у неком тренутку свог живота (или различитим тренуцима свог живота) и жељни су да говоре о мирној коегзистенцији. У активностима, које су укључене овдје, желимо да промовишемо услове у којима ће младићи моћи говорити не само о такмичењу, моћи, тучи и насиљу – већ и о мирној коегзистенцији.

ОКВИР 1: Насиље на глобалном нивоу

оквир
1.

- Сваке године, више од 1,6 милиона људи изгуби живот због насиља.¹²
- Насиље је водећи узрок смрти код људи у доби од 15 до 44 године и чини 14% од укупног броја смртних случајева код мушкараца и 7% код жена.¹³
- Између 15 и 70% жена је доживјело физичко или сексуално насиље од стране интимних партнера.¹⁴
- Око 815.000 људи сваке године изврши самоубиство.¹⁵

11 — J. Gilligan, "Violence: Our deadly epidemic and its causes." ("Насиље: Наша смртоносна епидемија и њени узроци") (New York, New York: Putnam Publishing Group, 1996)

12 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Посљедњи пут приступљено 10.02.2011.

13 — Ibid.

14 — Garcia-Moreno и др. "Multi-country study on women's health and domestic violence" ("Студија спроведена у неколико земаља о здрављу жена и насиљу у породици") Женева: Свјетска здравствена организација, 2005.

15 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Посљедњи пут приступљено 10.02.2011.

Насиље мушкараца НИЈЕ природно: Проналажење коријена насиља код младића у њиховој социјализацији

Истраживање је потврдило да је насиље углавном научено понашање.¹⁶ Дјечаци и младићи уче да буду насилни посматрајући своје очеве и браћу како користе насиље. Охрабривањем да се играју са пушкама и пиштољима и награђивањем када се туку. Причом да је једини начин да буду "прави мушкарци" ако се потуку са сваким ко их увриједи. Бивајући третирани на насилан начин или подвргнути насиљу од стране својих вршњака или породица. Бивајући научени да је испољавање љутње и агресивног понашања у реду, а да испољавање туге или кајања није.

Чињеница да мушкарци почине више насиља од жена може такође бити повезана са биологијом, али у врло ограниченој мјери. На примјер, нека истраживања показују да постоје одређене биолошке разлике између дјечака и дјевојчица у погледу темперамента, према којима дјечаци имају вишу стопу недостатка контроле нагона, недостатка пажње/поремећаја хиперактивности (АД/ХД) и друге особине као што су жеља за узбуђењем, реаговање "на прву", раздражљивост – што су све особине које могу претходити агресивном понашању.¹⁷ Истраживања су показала да се већ у доби од четири мјесеца старости могу примијетити разлике у темпераменту између дјечака и дјевојчица, гдје дјечаци показују више степене раздражљивости и прилагодљивости, факторе који се у каснијој доби доводе у везу са хиперактивношћу и агресивним понашањем.¹⁸ Међутим, нека истраживања могу показати и да

су дјечаци више раздражљиви из разлога што истраживачи од њих управо и очекују да буду више раздражљиви, или због тога што родитељи, показујући родне стереотипе, стимулишу дјечаке на разне начине или је мање вјероватно да ће утишати или смирити мушку бебу у оној мјери у којој смирују женске бебе. Истраживачи који се баве питањем насиља су готово једногласни у ставу да иако може постојати одређена ограничена биолошка основа за агресивно или ризично понашање мушкараца, насилно понашање дјечака се у највећем броју случајева може објаснити друштвеним и факторима окружења за вријеме њиховог дјетињства и адолесценције. На крају, можемо рећи да младићи нису рођени насилни. Они су научени да буду насилни.

Породице и родитељи имају главну улогу у охрабривању – или обесхрабривању – насилног понашања код дјечака или младића. У срединама са ниским примањима гдје су породице изложене стресу, родитељи имају мање могућности да надгледају своју дјecu, нарочито синове, и мање контролишу гдје они иду и са ким се друже. Већа је вјероватноћа да ће родитељи који су изложени стресу користити методе присиле и физичку дисциплину према дјечацима, што може довести до тога да се неки дјечаци побуне против таквог третмана. Са друге стране, у породицама које имају отворен стил комуникације, које своје синове (и кћери) третирају са поштовањем, које имају могућност да прате активности својих си-

16 — A. Bandura, "Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses". Journal of Personality and Social Psychology, 1,(1965) 589-595. Cunningham 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" ("Дјечаци остају дјечаци: Разбијање везе између маскулинитета и насиља") (New York: Anchor Books, 1991); F. Earls, "A developmental approach to understanding and controlling violence" ("Развојни приступ разумијевању и контроли насиља"). U H. Fitzgerald, et al, EDS. " Theory and Research in Behavioral Pediatrics" ("Теорија и истраживање у бихејвиоралној педијатрији"), Vol. 5 (New York: Plenum Press, 1991)

18 — M. Stormont-Spurgin, и S. Zentall, "Contributing factors in the manifestation of aggression in preschoolers with Hyperactivity" ("Фактори који доприносе манифестацији агесије код предшколске дјеце са хиперактивношћу") J. Child Psychol Psychiat 36 (1995), 491-509.

нова, да знају с ким се они друже и да им понуде различите опције, мања је вјероватноћа да ће им синови бити насилни. Мања је вјероватноћа да ће младићи који су приврженији породици, који више учествују у заједничким породичним активностима и које њихове породице помније прате бити насилни или делинквентни.

Већа је вјероватноћа да ће младићи који су етикетирано као "делинквенти" или "насилници" или "проблематични" бити насилни. Младићи у многим срединама имају више "проблема" у понашању него дјевојке – могу бити немирнији у разреду, мање су способни да сједе мирно од дјевојака, или показују хиперактивно понашање. Родитељи и професори често етикетирају овакво понашање као проблематично и реагују на ауторитативан начин који ствара ланац очекивања. Професори и родитељи вјерују да ће неки младићи бити насилни или делинквентни и ти исти дјечасти често постану делинквентни. Зашто? Зато што када професори и родитељи етикетирају младиће као "агресивне" или "проблематичне" они често искључе ове дјечаке из активности као што је спорт. Умјесто да слушају "проблематичне" младиће, професори и родитељи их често стигматизују и искључују, на тај начин подстицајући насилно понашање умјесто да га спречавају.

Нека истраживања такође показују да постоји већа вјероватноћа да ће младићи који свједоче насиљу или су жртве насиља и сами постати насилни.¹⁹ Свједочење насиљу у њиховом окружењу је стресно и за младиће и за дјевојке, али се овај стрес може показати на другачији начин код дјевојака и младића. Код младића је већа вјероватноћа да ће се траума изазвана свједочењем насиљу испољити као насиље, него код дјевојака.²⁰ Многи младићи су социјализовани на начин да вјерују да је за њих непримјерено да изразе страх или тугу али да је примјерено да из-

разе љутњу или агресивно понашање. Младићи који доживе насиље или му свједоче у дому или изван њега могу посматрати насиље као "нормалан" начин – нарочито као мушки начин – за рјешавање конфликта.

Лак приступ оружју такође може да допринесе насиљу. Приступ оружју, наравно, не узрокује насиље, али оно повећава вјероватноћу да ће насиље бити смртоносније. Већа је вјероватноћа да ће туча због увреде или дјевојке довести до убиства када један од учесника има пиштољ или нож. У неким срединама, научити користити и играти се са оружјем – посебно са ножевима и пиштољима – може чак бити саставни дио начина на који се дјечасти социјализују.

Мјесто гдје младићи живе такође може бити главни фактор везан за њихову употребу насиља. На примјер, већа је вјероватноћа да ће дјечасти који су одгојени у насељима у којима постоје оружане банде или гдје секташко насиље укључује мушкарце и дјечаке користити насиље и бити жртве насиља. Банде и сличне групе често се појављују онда када су друге институције друштва које могу пружити подршку и заштиту младићима – влада, породица, организације друштвене заједнице, школе – слабе. Више стопе насиља у неким подручјима могу такође имати везе и са локалном културом. У неким срединама младићи могу вјеровати да ће их њихови вршњаци или локални обичаји подржати када користе насиље као одговор на увреду или повреду.

Још један важан фактор који може допринијети насилном понашању младића је вршњачка група младића. Студије спроведене у САД показују да дружење са делинквентним или насилним вршњацима представља један од најјачих фактора повезаних са насилним понашањем младића.²¹ Међутим, било би превише једноставно закључити да насилни вршњаци "узрокују" да и други

19 — C. Bell & E.J. Jenkins, "Traumatic stress and children" ("Трауматски стрес и дјеца") *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" ("Градска дјеца трауме: Синдром трауматског стреса урбаног насиља (U-VTS) и одговори терапеута"). U J. Wilson & J. Lindy EDS. "Center transference in the treatment of post-traumatic stress disorder" ("Контра-трансференција у лијечењу посттрауматског стресног поремећаја") (New York: Guilford Press, 1994); RS Pynoos "Traumatic stress and developmental psychopathology in children and adolescents" ("Трауматски стрес и развојна психопатологија код дјеце и адолесцената") U JM Oldham, MB Riba, i A. Tasman EDS. *American Psychiatric Press Review of Psychiatry* Vol. 12 (Washington D.C.: American Psychiatric Press, 1993).

Насиље у Босни и Херцеговини

Да је насиље озбиљан и веома заступљен проблем и у нашем друштву, потврђују скандалозни подаци из истраживања²² које су 2013. године спровели Агенција за равноправност сполова БиХ и ентитетски гендер центри у сарадњи са статистичким институцијама, а уз подршку UNFPA и UN WOMEN. Према налазима поменутог истраживања, свака друга жена, након навршене 15. године живота била је изложена некој врсти насиља (економско, физичко, психолошко или сексуално). Према овом истраживању, у нашој земљи су најзаступљенији психолошко насиље, а затим физичко насиље. У контексту починитеља насиља, подаци јасно говоре да је најзаступљеније насиље у којем је починитељ партнер. Управо налази овог истраживања имплицирају да је сфера партнерских и породичних односа најснажнији извор насиља за жене. У контексту родно заснованог насиља, стопа укупног родно заснованог насиља над женама које су искусиле насиље од када су напуниле 15. година износи 47,2%, док стопа актуалног, тј. насиља којем су биле изложене у посљедњих годину дана је 11,9%, а и у овом случају, најчешћи починитељи су партнери и чланови обитељи, па аутори закључују да у том контексту, сфера интимних и породичних односа далеко је већи извор опасности за жене него је то случај са широм друштвеном заједницом.

У 2015. години у организација CARE у сарадњи са партнерским невладиним организацијама Асоцијацијом XY, Perpetuum mobile и Снагом Младих, спровела је истраживање међу средњошколском популацијом Сарајева, Бања Луце и Мостару. У истраживању је учествовало 1030 младих људи, од тога 559 младића и 471 дјевојака.

Према налазима овог истраживања 20% испитаника из Сарајева и Мостара и 12,5 испитаника из Бања Луке пријавило је неугодна и нежељена сексуална искуства. Изложеност психолошком насиљу потврдило је 27,4% младића из Мостара, 22,7% младића из Сарајева и 11,5% младића из Бања Луке. Између 18,6% до 24,7% испитаника је потврдило да су били изложени физичком насиљу, док је око 27% младића из Мостара и Сарајева и 18% младића из Бања Луке потврдило је учешће у вршењу физичког насиља против других. Исто истраживање показује да у укупном узорку дјевојака, 90% испитаница сматра да насиље нема оправдање и да не смије бити толерисано, но забрињава податак да 10% испитаница сматра да су жене одговорне за насиље којем су изложене. Посебно забрињава податак да само 22-36% дјевојака сматра да жена која је сексуално злостављана није изазвала тај чин стилом облачења. То нам говори да готово двије трећине дјевојака обухваћених истраживање, у случају силовања или сексуалног злостављања, жртву перципирају као кривца, а стил облачења као повод за такав чин. На упит да ли су биле изложене психолошком насиљу, потврдно је одговорило око 28% дјевојака на све три локације, док је изложеност физичком насиљу потврдило око 6,6% испитаница.

20 — U.S. Department of Justice "The Prevalence and Consequences of Child Victimization: NIJ Reserch Preveiw" (Министарство правде САД: "Преваленција и посљедице виктимизације дјеце: NIJ reserch Preveiw"). (Washington, DC. National Institutes of Justice, 1997).

21 — Michael B. Green "Implications of Research Showing Harmful Effects of Group Activities with Anti-Social Adolescents" ("Импликације истраживање које показује штетне ефекте групне активности са антисоцијалном омладином"), рад представљен на Persistently Safe Schools: The National Conference of the Hamilton Fish Institute on School and Community Violence, доступан на <http://gwired.gwu.edu/hamfish/merlin-cgi/p/downloadFile/d/16823/n/off/other/1/name/07Greenepdf/>.

22 — Распрострањеност и карактеристике насиља над женама у Босни и Херцеговини (Агенција за равноправност сполова БиХ, 2013).

младићи буду насилни. Млади људи имају тенденцију да траже друге младе људе сличне себи за своје друштво. Већа је вјероватноћа да ће се насилни младићи дружити са другим насилним младићима. Али, јасно, с ким се младићи друже и кога слушају је фактор који треба размотрити. Неки истраживачи указују да зато што младићи генерално проводе више времена изван куће – често у групи вршњака на улици која промовише такмичење, тучу и делинквенцију – постоји већа вјероватноћа да ће бити насилни него дјевојке, које ће вјероватно бити социјализоване у кући или у близини чланова породице.

Студије спроведене у САД су показале да ће младићи који су насилни чешће од својих вршњака који нису насилни видјети непријатељске намјере код других или ће погрешно протумачити понашање других као непријатељско.²³ Изгледа да младићи који користе насиље имају потешкоће са "емоционалном интелигенцијом" – тј. способношћу да "читају", разумију и изразе своја осјећања на одговарајуће начине. Другим ријечима, већа је вјероватноћа да ће они, у односу на младиће који су мање насилни, "погрешно прочитати" намјере других, вјерујући да су насилни и онда када нису. Поред тога, младићи који су насилни често оправдавају своје насиље пребацујући кривицу на друге, користећи понижавајућа имена за своје жртве. Исто тако, вјероватније је да ће младићи који имају претјерано осјећање части такође користити насиље. Неки случајеви убистава које је починио мушкарац над другим мушкарацем започињу релативно малом свађом, обично због неке увреде, често у кафићима или на другим јавним мјестима и потом ескалирају до смртног исхода.

За неке младиће, бити насилан представља начин да дефинишу ко су. Адолесценција је доба живота када обично дефинишемо ко смо. За неке младиће ово би могло бити дефинисање себе као доброг ученика, или као религиозног, или као спортисте, или као вриједног радника, као умјетника, или као стручњака за компјутере. Али, ово би такође могло бити и дефинисање себе као насилника или разбојника. За неке младиће, учешће у организованим вршњачким групама као што су банде може пружити осјећање идентитета и припадања које не могу пронаћи на другом мјесту. За неке младиће бити дио насилне вршњачке групе може представља-

ти начин да преживе или средство самозаштите. За младиће у неким сиромашним урбаним срединама у региону, од којих многи немају много тога што им даје смисао и јасне улоге у друштву, насиље може бити начин за стицање статуса. Са друге стране, када младићи пронађу идентитет у нечему другом – као ученици, вриједни радници, очеви, мужеви или у музици, спорту, политици (наравно, зависно којој политици), религији или некој комбинацији ових – они генерално остају ван банди или насилних вршњачких група. Студија спроведена међу младићима чији су вршњаци били укључени у банде у Чикагу и Рио де Жанеиру показала је да је већа вјероватноћа да ће они младићи који су искусили цијену насиља, који се плаше насиља и који су пронашли алтернативне идентитете и алтернативне вршњачке групе, остати изван банди.²⁴

Већа је вјероватноћа да ће младићи који постижу лоше резултате у школи, који су мање везани за школско окружење, или су маргинализовани или искључени из школског окружења, бити насилни или делинквенти. Бројне студије су показале да су лоши резултати у школи, напуштање школе, те мањак осјећања припадности школи повезани са вишим стопама делинквенције и другог насилног понашања. У неким срединама стопа напуштања школе од стране младића је већа него код дјевојака. Међутим, бити уписан у школу није довољно. За неке младиће, школа може бити мјесто гдје се сусрећу и друже са насилним вршњацима. Друге студије показују да постоји већа вјероватноћа да ће младићи који су маргинализовани или искључени или третирани као "промашај" док су у школи, бити насилни. Све у свему, школа – као најважнија институција друштва гдје се млади људи друже – представља једно важно мјесто за подстицање или спречавање насиља.

Имају ли медији икакав утицај на насиље младића? Неке студије су откриле да гледање сцена насиља у медијима може бити повезано са извршењем насиља, али је узрочна веза нејасна.²⁵ Гледање насиља на телевизији или на филмовима вјероватно не "узрокује" насиље код младића, али оно несумњиво доприноси неким увјерењима младића – и нашем општем вјеровању као друштва – да је насиље мушкараца нормално, па чак и "cool".

Коначно, такође је важно имати на уму да насиље није повезано само са сиромашним младићима. Многа истраживања о насиљу фокусирају се на сиромашне младиће; у неким срединама сиромаштво се везује за више стопе неких врста насиља. Сиромаштво је само по себи нека врста друштвеног насиља, али сиромаштво не треба посматрати као узрок интерперсоналног насиља. Младићи из средње класе у многим срединама су такође укључени у насиље и такође су социјализовани да користе насиље како би изразили осјећања и ријешили конфликте, баш као што већина младића из сиромашних средина нису починиоци насиља. Проучавајући и реагујући на насиље неопходно је да не осуђујемо или етикетирамо сиромашне младиће, или младиће уопште, као урођено насилне, и да препознамо да већина младића нису починиоци насиља.

Шта је родно засновано насиље?

Родно засновано насиље (РЗН) је широко признато као међународни јавно-здравствени проблем и питање које спада у домен људских права. РЗН може имати разарајуће ефекте на физичко и душевно здравље жена, као и на добробит породица и заједница, те ширег друштва. Концепт РЗН покушава да направи разлику између насиља које се заснива на родним очекивањима и/или на полном или родном идентитету друге особе и других облика насиља. Иако се РЗН може примијенити на жене и на мушкарце, дјевојчице и дјечаке, фокус већине РЗН напора је на окончању насиља над женама и дјевојкама, јер су оне те које су у највећем броју случајева погођене овом врстом насиља.²⁶ Током протекле деценије, међународна заједница је почела да користи израз "родно засновано насиље", умјесто "насиље над женама" са намјером да пребаци фокус са жена као жртава и да нагласи како улога родних норми, неједнакост и односи моћи повећавају осјетљивост жена на насиље. У оквиру овог

...фокус напора је на окончању насиља над женама и дјевојкама...

23 — MR Fondacaro i K Heller "Attributional style in aggressive adolescent boys" ("Атрибутивни стил код агресивних адолесцентних дјечака") Journal of Abnormal Child Psychology (1990) 18 (1):75-89, C Hudley i J Friday, "Attributional bias and reactive aggression" ("Атрибутивна пристрасност и реактивна агесија") American Journal of Preventive Medicine (1996) 12 (5 Suppl) :75-81.

24 — Gary Barker, "Peace boys in war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro, Brazil" ("Мирољубиви дјечаци у ратној зони: Идентитет и суочавање међу малољетним мушкарацима у фавелама у Рио де Жанеиру, Бразил"; необјављена докторска дисертација, Erikson Institut, Loyola Univerzitet, Чикаго, 2001).

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

26 — UNFPA, "Strategy and Framework for Action to Addressing Gender-based violence 2008-2011" ("Стратегија и оквир за дјеловање на рјешавању родно условљеног насиља 2008-2011") Gender, Human Rights, and Culture Branch. (New York: UNFPA, 2008).

дискурса већи значај се такође даје разумијевању маскулинитета и улоге коју мушка социјализација игра у прихватању употребе насиља од стране мушкараца. Неки мушкарци и дјечаци су одгојени да вјерују да имају "право" да очекују неке ствари од жена, и право на кориштење физичког или вербалног злостављања као облика "казне" ако жена не пружа ове ствари (уколико не одговори адекватно на сексуалне захтјеве мушкараца, на примјер). Сексуално насиље је такође прилично укоријењено у неправичним родним нормама – нарочито оним које дефинишу мушку сексуалност као неконтролисану и агресивну, а женску сексуалност као пасивну. Успјешна интервенција у раду са мушкарцима на деконструкцији хегемоничних мушких идентитета и пружању подршке промјенама у заједници и институционалним промјенама је показала позитиван допринос који мушкарци могу дати као савезници и активисти у борби против насиља.^{27 28}

Оквир 2: Родно засновано насиље на Западном Балкану

— У Србији је истраживање, спроведено на репрезентативном узорку жена, утврдило да је 30,6% жена током свог живота претрпјело физичко насиље, 46,1% је претрпјело психолошко насиље, а 8,7% је претрпјело сексуално злостављање. Друго истраживање спроведено 2003. године је потврдило ова сазнања.²⁹

— У Црној Гори је истраживање, спроведено на репрезентативном узорку жена, утврдило да је 25% жена било претучено од стране њихових партнера, 25% њих је такође било присиљено на сексуални однос од стране њихових партнера, а 14% их је било под пријетњом отимања њихове дјеце.³⁰

— У Хрватској је истраживање, спроведено на репрезентативном узорку жена, утврдило да је 21% жена искусило физичко насиље од стране њиховог садашњег или бившег мушког партнера, а 34% њих је пријавило да су доживјеле принудни секс.³¹

— У Босни и Херцеговини истраживање је показало да је 23% жена било претучено од стране њихових партнера, док је 29% њих познавало жену која је била претучена.³²

27 — Gary Barker, "Engaging boys and men to empower girls: Reflections from practice and evidence of impact" ("Укључивање дјечака и мушкараца на оснаживању дјевојака: Размишљања из праксе и доказ утицаја"), састанак експертске групе Уједињених нација о елиминацији свих облика дискриминације и насиља над женском дјецом, Фиренца, Италија, 25-28 септембар 2006.

28 — D. Peacock, i A. Levaak. "The Men as Partners Program in South Africa: Reaching Men to End Gender-Based Violence and Promote Sexual and Reproductive Health" ("Програм 'Мушкарци као партнери' у Јужној Африци: Допирање до мушкараца циљем заустављања родно условљеног насиља и промовисање сексуалног и репродуктивног здравља"), International Journal of Men's Health 3 (2004) 173-188.

29 — АЖЦ, 2005.

30 — Радуловић, 2003.

31 — Отрочак, 2005.

32 — Н. Peele и Д. Андрић-Ружић EDS. "To Live With (out) Violence: A second look 2- Experts." ("Живјети са насиљем (без насиља): други поглед 2 - Стручњаци.") Завршни извјештај о насиљу над женама (Зеница: Босна Херцеговина и Medica Зеница, 1999) 54-55.

Оквир

2.

Насиље између мушкараца³³

Насиље које се дешава између мушкараца често је повезано са крутим родним нормама и динамиком моћи. Дјечаци и мушкарци су често научени да агресија и насиље према другима представљају прихватљиве начине за демонстрацију снаге и контроле, тј. да би избјегли да сами постану жртве насиља они морају починити насиље над другима.

Употреба насиља против других мушкараца може бити, између осталог, начин да се достигне друштвено признати статус мушкараца када су други облици признавања и афирмације недостижни или се сматрају недостижним. На овај начин насиље може послужити као механизам помоћу којег су неки мушкарци и дјечаци стављени или се држе у подређеном положају у односу на друге мушкарце.

Насиље између мушкараца такође може бити повезано са родним нормама које су темељ насиља над женама и дјевојкама. Насиље може дјеловати као средство цензуре и облик контроле мушког понашања. Оно може да се користи против мушкараца који се не придржавају крутих родних кодекса и норми, при чему је најекстремнији примјер хомофобично насиље над мушкарцима који имају сексуалне односе са другим мушкарцима (МСМ) или који себе идентификују као нехетеросексуални. Мушкарци који одступају од норми које се односе на мушко понашање, начин облачења, интересовања, итд. такође могу постати жртве насиља или злостављања.

Банде

Широм свијета, постоје примјери младића који се организују по расној, класној, националној или некој другој основи, било због узајамне заштите или због остваривања профита, често учествујући у насилним и/или илегалним активностима. Ове групе се разликују од мјеста до мјеста, а важно је разумјети контекст у којем оне постоје. Такође, вриједи напоменути да нису само сиромаштво и незапосленост разлози због којих поједини младићи учествују у банди, већ да ту постоје различити фактори – индивидуални, породични и локални контекст – који могу довести до тога да се младићи придруже овим групама. Важно је такође нагласити да чак и у оним заједницама у којима банде имају снажно

33 — G. Barker, C. Ricardo, i M. Nascimento, "Engaging men and boys in changing gender inequity in health: Evidence from programme interventions." ("Укључивање мушкараца и дјечака у промјене родне неједнакости у здравству: Докази из програмских интервенција") (Женева: Свјетска здравствена организација, 2007).

родне социјализације, могуће је промијенити овај пут. Доба адолесценције је кључна развојна фаза током које се родни идентитети изграђују и током које они могу и да се преобликују. Током овог периода у њиховим животима, понашање према женама или партнерима се увјежбава и преноси у зрело доба, а допирање до младића је пут да буде промијењен начин интеракције мушкараца са женама. У контексту напора који се чине на развоју младих рад на пружању подршке родно правичним конструкцијама међу младима такође може ојачати развој лидерства код њих, укључујући и њихову способност да се шире укључе као актери у заговарању родне равноправности.

учитељима (Assis, 1999). Слично, друго истраживање спроведено у Бразилу међу младићима из подручја у којем су "командоси" имали јак утицај идентификовало је значај алтернативних модела, способност да се створе позитивна размишљања упркос различитостима, као и значај ненасилних вршњачких група у настојању да се сиромашна омладина удаљи од насилних група.³⁶

Млади представљају кључну прилику за изградњу алтернативне дефиниције маскулинитета и смањење родно заснованог насиља. Иако на младиће утичу снажне силе да усвоје традиционални концепт маскулинитета током њихове

Оквир 3: Резиме

- › Насиље се у неким ситуацијама дешава чешће него у другим и широм свијета већа је вјероватноћа да ће оно бити почињено од стране мушкараца и против њих – најчешће младића. У јавној сфери највећа је вјероватноћа да ће младићи бити починиоци насиља, али истовремено и његове жртве. У приватној сфери – као што су дом и други приватни простор – у већини случајева мушкарци су агресори, а жене су жртве.
- › Насиље је научено понашање. Дјечаци и младићи уче да буду насилни посматрајући своје очеве и браћу како користе насиље. Охрабривањем да се играју са пушкама и пиштољима и награђивањем када се туку. Причом да је једини начин да буду "прави мушкарци" ако се потуку са сваким ко их увриједи. Бивајући третирани на насилан начин или подвргнути насиљу од стране својих вршњака или породица. Бивајући научени да је испољавање љутње и агресивног понашања у реду, а да испољавање туге или кајања није.
- › Концепт родно заснованог насиља покушава да направи разлику између насиља које се заснива на родним очекивањима и/или на полном или родном идентитету друге особе и других облика насиља. Током протекле деценије међународна заједница је почела да користи израз "родно засновано насиље" умјесто "насиље над женама" са намјером да пребаци фокус са жена као жртава и да нагласи како улога родних норми, неједнакост и односи моћи повећавају осјетљивост жена на насиље.
- › Насиље које се дешава између мушкараца често је повезано са крутим родним нормама и динамиком моћи. Употреба насиља против других мушкараца може бити, између осталог, начин да се постигне друштвено признати статус мушкарца када су други облици признавања и афирмације недостижни или се сматрају недостижним. На овај начин насиље може послужити као механизам помоћу којег су неки мушкарци и дјечаци стављени или се држе у подређеном положају у односу на друге мушкарце.
- › Млади представљају кључну прилику за изградњу алтернативне дефиниције маскулинитета и смањење родно заснованог насиља. Рад са младићима на смањењу родно заснованог насиља је од пресудног значаја, јер су младићи спремнији од старијих мушкараца да науче користити алтернативе насиљу комуницирајући са својим партнерима са поштовањем. Поред тога, доба адолесценције је кључна развојна фаза током које се родни идентитети изграђују и током које они могу и да се преобликују.

Оквир

3.

присуство нису сви младићи укључени у банде. Генерално, само мањина бива укључена.

Постојали су и још постоје различити покушаји да се сузбију ове групе младића, првенствено путем полицијске репресије. Различита искуства су показала да полицијска репресија није адекватан одговор. Рад од којег се много очекује када је ријеч о бандама указује на значај нуђења алтернатива младићима који учествују или имају потенцијал да учествују у бандама: културне активности, приступ запослењу, могућности за учешће у заједници и мјеста на којима би се младићи дружили – као помак у односу на репресију.

Јасно је да за неке младиће насиље представља начин формирања идентитета. За многе од њих адолесценција је доба живота када размишљају о питању: ко сам ја? Младић може дефинисати себе као неког ко је добар ђак,

религиозан, спортиста, вриједан радник, умјетник, стручњак за компјутере или на разне друге начине. Али он такође себе може дефинисати и као бандит. Истраживања спроведена међу младићима који су укључени у ове насилне групе у САД и Бразилу су довела до закључка да они имају осјећај припадности и идентитета који не могу наћи ни на једном другом мјесту.³⁴ За многе сиромашне, социјално искључене младиће који живе у урбаним срединама, припадање насилној групи представља начин да преживе, да се осјећају важнима и да стекну осјећај припадности у својим животима. Са друге стране, када младићи открију свој идентитет у другачијем окружењу, као ученици, очеви, партнери или мужеви, у музици, на послу, у спорту, у политици (у зависности од врсте политичке групе), у религији (опет, у зависности од врсте религије), или чак у комбинацији свих поменутих – они углавном остају изван банди или насилних група.

Флексибилност, младићи и превенција насиља

Како можемо објаснити да неки млади људи одређеног поријекла бивају укључени у насилне активности као што су банде, док други млади људи који долазе из исте средине то не чине? Недавно истраживање је идентификовало индивидуалне и породичне карактеристике младих који живе у сиромашним подручјима и у околностима високог ризика, а који постану успјешни у школи и на послу, и не постану чланови банди и других насилних група.¹ Ова истраживања често се позивају на концепт флексибилности, што подразумева "успјешно прилагођавање, упркос ризику и различитостима". Флексибилност је концепт који нам помаже да схватимо субјективне стварности и индивидуалне разлике којима су млади људи изложени и нуди увид у то како да стимулишемо позитивне начине за пре-

вазилажење невоља у посебно тешким околностима. Другим ријечима, флексибилност значи да неки младићи, чак и у тешким околностима, проналазе позитивне алтернативе за превазилажење ризика који их окружују. У компаративној студији спроведеној међу мушким малољетним делинквентима из Рио де Жанеира и њиховим рођацима и браћом који то нису, аутор је уочио низ заштитних фактора који фаворизују неделинквенцију међу младићима. У овој студији млади људи који нису били делинквентни или флексибилни: 1) показивали су већи оптимизам у погледу своје животне стварности, 2) били су способнији да се вербално изразе, 3) били су најстарије или најмлађе дијете у породици, 4) имали су благ темперамент и 5) показивали су јаку, присну везу са својим родитељима или

34 — Gary Barker "Dying to be Men: youth, masculinity, and social exclusion." ("Умријети као мушкарца: младост, маскулинитет и социјална искљученост") (Routledge: Global Public Health, 2007.)

35 — Ibid.

Перспектива дјевојака

Шта је насиље?

Уједињене нације дефинишу насиље као било какав акт који изазива или би могао изазвати тјелесну, сексуалну или душевну штету или бол, укључујући и пријетње оваквим актима, застрашивање или намјерно ограничавање слободе и то у јавном или приватном животу. Широм свијета жене најчешће доживљавају насиље од стране интимног мушког партнера (СЗО, 2002). Управо они мушкарци које познају, а врло често и они које највише воле и којима вјерују, су они мушкарци од којих им пријети највећи ризик. Истраживање у различитим земљама

је утврдило да је између 15% и 71% оних жена које су икада биле у вези доживјело физичко или сексуално насиље, или и једно и друго, од стране интимног партнера (СЗО, 2005). Често ове разне врсте насиља коегзистирају у вези; физичко насиље је често праћено психолошким насиљем, а у многим случајевима и сексуалним насиљем (СЗО, 2002). Док се већина насиља над женама дешава у овим приватним контекстима, жене доживљавају насиље и изван куће у јавним просторима као што су школе и радна мјеста.

Шта је родно засновано насиље?

У земљама источне Европе већина закона и политика користи "породично насиље" или "насиље у породици" за означавање чинова насиља над женама и дјецом од стране мушких интимних партнера. Међутим, дошло је до великог помака према употреби "родно заснованог насиља" или "насиља над женама" да буде обухваћен широк спектар чинова насиља које жене доживљавају од стране интимних партнера, чланова породице и других појединаца изван породице. Ови термини такође скрећу пажњу на чињеницу да су родне динамике и норме нераскидиво повезане са употребом насиља над женама.

Велики дио употребе насиља над женама од стране мушкараца почиње када су жене и мушкарци још млади и често обликује природу њихових каснијих интимних односа. Чињеница да мушкарци, посебно младићи, чешће користе насиље него жене, указује на потребу да се преиППИта како су дјечаци и младићи одгојени и да се преиППИтају круте норме маскулинитета које повезују мушкараце са чврстином или доминацијом и дозвољавају и подстичу њихову употребу агресије (физичке, психолошке и/или сексуалне) да би доказали маскулинитет. Ове круте норме маскулинитета, које повезују мушкараце са доминацијом, су додатно оснажене нормама које повезују жене са пасивношћу. Иако традиционалне родне улоге и динами-

ка моћи врше значајан утицај на присуство насиља у интимним везама, узроци насиља су вишеструки и произлазе из сложених интеракција између фактора који се односе на појединце, везе, заједницу и друштво. Насиље се не догађа само одређеној врсти жена – оно прелази друштвено-економске, вјерске, расне и културне границе. Међутим, одређене групе жена, укључујући дјевојке и жене које живе у сиромаштву, имају тенденцију да доживљавају несразмјерно већи ниво насиља од других група. Сиромаштво се може посматрати као маркер за различите друштвене услове, укључујући повишен стрес и осјећај неадекватности мушкараца, што повећава учесталост насиља. Осим тога, жене из заједница са ни-

ским приходима често су више угрожене због неадекватног приступа социјалним службама и подршци. Насиље има многе посљедице на физичко, сексуално, репродуктивно и психичко здравље жена. Поред тога, утицај насиља може трајати дуго након што је злостављање престало; многе жене сматрају да психолошке посљедице доживљавања насиља спадају међу најдуготрајније и најразорније. У скорије вријеме све већа пажња се посвећује вези између насиља и сексуалног и репродуктивног здравља жена, посебно угрожености од HIV-а. Жени која доживљава насиље у вези може бити тешко да преговара о сигурном сексу, посебно ако је млада и мање искусна у преговорима о сексуалним праксама (NOOS и Промундо 2002). Не користе само мушкарци насиље - жене такође користе насиље. У многим случајевима употреба агресије од стране жена је у контексту везе и представља одговор на насиље почињено над њима и/или осјећај немоћи. Ипак, и док жене такође користе насиље над мушкарцима, мушкарци су ти који су одговорни за огромну већину насилних инцидената.

Сексуално насиље

Сексуално насиље је сваки нежељени сексуални чин или покушај укључивања у сексуални чин путем физичког, психолошког или емоционалног застрашивања, нпр. говорећи "да ме волиш, имала би секс са мном". Као и код других облика насиља над женама, основни

фактор сексуалног насиља је често изражавање мушке моћи и доминација над женама.

Широм свијета многе дјевојке и одрасле жене, посебно оне које живе у сиромаштву, подложне су сексуалном искориштавању и трговини људима. Не постоје прецизни бројеви, али недавна истраживања указују на процјену да око четири милиона жена и дјевојака буде купљено и продато широм свијета, било у сврху присилног сексуалног рада, ропства или брака. Ове жене и дјевојке изложене су многим врстама насиља, укључујући психолошко застрашивање, физичку силу и сексуално искориштавање.

Круг насиља је веома сложен. Насиље је модел учења и начин на који се моћ дистрибуише у вези. Као што је већ наведено, мушкарци су у већини случајева починиоци насиља над женама у вези, у многим породицама батине се користе као педагошки метод за дјецу, а дјеца, с друге стране, доживљавају насиље као модел понашања које они користе да "образују" другу дјецу око њих и да преузму контролу и моћ над другом дјецом или животињама. У већини случајева они користе насиље као модел понашања као и одрасли у њиховим породицама. Ова тема је врло осјетљива. Имајући у виду статистике породичног насиља, постоји могућност да ће у групи, међу учесницима, бити жртава или свједока насиља. Може бити тешко носити се са овом ситуацијом, тако да би требало да им покушате помоћи и упутити их на особу или организацију којој се могу обратити.

Сексуално насиље и приступ хитној контрацепцији

Хитна контрацепција је од суштинске важности за жене које доживе силовање или други облик секса без пристанка. Она може значајно смањити ризик жене да остане у другом стању ако се правилно користи у року од 72 сата након незаштићеног сексуалног односа. Нажалост, због законских препрека и других систематских ограничења широм свијета, многе жене немају знање или приступ овој опцији.

Перцепција родно заснованог насиља

Постоји низ перцепција и дефиниција онога што се квалификује као насиље над женама. Често, постоји дискурс "оправданих" и "неоправданих" разлога за насиље. Људи могу пребацити дио кривице на жртву, можда говорећи да је жена која је жртва изазвала мушкарца. Може се чути да је жена "то тражила" или да њен остатак у вези значи да мора да јој се "свиђа" или да јој "не смета" насиље. У стварности, разлози због којих жене остају у насилним везама су сложени и често вишеструки. Квалитативна истраживања су показала да жене нису пасивне жртве насиља, али да је њихов одговор ограничен питањима као што су страх од одмазде, недостатак алтернативне економске подршке, забринутост за дјецу, недостатак друштвене или емоционалне подршке или се надају да ће се њихов мушки партнер промијенити или да ће насиље престати. Емоционална укљученост и, у многим случајевима, економска зависност у интимној вези имају важне импликације за динамику насиља у вези и начином на који се жене носе са таквим насиљем.

Разбијање тишине

Велики број жена никад не говори другима о злостављању које доживљавају. Ако се и обрете некоме, то су често чланови породице и пријатељи, а не институције које могу понудити формалну социјалну и/или правну подршку. Многе жене наводе да је страх од одмазде најзначајнији фактор који их спречава да траже помоћ и/или прекину везу. Осим тога, жена може осјећати обавезу да остане у насилној вези, посебно ако је удата и/или су укључена дјеца. За неке жене економске посљедице напуштања интимног мушког партнера могу превагнути над непосредним физичким и психолошким посљедицама насиља. Све у свему, постоје многи друштвени фактори и фактори заједнице који утичу на одговор жене на насиље.

Социјална подршка за спречавање и одговор на насиље

Из перспективе здравља питање насиља треба да буде укључено у домен редовне здравствене заштите жена и мушкараца. Обучени и сензитивни пружаоци услуга морају бити у стању да разговарају и препознају кључне знакове и симптоме насиља и да обезбиједу приступ основним услугама у хитним и ризичним случајевима, укључујући и хитну контрацепцију. Социјални и правосудни системи треба да препознају и да се позабаве како онима који чине насиље, тако и онима који трпе насиље, укључујући и пружање услуга и подршке на осјетљив и праведан начин. Превише младића и дјевојака је доживјело насиље или свједочило насиљу у неком тренутку у њиховом животу (или у различитим тренуцима у њиховим животима). Да би се спријечило и одговорило на насиље, треба да радимо на прекидању циклуса насиља оснаживањем дјевојака и младића да изграде равноправне и ненасилне личне везе. Осим тога, треба да радимо у широј заједници и на нивоу друштва како бисмо промовисали позитивне промјене у заједници и друштвене норме које се односе на род, као и то како мушкарци и жене посматрају једни друге и понашају се једни према другима.

*Велики број жена
никад не говори
другима о зло-
стављању које
доживљавају*

Мушкарци и кампања Бијела врпца

Кампања Бијела врпца је међународна кампања за подизање свијести мушкараца која настоји да заустави насиље мушкараца над женама. Ову кампању је 1991. године започело неколико канадских мушкараца и до сада се проширила на најмање тридесет земаља широм свијета. Бијела врпца је симбол обећања мушкарца да никада неће починити, одобравати или ћутати о насиљу над женама (www.whiteribbon.ca).

Радионица 6: Шта је насиље?

ЦИЉ:

Идентификовати различите типове насиља који се могу појавити у интимним односима, породицама и заједницама.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир и маркери, копије студија случаја из Табеле ресурса А и Табеле ресурса Б.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Прије почетка сесије о насиљу важно је истражити локално релевантне информације које се тичу насиља, укључујући постојеће законе и социјалну помоћ за оне који користе и/или су жртве насиља. Такође је важно да се припремите како бисте могли упутити учеснике на одговарајуће службе уколико неко од њих открије да је жртва насиља или злостављања.

Студије случаја из Табеле ресурса А осликавају различите примјере насиља, укључујући кориштење физичког, сексуалног и емоционалног насиља мушкараца над женама у интимним односима, кориштење физичког насиља мушкараца над женама изван контекста интимног односа, физичко насиље између мушкараца и институционално или насиље на нивоу заједнице над појединцима или групама људи. Уколико је потребно, можете направити адаптације ових студија случаја или осмислити нове у којима бисте обрадили друге типове насиља који се такође јављају у интимним односима, породицама и/или заједницама.

ПРОЦЕДУРА:

Први дио – Шта нама значи насиље? (30 минута)

1. Замолите групу да сједну у круг и да у тишини размисле неколико тренутака шта за њих значи насиље.
2. Замолите сваког учесника да са остатком групе подијели мишљење о томе шта за њих значи насиље. Напишите одговоре на флипчарт папир. Алтернативни корак: Замолите учеснике да напишу или нацртају шта за њих значи насиље.
3. Разговарајте са учесницима о неким од заједничких елемената у њиховим одговорима, као и о неким јединственим ставовима. Прегледајте наведене дефиниције насиља и реците учесницима да често

нема јасне или једноставне дефиниције насиља те да ћете у другом дијелу вјежбе прочитати серије студија случаја да бисте им помогли да размисле о различитим значењима и типовима насиља.

- › **Физичко насиље:** употреба физичке силе као што су ударање, шамарање или гурање.
- › **Емоционално/психолошко насиље:** обично је то најтежи облик насиља за препознавање. Оно може укључивати понижавање, пријетње, увреде, притиске, изразе љубоморе или посесивности као што су контролисање одлука и активности.
- › **Сексуално насиље:** притисак или присиљавање некога на вршење сексуалних радњи (од љубљења до секса) против њихове воље или изговарање сексуалних коментара који чине да се неко осјећа понижено или непријатно. Није важно да ли је претходно постојало понашање које је одавало утисак пристанка на секс.

Насиље се такође често категорише и према односу између жртве и починиоца³⁷:

- › **Насиље усмјерено према себи** се односи на насиље у којем су починилац и жртва једна те иста особа и дијели се на самозлоупотребу и самоубиство.
- › **Интерперсонално насиље** се односи на насиље између појединаца.
- › **Колективно насиље** се односи на насиље почињено од стране већих група појединаца и дијели се на социјално, политичко и економско насиље.

Други дио – Дискусија о различитим типовима насиља (60 минута)

4. Прочитајте сваку студију случаја о насиљу и користите церемонијалну палицу за говор како бисте започели дискусију са питањима која слиједе после сваке студије случаја.
5. Након што прочитате све случајеве, дискутујте о сљедећим питањима.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Које врсте насиља се најчешће дешавају у интимним везама између мушкараца и жена? Шта проузрокује ово насиље? (Примјери могу укључивати физичко, емоционално и/или сексуално насиље које мушкарци користе над дјевојкама или супругама, као и насиље које жене могу користити над својим момцима или мужевима).
2. Које врсте насиља се најчешће дешавају у породицама? Шта проузрокује ово насиље? (Примјери могу укључивати родитељску употребу физичког, емоционалног или сексуалног насиља над дјецом или друге типове насиља међу члановима породице).

37 — Текст преузет из <http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/index.html>. Последњи пут приступљено 11.02.2011.

3. Које врсте насиља се најчешће дешавају изван интимних односа и породица? Шта проузрокује ово насиље? (Примјери могу укључивати физичко насиље међу мушкарцима, насиље у вези са бандама или ратовима, силовање од стране непознате особе и емоционално насиље или стигму наспрам неких појединаца или група у заједници).
4. Постоје ли други типови насиља који се односе на пол неке особе? Који је најубичајенији тип насиља који се примјењује над женама? (погледајте дио Табеле ресурса Б – Шта је родно засновано насиље?) А који над мушкарцима?
5. Да ли су само мушкарци насилни или су и жене такође насилне? Који је најубичајенији тип насиља који мушкарци користе над другима? Који је најубичајенији тип насиља који жене користе над другима?
6. Да ли нека особа – мушкарац или жена – икада "заслужује" да буде ударена или да буде жртва неког типа насиља?
7. Какве су последице насиља по појединце? По односе? По заједнице?
8. Шта можете ви и други младићи урадити да зауставите насиље у вашој заједници?

ЗАВРШЕТАК:

На свом основном нивоу насиље се може дефинисати као употреба силе (или пријетња силом) једног појединца над другим. Насиље се често користи као начин контроле друге особе, како би била успостављена моћ над њом. Оно се дешава свугдје у свијету и често потиче од начина на који су појединци, посебно мушкарци, одгојени да се носе са љутњом и конфликтом. Обично се претпоставља да је насиље "природан" или "нормалан" дио мушкарца. Међутим, насиље је научено понашање и у том смислу може да се одучи или спријечи. Као што је било дискутовано у другим сесијама, мушкарци су често социјализовани на начин да потискују своје емоције и љутња је понекад један од ријетких друштвено прихватљивих начина за мушкарце

да искажу своја осјећања. Штавише, мушкарци су некад одгајани да вјерују да имају "право" да очекују неке ствари од жена (кућни послови или секс, на примјер) и право да користе физичко или вербално злостављање ако жене не пруже ове ствари. Важно је размислити о томе на који начин су ове круте родне улоге, које се односе на то како би мушкарци требало да изразе своја осјећања и како би требало да се односе према женама, штетне и за мушкарце као појединце и за њихове односе. У вашим свакодневним животима од фундаменталног је значаја да ви, као младићи, размислите о томе шта ви можете да урадите да се јавно изјасните против употребе насиља од стране других мушкараца.

ВЕЗА

Ова активност се такође може повезати са једном од претходних активности "Изражавање сопствених осјећања" и дискусијом о томе како се носити са љутњом.

ТАБЕЛА РЕСУРСА А:

СТУДИЈЕ СЛУЧАЈА О НАСИЉУ

Студија случаја бр. 1

Мирко и Лидија су млади брачни пар. Миркова породица долази у њихов дом на вечеру. Он је врло забринут тиме да ли ће се они лијепо провести и жели да им покаже како је његова супруга изврсна куварица. Али, кад се те ноћи вратио кући ништа није било спремљено. Лидија се није осјећала добро и још није била почела са прављењем вечере. Мирко је веома узнемирен. Он не жели да његова породица мисли да он не може контролисати своју жену. Почињу се свађати и викати једно на друго. Сукоб брзо ескалира и Мирко је удара.

- › Како би Лидија требало да реагује?
- › Да ли је Мирко могао реаговати другачије у овој ситуацији?

Студија случаја бр. 2

Ви плешете са групом пријатеља у диско клубу. На одласку запазите један пар (младић и дјевојка, очигледно у вези) који се свађа на улазу. Он је назива кучком и пита је зашто је флертовала са другим момком. Она каже: "Нисам га гледала... а и да јесам, зар нисам са тобом?" Он опет виче на њу. Коначно, она каже: "Немаш право да ме тако третираш". Он је назива безвриједном и говори јој да му се макне с очију – не може да поднесе да је гледа. Онда је удара и она пада. Она вришти на њега говорећи да нема право да то уради.

- › Шта бисте ви урадили? Да ли бисте отишли? Да ли бисте рекли нешто? Зашто да и зашто не?
- › Да ли би било другачије да је неки момак ударио другог момка?
- › Шта можете урадити у ситуацијама као што је ова? Које су ваше опције?
- › Каква је наша одговорност да спријечимо друге да користе насиље?

Студија случаја бр. 3

Михајло је старији момак који потиче из богате породице. Једног дана среће Петру како иде кући из школе и њих двоје кратко разговарају. Сљедећег дана он се опет среће с њом и то се наставља до оног дана када он одлучи

да позове Петру да изађу на вечеру. Када су изашли на вечеру он саопшти Петри колико му се она свиђа и потом је позове да оду до његове куће. У његовој кући они се почињу љубити и Михајло почиње додиривати Петру испод блузе. Али, Петра онда престаје да се љуби и каже да не жели ићи даље. Михајло је бијесан. Говори јој да је провео доста времена са њом и каже: "Шта ће рећи моји пријатељи?". Он врши притисак на њу да промијени своје мишљење. Прво покушава да буде заводљив, а затим почиње да виче на њу у љутњи. Онда је почиње вући на силу и гурати према доле. Затим је присиљава на секс иако она наставља говорити: "Не, стани!"

- › Да ли је ово врста насиља? Зашто и зашто не?
- › Шта мислите да је Михајло требало да уради?
- › Шта мислите да је Петра требало да уради?

Студија случаја бр. 4

Оливер је имао тежак дан у школи. Има проблема са својом мајком због оцјена у школи и она му каже да то вече не може изаћи напоље. На часу он не може одговорити на питање професора. На игралишту, након часа, Рената, дјевојка из Оливеровог разреда, му се смије јер није могао одговорити на једноставно питање. "Било је тако лако. Зар си заиста толико глуп?". Оливер јој каже да ућути и гура је уза зид. Рената је бијесна и говори: "Ако ме опет дирнеш, видећеш..." Оливер одговара: "Не, ти ћеш видјети..." Он је ошамари, окрене се и оде.

- › Да ли мислите да је Оливер био у праву када је ударио Ренату?
- › Како је другачије могао реаговати?

Студија случаја бр. 5

Група пријатеља иде на плес. Један од њих Иван, примјећује да неки момак зури у његову дјевојку. Иван му прилази, гурне га и почиње туча.

- › Зашто је Иван реаговао на овакав начин? Мислите ли да је био у праву да гурне другог момка?

- › Да ли је могао реаговати другачије?
- › Шта су његови пријатељи требали урадити?

Студија случаја br. 6

У многим заједницама људи који живе са HIV и AIDS-ом су одбачени. Вријеђају их. Некад се њиховој дјечи не дозвољава да иду у школу.

- › Да ли је ово врста насиља?
- › Да ли мислите да ова врста дискриминације повређује људе који живе са HIV и AIDS-ом?
- › Шта се може учинити како би биле спријечене овакве ствари?

Студија случаја br. 7

Моника је деветнаестогодишња студенткиња која се недавно, заједно са колегиницом са факултета, уселила у једнособан изнајмљени стан у близини кампуса. Моника је HIV позитивна од своје 17. године. Она узима лијекове за HIV које мора стално чувати у фрижидеру. Једног дана њена цимерка је пита за шта су ти лијекови. Моника одлучује да буде искрена и говори својој цимерки да је HIV позитивна. Њена цимерка је потресена и бијесна. Она говори Моника да мора одмах напустити стан прије него што пренесе инфекцију на њу.

- › Шта мислите о начину на који је цимерка реаговала?
- › Мислите ли да постоји ризик за цимерку да буде инфицирана тиме што живи са Моником?
- › Да ли је ово једна врста насиља?
- › Шта се може учинити како би биле спријечене овакве ствари?

Студија случаја br. 8

Валентино и Анита су млади пар који је управо добио своје друго дијете. Прије него што су се одлучили да имају дјecu, они су се договорили да ће Анита бити та која ће остајати код куће и бринути о дјечи, док ће Валентино радити и зарађивати новац. Међутим, у посљедње вријеме Валентино је почео да даје Анити све мање и мање новца. У почетку, она је морала да откаже часове њемачког језика, затим није имала довољно новца да себи купује одјећу, нити да оде на кафу са својим пријатељицама. Када би

споменула ово питање Валентину, он би само рекао: "Немамо довољно новца. Ти ионако превише тражиш, а не зарађујеш ништа". Када Анита спомене да он излази скоро свако вече са својим пријатељима и да би једно вече за промјену она могла изаћи са својим пријатељицама, он одговара: "Да, ја много излазим, али ја се морам одморити од посла. Ти проводиш цијели дан код куће не радећи ништа".

- › Да ли је ово нека врста насиља? Зашто да или зашто не?
- › Шта мислите да би Анита требало да уради?
- › Да ли је Валентино могао реаговати другачије?
- › Шта бисте ви урадили у оваквој ситуацији?

Студија случаја br. 9

Група пријатеља се дружи у парку. Јасна је тиха и интровертна дјевојка, а Ивица је задиркује због тога. Она не реагује на његова задиркивања, али Горан, коме се она свиђа, одлучује да је брани. Он говори Ивици да прекине и њих двојица улазе у расправу. Горан удара Ивицу након чега избија туча.

- › Шта мислите о начину на који се Ивица понаша према Јасни? Да ли је ово нека врста насиља? Зашто да или зашто не?
- › Шта мислите о начину на који је Горан реаговао? Да ли је ово нека врста насиља? Зашто да или зашто не?
- › Шта бисте ви урадили у ситуацији попут ове?

Студија случаја br. 10

Крешо је млади геј мушкарац који је недавно јавно открио својој породици и пријатељима да је хомосексуалац. Испочетка, породици је било тешко да то прихвати, али су напосљетку промијенили свој став. У школи, међутим, неки клинци су почели да га називају "педером" и другим погрдним именима. Такође га доста малтретирају, а понекад чак и претуку.

- › Да ли је ово једна врста насиља? Зашто да или зашто не?
- › Шта Крешо може учинити?
- › Шта његови пријатељи могу учинити?
- › Шта бисте ви урадили у ситуацији попут ове?

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

ШТА ЈЕ РОДНО ЗАСНОВАНО НАСИЉЕ?

На многим мјестима већина закона и политика користи "породично насиље" или "насиље у породици" да укаже на чин насиља над женама и дјецом од стране интимног партнера, обично мушкарца. Међутим, постоји све већа промјена у вези са употребом "родно заснованог насиља" или "насиља над женама" да би се обухватио широки спектар чинова насиља које интимни партнери, чланови породице и други појединци изван породице врше над женама. Ови термини фокусирају се на чињеницу да су родна динамика и родне норме уско повезани са употребом насиља над женама (Велсебоер, 2003). У својој суштини концепт РЗН покушава да направи разлику између насиља које је засновано на очекивањима у вези са родним улогама и/или на полном и родном идентитету друге особе, од других типова насиља. Док се РЗН може примјенити на жене и мушкарце, дјевојке и младиће, напори на заустављању РЗН се у највећој мјери фокусирају на заустављању насиља над женама и дјевојкама, јер су оне те које су у највећој мјери погођене овим насиљем.

У наставку је наведена дефиниција родно заснованог насиља и насиља над женама на основу Декларације о елиминацији насиља над женама из 1994. године, коју је усвојила Генерална скупштина Уједињених нација:

... било који чин који доводи, или за који је вјероватно да ће довести до физичке, сексуалне или психолошке штете или патње жена због тога што су жене или мушкараца због тога што су мушкарци, укључујући пријетње од таквих чинова, принуду или произвољно лишавање слободе, без обзира на то да ли се појављује у јавном или приватном животу.

... треба да буде схваћено да обухвати, али да се не ограничи на сљедеће:

- › Физичко, сексуално и психолошко насиље које се јавља у породици, укључујући злостављање, сексуалну експлоатацију, сексуално злостављање дјече у домаћинству, насиље засновано на миразу, брачно силовање, сакаћење женских гениталија и друге традиционалне праксе штетне за жене, несупружничко насиље и насиље у вези са експлоатацијом
- › Физичко, сексуално и психолошко насиље које се јавља у оквиру цјелокупне заједнице, укључујући силовање, сексуално злостављање, сексуално узнемиравање и застрашивање на послу, у образовним институцијама и на другим мјестима, трговину женама и присилну проституцију
- › Физичко, сексуално и психолошко насиље почињено или занемарено од стране државе или институције, кад год се појави.

ДОДАТНА ТАБЕЛА РЕСУРСА

Студије случаја за дискусију

ВОЈИН пита Сузану да изађе са њим једно послеподне. Они кратко разговарају, поједу нешто и Војин је позове у мотел говорећи да има нешто новца да може провести неколико сати тамо. Сузана се слаже. Они су дошли до мотела и почели љубити и миловати. Војин почиње да скида њену одјећу. Сузана га зауставља и каже да не жели имати секс. Војин је бијесан. Он јој каже да је потрошио много новца на собу и каже: "Шта ће рећи моји пријатељи?". Он врши притисак на њу да се предомисли. Прво покушава да буде слаткорјечив и заводљив, а затим почиње да виче на њу у фрустрацији. Коначно, повуче је снажно, гурајући је на кревет.

АМИНА излази са Едијем већ неколико мјесеци. Недавно, Еди је почео стално да јој поставља питања: с ким разговара у разреду, зашто није код куће када је позове, зашто проводи толико времена са својим пријатељицама када би могла бити са њим и тако даље. Амина је покушала да не обраћа пажњу на та питања, али у посљедње вријеме Еди је почео да наваљује све више и постајао је све љући. Викао је на њу у ходницима у школи и називао је разним именима. Након тога он се обично извини, али једном ју је чак и ударио. Он каже да је узнемирен због тога што је толико воли, а она га "излуђује" љубомором.

ИСИДОРА је са својим момком већ скоро годину дана. Недавно је почео да јој говори да има вишак килограма и да му је превише непријатно да иде било гдје са њом. Све вријеме коментарише тијела других жена и колико би Исидора изгледала више секси ако би изгубила на тежини. Једва да јој допушта да једе. Каже јој да, када смршави, они се могу вјерити.

ЈОВАНА је тек кренула у средњу школу када је упознала Милана. Он није био попут иједног другог мушкарца којег је икада упознала. Он је био њена прва љубав и она је проводила све своје слободно вријеме са њим. Она је престала да се дружи са својим пријатељицама и њене оцјене у школи су се поквариле. Све вријеме је лагала својим родитељима о томе с ким је како би се могла виђати са њим цијело вријеме. Он је био веома љубоморан и она није могла имати иједног мушког пријатеља а да се он не наљути на њу. Након што су излазили два мјесеца почели су пуно да се свађају зато што она није жељела да има секс са њим. Једног дана су се јако посвађали и он ју је ударио.

МАЈА има 21 годину и живи у туристичком граду. Прошле године је упознала странца, банкара, с којим је почела да излази. Није рекла својој породици о тој вези. Иако је он био старији, она је вољела да излази са њим, посебно када су излазили у скупе ресторани и популарне клубове. Непосредно прије него што се морао вратити у своју земљу, мушкарац је позвао Мају да се врати са њим. Обећао јој је да ће јој бити лако тамо наћи посао и она је прихватила његов позив. Након што су дошли у његову земљу, он јој је одузео пасош и почео изузетно да је контролише, па чак и да је повремено физички злоставља. Она је такође открила да он није био банкар и да нема много новца. Осјећала се веома изоловано и усамљено. Била је далеко од својих пријатеља и породице и није говорила локални језик. Мушкарац ју је присилио да почне радити као стриптизета, што се плаћало прилично добро, али је то био напоран посао и често укључивао навођење на секс.

СОФИЈА је отишла на плес са својим момком Павлом и неким пријатељима. Док су сви плесали, Софија је приметила да друга дјевојка плеше у Павловој близини и да му се све више приближава. Софија је отишла да их раздвоји и стави јасно до знања тој дјевојци да је Павле њен момак. Дјевојка се повукла. Након неког времена Софија је отишла са пријатељицом



Фото Бранко Бирач

по пиће, а када се вратила видјела је да иста дјевојка поново плеше поред Павла, али овај пут на врло заводљив начин. Софија се наљутила, назвала ју је дрољом, напала дјевојку, почупала је за косу и ошамарила.

МОНИКА има сина Мислава, који има 11 година и веома је креативан и енергичан. Међутим, он стално упада у невоље у школи. Моникин супруг Стеван често је криви због Мислављевог лошег понашања, говорећи јој да проводи превише времена на послу умјесто да више буде код куће и пази на Мислава. Једног дана Моника и њен супруг су се јако посвађали и он је удара. Повријеђена и љута Моника напада Мислава говорећи му да је он незахвалан син и да јој само доноси проблеме.

СИНИША је био популаран и згодан и у почетку Мина није могла вјеровати када је он почео да показује интересовање за њу. Она никада није имала момка и увијек је била свјесна свог изгледа, поготово своје тежине. Синиша је почео да шаље Мини поруке цијело вријеме, често коментари-

шући како мисли да је она лијепа. Једног дана Синиша је затражио од Мине да му пошаље своје фотографије. У почетку она је била стидљива, али је на крају послала неке фотографије. Синиша је рекао дивне ствари о њима и Мина се почела осјећати лијепо први пут у животу. Синиша је потом питао Мину да му пошаље другу врсту фотографија, ње у купаћем костиму и у краткој сукњи, а потом ју је замолио да му пошаље њену слику у топлесу. Она се није осјећала сасвим пријатно правећи такву врсту фотографије, али није жељела да га одбије. Након што је послала Синиши фотографију, он је, међутим, одговорио само са три ријечи - "ти ружна свињо". Мина је био шокирана и повријеђена. Убрзо након тога почела је да добија текстуалне поруке од других младића у њеној школи, младића са којима никада није разговарала, који су је такође називали ужасним именима. Она је сазнала да је Синиша послао њену фотографију у топлесу готово свима у школи. Мина је била понижена. Није жељела да се икада више врати у школу.

Радионица 7:

Жива будала или мртав херој

ЦИЉ:

Дискутовати о томе на који начин је "мушка част" повезана са насиљем и размислити о алтернативама насиљу које младићи могу користити када се осјећају увријеђенима.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Копије Табеле ресурса А.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

1. Подијелите учеснике у мале групе и подијелите студију случаја из Табеле ресурса А свакој групи.
2. Објасните да свака група треба да осмисли и презентује кратки скеч (3-5 минута) заснован на студији случаја. Реците им да студији случаја слободно могу додати још детаља уколико желе.
3. Дајте групама око 20 минута да дискутују о студији случаја и напишу скеч.
4. Позовите групе да изведу своје скечеве. Након сваког скеча дајте им времена за коментаре и дискусију засновану на следећим питањима:
 - › Да ли су ове ситуације реалистичне?
 - › Зашто понекад реагујемо на овакав начин?
 - › Када сте суочени са сличном ситуацијом, приликом које сте били увријеђени, како иначе реагујете?
 - › Како можете смањити тензију или агресију у оваквој ситуацији?
 - › Може ли прави мушкарац побјећи од туче?
5. Прочитајте наглас Табелу ресурса Б "Одакле долази мушка част?" и дискутујте о њој, а онда искористите следећа питања да резимирате сесију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ

1. Шта мушкарцима значи "мушка част"?
2. Шта то значи дјевојкама?
3. Да ли "мушка част" још постоји?

4. Шта можемо учинити да промијенимо ову културу "части"?
5. Могу ли дјевојке и на који начин помоћи да се промијени култура "части"?
6. Када знамо одакле ово долази, да ли нам то помаже да ово промијенимо?
7. Шта сте научили из ове вјежбе? Како можете ово применивати у сопственим животима и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Идеја "мушке части" је још јака у многим срединама. Да буду доживљени као опасни – као неко ко не бјежи од туче – многи младићи често виде као начин да осигурају поштовање и да их други не малтретирају. Међутим, као што смо већ дискутовали у овој активности, ова идеја "части" често са собом доноси и бројне

ризике и посљедице. И, док постоји велика вјероватноћа да ћете се осјетити увријеђеним више него једном у свом животу, веома је важно да научите како да се носите са оваквим ситуацијама и са сопственим осјећањима на начин који вас, а ни друге особе неће довести у опасност.

ТАБЕЛА РЕСУРСА А:

Студија случаја бр.1

Милан и Фабијан се свађају на одмору због школског задатка. Један другог оптужују за превару. Милан каже да ће га чекати напољу да разјасне ову ствар. Кад се час завршио...

Студија случаја бр.2

Група пријатеља се налази на фудбалској утакмици. Они су навијачи истог тима. Почине туча када један навијач противничког тима дође и ...

Студија случаја бр.3

Група пријатеља је у бару. Почине туча између једног младића и странца (такође младића) ...

Студија случаја бр.4

Група пријатеља иде на плес. Један од њих Амел види да неки момак зури у његову дјевојку. Туча почиње када Амел ...

Студија случаја бр.5

Срђан је заустављен у свом аутомобилу због гужве у саобраћају. Када покуша да скрене удесно, други аутомобил с његове лијеве стране му пресијече пут тако да он мора нагло заокочити. Срђан одлучи да ...

Студија случаја бр.6

Група младића сједи у парку. Један младић ромске националности пролази поред њих и туча избија када

Студија случаја бр.7

Лука и Емил су укључени у жестоку расправу. Емил подиже тон свога гласа и ...

Студија случаја бр.8

Група младића из малог града обилази главни град. На основу њиховог дијалекта лако се може закључити да они долазе из друге средине, што их доводи у сукоб са младићима из града када...

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

У многим културама име, част и понос мушкарца су важни фактори, понекад чак и екстремно важни. Неки истраживачи тврде да "култура части" у неким дијеловима Сјеверне и Јужне Америке долази од природе колонизације ових пограничних региона. У руралном Мексику, у дијеловима Јужне Америке и јужним дијеловима САД, мушкарци су често гонили стада стоке на земљи у регионима гдје границе нису биле јасно дефинисане. Није постојао судски систем нити систем спровођења закона у близини (у каубојским филмовима је уобичајено да постоје спорови око земље гдје шериф долази неколико дана након што је сукоб почео). Да би опстали, мушкарци су вјеровали да они сами морају бранити своју имовину. У таквим околностима било је неопходно да мушкарце виде као некога с ким се "не треба зезати". Да вас други виде као агресивног човјека или чак опасног човјека значило је да вас нико неће узнемиравати.

Мачизам је повезан са сликом опасног момка који има много сексуалних партнера (поред своје жене), који се бори да одбрани интегритет своје породице, који штити своју "част" и тражи опасност, често у облику свађа или двобоја. С тачке гледишта мачизма, мушкарци су "сексуални грабљивци", а жене су "чисте и невине". Према мачо култури, мјесто жене је у кући, док мушкарац показује своју мужевност кроз велики број сексуалних освајања и велики број дјеце. Тако је, за мачо мушкарца, "прави мушкарац" неко ко штити част жене у својој породици – своје супруге, сестара и мајке. Оне би требало да буду "чисте" и њихов сексуални живот и част не би никад требало да буду доведени у питање. Мушкарац у бару, који жели да се потуче са другим, треба само да упути поглед према дјевојци другог мушкарца и прастара традиционална сцена ће се одиграти. Исто ће се десити и ако он нешто каже о мајци или сестри другог мушкарца.

Ови и остали облици "мушке части" су дубоко укоријењени у нашој култури. Колико пута смо видјели групе мушкараца како размјењују увреде? Колико много ових увреда има везе са сексуалним освајањима? Размислите о томе колико много израза имамо да "окаљамо" репутацију нечије мајке. Ово је најгора увреда с којом се "прави мушкарац", у мачо свијету, може суочити – да неко сумња у чистоћу његове мајке, па самим тим сумња и у саму његову част.

⚙️ Радионица 8: Схватање циклуса насиља

ЦИЉ:
Дискутовати о посљедицама насиља и односу између насиља које дјевојке доживљавају и насиља који оне користе над другима.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Флипчарт папир, маркери, хемијске/обичне оловке и копије Табеле ресурса А или пет комадића папира за сваког учесника.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Ако учесница каже да је доживјела било коју врсту насиља или да је недавно доживјела било какву врсту злостављања – укључујући сексуално злостављање или систематско физичко злостављање код куће – и ако је млађа од 18 година, у неким земљама водитељ мора пријавити ову чињеницу институцији за заштиту дјете и адолесцената. Прије спровођења било каквог задатка из овог приручника водитељ треба да се консултује са својом организацијом и разјасни релевантне етичке и правне захтјеве у вези са насиљем над особама млађим од 18 година.

ПРОЦЕДУРА:

- Прије почетка сесије залијепите пет комада флипчарт папира на зид. На сваки папир напишите једну од пет наведених категорија:
 - › Насиље кориштено против мене;
 - › Насиље које користим над другима;
 - › Насиље којем сам била/био свједок;
 - › Како се осјећам када користим насиље;
 - › Како се осјећам када се насиље користи против мене.
- На почетку сесије објасните учесницима да је сврха ове активности да се разговара о насиљу које они доживљавају у својим животима и заједницама. Прегледајте флипчарт из претходне активности са значењима насиља.
- Дајте сваком учеснику копију Табеле ресурса А или пет комадића папира на којима могу написати наведене категорије.

4. Прегледајте пет наведених категорија и замолите учеснике да размисле о њима, а затим да напишу кратак одговор за сваку категорију у одговарајућим пољима на Табели ресурса или на папирићима које су добили. Они би требало да напишу један одговор у сваком пољу или на папиру и не би требало да пишу своја имена.
5. Дајте 10 минута за овај задатак. Објасните им да не треба да пишу много, само неколико ријечи или фраза, а затим их залијепите на одговарајуће флипчарт папире.
6. Након љепљења њихових папира на флипчарт, гласно прочитајте неке од одговора из сваке категорије.
7. Започните дискусију користећи следећа питања.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Која је најчешћа врста насиља која се користи над женама?
2. Која је најчешћа врста насиља коју жене користе над другима?
3. Како се осјећате кад користите насиље над другима?
4. Постоји ли икаква веза између насиља које ви користите и насиља које се користи над вама?
5. Да ли је нека врста насиља гора од друге?
6. Како медији (музика, радио, филмови, итд.) осликавају насиље? (погледајте оквир испод)
7. Која је веза између насиља у вашим породицама и везама и другог насиља које видите у нашим заједницама?
8. Неки истраживачи кажу да је насиље као циклус, тј. вјероватније је да ће неко ко је био жртва насиља касније и сам починити чин насиља. Мислите ли да је то истина? Ако је ово истинито, како можете помоћи да се прекине овај циклус насиља?
9. Мислите ли да мушкарци имају улогу у превенцији насиља над женама? Објасните.
10. Шта сте научили у овој активности да помогнете у сузбијању насиља? Јесте ли научили нешто што бисте могли примијенити у вашем животу и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Превише младића и дјевојака је доживјело насиље или свједочио насиљу у неком тренутку у њиховом животу, често од руке мушкараца. Обично се претпоставља да је насиље "природан" или "нормалан" дио мушкараца. Међутим, насиље је научено понашање – дјечаци и мушкарци су често одгајани да мисле да је насиље прихватљив начин за одржавање контроле, посебно над женама, рјешавање конфликата или изражавање љутње. И баш као

што је насиље научено, оно се може одучити и спријечити. На тај начин, одговорност је свих појединаца, жена и мушкараца, да настоје одгајати дјечаке и мушкарце, као и дјевојчице и жене да схвате како насиље, било да се ради о насиљу мушкараца над женама или употреби насиља родитеља над дјететом, спречава појединце да изграде позитивне односе и односе пуне љубави.

ШЕМА РЕСУРСА:

- › **НАСИЉЕ КОРИШТЕНО ПРОТИВ МЕНЕ:**
- › **НАСИЉЕ КОЈЕ ЈА КОРИСТИМ НАД ДРУГИМА:**
- › **НАСИЉЕ КОЈЕМ САМ СВЈЕДОЧИО:**
- › **КАКО СЕ ОСЈЕЋАМ КАДА КОРИСТИМ НАСИЉЕ:**
- › **КАКО СЕ ОСЈЕЋАМ КАДА СЕ НАСИЉЕ КОРИСТИ ПРОТИВ МЕНЕ:**

Да ли медији уче дјечаке да буду насилни?

Неке студије су откриле да гледање насилних сцена у медијима може бити повезано са извршењем насиља, али узрочна повезаност није потпуно јасна. Гледање насиља на телевизији или на филмовима вјероватно не "узрокује" насиље дјечака, али може допринијети неким увјерењима дјечака – и нашем општем увјерењу као друштва – да је насиље мушкараца нормално или чак "cool".

Радионица 9: Етикетирање

ЦИЉ:

Препознати како етикетирање људи може ограничити индивидуални потенцијал и утицати на везе.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Комадићи папира, самољепљива трака и обичне/хемијске оловке

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Важно је побринути се да ниједан од учесника не постане агресиван или увријеђен било којом употребљеном етикетом.

ПРОЦЕДУРА:

- Активношћу брејнсторминга издвојите позитивне и негативне етикете или стереотипе који се често користе у заједници у којој младићи живе. Ово може укључивати и етикете попут: паметан, лијен, стидљив, насилан, итд. Покушајте се присјетити барем оноликог броја различитих етикета колико има учесника у групи.
- Напишите ове етикете на комадиће папира и затим самољепљивом траком залијепите те комадиће папира на леђа сваког од учесника. Напомена: С циљем да ова активност буде дјелотворна, веома је важно да учесници не виде етикете које су залијепљене на њиховим леђима; требало би да они само могу видјети етикете залијепљене на леђима других.
- Насумично замолите два или три учесника да изведу кратку игру улога у којој ће се односити једни према другима у складу са етикетама које су им додијелене.
- Замолите сваког од учесника да у току трајања игре улога покушају да погоде шта пише на њиховој етикету на основу тога како су третирани током представе, а затим да размисле о сљедећим питањима:
 - › Какав је осјећај када вас неко третира према етикету?
 - › Какав је осјећај третирати неког другог према етикету?
 Након што волонтери одговоре на ова питања, замолите остатак групе да изнесу своје реакције на игру улога.
- Након што волонтери одговоре на ова питања, замолите остатак групе да изнесу своје реакције на игру улога.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Како реагујете када вас неко третира према одређеној етикету?
- Како реагујете када ви или неко други третирате другу особу према етикету?
- Да ли се ове етикете често користе у вашој заједници? Које друге примјере етикета људи користе?
- Зашто људи етикетирају друге људе?
- Које су посљедице етикетирања појединаца? Које су посљедице по везе? Размишљајући о претходној активности о моћи и односима, шта мислите каква веза постоји између етикетирања и моћи?
- Шта сте научили овдје, а да исто можете примијенити у сопственим животима и понијети са собом назад у своје заједнице?
- Како можете избјећи етикетирање других?
- Како можете охрабрити друге младе људе да не етикетирају друге?

ЗАВРШЕТАК:

Етикете и стереотипи утичу на људе као појединце, као и на њихове везе са другима. Важно је да се критички размишља о томе како се односите према људима и начину на који се људи понашају према вама и како можете "одучити" неке од начина на које ступате у односе са другима. На примјер, како да не:

- › Осуђујете некога прије него што га упознате;
- › Користите етикете или погрдне надимке;
- › Дискриминишете некога на основу пола, религије, етничке припадности или социоекономске класе;

- › Правите од некога у породици и/или заједници жртвеног јарца;
- › Будете нефлексибилни или тврдоглави у својим ставовима;
- › Показујете равнодушност, ћутање или инат.

Осјећај припадности групи и да нас група прихвати онаквима какви јесмо је од фундаменталног значаја за учење и развијање наших индивидуалних и колективних потенцијала. Како будете даље одмицали са овим сесијама и вашим свакодневним животима требало би да активно покушате да превазиђете етикетирање и да будете отворенији у вашем односу према другима.

Радионица 10: Шта је сексуално насиље?

ЦИЉ:

Дискутовати о сексуалном насиљу и различитим ситуацијама у којима се оно може десити.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Двије-три копије Табеле ресурса

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

На исти начин као што разговор о другим облицима насиља може проузроковати нелагодност због могућих повезаности са животима самих учесника, важно је имати разумијевања за могућност да су неки од учесника можда претрпјели неки облик сексуалног насиља у дјетињству или адолесценцији и да им је можда потребна помоћ. Они су можда искусили сексуално насиље (од стране мушкараца или жена), али никад нису ни са ким о томе причали због срамоте, јер су можда били увјерени да нико не би повјеровало да мушкарац може бити жртва сексуалног насиља (поготово ако је починилац била жена). Други можда познају женске рођаке или пријатељице које су биле жртве сексуалног насиља. Важно је да будете спремни за овакве могућности и да знате гдје и коме да упутите учеснике којима је можда потребна професионална помоћ.

ПРОЦЕДУРА:

- Објасните да је сврха ове активности разговарати о сексуалном насиљу.
- Спроведите активност брејнсторминга са групом о значењу сексуалног насиља и различитим ситуацијама у којима се оно може десити. Прегледајте дефиницију сексуалног насиља која се налази у уводној активности о насиљу – Шта је насиље?
- У зависности од броја учесника, подијелите их у двије или три мање групе и дајте свакој групи примјерак Андрејеве приче. Алтернативно, причу можете наглас прочитати учесницима.
- Након читања приче започните отворену дискусију о сљедећим стварима охрабрујући младиће да размисле о причи и о томе које је друге кораке Андреј могао предузети:
 - Да ли је прича реалистична?
 - Шта мислите о Андрејевом понашању?
 - Може ли се оно сматрати насиљем? Зашто да или зашто не?
 - Шта мислите, зашто је он реаговао на овакав начин?

- Каке би могле бити посљедице Андрејевог понашања по њега самог? А какве по дјевојку?
- Да Андреј није попустио под притиском, шта мислите како би га његови пријатељи третирали?
- А шта са Андрејом, шта мислите како би се он осјећао?

- Подсјетите учеснике на дискусију коју су имали у вези са Студијом случаја бр. 3 из активности – Шта је насиље? Ако је потребно или уколико о тој студији случаја није претходно дискутовано, прочитајте студију случаја наглас. Поставите сљедећа питања учесницима:
 - Да ли је прича реалистична?
 - Колико се разликује од Андрејеве приче? Колико јој је слична?
 - Може ли се она такође сматрати насиљем? Зашто да или зашто не?
 - Може ли се сексуално насиље десити такође и у везама у којима је пар раније имао секс? Зашто да или зашто не?
 - Шта је пристанак на сексуалне односе? (Напомена: Пристанак је кад се двоје људи свјесно и спремно договоре да имају сексуалне односе. То је неопходно за сваки сексуални контакт. То значи да чињеница да је пар могао раније имати сексуалне односе НИЈЕ довољан пристанак за будуће односе. Ако се сила, пријетња силом или било каква врста емоционалне присиле користе да се неко придобије за сексуалне односе, то се НЕ сматра пристанком.)
 - Каква је веза између пристанка и моћи у везама?
 - Може ли се сексуално насиље десити у брачним везама? Зашто да или зашто не?
- Након дискусије о ове двије приче, резимирајте дискусију користећи сљедећа питања.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Које су посљедице сексуалног насиља?
- Може ли сексуално насиље такође бити почињено над мушкарцима? Које врсте? А како мушкарци генерално реагују?
- Шта можете урадити да помогнете да се спријече ситуације сексуалног насиља у вашим сопственим везама? У вашој заједници?

ЗАВРШЕТАК:

За многе младе људе притисак вршњака или осјећај да морају имати сексуалне односе како би доказали своју зрелост може их подстаћи да посматрају своје партнере као сексуалне објекте. Ове врсте ставова могу довести до ситуација у којима младићи могу не поштивати жеље жена и употребити емоционалну и/или физичку присилу како би добили секс. У овом смислу сексуално насиље, као што је случај и са осталим врстама насиља, може бити схваће-

но као резултат тога да једна особа има моћ над другом. Као млада особа, важно је да размишљате о томе како да промовишете здравије и пријатније добровољне сексуалне односе у својим животима, као и да размишљате како да подигнете ниво свијести међу осталим младим људима о томе шта је сексуално насиље. Изнад свега, основно је да сви младићи разумеју да када дјевојка каже "не" она управо то и мисли.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:**АНДРЕЈЕВА ПРИЧА**

Андреј има 18 година и воли да се дружи са великом групом пријатеља из школе. Врло је популаран међу својим вршњацима, а сви они воле да излазе и да се забављају. Група увијек има одличне забаве у Јосиповој кући са много музике и пива. Прошлог викенда била је још једна забава. Тамо је било много људи које је Андреј знао. Већ је каснио и тек што је стигао Јосип му је пришао:

Јосип: Здраво, лудаче! Дај пет! Адријана, та супер риба, је овдје... Добро је попила. Ти си једини који још није.

Андреј: Стани, човјече...

Јосип: Ма не, стварно је тако... Ово је твоја шанса. Не плаши се. Буди мушкарац! Чега се плашиш? Искористи прилику док је још пијана. Само напријед!

Андреј је могао видјети да се дјевојка срушила у фотељу. Мора да је попила превише, мислио је. А како су га пријатељи притискали, Андреј је отишао до мјеста гдје је Адријана сједила.

Андреј: Ђао, луче... То сам ја, Андреј. Хајдемо на неко тише мјесто. Андреј јој је помогао да устане – дјевојка је била толико пијана да је била у полусну, скоро да се онесвијестила. И поред тога, пријатељи су га наговарали док ју је он водио на спрат у Јосипову собу.

Радионица 11: Моћ и односи

**ЦИЉ:**

Повећати свијест о постојању моћи у односима и размислити о томе како ми комуницирамо о постојању моћи у односима и како показујемо моћ у односима.

**ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:**

није потребан

**ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:**

90 минута

**ПЛАНИРАЊЕ:**

Није потребно

ПРОЦЕДУРА:**Први дио – Активност "одраз у огледалу"**

1. Замолите учеснике да устану и групишу се у парове. Сваки пар потом треба да одлучи ко ће од њих бити "особа", а ко "одраз". Објасните да, унутар сваког пара, "одраз" мора имитирати сваки покрет који је урадила "особа". Дајте им два-три минута да ово ураде.
2. Замолите сваки пар да замијене улоге и понове процес.
3. Искористите сљедећа питања како бисте започели дискусију о томе шта се догодило:
 - › Како сте се осјећали када сте били "особа"?
 - › Како сте се осјећали када сте били "одраз"?
 - › Да ли у вашем животу постоје тренуци када се осјећате као онда када сте били у улози "особе"? Када?
 - › Да ли у вашем животу постоје тренуци када се осјећате као онда када сте били у улози "одраза"? Када?

Други дио – Моћ у односима

1. Дајте паровима учесника задатак да напишу један кратки скеч који осликава динамику моћи која постоји у сљедећим односима. Водитељ би требало да дода и било који други тип везе релевантан за локално окружење и искуства људи.
 - › Учитељ/ица и ученик/ица
 - › Родитељ и дијете
 - › Муж и жена
 - › Шеф и радник
2. Послије скечева искористите сљедећа питања како бисте започели дискусију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Да ли су ови скичеви реалистични?
2. У вашем свакодневном животу да ли други људи користе своју моћ на негативан начин? Ко? Зашто?
3. У вашем свакодневном животу да ли ви користите своју моћ на негативан начин? Према коме? Зашто?
4. Због чега људи третирају једни друге на такав начин?
5. Какве су посљедице односа у којем једна особа може третирати другу особу као "предмет"?
6. На који начин друштво/култура одржава или подржава ове врсте односа у којима неки људи имају већу моћ над другим људима?
7. Да ли постоје разлике у моћи и односима међу младима?
8. Како вам ова активност може помоћи да размислите о вашим сопственим односима, а можда и да направите неке промјене у њима?

ЗАВРШЕТАК:

Постоји много различитих типова односа у којима једна особа може имати више моћи над другом особом. Као што ћете и сами имати прилику да дискутујете кроз многе друге активности у овом приручнику, неравнојерна расподјела моћи између мушкараца и жена у интимним везама може имати озбиљне посљедице за ризик од ППИ, HIV и AIDS-а и непланиране трудноће. На примјер, жене често немају моћ да кажу да ли ће се, како и када десити сексуални однос, укључујући и то да ли ће бити кориштен кондом, управо због дугогодишњег вјеровања да би, када је ријеч о сексу, мушкарци требало да буду активни, а жене пасивне (или, да жене "дугују" секс мушкарцима). У другим случајевима, жене које су финансијски зависне од свог мушког партнера могу осјећати да немају довољно моћи да кажу "не" сексу. У случајевима међугенерациског секса, старосне и класне разлике између мушкараца и жена могу још више ство-

рити неједнаке односе моћи који заузврат могу довести до ризичних ситуација.

Постоје такође и други примјери односа моћи у вашим животима и заједницама. Размислите о односима између младих и одраслих, ученика и наставника, радника и шефова. Понекад неравнотежа моћи у овим везама може довести до тога да једна особа третира другу особу као предмет. И док дискутујете о роду и везама између мушкараца и жена важно је да запамтите повезаност између тога како се ви можете осјећати потчињенима у неким од ваших веза и како ви заузврат можете третирати друге, укључујући жене, као "предмете". Размишљање о тој повезаности може помоћи у вашој мотивацији да градите правичније везе са другим мушкарцима и женама у вашим домовима и заједницама.



Година 2:

Насиље је АУТ!

Прво полугодиште:
Од насиља до мирне
коегзистенције

⚙️ Радионица 12:

Од насиља до поштовања у интимним везама

📍 ЦИЉ:

Дискутовати о употреби насиља у интимним везама и како створити интимне везе засноване на поштовању.

📦 ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир, маркери и самољепљива трака

🕒 ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

📖 ПЛАНИРАЊЕ:

Важно је схватити да млади људи могу осјетити неку врсту беспомоћности у реаговању на насиље које друге особе чине. Многи вјерују да не би требало да се мијешају у ствари других људи. Кроз ову активност битно је да буде истражена беспомоћност коју многи млади људи могу осјећати када присуствују ситуацији у којој друга особа врши насиље у породици.

У овој активности се користи игра улога са женским ликовима. Ако радите са групом састављеном само од мушкараца, некима од њих може бити непријатно да глуме женски лик. Подстакните групу да буде флексибилна. Ако ниједан од младића не жели да глуми женски лик, можете их замолити да опишу сцене користећи слике или приче, на примјер.

PROCEDURA:

1. Објасните учесницима да је циљ ове активности дискутовати и анализирати разне типове насиља које некад користимо у нашим интимним односима те дискутовати о начинима показивања и доживљавања интимних односа заснованих на поштовању.
2. Подијелите учеснике у мале групе и замолите их да смисле кратку игру улога или скеч.
3. Замолите двије групе да презентују једну интимну везу – момак/дјевојка или муж/жена – која показује сцене насиља. Подсјетите учеснике на дискусије из активности "Шта је насиље" и нагласите да насиље описано у скчевима може бити физичко, али и да не мора. Тражите од њих да покушају бити реалистични користећи примјере особа или инцидената којима су они свједочили или о којима су чули у својим заједницама.
4. Замолите остале групе да такође презентују једну интимну везу, али која је заснована на узајамном поштовању. Могу постојати сукоби или разлике у мишљењу, али би презентација требало да покаже

како поштовање изгледа у једној вези и не би требало да укључује насиље.

- Дајте групама од 15 до 20 минута да напишу своје приче и скичеве. Реците групама да скичеви не би требало да буду дужи од пет минута сваки.
- Замолите групе да презентују своје скичеве. Након сваког скича, замолите друге учеснике да поставе питања о ономе што су видјели.
- Након што све групе презентују своје скичеве, отворите расправу користећи сљедећа питања.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Да ли су примјери насиља у скичевима били реалистични? Да ли виђате сличне ситуације у вашој заједници?
- Које су карактеристике насилне везе?
- Шта мислите шта су узроци насиља у интимним везама?
- У скичевима који описују насиље, како су

се ликови могли понашати другачије?

- Да ли само мушкарци користе насиље над женама или и жене користе насиље над мушкарцима? Како су насилне? Како би мушкарци требало да реагују на ово насиље?
- Када видите парове који користе насиље, шта обично радите? Шта бисте могли урадити? Гдје можете отићи да затражите помоћ?
- Какву улогу алкохол и остале дроге играју код насиља у везама?
- Које су последице насиља у интимним везама?
- Какав је одговор друштва/заједнице на насиље у везама?
- Како изгледа здрава интимна веза? Видимо ли примјере веза заснованих на поштовању у нашим породицама и заједницама?
- Шта појединачно можемо урадити да створимо здраве интимне везе?
- Шта можемо урадити као заједница?

ЗАВРШЕТАК:

Конфликт се дешава у свим везама. Начин на који се носите са конфликтом је оно што прави разлику. Учење како да застанете и размислите

о својим осјећањима и изразите се на миран и мирољубив начин је важан дио изградње здравог односа и односа заснованог на поштовању.

ВЕЗА

Активност "Изражавање сопствених осјећања" пружа младим људима прилику да испитају како им је лако или тешко да искажу љутњу и друге емоције и да размисле како ово утиче на њих и њихове везе.

У активности "Хоћу, нећу, хоћу, нећу" млади људи могу вјежбати како да ријеше неспоразуме у интимним везама. Ова активност је написана у облику преговора о апстиненцији или сексу, али се може адаптирати за друго, нпр. да се истражи како се носити са разликама у мишљењу или жељи које се могу појавити у контексту једне везе.

Радионица 13: Мушкарци и насиље³⁴

ЦИЉ:

Осврнути се на то шта су учесници научили о роду, маскулинитету и насиљу и дискутовати о визијама и могућностима за промјену.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт, маркери, самолепљиви папирићи (стикери), двострана самолепљива трака

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно

ПРОЦЕДУРА:

Дио 1

- Објасните циљ активности и започните дискусију са учесницима користећи сљедећа питања:
 - Шта сте научили о маскулинитету и насиљу током протеклих неколико седмица?
 - Које аспекте идеја које друштво има о маскулинитету бисте жељели задржати или појачати? Зашто? Које аспекте бисте жељели промијенити? Зашто? Направите забиљешке о одговорима учесника на флипчарту.

Дио 2

- Подијелите учеснике у мале групе и реците им да свака група треба да нацрта два цртежа или слике. Први би требало да приказује како породице, школе и друге друштвене институције тренутно подржавају (или не подржавају) младиће у рјешавању проблема у вези са крутим нормама маскулинитета и насиља. Други би требало да приказује како се младићи надају да ће породице, школе и друге друштвене институције подржавати младиће у рјешавању ових проблема за пет година од сада.
- Замолите сваку групу да укратко представи своје цртеже остатку групе и објасни своје садашње и будуће визије подршке младићима у рјешавању питања у вези са маскулинитетом и насиљем.
- На флипчарт папиру направите двије колоне: једну означите са "фактори подршке", а другу са "потенцијалне препреке".

38 — Активност преузета из PLA - Истражујући димензије маскулинитета и насиља (2007). Бања Лука: CARE International.

5. Замолилите учеснике да кроз активност брејнсторминга саставе листу фактора подршке који ће промовисати потребне промјене и запишите их у одговарајућу колону. Потрудите се да дају одговарајуће објашњење сваког фактора.
6. Замолилите учеснике да спроведу активност брејнсторминга о потенцијалним препрекама и запишите их у одговарајућу колону. Потрудите се да дају одговарајуће објашњење сваке потенцијалне препреке.

Дио 3

7. Подијелите учеснике поново у групе и замолилите их да осмисле стратегије и рјешења које они сами могу покренути како би остварили визије које су поставили за пет година од сада. Дајте групама 15 минута да то ураде постављајући им следећа питања како бисте им помогли да усмјере своју дискусију:
 - › Које су три конкретне ствари које младићи могу урадити како би допринијели тој промјени?
 - › На који начин омладинске организације могу дати подршку младићима у остваривању и одржавању ове промјене?
 - › Поред омладинских организација, који ће појединци и организације у вашој заједници бити најважнији за остваривање и одржавање ове промјене?
8. Замолилите групе да представе своје одговоре.
9. Резимирајте активност идентификацијом и разматрањем сличности и разлика у одговору група. и odgovoru grupa.

ЗАВРШЕТАК:

Постоји много различитих типова односа у којима једна особа може имати више моћи над другом особом. Као што ћете и сами имати прилику да дискутујете кроз многе друге активности у овом приручнику, неравнојерна расподјела моћи између мушкараца и жена у интимним везама може имати озбиљне последице за ризик од ППИ, HIV, AIDS и непланиране трудноће. На примјер, жене често немају моћ да кажу да ли ће се, како и када десити сексуални однос, укључујући и то да ли ће бити кориштен кондом, управо због дугогодишњег вјеровања да би, када је ријеч о сексу, мушкарци требало да буду активни, а жене пасивне (или, да жене „дугују“ секс мушкарцима). У другим случајевима, жене које су финансијски зависне од свог мушког партнера могу осјећати да немају довољно моћи да кажу „не“ сексу. У случајевима међугенерациског секса, старосне и класне разлике

између мушкараца и жена могу још више створити неједнаке односе моћи који заузврат могу довести до ризичних ситуација.

Постоје такође и други примјери односа моћи у вашим животима и заједницама. Размислите о односима између младих и одраслих, ученика и наставника, радника и шефова. Понекад неравнотежа моћи у овим везама може довести до тога да једна особа третира другу особу као предмет. И док дискутујете о роду и везама између мушкараца и жена важно је да запамтите повезаност између тога како се ви можете осјећати потчињенима у неким од ваших веза и како ви заузврат можете третирати друге, укључујући жене, као „предмете“. Размишљање о тој повезаности може помоћи у вашој мотивацији да градите правичније везе са другим мушкарцима и женама у вашим домовима и заједницама.

Радионица 14: Призори забављања³⁵

ЦИЉ:
Идентификовати карактеристике здравог односа.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Флипчарт папир, маркери, маказе, љепило и копије Табеле ресурса.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Могу постојати различита мишљења о томе шта се све може назвати здравим или нездравим односом. Прије почетка активности водитељ би требало да ради са групом како би дошли до неке врсте консензуса.

ПРОЦЕДУРА:

1. На флипчарт папиру нацртајте двије колоне. Једну колону означите са "здрави односи", а другу са "нездрави односи".
2. Подијелите учеснике у три или четири мање групе и дајте свакој групи копију Табеле ресурса – Ситуације у забављању.
3. Замолилите сваку групу да изреже, сортира и залијепи траком ситуације у забављању или испод колоне "здрави односи" или испод колоне "нездрави односи". Дајте групама 15 минута да ово ураде. Реците групама да, уколико то вријеме дозволи, могу користити празна поља на дну Табеле ресурса да осмисле своје сопствене сценарије и да их класификују или као здраве или као нездраве.
4. Прегледајте Ситуације у забављању и замолилите сваку групу да објасни зашто су одређене ситуације класификовали као "здраве" или "нездраве".
5. Искористите следећа питања да резимираете дискусију.

39 — Прилагођено према: White Ribbon Campaign Education and Action Kit. White Ribbon Campaign, Toronto, Kanada. За више информација посјетите: http://www.whiteribbon.ca/educational_materials/.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Јесу ли ове ситуације реалне? односе? Објасните.
2. Да ли сте се икад нашли у некој од оваквих ситуација? Како сте се осјећали?
3. Како заједница реагује на овакве ситуације?
4. Које су најчешће карактеристике здравих односа?
5. Које су најчешће карактеристике нездравих односа?
6. Сматрате ли да млади људи у вашој заједници обично имају здраве или нездраве односе? Објасните.
7. Које су највеће препреке у изградњи здравих односа? На који начин се суочити са њима?
8. Шта би ви требало да урадите ако мислите да сте у нездравој вези?
9. Шта бисте могли урадити уколико је ваш пријатељ у нездравој вези?
10. Шта сте научили из ове вјежбе? Како ово можете примијенити у вашим животима и односима?

ЗАВРШЕТАК:

Здрав однос се заснива на обостраном поштовању и ослобођен је физичке и емотивне манипулације, контроле или злоупотребе. Важно је знати шта цијените у романтичним везама и знати како да будете асертивни (супротно агре-

сивном или доминантном), као и да знате како слушати друге. Све што се дешава у вези, било да је ријеч о избору шта радити на састанку или у коју врсту физичких односа се упуштати или не упуштати, је ствар обостраног разговора, поштовања и пристанка.

Фото ©Бранко Бинач



ТАБЕЛА РЕСУРСА

Ситуације у забављању

Направили сте неке планове са вашим партнером, али он/она откаже у посљедњи тренутак, јер мисли да ваши планови не би били много забавни	Он јој каже да је глупа ---- током једне расправе.	Наизмјенично бирате музику коју ћете слушати или телевизијске емисије које ћете гледати.	Ваш партнер је критичан према вашим пријатељима.
Он је зграби за руку за вријеме једне расправе.	Он вози брзо, а она каже да се због тога осјећа непријатно. Он успорава и извињава јој се због тога.	Он говори својим пријатељима да је "добрио" од ње прошлу ноћ, а у ствари су само разговарали.	Он врши притисак на њу да имају секс.
Он је зграби за руку за вријеме једне расправе.	Чак и ако имате различита увјерења и ставове, можете поштовати узајамне ставове.	Он мисли да она жели секс ако је обучена у кратку мајицу и мини сукњу.	Када једно од вас има добру вијест заједно то прославите.
Она не жели да он излази са својим пријатељима. Каже да му не може вјеровати чим јој (нестане из видокруга) се макне испред очију.	Заједнички дијелите рачун за вечеру и улазнице за кино.	Када излазе заједно он увијек гледа у тијела других жена. Понекад даје коментаре о томе како су оне "добре".	Наљутите се због нечега, али увијек разговарате о томе и саслушате мишљење сваког од вас.
Кад год она има потешкоћа у читању карте (мапе), он колута очима и каже: "Ох, претпостављам да је дјевојкама урођено да немају никаквог осјећаја за простор".	Он је зове сљедећег дана, након важног изласка да јој каже како се одлично провео то вече и да се нада да се она добро наспавала.	Она одлучује да га превари како би га учинила љубоморним.	Она га вара. Он јој направи модрицу на оку.
Они иду на камповање, а прије него што крену, праве листу ствари које су им потребне, иду у куповину и заједно се спремају.	Она му каже да би му добродошла помоћ у избору његове одјеће. Такође му каже да би се могао боље љубити.	Када она сазна да ју је он преварио, он каже да је био пијан и да то није била његова кривица.	Он врши притисак на њу да му дозволи да је слика голу. Он планира да постави слике на Интернет, говорећи јој "О драга, ти једноставно изгледаш тако добро и ја желим да те читав свијет види".
Ноћ уочи важног есеја, он захтијева да она напише есеј за њега јер он није имао времена.	Они кажу једно другом када пролазе кроз тежак период код куће или у школи.	Он сматра да увијек мора бити јак у њеном присуству.	Када је она љута на њега он пажљиво слуша шта она говори.

Радионица 15:

Агресивни, пасивни или асертивни⁴⁰

ЦИЉ:

Научити разлику између асертивне, агресивне и пасивне комуникације.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир, маркери и копије Табеле ресурса А и Б.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Прије почетка сесије препоручује се да водитељ прође кроз ову активност самостално и да размисли о начину на који он или она изражава сопствене емоције.

ПРОЦЕДУРА:

1. Прегледајте примјере различитих типова комуникације представљене у Табели ресурса А. Обавезно прегледајте дефиниције термина агресивно, пасивно и асертивно и концепте комуникатора, примаоца и посматрача.
2. Подијелите учеснике у три групе и подијелите им примјерке Табеле ресурса Б.
3. Реците групама да треба да попуне Табелу ресурса Б било кориштењем непосредних примјера из својих живота или стварајући измишљене сценарије. Дајте групама 15 минута да попуне Табелу ресурса.
4. Замолиите групе да изаберу један од својих примјера који ће представити другим групама у виду скеча. У свакој групи један учесник/ца ће преузети улогу Комуникатора, један ће бити Слушалац, а остали ће бити Посматрачи. Дајте групама 10 минута да увјежбају своје скечеве.
5. Након представљања скечева започните дискусију користећи следећа питања.

⁴⁰ — Прилагођено према: White Ribbon Campaign Education and Action Kit. White Ribbon Campaign, Toronto, Kanada. За више информација посјетите: http://www.whiteribbon.ca/educational_materials/.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Јесу ли ове ситуације реалне?
2. Да ли сте се икад нашли у некој од оваквих ситуација? Како сте се осјећали?
3. Како заједница реагује на овакве ситуације?
4. Које су најчешће карактеристике здравих односа?
5. Које су најчешће карактеристике нездравих односа?
6. Сматрате ли да млади људи у вашој заједници обично имају здраве или нездраве односе? Објасните
7. Које су највеће препреке у изградњи здравих односа? На који начин се суочити са њима?
8. Шта би ви требало да урадите ако мислите да сте у нездравом вези?
9. Шта бисте могли учинити уколико је ваш пријатељ у нездравом вези?
10. Шта сте научили из ове вјежбе? Како можете ово примијенити у вашим животима и односима?

ЗАВРШЕТАК:

Асертивност је вјештина јасног презентовања ваших мисли и осјећања уз обострано поштовање која се не користи кривицом, не нарушава права других нити се користи емоционалним уцјењивањем. С друге стране, агресивно пона-

шање може ућуткати људе. Важно је да знате како препознати и како се снаћи у ситуацијама када је понашање у романтичним везама и међуљудским односима нездравом.

ВЕЗА

Активност **"Шта радим кад сам љут/а?"** може помоћи учесницима да размисле о томе како да препознају кад су љути и како би то могло утицати на начин на који комуницирају.

Ова активност може се повезати са активношћу **"Призори забављања"** и са дискусијом о томе који типови комуникације доприносе здравим или нездравим односима.

ТИП КОМУНИКАЦИЈЕ	СЦЕНАРИО	КАКО СЕ КОМУНИКАТОР ПОНАША?	КАКО СЕ ПРИМАЛАЦ ПОНАША?	ШТА ПОСМАТРАЧ МОЖЕ ДА УРАДИ/КАЖЕ?
АСЕРТИВАН/НА Асертивно: склони да храбро или са доста самопоуздања изразе своја мишљења и осјећања	Директор школе (Комуникатор) говорио ми је (Прималац) у ходнику како сам добро урадио/ла свој пројекат из природних наука.	Односи се према мени с поштовањем. Признаје мој напорни рад. Обратио је пажњу на оно што сам говорио/ла и на оно што се сад дешавало у ходнику.	Срећан. Жели да каже директору колико воли часове природних наука и како све вријеме жели да студира природне науке.	Слуша. Не прекида. Понуди ријечи охрабрења Прималоцу.
АГРЕСИВАН/НА Агресивно: склони и спремни да покажу непријатељско, снажно или деструктивно понашање	Горан и Сања забављали су се око три мјесеца. Горан се наљути када Сања мора на час без њега и мисли да други младићи желе да буду са Сањом. Једног дана Сања долази до свог ормара са Дамиром, Горан (стојећи са прекрштеним рукама и љутиот гласа) каже "Шта заправо вас двоје мислите да радите?"	Он се понаша надмоћно и управљачки. Он мисли да посједује Сању. Он не вјерује и не поштује Сању.	Уплашена, несигурна. Ућуткана. Љута. Ухваћена неспремна. Несигурна у оно што би рекла, али жели да га заустави да не направи сцену.	Да процијени да ли је сигурно супротставити се Горану. Да се супротстави Горану користећи "ја" изјаве, полут "ја мислим да се лоше односиш према Сањи". Да за вријеме или после инцидента каже Сањи и Дамиру да сматра да се Горан према њима понашао агресивно.
ПАСИВАН/НА Пасиван/на: примање или подношење нечега без активног, отвореног или посредног учешћа	Фатима (комуникатор) је члан одбора за школски годишњак. Она увек ради на пројектима након наставе и за време сваке паузе за ручак. Ивана се нуди да јој помогне јер зна да би требало да и она ради на том пројекту са Фатимом. Међутим, Фатима се држи повучено и само слеже раменима када Ивана разговара са њом о томе.	Нејасна, несигурна у себе, чини се помало стидљивом. Ивана се због тога осјећа као да мора погађати шта Фатими треба.	Није сигурна шта Фатима жели. Ивана тражи појашњење, али Фатима то нерадо чини. Све то фрустрира Ивану и она жели да скрати разговор. Ивана осјећа да је Фатима некомпетентна.	Слуша. Покуша да погоди у чему би могао бити проблем. Каже Фатими да не мора све то да ради сама.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б

ТИП КОМУНИКАЦИЈЕ	СЦЕНАРИО	КАКО СЕ КОМУНИКАТОР ПОНАША?	КАКО СЕ ПРИМАЛАЦ ПОНАША?	ШТА ПОСМАТРАЧ МОЖЕ ДА УРАДИ/КАЖЕ?
АСЕРТИВАН/НА				
АГРЕСИВАН/НА				
ПАСИВАН/НА				

Радионица 16: Преговарачке вјештине⁴¹

ЦИЉ:
Дискутовати и вјежбати преговарачке вјештине и вјештине за рјешавање сукоба.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Флипчарт, папир, оловке, самољепљива трака и довољан број примјерака Табела ресурса за сваког учесника

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

Први дио

- Прије почетка сесије припремите два флипчарт папира са подацима из Табеле ресурса.
- Спроведите активност брејнсторминга са учесницима о уобичајеним сценаријима конфликта са којима се суочавају у својим везама и заједници. Подстакните учеснике да размисле о различитим врстама односа, нпр. дјевојка/момак, родитељ/дијете, шеф/радник и комшије.
- Подијелите учеснике у мање групе и свакој групи додијелите један од сценарија конфликта.
- Прегледајте флипчарт са насловом "Начини рјешавања конфликта" и објасните да би свака група требало да напише један кратки скеч да покажу како би се конфликт могао ријешити користећи се једним од метода са флипчарта.
- Позовите групе да презентују своје скечеве и замолите учеснике да идентификују различите методе рјешавања конфликта.
- Започните дискусију о предностима и недостацима различитих метода.

⁴¹ — Прилагођено из: CEDPA "Choose a Future! Issues and Options for Adolescent Boys" 1998, Centre for Development and Population Activities: Washington, D.C.

Други дио

1. Прегледајте флипчарт са насловом "Четири корака успјешног преговарања са позитивним исходом за обје стране (Win-Win)".
2. Замолиите учеснике да се врате у своје групе и да дискутују о неком примјеру преговарања са позитивним исходом за обје стране (Win-Win) и да осмисле игру улога и представе је.
3. Замолиите групе да презентују игре улога.
4. Искористите сљедећа питања да резимираете сесију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Зашто је понекад тешко да се преговарањем дође до рјешења конфликта?
2. Шта олакшава преговарање? Шта га отежава?
3. Који су примјери ситуација у којима не бисте били спремни на компромис?
4. Шта сте научили из ове активности? Како можете ово примијенити у својим животима и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Преговарање је животна стварност, али оно није увијек лако. Учење и вјежбање преговарачких вјештина може вам помоћи да ријешите

конфликте у различитим сферама вашег живота и да изградите здравије и правичније односе.

ВЕЗА

Активност "Шта радим кад сам љут/а?" може помоћи учесницима да размисле о томе како да препознају када су љути и како би то могло утицати на начин на који комуницирају.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

Начини рјешавања конфликта (први дио)

- › **Избјегавање конфликта:** једноставно се повуците из било каквог конфликта
- › **Претварање:** Претварајте се да конфликт не постоји и да је све у реду
- › **Побједа по сваку цијену:** Узмите оно што желите, друга особа губи
- › **Компромис:** Одреците се нечег што желите како бисте добили нешто друго што желите
- › Преговарање са позитивним исходом за обје стране (Win-Win): Користите креативно рјешавање проблема како бисте објема странама дали оно што желе или требају

Четири корака успјешног преговарања са позитивним исходом за обје стране (Win-Win) – (други дио)

- › **Изнесите свој став.** Користите „ја“ тврдње, реците шта желите или требате.
- › **Саслушајте став друге особе.** Откријте шта та друга особа жели или треба. Поновите став друге особе како бисте били сигурни да сте се добро разумјели.
- › **Спроведите активност брејнсторминга за рјешења са позитивним исходом за обје стране.** Узмите у обзир потребе и жеље и једног и другог партнера. Будите креативни.
- › **Договорите се о рјешењу.** Испробајте га. Ако не функционише, почните процес испочетка.

Радионица 17: Разбијање тишине и тражење помоћи

ЦИЉ:

Дискутовати о култури ћутања која постоји у вези са насиљем у породици и везама и размислити о томе шта дјевојке могу урадити када се оне или неко кога оне знају нађе у насилној вези.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир и маркери.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Као и код других активности о насиљу, важно је истражити постојећу подршку у заједници гдје би жене могле да се обрате за помоћ у случају искуства са насиљем у вези. Ова листа требало би да укључује болнице; клинике и групе за подршку које се конкретно баве питањем родно заснованог насиља или насиља у породици; препоручене социјалне раднике, психологе, итд. и било које друге расположиве ресурсе. Ако је могуће, креирајте летак у коме су наведени ови ресурси и подијелите га учесницима на крају активности. Током активности, обратите пажњу на реакције учесника и да ли је некоме можда потребна посебна пажња због теме о којој се говори.

ПРОЦЕДУРА:

1. Прегледајте са учесницима неке од знакова упозорења да је неко можда у вези која је насилна или потенцијално насилна (погледајте уводни дио, ако је потребно).
2. Замолиите учеснике да замисле неку особу која доживљава насиље у интимној вези или у његовој/њеној породици и размишља да разговора са неким о томе. Реците им да размисле о сумњама или забринутостима које би ова особа могла имати због "развијања тишине."
3. Замолиите их да замисле изазове допирања до некога ко доживљава насиље и пружања подршке тој особи. Реците им да размисле о сумњама или забринутостима које би неко могао имати у вези са допирањем до те особе и пружања подршке тој особи, било да се ради о пријатељу, члану породице, радном колеги или комшији.

Отворити дискусију користећи сљедећа питања.
4. Након дискусије замолиите групу да наброје све ресурсе у заједници за које знају намијењене женама које су у насилној вези. Можете поставити питање: "Ако мислите да је ваша пријатељица у насилној вези, шта бисте јој препоручили коме или гдје да се обрати за помоћ?"

Док учесници наводе имена ресурса, записујте их на табли. Водитељ би требало такође да спомене мјеста гдје се дјевојка може обратити за помоћ и да подијели летке који садрже ове локације.

5. Користите питања испод да започнете дискусију о тешкоћама разговора о насиљу и могућим рјешењима..

ОПЦИЈА: За групе које имају више времена и које могу дубље ући у тему, користите Табелу ресурса. Прочитајте "Табелу са чињеницама" као увод, а затим им дајте одштампане копије "теста" да ли су у насилној вези да га попуне насамо. Касније наставите са дискусијом остатка табеле са чињеницама. Ово је изузетно осјетљива вјежба, тако да једна од опција може бити да не попуњавају тест, већ да га само користе као смјерницу за дискусију о томе који су знакови насилне везе.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- › Зашто понекад жене не желе да говоре о насиљу у њиховим животима?
- › Да ли се сматра прихватљивим да жена напусти свог насилног мужа? Да ли је то лако?
- › Зашто би неко остао у насилној вези? Да ли су ти разлози различити за дјевојке и одрасле жене? Да ли економска зависност утиче на то да ли би жена могла остати у насилној вези? Како?
- › Генерално, када сте насилни или када доживљавате насиље, да ли разговарате о томе? Да ли то пријављујете? Да ли разговарате о томе како се осјећате? Ако не, зашто не?
- › Мислите ли да се мушкарци у насилним везама суочавају са сличним изазовима? Зашто да или зашто не?
- › Какав је осјећај када знате да пријатељ или неко кога познајете доживљава насиље? Како можете споменути насиље, ако сте забринути за пријатеља?
- › Како можете пружити подршку пријатељу који доживљава насиље или агресију?
- › Које кораке би неко ко је у насилној вези могао предузети да се заштити?
- › Које кораке може пријатељ или неко други предузети да помогне некоме ко је у насилној вези?
- › Шта сте научили у овој активности? Да ли сте научили нешто што се може примијенити у вашем животу и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Женама које трпе насиље може бити врло тешко да говоре о томе и да траже помоћ. Неке жене се можда боје да ће се њихов партнер осветити ако траже помоћ или покушају да оду. Друге можда осјећају обавезу да остану у насилној вези, ако су у браку и/или ако су укључена дјеца. За неке жене, економске посљедице напуштања интимног мушког партнера надмашују емоционалне или физичке патње.

Све у свему, постоје различити фактори који утичу на одговор жене на насиље. Важно је да не осуђујете жене које не напуштају везе у којима доживљавају насиље, већ да размислите о томе како можете помоћи овим женама, као и мушкарцима да схвате посљедице насиља и важност стварања заједница у којима жене могу живјети своје животе без насиља.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

ТАБЕЛА СА ЧИЊЕНИЦАМА:

- › Љубомора и посесивност нису знакови љубави, него средство које људи користе за контролу својих партнера.
- › Злоупотреба дроге и алкохола нису узрок злостављања жена. Они се користе као изговор, али они не изазивају насиље.
- › Злостављана особа није крива за насиље. Дешава се да се кривица и одговорност пребацују са насилника на жртву.
- › Насилници обично не изгледају као занемарене, поремећене особе. Они су обично људи без спољних обиљежја која би их учинила препознатљивим. Међу њима су богати, сиромашни, образовани, необразовани, људи свих вјера, нација и раса.
- › 95% пријављених напада у везама су починили мушкарци.
- › Више од 70% адолесцентних мајки или трудница су тукли њихови партнери.
- › Велики проценат жена барем се једном сусрео са нежељеним сексуалним примједбама и вулгарним коментарима.
- › 71% свих сексуалних напада је планирано.
- › Већина жртава силовања имају између 16 и 24 године.
- › 60% пријављених силовања су починили људи које су жртве познавале.
- › Није лако напустити насилну везу. Особе у насилним везама остају у њима због различитих разлога, али не зато што није лоше или зато што уживају да су жртве насиља.
- › Злостављање се може догодити у свим врстама веза – хетеросексуалним, хомосексуалним, пријатељским итд.
- › Особа никад то "не заслужује", или жели, међутим, она/она се облачи, понаша...
- › Насилне особе се ријетко мијењају без стручне помоћи, љубав их не може промијенити.
- › Временом насиље постаје све чешће и озбиљније.
- › Посљедице насиља су дуготрајне, физичке и психолошке.

Насиље постоји у различитим облицима, не морате имати сломљену руку или модрицу да би значило да сте злостављани. Погледајте сљедеће и означите оно што се односи на вашу везу:

- › Понекад се плашим особе са којом сам у вези.
- › Пристајање на нешто само зато што сам се бојао/ла или ми је било непријатно рећи не.
- › Оправдавање себи или другима понашање вашег партнера када се лоше понаша према вама.
- › Привлачи вас ваш партнер када он/она почини насиље према другима.
- › Задобијање физичког бола/повреде (ударање/шутање ногама или шамарање/ударање отвореним дланом)
- › Партнер наваљује или вас присиљава на секс, али ви нисте вољни/спремни.
- › Покушава да вас наведе да осјећате кривицу говорећи: "Да ме стварно волиш, ти би ..."
- › Пристајање на сексуалне односе само зато да нас партнер не напусти.
- › Тражи од вас да оправдате све што радите, гдје идете и сваку особу са којом се састајете.
- › Без разлога вас оптужује за флертовање са другима или варање.
- › Доводи вас у незгодну ситуацију, омаловажава и исмијава пред другима.
- › Људи којима вјерујете кажу да су забринуте за вас откако сте у вези.
- › Узима дрогу/алкохол и присиљава и вас на исто.
- › Окривљује вас ако се не понаша добро према вама и каже да сте ви за то криви.

Шта да радите ако је ваш пријатељ/пријатељица у насилној вези

- › Немојте игнорисати проблем и претварати се да се ништа не дешава.
- › Реците да то није њена/његова кривица.
- › Реците да је насиље кривично дјело.
- › Реците да он/она то није заслужио/ла.
- › Послушајте шта он/она има да каже без окривљивања или осуђивања.
- › Јавно покажите да вјерујете свом пријатељу/пријатељици и пружите му/јој подршку.
- › Реците лијепе ствари о њему/њој као особи.
- › Нека он/она зна да сте ту, ако жели да разговара о томе, и да сте забринуте за њега/њу.
- › Немојте ширити трачеве – то може довести ту особу у опасност.
- › Не покушавајте присилити особу да уради нешто што не жели – то неће бити ефикасно ако то није њихова одлука.
- › Немојте кривити особу што доживљава злостављање или за одлуке које доносе – прекидање везе је тешко и за то је потребно доста времена.
- › Провјерите да ли је потребна медицинска помоћ, особа можда није свјесна озбиљности повреде.
- › Помозите му/јој да дође до информација о насиљу и потражи помоћ.
- › Пружите му/јој подршку у тражењу професионалне помоћи и понудите да будете са њим/њом у том тренутку.
- › Охрабрите њу/њега да тражи помоћ и подршку – од пријатеља, породице и/или стручњака и институција ...
- › Помозите му/јој да схвати које опције има.
- › Добро је обратити се свом наставнику/професору, педагогу/психологу или било којој другој одраслој особи у коју имате повјерење.

КАКО МУШКАРАЦ ОСТВАРУЈЕ ДУГОРОЧНО НАСИЉЕ НАД ЖЕНАМА?

ИЗОЛАЦИЈА

Мушкарац који је насилан различитим методима изолује жену од породице, пријатеља, спољног свијета ... Изолација има много облика: искључивање телефона, закључавање жене, вријеђање њених пријатеља, одузимање докумената ...

ТРЕНУЦИ "ЊЕЖНОСТИ"

Мушкарац који злоставља жену има тренутке када је љубазан и њежан до сљедећег чина насиља. Он јој купује цвијеће, парфеме, иду у шетњу, купује поклоне дјечи, љуби је... Ова позитивна понашања и обећања дају жени наду за промјену. Временом ти тренуци постају све рјеђи.

ПОТПУНА КОНТРОЛА

Циљ насилника је контрола жене. Насилник је обично врховни контролор који одлучује у свим ситуацијама када је у питању живот жене. Он одлучује шта она треба да уради, када и шта да говори, шта да мисли, када да телефонира, колико новца јој је потребно. Ова контрола је оно што он представља као своју љубав и бригу за њу.

ЗАСТРАШИВАЊЕ

Застрашивање је једна од успешнијих техника контроле. Насилник остварује контролу сталним застрашивањем: Спалићу ти косу, бацићу те с крова, исјећи ћу те на комаде, наћи ћу те гдје год да одеш... Често се ове пријетње односе на дјецу или неког блиског жртви: родитеље, сестре и браћу.

ЗАШТО ЖЕНА ОСТАЈЕ СА СВОЈИМ НАСИЛНИМ ПАРТНЕРОМ?

- › јер је нико не подржава
- › јер јој нико не вјерује
- › јер је други окривљују због тога
- › јер законске процедуре трају предуго
- › јер се она боји свог насилног партнера
- › јер она нема довољно прихода да га напусти
- › јер нема гдје да оде
- › јер има дјецу
- › зато што се боји да ће јој узети дјецу
- › јер се стиди онога што ће људи мислити
- › јер је емоционално зависна од партнера
- › јер она брине о насилнику
- › јер она вјерује да ће бити боље

ДЈЕВОЈКЕ И РАД

Једно од највећих достигнућа покрета за родну равноправност је веће учешће жена у радној снази. Како се стопа наталитета смањила и ниво образовања повећао, жене су постале способне да преузму и кућне и професионалне улоге, често балансирајући између обје истовремено. Као дио радне снаге, оне су такође прошириле своју заступљеност у различитим секторима: традиционално запослене само као медицинске сестре, служавке и учитељице, жене су сада такође запослене као хирурзи, ИТ техничари и на пословима којима су раније доминирали мушкарци. Иако је важно да се ова достигнућа истакну, жене се и даље суочавају са многим препрекама; за дјевојке, ове изазове често сложенијим чини недостатак професионалног искуства и потреба да се уравнотеже школа и посао (а понекад и мајчинство).

Значај запошљавања дјевојака

Прелазак младе особе у зрело доба је углавном прелазак из стања зависности у независност (Curtain, 2001). Плаћено запослење помаже младим људима да стекну самосталност и контролу над својим животима и одлукама (PC и ICRW, 2000; Mensch et al., 1999). Плаћено запослење такође може промовисати нечије самопоштовање и друштвени статус, као и развити стручне и личне вјештине важне за више задовољавајућу и продуктивнију адолесценцију и зрело доба. За дјевојке посебно, плаћено запослење представља могућност да се одвоје од традиционалних улога супруга и домаћица, што им омогућава да развију идентитете изван оних супруге или дјетета (Ibid., 1999). Осим тога, средства за независну егзистенцију су често важан елемент преговарачке моћи жена у браку и одлука које се односе на планирање породице (Ibid., 1999). Историјски посматрано, дискурс у вези са младима и запошљавањем фокусирао се на забринутости у погледу дјечјег рада. Од раних 1900-их међународна заједница је пристала на низ конвенција за ограничавање дјечјег рада. Године 1973. међународним споразумима установљено је да би минимална радна доб требало да буде иста старосна доб када се заврши минимално потребно школовање (око 15 година старости у већини земаља) и да младима испод 18 година не би требало да буде дозвољено да раде у секторима који угрожавају њихово здравље, сигурност или морал. Поред ових конвенција, UNICEF и Међународна организација рада су усвојили додатне прописе за заштиту младих на радном мјесту, заузимајући снажан став о "најгорим облицима дјечијег рада"* уз позив за посебну заштиту дјевојчица. Иако су ове мјере све имале добре намјере, оне су имале неке штетне споредне ефекте. Повећани прописи довели су до тога да у многим секторима одбијају запослити младе који желе или морају да раде. Сходно томе, радна мјеста која млади успијевају да нађу су чешће изван закона, што повећава вјероватноћу да буду изложени опасним ситуацијама на послу, гдје су њихова права и добробит угрожени.

Радионица 18: Шта радим кад сам љут/а?



ЦИЉ:

Помоћи учесницима да размисле о томе како да препознају када су љути и како да изразе своју љутњу на конструктиван, ненасиљан начин.



ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир, оловке, самољепљива трака и довољан број копија Табеле ресурса за сваког учесника.



ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута



ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

1. Почните активност са кратким уводом у тему, као на примјер: Многи адолесценти мијешају љутњу и насиље мислећи да су то исте ствари. Требало би нагласити да је љутња емоција, природна и нормална емоција коју свако људско биће осјети у неком тренутку свог живота. Насиље је начин изражавања љутње, односно то је облик понашања којим се може изразити љутња. Али, постоје многи други начини за изражавања љутње – бољи и позитивнији начини – од насиља. Ако научимо да искажемо своју љутњу кад је осјетимо, то може бити боље него да је задржимо дубоко у себи, јер много пута када дозволимо да се љутња нагомила у нама, имамо тенденцију да експлодирамо.
2. Објасните групи да је сврха ове активности да се дискутује о томе како млади изражавају љутњу.
3. Подијелите копије Табеле ресурса. Прочитајте свако питање и замолите учеснике да одговоре на питања појединачно, дајући им два или три минута за свако питање. За групе које су слабо писмене прочитајте питања наглас и нека учесници дискутују у паровима или направе слику.
4. Након што попуне добијену Табелу ресурса, подијелите групу у мале групе од највише четири или пет учесника/ца. Замолите их да подијеле своје одговоре једни са другима. Дајте 20 минута за овај групни рад.

5. Док су учесници још у малим групама, подијелите комадиће флипчарт папира свакој групи и замолите их да направе листу:
- › Негативних начина реаговања када смо љути
 - › Позитивних начина реаговања када смо љути
6. Дајте групама 15 минута да направе своје листе, а онда замолите сваку групу да представи своје одговоре цијелој групи.
7. Врло је вјероватно да ће на листи "Позитивних начина" учесници навести: (1) удахни дубоко или броји до 10; и (2) користи ријечи да изразиш шта осјећаш без вријећања. Важно је истаћи да "удахни дубоко" не значи да се изађе напоље и ускочи у аутомобил (ако је такав случај) и брзо вози излажући се ризику одласка у бар и напијања. Ако ове двије тактике предложене овдје нису ни на једној презентованој листи, објасните их групи.

Укратко: Удахнути дубоко једноставно значи повући се из ситуације сукоба и љутње, удаљити се од особе према којој осјећамо љутњу. Неко може бројати до 10, удахнути дубоко, прошетати околом или урадити неку другу врсту физичке активности настојећи да се охлади и мало смири. Уопштено, важно

је за особу која је љута да објасни друго-ме да ће дубоко удахнути зато што је љут, нешто попут: "Доста ми је тебе и стварно морам удахнути свјеж ваздух. Морам нешто урадити, прошетати како се не бих осјећао насилним или почео викати. Кад се охладим, смиренији сам и онда можемо разговарати о свему".

Други примјер за тактику суочавања са љутњом је да покушате изразити своја осјећања не вријећајући друге. Ово подразумијева објашњавање зашто сте узнемирени и на који начин се надате да ћете ријешити ову ситуацију, без нападања и вријећања других. Дајте примјер групи: Ако ваша дјевојка касни на састанак, могли бисте реаговати вичући: "Ти си кучка, увијек је исто, ја стојим овдје чекајући тебе".

ИЛИ могли бисте рећи да сте љути на начин да никога не вријећате

примјер: *Види, љут сам на тебе јер касниш. Сљедећи пут, ако мислиш да нећеш стићи на вријеме, само ми јави – позови ме на мобилни – умјесто што ме остављаш да чекам.*

8. Дискутујте о сљедећим питањима.

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК: Уколико то вријеме дозволи, позовите учеснике да осмисле неке игре улога или да размисле о другим примјерима ситуација или фраза које илуструју разлику између викања/кориштења увредљивих ријечи и кориштења ријечи које не вријећају.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Генерално говорећи, да ли је за мушкарце тешко да изразе своју љутњу без употребе насиља? Зашто?
2. Шта је са дјевојкама? Да ли оне једнако лако испољавају љутњу?
3. Ко су генерално наши узори за учење, како да изразимо своје емоције, укључујући и љутњу?
4. Врло често знамо како да избјегнемо сукоб или тучу, без употребе насиља, али не поступамо тако. Зашто?
5. Да ли је могуће "удахнути мало свјежег ваздуха" како би се смањио број сукоба? Имате ли искуства са кориштењем ове стратегије? Како је то прошло?
6. Да ли је могуће "користити ријечи без вријећања"?
7. Шта сте научили из ове активности? Како ово можете примјенити у својим животима и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Љутња је нормална емоција коју свако људско биће осјећа у неком тренутку свог живота. Проблем је, међутим, да неки људи могу помијешати љутњу и насиље, мислећи да су то исте ствари и могу мислити да је насиље прихватљив начин изражавања љутње. Ипак, постоји много других начина изражавања љутње – продуктив-

нијих и позитивнијих начина – него што је то насиље. Ако научимо да изразимо своју љутњу кад је осјетимо, то може бити боље него да је задржимо дубоко у себи, јер много пута када дозволимо да се љутња нагомила у нама, имамо тенденцију да експлодирамо.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

Табела за размишљање: Шта да радим кад сам љут

1. Размислите о ситуацији која вам се недавно десила када сте били љути. Шта се десило? Укратко опишите ту ситуацију (једна или двије реченице):
2. Сада, размишљајући о овој ситуацији, покушајте се сјетити шта сте мислили и осјећали. Покушајте овдје навести једно или два осјећања која сте осјетили:
3. Врло често, када осјетимо љутњу реагујемо насилно. Ово се чак може десити и прије него што схватимо да смо љути. Неки људи реагују одмах, вичући, бацајући ствари на под, ударајући нешто или некога. Понекад чак можемо постати депресивни, тихи и интроспективни. Размишљајући о ситуацији када сте били љути, како сте показали ту љутњу? Како сте се понашали? (Напишите реченицу или неколико ријечи о томе како сте реаговали, шта сте урадили или како сте се понашали).

Година 2:

Насиље је АУТ!

Друго полугодиште:
Дроге/алкохол и
доношење одлука

Увод: ДРОГЕ

Један од главних митова о дрогама је да је употреба дрога скорашњи феномен. Међутим, дроге се користе већ вијековима, у различитим друштвеним и религијским контекстима, иако су се норме о њиховој употреби значајно промијениле. На примјер, многе дроге које су данас забрањене биле су у неком тренутку дозвољене за употребу. Исто тако, неке дроге које се данас слободно конзумирају биле су забрањене у неком другом времену или су и даље забрањене у неким културама и срединама. Забрана или либерализација дрога у различитим тренуцима у историји често је више била вођена политичко-економским мотивима него бригом о здрављу. У ствари, још један велики мит у вези са дрогом је да само илегалне дроге узрокују здравствене проблеме. Када људи помисле на дроге, они углавном мисле на марихуану, кокаин и крек, или другим ријечима, недозвољене супстанце. Међутим, дроге се могу наћи у ормарићима за лијекове, фрижидерима, баровима, супермаркетима и на забавама, у облику пића (алкохол, кафа, кола, итд), цигарета и лијекова на рецепт. Ове супстанце, које су дозвољене и дио наших свакодневних живота, такође могу проузроковати здравствене проблеме када се користе у великим количинама или неправилно.

Дефиниције дрога

Дрога се може дефинисати као било која супстанца која може да произведе промјене у функционисању живих организама, било да се ради о физиолошким промјенама или промјенама у понашању. Постоје различите категорије дрога. Психоактивне дроге могу промијенити расположење, перцепције, осјећања и понашање особе, у зависности од врсте дроге, конзумиране количине, физичких и психолошких карактеристика корисника и контекста и очекивања у вези са употребом. Психоактивне дроге могу се класификовати у три групе према њиховом утицају на мождану активност. Дроге који смањују активност мозга се називају депресиви. Оне укључују алкохол, таблете за спавање и неке инхаланте. Оне дроге које убрзавају активност појединих дијелова мозга називају се стимуланси. Примјери укључују лијекови за контролу апетита, кокаин и кофеин. Такође постоје и дроге које могу промијенити начин на који се доживљава стварност. Оне се називају халуциногени или психоделичне дроге и укључују екстази, LSD и THC (активни састојак у марихуани). Дроге се такође могу класификовати према свом законском статусу, то јест, да ли су дозвољене (легалне) или недозвољене (илегалне). Дроге чија је производња и продаја дозвољена су легалне дроге. На примјер, алкохол и дуван се сматрају легалним дрогама у већини земаља иако често постоје ограничења у погледу узраста у вези са њиховом продајом и кориштењем. Недозвољене дроге, с друге стране, су оне дроге чија је производња и/или употреба забрањена законом. У многим земљама,

Радионица 19: Шта су дроге?

ЦИЉ:

Дискутовати о различитим типовима дрога које постоје те како на њих гледа и како их користи друштво, посебно млади људи.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Четири флипчарт папира, самољепљива трака и маркери

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Као водитељ важно је да се побринете да дискусија на ову тему буде отворена. Младићи ће несумњиво имати критике на хипокритичне ставове неких одраслих људи, као и критике на многе политике и законе у вези са кориштењем супстанци.

ПРОЦЕДУРА:

- Прије почетка сесије запишите свако од сљедећих питања на посебан флипчарт папир:
 - На шта помислите када чујете ријеч "дроге"?
 - Ко користи дроге?
 - Који су то примјери дрога и гдје су оне доступне?
 - Који се ризици вежу за кориштење дрога?
- Поставите ова четири флипчарт папира у различите дијелове собе.
- На почетку сесије подијелите учеснике у четири групе.
- Свакој групи додијелите једно од четири питања. Објасните да свака група има по 10 минута да разговара о постављеном питању и запише своје одговоре на флипчарт папир. За мање писмене групе прочитајте питања наглас и тражите од њих да их међусобно продискутују.
- Након 10 минута кажите свим групама да се смјењују у смјеру казаљке на сату. Дајте им још 10 минута да разговарају о новом питању и запишу своје одговоре.
- Поновите кораке 4 и 5 док све групе не добију прилику да разговарају и одговоре на сва четири питања.
- Читајте наглас и резимирајте одговоре дате на флипчарт папирима. Уколико групе нису записале своје одговоре, замолите их да са остатком групе подијеле оно о чему су разговарали.
- Користите сљедећа питања да започнете дискусију о различитим врстама дрога и различитим начинима њихове употребе међу младим људима.

кокаин, марихуана, екстази и хероин сматрају се недозвољеним дрогама. Као што је наведено, критеријуми који се користе како би се утврдило да ли нека дрога треба да буде дозвољена или недозвољена често превазилазе питање бриге за здравље и прелазе у сферу политичких, економских, културолошких и моралних питања. У ствари, у неким случајевима штетне посљедице неке дроге по здравље или непостојање тих дрога нису у корелацији са тим да ли је та дрога дозвољена или недозвољена. На примјер, дуван је легализован у облику цигарета и цигара, упркос доказима да узрокује значајну штету. *Cannabis sativa* или марихуана је забрањена у већини земаља упркос значајној примјени у медицини (нпр. лијечење пацијената са хроничним болестима) и индустрији (нпр. производња папира и текстила). Још један систем класификације дрога заснива се на њиховом поријеклу и дијели дроге на природне дроге, полусинтетичке и синтетичке дроге. Као што име сугерише, природне дроге се екстрактују из биљака или поврћа (на примјер, кокаин, марихуана); синтетичке се производе у лабораторијама из других синтетичких дрога (такође познате као клупске дроге; ова категорија укључује кристал мет); полусинтетичке дроге се производе у лабораторијама од поврћа (нпр. хероин).

Дроге, задовољство и превенција

Појединци свих узраста, социоекономских класа, култура и нивоа образовања користе различите дроге из разних мотива. Друштвене норме о томе како мушкарци и жене треба да изгледају и понашају се често представљају основу њихове употребе дрога, укључујући и врсту дроге. На примјер, многе жене се одлучују за кориштење лијекова за мршављења као одговор на "култ за савршено женско тијело", који се промовише и наглашава у женским часописима и медијима генерално (Наппо 2006). Неки мушкарци, с друге стране, користе стероиде да им помогну да постигну мишићав или "набилдован" стас који се обично повезује са "мужевношћу". Постоји општи страх да, ако говоримо о дрогама, нарочито са адолесцентима и младима, подстаћи ћемо њихову радозналост да користе дроге. Међутим, млади су већ изло-

жени порукама о алкохолу и другим дрогама на дневној бази и ове поруке често занемарују или умањују негативне ефекте употребе. На примјер, појединци који пију алкохол у филмовима, ТВ емисијама и медијским рекламама су често приказани као софистицирани, популарни и изгледају здраво. С друге стране, постоји и увјерење да ако су млади информисани о дрогама и негативним посљедицама које се односе на њихову употребу, они ће избјежавати да их користе. Међутим, показало се да ни тишина о том питању, ни саме информације нису довољни да спријече употребу или злоупотребу дрога. Оно што је потребно су превентивне активности које помажу младим људима да препознају и превазиђу емоционалне, породичне и друштвене конфликте и пронађу начине да уживају у животу који не укључује употребу супстанци. Имајући то на уму, дроге често пружају непосредан извор задовољства или олакшања, било да је оно емоционално или физичко, и стога није реално очекивати да ће сви одлучити да се у потпуности уздржавају од употребе дрога или да ће бити у стању да то ураде. У том смислу, образовни напори би требало да укључе расправе о смањењу штете која се односи на употребу дрога. На примјер, уносити велике количине воде приликом конзумирања алкохола, не возити у пијаном стању и увијек користити игле за једнократну употребу приликом убризгавања дрога су све стратегије које могу умањити негативне посљедице употребе дрога. На крају крајева, рад на превенцији и образовању у вези са дрогама захтијева неосуђујући приступ у којем се млади и други могу осјећати пријатно да дијеле своја мишљења и искуства. Такође може бити корисно да превентивне активности буду уведене у шире расправе о сукобу између слободе избора да се користе дроге и посљедица кориштења дрога, што се не односи само на појединца већ и на партнере, породицу и заједницу (нпр. насиље у читавој заједници у вези са трговином дрогом, саобраћајним несрећама у вези са употребом дроге). На ширем нивоу неопходно је да се заговарају пријатне и здраве алтернативе употреби дрога, укључујући и спровођење слободног времена и могућности за рад, што може оснажити младе људе да креирају сопствене животне стилове и промовишу сопствени здрави развој.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ

1. Да ли све групе имају исте идеје о томе шта су дроге, ко их користи и о ризицима у вези са њиховом употребом? (прегледати садржај Табеле ресурса са групом).
2. Да ли људи у вашој заједници имају лак приступ алкохолу и цигаретама? (Да ли је то забрањено малољетницима испод 18 година старости? Да ли се ови закони спроводе?)
3. Да ли људи имају лак приступ другим врстама дрога?
4. Шта по вама одређује да ли је дрога легална (дозвољена) или забрањена (недозвољена)?
5. Да ли су рекламе за цигарете и алкохол допуштене у новинама, часописима или на телевизији? Како ове рекламе покушавају да промовише употребу тих супстанци? Шта мислите о томе?
6. Како ове медијске рекламе приказују жене које користе њихове производе? Како ове медијске рекламе приказују мушкарце који користе њихове производе? Сматрате ли да су ови прикази тачни? Како ове медијске рекламе утичу на ставове жена и мушкараца о цигаретама и алкохолу?
7. Постоје ли, тамо гдје ви живите, кампање које покушавају да смање употребу дрога? Шта мислите о оваквим кампањама?
8. На који начин бисте ви омогућили људима у вашој заједници да добију тачне информације о посљедицама употребе дрога?
9. Да ли и колико често вршњаци обликују наш став према дрогама?
10. Колико често вршњаци охрабрују употребу одређених супстанци?
11. Да ли друштвене норме подстичу употребу одређених дрога или супстанци?
12. Можемо ли рећи да одређени младићи мисле да ће их употреба одређених супстанци учинити "супериорним мушкарцима" у односу на оне који се супротстављају њиховој употреби

ЗАВРШЕТАК:

Дроге дотичу животе многих жена и мушкараца. Постоји много различитих врста дрога, неке су законите, неке нису, неке чешће користе мушкарци, неке жене итд. Важно је размишљати о различитим личним и социјалним притисцима који могу навести дјевојке и младиће

на употребу различитих врста дрога и бити свјестан посљедица које употреба дрога може имати на индивидуалне животе, везе и заједнице. У сљедећој активности мало детаљније ћемо дискутовати о неким од ових посљедица.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

Шта су дроге?⁴²

Дрога се може дефинисати као било која супстанца која може довести до промјене функционисања живих организама, било да је та промјена физиолошка или промјена понашања. Постоје посебне категорије дрога, назване психоактивне или психотропне, које мијењају расположење, перцепције, осјећања и понашање корисника у складу са врстом и количином конзумиране дроге, физичким и психолошким карактеристикама корисника, тренутком и контекстом употребе и очекивањима која та особа има у вези са дрогом. Ове психоактивне или психотропне дроге се могу класификовати у три групе у складу са посљедицама које имају на мождану активност:

а) Депресиви: снижавају активност мозга узрокујући лијеност и незаинтересованост. Примјери укључују алкохол, таблете за спавање и инхаланте.

б) Стимуланси: повећавају мождану активност, проузрокујући будност и опрезност. Примјери укључују лијекове за контролу апетита, кокаин и кофеин.

с) Халуциногени: модификују мождану активност мијењајући начин на који се доживљавају стварност, вријеме, простор те визуелни и аудиторни стимуланси. Примјери укључују екстази и ЛСД.

ДЕПРЕСИВИ	ОСЈЕЋАЊА КОЈЕ ПРОУЗРОКУЈУ	ЕФЕКТИ КОЈЕ МОГУ ПРОИЗВЕСТИ
ТРАНКВИЛИЗАТОРИ (СРЕДСТВА ЗА СМИРЕЊЕ)	Ослобађају од напетости и анксиозности, опуштају мишиће и изазивају сан	У великим дозама могу изазвати пад крвног притиска; у комбинацији са алкохолом воде у стање коме; у трудноћи повећавају ризик од деформитета фетуса. Стварају толеранцију захтијевајући повећану дозу.
РАСТВОРАЧИ ИЛИ ИНХАЛАНТИ (ЉЕПИЛО, БЕНЗИН, КОРЕКТОР)	Еуфорија, халуцинације, узбуђење	Мучнина, пад крвног притиска: поновна употреба може уништити неуроне и проузроковати повреде слезене, бубрега, јетре и периферних нерава.
СИРУПИ ЗА КАШАЉ И КАПИ СА КОДЕИНОМ И ЗИПЕПРОЛОМ	Ослобађање од бола, осјећај благостања, поспаност, осјећај лебдења	Пад крвног притиска и температуре; ризик од коме, грчеви, ствара толеранцију захтијевајући повећану дозу, при одвикавању зависници искусе грчеве и несаницу
СЕДАТИВИ	Отклањају напетост, стварају осјећај смирености и релаксације	Заједно са алкохолом проузрокују пад крвног притиска и откуцаје срца што може довести до смрти. Стварају толеранцију захтијевајући пораст дозе и зависност.
ОПИЈУМ, МОРФИЈУМ, ХЕРОИН	Поспаност, ослобађање од бола, стање лијености, изолација од реалности, осјећај будног сањарења, халуцинације	Изазивају зависност, смањују ритам откуцаја срца и дисања и могу довести до смрти; колективна употреба шприца шири AIDS; тешко одвикавање
АЛКОХОЛ	Еуфорија, слободан говор, осјећај анестезије	Блага дрхтавица и мучнина, повраћање, знојење, главобоље, вртоглавица, грчеви, агресивност и суицидалне тенденције

42 — Преузето и прилагођено из: CEBRID – Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (Бразилски информативни центар о психотропним дрогама). Depto de Psicobiologia, Universidade Federal de São Paulo (Одјељење за психобиологију, Федерални универзитет у Сао Паулу).

Радионица 20:

Дроге у нашим животима и заједницама



ЦИЉ:

азмотрити разне ситуације у којима би мушкарци и жене могли користити дроге и посљедице тог кориштења у њиховим животима и везама.



ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Копије студија случаја из Табеле ресурса А



ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута



ПЛАНИРАЊЕ:

Прегледајте студије случаја из Табеле ресурса А и направите све неопходне измјене или прилагођавања локалном контексту. Ако ове студије случаја нису примјенљиве, требало би да направите нове које су примјереније реалности и искуствима учесника. **Уколико је могуће, позовите професионално лице или некога са знањем о дрогама да учествује у овој сесији.**

ПРОЦЕДУРА:

1. Подијелите учеснике у четири мање групе. Дајте свакој групи копију једне од студија случаја из Табеле ресурса А. Објасните им да би свака група требало да размотри и анализира студију случаја и смисли могући завршетак. За мање писмене групе можете ситуације прочитати наглас.
2. Дајте групама 10 минута да продискутују студије случаја.
3. Замолите групе да презентују студије случаја и завршетке које су осмислили. Ове презентације се могу одржати у виду приче или скеча. Групе би у својим презентацијама требало да дају одговоре на сљедећа питања:
 - › Да ли је ово реална ситуација? Зашто да или зашто не?
 - › Који су фактори утицали на одлуку главног лика да узме дрогу?
 - › Које су неке од могућих посљедица са којима би се главни лик могао суочити (видјети Табелу ресурса Б)
 - › Које друге опције су имали на располагању? (осим узимања дрога)
4. Након презентације студија случаја, искористите сљедећа питања како бисте започели дискусију о различитим контекстима у којима млади људи употребљавају дроге и о посљедицама ове употребе.

СТИМУЛАНСИ	ОСЈЕЋАЊА КОЈЕ ПРОУЗРОКУЈУ	ЕФЕКТИ КОЈЕ МОГУ ПРОИЗВЕСТИ
АМФЕТАМИНИ	Опирање сну и умор, тахикардија, осјећај "усхићености", пуно енергије	Тахикардија и пораст крвног притиска, проширење зјеница, опасност за возаче, висока доза може проузроковати делиријум прогањања и параноју
КОКАИН	Осјећај моћи, сјајнији доживљај свијета, еуфорија, губитак апетита, сан и умор	У великим дозама изазива пораст температуре, грчеве и оштру тахикардију која може довести до застоја срца.
КРЕК	Осјећај моћи, сјајнији доживљај свијета, еуфорија, губитак апетита, сан и умор	У великим дозама проузрокује пораст температуре, грчеве и оштру тахикардију која може довести до застоја срца, изазива јаку физичку зависност и велик степен смртности
ДУХАН (ЦИГАРЕТЕ)	Стимулишући, осјећај задовољства	Смањује апетит, може довести до хроничног стања анемије. Погоршава обољења као што је бронхитис и може ометати сексуални учинак. Код трудница повећава ризик од побачаја. Повезан са 30% свих врста рака
КОФЕИН	Опирање сну, умор	Претјерана доза може проузроковати стомачне проблеме и несаницу.

ХАЛУЦИНОГЕНИ	ОСЈЕЋАЊА КОЈЕ ПРОУЗРОКУЈУ	ЕФЕКТИ КОЈЕ МОГУ ПРОИЗВЕСТИ
МАРИХУАНА	Смиреност, опуштеност, жеља за смијехом	Тренутни губитак памћења, неке особе могу имати халуцинације, непрекидна употреба може утицати на рад плућа и производњу (привремено) сперматозоида; губитак воље
LSD	Халуцинације, искривљеност перцепције, стапање осјећања (чини се као да звуци постижу облике)	Стање анксиозности и панике, делиријум, грчеви, ризик од зависности
АНТИКОЛИНЕРГИЦИ (БИЉКЕ КАО ЉИЉАН И НЕКИ ЛИЈЕКОВИ)	Халуцинације	Лоши "трипови": тахикардија, проширење зјеница, затвор и пораст температуре могу довести до грчева
ЕКСТАЗИ (MDMA)	Халуцинације, искривљеност перцепције, стапање осјећања (чини се као да звуци постижу облике), стимулант	Лоши трипови: са стањем анксиозности и панике, делиријумом, грчевима; ризик од зависности.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ

1. Који су најчешћи разлози због којих мушкарци употребљавају дроге? Да ли су они другачији од најчешћих разлога због којих жене употребљавају дроге? На који начин?
2. Постоје ли различити степени или нивои до којих појединци користе дрогу? Који су то различити степени? (видјети Табелу ресурса Ц).
3. Које су културолошке норме у вези са употребом алкохола у вашој заједници/држави?
4. Какво дејство алкохол и друге супстанце имају на доношење одлука и на понашање у вези са сексом? (видјети Табелу ресурса Ц)
5. Како конзумирање алкохола или употреба других супстанци може некога учинити подложнијим нежељеној трудноћи и ППИ, укључујући HIV и AIDS?
6. Како кориштење дрога утиче на везе међу људима? Породице? Заједнице?
7. Какве мјере ви можете предузети уколико ваш пријатељ злоупотребљава алкохол или друге супстанце? (Спроведите активност брејн-сторминга са учесницима, а затим користите Табелу ресурса Д да проширите/допуните њихове идеје).
8. Како можемо осмислити друге облике забаве и друштвених активности тамо гдје алкохол и друге супстанце нису најважније ствари?

ЗАВРШЕТАК:

Тешко је генерализовати мотиве који особу воде ка узимању дрога. Свака особа има своје мотиве и понекад ти мотиви нису јасни ни самом појединцу. У већини случајева могу постојати бројни фактори, не само један, који појединца воде ка употреби дрога, на примјер: радозналост, вршњачки притисак, жеља да се забораве проблеми, покушај да се савлада стидљивост или несигурност, незадовољство сопственим физичким изгледом итд. Младићи често користе алкохол у већој мјери од дјевојака, из разлога што могу вјеровати да им алкохол помаже у доказивању мушкости или

им помаже да се боље уклопе у групу својих мушких вршњака. Потребно је испитати норму у вези са употребом алкохола и размислити о томе како ви и други можете осмислити и другачије облике опуштања и забаве, а који не подразумевају да алкохол буде у центру збивања. Важно је да породица, пријатељи и вршњаци пруже своју подршку, без окривљавања и осуђивања, да помогну појединцу да размисли о штетности кориштења дрога и да препозна здраве алтернативе и, када је то потребно, да потражи компетентну стручну помоћ.

ТАБЕЛА РЕСУРСА А:

СТУДИЈЕ СЛУЧАЈА О УПОТРЕБИ ДРОГА

Студија случаја бр.1

Дамир је тих дјечак који воли да се дружи са пријатељима и игра фудбал. У суботу су га неки пријатељи позвали у кафић да пију и да се друже. Када је дошао тамо осјећао се стидљиво и несигурно и попустио је пријатељима који су га гњавили и наговарали га да пије. Завршио је попивши четири флаше пива у веома кратком времену.

Студија случаја бр.2

Иван воли фудбал и позван је да учествује на међушколском такмичењу. Тренирао је напорно. У жељи да што више побољша своју игру одлучио је да узме стероиде које је његов пријатељ купио у теретани.

Студија случаја бр.3

Сара и Филип се виђају већ неколико мјесеци. На Филипов рођендан Сара је приредила забаву изненађења за њега. Позвала је све њихове пријатеље и чак послала старијег брата да купи пиво за забаву. Филип је заиста био изненађен и он и Сара су много пили и плесали. Те ноћи су имали секс без кондома.

Студија случаја бр.4

Новогодишње је вече. Сви се забављају и пију помало. Неко је донио екстази. Маријана, као и већина њених пријатеља на забави, мисли: "Зашто не разбити мало атмосферу једним екстазијем? Један не може шкодити, зар не?".

Студија случаја бр.5

Круно је имао лош дан у школи, добио је лоше оцјене из физике и књижевности. Одлучује да се опусти у парку са пријатељима. Један од његових пријатеља је донио траву, марихуану. Круно одлучује да проба траву и сам се увјери да ли трава заиста помаже да се опустиш као што сви говоре.

Студија случаја бр.6

Петак је увече и група пријатеља излази у диско да се састану са дјевојкама које им се свиђају. Забава је врло добра, музика одлична, а и дјевојке су ту. Дарко види како неки од његових пријатеља узимају пилуле и схвата да се ради о екстазију. Једна од дјевојака Марија долази до Дарка и нуди му мало. Дарко одбија, али Марија наставља да наваљује: "Узми мало, помоћи ће ти да се опустиш и уживаш! Буди мушко, не плаши се!". Дарко узима пилулу и гута је.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

МАРИХУАНА

Марихуана је једна од најчешће кориштених илегалних дрога данашњице. Њени најчешћи ефекти су осјећај благостања и опуштености. Понекад корисници могу постати веома говорљиви, анксиозни или могу халуцинирати. Иако млада особа која експериментише са овом дрогом не може постати зависна, чак и најмањи експерименти могу имати штетне посљедице по здравље као што су проблеми са памћењем, јасним размишљањем, координацијом и појачаним срчаним ритмом или могу резултовати проблемима са законом, будући да је то илегална супстанца. Код корисника који пуше марихуану дуже вријеме постоји већа вјероватноћа да дође до развоја респираторних болести, као што су стални кашаљ или рак плућа. Корисници такође могу патити од поремећаја личности као што су депресија или анксиозност. Дрога, најчешће, изазива највећи ризик током самог периода интоксикације, јер корисник може изгубити способност да обавља радње као што су вожња мотоцикла или аутомобила.

КОКАИН

Истраживања показују да је употреба кокаина много мања него употреба неких других дрога као што су алкохол или дуван. Употреба кокаина може довести до зависности и може да утиче на менталне и физичке функције. Психичке посљедице укључују еуфорију, хиперактивност, визуелне и осјетне халуцинације и осјећај прогањања. Неке физичке посљедице су абнормално високи откуцаји срца, грчеви и хладноћа. Кокаин је посебно штетан када се узима у комбинацији са алкохолом. Кокаин је такође потискивач (супресант) апетита, што је поједине жене навело на то да га користе ради губитка тежине или одржавања ниског нивоа тјелесне тежине.

Кокаин може довести до оштећења на тијелу у тренутку употребе и након тога. Неки корисници пријављују појачање сексуалне стимулације на почетку употребе. Међутим, редовна употреба може смањити сексуалну жељу и изазвати импотенцију.

Кокаин се може конзумирати ушмркавањем или помоћу ињекција. Када се убризгава ињекцијом постоји додатни ризик од преношења болести као што су HIV и AIDS и хепатитис Б и Ц.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

ДЈЕЛОВАЊЕ РАЗЛИЧИТИХ СУПСТАНЦИ

АЛКОХОЛ

У малим дозама, алкохол може створити осјећај опуштања, смирења, благостања, а понекад чак и благе еуфорије. Када се уноси у великим количинама може проузроковати губитак моторичке координације, менталну збуњеност, поспаност и успореније рефлексе. Ова дејства алкохола могу довести појединца до тога да се укључи у многобројна високоризична понашања, укључујући и секс без заштите, вожњу под утицајем алкохола и/или насиље. Када се алкохол узима са великом учесталашћу, постоји повећан ризик од цирозе, можданих проблема и других хроничних проблема.

Једно пиће може бити пријатно на састанку, забави или за вријеме дружења са пријатељима. Једним пићем⁴³ сматра се сљедеће: једна конзерва пива (±300 ml) или једна чаша вина (120 ml) или једна чашица жестоког алкохолног пића (36 ml). Генерално се сматра да два пића на дан за мушкарце и једно пиће на дан за жене и старије особе нису штетни. Међутим, за неке људе чак и мале количине алкохола могу бити изузетно штетне. Уопште посматрано, жене имају мању толеранцију на алкохол него мушкарци, дијелом због тога што имају већу пропорцију масти и мању пропорцију воде у својим тијелима него мушкарци: стога, жена ће имати већи проценат алкохола у крви него мушкарац исте тежине који је попио исту количину алкохола. Даље, жене имају нижи ниво ензима који разграђују алкохол у желуцу те тако апсорбују већу количину алкохола него мушкарац који попије исту количину алкохола.

Жена која пије алкохол у трудноћи ризикује здравље свог нерођеног дјетета. Алкохол неометано пролази кроз постељицу, стварајући ниво у фетусу готово исти као онај у мајци. Бебе чије су мајке често или пуно пиле током

трудноће могу се родити са озбиљним урођеним манама, укључујући ниску тјелесну тежину приликом порођања, физичке деформитете, деформитете зглобова и удова, срчане мане, малформације зглобова и удова, менталну заосталост.

ЛИЈЕКОВИ НА РЕЦЕПТ

Сврха лијекова је лијечење обољења, олакшање болова и патњи и унапређење благостања. Међутим, уколико их користе људи којима не требају или уколико се користе у високим и неадекватним дозама, лијекови могу нанети штету здрављу човјека.

На примјер, амфетамини се често злоупотребљавају, а то може довести до срчаних проблема, параноје или грчева, између осталог. Будући да су амфетамини стимуланси и стога повећавају човјекову отпорност и физичку енергију, понекад их користе студенти да би издржали цијелу ноћ учећи. Додатно, различите перцепције љепоте често доводе жене до тога да угрожавају своје здравље узимањем амфетаминских како би изгубиле на тежини у потрази за "савршеним" тијелом.

Средства за смирење (транквилизатори), позната као "смиривачи", проузрокују спорије функционисање мозга (централног нервног система). Често се користе у лијечењу анксиозности и поремећаја сна. Како се тијело навикава на њих, почетни симптоми могу нестати и корисник може развити толеранцију на и зависност од те супстанце. У комбинацији са другим дрогама, као што је алкохол – транквилизатори могу имати интензивније споредне ефекте, који заузврат могу повећати здравствене ризике по здравље, као што су респираторна депресија или срчани застој.

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

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

СТЕРОИДИ

Стероиди се најчешће користе за убрзавање изградње мишића. Обично се узимају орално у облику таблета или се убризгавају ињекцијом. Стероиди су вјештачка верзија "тестостерона", хормона који се природно производи у тијелу. У неким случајевима људи користе стероиде који нису намијењени за људску употребу. На примјер, постоје медицински извјештаји о младим људима који су користили стероиде намијењене за ветеринарску употребу с циљем убрзаног повећања своје мишићне масе.

Стероиди имају читав низ физичких посљедица. Могу смањити функцију имуног система, који је одбрамбени систем организма против бактерија. Такође могу оштетити јетру, проузроковати рак и промијенити нормалну хормоналну функцију, тј. изазвати прекид менструације код жена те утицати на рад хипоталамуса и репродуктивних органа. Они чак могу изазвати и смрт. Стероиди такође могу имати и емоционално дејство као што је изазивање депресије или раздражљивости.

Стероиди могу имати и полно специфичне посљедице. Када је ријеч о женама, то подразумијева: поремећај менструалног циклуса, продубљавање гласа, смањење величине груди, појачан раст косе, промјене у расположењу, укључујући агресивност и љутњу. Честе посљедице по мушкарце подразумијевају: раст груди, смањену сексуалну функцију и стерилитет и атрофију тестиса.

Као и код било које друге дроге, која се убризгава ињекцијом, дијелење игала за убризгавање стероида може довести до преношења HIV и AIDS-а и хепатитиса Б и Ц.

ДУХАН⁴⁴

Духански производи су производи направљени у потпуности или дјелимично од листа духана као сировине, намијењени за пушење, сисање, жвакање или шмркање. Сви садрже никотин, психоактивни састојак који изазива висок ниво зависности. Употреба духана је један од главних фактора ризика за велики број хроничних болести, укључујући рак, болести плућа и кардиоваскуларне болести. У данашње вријеме је одговоран за смрт једног од десет одраслих људи широм свијета (око пет милиона смртних случајева сваке године). Упркос томе, чест је у свијету иако бројне државе имају законске прописе који забрањују рекламирање духана и регулишу ко може купити и користити духанске производе и гдје људи могу пушити.

44 — Извор: веб страница Свјетске здравствене организације www.who.int.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Ц

ТИПОВИ КОРИСНИКА СУПСТАНЦИ

Уједињене нације разликују четири типа корисника супстанци:

Експериментални корисник - Ограничава се на експериментисање са једном или неколико супстанци, из различитих разлога, нпр. радозналост, жеља за новим искуствима, вршњачки притисак, публицитет итд. У већини случајева контакт са супстанцом не иде даље од почетних експеримената.

Повремени корисник - Користи једну или више супстанци повремено уколико је окружење погодно и супстанца доступна. Не постоји зависност или кидање емоционалних, професионалних или социјалних веза и односа.

Корисник из навике - Често користи супстанце. У његовим/њеним везама већ се могу примијетити знакови раздвајања. И поред тога, он или она и даље функционишу у друштву, иако на несигуран начин, и доводе се у ризик од зависности.

Зависник или "дисфункционални" корисник - Живи кроз употребу супстанце и за употребу супстанце, готово искључиво. Као посљедица тога све друштвене везе су покидане, што доводи до изолације и маргинализације.

УПОТРЕБА СУПСТАНЦИ И СЕКСУАЛНО ПОНАШАЊЕ

Многи људи вјерују да одређене супстанце могу побољшати сексуалне перформансе или задовољство. У стварности ефекат кориштења супстанци варира од особе до особе у зависности од многих фактора укључујући и: биолошки (метаболизам људског тијела), учесталост употребе, средину и културу те психолошке аспекте. Веома често позитивни ефекти кориштења супстанци током сексуалних односа имају више везе са оним у шта људи вјерују да ће се десити него са њиховим фармаколошким својствима. На примјер, супротно ономе што многи људи вјерују, алкохол у почетку чини да се људи осјећају мање уплашено, али, као што је драмски писац William Shakespeare једном рекао: "Алкохол изазива жељу, али одузима извршење". Заправо, може спријечити ерекцију. На исти начин марихуана смањује производњу мушког хормона тестостерона и може привремено довести до смањења производње сперме. Кокаин смањује жељу и узбуђење бу-

дући да су корисници више заинтересовани за узимање супстанце него за секс. Штавише, када људи узимају дроге теже је успоставити комуникацију и преговарање за вријеме сексуалних односа, јер је особа тада више забринута за сопствена тренутна осјећања него за осјећања њихових партнера или за могуће ризике од нежељене трудноће, ППИ или HIV и AIDS-а. Према различитим истраживањима, врло је вјероватно да особа која је под утицајем било које супстанце неће бити у стању да користи кондом, јер је његова или њена способност расуђивања и рефлекса смањена. Такође је важно запамтити да чак и ријетка или повремена употреба алкохола или супстанци и даље доводи појединце у опасност, јер довољан је само један случај прекомјерног конзумирања алкохола или секс без заштите да се десе нежељена трудноћа и/или ППИ / HIV и AIDS инфекција.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Д:

КАКО ПОМОЋИ ПРИЈАТЕЉУ КОЈИ ИМА ПРОБЛЕМ СА ЗЛОУПОТРЕБОМ АЛКОХОЛА ИЛИ СУПСТАНЦИ

- › Будите уз њих. Немојте им окренути леђа.
- › Саслушајте их.
- › Не критикујте их пред њима, нити пред другим људима.
- › Предложите им шта би могли урадити, али немојте превише наваљивати са тим. Они ће морати донијети сопствене одлуке.
- › Уколико желе, понудите им да идете са њима да потраже помоћ код одговарајућих установа које се баве проблемом дрога, код доктора или савјетника.
- › Охрабрите их да буду позитивни према себи.
- › Охрабрите их да осјете да могу урадити нешто у вези са својим проблемима.
- › Охрабрите их да траже одговарајући третман за свој проблем. Понудите им помоћ у тражењу клинике или центра који би им могли помоћи.

Постоје одрасле особе од повјерења са којима лице које има проблем са алкохолом или дрогом може разговарати са циљем да добије помоћ и подршку. Испод су наведени неки примјери таквих особа:

- › Професор, школски педагог или школски психолог или савјетник
- › Доктор, медицинска сестра или савјетник
- › Вјерски вођа
- › Локални омладински вођа
- › Локалне невладине организације
- › Родитељи, ујна/стрина/тетка, ујак/стриц/тетак, или баке и дједови.

Радионица 21: Задовољства и ризици⁴⁵

ЦИЉ:
Размислити о ризицима повезаним са неким стварима које нам пружају задовољство и продискутовати о стратегијама за смањивање ових ризика.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Часописи, новине, маказе, љепило, флипчарт папир

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Дискусија за ову активност, као што је овдје написано, је фокусирана на ризике кориштења дрога. Међутим, питања се лако могу прилагодити за дискусију о ризицима и заштитним факторима у вези са другим стварима, укључујући и секс.

ПРОЦЕДУРА:

1. Подијелите учеснике у двије до три мање групе.
2. Дајте свакој групи лист флипчарт папира и објасните да треба да направе колаж ствари у којима уживају. Реците им да то могу урадити писањем, цртањем и/или лијељењем слика које изрежу из часописа и новина.
3. Дајте групама 15 минута да направе своје колаже.
4. Дајте свакој групи други лист папира и замолите их да га подијеле у три колоне. Реците им да напишу слjedeће ријечи као заглавља колоне: **Ризици/Штетности; Задовољства; Фактори заштите**. Групе би у средњу колону требало да упишу до пет ствари у којима уживају. У лијевој колони би требало да опишу ризике/штетности у вези са тим ужитком. У десној колони групе би требало да упишу факторе заштите, тј. ствари које они могу обезбиједити да им то у чему уживају не би нашкодило или ствари које минимализују штету. Видјети Табелу ресурса А за примјер како организовати и попунити табелу. За мање писмене групе учесници могу користити цртеже/колаже да идентификују ризике/штетности и факторе заштите повезане са ужитком који су идентификовали.
5. Дајте групама 20 минута да испуне табелу.
6. Замолите сваку групу да презентује свој колаж и табелу другим групама.
7. Искористите слjedeћа питања да започнете дискусију о ужицима и смањењу ризика и штетности.

⁴⁵ — Прилагођено из: *Andando se faz um caminho manual*, by Ana Sudária de Lemos Serra in ECOS: Adolescência e Drogas, São Paulo, 1999.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ

1. Зашто је важно размишљати о ризицима/штетностима повезаним са стварима које нам пружају задовољство?
2. Зашто је важно размишљати о факторима заштите повезаним са стварима које нам пружају задовољство?
3. Која је веза између дрога и задовољства?
4. Која је веза између дрога и ризика/штетности?
5. Која је веза између дрога и фактора заштите?
6. Када би људи требало да размишљају о ризицима или факторима заштите у вези са датим задовољством? Када би ТРЕБАЛО да размишљају о њима?
7. Да ли неки људи раде одређене ствари због ризика који су укључени? (Повезати са претходним дискусијама о томе како је ризик својство које је често повезано са маскулинитетом и како би младићи могли радити неке ствари које се сматрају ризичним да би доказали да су "прави" мушкарци).
8. Да ли сте чули за смањивање штетности? Шта сте чули? (Објасните да смањивање штетности укључује и усвајање стратегија за смањивање штетности повезане са одређеним понашањем. За више информација погледајте Табелу ресурса Б).
9. Какве информације и подршку, према вашем мишљењу, млади људи требају да би у сопственим животима примјењивали смањивање ризика?
10. Како можете подстаћи друге младе људе у вашој заједници да размишљају о смањењу ризика?

ЗАВРШЕТАК:

Многе одлуке у вашим животима долазе са задовољствима и ризицима. Кад су у питању дроге можете донијети одлуку да пијете алкохол или не. Одлука да пијете или пушите може вам донијети нека тренутна задовољства, али она такође може и укључити ризике. На примјер, алкохол може смањити ваше расуђивање и снагу повећавајући на тај начин ризик од не-

срећа и повреда и вашу рањивост на насиље и HIV/ППИ, док његова дуготрајна или константна употреба може довести до озбиљних здравствених проблема. Иако можда и није реално мислити да ће младићи и други у потпуности престати да користе дроге – важно је да сте свјесни ризика у вези са употребом дрога и да сте у стању смањити штетност коју би то могло имати по ваше животе и везе.

ТАБЕЛА РЕСУРСА А:

Примјер табеле са задовољствима и повезаним ризицима и штетностима и заштитним факторима

У наставку слиједи примјер како групе треба да организују своје табеле. Он такође укључује и опис ризика и заштитних фактора повезаних са неким заједничким задовољствима. Ако је од помоћи, водитељ може ове табеле подијелити учесницима прије него што они креирају своје сопствене табеле.

РИЗИЦИ/ШТЕТНОСТИ	ЗАДОВОЉСТВА	ЗАШТИТНИ ФАКТОРИ
<p>Превелики проблеми са тежином и здрављем због слаткиша или брзе хране.</p> <p>Обољења због неправна хране која је прљава или конзумирање хране чији је рок трајања истекао</p>	Јело	<p>Добро прати храну.</p> <p>Балансирано се хранити.</p> <p>Добро конзервирати храну.</p> <p>Провјерити датум истека рока трајања.</p>
<p>Вожња у пијаном стању.</p> <p>Повреда у несрећи.</p> <p>Прекорачење дозвољене брзине.</p> <p>Бити учесник у судару.</p>	Вожња аутомобила	<p>Не пити алкохол прије вожње.</p> <p>Користити заштитни појас.</p> <p>Придржавати се саобраћајних прописа.</p>
<p>Претјерано пушење цигарета.</p> <p>Лош задах.</p> <p>Одјећа која смрди на дим.</p> <p>Здравствени проблеми са плућима</p>	Пушење	<p>Пушити неколико цигарета дневно/седмично.</p> <p>Престати пушити.</p>

пренос обољења. Такође се чине успјешним у смањењу проблема са јавним редом и миром повезаним са употребом недозвољених дрога укључујући и неадекватно одлагање шприца и јавно видљиву нелегалну употребу дрога.

Програми за сигурнији секс

Многе школе сада спроводе едукацију о сигурном сексу за ученике тинејџерског и предтинејџерског узраста, од којих су неки већ сексуално активни. Под претпоставком да ће неки, ако не већина адолесцената имати сексуалне односе, приступ смањивања штетности предлаже сексуалну едукацију која наглашава употребу заштитних средстава као што су кондоми и латекс гуме за уста (енг. дентал дам) за заштиту од нежељене трудноће и пренос полно преносивих инфекција (ППИ). Ово је супротно идеологији сексуалне едукације која говори искључиво о апстиненцији и држи се тога да говори дјечи о сексу може само да их охрабри да се и они у то укључе.

Они који подржавају овај приступ наводе статистику за коју кажу да показује да је овај приступ знатно ефективнији у спречавању тинејџерске трудноће и полно преносивих болести него програми који говоре искључиво о апстиненцији. Социјални конзервативци се не слажу са овим тврдњама – за више детаља о овој контроверзи прочитајте чланак о сексуалној едукацији.

возачи" и бесплатни такси програми смањују број несрећа приликом вожње у алкохолисаном стању. Многи градови имају програме бесплатног превоза кући током празника када је злоупотреба алкохола највећа, а неки барови и клубови ће видно пијаном клијенту обезбиједити бесплатну вожњу таксијем.

Сигурнија мјеста за употребу ињекција

"Сигурне собе за ињектирање" су законски одобрене, надгледане просторије направљене с циљем да буду смањени здравствени проблеми и проблеми са јавним редом и миром који су повезани са нелегалним ињекционим кориштењем дрога.

Сигурне собе за ињектирање обезбјеђују стерилну ињекциону опрему, информације о дрогама и здравственој њези и приступу медицинском особљу. Неке нуде савјетовање, хигијенске и друге услуге које могу користити сиромашни појединци и луталице. Већина програма забрањује продају и куповину илегалних дрога. Многи захтијевају личне карте. Неки ограничавају приступ само на локално становништво и примјењују друге критеријуме приступа.

Процјене сигурних соба за ињектирање генерално показују да су оне успјешне у смањењу ињекционо повезаних ризика и штетности, укључујући оштећење вена, предозирање и

Смањивање штетности:

- › је алтернатива моделима употребе дроге и зависности, који се фокусирају на морал/криминал и болест;
- › препознаје апстиненцију као идеалан исход, али прихвата алтернативе које смањују штетност;
- › је првенствено настало као приступ "одоздо нагоре", заснован на заговарању права зависника, а не на политици "одозго надоље" коју промовишу креатори политике о дрогама;
- › промовише низак праг приступа услугама као алтернативу традиционалним приступима високог прага и
- › је засновано на принципима саосјећајног прагматизма насупрот моралистичком идеализму.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

ШТА ЈЕ СМАЊИВАЊЕ?⁴⁶

Смањивање штетности је филозофија/покрет јавног здравства која је проистекла као одговор на потребу за прагматичнијим и прилагодљивијим стратегијама, како би био смањен ризик преноса HIV-а међу ињекционим корисницима дроге. У суштини предвиђено је да смањивање штетности буде прогресивна алтернатива забрани одређених потенцијално опасних избора животног стила. Централна идеја смањивања штетности је признање да су се неки људи увијек укључивали и да ће се увијек укључивати у понашања која са собом носе ризике, као што је необавезан секс, проституција и употреба дроге. Стога је главни циљ смањивања штетности ублажити потенцијалне опасности и здравствене ризике повезане са самим ризичним понашањима. Смањивање штетности настоји да се са појединцима, попут корисника опојних дрога, сусретне "на њиховом терену" с циљем да им помогне да смање ризике по себе и друге. Штавише, умјесто кориштења погрдних имена за етикетирање људи који су укључени у високоризична сексуална понашања или који користе опојне дроге, смањивање штетности помјера фокус на понашање појединца и посљедице таквог понашања. На примјер, помак је када се умјесто "злоупотреба опојних дрога" каже "штетна употреба дрога" или када умјесто да особу етикетирамо као "наркомана", њега/њу називамо "конзументом".

Други циљ смањивања штетности је смањити штетност повезану са или проузроковану законским околностима под којима се ова понашања дешавају (на примјер, забрана одређених поступака или супстанци може помоћи у стварању црног тржишта гдје нелегална трговина цвјета). Иницијативе смањивања штетности се крећу од широко прихваћених идеја, као што је кампања намијењена возачима, до контроверзнијих иницијатива као што је обезбјеђивање кондома у државним школама, програми размјене

игала или сигурнија ињекциона подручја за интравенозне кориснике дрога, легализација дрога или програми за руковање хероином.

Неки конкретни примјери укључују:

Програм размјене шприца и слични програми
Употреба хероина и одређених других недозвољених дрога може обухватати поткожне шприце (углавном због високих цијена, ограниченог квалитета те стога и ограничене доступности као мјере штедње). У неким подручјима (нарочито у многим дијеловима Сједињених Држава) оне су доступне само на рецепт. Тамо гдје је доступност ограничена, корисници хероина и других дрога често дијеле шприце и користе их више пута. Као резултат тога, инфекција једног корисника (попут HIV-а или хепатитиса Ц) може се пренијети на друге кориснике поновним кориштењем шприце затроване зараженом крвљу и поновна употреба нестерилизоване шприце од стране једног корисника такође носи значајан ризик од инфекције.

Принципи смањења штетности налажу да би шприце требало да буду лако доступне (тј. без рецепта). Тамо гдје су шприце доступније сразмјере HIV-а су много ниже него у мјестима са ограниченом доступношћу. Заговорници смањења штетности такође истичу аргумент по којем би корисници требало да буду снабдевени шприцама у установама основаним управо за ову сврху: тзв. програм размјене игала.

Вожња под дејством алкохола и програми који се односе на проблем алкохола

Постоји велики број медијских репортажа које информишу кориснике о опасностима вожње у алкохолисаном стању. Већина корисника алкохола је сада свјесна ових опасности, а технике сигурне вожње као што су "додијељени

46 — Текст преузет из "Harm reduction: Pragmatic strategies for managing high-risk behaviors" ("Смањивање штетности: прагматичне стратегије за управљање високоризичним понашањима"), уредио G. Alan Marlatt, 1998.

4. Након дискусије, особа која је прочитала прву тврдњу баца лопту другој особи у групи и тако даље, све док о свим тврдњама не буде продискутовано.

ЗАВРШЕТАК:

Важно је размислити о овим идејама и митовима о употреби алкохола у које смо готово сви вјеровали у неком тренутку.

ОДГОВОРИ НА УОБИЧАЈЕНЕ МИТОВЕ О УПОТРЕБИ АЛКОХОЛА

Алкохол није дрога.	Алкохол је дрога у смислу да мијења начин функционисања организма, нарочито централног нервног система од којег зависе мисли, осјећања и понашање. Он такође може изазвати зависност.
Имати високу толеранцију на алкохол значи да особа неће постати алкохоличар.	Истина је управо супротна, висока толеранција значи да мозак постаје навикнут на дрогу.
Ако мијешате пића, можете се пити.	Оно од чега се стварно неко напије је количина алкохола и брзина којом неко пије.
Од пива се не можете пити.	У случају пива, апсорпција алкохола кроз желудац је мало спорија, али у зависности од конзумиране количине, оно узрокује пијанство.
Алкохол дјелује сексуално стимулативно.	У почетку алкохол може смањити уздржаност и помоћи људима да постану отворенији, али с обзиром на то да алкохол има депресивни ефекат на нервни систем, на крају он смањује ова осјећања и може спријечити сексуалне односе. Употреба алкохола један је од најчешћих узрока ерективне дисфункције (импотенције).
Алкохолизам је болест која погађа старије особе.	Већина особа зависних од алкохола су младићи у радној доби.
Алкохоличари су они који пију свакодневно.	Већина особа зависних од алкохола у почетној и средњој фази овог процеса пије углавном током викенда и наставља са својим нормалним активностима у школи и на послу, али са све већим потешкоћама.
Кафа или прање лица хладном водом смањују утицај алкохола.	Једина ствар која заиста смањује пијанство је постепено избацивање алкохола из организма, што значи форсирање јетре на рад, за шта је потребно вријеме.
Алкохол је добар за дружење.	У стварности алкохол ствара саучесништво у погледу пијења, али право пријатељство подразумијева много више од тога.
Забаве нису забаве без алкохола.	Медији често покушавају да нас убиједу да је на забавама потребан алкохол и да алкохол мора бити у центру сваког друштвеног окупљања. Али, да ли је ово заиста истина? Шта је то што чини друштвено окупљање или забаву – алкохол или људи?

Радионица 22:

Разговор о алкохолу и алкохолизму

ЦИЉ:

Преиспитати различите митове који се односе на употребу алкохола и алкохолизам.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Лопта, табла за писање и креда или флипчарт папир и фломастери, листови картона са фразама исписаним на њима.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Унапријед припремите фразе исписане на листовима картона великим читљивим словима.

- › Алкохол није дрога...
- › Имати високу толеранцију на алкохол значи да особа неће постати алкохоличар...
- › Ако мијешате пића можете се пити...
- › Од пива се не можете пити...
- › Алкохол дјелује сексуално стимулативно...
- › Алкохолизам је болест која погађа старије особе...
- › Алкохоличари су они који пију свакодневно...
- › Кафа или прање лица хладном водом смањују утицај алкохола...
- › Алкохол је добар за дружење...
- › Забаве нису забаве без алкохола...

ПРОЦЕДУРА:

1. Замолите учеснике да вам помогну да прилагодите учионицу концепту радионице. Помјерите столове у углове учионице и искористите столице да формирате круг. Замолите групу да сједну у круг. У средини поредајте листове картона у облику круга, тако да свака особа може узети један лист када је његов ред.
2. Објасните да ће сваки учесник прочитати једну фразу и одговорити да ли се слаже или не са том тврдњом и објаснити зашто. Остали учесници моћи ће изнијети своје мишљење у току дискусије о тврдњама.
3. Баците лопту једној особи у групи и замолите учеснике да започну активност избором једног од листова картона. Запишите њихова мишљења на флипчарт папиру, питајте да ли се остали учесници слажу или не и зашто, а затим прочитајте текст израђен на основу научних информација (Одговори на уобичајене митове о употреби алкохола). Питајте да ли има било каквих других коментара.

Радионица 23:

Доношење одлука и (зло)употреба супстанци



ЦИЉ:

Размишљати о притиску вршњака и доношењу одлука у вези са употребом супстанци и разумјети концепт зависности.



ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Довољан број копија Табеле ресурса за сваког учесника, флипчарт и маркери.



ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута



ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно

ПРОЦЕДУРА:

Први дио

1. Дајте сваком учеснику копију Табеле ресурса и замолите их да заврше за пет минута. За мање писмене групе прочитајте питања наглас и замолите их да дискутују у паровима.
2. Позовите учеснике да подијеле своје одговоре једни са другима. Ако је група бројна, учесници могу бити подијељени у мање групе како би размијенили своје одговоре.
3. Након што су учесници размијенили своје одговоре са осталима искористите сљедећа питања да започнете дискусију.
 - › Да ли је притисак вршњака велики фактор зато што мушкарци узимају супстанце?
 - › Да ли и жене такође доживљавају притисак вршњака да користе супстанце?
 - › На који начин је овај притисак вршњака сличан? На који начин је различит?
 - › Како алкохол утиче на секс и одлуке о сексу? Да ли помаже/одмаже, шкоди?
 - › На које друге одлуке или понашања алкохол или друге дроге могу утицати? (нпр. вожња, посао, везе, насиље)?
 - › На који начин се можете борити против притиска вршњака за кориштење супстанци са којим се мушкарци могу суочити? На који начин се можете борити против притиска вршњака за кориштење супстанци са којим се жене могу суочити?

Други дио

4. Спроведите активност брејнсторминга са учесницима о значењу ријечи зависност. Објасните да зависност нема везе само са упо-

ребом супстанци него и са разним начинима понашања, као што је конзумирање одређене врсте хране (нпр. брза храна, чоколада), гледање телевизије и играње видео-игрица. Спроведите активност брејнсторминга са учесницима о ствари-ма, супстанцама и активностима од којих људи могу постати зависни.

5. Замолите учеснике да идентификују од које од поменутих ствари, супстанци и активности младићи и дјевојке најчешће постају зависни. Замолите сваку групу да покуша и да направи/разумије разлику између младића и дјевојака и да размисли о тим разликама.
6. Подијелите учеснике у групе од по три или четири учесника. Замолите их да изаберу једну од поменутих ствари од којих младићи/дјевојке најчешће постају зависни, пустите их да продискутују о разлозима због којих би се то могло десити.
7. Замолите сваку групу да представи главне тачке своје дискусије и позовите остале групе да додају своје коментаре.

8. Искористите наведена питања да резимирате дискусију о зависности.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ

1. Који су најчешћи разлози због којих млади људи постају зависни од нечега?
2. Како зависност утиче на појединца? Како то погађа његове или њене везе са другим људима?
3. Која је веза између доступности супстанце и ризика од злоупотребе или зависности?
4. Да ли постоји разлика између мушкараца и жена?
5. Које су могуће предности зависности?
6. Шта сте научили из ове вјежбе? Како ово можете примијенити на своје животе и везе?

ЗАВРШЕТАК:

У многим срединама честа је појава да мушкарци и жене узимају супстанце (нпр. алкохол) као дио својих друштвених интеракција и окупљања. Важно је за појединце да знају како да успоставе границе у погледу кориштења супстанци и поштују границе других. На примјер, неке стратегије одговорног конзумирања алкохола укључују конзумирање мале количине и немијешање пића са другим супстанцама. Такође је неопходно створити друге начине забаве гдје алкохол и друге супстанце нису у центру пажње и не врше притисак на оне који не желе да конзумирају супстанце. Бити свјестан анксиозности и тензија у свакодневном животу помаже вам да развијете разне

облике њиховог позитивног каналисања и да избјегавате понашање које може довести до зависности. Зависност је некада посљедица непроналажења излаза и/или рјешења проблема, међутим, бити зависан од нечега само доприноси одгађању проналажења рјешења. Често, бити зависан је повезано са емоционалним проблемима који почињу да стварају празнину у нашим животима водећи ка све већем недостатку заинтересованости, мотивације и/или значења самог живота. Важно је да научите да чак и када се осјећате потиштено, увијек се нешто може учинити и никада није сувише касно да буде затражена помоћ.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

ИНДИВИДУАЛНИ УПИТНИК: ДОНОШЕЊЕ ОДЛУКА	ДА	НЕ
1 – Да ли бисте се осјећали нелагодно на забави или дружењу са пријатељима када би вам понудили пиће (алкохолно), а ви одлучите да га не узмете? Укратко објасните.		
2 – Замислите да сте на забави или друштвеном скупу гдје служе алкохол и ви пијете, али један од ваших пријатеља не жели да пије. Да ли бисте га гледали као чудака, сметњу или глупана? Укратко објасните.		
3 – Да ли бисте пред другим пријатељима бранили одлуку вашег пријатеља да не пије? Претпоставимо да сте изабрали да га/је браните, шта мислите како ће други пријатељи гледати на вас? Укратко објасните.		
4 – Да ли вјерујете да морате урадити оно што остале особе у групи желе да бисте били прихваћени? Укратко објасните.		
5- Да ли мислите да особа може водити пријатан друштвени живот уколико не конзумира алкохол? Укратко објасните.		
6 – Може ли особа мислити добро о себи чак и без алкохола? Укратко објасните.		
7- Може ли се мушкарац/жена осјећати прихваћеним, а да не пије? Укратко објасните.		

Година 3:

Сексуалност и заштита сексуалног и репродуктивног здравља и права

Прво полугодиште: Сексуално и репродуктивно здравље

Преглед

Иако је наш пол одређен нашом биолошком природом, наши ставови и понашање у смислу сексуалности и репродуктивног здравља (СРЗ) у великој мјери су под утицајем сложеног скупа неболошких фактора, укључујући културу, родне норме и социоекономске услове, између осталих. На примјер, у већини мјеста широм свијета мушкарци су социјализовани на начин да повезују "мужевност" са посједовањем одговарајућег знања и искуства у сексуалним питањима. Као резултат тога многи мушкарци вјерују да не могу изразити сумњу у погледу својих тијела, сексуалности или репродуктивног здравља. Међутим, када погледамо изблиза видимо да, насупрот преовлађујућим митовима, многи млађи и старији људи често не посједују основно знање о својим тијелима, сексуалности и питањима репродуктивног здравља. Штавише, у већем дијелу свијета постоји тек неколико програма који се баве сексуалним образовањем и репродуктивним здрављем усмјерених ка адолесцентима, а још мање оних који се баве специфичним проблемима и потребама младих људи.

У овом дијелу истражујемо нека од главних питања која се односе на младиће, сексуалност и репродуктивно здравље.

Шта је репродуктивно здравље?

Дефиниција репродуктивног здравља произлази из дефиниције здравља Свјетске здравствене организације према којој је здравље стање укупног тјелесног, душевног и социјалног благостања, а не само одсуство болести или слабости. "Репродуктивно здравље обједињује репродуктивне процесе, функције и систем у свим фазама живота. Репродуктивно здравље, дакле, подразумијева да су људи у могућности да имају одговоран, задовољавајући и безбједан сексуални живот и способност да имају потомство, као и слободу да одлуче да ли ће га имати, када и колико често. Из овога произлази и право мушкараца и жена да буду информисани и да имају приступ безбједним, ефективним, приступачним и прихватљивим методима планирања породице по свом избору и право на приступ одговарајућим службама здравствене заштите које ће омогућити женама безбједну трудноћу и порођај и пружити паровима најбоље шансе да добију здраво дијете"⁴⁷

47 — http://www.who.int/topics/reproductive_health/en/. Посљедњи пут приступљено 09/02/2011.

Шта је сексуалност и какве везе она има са родом?

Сексуалност је израз онога ко смо ми као људска бића – она укључује сва осјећања, мисли и понашања која имамо као мушкарци или жене, осјећај да смо привлачни, да смо заљубљени, као и да смо у вези која укључује интимност и физичку сексуалну активност. Штавише, сексуалност је фундаментална компонента у структурисању родног идентитета мушкараца и жена и директно се односи на оно што се у одређеном друштву сматра "еротичним" и прихватљивим. Све културе прописују оно што се понекад зове "родни кодекс" како за жене, тако и за мушкарце. Ови кодекси су општеприхваћени начини на које се очекује да се одвија сексуална активност мушкараца и жена. Наравно, појединци се могу придржавати или не придржавати ових кодекса, али у већини друштава уочавамо неке опште обрасце у овим кодексима и начине на које они утичу на стварно понашање.

Мушкарци и род

У већини култура сексуални кодекс за мушкарце и жене наводи на помисао да мушка сексуалност јесте или треба да буде импулсивна и неконтролисана и да, биолошки, мушкарци имају јачи сексуални нагон од жена. Истраживања спроведена у различитим срединама, на примјер, су открила да мушкарци раније ступају у сексуалне односе него жене, као и да имају више сексуалних партнера, како у браку, тако и изван њега.⁴⁸ Многи сексуални кодекси такође налажу да мушкарци треба да подијеле своја сексуална освајања са својим вршњацима истовремено скривајући од својих вршњака било какве сексуалне неадекватности. У скоро свим културама бити виђен као "прави мушкарац" значи одржавати хетеросексуалне односе (често посматране и као обред преласка у мушкараца) и доказивати своју плодност тако што ће имати дјецу.

Многи мушкарци и жене су одгојени да вјерују да су ови сексуални кодекси неспорне истине које су дио наше природе или биолошког склопа. Међутим, ови модели и обрасци мушког понашања – у већој мјери него што су биолошки програмирани – су резултат тога како су дјечаци и мушкарци социјализовани. Истраживачи су показали како одређени модел маскулинитета, доминантан у западним друштвима, захтијева од мушкараца да се дистанцирају од свега што се сматра женским и да стално доказују своју "мужевност" у друштву других мушкараца.² Заиста, показивање своје мужевности или способност за освајање и одржавање сексуалних односа са великим бројем жена (при чему се рачуна само секс са пенетрацијом) су централни аспекти социјализације младића у многим срединама.

Међутим, ови преовлађујући сексуални кодекси представљају извор сумњи и узнемирености за многе младиће који су константно забри-

48 — Gary Barker, "А шта је са дјечацима?: преглед литературе о здрављу и развоју малољетних дјечака." Свјетска здравствена организација, 2000.

49 — V. J. Seidler, (ur.) "Men, Sex & Relationships" ("Мушкарци, пол и везе"). Routledge: London и New York, 1992.

нути о нормалности свог тијела, као и о својој сексуалној "изведби". На примјер, младићи су често научени да је величина њиховог пениса важна, тако да величина пениса постаје извор преокупације за многе дјечаке и мушкарце. И с обзиром на то да за већину дјечака и младића секс представља питање величине и изведбе, мастурбација и ејакулација (понекад и у групама) су често друштвено прихваћенији за њих него за дјевојчице и дјевојке.

Дјечаци обично пролазе кроз пубертет у узрасту од 10 до 13 година, када хормонске промјене доводе до физичких промјена, укључујући и производњу сперме. Већина дјечака имају прве ноћне ејакулације или "мокре снове" у овом периоду. Ове промјене и сексуална енергија су природни дио живота, али такође доводе до збуњености и сумње. Дјечаци генерално нису охрабрени да говоре о пубертетским промјенама.³ У неким случајевима дјечаци могу добити више информација о женском тијелу него о свом. Када обесхрабримо дјечаке да говоре о свом тијелу и сексуалном здрављу у раној доби, можда за читав живот стварамо тешкоће мушкарцима да разговарају о сексу.

Широм свијета невиност и губитак невиности и даље често имају различита значења за младиће и дјевојке. Док у многим културама дјевојке још морају бити забринуте о могућим негативним перцепцијама вршњака и друштва у погледу њиховог првог сексуалног искуства, за многе, ако не и за већину младића, прво сексуално искуство се сматра као извор престижа и утицаја у њиховој вршњачкој групи.

За многе младиће разговор о сексу са члановима њихових породица, њиховим професорима, здравственим радницима и вршњацима – када и ако се деси – обично се односи на дискусије о сексуалним освајањима или притиску вршњака да докажу своје сексуално умијеће. Тражење информација или показивање сумњи или страхова, генерално, није нешто што ће они изнијети у јавности. На крају крајева, према устаљеном схватању, "прави мушкарци" немају дилема о сексу нити разговарају о сексу, осим да говоре о својим освајањима.

Забринутост због своје мужевности и показивања својих капацитета за сексуално освајање често води многе младиће ка томе да у сексуалним везама теже квантитету умјесто квалитету. Бити "пастув" или "женскарош" или "повалити" кад год можеш – или бар навести своје вршњаке да вјерују да радиш те ствари – представља начин на који многи младићи стичу статус међу својим вршњацима. Још је уобичајена појава међу многим младићима да разговарају о интимној вези као о могућности "да нешто повале" у односу на могућност да остваре емоционалну везу. Осим тога, младићи могу осјећати притисак да "направе потез" – да преузму иницијативу са женама – и да се касније похвале (или измисле приче о) овим подвизима.

50 — Lundgren, R. "Research protocols to study sexual and reproductive health of male adolescents and young adults in Latin America" ("Протоколи истраживања за студиј сексуалног и репродуктивног здравља малољетних мушкараца и младих одраслих особа у Латинској Америци.") Washington, DC: Одјељење за промоцију и заштиту здравља, Програм за здравље породице и становништва, Панамеричка здравствена организација, 1999.

Зашто би требало да разговарамо са младићима о сексуалности?

С обзиром на то да већина младића нема прилику да разговара о својим сумњама и питањима о сексуалности, треба да пружимо могућност младићима да дискутују и размисле о овим темама. Упркос безбројним дискусијама о сексуалном образовању, које се воде у последње вријеме, идеје о томе како је мушка сексуалност неконтролисана и да је сексуални нагон код мушкараца јачи него код жена још се могу наћи, чак и међу неким едукаторима и здравственим радницима. Укратко, физичка и емоционална цијена одређених крутих норми и очекивања у погледу мушке сексуалности и понашања није увијек позната и постоји свега неколико мјеста и могућности за младиће гдје могу исказати своје сумње и фрустрације, а још мање да обзнане ситуације физичког и симболичког насиља којем су изложени. Ово укључује увреде и задиркивање које неки младићи трпе, ако изгледају другачије, нарочито ако су хомосексуалци или их привлаче особе истог пола.

Осим тога, већина младића никада није ни размишљала о томе како род и родна социјализација утичу на њихове животе. Одређена понашања мушкараца, која се сматрају легитимним па чак и друштвено очекиваним, могу бити штетна и могу учинити младиће рањивим. На примјер, претјеривање у пићу – наводно начин на који младићи скупљају храброст да приђу потенцијалном сексуалном партнеру – чини многе младиће рањивим према насиљу или присили или излаже њихово здравље ризику.

Жене, род и њихова тијела

Иако свака жена има право да доноси одлуке о свом тијелу, перцепција коју она има о свом тијелу и моћ коју она има да доноси одлуке о њему су често дефинисане крутим социокултуролошким нормама. Друштво посебно игра кључну улогу у развоју наше слике тијела – шта да сакријемо, шта да покажемо, шта можемо да додирнемо, шта се сматра одвратним или светим, начин на

сједимо и позиционирамо своје ноге, све ово је под утицајем културолошких норми и углавном се разликује за мушкарце и жене. У многим срединама, на примјер, постоје строге санкције против тога да жене упознају своје тијело, да се додирују или показују своје тијело или доносе одлуке о својој сексуалности. Многе жене се уче од малих ногу да осјећају незадовољство својим тијелом или кривицу због свог тијела и сексуалности, често кроз социокултуролошке норме попут "Жене би требало да држе ноге скупљене и панталоне закопчане!", "Менструација је прљава!", "Задовољство је гријех!", "Жене без дјецe нису праве жене!". Ове и друге норме које забрањују дјевојкама и женама да се додирују и упознају своје тијело могу отежати женама да касније доносе основне одлуке о томе када и са ким ће имати сексуалне односе, да ли и када ће остати у другом стању и о употреби кондома и контрацептивних средстава.

За неке жене додир партнера, умјесто да буде повезан са задовољством, или додир доктора, умјесто да буде повезан са бригом, може створити осјећање стида или непријатности. Осим тога, у многим културама женско тијело је потчињено жељама мушкараца, тако да је мушкарац онај од кога се очекује да бира када ће и како пар имати сексуалне односе, па чак има и право да злоставља жену ако она не испуни његове жеље.

Жене и сексуалност

Однос жена према њиховом тијелу директно утиче на начин на који оне доживљавају и изражавају своју сексуалност. Сексуалност није само биолошки феномен – она такође има културолошке и психолошке елементе и она се различито доживљава од стране различитих појединаца у различитим фаза живота. Није потребно имати везу са другом особом да би се доживјела сексуалност, а сексуалност и задовољство се могу доживјети на много начина, укључујући физички, емоционални, духовни и интелектуални. Сексу-

алност такође може бити извор енергије и инПИрације за различите активности и искуства. Социокултуролошке норме о тијелу и сексуалности се веома често разликују за мушкарце и жене. У многим друштвима мушка сексуалност се доживљава као импулсивна и неконтролисана. Имати много сексуалних односа прије брака сматра се обредом преласка у мушкараца. Насупрот томе, од жена се очекује да буду стидљиве и суздржане у својим сексуалним жељама. Ове друштвене норме могу генерисати сумњу и анксиозност о нашим тијелима и понашању и ометати слободно и здраво изражавање сексуалности. Још један примјер супротстављених социокултуролошких норми за мушкарце и жене које могу утицати на изражавање сексуалности се односи на мастурбацију, такође познату као самостимулацију или самозадовољавање. Док су друштвене норме обично попустљиве према оваквом понашању мушкараца, оне често ограничавају или осуђују овакво понашање жена. Бити у могућности да додирујемо своје тијело и сазнамо о његовој суптилности, жељама, задовољству и боловима је важан начин на који можемо у потпуности упознати своје тијело и изразити своју сексуалност и уживати у њој. Наша сексуалност се испољава различито у различитим тренуцима нашег живота. Адолесценција, нарочито, је доба физичких и физиолошких трансформација и интензивирања жеља. То је такође и фаза самоспознаје и самоафирмације, када дјевојке уче да доносе одлуке и истражују своје жеље. Забринутост о тежини и изгледу такође постаје израженија током адолесценције, прије свега, када се односи на естетику, а не на здравље. Стога је изузетно важно да охрабримо дјевојке да размисле о томе како медији обликују понашање и стандарде који се односе на љепоту и, с друге стране, како оне доживљавају своје тијело и сексуалност. Важно је да се жене осјећају способним да препознају и одбаце негативне поруке о свом тијелу. Бављење спортом или друге физичке активности могу помоћи дјевојкама да имају осјећај самосталности и веће мобилности и могу им помоћи да се осјећају пријатније у својим тијелима (Греен, 2004). Када смо физички активни, можемо почети цијенити оно што је наше тијело у стању да уради умјесто да се фокусирамо само на његов облик и изглед.

Може бити тешко да се превазиђу стандарди љепоте и савршенства које видимо у медијима; међутим, односи поштовања међу људима различитих етничких или расних група, старосне доби, тежине, способности и сексуалне оријентације могу помоћи да промијенимо наше ограничене појмове о љепоти и тијелу и да боље цијенимо различитост.

Шта када је ријеч о сексуалној оријентацији?

Нема сумње да је епидемија HIV-а – која је директно погодила мушкарце који имају сексуалне односе са другим мушкарцима, као и мушкарце који себе дефинишу као хетеросексуалце – довела до повећане видљивости питања хомоеротичности и важности разматрања овог питања у раду са младићима. Заиста, истраживања спроведена на пољу AIDS-а показала су тешкоћу строго дефинисања и класификовања особа у категорије према њиховој сексуалној оријентацији (хомосексуалци, бисексуалци, транссексуалци и хетеросексуалци). Многи мушкарци имају сексуалне односе са другим мушкарцима и понашају се на начин да се могу сматрати хомосексуалцима, док истовремено одржавају и хетеросексуалне везе, тј. не сматрајући да су "геј" имају секс са другим мушкарцима. Ови примјери нам помажу да видимо да су сексуалност и сексуални идентитет несталне и динамичне категорије и да треба непрестано да преиППИтујемо своје претпоставке. Прихватање различитости и отвореност о питању људске сексуалности су основни захтјеви за некога ко ради са младима.

У неким, али јасно не у свим државама, сексуална различитост у све већој мјери губи свој илегални статус и постаје право. У многим срединама хомоеротичне везе мушкараца и жена су признате у контексту друштвених и културних промјена. Ово је настало као резултат све гласнијег заговарања од стране друштвених покрета (феминистички, геј и лезбијски), који су покренули јавне дебате о индивидуалним слободама, сексуалним и репродуктивним правима и људским правима⁵¹. Различите државе укључујући Данску, Шведску, Норвешку, Француску, Холандију и Сједињене Америчке Државе су усвојиле законе и политике који гарантују хомосексуалним партнерима важна права попут права на

51 — 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) ; такође видјети Parker, Richard. Corpos, prazeres e paixoes. Sao Paulo, Best Seller, 1991.

Шта када је ријеч о питању адолесцентске трудноће?

О адолесцентској трудноћи се много расправљало протеклих година и све већи проценат порођаја код дјевојака у неким земљама је разлог за узбуну. Иако неки истраживачи у први план истичу биолошке ризике ране трудноће (нижа тежина дјетета на порођају, већа стопа компликација по мајку итд), основна забринутост је генерално друштвеног карактера.¹ Идеја о ризику који је повезан са адолесцентском трудноћом осликава широко распрострањену узнемиреност у погледу сексуалности младих људи, а самим тим и адолесцентског очинства и мајчинства.

Осим тога, иако се на рану трудноћу често гледа као на "промашај" или "проблем", слушање онога што млади људи говоре понекад сугерише другачије. Квалитативно истраживање спроведено међу младим људима у многим земљама открило је да многе адолесцентне мајке и очеви виде родитељство као начин стицања статуса (постајући родитељи стичу статус одрасле особе). За неке младе људе дијете представља начин да организују свој живот и идентитет и да се посвете нечему (или некоме), а не само себи самима.² Наравно, уколико неки млади људи не доживљавају трудноћу као терет, многе породице адолесцентних родитеља са ниским примањима суочене су са одговорношћу вођења бриге за додатну дјецу. У многим срединама са ниским примањима адолесцентне очеве често игноришу или обесхрабрују њихови родитељи, као и родитељи мајке, да одржавају везе са дјецом чији су они очеви или због тога што немају финансијских средстава за издржавање дјете они можда неће ни на какав начин бити укључени у бригу о дјети.

На крају крајева, за већину младих људи родитељство, док су још адолесценти, генерално није оптимално рјешење, с обзиром на изазове са којима се суочавају као родитељи који истовремено настоје да заврше своје школовање и пронађу запослење. Ипак, истраживање истиче значај пажљивијег сагледавања овог проблема. О овим проблемима смо већ дискутовали у дијелу о очинству и старању. Све у свему, тврдимо да би здравствени едукатори требало да настоје да третирају адолесцентску трудноћу на пажљив и саосјећајан начин настојећи да избјегавају дискриминаторски став и превише поједностављене погледе који често иду уз ово питање те да промовишу позитивну укљученост малољетних очева у бригу о дјетету.

53 — Arline T. Geronimus, "Teenage Childbearing and Social and Reproductive Disadvantage: The Evolution of Complex Questions and the Demise of Simple Answers" ("Трудноћа у тинејџерским годинама и социјални и репродуктивни недостатаци: Развој сложених питања и смрт једноставних одговора") *Family Relations* 40, (октобар, 1991), pp. 463-471
54 — Margaret Arilha-Silva, "Masculinidades e gênero: discursos sobre responsabilidade na reprodução" (Master рад, Pontifícia Universidade Católica/PUC, 1999) 117.

наслеђе, пензионо и инвалидско осигурање, заједнички поврат пореза на доходак и заједничко здравствено осигурање, између осталих.

Наравно, промјена друштвених и културних норми је спор процес. Чињеница је да су хомоеротичне и бисексуалне навике код младића још много мање друштвено прихваћене него репродуктивне хетеросексуалне везе. У многим срединама нетолерантност према истополној привлачности је таква да су младићи који су имали истополна сексуална искуства или који се самоидентификују као геј или бисексуалци подвргнути дискриминацији и искључивању, а понекад и насиљу. Хомофобична увјерења и увреде се такође користе као начин да се хетеросексуални младићи одрже "на правом путу". Назвати младића "геј" или "педер" широм свијета, на примјер, је начин да се критикује његово понашање и умањи његов друштвени статус.

На који начин је мушка сексуалност повезана са плодношћу и репродукцијом?

У социјализацији дјечака и младића репродукција се не сматра толико важном као сексуалност. Дobar примјер за то је важност која се придаје менарху – тј. првој менструацији – насупрот семенарху, тј. прве мушке ејакулације. Генерално говорећи, постоји недостатак комуникације између мајки и њихових кћерки о трансформацији тијела дјевојчице и њиховој плодности. Тишина је, међутим, још већа између очева и њихових синова када је ријеч о семенарху. Искуство семенарха може генерисати врло различите реакције код младића укључујући изненађење, збуњеност, знатижељу и задовољство. Неки дјечаци нису ни свјесни шта је сјемена течност и мисле да је то урин. Важно је да дјечаци добију смјернице

Крутост родне социјализације и нетолерантност према сексуалним различитостима значи да је неопходно предочити младићима да су они сексуални субјекти – што значи да они имају неодвојиво право и да су "способни да развију свјесну и договорну везу..., умјесто да је прихвате као нешто што им је досуђено; да развију свјесну и договорну везу са породичним вриједностима и вриједностима својих вршњака и пријатеља; да истражују (или не) своју сексуалност, независно од иницијативе партнера; да могу и имају право да кажу не и поштују друге који тако поступе; да могу да се договоре о начину на који практикују сексуалне односе и уживање у њима под условом да о томе постоји договор и да су прихватљиве партнеру; да могу преговарати о сигурном и заштићеном сексу те да познају и имају приступ материјалним условима неопходним да направе репродуктивне и сексуалне изборе".⁵²

за вријеме пубертета, тако да се могу осјећати сигурнијим када дође до тјелесних промјена и разумјети сопствена тијела као репродуктивна. Чак и након прве ејакулације, већина младића своју сексуалност посматра на начин као да плодност не постоји. Ово значи да едукатори морају радити са младићима тако да они схвате да су плодност и репродукција питања која се тичу и укључују и мушкарце и жене. На примјер, младићи би требало да буду свјесни да је већина младића плодна при сваком пенис-вагиналном сексуалном односу, а неки чак и прије прве ејакулације. Научити младиће о њиховим тијелима и преиспитати одређене митове помаже им да боље разумију своје жеље, као и своје одговорности у смислу репродукције.

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

Оквир

1.

ОКВИР 1: ПОКАЗАТЕЉИ СМРТНОСТИ, ОБРАЗОВАЊА И РЕПРОДУКТИВНОГ ЗДРАВЉА⁵⁵

	Показатељи смртности			Показатељи образовања				Показатељи репродуктивног здравља			
	Смртност одојчади Укупно на 1.000 живо- рођених	Очекивани животни вијек М/Ж	Стопа смрт- ности мајки	Стопа уписа у основну школу М/Ж	Удио дјце која упишу 5-разред М/Ж	Стопа уписа у средњу школу М/Ж	Постотак неписмених (>15 год) М/Ж	Број порођаја на 100 жена старости 15-49	Преваленца контра- цепције		Стопа прева- ленце НИУ-а (%) (15-49) М/Ж
									Било која метода	Модерне методе	
ЈУЖНА ЕВРОПА (33)	7	75.5 / 81.9						12	68	46	
АЛБАНИЈА	24	71.3 / 77.0	55	105 / 102		81 / 81	1 / 2	16	75	8	
БОСНА И ХЕРЦЕГОВИНА	13	71.7 / 77.1	31				2 / 9	23	48	16	
ХРВАТСКА	7	71.8 / 78.8	8	97 / 96		89 / 91	1 / 3	15			
ГРЧКА	6	75.8 / 81.1	9	101 / 101	100 / 100	98 / 97	6 / 12	9			0.3 / 0.1
ИТАЛИЈА	5	77.2 / 83.3	5	102 / 101	96 / 97	100 / 99		7	60	39	0.7 / 0.3
МАКЕДОНИЈА (БИР)	15	71.6 / 76.6	23	96 / 97		86 / 84	2 / 6	24			
ПОРТУГАЛ	5	74.2 / 80.8	5	118 / 112		108 / 118		19	66	33	0.7 / 0.2
СРБИЈА И ЦРНА ГОРА	12	71.3 / 76.0	11	98 / 98		88 / 89	1 / 6	24	58	33	0.3 / 0.1
СЛОВЕНИЈА	5	73.0 / 80.3	17	108 / 107		110 / 109	0 / 0	6	74	59	
ШПАНИЈА	4	76.2 / 83.5	4	109 / 107		114 / 121		10	81	67	1.0 / 0.3

51 — Графикон преузет из: Стање свјетске популације 2005 - Обећање једнакости: родна равноправност, репродуктивно здравље и Миленијумски Циљеви развоја, Популациони фонд Уједињених нација

Да ли је абортус питање које укључује мушкарце?

Намјерни прекид трудноће је легалан у свим земљама Балкана. Међутим, у највећем броју случајева то се још сматра питањем које се тиче искључиво жена. Баш као што чињеница да се трудноћа догађа у тијелу жене омогућава многим мушкарцима да вјерују да могу избјећи одговорност за трудноћу, она такође омогућава многим мушкарцима да вјерују да немају никакву улогу у доношењу одлуке о абортусу. Међутим, чак и у случајевима када мушкарци можда желе да учествују у доношењу одлуке о абортусу, могу ли то урадити? Многи мушкарци можда вјерују да су способни да увјере своју партнерку да не абортира и можда заиста могу утицати на одлуку жене да настави трудноћу или да тражи абортус. Међутим, у највећем броју случајева жене имају последњу ријеч у одлуци о абортусу. Заиста, пошто жене носе највећи терет и сав физички ризик трудноће, порођаја и абортуса, оне би на крају требало да буду те које доносе одлуку о преузимању тих ризика. Мушкарци, међутим, дијеле одговорност за трудноћу своје партнерке и зато је важно да буду укључени у пружање подршке одлукама жене.

Треба ли да говоримо о сексуалним и репродуктивним правима младих људи?

Сексуална и репродуктивна права су универзална људска права заснована на неотуђивој слободи, достојанству и једнакости свих људских бића. Водити испуњен сексуални живот је основно право и због тога га треба посматрати као основно људско право. Међутим, у већини дискусија о сексуалним и репродуктивним правима мушкарци се ријетко спомињу као предмет ових права. Заиста, постоји потреба за дијалогом и размишљањем о важности и значају промовисања сексуалних и репродуктивних права мушкараца. Одређена питања треба узети у обзир – углавном, да ли је могуће бранити сексуална и репродуктивна права мушкараца без "натурализације" или легитимизације традиционално привилегованог статуса мушкараца и "поткопавања" права жена, којима су кроз историју била ускраћена њихова сексуална и репродуктивна права? На примјер, како можемо помирити право дјевојке да не буде мајка са правом младића који жели да постане отац или обрнуто? Разговори о овим питањима треба да укључе и жене и мушкарце и да

буду утемељени на разумијевању релационе природе људских права.

Коначно, треба да истакнемо да су се репродуктивна права често фокусирали само на приступ контрацепцији или само на плодност, тј. на број дјеце који свака жена има или жели да има. У овом контексту позивање на репродуктивна права младих људи је углавном у другом плану, минимизирајући при томе значај сексуалности и истичући односе моћи у репродукцији. И упркос растућим потребама за преиППИтивање политика и друштвене праксе у вези са репродукцијом, нема јасног одговора од стране младих/одраслих мушкараца и жена о активнијем учешћу у репродуктивним процесима.

Штавише, постоји јак отпор код здравствених и образовних стручњака, истраживача и активиста да повежу репродуктивна права са младим људима.

Како би била створена већа свијест у области сексуалних и репродуктивних права потребно је укључити саме младе људе, као и родитеље, професоре, здравствене едукаторе и здравствене стручњаке. Изнад свега, то захтијева концептуални оквир за разумијевање значења репродукције и укључености младих људи у њу, као и вјеровање да млади људи имају потенцијал за промјену према позитивнијој укључености у репродуктивно и сексуално здравље.

Оквир 2: Сексуална и репродуктивна права

Како би било обезбијеђено да свака особа развије здраву сексуалност, требало би признати, промовисати, поштовати и бранити сљедећа сексуална и репродуктивна права.

ПРАВО НА СЕКСУАЛНУ СЛОБОДУ – Сексуална слобода односи се на могућност да појединци изразе свој сексуални потенцијал. Међутим, ово право искључује сваку врсту присиле, експлоатације и злостављања у било које вријеме и у било којој ситуацији у животу. Ово укључује и право на слободу од свих облика дискриминације, без обзира на пол, род, сексуалну оријентацију, године, расу, друштвену класу, вјеру или ментално или физичко ограничење.

ПРАВО НА СЕКСУАЛНУ АУТОНОМИЈУ, СЕКСУАЛНИ ИНТЕГРИТЕТ И СИГУРНОСТ СЕКСУАЛНОГ ТИЈЕЛА – Право особе да доноси самосталне одлуке о свом сексуалном животу у контексту личне и друштвене етике. Оно такође укључује контролу и задовољство наших тијела, слободу од мучења, сакаћења или насиља било које врсте.

ПРАВО НА СЕКСУАЛНУ ПРИВАТНОСТ – Право индивидуалног доношења одлука и понашања у погледу интимности, под условом да се њиме не нарушавају сексуална права других.

ПРАВО НА СЕКСУАЛНО ЗАДОВОЉСТВО – Сексуално задовољство, укључујући самоеротику, је извор физичког, психолошког и духовног благостања.

ПРАВО НА СЕКСУАЛНО ИЗРАЖАВАЊЕ – Сексуално изражавање је више од еротског уживања или сексуалног чина. Сваки појединац има право да изрази сексуалност кроз комуникацију, додир, осјећања и љубав.

ПРАВО НА СЛОБОДНО СЕКСУАЛНО УДРУЖИВАЊЕ – Право на ступање или неступање у брак, право на развод и на успостављање других врста одговорних сексуалних или интимних удруживања.

ПРАВО НА СЛОБОДНЕ И ОДГОВОРНЕ РЕПРОДУКТИВНЕ ИЗБОРЕ – Право на доношење одлуке да ли имати дјецу или не, колико, када и право на приступ контрацептивним методима.

Оквир
2.

С друге стране, репродуктивна права "односе се на могућност мушкараца и жена да доносе одлуке о својој сексуалности, плодности и свом здрављу у вези са репродуктивним циклусом и подизањем своје дјеце. Када заговарамо ко-

риштење могућности избора, ова права под-разумијевају потпуни приступ информација-ма о репродукцији, као и приступ неопходним ресурсима како бисмо избор могли направити ефикасно и сигурно.⁵⁶

Оквир 3:

ПАЗИ СЕКС - www.pazisex.net је образовни интернет портал дизајниран за кориштење од стране адолесцената у вези са сексуалним и репродуктивним здрављем.

ASTRA Youth (АСТРА група младих) је мрежа активиста која заговара сексуално и репродуктивно здравље и права младих (SRHR) из централне и источне Европе и Балкана, бави се питањем статуса сексуалног и репродуктивног здравља и права младих у Гласу младих (Youth's Voice). Глас младих је извјештај о резултатима истраживања који детаљно износи познавање и ставове младих људи о сексуалном и репродуктивном здрављу и правима у њиховим матичним земљама. Земље учеснице су Јерменија, Бугарска, Хрватска, Кипар, Грузија, Литванија, Македонија, Пољска, Србија, Црна Гора и Словачка.

Оквир
3.

Која је улога здравствених служби у промовисању сексуалног и репродуктивног здравља (СРЗ) младих људи⁵⁷

Пружање здравствених услуга по мјери младића је важан елемент у промовисању приступа и кориштења информација, услуга и подршке у вези са СРЗ-ом од стране младих људи. Нажалост, и у региону и у свијету постоји недостатак здравствених услуга по мјери младих, посебно оних које се односе на сексуално и репродуктивно здравље. У неким срединама, гдје су сексуалност младих и репродуктивно здравље табу теме, закони и политике могу ограничити младе људе да добију приступ здравственим услугама из области сексуалног и репродуктивног здравља. Када су ове услуге доступне,

често се захтијева присуство или одобрење родитеља или старатеља, забрањујући или ограничавајући на тај начин могућности за младе људе да имају приступ повјерљивим услугама. Од здравствених услуга по мјери младих још су мање доступне услуге које укључују родну перспективу, то јест разумијевање тога како родне улоге и динамика моћи обликују ставове и понашања у вези са сексуалним и репродуктивним здрављем младића и дјевојака. И младићи и дјевојке имају специфичне потребе у погледу њиховог здравља и развоја због начина на који су социјализовани. Стога

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

57 — Дијелови овог текста су преузети од Ricardo, C., Barker, G., Nascimento, M., и Segundo, M. (2007) *Engaging young men in HIV prevention: A toolkit for action* (Укључивање младића у превенцију HIV-а: Приручник за акцију); New York UNFPA

је важно да услуге рефлектују и одговарају на њихове специфичне потребе.

Као што је објашњено раније, младићи могу осјећати притисак да се укључе у одређена ризична понашања, укључујући и употребу супстанци и незаштићени сексуални однос, како би се доказали као "прави мушкарци." Поред тога, они могу посматрати тражење стручне помоћи као "немужевно" или као знак слабости. У многим срединама младићи могу тражити здравствене услуге само у хитним ситуацијама или када им требају кондоми.⁵⁸ Многи ће радије потражити помоћ и информације међу својим вршњацима и у апотекама него у званичним здравственим установама. Они се

такође могу опирати кориштењу здравствених услуга, јер здравствене установе посматрају као мјеста на која одлазе само жене и дјеца и/или зато што не очекују да ће особље имати разумијевање за њихове потребе. Заиста, оваква схватања често подупиру чекаонице и службе које су углавном усмјерене на жене и особље које није упознато са или обучено за питања сексуалног и репродуктивног здравља специфична за младиће. У том контексту промовисање здравствених услуга по мјери младића захтијева двоструки приступ: развијање здравствених услуга које више одговарају и које су атрактивније за младиће, као и рад са младићима на промјени њиховог понашања када је ријеч о тражењу савјета о здрављу.

Оквир 4. РЕЗИМЕ

- › Морамо показати младим људима да постоје различити начини како да буду "мушкарци" и како да буду "жене".
- › Треба да покажемо младим људима да заиста постоје разлике између мушкараца и жена и да смо многе од тих разлика конструисали ми. Важно је да млади људи виде како ове друштвено конструисане разлике могу имати пресудни утицај на наш свакодневни живот, што доводи до дискриминације и јачања родних неједнакости.
- › Сексуалност треба да буде схваћена у свом пуном смислу. Она је, уосталом, много више од "имати ерекцију" и "повалити некога". Пошто радимо са младим људима требало би да истражимо друге димензије и изразе људске сексуалности.
- › Треба да покажемо младим људима зашто је позитивно и важно да познају своје тијело, да репродуктивно здравље није само проблем жена и да сексуална права нису само брига геј или бисексуалних особа.
- › На крају, када укључимо младиће у дискусије о сексуалним и репродуктивним правима треба да објединимо и повежемо ова специфична права са људским правима у цјелини.

58 — S S. Pearson, "Men's use of sexual health services " ("Кориштење сексуалних здравствених услуга од стране мушкараца") Journal of Family Planning and Reproductive Health Care (Часопис за планирање породице и репродуктивно здравље) 29 (2003): 190-199.

Радионица 24: Брига о себи: мушкарци, жене, род и здравље⁵⁵

ЦИЉ:
Подићи ниво свијести у погледу веза између тога како су младићи/дјевојке одгојени и ризика по здравље са којима се суочавају.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Комадићи папира или картона, флипчарт, маркери, Табеле ресурса А и Б.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Табела ресурса Б укључује статистичке податке о мушкарцима/женама и различитим здравственим исходима. Могло би бити корисно да водитељ допуни ове статистичке податке са подацима на локалном и/или националном нивоу, што би могло помоћи учесницима да боље разумију неке од ризика по здравље са којима се младићи и одрасли мушкарци суочавају у својим заједницама.

ПРОЦЕДУРА:

1. Прије почетка сесије напишите свако од питања из Табеле ресурса А на комадић папира или картона. За групе које имају проблема са читањем, водитељ може прочитати питања наглас умјесто да им да папире с питањима.
2. Подијелите учеснике у двије до три мање групе и подијелите им питања.
3. Објасните свакој групи да постоје три могућа одговора на свако питање: мушкарци, жене или и једни и други. Замолите их да расправе о сваком питању које су добили и да као група покушају да одговоре на њих.
4. Дајте групама 20 минута да дискутују о питањима и одговорима на њих.
5. Напишите питања на флипчарту и потом наглас прочитајте свако питање; питајте како су групе одговориле и напишите одговоре на флипчарту.
6. Прођите кроз одговоре група и замолите их да објасне своје одговоре.

55 — Adaptirano iz: Fatherhood Development: A Curriculum for Young Fathers, by Pamela Wilson and Jeffery Johnson – Public Private Ventures, 1995.

Оквир

4.

7. Када групе заврше са презентацијама свих својих одговора, објасните им да је тачан одговор на свако питање "Мушкарци". Прођите кроз свако питање појединачно и презентујте неке од статистичких података који су дати у Табели ресурса Б и користећи сљедећа питања започните дискусију:

- › Да ли сте знали да су мушкарци више изложени ризику од овог здравственог проблема?
- › Шта мислите због чега је тако?
- › Да ли је могуће да мушкарци избјегну овај здравствени проблем? Како? (Напомена: Водитељ би требало да подстакне учеснике да размисле о облицима понашања и животног стила који су у вези са здравственим проблемима и о начинима како би се они могли спријечити или промијенити).

Напомена у вези са процедуром: Иако су одговори на питања најчешће "мушкарци", у неким околностима одговор на нека од питања може бити "жене" или "и једни и други". Уколико се то деси, водитељ би требало да усмјери дискусију на чињеницу да је на већину питања одговорено са "мушкарци".

8. Након дискусије о сваком питању поједи-

начно искористите сљедећа питања да резимирате ову сесију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Виђате ли ове обрасце ризика међу мушкарцима у вашој заједници?
2. Шта мислите код којих других здравствених проблема су мушкарци више подложни ризику него жене?
3. У којој су старосној доби мушкарци највише подложни ризику од неких од ових проблема?
4. Због чега се мушкарци суочавају са овим ризицима по здравље? Која је веза између ових ризика и начина на који се младићи социјализују?
5. Како видите себе у односу на ове ризике? Шта можете учинити како бисте смањили ове ризике у својим животима? А како у животима других мушкараца?
6. Како лични недостатак бриге о здрављу (мушкарци) може негативно утицати на здравље његове партнерке (дјевојка/супруга)? *njegove partnerke (devojke/supruge)?*

ЗАВРШЕТАК:

Већина узрока смрти код мушкараца повезана је са самодеструктивним начином живота каквим многи мушкарци живе. Широм свијета на мушкаре се врши притисак да се понашају на одређене начине. На примјер, мушкарци често више ризикују, имају више партнера, агресивнији су или су више склони насиљу у својим односима са другима – све ово излаже њих и њихове партнере ризику. Младићима је важно да се критички односе према свом животном стилу и начинима на које се излажу ризику. Можда сте одгојени да имате самопоуздање, да не бринете о свом здрављу и/или да не тражите помоћ кад сте под стресом. Али, способност да говорите о својим проблемима и тражење подршке представљају важне начине да се заштитите од различитих негативних исхода по здравље – као што су употреба супстанци, ризично сексуално понашање и склоност насиљу. Кроз критичко

размишљање о овим нормама можете научити да здравље није само питање за жене, већ такође нешто о чему и мушкарци треба да брину и можете научити како да боље водите рачуна о себи.

Ризично понашање дјечака и младића различито утиче на здравље њихових партнерки. Мушкарац који не користи заштиту и који је склон промискуитетном понашању доводи своју дјевојку или супругу у ситуацију у којој постоји већи ризик да оболе од једне или више полно преносивих болести. Осим тога, ППИ и нежељена/непланирана трудноћа су често посљедице некориштења контрацепције. Важно је напоменути да ризично понашање у сексуалним односима може довести до нежељене трудноће, али исто тако може довести до преношења одређене инфекције или више њих.

ТАБЕЛА РЕСУРСА А:

РОД И ЗДРАВЉЕ - ПИТАЊА

Одговорите на свако од сљедећих питања са: "Мушкарци", "Жене" или "И једни и други".

1. Ко има краћи животни вијек?
2. За кога је више вјероватно да ће умријети као жртва убиства?
3. За кога је више вјероватно да ће погинути у саобраћајној несрећи?
4. За кога је више вјероватно да ће починити самоубиство?
5. За кога је више вјероватно да ће конзумирати алкохол и пити се?
6. За кога је више вјероватно да ће умријети од предозирања (претјеране употребе супстанци)?
7. За кога је више вјероватно да ће добити полно преносиве инфекције (ППИ)?
8. За кога је више вјероватно да ће имати више сексуалних партнера и незаштићен сексуални однос?
9. За кога је мање вјероватно да ће тражити лекарску помоћ?

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

РОД И ЗДРАВЉЕ - ОДГОВОРИ

Ко има краћи животни вијек?

- Глобално посматрано, очекивани животни вијек за мушкарце је 65 година, а за жене 69.⁶⁰
- У Босни и Херцеговини очекивани животни вијек за мушкарце је 66 година, а за жене 72.⁶¹
- У Хрватској очекивани животни вијек за мушкарце је 72,9 година, а за жене 79,6.⁶²
- У Србији очекивани животни вијек за мушкарце је 72 године, а за жене 77 година.⁶³
- У Црној Гори очекивани животни вијек за мушкарце је 73 године, а за жене 77.⁶⁴

Ко више умире као жртва убиства?

- Глобално посматрано, отприлике осам од сваких 100 смртних случајева код мушкараца свих узраста су посљедица убиства. Код жена два од сваких 100 смртних случајева су посљедица убиства.⁶⁵
- У Хрватској, у 2006. години, стопа намјерних убиства на 100.000 становника износила је 1,66.⁶⁶
- У Црној Гори 2005. године убијено је 18 мушкараца и шест жена.⁶⁷
- У Босни и Херцеговини било је 67 убиства у 2005. години.⁶⁸ Нови подаци из 2010. године показују да се десило 49 убиства.⁶⁹

Ко више умире у саобраћајним несрећама?

- Глобално посматрано, 28 од сваких 100.000 мушкараца и 11 од сваких 100.000 жена умре

у саобраћајним несрећама. Другим ријечима, готово три пута више мушкараца у односу на жене умире од посљедица повреда задобијених у саобраћајним несрећама.⁷⁰

У Хрватској мушкарци имају 50% веће шансе да буду повријеђени у саобраћајним несрећама него жене.⁷¹

Ко више умире од самоубиства?

Глобално посматрано, мушкарци почине самоубиство готово четири пута више него жене.⁷²

- У Хрватској мушкарци почине самоубиство три пута више него жене.⁷³
- У Црној Гори, у 2005. години, забиљежено је 156 случајева самоубиства, од којих су 3/4 починили мушкарци.⁷⁴
- У Босни и Херцеговини, у 2005. години, 467 особа је починило самоубиство; од тога су 332 мушкараца и 135 жена.⁷⁵

Ко конзумира више алкохола и ко се више опија?

- Глобално посматрано, мушкарци процентуално више конзумирају алкохол од жена када је ријеч о повременом опијању и пијанкама.⁷⁶
- У Хрватској, према истраживању ЕСПАД-а из 1999. године, (укупна величина узорка $n=3.602$; мушкарци $n=1.961$ и жене $n=1.641$; старосна група између 15 и 16 година), стопа опијања износила је 12% (укупно), од чега су 15% били мушкарци и 7% жене. Опијање

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

се дефинише као конзумирање пет или више пића заредом три или више пута у посљедњих 30 дана.⁷⁷

- У Србији 45% младих у доби од 13 до 17 година конзумира алкохол.⁷⁸
- У Црној Гори истраживање које је урађено на узорку од 3.964 младе особе показало је да 77,6% ученика који су експериментисали са дрогама су били средњошколци, од којих је највећи проценат похађао други разред (30,6%).⁷⁹

Ко више умире од предозирања (претјеране употребе супстанци)?

- Глобално посматрано, у доби између 15 и 29 година већа је вјероватноћа да ће мушкарци у односу на жене умријети од претјеране употребе алкохола.⁸⁰
- У Хрватској истраживање спроведено међу младом популацијом је показало да је 21% младића и 18% дјевојака конзумирало алкохол у посљедњих 30 дана.⁸¹

Ко има више ППИ?

- Глобално посматрано, мушкарци чине већи број случајева обољелих од гонореје и сифилиса, а жене чине већи број случајева обољелих од трихомонас инфекције (Trichomoniasis) и кламидије.⁸²
- У Хрватској мушкарци чине већи број случајева обољелих од гонореје, а жене чине већи број случајева обољелих од кламидије и ХПВ (Хумани папиллома вирус).⁸³

Ко има више сексуалних партнера и ко чешће има незаштићене сексуалне односе?

- Глобално посматрано, мушкарци чешће пријављују везе са више сексуалних партнера него жене, осим у неким развијеним индустријским земљама.⁸⁴

За кога је мање вјероватно да ће тражити лекарску помоћ?

- Глобално посматрано, мања је вјероватноћа да ће мушкарци потражити лекарску помоћ у односу на жене.⁸⁵

60 — World Population Datasheet. Population Reference Bureau, 2006.

61 — Агенција за статистику Босне и Херцеговине.

62 — Државни завод за статистику Републике Хрватске, 2011.

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

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

65 — WHO World Report on Violence and Health, 2002

66 — <http://data.un.org>, 2006

67 — Завод за статистику Црне Горе, 2005.

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

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

70 — WHO World Report on Violence and Health, 2002.

71 — Државни завод за статистику Републике Хрватске, 2011

72 — Bertolote JM i Fleischmann A. 2002. "A Global Perspective in the Epidemiology of Suicide".

Suicidologi. Arg. 7, br. 2

73 — Државни завод за статистику Републике Хрватске, 2011.

74 — Одјељење за кривичне истраге, Републике Црне Горе.

75 — Агенција за статистику Босне и Херцеговине.

76 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004.

77 — 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.

78 — Институт за ментално здравље, Република Србија.

79 — Институт за јавно здравље Црне Горе.

80 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004.

81 — www.hzjz.hr.

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

83 — www.plivazdravlje.hr; приступљено 10.11.2015.

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

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

гдје се тај здравствени проблем јавља. Није битно уколико се неки проблеми понављају.

7. Затим замолите учеснике да наглас прочитају карактеристике мушкараца које су написали на почетку ове активности. Након читања карактеристика сваки учесник би требало да причврсти комадић папира на тијело поред оног здравственог проблема/потребе са којим се та карактеристика може повезати. Подсјетите их на претходну активност и дискусију коју су водили о социјализацији и здравственим ризицима са којима се мушкарци суочавају. На примјер, карактеристика мушкараца да има пуно сексуалних партнера могла би се на тијелу причврстити поред подручја препона како би била означена повезаност ове карактеристике са ризиком од полно преносивих инфекција.

8. Истражите да ли учесници препознају алкохолизам, насиље, самоубиство, HIV и AIDS и кориштење штетних супстанци као здравствене проблеме. Уколико их нису споменули, питајте да ли су ово проблеми са којима се суочавају младићи у њиховој заједници.

9. Искористите сљедећа питања како бисте започели дискусију.

Питања за дискусију:

1. Какве здравствене проблеме/потребе имају мушкарци?

2. Шта су узроци ових здравствених проблема? Шта су посљедице ових здравствених проблема?

3. Постоји ли веза између здравствених потреба мушкараца и карактеристика мушкараца које смо идентификовали?

4. Како улога мушкараца у његовој породици или заједници утиче на његово здравље?

5. Да ли мушкарци и жене воде рачуна о својим тијелима и здрављу на исти начин? Како младићи воде рачуна о свом здрављу?

6. Када су мушкарци болесни, шта тада раде? Да ли обично траже помоћ чим се почну осјећати лоше или чекају? Када су жене болесне, шта оне раде?

7. Шта је хигијена? На који начин мушкарци треба да одржавају личну хигијену? На који начин жене треба да одржавају личну хигијену? (Прегледати Табелу ресурса).

8. Гдје младићи у вашој заједници могу добити информације о свом здрављу или тражити помоћ за здравствене проблеме?

9. Шта ви можете учинити у својим сопственим животима како бисте боље водили рачуна о свом здрављу? Шта можемо учинити да подстакнемо друге младиће да боље воде рачуна о свом здрављу?

ЗАВРШЕТАК:

Као што смо расправљали у овој и претходној сесији, постоји јасна веза између тога како су мушкарци одгојени и тога да ли и на који начин брину о свом здрављу. Многи мушкарци, показујући тако своју мужевност, не брину о свом здрављу и можда вјерују да су брига о здрављу или претјерана заокупљеност здрављем одлике жена. Овакве врсте ставова и понашања

научени су у раном добу, али имају утицај на здравље мушкараца током цијелог њиховог живота. Због овога је важно да као младићи схватите колико је важно да водите рачуна о себи самима, укључујући и одржавање основне хигијене. Чинећи то имаћете користи и ви и ваши партнери, о чему ће бити ријечи у наредним активностима.

Радионица 25: Здравље младића

ЦИЉ:

Дискутовати о томе како родне норме утичу најчешће на здравствене проблеме младића и проћи кроз основно одржавање хигијене.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт, комадићи папира, самољепљива трака, маркери и Табела ресурса.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Ако је могуће, могло би бити интересантно да по завршетку ове активности посјетите неку локалну здравствену установу гдје се младићи могу упознати и разговарати са здравственим радницима.

ПРОЦЕДУРА:

1. Дајте сваком учеснику два комадића папира и замолите их да (у тишини и самостално) напишу двије типичне карактеристике које су у вези са мушкарцима (нека напишу по једну на сваком комадићу папира). Замолите их да задрже те папире за каснију фазу вјежбе.
2. Залијепите два или три листа флипчарт папира и замолите неког од учесника да буде волонтер за модел према коме ће бити нацртане контура тијела.
3. Када заврше цртање контуре, замолите их да попуне цртеж детаљима како би личио на младића – да му нацртају лице, одјећу и да му дају личност. На примјер, шта ради кад жели да се забави или шта ради викендом? Сви би требало да учествују у овој вјежби са цртежом. Замолите учеснике да дају име младићу којег су нацртали.
4. Затим нацртајте још једну скицу тијела на два или три нова листа флипчарт папира. Замолите неког од учесника да буде волонтер и да нацрта гениталије на скици тијела. Уколико је учесницима превише непријатно да ово ураде, то може урадити и водитељ.
5. Када завршите ове двије скице, дајте сваком учеснику два комадића папира и замолите их да напишу два уобичајена здравствена проблема/потребе са којима се мушкарци суочавају (треба да напишу по један на сваки комадић папира).
6. Када заврше са писањем, замолите сваког учесника да наглас прочита здравствене проблеме/потребе и да их причврсти на онај дио тијела

ТАБЕЛА РЕСУРСА:⁸⁶**ДОБРЕ ХИГИЈЕНСКЕ НАВИКЕ ЗА МЛАДЕ ЉУДЕ****Прање тијела**

Прање тијела помаже особи да остане чиста, да избјегне инфекције и да се не разболи. Перите се водом или сапуном једном или двапут дневно. Перите руке прије и после једења. Перите руке након одласка у купатило како бисте спријечили преносење бактерија и инфекција. Умивање лица сапуном и водом барем двапут дневно може помоћи у спречавању појаве акни или их ублажити.

Пријатан мирис

Користите дезодоранс, дјечији пудер или најчешћи производ у вашој земљи за пријатан мирис испод пазуха. Будите опрезни приликом избора одређених дезодоранса спрејева и стикова. Неки од њих, иако се ради о добро познатим робним маркама, садрже штетне твари које имају негативан учинак на организам.

Коса

Редовно перите косу како би увијек била чиста. Сваки дан или свака два или три дана или једном седмично ће бити довољно. Главу не брију сви мушкарци и жене. Ово зависи од културе и избора.

Зуби и уста

Користите онај производ који се најчешће употребљава у вашој земљи како бисте прали зубе двапут дневно, укључујући у то прање зуба прије спавања свако вече. Прањем зуба помажете у спречавању настанка каријеса или кварења зуба. Кориштење зубне пасте са флуором такође може помоћи да ојачате своје зубе.

Доњи веш

Сваки дан облачите чист доњи веш како бисте избјегли инфекције и одржавали подручје гениталија чистим.

Подручје гениталија

Важно је да се penis пере и чисти сваки дан.

За све мушкарце је важно да перу и чисте penis и подручје око ануса сваки дан. Оперите сапуном и водом сваки дан мошнице, подручје између мошница и бутина, средишњи дио задњице и анус. За необрезане мушкарце важно је да превлаче кожицу и њежно перу ово подручје. Необрезаност није сама по себи нехигијенска, али необрезани мушкарци треба да посвете више пажње својој хигијени.

86 —Преузето из: E. Knebel (2003) "My Changing Body: Fertility Awareness for Young People" Institute for Reproductive Health and Family Health International.

⚙️ Радионица 26: Тијела мушкараца

ЦИЉ:

Подићи ниво свијести и знања о мушком репродуктивном систему и гениталијама.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Комадићи папира или картона, обичне/хемијске оловке, по један примјерак Табеле ресурса А и Б и довољан број копија Табела ресурса Ц, Д и Е за све учеснике.

⌚**ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:**

45 минута. Ова активност често изазове многа питања код учесника и било би корисно да оставите додатне двије сесије како бисте адекватно обрадили ову тему.

📄**ПЛАНИРАЊЕ:**

Важно је да водитељ буде упознат са овом темом прије почетка сесије или да позове неког ко има искуства у раду са младима на ову тему. Водитељ такође треба да одреди ниво адекватан за групу до којег ће се ићи у детаље. За неке од учесника ова сесија ће послужити као брзо понављање. Међутим, многе од ових информација могу бити новитет младима. Такође, многи учесници можда посједују основно разумевање анатомије и физиологије, али можда никад нису имали прилику да поставе одређена питања. Уколико су информације превише једноставне за неке од учесника, подстакните их да подијеле чињенице које знају са другим учесницима који су слабије упознати са овим материјалом. Важно је знати да ће неким учесницима можда бити непријатно да постављају питања о мушком тијелу и гениталијама. Уколико се то деси, могло би бити од помоћи да их замолите да напишу своја питања на комадиће папира која ћете покупити и наглас прочитати за дискусију. Водитељ би такође требало да створи отворену и пријатну атмосферу за вријеме ове активности и дискусије.

Табела ресурса Д садржи листу интернет страница и извора који нуде информације или детаље у вези са мушким репродуктивним системом и здрављем. Препоручује се да водитељ дода било коју релевантну веб страницу или извор и учесницима обезбиједи примјерке на којима су они наведени.

ПРОЦЕДУРА

- Прије почетка сесије напишите сљедеће ријечи на комадићима папира или картицама: *vas deferens* (сјеменовод), пенис, урета (мокраћна цијев), досјеменик (*epididymis*), тестис (сјеменик), мошница, простата, сјемени мјехурић и мјехур. На истом листу папира напишите опис/објашњење за сваку од ових ријечи као што је представљено у Табели ресурса Б – Мушки репродуктивни систем и гениталије.
- На почетку сесије подијелите учеснике у двије групе. Обје групе треба да добију примјерак Табеле ресурса А, Табелу ресурса Б и сет папира са именима и објашњењима за Мушки репродуктивни систем.
- Објасните свакој групи да ће морати прочитати ријечи и описе које су добили и онда покушати да означе различите дијелове на цртежима мушког и женског репродуктивног система и гениталија.
- Дајте групама 10 минута да се договоре и означе цртеже у Табели ресурса Ц (празна шема мушког репродуктивног система).
- Замолите групе да представе своје слике и објасне своје одговоре. Када обје групе заврше презентацију својих слика, позовите учеснике да поставе питања и направе исправке.
- Подијелите учесницима копије Табеле ресурса Ц и заједно прегледајте садржај табеле.
- Прегледајте Табелу ресурса Ц – Уобичајена питања о мушком репродуктивном систему и гениталијама. Чак и ако учесници не поставе сами ова питања, важно је да добију ове податке.
- Резимирајте дискусију сљедећим питањима.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Које полне органе је било најтеже препознати? Зашто?
- Да ли мислите да је младићима важно да знају назив и функцију мушких полних органа? Зашто?
- Да ли мислите да је младићима важно да знају назив и функцију женских полних органа? Зашто?
- Да ли младићи обично посједују информације о овим темама? Зашто да или зашто не?
- Шта можете учинити како бисте обезбједили да млади људи у вашој заједници добију прецизније податке о овим темама?

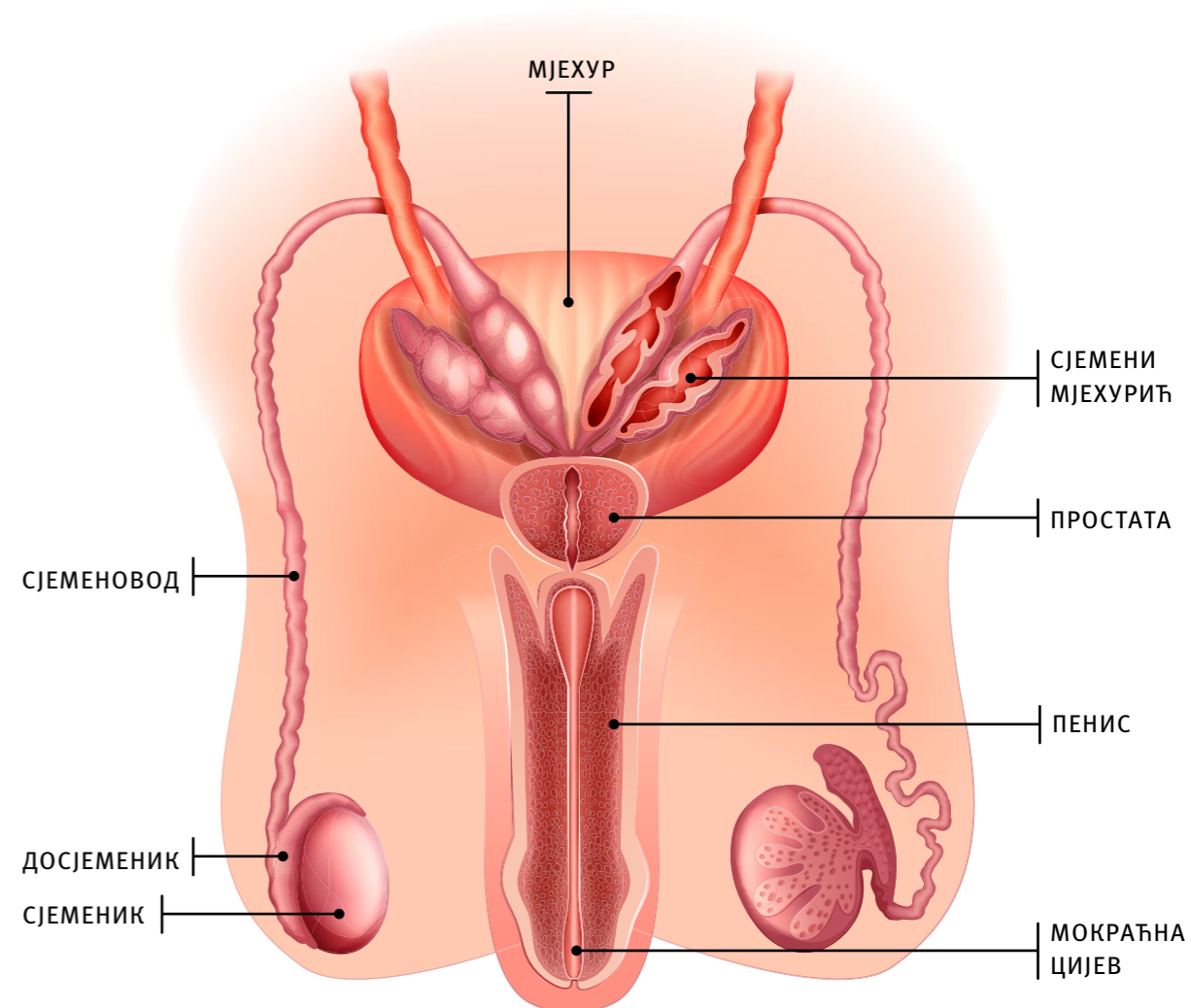
ЗАВРШЕТАК:

Многи мушкарци и жене не знају много о својим тијелима, нити вјерују да је потребно посветити вријеме како би их боље разумјели. Као што ћете видјети у дискусијама током других радионица, ово непознавање свог тијела и начина његовог функционисања често има негативне

посљедице на хигијену и здравље. Такође је важно познавати женски репродуктивни систем како бисте били што више укључени у разговор и одлуку о планирању породице и сродним питањима.

ТАБЕЛА РЕСУРСА А:

Мушки репродуктивни систем



1. Bladder- мјехур
2. Seminal vesicles - сјемени мјехурић
3. Vas deferens - сјеменовод
4. Penis - пенис
5. Urethra - мокраћна цијев
6. Epididymis - досјеменик
7. Testicle - сјеменик
8. Scrotum – мошница
9. Prostate - простата

енергију за сперматозоиде.

Сперматозоид: Мушка полна ћелија. Пут сперматозоида: Сперматозоиди путују од тестиса до досјеменика, гдје остају око 14 дана и у том периоду сазријевају. Одатле сперматозоиди долазе у сјеменоводе који их спроводе до мокраћне цијеви. У тој фази, сјемени мјехурићи производе храњиву течност која сперматозоидима даје енергију. Простата такође производи течност која помаже сперматозоидима да пливају. Мјешавина сперматозоида и ове двије течности се назива сјеме. Током сексуалног узбуђења Куперова жлијезда лучи провидни секрет у мокраћну цијев. Ова течност, позната као пре-ејакулат или пре-цум, дјелује као лубрикант за сперматозоиде и облаже мокраћну цијев. За вријеме сексуалног узбуђења може се десети избацивање сјемена. Мала количина сјемена која се избаци (једна или двије кафене кашике) може садржати и до 400 милиона сперматозоида.

Тестиси: Мушке полне жлијезде које су смјештене у мошницама и стварају сперматозоиде. Један од хормона који настаје у тестисима је тестостерон, одговоран за секундарне сексуалне карактеристике мушкарца, као што су нијанса коже, длаке на лицу, боја гласа и мишићи. Тестиси имају облик два јајета и да бисте их осјетили, морате само опипати мошнице. Они су смјештени изван тијела, јер се сперма може једино произвести на температури нижој од нормалне тјелесне температуре. Мошнице се у ствари опуштају и одвајају од тијела када је топло, а скупљају се према тијелу када је хладно како би регулисале оптималну температуру за производњу сперме. Лијеви тестис обично је спуштен ниже него десни. Самопреглед тестиса једном мјесечно је важан за очување здравља. Кружним покретима пређите прстима преко тестиса. Уколико осјетите било какав чвор, оток или бол треба да одмах одете љекару на преглед.

Мокраћна цијев: Канал који носи урин из мјехура (орган у коме се урин задржава у тијелу) до мокраћног отвора. Код мушкараца мокраћна цијев такође носи сјеме.

Мокраћни отвор: Мјесто из којег мушкарац мокри.

Сјеменовод: Дуги, уски канали који одводе сперматозоиде из досјеменика.

КЉУЧНЕ РИЈЕЧИ:

Ејакулација: Снажно излучивање сјемене течности из пениса.

Досјеменик: Орган гдје сперма сазријева након што настане у тестисима.

Пенис: Спољашњи ваљкасти мушки орган који се користи за мокрење или сексуалну стимулацију. Величина пениса разликује се од мушкарца до мушкарца. Већину времена пенис је мекан и опуштен. За вријеме сексуалног узбуђења спужвасто ткиво пениса испуни се крвљу и пенис постаје већи и чвршћи, у процесу који се назива ерекција. За вријеме сексуалног односа, када је изузетно узбуђен, пенис избацује течност која се зове сперма или сјеме и која садржи сперматозоиде. Ејакулација сперме доводи до интензивног осјећаја задовољства које се назива оргазам.

Препуцији или кожица: Кожа која прекрива главу пениса. Када пенис постигне ерекцију, кожица се повуче назад, остављајући гланс пенис (или главић) откривен.

Када се ово не догоди, такво стање се назива фимоза (пхимосис), што може проузроковати бол за вријеме полног односа и отежати одржавање личне хигијене. Фимоза се лако коригује хируршким захватом уз локалну анестезију. У неким културама или земљама или у неким породицама кожица се код дјечака одстрије у поступку који се назива обрезивање. Када кожица постоји, важно је да се свакодневно пере испод ње.

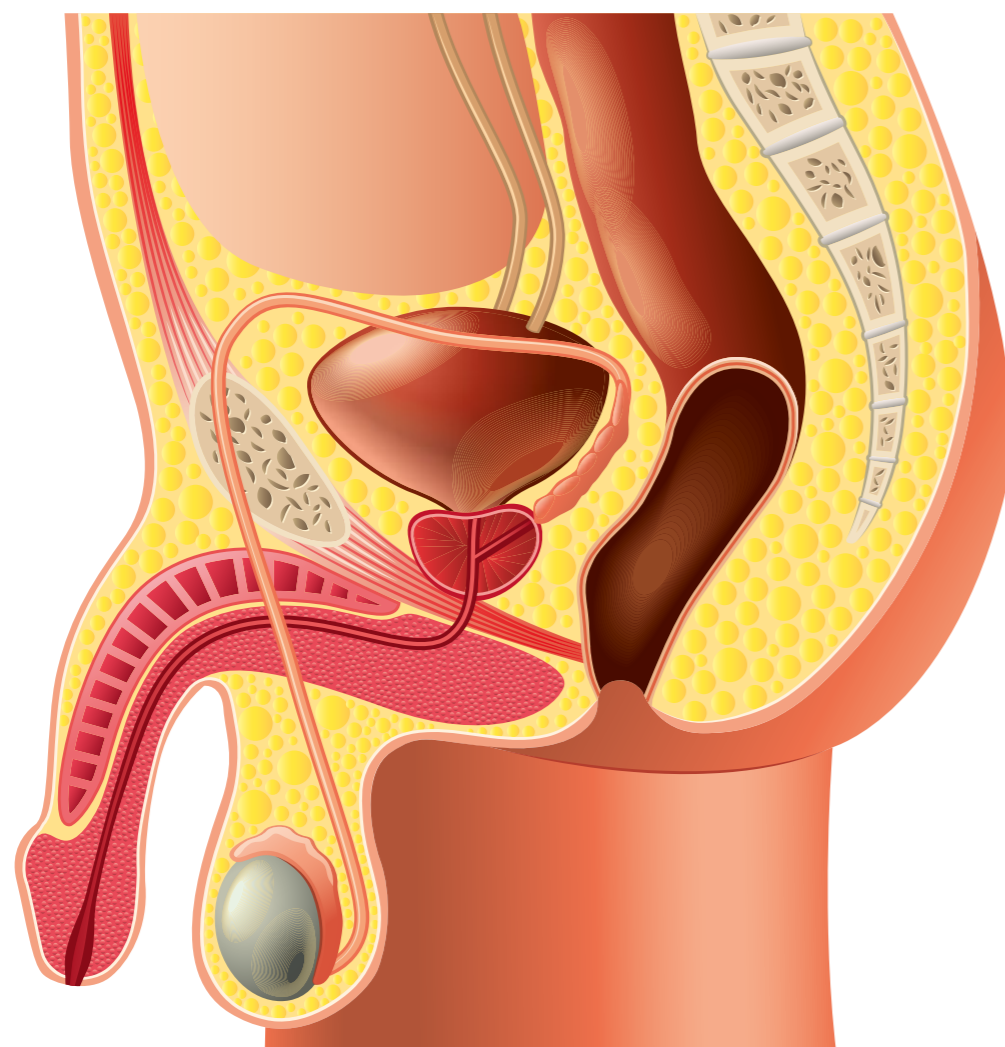
Простата: Жлијезда која производи ријетку млијечну течност која омогућава сперматозоидима покретљивост и да постану дио сјемена.
Мошња: Кожна кеса која се налази иза пениса и у којој су смјештени тестиси. Њен изглед се мијења зависно од стања контракције или опуштања мускулатуре. На примјер, кад је хладно, она се скупља и набора, а кад је топло она се шири и издужује.

Сјеме: Течност коју мушкарац избацује кроз пенис када ејакулира.

Сјемени мјехурићи: Мале жлијезде које производе густу, вискозну течност која обезбјеђује

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:⁸⁷

Мушки репродуктивни систем и гениталије



Од пубертета надаље сперма се непрекидно производи у тестисима (сјеменицима), који се налазе у мошницама. Док се сперма развија, она долази у досјеменик, гдје остаје око двије седмице да сазри. Сперма затим креће из досјеменика у сјеменовод. Ове цјевчице сперму спроводе до сјемених мјехурића и простате, која производи течност која се мијеша са спермом како би настало сјеме. За вријеме ејакулације сјеме пролази кроз пенис и излучује се из тијела кроз мокраћну цијев, исту цијев кроз коју се излучује урин. Мокраћни отвор је мјесто кроз које мушкарац мокри или ејакулира.

⁸⁷ — Преузето од Института за репродуктивно здравље, организације Family Health International и књиге E. Knebel (2003) "My Changing Body: Fertily Awareness for Young People".

ТАБЕЛА РЕСУРСА Ц:⁸⁴

Уобичајена питања о мушком репродуктивном систему и гениталијама

П: Шта је мастурбација?

О. Мастурбација је трљање, миловање или нека друга стимулација полних органа – пениса, вагине и груди – како би се постигло задовољство или изразила сексуална осјећања. И мушкарци и жене могу открити сексуална осјећања и осјетити сексуално задовољство путем мастурбације. Не постоји научни доказ да мастурбација узрокује икакво оштећење на тијелу или уму. Мастурбација је једино медицински проблем када не допушта особи да функционише како треба или када се изводи у јавности. Међутим, постоје многе вјерске и културолошке препреке мастурбацији. Одлука о томе да ли да појединац мастурбира или не препуштена је личном избору.

П: Могу ли сјеме и урин истовремено излазити из тијела?

О. Неки младићи брину о овоме, јер се исти пролаз користи и за урин и за сјеме. Валвула (вентил) у дну мокраћне цијеви онемогућава да урин и сјеме пролазе кроз ову цијев истовремено.

П: Која је права дужине пениса?

О. Просјечан пенис је дуг између 11 и 18 центиметара када је у ерекцији. Не постоји стандардна величина, облик и дужина пениса. Неки су дебели и кратки. Други су дугачки и танки. Нема истине у тврдњи да је већи пенис бољи пенис.

П: Да ли је нормално када је један тестис ниже спуштен од другог?

О. Да. Код већине мушкараца тестиси висе неједнако.

П: Да ли је проблем ако је пенис мало закривљен?

О. Нормално је да мушкарац има закривљен пенис. Он се исправи за вријеме ерекције.

П: Каква су оно испупчења на главићу пениса?

О. Та испупчења су жлијезде које производе бијелу млијечну супстанцу. Ова супстанца помаже да се кожица глатко повлачи назад преко главића. Међутим, ако се накупи испод кожице може проузроковати непријатан мирис или инфекцију. Важно је да све вријеме одржавате ово подручје испод кожице чистим.

П: Како се може спријечити ерекција у јавности?

О. То је нормално. Иако можда мислите да је то непријатно, покушајте да се сјетите да већина људи неће ни примети ерекцију осим ако ви не скренете пажњу на то.

П: Да ли ће због влажних снова или ејакулације младић изгубити сву своју сперму?

О. Не. Мушко тијело непрестано производи сперму током цијелог живота.

88 — Преузето од Института за репродуктивно здравље, организације Family Health International и књиге Е. Кнебела (2003) "My Changing Body: Fertily Awareness for Young People".

ТАБЕЛА РЕСУРСА Д:

За више информација о овој теми посјетите следеће интернет странице:

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>

Радионица 27: Тијела жена

ЦИЉ:

Подићи ниво свијести и знања о женском репродуктивном систему и гениталијама.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Папир и оловке за питања (ако је потребно). Копије Табеле ресурса 3А-Д.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Чак и након расправе могло би се догодити да се учесници можда неће осјећати пријатно да постављају питања о женском тијелу и гениталијама. Ако се то деси, можда би било добро да их замолите да напишу своја питања на папирићима које ће онда бити прикупљени и наглас прочитани за расправу.

ПРОЦЕДУРА:

1. Направити интерактивну презентацију анатомије и физиологије женског репродуктивног система. Можете га нацртати на флипчарту или користити фотокопије или цртеже.
2. Заједно са учесницима именујте различите дијелове репродуктивног система и како они функционишу. Теме хигијене интимних дијелова, невиност, менструације, задовољство и оргазам треба да буду укључене приликом објашњавања анатомије.
3. Питајте учеснике да ли имају додатних питања.
4. "Њен први преглед код гинеколога" – замолите учеснике да се удобно смјесте и затворе очи. Испричајте им причу о томе како би посјета гинекологу требало да изгледа. Можете користити Табелу ресурса као идеју за причу. Ако водитељ закључи да овај дио радионице није погодан за мјешовите групе, барем објасните важност одласка код гинеколога.

ОПЦИОНАЛНО: Подијелите учеснике у групе и дајте им празне слике женских и мушких репродуктивних органа и реците им да напишу називе различитих дијелова. Користите брошуре.

5. Започните дискусију користећи питања испод

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Које полне органе је било најтеже препознати? Зашто?
2. Да ли мислите да је дјевојкама и младићима важно да знају назив и функцију полних органа? Зашто?
3. Да ли мислите да је важно да млади људи знају назив и функцију полних органа супротног пола? Зашто?
4. Како ово знање (или његов недостатак) утиче на сексуално задовољство?
5. Које друге информације о тијелу жене и мушкарца је важно познати?
6. Да ли млади људи генерално имају информације о овим темама? Зашто да или зашто не?
7. Гдје могу добити ове информације?
8. Која је улога гинеколога?
9. Шта када је ријеч о мушкарцима? Гдје они иду, ако имају неки проблем или желе савјет?
10. Шта можете учинити како бисте обезбиједили да млади људи у вашој заједници добију прецизније информације о овим темама?

ЗАВРШЕТАК:

Као дјевојке имате право да знате и разумијете своје тијело у потпуности. Познавање сопственог сексуалног и репродуктивног система је важно да бисте имали испуњен сексуални жи-

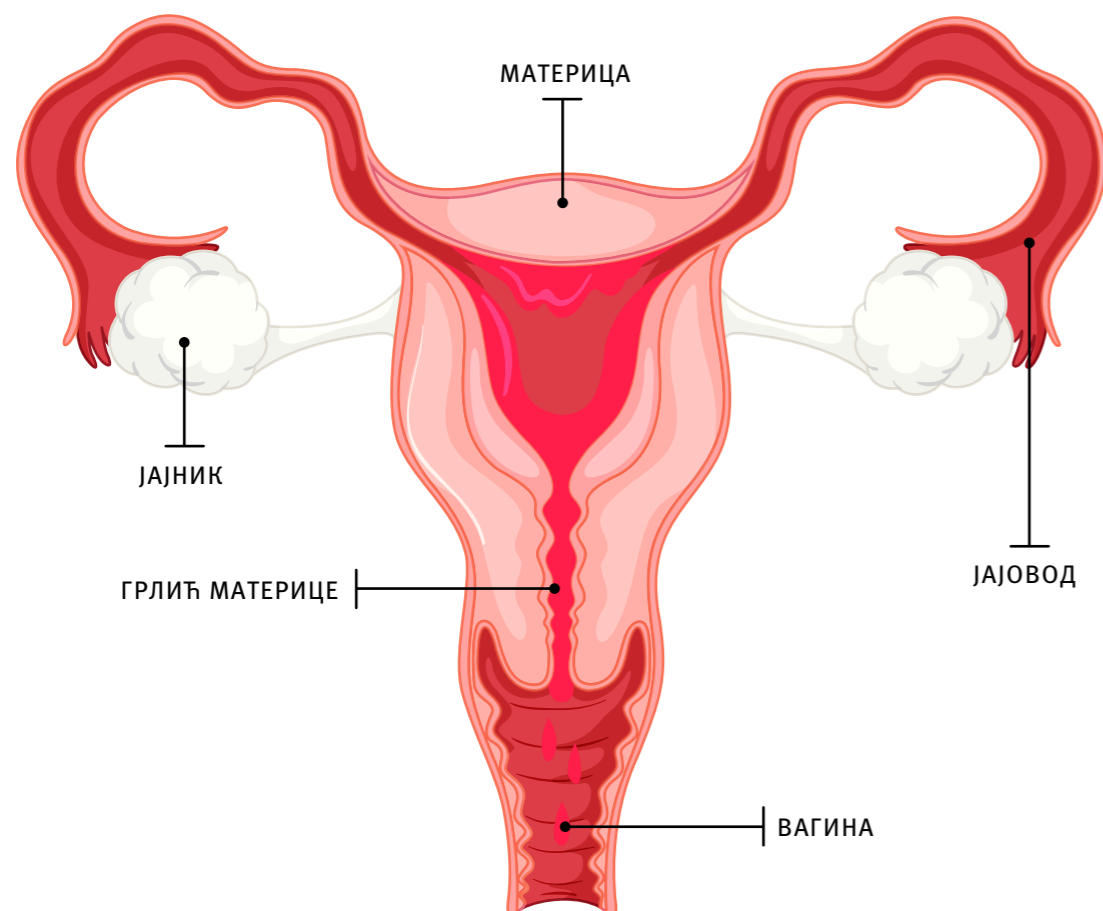
вот који укључује спречавање непланираних трудноћа и ППИ и здрав репродуктивни живот уколико одлучите да имате дјецу.

Користите брошуре повезан са овом радионицом:

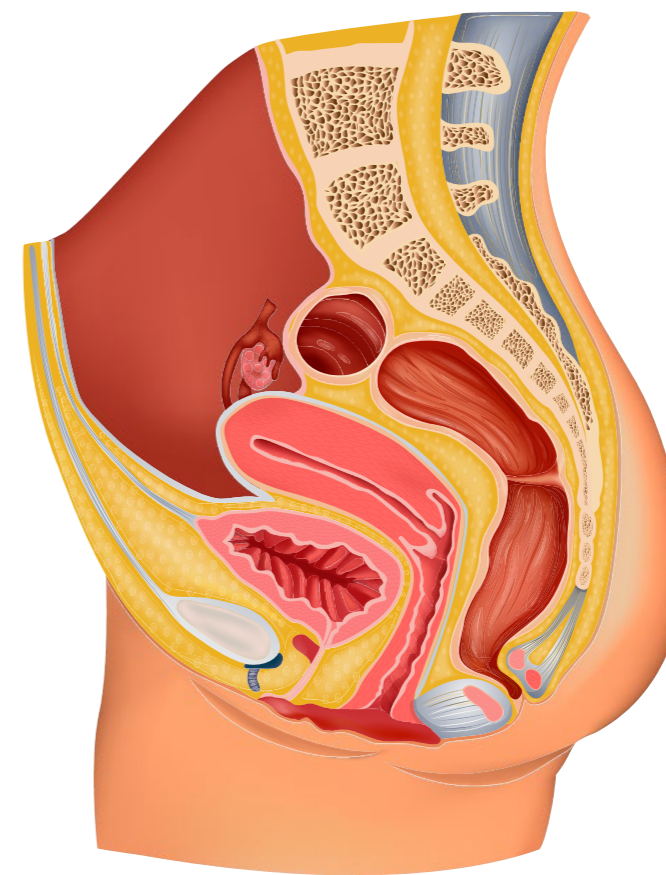
Табела ресурса 3А - Женски репродуктивни систем - унутрашње гениталије
Табела ресурса 3Б - Женски репродуктивни систем - спољашње гениталије
Табела ресурса 3Д - Женски репродуктивни систем - унутрашње гениталије са сљедећим објашњењима:

ТАБЕЛА РЕСУРСА 3А:

Женски репродуктивни систем - унутрашње гениталије



1. Ovary - јајник
2. Fallopian tube - јајовод
3. Uterus - материца
4. Cervix - врат/грлић матернице
5. Vagina – вагина



Свака жена је рођена са хиљадама јајашаца у својим јајницима. Јајашца су тако мала да се не могу видјети голим оком. Када дјевојка уђе у пубертет, мало јајашце сазри у једном од њених јајника и затим се спушта кроз јајовод до материце. Ово ослобађање јајашца из јајника називамо овулацијом. Материца се припрема за долазак јајашца стварањем дебеле и меке облоге попут јастука. Ако је дјевојка имала сексуалне односе неколико дана прије овулације, до тренутка када јајашце стигне до јајовода, сперматозоиди би га тамо могли чекати како би се сјединили с њим. Ако се јајашце споји са сперматозоидом (што се назива оплодњом), јајашце путује до материце и угнијезди се у облогу материце и остаје тамо наредних девет мјесеци развијајући се у бебу. Ако јајашце није оплођено, тада материца не треба дебелу облогу коју је створила за заштиту јајашца. Она одбацује облогу, заједно са крвљу, тјелесном течношћу и неоплођеним јајашцем. Све ово пролази кроз грлић материце и излази напоље из вагине. Ово крварење називамо "мјесечницом" или менструацијом.

КЉУЧНЕ РИЈЕЧИ

Грлић материце: Доњи дио материце који се протеже до вагине.

Јајоводи: Цијеви које носе јајашце од јајника до материце.

Оплодња: Сједињавање јајашцета и сперматозоида.

Менструација: Мјесечно излучивање крви и ткива облоге материце.

Јајници: Двије жлијезде које садрже хиљаде незрелих јајашаца.

Овулација: Периодично ослобађање зрелог јајашца из јајника.

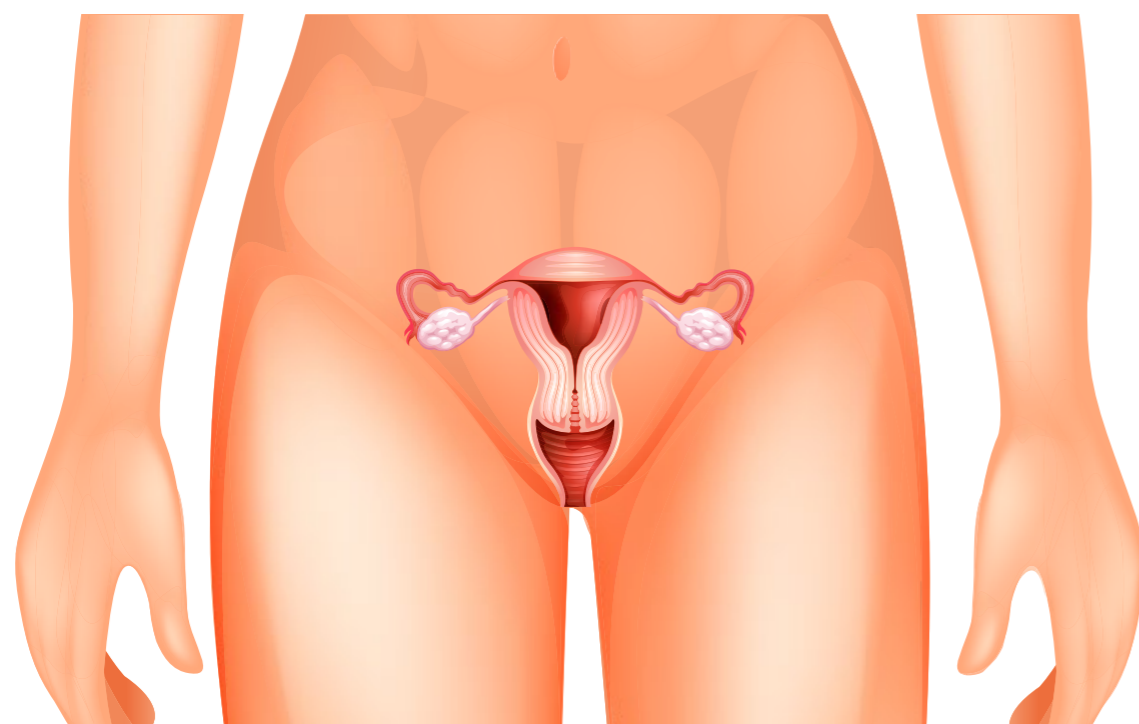
Секретија: Процес у којем жлијезде излучују одређени материјал у крвоток или ван тијела.

Материца: Мали, шупљи, мишићни женски орган гдје се фетус прихвата и одржава његов развој од тренутка имплантације до рођења.

Вагина: Канал који формира пролаз од материце до излаза из тијела.

ТАБЕЛА РЕСУРСА 3Б:

Женски репродуктивни систем - спољашње гениталије



1. Outer lip - велике усне (вањске)
2. Inner lip - мале усне (унутрашње)
3. Opening of vagina - вагинални отвор
4. Clitoris - клиторис/дражица
5. Urinary opening - мокраћни отвор
6. Anus - анус

Спољашње гениталије састоје се од два заобљена слоја наборане коже: лабија мајора (или спољашње усне) и лабија минора (или унутрашње усне). Усне прекривају и штите вагинални отвор. Унутрашње и спољашње усне спајају се у пубичном подручју. Близу врха усана, унутар набора налази се мало цилиндрично тијело које се назива клиторис. Клиторис се састоји од истог типа ткива као и главић мушког пениса и веома је осјетљив и одговоран је за сексуално задовољство жена. Његова стимулација може довести до тога да жена осјети интензиван осјећај задовољства који се назива оргазам. Мокраћна цијев (уретра) је кратка цијев која спроводи урин из мјехура ван тијела. Урин се избацује из тијела жене кроз мокраћни или уринарни отвор. Вагина је мјесто одакле излази менструална крв жене и такође може бити извор задовољства за жене. Мокраћни отвор и вагинални отвор чине подручје које се назива тријем вагине (вестибулум вагинае). Сви заједно, спољашњи женски полни органи називају се стидница (вулва).

КЉУЧНЕ РИЈЕЧИ

Клиторис: Мали орган у горњем дијелу усана који је осјетљив на надражај.

Labia majora (спољашње усне): Два кожна набора (по један са обје стране вагиналног отвора) који прекривају и штите полни орган, укључујући и тријем вагине.

Labia minora (унутрашње усне): Два кожна набора између великих усана која се протежу од клиториса са обје стране мокраћног и вагиналног отвора.

Мокраћна цијев: Кратка цијев која спроводи урин из мјехура ван тијела (орган у коме се урин задржава у тијелу).

Мокраћни (уринарни) отвор: Мјесто из којег жена мокри.

Вагинални отвор: Отвор у вагини одакле менструална крв излази из тијела.

Тријем вагине: Подручје спољашњих женских гениталија, које се састоји од вагиналног и мокраћног отвора.

Стидница: Спољашњи полни органи жене, који укључују велике усне, мале усне, клиторис и тријем вагине.

ТАБЕЛА РЕСУРСА ЗД:

Припрема за посјету гинекологу:

Прије одласка гинекологу не морате обављати никакве посебне припреме осим уобичајених хигијенских навика. Гинеколог ће вас питати о вашој посљедњој менструацији па понесите своју евиденцију о томе ако је водите или барем покушајте да се сјетите када сте посљедњи пут имали менструацију.

Обично имате могућност да између доступних гинеколога изаберете онога код којег желите да идете. Такође можете изабрати да ли желите женског или мушког гинеколога.

Када уђете у ординацију код гинеколога он/она ће прво разговарати са вама.

Поставиће вам неколико питања. То су основна питања, не нужно овим редослиједом:

- › Ваше менструације. Када сте је имали први пут, да ли су редовне, када сте је имали посљедњи пут. Јесу ли болне, колико дуго трају... Да ли имате неке друге проблеме.
- › Невиност – да ли сте имали вагинални секс. Ако је одговор негативан, али је потребно обавити преглед, он се може обавити пажљиво кроз анус прстом, а не вагинално. То може бити непријатно, али не би требало да боли.
- › Ако сте сексуално активни или планирате да будете, а не желите да имате дјецу у скорије вријеме, можете разговарати о томе које методе контрацепције и заштите од ППИ користите (или би могли почети да користите).
- › Ако планирате да затрудните, ваш гинеколог би такође требало то да зна тако да вам она/он може помоћи како би обезбиједио да ви и ваша будућа беба будете што је могуће здравији.
- › Ако сте трудни или сумњате да сте трудни, морате рећи свом гинекологу прије прегледа.

Како изгледа преглед?

Рећи ће вам да одете иза паравана и скинете сву одјећу са доњег дијела тијела (осим чарапа), укључујући и доњи веш. Обуците папуче и идите до столице која личи на сто. Лезите на ивицу столице, подигните ноге увис и поставите пете у држаче за ноге. Ваше ноге ће бити раширене, а ваши интимни дијелови ће бити окренути према столици на којој ће сједити Ваш доктор.

Видјећете неке инструменте свих облика и величина. Доктор ће ставити рукавице и прво ће испитати спољашње генитално подручје. Он или она ће погледати да ли има знакова инфекције, као што су упале, дисколорација и секрет.

ТАБЕЛА РЕСУРСА ЗЦ:

Уобичајена питања о женском репродуктивном систему и гениталијама

П: Колико дуго менструација треба да траје?

О. Менструација се дешава када задебљана облога материце и додатна крв излазе кроз вагинални канал. Менструација обично траје од три до пет дана иако свако трајање између два и седам дана се сматра нормалним. Када жена први пут добије менструацију њено трајање и учесталост могу бити нередовни. Ово се такође може десити старијим женама које се приближавају менопаузи.

П: Свијест о плодности - Када су жене и мушкарци плодни?

О. Жене: Када дјевојка почне да има менструацију, то значи да су њени репродуктивни органи почели да раде и да она може да затрудни уколико има сексуални однос. Жена је у могућности да затрудни само у одређене дане сваког мјесеца. Жена је плодна када овулира. Овулација је периодично испуштање сазрелих јајашаца из јајника. Ово се обично дешава око средине менструалног циклуса жене – око 14 дана након што јој менструација почне. Међутим, због разних фактора, укључујући стрес, болест и исхрану, овулација се може појавити у било које вријеме током менструалног циклуса. Мушкарци: Почевши од своје прве ејакулације мушкарац је плодан сваки дан и има способност да зачне дијете до краја живота.

П: Могу ли невине дјевојке да користе тампоне?

О. Да. Насупрот ономе што неки људи мисле, невина дјевојка је једноставно неко ко није имао сексуални однос. Било која женска особа може користити тампон, без обзира на то да ли је она невина или није. Тампони су компресовани памук цилиндричног облика. Они се умећу у вагину током менструације да упију крв која улази у вагину из материце. Жена не може изгубити невиност помоћу тампона.

П: Како жена зна да ли има вагиналну инфекцију?

О. Вагиналне инфекције су веома честе, а већина жена их добије барем једном у свом животу. Постоји много могућих знакова вагиналне инфекције. Неки уобичајени симптоми су:

- › Вагинална иритација, као што су свраб, осип или бол;
- › Секрет непријатног мириса;
- › Густе, бијели грудваст секрет (сличне структуре као свјежи сир);
- › Зелени, жути или сивкаст секрет;
- › Често мокрење или пецкање коже током мокрења.

Имајте на уму да ће жене осјећати ове симптоме у различитој мјери. Ако имате било који од ових симптома или вагиналну непријатност или ако нисте сигурни да ли имате вагиналну инфекцију, треба да се посавјетујете са здравственим стручњаком.

П: Шта је клиторис?

О. Клиторис је мали орган у горњем дијелу стидних усана. Састоји се од истог типа ткива као и главнић пениса. Веома је осјетљив на стимулацију.

П: Што је мастурбација?

О. Мастурбација се дефинише као трљање, миловање или нека друга стимулација полних органа – пениса, вагине и груди – како би се постигло задовољство или изразила сексуална осјећања. Мастурбација је нормална и један од начина да сазнамо више о свом тијелу. Многи људи, мушкарци и жене мастурбирају у неком тренутку у свом животу. Не постоји научни доказ да мастурбација узрокује икакво оштећење на тијелу или уму. Одлука о томе да ли да појединачно мастурбира или не препуштена је личном избору. Неке културе, религије и појединци се противе мастурбацији. Уколико имате питања или недоумице у вези са мастурбацијом, требало би да разговарате са поузданом одраслом особом као што је родитељ, професор, духовни вођа или медицински радник.

⚙️ Радионица 28: Хоћу, нећу, хоћу, нећу

📍 ЦИЉ:

Дискутовати о изазовима са којима се сусрећемо приликом преговарања о апстиненцији или о сексу у интимним везама.

📄 ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир, маркери и Табела ресурса

🕒 ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

📖 ПЛАНИРАЊЕ:

За вријеме трајања ове активности неке младиће можете замолити да одиграју улогу жене и обрнуто. Ово није увијек лако за младе људе и требало би да буде представљено као опционално рјешење (алтернативна процедура била би да се млади људи укључе у расправу, радије него у игру улога, а на основу презентованог сценарија). У случају игре улога врло је вјероватно да ће се поједини млади људи смијати током вјежбе. Важно је схватити како је тај смијех дијелом посљедица неспретности или чак нелагоде, коју млади људи могу осјећати док играју улогу супротног пола или док гледају како други млади играју улогу супротног пола. Треба да будете флексибилни на овакве реакције и, уколико се укаже погодан тренутак, треба да подсјетите учеснике на дискусију коју сте водили током активности "Шта је то што зовемо род?" и да их охрабрите да размисле о томе због чега би могли реаговати на одређени начин када виде мушкарце како преузимају традиционалне улоге или карактеристике жена, или жене како преузимају традиционалне улоге или карактеристике мушкараца. Уколико то вријеме дозволи, ова активност такође може послужити за игру улога преговарања у вези са употребом кондома у интимној вези или преговарања око неких других питања као што је одлучивање о броју дјецe или о томе како трошити приход домаћинства.

PROCEDURA:

1. Подијелите учеснике у четири групе и додијелите свакој групи тему за дискусију из следеће табеле. Двије групе ће представљати мушкарце (М1 и М2), а двије групе ће представљати жене (Ж1 и Ж2).

ГРУПА	ТЕМЕ ЗА ДИСКУСИЈУ
М1	Разлози због којих мушкарци желе да имају секс у интимној вези
М2	Разлози због којих мушкарци не желе да имају секс у интимној вези
Ж1	Разлози због којих жене желе да имају секс у интимној вези
Ж2	Разлози због којих жене не желе да имају секс у интимној вези

Бимануални преглед

Носећи рукавице, доктор или докторица ће убацити један или два прста у вагину. Користећи другу руку, доктор ће притискати доњи дио абдомена. Он или она ће провјерити да ли има било каквих абнормалности у величини и облику унутрашњих органа. Неки доктори ће затим уметнути прст у ректум да провјере да ли има било каквих абнормалности и провјере стање мишића који одвајају ректум и вагину. Доктор може истовремено уметнути прст у вагину како би то боље провјерио. Важно је напоменути да жене имају право да се жале за вријеме прегледа, ако се осјећају непријатно. Исто тако, оне имају право да захтијевају употребу стерилизованих рукавица.

Доктор ће затим увести спекулум у вагинални канал како би раздвојио вагиналне зидове, он/она ће изабрати инструмент који вам најбоље одговара и то је разлог зашто их има толико много. Инструменти су ту само да доктор може добити бољи приступ вашим унутрашњим гениталијама – то омогућава доктору да визуелно прегледа вагину и грлић материце. Доктор ће прегледати да ли има иритација, израслина или претјераног цервикалног секрета. У неким случајевима доктор ће користити штапић са ватом да узме узорак цервикалне слузи. Овај узорак се затим може тестирати на полно преносиве инфекције или инфекције. Ако желите да ваш доктор уради овај тест, свакако му/јој то реците на почетку прегледа. Доктори би такође требало периодично да направе ПАПА тест. Користећи лопатицу или четкицу, доктор ће њежно састругати грлић материце да прикупи ћелија са зида грлића. Ове ћелије ће потом бити тестиране на присуство преанцерогених или канцерогених ћелија. Обично су потребне три седмице да се добију ови резултати. Жена може осјетити благу непријатност или мало крварење током ПАПА теста. Након што је доктор обавио ПАПА тест, он или она ће уклонити спекулум и провјерити да ли је дошло до иритације вагиналног канала проузроковане инструментом. Доктор би такође требало да опипа ваше груди како би провјерио да нема квржица и такође би требало да вам каже како то сами да урадите. Није свака промјена или квржица на вашем тијелу нешто због чега би требало да се забринете, али потребно их је прегледати, јер ако су канцерогене, што се раније открију, веће су шансе да тај проблем буде ријешен без компликација.

Редослијед прегледа може се разликовати, али се рутински састоји од наведених корака. Он не би требало да буде болан, али може бити непријатан. Ако сте напети, напрезаћете мишиће и због тога овај преглед може бити болан, стога покушајте да легнете и опустите све своје мишиће, јер преглед траје само неколико минута.

Дакле, требало би да посјетите гинеколога ако сте имали менструацију, ако сте сексуално активни, ако сумњате да сте у другом стању, ако планирате трудноћу, да се информисете о контрацепцији и ППИ. Такође, и због тога да бисте били сигурни да сте здрави, да немате ППИ или неку другу инфекцију и као превенцију рака јајника, грлића материце и дојке. Ако имате акне или друге кожне проблеме, то може бити због хормоналног поремећаја. Због тог или других разлога, дефинитивно вриједи посјетити гинеколога!

2. Објасните да ће од група (или волонтера из сваке групе) бити направљени парови како би се могли водити преговори о апстиненцији и о сексу. Дајте групама пет до 10 минута да разговарају и да се припреме за преговоре.
 3. Први преговори:
Група М1 (мушкарци који желе да имају секс) преговара са групом Ж2 (жене које не желе да имају секс). Замолите појединце или групе да преговарају замишљајући да је ријеч о интимној вези у којој мушкарац жели секс, али жена не жели.
 4. Други преговори:
Група М2 (мушкарци који не желе да имају секс) преговара са групом Ж1 (жене које желе да имају секс). Игра улога би требало да буде изведена на исти начин као и претходно описана. Након преговора замолите учеснике да вам кажу како су се осјећали и шта су научили из вјежбе.
 5. У оба случаја водитељи би требало на флип-чарт папир да запишу најважније аргументе, како оне ЗА, тако и оне ПРОТИВ.
 6. Отворите дискусију са остатком групе.
- ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:**
1. На који начин су ови преговори слични ономе што се дешава у стварном животу?

ЗАВРШЕТАК:

Многи фактори утичу на доношење одлуке о сексуалном односу или о уздржавању од секса. Када је ријеч о женама, страх од губитка партнера или низак ниво самопоштовања може их навести на то да прихвате секс. Међу мушкарцима, одлука о сексуалном односу може доћи као посљедица притиска вршњака или друштвене средине да докажу своју мушкост. Даље, стилови комуникације, осјећања, са-

2. Шта олакшава преговоре о апстиненцији са интимним партнером? А шта их отежава?
3. Шта се дешава када до преговора дође у тренутку заноса, а не прије тога? Да ли тада ствари постају лакше или знатно теже?
4. Који су разлози зашто дјевојке желе да имају секс? А који зашто не желе? (видјети Табелу ресурса)
5. Који су разлози зашто младићи желе да имају секс? А који зашто не желе? (видјети Табелу ресурса)
6. Како младићи реагују ако дјевојка преузме иницијативу и затражи секс?
7. Могу ли мушкарци икада одбити секс? Зашто да и зашто не?
8. Могу ли жене икада одбити секс? Зашто да и зашто не?
9. Да ли је фер вршити притисак на некога да има секс? Зашто да и зашто не?
10. Како се младићи и дјевојке могу носити са притиском од стране вршњака и партнера да имају секс?
11. Шта сте научили из ове вјежбе? Како то знање можете примјенити на сопствене односе?

мопоштовање и неједнаки односи моћи, све то игра улогу у преговорима партнера о томе хоће ли или неће имати секс. Важно је бити савјестан и знати како ови различити фактори утичу на жеље и одлуке вас и вашег партнера. Такође је важно запамтити да преговори не значе побједу по сваку цијену, већ изналажење најбољег рјешења за обје стране.

ТАБЕЛА РЕСУРСА ⁸⁹

РАЗЛОЗИ ЗБОГ КОЈИХ МЛАДИЋИ И ДЈЕВОЈКЕ ИМАЈУ СЕКС

- › Да прекину притисак који долази од њихових пријатеља/партнера
- › Да искажу љубавна осјећања у вези
- › Да избјегну усамљеност
- › Да докажу своју мужевност/женственост
- › Да добију наклоност или да се осјећају вољеним/вољеном
- › Да остваре и постигну задовољство
- › Јер вјерују да то сви раде
- › Да покажу независност од родитеља и других одраслих особа
- › Да задрже партнера
- › Не знају како рећи "не"
- › Да докажу да су одрасли
- › Да затрудне или постану родитељи
- › Да задовоље знатижељу
- › Немају ништа боље да раде
- › Да добију новац или поклоне
- › Медијске поруке чине да то изгледа гламурозно
- › Мисле да ће их то излјечити од HIV и AIDS-а

РАЗЛОЗИ ЗБОГ КОЈИХ МЛАДИЋИ И ДЈЕВОЈКЕ НЕМАЈУ СЕКС

- › Због религиозних увјерења или личних/породичних вриједности
- › Да избјегну нежељену трудноћу
- › Да избјегну ППИ/HIV
- › Да избјегну повреду свог угледа
- › Да избјегну осјећање кривице
- › Јер се плаше да ће бити болно
- › Да сачекају правог партнера
- › Нису спремни
- › Да сачекају брак
- › Да не разочарају своје родитеље

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

Радионица 29: Ризикујем када...

ЦИЉ:

Дискутовати о ситуацијама у животу младих људи које их излажу ризику од ППИ, HIV и AIDS-а и/или непланиране трудноће и идентификовати изворе подршке за смањење оваквих ризика.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Избор фраза из Табеле ресурса исписаних на комадићима папира

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Важно је саслушати младе људе и разумјети њихове потребе. Многи млади људи се доводе у ризичне ситуације, јер осјећају притисак да одговоре на социјалне и родне захтјеве. Они осјећају да бити "мужеван" значи да не могу изразити своје искрене емоције и осјећања.

Такође је важно имати на уму да у основи многих рањивости младих људи уопште – лежи политичка посвећеност државе здрављу и едукацији својих људи. Долазак до информација и њихово укључивање у живот појединца не зависи само од појединаца, већ такође и од фактора као што су приступ образовању и здравственим услугама. То такође зависи и од тога да ли људи имају моћ утицаја на политичке одлуке и могућност да се супротставе културним баријерама. Да би млади људи направили позитивне промјене у својим животима од пресудног је значаја да програми пружају младим људима прилике да науче и примјењују вјештине неопходне да се заштите. Што је држава више посвећена пружању квалитетних ресурса и програма за превенцију HIV-а, већа је могућност да ће млади људи бити оспособљени да доносе здравије одлуке и воде одговорније животе.

ПРОЦЕДУРА:

1. Започните активност тако што ћете питати младе људе да размисле о ситуацијама које их могу довести у ризик од ППИ или HIV-а. На примјер, ако особа не зна да упражњавање секса без кондома повећава ризик од HIV-а, та особа је осјетљивија на обољење него неко ко има ову информацију.
2. Затим, замолите учеснике да се подијеле у мање групе. Дајте свакој групи (пар или мања група од четири учесника) лист папира на ком је иПИИсана фраза из Табеле ресурса. Свака група би требало да има различиту фразу. Сваком пару се може дати више од једне фразе.
3. Замолите сваки пар да прочита своју фразу, разговара о томе шта то значи и онда одлучи да ли се слаже са том тврдњом или не и зашто.

4. Када заврше, свака група би требало да прочита своју фразу(е) наглас и подијели своје одговоре са остатком групе.
5. Искористите сљедећа питања како бисте започели дискусију са младим учесницима.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Сматрате ли да су младићи посебно осјетљиви на непланирану трудноћу, ППИ и HIV? Зашто да или зашто не?
2. Сматрате ли да су дјевојке посебно осјетљиве на непланирану трудноћу, ППИ и HIV? Зашто да или зашто не?
3. У једној вези шта чини особу рањивом на добијање ППИ или HIV-а?
4. Која културна увјерења излажу младиће ризику од ППИ и HIV-а? Која културна увјерења излажу дјевојке ризику од ППИ и HIV-а?
5. Како су родне норме повезане са ризиком? (подсјетите учеснике на дискусију из активности "Понашај се као мушкарац, понашај се као жена" и како покушај уклапања у друштвена очекивања о томе шта значи бити мушкарац и жена (калупи) може имати негативне последице на доношење одлука и поступке).
6. Шта би једном младићу могло помоћи да се осјећа и поступа мање ризично? Шта би једној дјевојци могло помоћи да се осјећа и поступа мање ризично?
7. Које су алтернативе за нека најчешћа ризична понашања младих људи?
8. Какву подршку младићи и дјевојке требају да би се заштитили од ППИ и HIV-а? Да ли је ова врста подршке доступна у заједници?

ЗАВРШЕТАК:

Коријени многих ризичних сексуалних понашања младих људи су у великој мјери пронађени у начину на који се дјеца одгајају и социјализују. Ова понашања често излажу младиће и

дјевојке ризику. Као млада особа, за вас је јако битно да сте свјесни тога како родне норме утичу на ваше одлуке и понашања и да критички размишљате о утицају тих одлука и понашања.

ВЕЗА

Цртани филмови "Био једном један дјечак" ("Once Upon a Boy") и "Био једном једна дјевојчица" ("Once Upon a Girl") могу бити корисно средство да помогну учесницима да идентификују везе између начина на који се млади људи, дјечаци и дјевојчице одгајају и разних ризика са којима се они могу суочити у својим животима и везама.

⚙️ Радионица 30: Адолесцентска трудноћа

ЦИЉ:
Промовисати већу свијест о могућим посљедицама, импликацијама и осјећањима младих људи који постају очеви/мајке у адолесцентском добу.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Хемијске/обичне оловке за све учеснике и Табела ресурса

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Уобичајено је да се питање абортуса појављује као дио расправе о непланираној трудноћи. Ово може бити веома узбудљива тема и веома је битно да водитељ не покушава наметнути своје ставове или бити пристрастан, него да се радије фокусира на контекст здравља и људских права. Водитељ би требало да буде спреман на то да се бави питањима и погрешним тумачењима која би учесници могли имати о абортусу и да пружи информације о локалној статистици, законима и службама.

ПРОЦЕДУРА:

1. Не откривајте наслов активности или тему дискусије.
2. Кажите групи да ћете наглас прочитати причу из три дијела (видјети Табелу ресурса). Објасните да ћете након сваког дијела поставити неколико питања у вези са сваким дијелом приче.
3. Након што завршите причу, резимирајте сесију дискусијом о сљедећим питањима.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Да ли млади људи у вашој заједници проживљавају ситуације сличне Николиној и Аниној ситуацији?
2. Шта можете учинити да помогнете смањењу броја непланираних трудноћа међу младим људима у вашој заједници?

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

РИЗИКУЈЕМ КАДА...⁹⁰

1. Ризикујем када мислим да се ништа неће десити мени.
2. Ризикујем када желим да докажем да сам мачо мушкарац/права дјевојка.
3. Ризикујем када немам никога да ми помогне када ми затреба.
4. Ризикујем када урадим нешто да бих се некоме свидео/свидјела.
5. Ризикујем када ћу урадити било шта да имам секс.
6. Ризикујем када се плашим показати како се осјећам.
7. Ризикујем када не размишљам о себи.
8. Ризикујем када не водим рачуна о симптомима ППИ.
9. Ризикујем када не сносим одговорност за сопствено сексуално понашање.
10. Ризикујем када сам под утицајем алкохола и дрога.
11. Ризикујем када имам више сексуалних партнера.
12. Ризикујем када не разговарам са партнером/партнерком о томе како спријечити непланирану трудноћу.
13. Ризикујем када имам секс са неким ко се није тестирао на HIV и AIDS.
14. Ризикујем када не користим кондом досљедно и исправно.

90 — Фразе прилагођене из Álbum Seriado Adolescência e Vulnerabilidade. Projeto Trance esta Rede. São Paulo: GTPOS, 1998.

ЗАВРШЕТАК:

У многим случајевима младићи, што због незнања или због недостатка заинтересованости, не учествују у одлукама које се тиче трудноће. Дјевојке, исто кроз неинформисаност или потешкоће у приступу тој теми са младићем (посебно ако је то први пут да имају секс), могу остати трудне, а да то нису претходно планирале. Битно је размишљати о томе како традиционалне родне улоге и односи моћи воде ка оваквим ситуацијама у којима парови не разговарају о контрацепцији и онда се деси непланирана трудноћа. Често, ако се и деси, разговор о контрацепцији се дешава у заносу када контрацептивна средства можда нису лако доступна.

Штавише, када партнерка затрудни неки младићи могу довести у питање да ли су они очеви. Овакав став може бити повезан са страхом или са одбацивањем вјероватне промјене животног стила као резултата непланираног очинства. Ова промјена је представљена као прелазак из младости у зрело доба и стога је повезана са губитком слободе. Ово такође открива неповјерење према женама – поготово дјевојкама које су можда имале више од једног сексуалног партнера. Важно је запамтити да, иако трудноћа можда и није најбоља опција за младића или дјевојку, живот иде даље и да је најбољи пут увијек тражити подршку породице, вршњака и других у заједници.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:**НИКОЛИНА ПРИЧА****Први дио**

Никола је седамнаестогодишњи младић који живи са породицом у Бањалуци. У школи марљиво учи, воли да разговара са својим пријатељима и игра фудбал када год може. Једне суботе, док се дружио са неким пријатељима у граду, Никола је упознао Ану, шеснаестогодишњу дјевојку. Била је то љубав на први поглед. Тог су поподнева сатима причали. Прије него што су се разишли, загрлили су се и пољубили. Такође су се договорили да се састану на истом мјесту за три дана. Никола је био заљубљен! Никада раније се није тако осјећао. Док је те вечери ходао према кући, Никола није могао престати мислити на Ану. Пуна три дана је мислио на њу. Никола је коначно пронашао љубав свог живота.

- › Шта мислите, како ће завршити ова прича?

Други дио

Када су се Никола и Ана поново састали били су веома срећни. Након тога, виђали су се готово сваког дана, а када су били раздвојени разговарали су телефоном. Једнога дана Николени родитељи су отишли да посјете болесну тетку у Београду. Никола је мислио да је то добра прилика да позове Ану код себе кући. Ко зна шта би се могло десити, мислио је. Ана је стигла у договорено вријеме љепша него икада. Причање је убрзо прешло у љубљење које је постајало све ватреније.

- › Ко у овој причи треба да мисли о контрацепцији? Ана или Никола?
- › Шта је са превенцијом ППИ и HIV-а?
- › Мислите ли да је иједно од њих предузело мјере предострожности? Зашто да или зашто не?
- › Шта мислите, како ће завршити ова прича?

Трећи дио

Никола и Ана су имали сексуални однос, али нису користили никакву заштиту. На путу кући, Ана је почела да брине о томе што су управо урадили. Можда није требало да допусти да се то деси. Шта би помислила њена породица и пријатељи када би знали да она више није дјевица? Никола је такође био забринут. Он се питао шта би његови родитељи мислили када би знали да је довео Ану у њихову кућу. Наредне двије седмице Никола је покушавао да избјегава Ану. Она га је звала сваки дан, али он је увијек налазио изговоре да не разговара са њом. Онда, након мјесеца дана Никола је примио позив од Ане која је плакала и била веома узнемирена. Ана је рекла Николи да је трудна и да не зна шта да учини.

- › Шта мислите зашто су они имали секс без употребе кондома или било ког другог метода контрацепције?
- › Шта мислите шта је Никола осјећао када је открио да је Ана трудна?
- › Шта пролази кроз главу младића када открије да му је дјевојка трудна?
- › Шта пролази кроз главу дјевојке када открије да је трудна?
- › Какве изборе Никола и Ана имају?
- › Како ће чињеница да ће имати дијете промијенити Николин живот? Како ће промијенити Анин живот?
- › Како ће реаговати Николени родитељи? Како ће реаговати Анини родитељи?
- › Да ли породице, вршњаци и заједнице другачије реагују на младића који ће постати отац или на дјевојку која ће постати мајка? Зашто да или зашто не?
- › Шта мислите, како ће завршити ова прича?

Година 3:

Сексуалност и заштита сексуалног и репродуктивног здравља и права

Друго полугодиште:
Полно преносиве инфекције,
контрацепција и права

Сексуална и репродуктивна Права и здравље – опширније

Бити свјестан својих сексуалних и репродуктивних права важан је корак ка обезбјеђењу нашег сексуалног и репродуктивног здравља и равноправнијих и испуњенијих интимних веза. Другим ријечима, жене које сматрају да имају право да искусе задовољство са ким год то желе и које вјерују да су способне да одреде прави тренутак да имају дјецу, имају тенденцију да буду здравије и срећније у вези и, генерално, у животу.

Шта су сексуална и репродуктивна права?

Сексуално и репродуктивно здравље не односи се само на једноставно одсуство болести, већ на потпуно физичко, ментално и друштвено благостање у свим аспектима сексуалности, укључујући и репродуктивни систем и његове функције. Сексуално и репродуктивно здравље укључује способност да имамо сигуран и задовољавајући сексуални живот, слободу да се репродукујемо и да одлучимо да ли ћемо, када и колико пута то да учинимо и потребне информације и приступ ефикасним, сигурним и одговарајућим методама планирања породице. Иако су сексуална права и репродуктивна права међусобно повезана такође је важно препознати како се разликују. На примјер, секс није увијек везан за репродукцију - људи имају право да доживе сексуално задовољство без икакве намјере репродукције. Осим тога, расправе о сексуалним и репродуктивним правима су често ограничене на репродукцију и сигурнији секс, укључујући теме као што су абортус, сигурно очинство и мајчинство, и превенција ППИ и HIV и AIDS-а. Ријетко је право на сексуално задовољство препознато или се о њему разговара, као ни фактори потребни за реализацију сексуалног задовољства, који

укључују позитивну слику тијела; способност да имамо везе које се заснивају на одговорности и поштовању; и пракса доброг сексуалног здравља, од превенције ППИ и HIV-а до редовних љекарских прегледа. Исти фактори који су потребни за реализацију сексуалног задовољства су од суштинске важности за друга питања сексуалних и репродуктивних права, укључујући превенцију сексуалног насиља, смртност мајки, а у неким земљама, посебно у Африци, сакаћење женских гениталија. Међу осталим факторима кондоми могу играти важну улогу у обезбјеђивању да и мушкарци и жене имају право на здраве и пријатне сексуалне односе. Често називани "двострука заштита", кондоми истовремено штите од непланиране трудноће и ППИ/HIV инфекција. Иако кондоми имају различита значења у различитим везама (нпр. брачни парови у односу на повремене партнере), важно је да су увијек повезани са дијалогом и бригом, како за себе, тако и за партнера. Појединци имају право да доживе задовољство на различите начине све док постоји сагласност свих укључених. На овај начин, поштовање сексуалних различитости основа су гаранције права на сексуално задовољство. Истополне везе заиста добијају све више поштовања у различитим окружењима. Међутим, потребан је много већи напредак. У многим породицама, школама, на радним мјестима и другим друштвеним окружењима хомосексуални и бисексуални мушкарци и жене суочавају се са гнушањем, страхом и предрасудама. Овакве реакције обично се јављају због недостатка знања и разумијевања о хомосексуалности. Промовисање дискусије и разумијевања хомосексуалности је кључ за изградњу разноврснијег и јединственог друштва.

ДА ЛИ ЈЕ АБОРТУС ПРАВО?

Једна од најконтроверзнијих тема у оквиру сексуалних и репродуктивних права је абортус. Важно је имати на уму, када се расправља о праву на абортус, као и о другим сексуалним и репродуктивним правима, да су различитост и индивидуални избор у срцу онога на шта се мисли када се каже "право." Ми, аутори овог приручника, сматрамо да је одговорност секуларне државе да гарантује слободу избора жене у вези са абортусом. Религије, наравно, имају право да установе сопствене доктрине и морал - ове доктрине и морал, међутим, не би требало кодификовати у законе и на тај начин наметнути вјерска увјерења кроз правна средства. Репродукција је избор. То није само биолошки процес него процес који такође обликују културне, друштвене и политичке силе и структуре моћи, као и личне вриједности, искуства и очекивања. Вјерујемо да законска ограничења о абортусу ускраћују женама репродуктивно право одлучивања да ли и када ће имати дјецу. Међутим, многи појединци – и многе културне институције – не слажу се, тврдећи да након тренутка зачећа, избор да ли задржати дијете или не, више не би требало да буде у рукама жене. То јест, то више није њено право.

Да ли млади људи такође имају сексуална и репродуктивна права?

Сексуална и репродуктивна права су људска права, а самим тим и права младих. Међународна конференција о популацији и развоју посебан фокус је ставила на одговорно и здраво сексуално понашање младих и залагала се за доступност одговарајућих и адекватних савјетовања и услуга, као и признање да сама информација није довољна да се трансфор-

мишу ставови и понашања. У неким земљама све већи број трудноћа и HIV инфекција међу дјевојкама постао је примарни фокус већине програма и активности усмјерених ка младима, са информацијама о сексуалности и сексу. Међутим, здравије сексуалне везе, укључујући и избор да ли и када имати дијете, на примјер, не могу бити загарантоване без препознавања и разговора о знању, жељама, одлукама и самосталности дјевојака.

МЛАДИ И СЕКСУАЛНО НАСИЉЕ И СЕКСУАЛНО ИСКОРИШТАВАЊЕ

Важно питање у оквиру сексуалних и репродуктивних права младих је сексуално насиље над дјецом и сексуално искориштавање дјеце. Сексуално насиље је било који облик агресије или сексуалног односа у коме не постоји пристанак, а сексуално искориштавање укључује праксе као што су порнографија, проституција и сексуална трговина. Пристанак се може дати само ако је појединац у стању да схвати шта је то на шта пристаје и шта пристанак значи. Генерално је прихваћено да дјеца млађа од 12 година никад нису у стању да пристану на сексуалну активност и да млади људи у доби од 12 до 18 година нису у стању да пристану на сексуалне односе, осим под одређеним околностима које укључују сексуалну активност са вршњацима. Млади, као и одрасле особе, нису у стању да дају пристанак, ако живе у клими злостављања, сексуалног искориштавања, присиле или насиља, нити су млади испод осамнаест година у стању да дају пристанак за било какве сексуалне активности са старијим особама на положајима ауторитета.

СЕКСУАЛНА ПРАВА И РЕПРОДУКТИВНА ПРАВА

Сексуална права укључују право да доживљавамо своју сексуалност са задовољством и без осјећања кривице, стида, страха или присиле, независно од нашег грађанског статуса, старосне доби или физичког стања. Сви људи имају право да живе своје фантазије све док оне не штете другима, да одлуче да ли ће или неће бити сексуално активни, да одлуче када ће имати сексуалне односе и да изаберу начине који им доносе задовољство, све док постоји сагласност обје стране (када су обоје одрасли). Сексуална права такође укључују право на изражавање сексуалне оријентације и слободан избор партнера без дискриминације. Уобичајена нарушавања сексуалних права жена укључују сакаћење гениталија, сексуално узнемиравање, злостављање и искориштавање.

Репродуктивна права се односе на основно право свих људи да одлуче, слободно и одговорно, да ли желе да имају дјецу и, ако је тако, број дјеце коју желе да имају, као и вријеме рађања дјеце и размак између њих. Ова права укључују право на информације и услуге и средства да доносе одлуке о репродукцији и репродуктивном здрављу без дискриминације, присиле или насиља. Равноправна подјела одговорности између мушкараца и жена за подизање дјеце је такође обухваћена овим правима, као што је породилско одсуство за мајке и очеве и заштита од дискриминације на радном мјесту због трудноће или тога што имају дјецу.

Покрети и конференције: потрага за правима

Начин на који се доживљава сексуалност прати трансформације које се дешавају у друштву. Женски покрет довео је у први план концепте као што су оснаживање и родна равноправност, што је заузврат помогло да се скрене пажња на потребе сексуалног и репродуктивног здравља жена и мушкараца. Пилуле за контрацепцију такође су одиграле важну улогу у промјени перцепције женске сексуалности, отварајући нове дискусије и дебате на пољу репродуктивног здравља у вези са темама као што су сексуалне слободе, задовољства, жеље и сексуално насиље. Прихваћена је чињеница да је однос између доктора и пацијената повремено изгледао нехумано и претјерано ауторитативно,

што је довело до појављивања покрета који су захтијевали хуманизацију порођаја и других медицинских услуга за жене. Појава HIV-а и AIDS-а отворила је нове расправе о томе како приступити сексуалности, посебно међу рањивим групама као што су жене и млади. Уведене су теме као што су брига о себи, сигуран секс и употреба кондома, са посебним фокусом на најосјетљивије категорије становништва. Међународна конференција о популацији и развоју (1994) и Четврта конференција о женама (1995) представљају међународну прекретницу у признавању сексуалних и репродуктивних права, проширујући језик људских права да укључи сексуалност.

Како можемо разговарати са мушкарцима о контрацепцији?

Док се у већем дијелу свијета контрацепција још сматра "бригом жене", све је већи број мушкараца који брину о контрацепцији. Међутим, многи мушкарци још имају много заблуда и недоумица у вези са употребом контрацептивних средстава. На примјер, иако су кондоми често најбољи избор за мушку контрацепцију – који служе и као заштита од ППИ и као контрацептивно средство – многи мушкарци се осјећају несигурно да користе кондом плашећи се да ће то смањити њихово сексуално задовољство или да ће изгубити ерекцију. Све више у дискусијама о употреби кондома, које воде са младима, здравствени едукатори се фокусирају на његове предности у смислу двоструке заштите – то јест, наглашавају да су кондоми погодни за избјегавање трудноће и за превенцију ППИ. Штавише, већина едукативних програма о сексу је такође увидјела значај промовисања начина на које се употреба кондома може укључити у сексуалне игре или предигру и, генерално, представљања кондома као еротичног и заводљивог стимуланса у сексуалном односу. И док се у неким земљама спречава отворена дискусија о употреби кондома, његова повећана употреба је била пресудна за смањење стопе преношења HIV-а у многим земљама.

Конечно, требало би да истакнемо да је промовисање веће употребе контрацептивних средстава од стране младића потребно, али не и довољно. Поред тога, или као начин да постану више укључени у употребу контрацептивних средстава, потребно је створити осјећај код младића о њиховој улози као прокреативних и репродуктивних појединаца који заједно са својим партнерима треба да одлуче да ли и на који начин да имају дјецу.

Шта када је ријеч о HIV-у и AIDS-у?

У земљама Западног Балкана, као и у многим другим срединама, млади су једна од најугроженијих група што се тиче HIV инфекције.⁹¹ Ригидне родне норме о сексуалности и интимним односима, као и употреба супстанци и друга понашања у вези са здрављем, могу угрозити младиће и њихове партнере. Социокултуролошке норме о мушкој снази и самопоуздању, на примјер, могу спутавати младиће да траже информације или да признају своје незнање о сексуалним питањима, и на тај начин их навести да се укључе у ризична понашања која и њих и њихове партнере излажу ризику.

Сиромаштво, употреба супстанци, породични стрес или распад породице због миграције, изолација у затвореним институцијама попут затвора или војске, такође стављају младиће у ситуацију још веће угрожености. Рад са младићима подразумијева размишљање о њиховим потребама уз истовремено препознавање њиховог невјероватног потенцијала као носилаца промјене. Увјеравање младића да преиспитају идеализовану или стереотипну представу мушкости може довести до промјена у ставу и понашању – чак и у случајевима када су младићи већ усвојили ове идеје – под условом да радимо са младићима како бисмо им показали које предности они и њихови партнери могу имати од промјене њиховог понашања. Овим питањима ћемо се детаљније посветити у дијелу о HIV и AIDS-у.

91 — Joana Godinho et al. "HIV/AIDS in the Western Balkans: Priorities for early prevention in a high-risk environment" ("HIV/AIDS на Западном Балкану: Приоритети за рану превенцију у окружењу високог ризика") World Bank Working Paper No. 68. (Washington D.C.:The International Bank for Reconstruction and Development/ The World Bank, 2005).

Сугеришите да се игра улога може одиграти између два пријатеља, родитеља и сина, доктора и пацијента, свештеника и младог члана цркве, професора и ученика итд.

7. Након отприлике 20 минута замолите групе да изведу своје игре улога пред свим осталим учесницима.
8. Искористите следећа питања како бисте започели дискусију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Шта би млади људи требало да учине када мисле да можда имају ППИ? Са ким би требало да разговарају?
2. Како би младић требало да обавијести своју дјевојку да има ППИ и да ју је можда и њој пренио?
3. Како би дјевојка требало да обавијести свог момка да има ППИ и да ју је можда и њему пренијела?
4. Како би младић случајној познаници требало да каже да има ППИ и да ју је можда и њој пренио?
5. Зашто је тако тешко говорити о ППИ?
6. Зашто је тако тешко говорити о HIV и AIDS-у? Да ли је знање о HIV и AIDS-у промијенило сексуалне навике младих људи? Зашто да или зашто не?
7. Који фактори отежавају младићу да избјегне зараженост HIV и AIDS-ом? Који фактори отежавају дјевојци да избјегне зараженост HIV и AIDS-ом?
8. Како се можете суочити са овим факторима у својим животима и везама?

НАПОМЕНА: Ако вријеме дозволи, прегледајте и дискутујте о неким од уобичајених митова о ППИ који су наведени у Табели ресурса Ц.

ЗАВРШЕТАК:

Због њихове улоге у повећавању ризика од HIV инфекције, ППИ заслужују посебну пажњу. У разним дијеловима свијета млади људи имају повећану стопу ППИ и често игноришу такве инфекције или се ослањају на домаће лијекове или самолијечење. Штавише, многе ППИ не показују симптоме код мушкараца или жена. Из овог разлога врло је важно мислити, дискутовати и планирати како најбоље заштитити себе и своје партнере од ППИ, било кроз апстиненцију,

вјерност, смањење броја партнера и/или правилну и досљедну употребу кондома. Уколико примјетите било који симптом ППИ, треба смјеста да се обратите здравственом раднику. Важно је имати на уму етичка питања укључена при суочавању са ППИ и HIV и AIDS-ом и своју одговорност да комуницирате са вашим сексуалним партнером (или партнерима) уколико имате ППИ или HIV и AIDS.

Радионица 31: Здравље, ППИ и HIV и AIDS



ЦИЉ:

Повећати знање о ППИ и HIV и AIDS-у и значају дијагнозе и лијечења.



ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир, маркери, комадићи папира и довољан број копија Табеле ресурса А и Б да буде подијељен свим учесницима.



ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута



ПЛАНИРАЊЕ:

Прије сесије истражити најновије информације о ППИ и преносу HIV-а, локалним и/или националним статистичким подацима о HIV и AIDS-у (броју заражених особа, најчешћим начинима преношења, старосној доби заражених особа, очекиваном трајању живота, итд), разлици између тога шта значи бити HIV позитиван и имати узнатредовали AIDS и садашњем приступу лијечењу. То су теме које се обично јављају током ове активности. Такође се препоручује да позовете неког од особља локалне здравствене установе или невладине организације која посједује знања о овим темама и може одговорити на питања и забринутости учесника.

ПРОЦЕДУРА:

1. Прије сесије направите копије Табеле ресурса А БЕЗ назива ППИ у првој колони и написати називе ППИ на лист флипчарт папира.
2. Подијелите учеснике у мање групе и дајте свакој групи копију Табеле ресурса без назива ППИ у првој колони.
3. Кажите учесницима да би требало да прочитају и дискутују о информацијама о симптомима/посљедицама и лијечењу и да од сексуално преносивих инфекција које сте излистали на флипчарт папиру покушају препознати одговарајуће.
4. Када заврше, прегледајте тачне одговоре заједно са њима.
5. Питајте учеснике шта знају о HIV и AIDS-у. Направите забиљешке на флипчарт папиру. Нагласите везу између ППИ и HIV-а (видјети табелу испод). Објасните да HIV и AIDS нема увијек видљиве симптоме и да је једини начин да неко сазна да ли је заражен HIV-ом тестирање крви. Прегледајте садржај Табеле ресурса Б.
6. Подијелите учеснике у двије или три мање групе. Замолите групе да ураде игру улога која објашњава који су симптоми ППИ и HIV и AIDS-а.

ХЕПАТИТИС Б	<p>Проузрокује га вирус присутан у људској крви, сјемену и тјелесној течности. Може се пренијети са једне заражене особе на другу за вријеме сексуалног контакта.</p> <p>Проузрокује отицање јетре и може доћи до оштећења јетре. Већина људи ће се ријешити вируса након неколико мјесеци. Неки људи нису у стању да се ријеше вируса, што инфекцију чини хроничном или доживотном. То може довести до изобличења јетре названог цирозом, слабости јетре и такође може довести до рака јетре.</p>	<p>Акутни облик се обично опорави сам од себе. Већина људи развије имунитет на вирус и након опоравка га не могу пренијети другим људима. Неко са хроничним, (дуготрајним) обликом и даље носи вирус и може га пренијети другима.</p>
ХЕПАТИТИС Ц	<p>Проузрокује га вирус присутан у људској крви, сјемену и тјелесној течности. Може се пренијети са једне заражене особе на другу дијелењем прљавих игала, шприца и друге опреме за узимање дроге. Пренос сексуалним путем је риједак, али можете бити изложени ризику ако сте сексуални партнер некоме ко има хепатитис Ц или некоме ко је дрогу узео ињекцијом.</p> <p>Могу проћи године прије него што неко покаже било какве знакове обољења. Изазива отицање и оштећење јетре. Већина људи који су заражени развија хроничну инфекцију. То може довести до изобличења јетре названог цирозом, слабости јетре и такође може довести до рака јетре.</p>	<p>Не постоји лијек, али се може третира-ти да би се вирус контролисао.</p>
ГЕНИТАЛНИ ХЕРПЕС	<p>Проузрокује га херпес симплекс вирусни тип 1 (ХСВ-1) и тип 2 (ХСВ-2). Већина људи или нема никакве или има минималне знакове или симптоме ХСВ-1 и ХСВ-2 инфекције. Када се знакови појаве, појаве се као један или више пликова на гениталијама или око гениталија и ректума. Пликови пуцају остављајући смекшане чиреве (ранице) којима може требати од двије до четири седмице да зацјеле након што се први пут појаве. Типично, поновно избијање се може десити седмицама или мјесецима након првог, али готово увијек је то мање озбиљно и краће је него први пут. Иако инфекција непрестано може остати у тијелу, број поновних избијања пликова има тенденцију смањења након одређеног броја година.</p>	<p>Нема третирања које може излјечити херпес, али антивирусни лијекови могу скратити и спријечити избијања пликова током времена у ком особа користи лијекове.</p>
СИФИЛИС	<p>Проузрокује га бактерија која се може пренијети са особе на особу директним контактом са раницама које се могу наћи углавном на спољним гениталијама, вагини, анусу или ректуму. Ранице се могу наћи и на уснама и устима. Труднице са овим обољењем могу га пренијети бебама које носе.</p> <p>Вријеме између инфекције и почетка првог симптома – обично само једна раница (названа тврди чиром) – може се кретати у распону од 10 до 90 дана, али могу постојати и вишеструке ранице. Тврди чиреви су обично чврсти, округли, мали и безболни и појављују се на мјесту на ком је бактерија ушла у тијело. Ови чиреви олакшавају преносивост и постизање HIV инфекције сексуалним путем. Чиреви трају од три до шест седмица и зацјељују без лијечења. Међутим, ако се не спроведе адекватно лијечење, инфекција ће напредовати у секундарни стадијум окарактерисан осипом коже и повредом слузне мембране. Други симптоми секундарног стадијума могу укључивати температуру, отечене лимфне жлијезде, болно грло, губитак косе у виду пјега, главобоље, губитак тјелесне тежине, болове у мишићима и замор. Ови знакови и симптоми ће нестати са или без лијечења, али без лијечења ће инфекција напредовати до латентних и касних стадијума болести током којих болест посљедиочно може оштетити унутрашње органе, укључујући и мозак, нерве, очи, срце, крвне судове, јетру, кости и зглобове. Ова унутрашња штета може се појавити након много година. Она може бити довољно озбиљна да проузрокује смрт.</p>	<p>Лако се лијечи антибиотицима у раним фазама. Људима који су алергични на пеницилин доступни су други антибиотици. Третирање ће убити бактерију и спријечити даља оштећења, али неће поправити већ учињену штету.</p>

ТАБЕЛА РЕСУРСА А:

ППИ – симптоми, посљедице и лијечење⁹²

ППИ	СИМПТОМИ И ПОСЉЕДИЦЕ	ЛИЈЕЧЕЊЕ
КЛАМИДИЈА	<p>Проузрокована бактеријом. Позната као "тиха" болест, јер три четвртине заражених жена и половина заражених мушкараца немају симптоме. Инфекција се често не дијагностикује или лијечи док се не развију компликације. Код жена се често налази у грлићу материце и мокраћном каналу. Мушкарци могу имати секрет из пениса, осјећај пецкања током уринирања, пецкање и сврбеж око пениса и бол и отицање тестиса.</p>	<p>Лако се може третирали и излјечити антибиотицима.</p>
ГЕНИТАЛНА ХПВ ИНФЕКЦИЈА (ХПВ ЈЕ ЉУДСКИ ПАПИЛОМА ВИРУС) – НАЗИВА СЕ ЈОШ И ГЕНИТАЛНЕ БРАДАВИЦЕ	<p>Назив групе вируса која укључује 100 различитих врста. Више од 30 ових вируса су сексуално преносиви и могу заразити генитално подручје мушкараца и жена. Већина људи који постану заражени неће имати симптоме и очистиће инфекцију сами. Неки од ових вируса се називају "високоризични" типови и могу довести до рака грлића материце, стиднице, вагине, ануса или пениса. Други се називају "нискоризични" типови и могу проузроковати благе абнормалности у Папа-тесту или гениталне брадавице. Гениталне брадавице су појединачне или вишеструке израслине које се појављују у гениталном подручју и изгледају као мала чврста квржица или скуп квржица. Почињу као мале безболне тачке, али топлота и влажност могу учинити да порасту. Неке се не могу видјети голим оком.</p> <p>Постоји тест који је створен са циљем да буду пронађени одређени типови вируса на грлићу материце код жена који могу проузроковати рак грлића материце. За сада не постоји одобрен тест за мушкараце. Научници и даље истражују како да најбоље сниме анални рак и рак пениса код мушкараца који су изложени највећем ризику од ових болести.</p>	<p>За вирусе не постоји третман нити лијек. Дијагноза гениталних брадавица обично се прави директним визуелним прегледом. Постоји процедура увећавања за лоцирање брадавица на грлићу. Гениталне брадавице се могу третирали лијековима, уклонити (операцијом) или замрзнути. Третирање гениталних брадавица можда неће нужно смањити шансу да особа пренесе ХПВ на свог сексуалног партнера. Уколико се не третирају, гениталне брадавице могу нестати, остати исте величине или порастати (у величини или броју). Неће прећи у рак и пријетити вашем здрављу. Рак пениса и анални рак могу се лијечити новим облицима операције, терапијом зрачења или хемотерапијом.</p>
ГОНОРЕЈА	<p>Проузрокована је бактеријом. Симптоми се јављају два дана до четири седмице након излагања. Укључују болно уринирање, испуштање материје (секрета) у виду гноја, квржице на грлићу материце, иритацију и болне покрете цријева. Како обољење напредује, дешава се бол у доњем абдомену, повраћање, температура и нередовни менструални циклуси. Код жена може довести до карличног запаљења (ПИД), секундарне инфекције која може проузроковати стерилитет. Проналази се у грлићу материце, материци и јајоводима код жена, а у мокраћном каналу и код жена и код мушкараца. Бактерија се такође може пронаћи у устима, грлу и анусу.</p>	<p>Лијечи се антибиотицима. Постоји доста отпорних врста што третирање чини тежим. Уколико се симптоми задрже и након лијечења, особа би требало да се врати доктору или у клинику по друге антибиотике.</p>
ХЕПАТИТИС А	<p>Проузрокује га вирус присутан у људској крви, сјемену и тјелесној течности. Може се пренијети са једне заражене особе на другу за вријеме сексуалног контакта.</p> <p>Може проузроковати отицање јетре, али уобичајено не изазива трајно оштећење јетре.</p>	<p>Обично се стање хепатитиса А побољшава само од себе.</p>

92 — Информације преузете са веб страница: 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/.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

УЧЕЊЕ О HIV-У И AIDS-У

Шта је HIV?

X = хумани; људски (проналази се само код људи)

I = имунодефицијенција; недостатак имунитета (ослабљује имуни систем)

V = вирус (тип микроба)

Шта је AIDS?

A = стечен (стећи нешто са чим нисте рођени)

I = имунолошки (тјелесни одбрамбени систем који обезбјеђује заштиту од обољења)

D = недостатак (мана или слабост, недостатак или недовољност нечега)

S = синдром (скуп болести, обољење)

Многи људи не знају разлику између HIV-а и AIDS-а. HIV и AIDS нису исто. HIV је вирус, а AIDS се дешава као резултат заражености HIV-ом. AIDS је скуп болести/обољења која су резултат ослабљеног имуног система. Особа може имати HIV дуго прије него што развије AIDS.

HIV живи у четири типа тјелесних течности:

- › Крви
- › Сјемену – течност коју мушкарци избацују када су сексуално узбуђени
- › Вагиналној течности – течност коју жене излучују када су сексуално узбуђене
- › Мајчином млијеку

Ове врсте тјелесних течности омогућавају ширење вируса са једне особе на другу. Све ове течности имају бијела крвна зрнца, а то су типови ћелија које HIV напада или заражава. Да би се особа заразила HIV-ом, вирус мора ући у тијело. Ако било која од ове четири течности дође у контакт са тијелом, особа је у ризику од заразе HIV-ом. Испод су наведени примјери на којим све мјестима вирус може ући у тијело.

- › Слузокожа вагине
- › Кожа пениса
- › Слузокожа ректума (ануса)
- › Вене
- › Посјекотине, озљеде или отворене ране на тијелу
- › Уста (кроз посјекотине или ранице)
- › Слузокожа једњака (нпр. код новорођенчета које сиса)

Врсте понашања које би могле омогућити четирма течностима да уђу у тијело и тако доведу особу у ризик од заразе HIV-ом, укључују сљедеће:

Незаштићени сексуални однос

- › Вагинални, анални или орални односи

ТАБЕЛА РЕСУРСА Б:

Контакт крви са крвљу

- › Трансфузија крви (на мјестима гдје крв није тестирана и гдје се заражена крв може донирати)
- › Традиционално украшавање тијела ожиљцима/скарификација (дијељењем нестерилизованих жилета или других инструмената)
- › Обрезивање (дијељењем нестерилизованих жилета или других инструмената)
- › Интравенозна употреба дрога (дијељењем затрованих игала)

Пренос са мајке на дијете (такође се назива вертикална трансмисија)

- › Док је мајка трудна (у ријетким случајевима)
- › Када се беба роди тј. током порођаја
- › Током дојења, без употребе релевантне препоруке за сигурније дојење

ВЕЗА ИЗМЕЂУ ППИ И HIV ИНФЕКЦИЈЕ

Све већи број доказа указује да присутност ППИ повећава подложност на HIV. Конкретно, улцеративне ППИ, као што су генитални херпес и сифилис, повећавају подложност човјека на HIV, јер чиреви кидају кожную баријеру. Међутим, присутност других ППИ такође се доводи у везу са порастом ризика од преноса HIV-а. Штавише, присутност ППИ у HIV позитивној особи може повећати вирусне дупликате у гениталној течности олакшавајући пренос вируса. Из ових разлога, контролисање ППИ има потенцијал да одигра важну улогу у превенцији HIV-а. Неки програми који се фокусирају на контролисање ППИ и њихово лијечење су показали смањену учесталост HIV-а. Такође је битно примјетити да присутност HIV-а мијења клиничке манифестације ППИ, чинећи их често много озбиљнијим и тежим за лијечење.

Постоји ли лијек за HIV и AIDS?

Нажалост, не постоји лијек за HIV/AIDS. Оно што је до сада откривено су лијекови способни за продужење и побољшање квалитета живота особа заражених овим вирусом. Антиретровирусна терапија (АРТ) је третирање HIV-а лијековима – то није лијек. Антиретровирусали (АРВ) нападају HIV директно смањујући тако ниво вируса у крви. Слиједе неки примјери битних ствари које треба знати о АРТ:

- › АРТ помаже тијелу да ојача имуни систем и бори се против других инфекција.
- › АРВ се узимају у комбинацији – обично се три различита АРВ-а узимају на дан. Апсолутно је неопходно да особа сваки дан узима тачну дозу сваке пилуле, онако како је доктор прописао. Ово није као са другим

лијековима гдје, ако пропустите узимање једном или два пута, није тако страшно. Ако особа не узима одговарајуће лијекове сваки дан у тачно одређено вријеме, терапија неће дјеловати. Када особа узима лијекове сваки дан у заказано вријеме кажемо да је то сарађивање или придржавање.

- › Са АРВ-ом не би требало да се почиње док особа не добије AIDS (ово треба да одреди компетентно медицинско професионално лице).
- › Једном када се почне, АРВ се мора узимати до краја живота.
- › АРВ може проузроковати непријатне споредне ефекте као нпр. мучнину, анемију, осипе и главобоље.
- › АРТ може спријечити пренос HIV-а са мајке на дијете.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Ц:

МИТ	ЧИЊЕНИЦА
НАПРЕТОМ МЕДИЦИНЕ НЕМА ПОТРЕБЕ ЗА ЗАБРИНУТОШЋУ ЗБОГ ПОЛНО ПРЕНОСИВИХ ИНФЕКЦИЈА (ППИ). САМО ВАМ ЈЕ ПОТРЕБАН ТРЕТМАН АНТИБИОТИЦИМА И ВИ СТЕ ДОБРО, СВАКАКО!	Прилично је тачно да се већина ППИ може потпуно излјечити ако се открију у раном стадијуму и да лијечење може бити једноставно попут једног третмана антибиотицима. Заправо, ово је један од разлога зашто би требало редовно да се тестирате и зашто би одмах требало да се обратите професионалном лицу за здравствену његу ако имате икаквих брига о ППИ. Међутим, уколико се не третирају, ППИ могу довести до дугорочног ризика за ваше здравље и плодност. Инфекције кламидија и гонореја могу довести до обољења карличног запаљења ако се не третирају. Ово заузврат може довести до дуготрајних болова у карлици, закрчења јајовода, неплодности и ванматеричне трудноће код жена и болова и запаљења тестиса и жлијезде простате код мушкараца. Гениталне брадавице и генитални херпеси су двије честе вирусне инфекције, тако да их антибиотици не могу излјечити. Оне се могу третирати антивирусним лијековима, али оба стања се могу поновити.
КОНДОМИ ШТИТЕ ОД СВИХ ППИ.	Исправно кориштење кондома за орални, анални и вагинални секс је добра заштита против инфекција као што су кламидија и гонореја. Кондоми су такође важни за заштиту од преношења HIV-а. Међутим, према Удружењу за планирање породице, мало је доказа који указују на то да кондоми штите од преноса гениталних брадавица.
МОЖЕТЕ ПРЕПОЗНАТИ ТИП ОСОБЕ КОЈА ВЈЕРОВАТНО ИМА ППИ НА ОСНОВУ ТОГА КАКО ТА ОСОБА ИЗГЛЕДА – ТРЕБА САМО ДОБРО ДА ПРОСУЂУЈЕТЕ КАРАКТЕР.	ППИ су довољно учестале да погоде било кога ко је сексуално активан. Не морате имати велики број сексуалних партнера да бисте добили ППИ. "Интуитивни инстинкт" није поуздан начин да просудите вјероватноћу инфекције код партнера. Сигуран секс и медицинска тестирања су једино паметно рјешење.
МОЈА СПИРАЛА/ПИЛУЛА ЋЕ МЕ ДОНЕКЛЕ ЗАШТИТИТИ ОД ППИ.	Контрацептивна средства без "баријера" само нуде заштиту од трудноће. Не нуде никакву заштиту против било које ППИ. Кориштење кондома да се заштитите од ППИ је углавном најбоља опција. Међутим, можете комбиновати кондоме са пилулама или неким другим контрацептивним методом да повећате заштиту од нежељене трудноће.

ТАБЕЛА РЕСУРСА Ц:

МИТ	ЧИЊЕНИЦА
НЕ ПРИЈЕТИ ВАМ НИКАКАВ РИЗИК ОД ППИ АКО СТЕ У МОНОГАМНОЈ ВЕЗИ.	У просјеку, људи у данашње вријеме имају више сексуалних партнера током свог живота него што је то био случај раније и већа је вјероватноћа да ће имати сексуални однос са више од једне особе паралелно. Такође је већа вјероватноћа да ће платити за секс него што је то био случај раније. Многи од нас вјерују да ће нас то што имамо само једног партнера заштитити од сексуално преносивих инфекција, али порастом могућности за преношење веома је лако бити "несрећан". Само је неколико ситуација гдје можете бити довољно сигурни у заштиту од ППИ да престанете користити кондом. То су: - када ни ви ни партнер нисте имали сексуалну везу раније - Или када сте ви и ваш партнер тестирани на све ППИ откад сте почели вашу моногамну везу - И када сте сигурни да вам партнер говори истину да нема секс ван ваше везе.
СВАКО ЗАРАЖЕН НЕКОМ ОД ППИ ЋЕ ИМАТИ ОЧИГЛЕДНЕ СИМПТОМЕ КАО ШТО ЈЕ ОСИП ИЛИ СЕКРЕТ.	Постоји много потенцијалних знакова ППИ. Они укључују: - свраб око гениталија или ануса - пецкање или бол док уринирате - крварење или бол током или после секса - осипи, пликови или квржице око гениталија или ануса - необичан секрет из пениса или вагине. Међутим, чак и када особа нема ниједан од ових симптома, она ипак може бити заражена и може пренијети заразу на неког другог.
ЉУДИ КОЈИ КОРИСТЕ УСЛУГЕ КЛИНИКА ЗА СЕКСУАЛНО ЗДРАВЉЕ ДА БИ СЕ ТЕСТИРАЛИ СУ ПРОМИСКУИТЕТНИ. И ЉУДИ ЋЕ САЗНАТИ ДА САМ БИО/БИЛА ТАМО!	Људи који користе услуге клиника за сексуално здравље су људи са осјећајем за тестирање. Уколико сте се упустили у било какво сексуално понашање које вас је могло довести у ризик од полно преносивих инфекција (ППИ) били бисте мудри да им се придружите. Клинике за сексуално здравље су у потпуности повјерљиве и неће рећи чак ни вашем љекару опште праксе о вашој посјети без ваше дозволе. Људи било ког старосног доба и сексуалне оријентације могу посјетити ове клинике. Сви тестови и третмани су бесплатни.

Радионица 32:

Преношење HIV и AIDS-а: у потрази за потписом⁹³

ЦИЉ:

Дискутовати о сексуалном преношењу ППИ и HIV и AIDS-а.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Хемијске/обичне оловке за све учеснике и комадићи папира означеног као што је описано у процедурама испод.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

- Прије почетка сесије припремите одређен број малих листова папира једнак броју учесника у групи и означите их на сљедећи начин:
 - » Напишите "X" и "Пратите сва моја упутства" на једној картици.
 - » Напишите "Ц" и "Пратите сва моја упутства" на три картице.
 - » Напишите "Не учествујте у активности и не пратите моја упутства све док не сједнемо поново" на три картице.
 - » На преостале картице само напишите "Пратите сва моја упутства".
- На почетку активности не говорите учесницима тему о којој ће бити расправљано. Насумице подијелите картице учесницима. Замолите их да прочитају упутства на картици коју су примили и да не дијеле та упутства са осталим учесницима. Кажите им да би требало да прате упутства исписана на својој картици.
- Замолите учеснике да устану и изаберу три особе да се потпишу на полеђини њихових картица (пожељно је да то не буду особе које се налазе поред њих).
- Када су сви сакупили своја три потписа замолите их да сједну.
- Замолите особу која има картицу означену са "X" да устане.
- Замолите све оне чију је картицу потписала ова особа или који су потписали картицу те особе да устану.
- Затим замолите све оне који имају потпис ових особа да устану. Наставите овако док сви не устану, осим оних од којих је тражено да не учествују у активности.

93 — Прилагођено из активности "In Search of Signatures" ("U potrazi za potpisima") садржаној у приручнику Adolescência: Administrando o futuro" којег су развили Advocates for Youth и SEBRAE, 1992.

- Кажите младићима да је давање или примање потписа значило да су имали сексуални однос са том особом. Замолите их да замисле да је особа која има картицу означену са "X" заражена HIV-ом или неком другом ППИ и да је та особа имала сексуални однос без заштите са три особе које су потписале његову картицу. Подсјетите их да само глуме и да учесници заправо нису заражени.
- Замолите групу да замисли да су особе које нису узеле учешћа у овој активности, тј. особе које су добиле картице са натписом "не учествујте", апстинирале од секса односно нису имале сексуални однос ни са ким.
- Завршите активност објашњавајући учесницима да су они који имају картице означене са "Ц" користиле кондом и из тог разлога су под мањим ризиком. Ови младићи такође могу сјести.
- Искористите сљедећа питања да започнете дискусију о вјежби.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Како се осјећала особа "X"? Каква је била његова реакција када је сазнао да је "заражен"?
- Како бисте се ви осјећали да сте заражени HIV и AIDS-ом?
- Шта су остали учесници осјећали према особи "X"?
- Како су се они који нису учествовали у активности, тј. они који су апстинирали, осјећали на почетку вјежбе? Да ли се ово осјећање промијенило за вријеме трајања активности? Шта је остатак групе осјећао према онима који нису учествовали?
- Да ли је лако или тешко не учествовати у активности у којој сви учествују? Зашто?
- Како су се осјећали они који су "користили кондом"?
- Како би сексуално активан појединац још могао заштитити себе и свог партнера од ППИ или HIV-а? Истражите значење ријечи "бити вјеран" са младићима.
- Каква су била осјећања оних који су открили да су можда заражени HIV и AIDS-ом? Како су се осјећали они који су потписали картицу неког ко је "заражен" ППИ или HIV-ом?
- Који су други начини да се пренесе HIV и AIDS? Шта мислите који су најчешћи начини да се HIV и AIDS пренесе у вашој заједници?
- Која је најважнија ствар коју сте данас научили? Како ће вам ово помоћи да заштитите себе и своје partnere од ППИ и HIV и AIDS-а у будућности?

ЗАВРШЕТАК:

Свака одлука коју донесете у вези са вашом сексуалности је јако битна и може водити дуготрајним посљедицама. У размишљању о превенцији ППИ/HIV-а требало би да постоји отворена комуникација између партнера о томе када, како и зашто ће имати сексуални однос. За неке парове ово може довести до одлуке да апстинирају од секса. За друге ово може довести до одлуке да имају сексуалне односе, а у

том случају је фундаментално да пар разговара о ризицима HIV инфекције, тестирању и савјетовању, као и мјерама предострожности које ће предузети да се заштите од HIV инфекције укључујући и обавезивање на вјерну везу и/или кориштење кондома. Као младићи битно је да будете отворени за увјерења ваших партнера и вриједности које се односе на ове одлуке и да их поштујете.

Радионица 33: Контрацепција

ЦИЉ:

Упознати учеснике са различитим методима контрацепције, укључујући хитну контрацепцију, нарочито оне које су им најприкладније и најприступачније. Разбити неке од најчешћих митова и нагласити колико су непоздани такозвани "природни" методи контрацепције.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт и маркери, копије Табеле ресурса.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

- Осим женског и мушког кондома, ниједан други метод (осим апстиненције, наравно) не пружа заштиту од полно преносивих инфекција. Постоје многи методи контрацепције који служе за спречавање нежељене трудноће и у зависности од тога како они функционишу, они се могу подијелити на сљедеће категорије:
 - › БАРИЈЕРНИ МЕТОДИ,
 - › ХОРМОНАЛНИ МЕТОДИ,
 - › ХИТНИ МЕТОДИ КОНТРАЦЕПЦИЈЕ,
 - › ИНТРАУТЕРИНИ МЕТОДИ,
 - › ПЕРМАНЕНТНИ МЕТОДИ
 Објасните разлику у пет минута.
- Подијелите учеснике у групе, дајте свакој групи лист флипчарт папира и листу постојећих метода (Табела ресурса). Њихов задатак је да групишу методе са листе у различите, наведене категорије. Дајте им највише 10 минута за ову активност.
- Питајте цијелу групу да вам кажу њихове одговоре и док записујете њихове одговоре на флипчарт, исправите их и укратко прођите кроз сваки метод, како он изгледа и како дјелује. Ако постоји временско ограничење, важно је да не потрошите пуно времена на методе који учесници вјероватно неће користити или почети користити у скороје вријеме (нпр. дијафрагма или спирала).

Објасните у детаље на који начин дјелују контрацептивне пилуле и објасните уобичајене митове. Питајте их о мушким кондомима и, ако је потребно, поновите дијелове активности број 8. Разговарајте о хитној контрацепцији и у којим ситуацијама би она требало да се користи и колико често.

- Питајте групу да ли знају за неке друге методе који не укључују куповину било чега или одлазак код доктора. Подстакните их да наведу све "бапске приче" о томе како избјећи трудноћу (нпр. туширање након односа). Разговарајте о "природним" методима – ритам метод, метод повлачења и њиховој ефикасности и зашто се на њих не треба ослањати као на контрацепцију, да су они кориснији као методи планирања породице него као контрацепција.

НАПОМЕНА: Током сваког корака покушајте повезати ову тему са досадашњим активностима о репродуктивним системима, ППИ и практиковању сигурног секса.

- Искористите сљедећа питања да започнете дискусију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- | | |
|---|----------------------------------|
| 1. Да ли сматрате да ви и ваши вршњаци имате све потребне информације о контрацепцији? Зашто? | неку врсту контрацепције? Зашто? |
| 2. С ким обично разговарате о контрацепцији? | |
| 3. Да ли су митови о контрацепцији раширени? | |
| 4. Који је најбољи извор за информације о контрацепцији? | |
| 5. Ко је одговоран да размишља о контрацепцији? Младићи или дјевојке? | |
| 6. Да ли би вам било непријатно да купујете | |
| 7. У ком тренутку у вези треба разговарати о контрацепцији? | |
| 8. Ако жена користи метод, који њен партнер не може "видјети" или осјетити (као што је пилула), да ли би требало да она каже свом партнеру о томе? Зашто? | |
| 9. Познато је да не користе сви контрацепцију нити да практикују сигуран секс. Шта мислите, због чега је то тако? Како бисмо могли то промијенити? | |
| 10. Јесте ли научили нешто из ове активности? | |

ЗАВРШЕТАК:

Вјероватно једно од најважнијих достигнућа у борби за женска права је признање да жена има право да жели секс само зато што јој пружа задовољство (без циља да има дјецу), као и право да одбије да има секс. Добити бебу је за многе људе најсрећнији тренутак у њиховим животима, али понекад жена осјећа да није спремна (због њених година, емотивно, физички итд...) или да једноставно не жели да има дјецу, али жели сексуални однос са мушкарцем. Абортус је опција када се деси нежељена трудноћа – међутим, то није једноставан избор – он са собом носи здравствене ризике, може представљати емоционални и психолошки изазов и он НИЈЕ КОНТРАЦЕПЦИЈА; не само зато што се он не може користити ре-

довно, већ и зато што он не спречава трудноћу, већ је прекида. Срећом, постоје многи методи који спречавају трудноћу. Апстиненција од сексуалних активности је једини метод који гарантује заштиту од нежељене трудноће (и ППИ), али постоје многи сигурни методи, као и хитна контрацепција ако оне закажу. Добро је за младе људе да се информишу из различитих извора, али на крају дјевојка/младић треба да разговарају о оном шта је најбоље за њу/њега са својим гинекологом/медицинским радником/савјетником. Важно је да она/он открије који начин је најбољи за њих – да он одговара њиховим потребама, животном стилу и да је сигуран за њу. Ако она има везу, њен партнер би требало да буде укључен, јер то је нешто што

утиче на обоје, а жена би требало да настоји да изгради искрене и равноправне односе. Због њихове родне улоге, женама је понекад непријатно да разговарају о контрацепцији, али њено некориштење је далеко горе дугорочно посматрано и то треба узети у обзир, као и то

да незаштићени секс не само да носи ризик од трудноће, већ такође и од ППИ, што је разлог због чега је најбоље користити двоструку заштиту, као што је кондом у комбинацији са пилулама или другим методом контрацепције.

БАРИЈЕРНИ МЕТОДИ

Методи који физички заустављају спајање јајашцета и сперматозоида. Неки методи користе спермициде који уништавају сперматозоиде. Потребно је разликовати спермициде од хормона. Спермициди дјелују само на имобилизацији и уништавању сперматозоида, они не утичу на репродуктивне органе жене (осим у неким случајевима у којима може доћи до иритације).

Мушки кондоми се носе на пенису током односа. Они су обично израђени од танког латекса. Кондоми спречавају трудноћу прикупљањем пре-ејакулата и сперме када мушкарац ејакулира.

Женски кондом је врећица која се користи за вријеме сексуалног односа за спречавање трудноће и смањење ризика од полно преносивих болести. Има флексибилан прстен на сваком крају. Непосредно прије вагиналног односа смјешта се дубоко у вагину. Прстен на затвореном крају држи врећицу у вагини. Прстен на отвореном крају остаје изван вагиналног отвора за вријеме односа. А за вријеме аналног односа он се убацује у анус. Женски кондоми спречавају трудноћу прекривајући унутрашњост вагине. Они прикупљају пре-ејакулат и сперму када мушкарац ејакулира. Ово спречава сперму да уђе у вагину.

Контрацептивна спужва је направљена од пластичне пјене и садржи спермициде. Она је мека и округла, са пречником од 2 инча (5 цм). Има најлонску нит причвршћену за дно која служи за уклањање. Смјешта се дубоко у вагину прије полног односа и спречава нежељену трудноћу.

Дијафрагма је плитка гумена капица у облику куполе са флексибилним обручем. Израђена је од силикона. Смјешта се у вагину. Када је смјештена она прекрива грлић. Дијафрагме спречавају трудноћу спречавајући сперматозоиде да се споје са јајашцетом. Како би биле што ефикасније, дијафрагме се морају користити са спермицидном кремом, гелом или пјеном.

Цервикална капа је мала капа направљена од латекса чију величину мора одредити доктор. Прије односа жена је смјешта на свој грлић. Користи се у комбинацији са спермицидом. Мора се оставити у вагини 6-8 сати да би исправно дјеловала, али не дуже од 48 сати.

Спирала (Бакарни интраутерини уложак) . Интраутерини улошци (енг. Intrauterine device – ИУД) су мали бакарни улошци у облику слова "Т" које доктор смјешта у материцу жене, који спречавају нежељену трудноћу тако што стварају баријеру између јајашца и сперматозоида.

ХОРМОНАЛНИ МЕТОДИ

Користите хормоне да зауставите овулацију и оплодњу. Доктор мора прописати не само прави тип, већ такође и тачно одговарајућу врсту(е), јер дозе варирају. Доктор мора провјерити да не постоје никакви здравствени проблеми због којих би хормони били несигурни за вас.

Контрацептивне пилуле. "Пилуле" су хормонске пилуле које се морају узети у исто вријеме сваки дан како би била спријечена нежељена трудноћа. У зависности од њихове врсте, неке пилуле се морају узимати свакодневно без престанка, док друге захтијевају седам дана паузе једном мјесечно и то у периоду менструалног циклуса. Постоје два основна типа пилула: комбиноване пилуле (садрже два хормона естроген и прогестин) и само прогестинске пилуле. Контрацептивне пилуле се понекад користе из других разлога, а не само као контрацептивни метод: да уравнотеже хормоне, регулишу менструацију, код болних менструација, проблема са кожом, итд. Чак их и дјевојке које још нису имале сексуалне односе могу користити. Ефикасност ових пилула могла би бити угрожена не само неправилном употребом, већ такође и ако се користе истовремено са другим лијековима, биљним суплементима и другим, због чега се треба консултовати са доктором.

Хормонске ињекције спречавају нежељену трудноћу убризгавањем прогестина. Свака ињекција спречава трудноћу у наредна три мјесеца.

Хормонски фластер испушта хормоне кроз кожу и спречава трудноћу.

Вагинални прстен је мали, флексибилни прстен који жена смјешта у своју вагину једном мјесечно за спречавање нежељених трудноћа. Прстен остаје у вагини током три седмице, а потом се уклања и не користи током преостале седмице сваког мјесеца. Спречава нежељене трудноће отпуштањем хормона.

Хормонални интраутерини уложак – Попут бакарног улошка, он се смјешта у материцу, али овај отпушта прогестин и дјелује пет година.

ПЕРМАНЕНТНИ МЕТОДИ

Предвиђено је да ови методи буду перманентни (ако су добро обављени, укључујући и праћење) и обично су иреверзибилни.

Стерилизација је облик контроле рађања. Сви поступци стерилизације су предвиђени да буду перманентни. За вријеме поступка стерилизације доктор затвара или блокира јајоводе жене. Затварање јајовода се може обавити на неколико начина.

Вазектомија је облик контроле рађања за мушкарце који је предвиђен да буде перманентан. Током вазектомије доктор затвара или блокира канале који носе сперму. Када су канали затворени сперма не може напустити тијело мушкарца и изазвати трудноћу.

ХИТНА КОНТРАЦЕПЦИЈА

Шта је хитна контрацепција?

Хитна контрацепција је опција која може спријечити трудноћу или узимањем таблете

за хитну контрацепцију у року од 72 сата или уметањем интраутериног улошка у року од пет дана од незаштићеног сексуалног односа. У зависности од тога када се хитна контрацепција користи за вријеме менструалног циклуса, она може:

- Зауставити или одгодити отпуштање јајашцета из јајника,
- Спријечити сперматозоиде да дођу до јајашцета или
- Спријечити оплођено јајашце да се учврсти у материци.

Може ли хитна контрацепција изазвати абортус?

Не, употреба хитне контрацепције не изазива абортус. Почетак трудноће се медицински дефинише као имплантација оплођеног јајашцета. Хитна контрацепција дјелује прије имплантације и неће дјеловати онда када је трудноћа почела. Дакле, не може се сматрати абортивном. У ствари, с обзиром на то да хитна контрацепција спречава трудноћу, она смањује потребу за индукованим абортусима.

Како се хитна контрацепција примјењује?

Најчешћи метод хитне контрацепције укључује узимање повишене дозе уобичајених таблета за контролу рађања (Yuzpe режим). Међутим, због тога што уобичајене таблете за контролу рађања долазе у различитим дозама, често је збуњујуће и за докторе и за пацијенте да схвате колико таблета треба узети, јер то зависи од произвођача доступних таблета за контролу рађања. Недавно, неки намјенски производи, који долазе у правилним дозама за хитну контрацепцију, постали су доступни на тржишту. Осим тога, у неким земљама уобичајене таблете за контролу рађања долазе посебно паковане у одговарајућим дозама за сврхе хитне контрацепције.

Колико је ефикасна хитна контрацепција?

Када се користе у року од три дана од незаштићеног секса, комбиноване таблете за хитну контрацепцију (које садрже левоноргестрел и етинил естрадиол) су око 75% дјелотворне у смањивању шанси за трудноћу. Најефикасније таблете за хитну контрацепцију су оне које садрже само левоноргестрел. Оне могу смањити шансе за трудноћу за око 85%. Бакарни интраутерини улошци могу смањити ризик од трудноће за више од 99%. Међутим, они су најпогоднији за жене које испуњавају услове за редовну употребу интраутериних уложака и које желе да користе интраутерини улошке за дуготрајну контрацепцију. Хитна контрацепција није метод заштите од полно преносивих инфекција (ППИ) или HIV/AIDS-а.

Које су уобичајене нуспојаве повезане са употребом хитне контрацепције?

Нема озбиљних нуспојава повезаних са таблетама за хитну контрацепцију. Најчешће нуспојаве таблета за хитну контрацепцију су мучнина и повраћање иако мали број жена може доживјети повремено крварење. Остале нуспојаве, који се обично повлаче у року од 24 сата, могу укључивати бол у стомаку, осјетљивост груди, главобољу, вртоглавицу и умор. Таблете треба користити само као хитну контрацепцију, пошто би редовна употреба могла нарушити здравље жена.

Да ли је жена још у опасности од трудноће ако има секс након узимања хитне контрацепције?

Да. Хитна контрацепција штити од трудноће само када је жена узима након секса. То значи да она и даље може остати у другом стању ако користи хитну контрацепцију, а затим поново има секс без употребе неке друге врсте контрацепције или ако њен метод контроле рађања закаже. Ако и даље не жели да затрудни, она ће морати поново узети таблете за хитну контрацепцију.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

- › МУШКИ КОНДОМ
- › ПРОГЕСТИНСКЕ ПИЛУЛЕ
- › ВАГИНАЛНИ ПРСТЕН
- › ЖЕНСКИ КОНДОМ
- › ТАБЛЕТЕ ЗА ХИТНУ КОНТРАЦЕПЦИЈУ (Таблете за "дан послије")
- › ЦЕРВИКАЛНА КАПА
- › КОНТРАЦЕПТИВНИ ФЛАСТЕР
- › ДИЈАФРАГМА,
- › "СПИРАЛА" (ИУД)
- › КОНТРАЦЕПТИВНА СПУЖВА
- › КОНТРАЦЕПТИВНА ИЊЕКЦИЈА
- › ВАЗЕКТОМИЈА
- › СТЕРИЛИЗАЦИЈА
- › КОМБИНОВАНИ ОРАЛНИ КОНТРАЦЕПТИВИ ("Пилула")

Радионица 34:

Шта су сексуална и репродуктивна права?

ЦИЉ:

Дискутовати о значењу сексуалних и репродуктивних права и њиховом значају у животима жена и мушкараца.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Хемијске и обичне оловке, флипчарт папир и копије Табеле ресурса са наведеним правима.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

- Прије почетка сесије: Копирајте Табелу ресурса и изрежите права на траке тако да су спремна да их подијелите. Нацртајте четири колоне на флипчарт папиру и напишите сљедећа заглавља: Сексуално и репродуктивно право; ДА (за "Слажем се"); +/- (за "Донекле се слажем"); НЕ (за "Не слажем се").
- Објасните групи да ћете разговарати о сексуалним и репродуктивним правима, који су дио људских права.
- Подијелите учеснике у мање групе и подијелите траке од папира по групама. За групе са ниским нивоом писмености прочитајте наглас права са трака од папира.
- Објасните свакој групи да су добили траке од папира са различитим сексуалним и репродуктивним правима и да би требало да разговарају о томе како они разумију свако од тих права. Они би потом требало да дискутују о томе да ли се слажу (ДА), донекле слажу (+/-) или не слажу (НЕ) са тим да се право наведено на траци поштује у њиховој заједници. Дајте им 10 минута за ову дискусију.
- Замолите сваку групу да представи права о којима су разговарали и да ли се слажу, донекле слажу или не слажу са тим да се то право поштује у заједници у којој живе. Унесите њихове одговоре у табелу на флипчарт папиру. Питајте остале учеснике да ли се слажу са одговором. Искористите сљедећа питања како бисте разговарали о важности сексуалних и репродуктивних права у животима жена и мушкараца.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Да ли се сексуална и репродуктивна права младих људи у вашој заједници поштују? Ако не, која се права најчешће крше? Зашто се то догађа?
- Да ли мислите да дјевојке и одрасле жене имају иста права? Зашто да или зашто не?
- Да ли мислите да младићи и одрасли мушкарци имају иста права? Зашто да или зашто не?
- Да ли мислите да жене и мушкарци имају иста сексуална и репродуктивна права? Зашто да или зашто не?
- Да ли би дјевојка требало да има могућност да абортира без знања и одобрења њених старатеља?
- Да ли се сексуална и репродуктивна права младића у вашој заједници поштују? Ако не, која сексуална и репродуктивна права младића се најчешће крше? Зашто се то догађа?
- Које су највеће препреке са којима се жене суочавају у заштити њихових сексуалних и репродуктивних права?
- Које су највеће препреке са којима се мушкарци суочавају у заштити њихових сексуалних и репродуктивних права?
- Да ли постоји стигма о одласку гинекологу/урологу? Да ли је женама и мушкарцима непријатно приликом одласка гинекологу/урологу? Зашто?
- Како жене и мушкарци у интимним везама могу узајамно поштовати сексуална и репродуктивна права?
- Која удружења или институције у вашој заједници пружају услуге заштите сексуалних права и репродуктивних права дјевојака?
- Шта сте научили у овој активности? Јесте ли научили нешто што можете примијенити у вашем животу и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Сексуална права и репродуктивна права су од суштинског значаја за људска права и припадају и женама и мушкарцима свих узраста. Ова права укључују право на самостално доношење одлука о сопственом сексуалном и репродуктивном животу, без присиле или насиља, и

право на информације и методе потребне за доношење сигурних и здравих одлука у овој области. Имамо право да доносимо одлуке о свом тијелу, а држава је одговорна да гарантује да постоје потребни услови који нам омогућавају да остваримо та права.

ДЈЕЦА, АДолЕСЦЕНТИ И ЕРОТИКА

Идеализација младих и женског тијела (често са еротским конотацијама) је присутна у свим медијима. Дјевојке могу осјећати да се морају понашати сензуално и/или плесати еротично, али нису научене како да се бране када се суоче са сексуалним злостављањем или узнемиравањем. Важно је да они који су одговорни за дјецу буду стално на опрезу и да уче своју дјецу да препознају када су изложена експлоатацији и како да се бране.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:

Сексуална права и репродуктивна права

- › Право људи да истражују своју сексуалност без страха, стида, лажног увјерења или других препрека за слободно остваривање сопствених жеља. Људи свих узраста имају право да доживе и траже сексуално задовољство.
- › Право на изражавање пуног сексуалног потенцијала уз искључење свих облика сексуалне присиле, експлоатације и злостављања у сваком тренутку и у свим ситуацијама у животу. Свако има право да изрази своју сексуалност, без насиља или присиле да уради нешто што не жели да уради.
- › Право на избор сексуалних партнера без дискриминације. Свака особа има право да бира свог партнера, без било какве дискриминације.
- › Право на потпуно поштовање тјелесног интегритета. Право да се ваше тијело и његове границе поштују и да вас други не присиљавају да радите или доживите нешто што не желите, на примјер, додиривањем ваших гениталија.
- › Право да будете сексуално активни или не, укључујући и право да ступите у добровољне сексуалне односе и да ступите у брак уз потпуни пристанак обе стране. Право да не будете присиљени на брак или секс са неким.
- › Право да слободно и самостално изразите сексуалну оријентацију. Свака особа је мушкарац или жена на свој начин.
- › Право на изражавање сексуалности независно од репродукције. Свака особа има право да има секс без жеље да има дјецу.
- › Право на једнакост, узајамно поштовање и заједничку одговорност у сексуалним везама. Мушкарци и жене имају једнака права и одговорности у сексуалним везама.
- › Право да се инсистира на практиковању сигурног секса да би била избјегнута трудноћа и спријечене полно преносиве инфекције, укључујући HIV. Свака особа може захтијевати употребу кондома за спречавање полно преносивих инфекција или за спречавање трудноће.
- › Право на слободно и одговорно одлучивање о броју, размаку и времену рађања дјеце. Људи (парови) могу одлучити да ли и када желе да имају дјецу и колико дјеце желе да имају.
- › Право на информације и средства за доношење одлука. Људи би требало да добију информације да одлуче шта је најбоље за њих.
- › Право на сексуално здравље, које захтијева приступ свим врстама квалитетних информација о сексуалном здрављу, образовању и повјерљивим услугама. Право на информације и повјерљиве услуге.

Радионица 35: Сексуалне различитости

ЦИЉ:
Дискутовати о сексуалним идентитетима, сексуалној оријентацији, хомофобији и потреби већег прихватања сексуалних различитости.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Флипчарт, маркери и самољепљива трака.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Прије почетка ове активности водитељ би требало да испита своја мишљења и ставове према сексуалним различитостима и сексуалној оријентацији. То је табу тема у многим срединама и учесници могу изразити снажна мишљења и ставове. У току расправе водитељ би требало да задржи позицију заговарања поштовања према људима свих сексуалних оријентација без цензурисања учесника. Важно је саслушати различите коментаре – чак и када су хомофобични – и преиспитати их без осуђивања. Прије почетка сесије водитељ би требало да идентификује уобичајене митове и погрешна схватања сексуалне оријентације који се могу увести и обрадити у дискусији. Такође може бити корисно да буду истражене информације о локалним законима и покретима који промовишу права геј појединца и парове и ресурсе, као што су локалне организације или веб странице о сексуалној оријентацији и правима које се могу подијелити са учесницима.

ПРОЦЕДУРА:

1. Спровести активност брејнсторминга са учесницима о томе како би они дефинисали хомофобију. (Merriam Webster рјечник дефинише хомофобију као ирационални страх, аверзију или дискриминацију према особама другачије сексуалне оријентације).
2. Подијелите учеснике у мање групе и дајте свакој групи један од почетка прича наведених у Табели ресурса (или других почетака прича које би водитељ могао осмислити).
3. Објасните групама да ће имати 15 минута да прочитају и наставе приче.
4. Замолите групе да презентују своје приче (почетак и детаље које су додали) читајући их наглас, кроз драматизацију или на други начин по свом избору.
5. Након презентације приче искористите сљедећа питања да започнете дискусију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Да ли су ове приче реалне?
2. Зашто је младим људима тешко да прихвате хомосексуалност или хомосексуално понашање?
3. Која је разлика између лезбијки, геј особа и бисексуалаца?
4. Може ли особа имати сексуалне односе са особом истог пола и бити хетеросексуална особа?
5. Који тип предрасуда према и/или насиља над геј особама или лезбијкама сте видјели или чули? Које су последице ових предрасуда и/или насиља?
6. Која имена се најчешће користе за геј особе? Да ли било које од ових имена има негативно значење?
7. Да ли вас је икад неко од ваших пријатеља назвао гејом (педером, хомосексуалцем) зато што нисте нешто урадили, као што је учешће у тучи? Шта мислите о томе? Зашто мислите да мушкарце називају гејовима када се не понашају у складу са доминантним нормама маскулинитета?
8. Шта сте научили из ове вјежбе? Како то можете примијенити у својим животима и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Свако има сексуалну оријентацију - то јест, вас романтично и сексуално привлаче мушкарци, жене или и једни и други. Иако не знамо тачно шта одређује сексуалну оријентацију неке особе, знамо да се она формира рано у животу, да то није избор особе и не може се промијенити иако због друштвених табуа и хомофобије може бити скривена. Такви друштвени табуи и

хомофобија могу изложити геј особе и лезбијке посебном ризику од насиља, дискриминације, депресије и аутодеструктивних понашања као што су злоупотреба дроге и алкохола или самоубиство. Важно је да се ради на разбијању митова и промовисању поштовања права жена и мушкараца да изразе своју сексуалну оријентацију слободно без дискриминације.

ТАБЕЛА РЕСУРСА:**Прича бр. 1**

Када је имао 18 година Томо је имао своје прво сексуално искуство са другим мушкарцем и од тада је знао да је геј особа. Имао је много партнера прије него што је упознао Јову. Били су заједно дуго и на крају су одлучили да то кажу својим породицама и почну живјети заједно...

Прича бр. 2

Једне ноћи Брацо је изашао са групом пријатеља, сви из истог разреда. Један од њих, Роберт, рекао је: "Хајде да истучемо неке педере. Видио сам неке трансвестите на тргу. Хајдемо!"...

Прича бр. 3

Једне ноћи када је био на плажи и камповао са групом пријатеља, Лука се нашао у истом шатору са својим пријатељем Гораном. Попили су неколико пива прије одласка у шатор. Лука је увијек себе сматрао хетеросексуалцем. Размишљао је о сексу са својом дјевојком и узбудио се када је ушао у шатор. Када је Горан видио да се Лука узбудио, почео је...

Прича бр. 4

Са 17 година Армин је мислио да је бисексуалац. Свиђао му се секс са дјевојкама и младићима. Једне ноћи његов отац видио га је како грли другог дјечака и када је Армин дошао кући његов отац је почео да виче на њега...

Година 4:

Родитељи 21. вијека

Прво полугодиште: Очинство и мајчинство

Родна социјализација, старање и очинство

У већини друштава брига (за дјecu, болесне особе, старије особе итд) се посматра као "женски посао". Заиста, студије спроведене у различитим срединама показале су да очеви доприносе само једну трећину до једне четвртине времена за непосредну бригу о својој дјeci у односу на вријеме које жене доприносе.⁹⁴ Ово неједнако учешће у старању укоријењено је у начину на који су дјевојчице и дјечаци одгојени. На примјер, у многим друштвима дјевојке проводе већину свог времена у кући гдје помажу у кућним пословима и брину о млађој дјeci. Чак и када се дјевојчице играју, оне често добијају играчке које наглашавају старање и кућне послове (нпр. лутке или сет за кухање). Са друге стране, дјечаке често охрабрују да се играју на отвореном, а одговарају их од играња са луткама или учешћа у другим "женским" играма. Како одрастају дјечаке све више и више усмјеравају према ономе што се генерално сматра "мушким" играма, као што су спорт или играње са аутомобилима или оружјем, или према "мушким" кућним пословима, као што је помагање њиховим очевима у поправљању ствари у кући. Дјечаке ријетко подстичу да се брину за мању дјecu на исти начин као дјевојчице или да учествују у кућним пословима. Ако и кад мушкарци постану очеви, њихов најважнији допринос је често посматран више кроз њихову улогу хранитеља, у финансијском смислу, него као старатеља. Често се, у ствари, на мушкарце гледа као неспособне за вођење бриге о дјeci и, у извјесној мјери, овлаштене од стране друштва да не учествују у томе. Укратко, жена води бригу, а мушкарац доноси новац. Чак и када мушкарац жели да игра активну улогу у смислу бриге о дјeci, социјалне установе – од породице, школе, послодаваца, здравствених установа, невладиних организација и војске, па до друштва у цјелини – ускраћују му ту могућност.

Недовољна укљученост мушкараца у послове старања често значи да жене носе двоструки терет, посебно оне жене које покушавају да нађу мјесто на тржишту рада и које понекад не могу прихватити одређени посао, јер се морају старати о дјeci или другим рођацима и пријатељима. Многе жене се суочавају са оним што се често назива "дупла смјена", како не би биле етикетиране као "немарне мајке." Њих такође подстичу да буду супермаме, често им се говори да се након рођења њиховог дјетета од њих очекује да, истог момента, остваре тренутну везу са новорођенчетом, развију уво пријемчиво за плач дјетета и нос којем нимало не смета мирис измета итд.⁹⁵

94 — Савјет за становништво (Population Council), "Недовршена транзиција: родна једнакост: Дијељење одговорности родитељства." Гласник Савјета за становништво (Population Council Issues Paper), 2001.

95 — 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).

Отац, са друге стране, након улоге коју има у зачећу, проналази огромну празнину када је ријеч о његовој улози у цјелокупном процесу добијајући мало простора тек када дијете достигне предшколску доб. У јаслицама и вртићима ситуација је још компликованија, гдје присуство мушкарца често ствара забринутост и зебњу, из страха да би он могао сексуално узнемиравати дјецу или да има сексуалне проблеме или да је особа сексуално девијантног понашања. Стога, сам лик "брижног мушкарца" се често повезује са сликом "женскасте" особе или "напасника". Они мушкарци који желе да учествују у овим пословима често нађу мало простора за то или неизбежно морају трпјети коментаре попут "у оваквим ситуацијама мушкарци само сметају."⁹⁶

Конечно, шире посматрано, можемо видјети да се ова претпостављена "неспособност" за бригу о дјечи протеже до (или има коријене у) других подручја свакодневног живота, јер се на мушкарце обично гледа (чак и од стране њих самих) као на особе које нису способне да воде бригу о болесној особи, стварима око себе, дјетету, кући, себи самима и својим тијелима.

Оквир 1: Да ли су дјеца која одрастају без оца изложена већем ризику?

Иако се обично претпоставља да одсуство оца представља ризик за дјецу, на примјер да води ка агресивнијем понашању, или тешкоћама у школи, или проблемима са родним идентитетом, питање одсуства оца је сложено. До сада постојећа истраживања нису нам на одговарајући начин помогла у процјени свих разлога за успјех или неуспјех у одгоју дјете. Постоје одређени стручњаци који покушавају да схвате могуће импликације одсуства оца или мајке, али нико од њих није отишао толико далеко у својим истраживањима да би могао категорички тврдити да су дјеца која су одрасла без једног од родитеља сама по себи "проблематичнија" од других. Постоји више изузетак него правила, јер нема свако дијете које је одрасло без оца (или мајке) очекиване проблеме. Штавише, породична структура која се сматра "стабилном" не мора нужно обезбиједити дјетету савршену емоционалну равнотежу.⁹⁷

96 — 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 mfdia", u: M. Arilha, S. Unbehaum, i B. Medrado, Homens e Masculinidades: Ostale palavras (Sao Paulo: ECOS / Ed 34, 1998) 145- 161.

97 — Michael E. Lamb (ed.), The Father's role: applied perspectives (Улога оца: примијењене перспективе) (New York: John Wiley, 1986).

Да ли се мушкарци брину о себи?

Мушкарци су кроз историју заузимали незавидно прво мјесто у различитим одјељцима статистике: број један по броју убистава, самоубистава, несрећа са смртним исходом (поготово оних које укључују моторна возила), употреби алкохолних пића и других супстанци, укључености у крађе и нападе на друга лица и као резултат таквог понашања имају и највећу стопу привођења и затварања, поред тога што су и главни починиоци физичких напада, како у приватној, тако и у јавној сфери живота. Ове статистике се такође огледају у још једном константном обрасцу: нижој стопи очекиваног животног вијека мушкараца у поређењу са женама и вишој стопи смртности. Штавише, анализирајући стопу смртности према полу и старосној доби, јасно се може видјети виша стопа смртности код мушкараца, изазвана спољним факторима, у свим старосним групама, нарочито међу адолесцентима и младима. Поред тога, мушкарци често оклијевају да признају здравствени проблем и траже помоћ. Такво оклијевање је створило, на примјер, сложене проблеме у смислу ширења HIV и AIDS-а. Студије спроведене у Африци и Азији, као и у другим дијеловима свијета, показују да мушкарци заражени HIV-ом, генерално, добијају мање подршке једни од других и рјеђе траже помоћ од породице и пријатеља него жене.⁹⁸ Такође, мање је вјероватно да ће се мушкарци старати о другим особама зараженим HIV-ом, било да је ријеч о интимним или породичним везама. Као што је претходно наведено, студије спроведене у Доминиканској Републици и Мексику нагласиле су чињеницу да се жене које су HIV-позитивне понекад враћају у дом својих родитеља, јер је мала вјероватноћа да ће им њихови мужеви пружити одговарајућу пажњу.⁹⁹

Начин на који су дјечаци одгојени лежи у позадини ових статистичких података и ситуација. Гдје год да се дешава прича је често иста: дјечак подстичу да се бране и да узврате ударац, да устану одмах чим падну са бицикла (по могућности без плача!), да се поново попну на дрво након што су са њега пали, да буду храбри и неустрашиви. Уопштено говорећи, мушкарци су од најраније младости социјализовани тако да на друштвена очекивања одговоре на проактиван начин, гдје ризик није нешто што се избјегава или спречава, већ нешто са чиме се суочава и што се превазилази на свакодневној основи. Идеју вођења бриге о самом себи истиснули су штетни или самоубилачки стилови живота, у којима се склоност ризику вреднује више од сигурности. Међутим, на исти начин на који мушкарци уче да не воде бригу о себи или о другима, такође могу научити како да воде бригу. Да би се ово догодило, кључно је да ми – као професори, здравствени едукатори, професионално особље за рад са младима и родитељи – омогућимо младићима да размишљају о бризи и стичу искуство у вођењу бриге.

98 — UNAIDS, " Мушкарци и AIDS: родни приступ." (Женева: Заједнички програм Уједињених нација за борбу против HIV/AIDS-а, 2000).

99 — K. Rivers & P. Aggelton (2002). "Адолесцентна сексуалност, род и HIV епидемија." New York: UNDP HIV и развојни програм www.undp.org/hiv/publication/gender/adolesce.html.

Оквир

1.

Шта је са адолесцентним и младим очевима?

Обично се адолесцентска трудноћа мијеша са адолесцентским мајчинством тј. када говоримо о раним годинама, готово увијек говоримо о адолесцентним мајкама. Врло често младог оца видимо као одсутног и неодговорног: "Нема сврхе тражити га, он ништа не жели да зна о томе!" Заиста, врло је уобичајено да претпоставимо да су сви адолесцентни или млади мушкарци који постану очеви "немарни". Њихови родитељи, родитељи дјететове мајке, сама мајка, као и одговарајуће службе, често их дискриминишу и претпостављају најгоре о њима.

Иако многи младићи не желе да буду укључени, има много адолесцентних и младих очева који су једнако укључени и посвећени бризи о дјеци, као што су посвећени мајкама ове дјеце. У неким случајевима, међутим, адолесцентни или млади очеви можда и желе да буду укључени у бригу о својој дјечи, али су у томе спријечени од стране дјететове мајке или њене породице. У другим случајевима адолесцентни или млади очеви могу осјећати да, будући да су незапослени и не могу да обезбиједу финансијску подршку за дијете, немају ни право на интеракцију са њим или њом. На примјер, истраживање је показало да адолесцентни и млади мушкарци у почетку могу одбијати одговорност и очинство када су суочени са могућом трудноћом, због финансијског терета којег подразумева брига о дјечи.¹⁰⁰

Свеукупно гледано, међутим, чињеница је да сваки адолесцентни родитељ има своју причу или реалност. Разумијевање специфичне реалности или појединачног случаја сваког адолесцентног родитеља не значи подстицање адолесцентске трудноће – већ то значи стварање услова да ово адолесцентно родитељство не представља препреку за развој и добробит адолесцентног родитеља или родитеља или њихове дјеце.

Брига за дијете није једноставан задатак, нарочито ако узмемо у обзир економске импликације подизања дјетета. И наравно, неки младићи (можда и већина!) нису адекватно припремљени да воде бригу о дјетету. За већину адолесцената

постати родитељ у тим годинама вјероватно не представља најбољи избор у њиховом животу. Међутим, трудноћа и очинство могу пружити неким адолесцентним родитељима значајне емоционалне предности.

Прво, морамо признати да су се неки адолесцентни парови показали добрима у школи, у породичном животу и у бризи о дјетету. Истраживања из области друштвених наука спроведена у различитим државама истичу да неки адолесценти трудноћу доживљавају као прелаз у зрело доба и да им управо трудноћа додјељује тај статус. Неким младим људима родитељство омогућава да реконструишу своје животе и понекад чак да престану са узимањем супстанци или да више не буду укључени у делинквентне радње.¹⁰¹

Заиста, широм свијета стопе трудноће су веће међу младим људима са нижим степеном образовања или код оних који имају мање наде да ће побјећи из сиромаштва и као посљедица тога могу допринијети сиромаштву. Штавише, многи млади родитељи рано напуштају школу због недостатка економских средстава њихових породица да их наставе школовати. Међутим, истраживање показује да адолесцентска трудноћа сама по себи није главни узрок напуштања школе. Када се трудноћа деси, већина адолесцената из непривилегованих класа је већ напустила школу или се никад није ни уписала у школу. Штавише, када прегледамо литературу, видимо да адолесцентско родитељство није узрок здравствених ризика по мајку или по дијете. Главни ризик је недостатак пренаталне бриге и одговарајуће друштвене подршке.¹⁰²

Све у свему, анализа узрока и посљедица ране трудноће мора бити пажљиво спроведена и захтијева преиспитивање наших предрасуда и стереотипа. Ми не заговарамо адолесцентску трудноћу. Ми заговарамо да породице, заједнице и стручна лица заузму уравнотежени став о питању ових проблема – узимајући у обзир специфичне реалности и потребе самих младих људи.

100 — Jose Olavarria, "Hombres: Identidades, Relaciones de Genero y Conflictos Entre trabajo y familia." Em: J. Olivarría i C. Céspedes, Trabajo y familia: Conciliación? Perspectivas de Žanr (Santiago: FLASCO-Chile, SERNAM y Centro de Estudios de La Mujer CEM, 2002).

Оквир 2: Мушкарци и трудноћа

Генерално, када говоримо о трудноћи, ми ријетко спомињемо оца. Мушкарце, нарочито младиће, било у болницама или пренаталним клиникама често видимо као аутсајдере или уљезе или можда само као посјетиоце – ријетко као партнере или особе које користе своје право. Морамо запамтити да очеви имају следећа права:

- › Да учествују у пренаталној бризи;
- › Да пронађу одговоре на своје сумње у вези са трудноћом, укључујући и сумње које могу имати у свом односу са партнерком и о старању за дијете. Као отац, он није само пратилац своје партнерке, већ такође и отац дјетета које треба да се роди;
- › Да се информишу о томе како трудноћа напредује и о било којем проблему који се може појавити;
- › Да у тренутку порога буду препознати као ОЧЕВИ, а не само као "посјетиоци" клинике или болнице.

За оца је важно да може учествовати у бризи о новорођенчету током првих тренутака и дана након рођења. Наравно, неке ствари он не може радити. Жена, такође, не може радити друге ствари због времена неопходног за сопствени опоравак. Међутим, обоје могу научити како да дају подршку једно другом – под претпоставком да њихов однос дозвољава такву сарадњу. Уколико су раздвојени, они се такође морају договорити о подјели ових одговорности и активности.¹⁰³

Оквир

2.

Оквир 3: Резиме

- › Широм свијета жене се често доживљавају као природни старатељи. Међутим, ова асоцијација је више укоријењена у социјалним конструкцијама о мушким и женским улогама него у њиховим урођеним способностима. На примјер, од ране младости, дјевојке проводе већину свог времена у кући гдје помажу у кућним пословима и брину о млађој дјечи. Са друге стране, дјечаке често охрабрују да се играју на отвореном, а одговарају их од играња са луткама или учешћа у другим "женским" или "кућним" играма, стога они често имају ограничене могућности да науче и изграде самопоуздање у својим вјештинама вођења бриге.
- › Недовољна брига мушкараца о себи самима, изражена кроз статистичке податке као што су високе стопе убиства, самоубиства, употребе алкохолних пића и других супстанци, укључености у насиље, било као починиоци или као жртве, је повезана са начином на који су они одгајани. Често су дјечаки и мушкарци подстакнути на ризично понашање како би се доказали као "прави мушкарци" и могу посматрати тражење стручне помоћи као "немужевно" или као знак слабости. На тај начин идеја вођења бриге о самом себи је често истиснута штетним или самоубилачким стиловима живота.

Оквир

3.

101 — Gary Barker, "Peace boys in war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro, Brazil" ("Мирољубиви дјечаки у ратној зони: Идентитет и суочавање међу малољетним мушкарцима у фавелама у Рио де Жанеиру, Бразил"; необјављена докторска дисертација, Ериксон Институт, Loyola Универзитет, Чикаго, 2001).

102 — Donald G. Unger & Lois Dall Wandersman (1985). "Social support and Adolescent Mothers: Actions Research Contributions to theory and practice." ("Социјална подршка и малољетне мајке: доприноси активности истраживања теорији и пракси"); Journal of Social Issues 41, 29-41.

103 — Текст прилагођен из публикације: Gravidez saudavel e parto Seguro Sao direitos da mulher, produzido pela Subbina Nacional de Feminista Saude e Direitos Reprodutivos (E-mail: redesaudef@uol.com.br).

Мајчинство и старање

Историјски и културолошки често повезујемо слику жене са сликом мајке, као да су та два идентитета нераздвојна. Чак је уобичајено и да чујемо изреку "жена без дјеце је као дрво без плода". Од малих ногу, када се дјевојчицама дају лутке да се играју, оне увјежбавају друштвено очекиване улоге за жене – мајке и старатеља. Међутим, не жели свака жена да буде мајка и одлука о томе, да ли и када жена треба да има дјецу треба да се заснива на индивидуалним жељама сваке жене, а не на друштвено конструисаним идеалима о женама и мајчинству.

Трудноћа и мајчинство у адолесценцији

Без обзира на све већу пажњу која се посвећује адолесцентској трудноћи (трудноћи до 19 година старости) у посљедњих неколико деценија, то није нова појава. Умјесто тога, само у посљедњих неколико деценија је адолесцентска трудноћа класификована као друштвени проблем. Овај помак је дошао као резултат промјене норми о искуству адолесценције и улоге жена. Већ дуго старосна доб на коју смо мислили када смо користили израз "adolесцентска" или "тинејџерска" трудноћа се сматрала идеалном доби за жене да имају дјецу. Међутим, промјена очекивања о образовним и професионалним постигнућима жена и доступност контрацепције (нпр. пилула, дијафрагма и кондом) довела је до промјена у ставовима о идеалној доби за жене да имају дјецу. Адолесцентска трудноћа се стога најчешће повезује са губитком образовних и професионалних могућности и општим губитком избора у животу дјевојке. Тренутне дискусије и забринутости о адолесцентској трудноћи су такође повезане са стварањем концепта адолесценције, који је настао у другој половини 20. вијека као међуфаза између дјетињства и живота одраслих, када хормоналне промјене проузрокују да тијело сазри од дјетета до одрасле особе. Ова нова класификација фаза људског развоја такође је довела до промјена у друштвеним очекивањима и нормама за појединце који доживљавају овакве физичке промјене. Иако адолесценти могу имати многе од когнитивних и емоционалних способности, које су им потребне да уђу у свијет одраслих, од њих се очекује да искористе ову фазу живота да се припреме (нпр. академски, социјално) како би обезбиједили бољи успех као одрасле особе. Са увођењем периода адолесценције прелазак у зрело доба постао је још сложенији, захтијевајући дужи период од зависности од родитеља и породице и одгађање узраста који се сматра идеалним за репродукцију. Са адолесценцијом, која се сада дефинише као прелазни период између дјетињства и одрасле доби, истраживачи су почели да описују овај период као вријеме побуне и импулсивности у животу и још конкретније у сексу (Wosk, 2001)). Као резултат тога адолесцентска трудноћа је постала повезана са неодговорношћу, импулсивношћу, структурама распада породице, недостатком информација и сиромаштвом. Међутим, разлози за адолесцентску трудноћу су разно-

врсни и сложени. С једне стране, постоје многе адолесцентске трудноће које су планиране, најчешће међу појединцима чији животни планови и очекивања можда неће укључивати високо образовање или формалну каријеру. С друге стране, непланиране адолесцентске трудноће могу произаћи из недостатка информација о сексуалности, репродуктивном здрављу и методама контрацепције. Ове непланиране трудноће могу се догодити када су дјевојке инхибиране, уплашене или на други начин не могу преговарати о кориштењу контроле рађања са својим партнерима. Контрацепција, међутим, није само одговорност жене: у свакој вези одлуке о сексуалном и репродуктивном здрављу припадају партнерима. Иако је овај приручник намијењен за рад са младим женама (или можда управо из тог разлога!), важно је напоменути да није сваки адолесцент или млади отац одсутан или неодговоран. Многи очеви (млади или одрасле особе), који имају дјецу са адолесцентом женом, желе да оспоре културолошке норме које кажу да мушкарац не може и не треба да учествује у одгајању дјетета и другим кућним пословима. Без обзира на околности адолесцентске трудноће, важно је пружити подршку адолесцентној дјевојци у другом стању и њеном партнеру. То не значи нужно охрабривање трудноћа међу адолесцентима, већ стварање услова, тако да овај процес не доведе до било каквих физичких, психосоцијалних или социјалних проблема.

Ова подршка би требало да укључи образовну подршку која пружа адолесцентним и младим мајкама приступ и остварење образовних и других стручних и друштвених могућности.

Породиљско одсуство за мајке и очеве

Измијењена улога очеве се такође препознаје у правном оквиру. У све већем броју земаља очеви имају право да узму неколико седмица или мјесеци одсуства са посла да би се бринули о својим бебама. У неким земљама то је чак обавезно! Истраживања указују на то да ова пракса јача везу између дјетета и оца. Родитељи у неким земљама могу изабрати да подијеле родитељско одсуство онако како им најбоље одговара.

Радионица 36: Како то мислиш?

ЦИЉ:
Истражити како младићи дефинишу старање и како се носе са тим у свом свакодневном животу.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Обичне оловке, бијели листови папира, траке папира, табла (картонска или флипчарт)

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
У случају учесника који имају потешкоћа у читању и писању, водитељ их може замолити да једноставно говоре, без кориштења папира или табле. Ипак, важно је одржавати редослијед: прво, активност брејнсторминга, а затим приче из њиховог дјетињства.

ПРОЦЕДУРА:

1. Подијелите лист папира и оловку сваком учеснику. Замолите сваког од њих да на папиру напише ријеч БРИГА.
2. Затим их замолите да напишу све ријечи и фразе које им падну на памет када чују ријеч БРИГА.
3. Након пет минута замолите сваку особу да прочита шта је записала и саставите листу свих ријечи и фраза које се појављују, како бисте утврдили најчешће асоцијације.
4. Након тога подијелите три траке папира сваком учеснику, а остатак ставите у центар круга који су формирали учесници. Замолите их да размисле о својим животима од времена када су били дјеца и да се затим покушају присјетити ситуација у којима су свједочили сцени старања.
5. Након 20 минута замолите једног од учесника да добровољно прочита оно што је написао. Питајте да ли има других сличних прича и започните дискусију.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Да ли је могуће дефинисати бригу или старање на основу само једне идеје.
2. Да ли је добро да се неко о вама брине? Зашто?
3. Да ли је добро бринути се за некога? Зашто?

ЗАВРШЕТАК:

Прокоментаришите да је, као што се може видјети из разних ријечи које је група навела, очигледно да не постоји само једна или ис-

правна дефиниција бриге и старања, већ да ти термини имају вишеструка значења.

Радионица 37: Мушкарци као старатељи

ЦИЉ:
Повећати ниво свјесности о традиционалним родним подјелама о старању и промовисати веће учешће младића у старању у њиховим домовима, везама и заједницама.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
није потребан

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
90 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Уколико у групи има младих очева, подстакните их да се осврну на своје учешће у бризи о дјетету и на који начин би могли бити активније укључени. За оне који нису очеви питајте их како предвиђају да ће изгледати њихово учешће у будућности.

ПРОЦЕДУРА:

1. Прво, замолите учеснике да се рашире и прошетају по просторији.
2. Реците им да када чују одговарајуће доба дана праћено ријечју "КИП", они треба да заузму положај који представља активност у којој би они били ангажовани у то доба дана. На примјер, након што изговорите ријечи: "Подне, КИП!" учесници би требало да заузму положај кипа који представља шта они иначе раде у подне сваког дана.
3. Затим гласно реците друго доба дана праћено наредбом "КИП!" Наставите овако за сљедећа времена:
 - > 3:00 прије подне
 - > 10:00 прије подне
 - > Подне
 - > 3:00 послје подне
 - > 10:00 послје подне
4. Замолите учеснике да замисле шта би радили у ово доба дана када би требало да се брину о дјетету и поновите исти процес од корака бр. 3. Напомена: за млађе учеснике, који нису имали непосредног искуства са бригом о дјетету, подстакните их да размисле о односу отац-дјете заснованом на њиховим породицама, заједници и медијима.
5. Сада, нека учесници понове ову вјежбу замишљајући шта би радили да су они жене са дјецом.

6. Искористите следећа питања за дискусију како бисте истражили разлике између двије ситуације – прије и после дјетета – у животима младића и разлике између рутине неког младог оца и младе мајке и идентификујте у које је доба дана присутност дјетета значило већу (мању) промјену у рутини младића.

Алтернативна процедура: Умјесто да изводите претходну вјежбу са различитим временима у току дана, замолите учеснике да спроведу активност брејнсторминга о различитим активностима које би младић који је отац и дјевојка која је мајка обављали у различито доба дана. Напишите ове различите активности у двије колоне (једна за младиће и друга за дјевојке) на флипчарту и замолите учеснике да идентификују неке од сличности и разлика између ових активности.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- | | |
|---|---|
| 1. Да ли се свакодневни живот мијења када младић има дијете о којем мора бринути? На који начин? Зашто? | учешће мушкараца у старању о дјец |
| 2. Да ли се свакодневни живот мијења када дјевојка има дијете о којем мора бринути? На који начин? Зашто? | 7. Који су изазови очинства? Како се ти изазови могу ријешити? |
| 3. Какве врсте старања обављају жене, а какве мушкарци? | 8. Која је позитивна страна очинства? Које су предности очинства? |
| 4. Ко је бољи у старању, мушкарци или жене? Зашто? Да ли је то дио културе или биологије? | 9. Које су предности за дијете које има активног оца у свом животу? |
| 5. Који фактори доприносе да мушкарци не учествују у старању о дјец | 10. Које су предности када младић има добре односе са мајком његовог дјетета? |
| 6. Шта мислите, како ваше друштво гледа на | 11. Постоје ли позитивни узорци очева у вашој заједници? Шта се од њих може научити? |
| | 12. Шта сте научили током ове активности? Како вам то може помоћи да уведете промјене у ваше животе и везе? |

ЗАВРШЕТАК:

Да ли је и на који начин отац укључен у бригу о дјетету зависи од тога како су мушкарци и жене одгојени и од тога да ли су одгојени да вјерују да су и мушкарци такође способни за бригу о дјец. На примјер, дјевојчице се од ране младости подстичу на игру са луткама вјежбајући на тај начин оно што се претпоставља да их чека у будућности: живот у кући и брига за чланове породице. С друге стране, дјечаци се углавном одвраћају од играња са луткама или помагања у кућним пословима. Иако су дјевојчице и жене често од ране младости васпитане да брину о дјец, мушкарци такође могу научити да бри-

ну о дјец – и да науче да то раде добро. Када очеви нису укључени у старање, то значи да на крају мајке морају да носе тежак терет бриге о дјец и да мушкарци пропуштају многа задовољства која брига о дјец носи са собом. И док размишљате о промовисању правичности између мушкараца и жена у вашој заједници, важно је да почнете од вашег дома и да размислите о томе како ви као младићи можете почети да више учествујете у задацима старања у вашој породици, као и да размислите о томе како можете подстаћи друге младиће да ураде то исто у својим домовима.

Радионица 38: Трудноћа... да или не? Бити мајка

ЦИЉ:
Дискутовати о улогама и одговорностима жена и мушкараца у превенцији трудноће. Дискутовати о мајинству – друштвеним и културолошким очекивањима у вези са мајинством.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:
Копије Табеле ресурса: Адријанина прича.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:
45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:
Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

1. Подијелите (или прочитајте наглас) Адријанину причу из Табеле ресурса 7.
2. Разговарајте о могућим завршецима приче.
3. Започните дискусију користећи следећа питања

Питања за дискусију:

- › Да ли је ова прича реална? Зашто да или зашто не?
 - › Да ли дјевојке брину о непланираној трудноћи? Зашто да или зашто не?
 - › Да ли дјевојке разговарају са својим партнерима о превенцији трудноће? Зашто да или зашто не?
 - › Да ли младићи брину о непланираној трудноћи? Зашто да или зашто не? Да ли они разговарају о томе са својим партнеркама?
 - › Коју врсту улоге би мушкарац требало да има у одлукама о хитној контрацепцији?
 - › Какве опције Адријана има на располагању?
4. Адријана сазнаје да је трудна. Наставите са дискусијом користећи питања:
 - › Шта пролази кроз ум дјевојке када сазна да је трудна? Како непланирана трудноћа може промијенити њен живот? Какав избор она има?
 - › Шта пролази кроз ум младића када сазна да је његова партнерка трудна? Како непланирана трудноћа може промијенити његов живот? Какав избор он има? Како родитељи реагују када се њихова кћи или син суоче са непланираном трудноћом?
 - › Како се број непланираних трудноћа у вашој заједници може смањити?

- › Које опције жена има када се суочи са непланираном трудноћом?
5. Разговарајте о томе шта значи бити мајка у вашој заједници. Како изгледа "типична мајка"? (њене године, гдје живи, како изгледа, шта воли да ради, да ли је планирала да буде мајка, колико дјеце има, да ли ради изван куће, да ли је удата...)
 6. Започните дискусију користећи питања испод да сумирате цијелу активност.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Треба ли све жене да буду мајке? Зашто да или зашто не?
2. Како заједница посматра жену која нема дјецу? Да ли је то другачије када је то њен избор, него када је то због тога што не може да затрудни?
3. Како би мушкарци требало да буду укључени у одлуке о мајчинству? Када жена постане мајка, шта заједница очекује од ње?
4. Да ли су очекивања од мајке данас слична очекивањима у прошлости? Да ли су другачија? Како?
5. Да ли су очекивања од мајке другачија од очекивања од оца? На који начин? Шта мислите о томе?
6. Да ли је другачије бити мајка у руралном окружењу него у урбаном? Како?
7. На који начин можемо боље прихватити и подржати одлуке жена о мајчинству?
8. Што сте научили у овој активности? Јесте ли научили нешто што се може примјенити на ваше животе и везе? Да ли ћете направити икакве промјене као резултат ове активности?

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК ЗА ГРУПЕ СА ВИШЕ ВРЕМЕНА – спроведите ову активност одвојено од активности "Бити мајка"

- › *Подијелите учеснике у мање групе и дајте им 10 минута да разговарају о могућем завршетку приче. Свака група треба да припреми скеч заснован на завршетку који су изабрали.*
- › *Након што свака група представи свој скеч, питајте да ли постоје неки други могући завршеци.*
- › *Питајте учеснике да ли су икад чули за хитну контрацепцију (уколико то групе већ нису споменуле). Презентујте информације из Табеле ресурса.*
- › *Замолите учеснике да замисле да је Адријана сазнала да је трудна. Реците им да се врате у своје групе и разговарају о могућим завршецима те приче. Дајте им 10 минута за ту дискусију.*
- › *Нека свака група презентује завршетке које су осмислили и започните дискусију о улози жена и мушкараца у превенцији и суочавању са непланираном трудноћом.*

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК: Подијелите учеснике у групе и реците им да направе скечеве о томе како изгледа типични дан мајке, укључујући и то како она изгледа.

ЗАВРШЕТАК:

Баш као што би требало да разговарају о одлуци да имају секс, тако би требало да разговарају и о одлуци о контрацепцији и превенцији непланиране трудноће и важно је да оба партнера буду једнако укључена у тај разговор. Увијек је најбоље унапријед планирати и практиковати сигуран секс, али ако и када се суочите са ризиком од непланиране трудноће, таблета за хитну контрацепцију нуди могућност да, ако се правилно користи, значајно смањи тај ризик. У случају сумње или несигурности, не заборавите да тражите информације од здравствених стручњака или других стручних особа у заједници.

Постоје одређене опције у вези са прекидом непланиране трудноће, али чак и ако је непланирана, жена може одлучити да задржи бебу и постане мајка. Њена одлука да постане мајка може бити под утицајем онога шта друштво очекује од мајки да буду и да ли она сматра да жели и може испунити та очекивања. Многе породице и културе још виде мајку као централни идентитет и остварење жене. Осим тога, одређени модели мајки – на примјер, оне мајке које жртвују све за своју дјецу и породицу су идеализовани – а други – оне мајке које раде изван куће – су често критиковани. Важно је да свака жена сама одлучи да ли ће и како бити мајка и да има на уму да, иако брига за друге може бити веома испуњавајућа, важно је такође да она брине о себи.

ТАБЕЛА РЕСУРСА

Адријанина прича

Адријана има 17 година и похађа завршни разред средње школе. Она планира да настави школовање и ради након што дипломира. Она учествује у школским активностима укључујући и школске новине. Она је веома срећна, екстровељна, динамична дјевојка са пуно пријатеља и љубазна је према свима, нарочито према Леу, њеном момку. Они воле да проводе вријеме заједно и дијеле многе исте снове, укључујући и да једног дана заједно оду на дуго путовање. Након што су се забављали неколико мјесеци, одлучили су да имају секс први пут. Адријана је мислила да јој је било чудно, али да није било онолико болно колико су њене пријатељице рекле да ће бити, нити се осјећала нервозно у разговору са Леом о кориштењу кондома. Међутим, једном док су имали секс, кондом је пукао, а Адријана није користила никакву другу врсту заштите. Обоје су били врло забринути, посебно зато што је Адријана била у плодном дијелу циклуса. Миљон ствари пролазило је кроз Адријанину главу: "Шта ако сам трудна? Шта да радим?".

учили. Питајте их шта они мисле, да ли су представљене активности тачно опонашале оно што се дешава у њиховим домовима и заједницама.

- › Након кратке расправе о овом дијелу активности објасните да ће група извести још једну активност да истакне разлике у учешћу мушкараца и жена у бризи о дјечи и кућним пословима.

3. Започните дискусију користећи питања испод.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

1. Које су разлике у учешћу мушкараца и жена у бризи о дјечи?
2. Како се ове разлике односе на различите улоге и могућности мушкараца и жена изван куће (нпр. школа, радно мјесто)?
3. По вашем мишљењу, које врсте права би жене требало да имају у погледу мајчинства и посла? А које врсте права би мушкарци требало да имају у погледу очинства и посла? (Ако је могуће, водитељ би требало да допринесе овој дискусији информацијама о државним законима о породичном одсуству за мајке и очеве).
4. Да ли је могуће за дјевојку да буде мајка, да студира и да ради? Каква врста подршке јој је потребна?
5. Да ли су неке одговорности важније од других?
6. Шта жене обично очекују од мушкараца у погледу њиховог учешћа у бризи о дјечи?
7. Да ли су мушкарци способни да се брину о дјечи као жене? Зашто да или зашто не?
8. Шта жене обично очекују од мушкараца у погледу обављања кућних послова?
9. Да ли су мушкарци способни да обављају кућне послове као жене? Зашто да или зашто не?
10. Да ли је важно за жене и њихове partnere да могу дијелити бригу о дјечи и кућне послове? Зашто да или зашто не?
11. Када је мушкарац незапослен, да ли он доприноси обављању кућних послова?
12. Које су предности равномјерне подјеле одговорности за бригу о дјечи и кућним пословима између жена и мушкараца?
13. Како жена може пронаћи времена да се брине о себи поред свих својих других одговорности?
14. Како мушкарац може пронаћи времена да се брине о себе, дјечи и другим одговорностима?
15. Шта сте научили током ове дискусије? Како то може помоћи да направите промјене у свом животу и везама?

ЗАВРШЕТАК:

Жене често усклађују многе улоге и одговорности – код куће и изван ње. Што се тиче дјече, често су жене те које преузимају примарне одговорности. Међутим, важно је запамтити да ако и када је отац укључен у бригу о дјечи то није искључиво повезано са биолошким карактеристикама, већ више зависи од тога како су мушкарци и жене одгојени и да ли су одгојени да вјерују да се мушкарци такође могу

бринути о дјечи. Иако су дјевојчице и жене често одгајане од малих ногу да се брину за дјецу, мушкарци такође могу научити да се брину о дјечи – и научити да то добро раде. Као мајке, сестре и супруге можете помоћи да подстакнете дјечане и мушкарце да учествују у бризи о браћи и сестрама и другој дјечи, тако да могу вјежбати вјештине потребне да буду добри очеви и старатељи.

Радионица 39: Све у исто вријеме

ЦИЉ:

Дискутовати о вишеструким улогама и одговорностима које жене често преузимају и о важности дијелења одговорности за бригу о дјечи и кућним пословима са мушкарцима.



ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Хемијске или обичне оловке.



ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута



ПЛАНИРАЊЕ:

Прије сесије водитељ би требало да истражи државне законе и политике које се односе на породично одсуство за мајке и очеве које може подијелити са учесницима.

ПРОЦЕДУРА:

1. Узмите лист флипчарт папира и подијелите га на двије колоне. У једну колону напишите "мајка", а у другу "отац". Реците учесницима да размисле о свему што им пада на памет када чују ове ријечи. Запишите то у одговарајуће колоне.
2. Сада замијените ријечи "мајка" и "отац" и прођите поново кроз колоне (исто као у и активности "Шта је то што зовемо род"). Осим оних активности које су условљене биолошким разликама (као што је дојење) све остало је резултат родних улога.

ОПЦИОНАЛНИ КОРАК:

Можете додатно спровести сљедећу активност

- › Подијелите учеснике у три мање групе. Замолите једну од група да напусти просторију на неколико тренутака. Реците другим двије-ма групама да ће једна представљати "мушкарце са дјецом", а друга ће представљати "жене са дјецом". Замолите трећу групу да се врати у просторију и реците им да ће они бити "публика". Напомена: Важно је да група "публика" не зна задатке које су друге групе добиле.
- › Реците првим двијема групама да оду у су-

протне углове собе. Објасните им да ће изговарати различита доба дана и да они треба да у тишини одглуме активност коју би обављали у том конкретном тренутку у зависности од тога да ли су жене са дјецом или мушкарци са дјецом. Трећа група ће бити одговорна за посматрање активности које двије групе обављају у различито доба дана.

- › Изговорите различита доба дана, на примјер: 5 сати ујутро, 10 сати ујутро, подне, 3 сата послје подне, 5 сати послје подне и 10 сати навече. Како изговарате свако од ових доба дана, прве двије групе би требало да почну опонашати активности које би жене са дјецом или мушкарци са дјецом обављали у то одређено доба дана. Дајте им неколико минута да наставе опонашати активности повезане са одређеним добима дана прије него што изговорите друго доба дана. Водитељ може такође изговорити и конкретније вријеме и дан у седмици, на примјер: 6 сати ујутро на годишњем одмору, подне у суботу, 3 сата послје подне у понедељак. Подсјетите трећу групу да би они требало да посматрају обје групе и да идентификују сличности и разлике које ће коментарисати по завршетку активности.
- › Замолите трећу групу, ону којој је додијељена улога "публике", да са остатком групе подијеле неке сличности и разлике које су

Радионица 40: Шта је посао жене?

ЦИЉ:

Дискутовати о традиционалним родним подјелама које постоје у различитим врстама послова.

ПОТРЕБНИ МАТЕРИЈАЛ:

Флипчарт папир и маркери.

ПРЕПОРУЧЕНО ВРИЈЕМЕ:

45 минута

ПЛАНИРАЊЕ:

Није потребно.

ПРОЦЕДУРА:

- Објасните учесницима да је сврха ове активности дискутовати о врстама послова које традиционално обављају жене и мушкарци.
- Подијелите лист папира и оловку сваком учеснику. Замолиите сваког учесника да направи листу свих различитих врста послова које обављају различити појединци у њиховој породици, укључујући и њих саме. Замолиите учеснике да размисле о врстама посла које обављају мушки рођаци у поређењу са врстама посла које обављају женски рођаци. За групе са ниским нивоом писмености подијелите учеснике у парове или мале групе и замолиите их да дискутују о овим питањима.
- Дајте учесницима 10-15 минута за писање и/или дискусију.
- Замолиите сваког учесника да подијели неколико примјера са своје листе са остатком групе. Они би требало да нагласе да ли сваку врсту посла обављају мушкарци, жене или и једни и други.
- Напишите наведене различите врсте послова на флипчарт папир. Направите листу оних врста послова које обављају мушкарци, листу оних које обављају жене и листу оних које обављају оба пола.
- Након што су сви учесници дали свој допринос, прегледајте листу коју сте направили са врстама послова које обављају мушкарци и онима које обављају жене. Прођите кроз сваку ставку и питајте учеснике да ли ту врсту посла могу такође обављати оба пола. Ако учесници кажу да неки посао не могу обављати оба пола, реците им да додатно

размисле о овоме и преиспитају своје размишљање, све док група не дође до коначног схватања да ову врсту посла вјероватно могу обављати оба пола.

- Укључите учеснике у дискусију о родној подјели посла користећи питања за дискусију испод.

АЛТЕРНАТИВНА ПРОЦЕДУРА: Нека сваки учесник напише или издиктира врсте послова које обављају различити појединци у њиховој породици, укључујући и њих саме, појединачно, на малим папирима. Пресавијте ове папире и ставите их у корпу. Подијелите групу у два тима. Један по један, нека један учесник из сваког тима извуче папир и одглуми оно што је написано у тишини. Тим из којег потиче глумац/глумица би требало да покуша да погоди коју врсту посла он/она глуми. Ако тим не може да погоди, дајте другом тиму прилику да погађа. Онај тим који тачно погоди врсту посла добија један поен. Ова игра се може играти све док се сви папирећи са наведеним пословима не извуку или док водитељ не осјети да је група довољно анимирана. На флипчарт папире напишите листу активности које су одглумљене и затим замолиите учеснике да дискутују о наведеним питањима.

ПИТАЊА ЗА ДИСКУСИЈУ:

- Да ли постоје одређене врсте послова које чешће обављају мушкарци? Да ли постоје одређене врсте послова које чешће обављају жене? Који су разлози за те разлике?
- Ако није наведено – да ли се брига о дјечи и домаћинству сматра послом? Зашто да или зашто не? Ко је бољи у бризи о дјечи и домаћинству, мушкарци или жене? Зашто? Да ли мислите да жене имају инстинкт за ову врсту посла? Објасните.
- Да ли вјерујете да постоје одређене врсте послова које жене нису у стању да обављају? Зашто? Које су то врсте послова?
- Да ли вјерујете да постоје одређене врсте послова које мушкарци нису у стању да обављају? Зашто? Које су то врсте послова?
- Која је улога породице у обликовању и репродукцији норми о томе шта је посао мушкарца, а шта је посао жена? (види оквир са текстом – Барбике, играчке камиони и чему нас они уче о послу)
- Да ли је женама лакше да пронађу посао него мушкарцима? Објасните.
- Да ли вјерујете да је у реду да послодавац не запосли жену зато што би могла остати у другом стању или већ јесте?
- Жене су слабије плаћене за обављање истих послова као мушкарци. Зашто?
- Постоји мање жена на вишим руководећим позицијама него мушкараца, постоји мање извршних директора и жена на позицији моћи уопште, зашто?
- Да ли је жени са високим образовањем лакше да пронађе посао него жени са нижим образовањем или без образовања? За које врсте посла вам треба виши ниво образовања?
- Што сте научили у овој активности? Јесте ли научили нешто што можете примијенити у свом животу и везама? Да ли ћете направити било какве промјене као резултат ове активности?

ЗАВРШЕТАК:

Идеја да одређене врсте послова треба да обављају жене, а друге мушкарци заснована је на социјализацији, а не биологији. Веће учешће жена у пословима који захтијевају старање и вјештине вођења домаћинства је директно повезано са чињеницом да су дјевојчице и дјевојке често одгојене да помажу у овој врсти послова код куће, припремајући их на тај начин за ову врсту плаћеног рада у будућности. Нажалост, оне активности које углавном обављају дјевојке и жене, укључујући кућне послове,

старање и неформалне активности на тржишту, и даље су потцијењене или игнорисане од стране друштва и понекад од стране самих жена. Важно је препознати огроман допринос који жене увијек дају у кући и изван куће и знати да је могуће да жене преузму активности које традиционално обављају мушкарци, баш као што је могуће да мушкарци, заузврат, преузму оне активности које традиционално обављају жене укључујући кућне послове и бригу о дјечи.

Барбике, играчке камиони и чему нас они уче о послу

Током дискусије такође би могло бити интересантно да замолите учеснике да размисле о различитим играчкама са којима се играју дјечаци и дјевојчице и могућим везама са врстом посла коју мушкарци и жене чешће обављају. На примјер, дјевојчице се често играју луткама и таквим играчкама које опонашају улоге старања и кућних послова. Дјечаци се често играју аутићима, коцкама и другим играчкама које опонашају агресивне и такмичарске улоге. Разговарајте о томе како су ова рана искуства дио социјализације у којој и дјевојчице и дјечаци уче да се идентификују са одређеним врстама послова и интересовања.

Дјевојке и учешће заједнице

Учешће заједнице се може дефинисати као процес подизања свијести и мобилизације који омогућава појединцима и групама да идентификују и разумију своје потребе и да траже рјешења која побољшавају њихове животе и заједнице (Nupes, 2006). Ова рјешења могу укључивати помоћ у бризи за дјецу из комшилука, помоћ некоме да оде до клинике или болнице, позајмљивање новца пријатељу или комшији или друге активности које појединци и групе могу учинити да допринесу добробити других и побољшању животног стандарда у заједници.

Учешће заједнице и оснаживање

Рад у оквиру учешћа заједнице олакшава дјевојкама да преиспитају законе и социокултуролошке норме које стварају и одржавају неједнакости. Дјевојке морају схватити да су ове законе и норме створиле групе људи – то јест, да они нису урођени и непромјенљиви – и да оне саме могу предложити и донијети измјене ових закона кроз политичку мобилизацију. Кроз ово схватање дјевојке могу почети да развијају критичку свијест и препознају своју моћ да обликују своје животе и заједнице. У том смислу учешће постаје основни алат и за учење и за оснаживање. Ми дефинишемо оснаживање као "повећање моћи и личне и колективне самосталности појединаца и друштвених група у њиховим интерперсоналним и институционалним односима, првенствено оним који се односе на репресију, доминацију и друштвену дискриминацију" (Vasconcelos, 2003). Оснаживање зависи од индивидуалног и колективног учешћа у идентификовању проблема и раду на промјенама. У Педагогији и аутономији (2005) Paulo Freire наглашава да можемо постати свјесни репресије односа само кроз самостално учешће појединаца у процесу ослобађања, а не искључиво пружањем информација – то јест, да бисмо схватили репресију, морамо учествовати у сопственом ослобађању. Упознавање своје заједнице је још један важан корак у процесу оснаживања. Смисленије интеракције са заједницом и дубље разумијевање њених ресурса воде ка снажнијој мобилизацији и значајнијим промјенама.

Дјевојке и учешће заједнице

Промовисање учешћа дјевојака у њиховим заједницама може им пружити прилику да оду даље од размишљања и дискусија које су садржане у овом приручнику и да раде на томе да трансформишу своје локалне реалности. Развој индивидуалних и критичких тачака гледишта је пресудан корак у прикупљању колективних гласова потребних за рјешавање хитних друштвених питања (Fischer, 2002). Осим тога, изградња осјећања припадности друштву и укључености у заједничке активности могу помоћи дјевојкама да повећају своје самопоштовање и остваре своје тежње (Putnam, 2003). Такође је од суштинске важности помоћи младим и одраслим људима да разговарају једни са другима, посебно о темама које се сматрају табу темама или тешким темама. Одрасли водитељи могу понудити младима информације и подршку у откривању свијета одраслих. Укључивање дјевојака у интерактивне активности са различитим лидерима из заједнице може проширити њихове мреже и дати им приступ новим и важним изворима информација. Користећи аналогију из природе можемо рећи да су учесници способни да плету мреже повезивања и на тај начин стварају мреже које постају све веће и веће. Студија спроведена у САД је показала да су млади из урбаних подручја са ниским приходима, који су створили партнерство са одраслима, чешће тражили и добијали подршку и могућности (Costa, 2003). Ови млади људи су такође имали више могућности да сазнају о свијету одраслих и да добију практичне информације о темама, као што су уписивање на факултет, норме и очекивано понашање на радном мјесту.

Ове активности у вези са учешћем заједнице имају циљ да подстакну укључивање дјевојака у процес индивидуалног и колективног размишљања о својим заједницама и да створе окружење у којем могу радити заједно на рјешавању локалних проблема. Током овог процеса дјевојке не само да комуницирају са другим младим људима који се суочавају са сличним проблемима, већ такође и са појединцима из шире заједнице, као што су лидери у заједници, вјерске вође и представници локалних организација. Важно је да тематска размишљања предложена у овом приручнику донесу помак према индивидуалној и колективној трансформацији околности у заједници. Осим тога, учешће у активностима у заједници је катализатор за индивидуалне трансформације, као што смо видјели раније.

Размишљање о нашим околностима и дјеловање на њих омогућава нам да откријемо алате који могу довести до личне промјене и допринијети трансформацији наших локалних стварности, што је повезано са идејом оснаживања. Ово оснаживање кроз учешће повећава наше самопоштовање и продубљује наше осјећање припадности и наше осјећање контроле над нашим животима. Укључивање младих у заједничке активности је такође средство мобилизације. Изузетно је важно идентификовати и максимизирати постојеће мреже, тако да интервенције могу бити што је могуће ефикасније, уз истовремено препознавање доказа о улози коју учешће заједнице игра у добробити и здрављу младих.

—
ПО
ГЛА
ВЉЕ
—

3

Буди промјена
којој тежиш!

Година 1-4:

Ресурси за организацију кампања и комплементарних активности укључивања младих у промоцију позитивних ставова и вриједности.

Буди промјена којој тежиш!

Буди промјена коју желиш да видиш!

Поред спровођења едукативних радионица, важан сегмент у имплементацији Програма М (Програм У) су комплементарне кампање које се спроводе у школама, али и локалним заједницама. Примјер успјешне и препознатљиве кампање коју су спроводиле бројне локалне и регионалне организације је "Буди Мушко". Концепт "Буди Мушко" је стратегија која је осмишљена на начин да прати и подржава извођење едукативних сесија. Путем ове кампање младима се шаљу поруке у вези са темама обухваћеним едукативним сесијама. На овај се начин продужава "позитиван" ефекат сесија, чиме се доприноси континуитету позитивног утицаја на младе. Такође, кампање подстичу мобилизацију младих и развој позитивних друштвених и вршњачких група који у одређеној школи или локалној заједници, гласно и у групама, заступају идеологију демократије и толеранције, као и нулте толеранције према насиљу и предрасудама који су основа за појаву различитих облика насиља.

Уз подршку домаћих стручњака у области адвертајзинга, Смарт Колектив је за потребе овог пројекта осмислио кампању БУДИ МУШКО, чији је циљ промовисање вриједности ненасилног понашања, родне равноправности и развијање свијести о одговорном сексуалном понашању.

Пројекат и кампања се ослањају на искуства партнерске организације Института Промундо Бразил, која је развила ефикасну методологију партиципативног приступа у креирању кампања за смањење насиља међу младима у фавелама Рио де Жанеира.

Социјална кампања "Буди Мушко" иновативни је приступ подизања свијести о постојећим проблемима у друштву, а подразумијева активно учешће средњошколаца који учествују у извођењу радионица или су присуствовали радионицама и желе активно допринијети позитивним друштвеним промјенама.

Школе могу самостално спроводити активности кампање, а интернет страница <http://www.youngmeninitiative.net/ba/> пружа различите ресурсе, материјале и смјернице за њихово планирање, адаптацију и реализацију.

Упознај Програм М!

Досадашње праксе у спровођењу активности у оквиру Програма М су показале да важан дио "припреме" ученика за њихово активно учешће у едукативним радионицама и другим пратећим садржајима је уводна тзв. теасер кампања. Теасер у преводу значи задиркивати, стога су у контексту Програма М теасер кампање вид комуникације који код ученика побуђује интересовање, али не нуди све одговоре. Кампање се спроводе прије почетка реализације едукативних радионица и њихов циљ је да "заголицају" машту ученика и побуде интересовање за активности које слиједе, а дио су Програма М.

Тизер кампање се могу спроводити на различите начине, а у наставку нудимо примјере из Сарајева, Београда, Бање Луке, Мостара и Загреба:

1. Графит испред школе

У договору са школом испред школе је преко ноћи иППИсан велики графит са поруком "Буди мушко". Ујутро, по доласку ученика у школу, велики број њих је од наставника и другог школског особља тражио појашњење о томе ко и зашто је направио поменути графит. На питање ученика, наставници и педагози су објаснили да се ради о изненађењу и да ће ученици све одговоре добити седам дана од израде графита. Након седам дана у школи је организована презентација "Буди Мушко – укључи се!" током које су представљене едукативне радионице и други пратећи занимљиви садржаји.

2. Постери у школи

У сарадњи са особљем школе договорено је да се на најпрометнијим локацијама у школи поставе постери са поруком "Да ли сте спремни за Буди Мушко активности?". Током великог одмора група ученика је у холове и просторе око кантине поставила поменуте постере, но у договору са особљем школе ученицима није објашњено о чему се ради. Иако су ученици тражили појашњење, педагози и наставници су рекли да се ради о изненађењу, што је додатно заинтригирало ученике и побудило интензивно интересовање. Седам дана касније у главном холу школе организована је презентација "Буди Мушко – укључи се!" током које су представљене едукативне радионице и други пратећи занимљиви садржаји.

Велики одмор је најбоље вријеме за извођење активности овог типа теасер кампање, јер су сви ученици у главном ходнику па је онда и акцију лакше извести на једном централном мјесту.

3. Препознај Програм М

Програм Иницијатива младића је прошао бројне еволуцијске измјене. Иако је у првобитном облику програм био усмјерен на рад са младићима, касније, сходно идентификованим потребама школа и заједница, програм је проширен и на дјевојке. Оно што је остало исто и препознатљиво је визуални идентитет програма и основна порука "Буди мушко", јер она охрабрује младиће да се супротставе ригидним и штетним друштвеним нормама, праксама и ставовима



и преиспитају своје ставове и њихову корелацију са понашањем. Дјевојке у том процесу имају своје мјесто, јер поред индивидуалне добите, које дјевојке остварују учешћем у радионицама, кампањама и креативним активностима, посебну улогу имају у формирању позитивних вршњачких група које младиће и дјевојке укључују у процес трансформације штетних друштвених норми и пракси.

Кампање на прометним локацијама

Млади који пролазе едукације и код којих су уочене позитивне промјене инициране Програмом М могу бити сјајни савезници у мобилизацији шире локалне заједнице и промоцији позитивних друштвених вриједности и промјена. Примјере активности које су чланови "Буди мушко" клубова реализовали у својим градовима нудимо вам у наставку текста.

1. БМК акција исписивања порука кредом по улици ("chalk walk")

Чланови "Буди мушко" клубова могу организовати једноставну, али ефикасну јавну акцију исписивања порука кредом ("chalk walk"). Чланови клубова могу сакупити и користити шарене креде да напишу и оставе поруке и пароле БМК-а на тротоарима на адекватним, фреквентним локацијама (школска дворишта, тргови, пјешачке зоне и друга јавна мјеста гдје су оне уочљиве) истовремено позивајући своје вршњаке и пролазнике да им се придруже. Занимљиво је да се понекад овим акцијама придруже и професори у писању порука. Неке од порука које могу бити написане су, на примјер: "Мушкарац није ловац, жена није трофеј", "Користи силу аргумената, а не силу као аргумент", "Ако 'НЕ' чујеш као 'ДА', научи матерњи језик", "Ако ти пукне филм – ниси мушкарац него фотоапарат" итд. Предност ове акције је да поруке неко вријеме остају на тротоарима и видљиве су практично цијелој школској популацији, на примјер, као и да чланови клуба привлаче велику пажњу својих вршњака приликом спровођења ове акције, што такође представља добру прилику за вербалну промоцију вриједности Клуба и дистрибуцију материјала као што су брошуре, леци, наљепнице и беџеви. Неопходни ресурси су мотивисани млади чланови клуба (што више то боље), довољно креде у боји и, опционално, штампани промотивни и едукативни материјали, а такође се могу користити и штандови, заставе Клуба и транспаренти. Припремни састанак такође би требало да укључи размишљање (брејнсторминг) и дефинисање свих порука за ову акцију, уз навођење примјера из претходних кампања. Ова акција треба да буде добро покривена фотографијама/видео-снимцима које би требало објавити на друштвеним мрежама гдје могу допријети до великог броја младих.

2. БМК акција "Instagram" оквир

За ову акцију потребно је дизајнирати "Instagram" (или "Facebook") оквир, величине око 1x1м, од лаког материјала који је лако носити, са препознатљивим "Буди мушко" визуелним елементима и насловима/слоганима, а такође се могу написати и одговарајући хештегови (енг. hashtag). Чланови БМК-а треба да оду на популарне локације на којима се могу наћи млади људи и понесу оквир са собом (то може бити школско двориште или градски трг, парк итд) и да замоле младе људе да се фотографишу унутар оквира истовремено им објашњавајући циљ кампање, на примјер подизање свијести о превенцији родно заснованог насиља, интервенције посматрача или неке друге теме, уз промовисање БМК-а

и његових вриједности и порука. На тај начин се млади људи упознају са нашим кампањама, циљевима и вриједностима, а фотографисањем пружају подршку кампањи. Овај тип акције је добар за ширење на друштвеним мрежама, јер млади људи воле да виде своје фотографије са активности и на тај начин она допире до великог броја младих дијелењем и означавањем (енг. tag). Осим "Инстаграм" оквира, оно што је потребно је фотоапарат или мобилни телефон са добром камером, промотивни/едукативни материјали за дистрибуцију и, као и увијек, добар тим младих активиста. Ова акција се такође може реализовати заједно са неким другим догађајем, као што је школски спортски турнир, акција иППИсивања порука кредом ("chalk walk"), цртање БМК графита, сајам младих итд.

3. БМК акција – обиљежавање Међународног дана жена

БМК чланови спровели су акцију у оквиру које су дијелили мале кутије поводом обиљежавања Међународног дана жена. Акција која је изведена у тржном центру "Meras Mall", поред истицања вриједности и важности жена, покушала је да приближи грађанкама и грађанима идеологију и рад овог клуба основаног 2009. године.

У малим кутијама, које су дијелили дјевојке и младићи, чланови БМК-а, налазио се слаткиш и кратка биографија жена које су направиле и праве промјене у Босни и Херцеговини данас. Седамнаест дјевојака из цијеле Босне и Херцеговине промовисано је кроз ову акцију: спортисткиње, политичарке, првакиње у хип-хоп плесу итд.

Поред спровођења ове акције на јавним мјестима, она је такође спроведена у школама и у кантоналном Министарству образовања, дан послје Међународног дана жена (с обзиром на то да је Међународни дан жена био у недељу). Чланови БМК-а су подијелили ове кутије свим запосленима у наведеним институцијама.

Укупно 1.000 кутија подијељено је женама и мушкарцима, с обзиром на то да је смисао ове акције промовисање жена и онога шта су оне способне да ураде, а не само да им се дају поклони.

Поред ове кампање, спроведена је промотивна активност прије почетка кампање. Чланови БМК-а користили су Фацебоок страницу Буди мушко клуба за промоцију свих жена укључених у ову кампању. На овај начин промовисали смо овај догађај, а истовремено смо додатно промовисали жене и њихове успјехе.

4. БМК акција – обиљежавање Међународне седмице здравља мушкараца

Чланови БМК-а спровели су акцију за промоцију здравља мушкараца у склопу активности које су имплементирале широм свијета током Међународне седмице здравља мушкараца. Акција која је спроведена у Мостару има два дијела:

- › Представљање здравих животних стилова људима тако што су млади људи возили бицикле за вријеме ове акције,

Кампање на прометним локацијама

Млади који пролазе едукације и код којих су уочене позитивне промјене инициране Програмом М могу бити сјајни савезници у мобилизацији шире локалне заједнице и промоцији позитивних друштвених вриједности и промјена. Примјере активности које су чланови "Буди мушко" клубова реализовали у својим градовима нудимо вам у наставку текста.

1. БМК акција исписивања порука кредом по улици ("chalk walk")

Чланови "Буди мушко" клубова могу организовати једноставну, али ефикасну јавну акцију исписивања порука кредом ("chalk walk"). Чланови клубова могу сакупити и користити шарене креде да напишу и оставе поруке и пароле БМК-а на тротоарима на адекватним, фреквентним локацијама (школска дворишта, тргови, пјешачке зоне и друга јавна мјеста гдје су оне уочљиве) истовремено позивајући своје вршњаке и пролазнике да им се придруже. Занимљиво је да се понекад овим акцијама придруже и професори у писању порука. Неке од порука које могу бити написане су, на примјер: "Мушкарац није ловац, жена није трофеј", "Користи силу аргумената, а не силу као аргумент", "Ако 'НЕ' чујеш као 'ДА', научи матерњи језик", "Ако ти пукне филм – ниси мушкарац него фотоапарат" итд. Предност ове акције је да поруке неко вријеме остају на тротоарима и видљиве су практично цијелој школској популацији, на примјер, као и да чланови клуба привлаче велику пажњу својих вршњака приликом спровођења ове акције, што такође представља добру прилику за вербалну промоцију вриједности Клуба и дистрибуцију материјала као што су брошуре, леци, наљепнице и беџеви. Неопходни ресурси су мотивисани млади чланови клуба (што више то боље), довољно креде у боји и, опционално, штампани промотивни и едукативни материјали, а такође се могу користити и штандови, заставе Клуба и транспаренти. Припремни састанак такође би требало да укључи размишљање (брејнсторминг) и дефинисање свих порука за ову акцију, уз навођење примјера из претходних кампања. Ова акција треба да буде добро покривена фотографијама/видео-снимцима које би требало објавити на друштвеним мрежама гдје могу допријети до великог броја младих.

2. БМК акција "Instagram" оквир

За ову акцију потребно је дизајнирати "Instagram" (или "Facebook") оквир, величине око 1x1м, од лаког материјала који је лако носити, са препознатљивим "Буди мушко" визуелним елементима и насловима/слоганима, а такође се могу написати и одговарајући хештегови (енг. hashtag). Чланови БМК-а треба да оду на популарне локације на којима се могу наћи млади људи и понесу оквир са собом (то може бити школско двориште или градски трг, парк итд) и да замоле младе људе да се фотографишу унутар оквира истовремено им објашњавајући циљ кампање, на примјер подизање свијести о превенцији родно заснованог насиља, интервенције посматрача или неке друге теме, уз промовисање БМК-а

и његових вриједности и порука. На тај начин се млади људи упознају са нашим кампањама, циљевима и вриједностима, а фотографисањем пружају подршку кампањи. Овај тип акције је добар за ширење на друштвеним мрежама, јер млади људи воле да виде своје фотографије са активности и на тај начин она допире до великог броја младих дијелењем и означавањем (енг. tag). Осим "Инстаграм" оквира, оно што је потребно је фотоапарат или мобилни телефон са добром камером, промотивни/едукативни материјали за дистрибуцију и, као и увијек, добар тим младих активиста. Ова акција се такође може реализовати заједно са неким другим догађајем, као што је школски спортски турнир, акција иППИсивања порука кредом ("chalk walk"), цртање БМК графита, сајам младих итд.

3. БМК акција – обиљежавање Међународног дана жена

БМК чланови спровели су акцију у оквиру које су дијелили мале кутије поводом обиљежавања Међународног дана жена. Акција која је изведена у тржном центру "Meras Mall", поред истицања вриједности и важности жена, покушала је да приближи грађанкама и грађанима идеологију и рад овог клуба основаног 2009. године.

У малим кутијама, које су дијелили дјевојке и младићи, чланови БМК-а, налазио се слаткиш и кратка биографија жена које су направиле и праве промјене у Босни и Херцеговини данас. Седамнаест дјевојака из цијеле Босне и Херцеговине промовисано је кроз ову акцију: спортисткиње, политичарке, првакиње у хип-хоп плесу итд.

Поред спровођења ове акције на јавним мјестима, она је такође спроведена у школама и у кантоналном Министарству образовања, дан послје Међународног дана жена (с обзиром на то да је Међународни дан жена био у недељу). Чланови БМК-а су подијелили ове кутије свим запосленима у наведеним институцијама.

Укупно 1.000 кутија подијељено је женама и мушкарцима, с обзиром на то да је смисао ове акције промовисање жена и онога шта су оне способне да ураде, а не само да им се дају поклони.

Поред ове кампање, спроведена је промотивна активност прије почетка кампање. Чланови БМК-а користили су Фацебоок страницу Буди мушко клуба за промоцију свих жена укључених у ову кампању. На овај начин промовисали смо овај догађај, а истовремено смо додатно промовисали жене и њихове успјехе.

4. БМК акција – обиљежавање Међународне седмице здравља мушкараца

Чланови БМК-а спровели су акцију за промоцију здравља мушкараца у склопу активности које су имплементирале широм свијета током Међународне седмице здравља мушкараца. Акција која је спроведена у Мостару има два дијела:

- › Представљање здравих животних стилова људима тако што су млади људи возили бицикле за вријеме ове акције,

› Подјела едукативних материјала.

За ову акцију креиране су двије врсте промотивних материјала: наљепнице и брошуре. Више од 200 људи је било директно укључено у ову акцију добијањем информација и материјала.

5. Валентиново (Дан заљубљених)

Валентиново је Дан заљубљених, али за активне БМК чланове уједно и прилика да се на овај дан на прометним локацијама у Сарајеву и Бањој Луци организују активности промоције позитивних међувршњачких односа, посебно у контексту веза које млади успостављају са својим симпатијама. Насиље у везама нема оправдање, па су млади у оквиру акције разговарали са пролазницима о љубави, поштовању, једнакости и равноправности. Потребни материјал: балони, лизала у облику срца и инфо пулт са промотивним материјалима.

У оквиру акције пролазницима је представљен Програм М и активности које млади имплементирају с циљем промоције здравља и превенције насиља. Осим информација и позитивне поруке о сигурној љубави, БМК момци су дијелили лизала у облику срца младим људима на улици и испред ББИ центра. Случајни пролазник, тј. дјечак је рекао нашем волонтеру: "Задовољство је живјети у граду гдје постоји организација као што је ваша, организација која брине о младим људима, који шире љубав и све то раде за нас, без икаквих очекивања (у вези са бесплатним услугама које су дио нашег Пријатељског центра за здравље младих)".



6. Свјетски дан здравља

У оквиру кампање обиљежавања Свјетског дана здравља група младих је организовала посебан вид едукације по методологији "Учи гдје стигнеш". На прометном мјесту је инсталирана учионица за пролазнике. Грађани су могли слободно доћи на "часове", буду дио учионице и слушају и дискутују о здрављу, превенцији насиља, здравим стилевима живота те Пријатељском центру за здравље младих, HIV и AIDS-у и контрацепцији.

7. БМК-овци на врху Требевића

Учење је цјеложивотни процес, учимо прије школовања, током школовања и након школовања. Управо са намјером да своје вршњаке подсјете на значај учења, представници БМК Сарајево су одлучили да уче на необичном мјесту, на врху планине Требевић, тачније 1.629 метара изнад нивоа мора. У оквиру поменуте активности чланови "Буди Мушко Клуба" Сарајево организовали су на врху Требевића едукативну радионицу и на тај начин показали да мјесто и вријеме не могу бити препрека учењу.

*Потребни материјал и ресурси:
Прва помоћ, група младих и вриједних људи и планина.*



Многе од активности БМК-а, које се рекламирају путем њихових мулти-медиијалних пројеката, су друштвене акције које не представљају типичне ствари које млади тинејџери раде. Оне представљају врсте активности које су промовисане као оне које доликују "правом мушкарцу." Дом за дјецу без родитељског старања посјетило је 25 младића и дјевојака, који су, да би направили видео, донијели играчке дјеци, играли се са њима, укључили неке од њих у фудбалску утакмицу и позвали их да се придруже БМК-у. Видео приказује искуства младих људи који нису тамо били само да направе интервју са директором за свој документарни филм него да остваре интеракцију са малом дјецом која немају родитеље и која су усвојила насиље као одговор на проблеме у њиховим животима. Али су такође видјели какву радост је малој дјеци донијело играње са новим играчкама. Сви тинејџери су осјетили потребу да се врате у Дом и открију шта још могу урадити за њих.

БМК ТВ су потом своју пажњу усмјерили на снимање едукативних филмова. Неколико чланова БМК ТВ су се придружили филмској екипи, улога других је била да раде на изради сценарија за кратке филмове, док су остали били глумци. Укупно око 25 ученика учествовало је у процесу снимања филма. У 2013. години БМК ТВ Сарајево је завршио комплет од пет филмова на сљедеће теме:

- › Насиље
- › Притисак вршњака
- › Дроге и алкохол
- › Сексуално и репродуктивно здравље
- › Асоцијација ХУ

9. Улична кампања – flash mob

Циљ ове активности је допринос подизању свијести о злоупотреби алкохола и вожњи под утицајем алкохола. Да би се реализовала ова кампања потребно вам је најмање петоро младих људи који су спремни да учествују у flash mob активности, празне флаше од пива или неког другог алкохолног пића (могу бити напуњене лажним алкохолом – соком) и аутомобил.

Поступак активности се састоји у томе да петоро младих људи који се претварају да су видно пијани приђу аутомобилу у намјери да га возе. Они би заиста требало да одглуме сцену на начин да људи око њих помисле да су пијани и да желе у таквом стању да уђу у аутомобил (они могу бити гласни, како би привукли пажњу других људи). Када отворе врата аутомобила почињу да се расправљају о томе ко ће возити и наводе своје разлоге за то. У том тренутку (али и од почетка) требало би да гледате како их други људи посматрају и какви су њихови ставови према томе. Када им тихи посматрач приђе и жели да их заустави, сви би требало да му/јој аплаудирају. Након тога свих пет учесника узимају транспаренте из пртљажника на којима можете написати неке поруке попут: "Када пијеш не вози" итд. Током ове акције било би добро да неко сними ову акцију камером.

Средства потребна за имплементацију ове активности: аутомобил, барем петоро младих људи, један волонтер који ће интервенисати ако нико други

8. БМК ТВ

Иницијатива младића је искористила креативне радионице за развој својих кампања и ангажовање младих људи у овај пројекат. Како чланови "Буди Мушко" клубова и млади из Форума младића учествују у едукативним радионицама, омладинским камповима и другим активностима које организују партнери, они откривају разноврсне начине за изражавање онога што су научили, нпр. о родно равноправним и ненасилним праксама и за промовисање кључних порука. Овај процес их оснажује и он представља моћно средство да се допре до великог броја младих људи. Креативне радионице уче младиће и дјевојке широком спектру мултимедиијалних техника, као што су прављење филмова, фотографија, снимање пјесама, ди-џејинг, плес и разни облици уличне умјетности. Након више од три године ангажовања младића у своје активности кампање, омладинске кампове и "teaser"¹⁰⁴ кампање у школама итд.

Тако је почетком 2012. године "Буди Мушко Клуб" Сарајево идентификовао 11 активних младих људи, укључујући и једног ромског тинејџера, који су редовно присуствовали тренинзима и организовао за њих мулти-медиијалне креативне радионице за израду видео-материјала и кратких филмова. Ова група је од професионалног сниматеља научила како да користи видео-опрему. Они су прошли обуку коју су им држали бројни други стручњаци – новинар, радио-водител, режисер и музички уредник. Радионице су практичне и укључују стварну праксу израде документарних и кратких филмова. Група је морала научити како да интервјуише славне личности и младе људе, што су и успјели током шестомјесечне обуке. За то вријеме појединачни чланови тима су развили своје таленте у правцу њихових преференција, нпр. сниматељ или новинар. Ученици су имали привилегију да раде заједно са познатим стручњацима у свом послу, као што су Зоран Ћатић, новинар са репутацијом заштитника права на слободу говора, омладинског радника и директора радио-станице. Управо је Ћатић предложио групи идеју израде радио-емисије. Када је њихова прва радио-емисија емитована уживо на ЕФМ радију (популарној радио-станици коју воде ученици) у мају 2012. године тим је био одушевљен тиме што је више од пола милиона људи имало прилику да чују о БМК покрету у Сарајеву. Ово је отворило врата за више радио и ТВ наступа за БМК ТВ екипу.

На крају овог процеса младићи су снимили свој први БМК ТВ документарцац. Они су такође направили неколико вијести и видео-извјештаја о својим различитим активностима:

- › Шта је БМК и Иницијатива младића? - Филм о Иницијативи младића и БМК Сарајево
- › Дјевојке против насиља – видео о иницијативи дјевојака у промовисању родне равноправности и превенцији насиља
- › Интервју са директором Дома за дјецу без родитељског старања
- › Отварање БМК у Дому за дјецу без родитељског старања Бјелаве – документарцац о отварању новог БМК-а за дјецу без родитељског старања
- › Буди мушко, помози старијима - видео-извјештај о хуманитарној акцији у Геронтолошком центру

104 — Тзв. предкампање којима се наговјештава главна кампања (прим. ауг.)

то не уради, флаше лажног алкохола, камера или телефон да фотографишете и/или снимите акцију.

Ова акција показује да се људи још тешко одлучују да интервенишу и спријече да се лоше ствари десе. Током ове акције само један младић, након доста времена, је интервенисао иако је градски трг на којем се акција дешавала био препун људи. Такође, припадници приватне сигурносне компаније су посматрали све ово и нису ништа учинили (једноставно су отишли). Транспаренти на крају били су савршен начин да буде завршен овај flash mob и остављене дуготрајне поруке у главама људи.

10. Улична кампања – flash mob

Промовисање тога да посматрачи не би требало да окрећу главу од насиља и да морају реаговати у смислу да помогну, а да при томе не доведу себе у опасност, основни је циљ ове активности.

Кораци за имплементацију активности:

1. 30 младих људи (може их бити више или мање, у зависности од простора) стану у круг и ставе повез преко својих очију.
2. На својим леђима имају поруке на којима пише: "Реагуј људски, помози жртви".
3. У центру круга двоје или више људи глуме сцене насиља (вербално, физичко...)

Средства потребна за имплементацију ове активности: Око 30 младих људи, повези за очи за све њих, мајица са поруком или написана порука на леђима људи (на папиру).

Док изводите сцене насиља људи нису спремни да интервенишу, јер виде да је то инсценирано због великог круга око њих, али им шаље снажну поруку да морамо реаговати у ситуацијама када видимо да се насиље дешава на начин да не доводимо себе у опасну ситуацију.

11. „Радионица сриједом“

Сваке сриједне позивамо младе људе из различитих школа да нам се придруже на радионицама и разговору о различитим темама. Понекад је ријеч о превенцији насиља, родној равноправности и слично, а понекад само разговарамо о проблемима са којима се они суочавају. Разлог због којег је ова група веома добра је зато што имамо мноштво младих људи из различитих школа, различитог нивоа знања, који потичу из различитих друштвених и културних средина и сви они разговарају једни са другима на начин којим се рјешавају проблеми. Радионице воде различити едукатори, од веома искусних до оних који никада нису водили радионице и на тај начин развијамо вјештине свих који долазе на ове радионице.

Искусни едукатори такође помажу мање искуснима да осмисле и спроведу радионицу са групом.

12. Наших 10 минута паметног разговора

Кроз ову активност доприносимо развоју вјештина и потенцијала младих људи пружајући им прилику да уче једни од других. Свако има своје приче и искуства и кроз њих учимо нове ствари. Стога ова активност даје прилику свим младим људима који желе да учествују да нам кажу на сваком састанку у отприлике 10 минута нешто о себи и/или да нас науче нечему за шта мисле да може бити корисно за нас.

Шта млади кажу о активностима које промовише Програм М: Армин Личина о укључивању у "Буди мушко клуб" (БМК)

Нешто се догодило у школи, нешто што је привукло моју пажњу. Нисам имао појма о чему се ради и желио сам сазнати...



Пажњу су ми привукли постери који су били необични. Одлучио сам да се упишем и сазнам о чему се ради. У почетку сам био прилично скептичан према свему томе, али како је вријеме одмицало почео сам да волим БМК, активности које су се дешавале и дружење са пријатељима. Желио сам да postanем другачији, да postanем добар примјер другима. Био сам привучен причама да сумомци из БМК-а одлични момци и пријатељи, те да се уз добру забаву и дружење нешто може и научити, што може бити корисно за мене и моје пријатеље. Мотивационе активности су такође биле добар подстицај да се укључим. Али те активности нису ништа у поређењу са изградњом мог карактера коју сам остварио уз помоћ БМК-а и коју ћу имати до краја живота. Непроцењиво!

Разлика је огромна. Искрено, не могу се замислити без БМК-а. Мој живот је ишао у погрешном смјеру прије него што се мој спасао, БМК, појавио. Прије БМК-а трошио сам вријеме узалуд. Кад сам се придружио БМК-у кроз радионице сам научио како прави мушкарац треба да се понаша. Нешто сасвим супротно Balkанском схватању

мушкарца. Методи који се користе у едукацији младих су одлични, то је нешто потпуно другачије од онога на што смо навикли у свом образовању до сада. Ако би школа примјењивала те методе, вјерујем да бисмо постали бољи млади људи са пуно више знања него што имамо сада. Кампови за лидере су друга прича. То је нешто што се не може заборавити. То је искуство живота. Групно образовање са пријатељима је одличан метод. То је најдјелотворнији метод да се допре до младих људи.

Кроз ова искуства стекао сам вјештине лидерства и научио сам како да приђем људима које сам срео први пут у животу. Раније сам био прилично затворен и у ствари нисам имао много пријатеља. Прошао сам кроз један напредни камп и примјетио сам разлику у томе како сам се понашао прије и после кампа. Поправио сам се. Схватио сам многе ствари које моји вршњаци неће схватити док не постану много старији. Моје комуникационе вјештине су се такође побољшале. Људи желе да буду моји пријатељи због начина на који се понашам захваљујући БМК-у. Научио сам да уживам у годинама своје младости на прави начин. БМК ми је такође помогао да схватим какав мушкарац се свиђа дјевојкама. Није најважније то како изгледате. Уживам у друштву дјевојака и моја репутација међу дјевојкама је пуно боља. Такође сам постао младић који је узор својим вршњацима, а у будућности ћу то исто бити својој дјечи.



Денис Хацовић о укључивању у "Буди мушко клуб" (БМК), Загреб

Ходао сам по школи и угледао необичан штанд у холу који је био окружен бројним ученицима. Пришао сам и упитао о чему се ради. Момци из БМК-а су ми објаснили и упитали ме да ли желим да им се придружим.

Прво сам одбио, јер сам мислило да је то глупост и нисам желио да се пријавим. Након двије седмице штанд је опет био у нашој школи и питао сам друга из разреда да ли би хтио ићи са мном. Након краћег разговора договорили смо се да се пријавимо. Отишли смо да се пријавимо и после школе смо отишли на наш први камп "Буди мушко клуба" за почетнике и тамо је све почело. Јако ми се свидио БМК камп и радионице на којима сам учествовао и супер смо се забављали у слободно вријеме.

На првом БМК кампу научио сам неке ствари које нисам знао о дрогама, алкохолу и сексу. Када смо се вратили из кампа остао сам активан у БМК-у, учествовао сам на многим радионицама и ишао сам на многа мјеста са БМК-ом. Све више и више сам се мијењао и учио још више. Прије БМК био сам само арогантни клинац, који није мислио о посљедицама које ће настати након што урадиш нешто глупо. Или, ако би неко почео да ме провоцира, одговорио бих му три пута јаче. Данас много више размишљам о неким стварима о којима никад прије нисам размишљао и много више контролишем емоције и реакције него раније.

БМК ме је научио много корисних ствари, не само о сексу, дрогама, алкохолу и слично, већ и много ствари које су корисне за живот. На примјер, вјештине преговарања, контрола бијеса и контрола емоција, да су сви људи једнаки без обзира на то да ли су црвени, жути, црни, рози или бијели, да ли су геј, стрејт или бисексуалне оријентације. Да нема БМК-а, ја бих вјероватно био онај исти арогантни клинац коме је стало само до туче, провоцирања и који ради глупе ствари.

Урош Радуловић о укључивању у "Буди мушко клуб" (БМК), Београд

Моја прича о "Буди мушко клубу" почела је почетком 2012. године. Почеле су радионице и привукле моју пажњу са темама које се разликују од оних ствари које обично радимо у школи и оне изгледају много другачије од уобичајених часова које имамо, па сам одлучио да останем и учествујем.



Временом су ми теме постале све више интересантне - са свим овим различитим темама, од родне равноправности до радионица о насиљу и како избјећи и спријечити насиље на ненасиљан начин до дрога, хомофобије, здравља и сл. То је све врло поучно и научио сам много ствари које нисам знао раније. Такође, почео сам више да поштујем дјевојке и жене, а такође и да поштујем мишљење других људи, њихове разлике и различитости.

Касније сам учествовао у Рима-Рома радионицама са реп групом "Грубб" младих ромских дјечака и неколико других БМК чланова. То су биле креативне музичке радионице које су такође имале циљ повећање толеранције и поштовања према Ромима и другим мањинама. За само два дана, у одличној и забавној атмосфери, уз много смијеха, направили смо пјесму под називом "Звук пали звучнике" у којој промовишемо борбу против дискриминације и ненасиље. Неколико мјесеци касније учествовали смо на Уличном фестивалу активизма "Врева" и извели ову пјесму. Ускоро ћемо више радити на овој пјесми, а можда и додати неке нове ствари.

Такође, овог љета сам био на два "Буди Мушко" кампа гдје сам научио много о вјештинама лидерства и о томе како постати прави лидер. Одржан је регионални камп у Хрватској, гдје сам упознао много различитих и сјајних људи из земаља у региону и видио сам и доживио много прекрасних ствари. Такође сам био на државном "Буди Мушко" кампу на језерима у Белој Цркви гдје смо такође научили нове ствари и добро се забавили.

Уз помоћ БМК-а и кроз све ове различите активности, схватио сам неке важне ствари у животу, да не би требало да третирамо људе са дискриминацијом било које врсте, да је нормално бити другачији. Такође сам схватио да било који облик насиља може утицати на особу и да насиље никад није прави начин. Све ствари које сам доживио и научио и све вјештине које сам стекао су веома корисне за мој живот и моју будућност.

Литература

1. Addis, M. и 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. и Jenkins, E.J. (1991). Traumatic stress and children. *Journal of Health CARE for the Poor and Underserved*, 2, str. 175-185.
12. Bertolote, JM и Fleischmann A. (2002). A Global Perspective in the Epidemiology of Suicide. *Suicidologi*. Arg. 7, br. 2
13. Caceres, 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 InternationalBalkans. (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. и 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. и 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, стр. 54-55.
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. и 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:

1. <http://unstats.un.org> UN Statistics division (Одјељење за статистику UN-a)
2. <http://data.un.org> , 2006
3. <http://www.msb.gov.ba/dokumenti/strateski/?id=3441>
4. https://www.parlament.ba/sadrzaj/ostali_akti/informacije/default.aspx?id=29435&langTag=bs-BA
5. www.hzjz.hr
6. www.plivazdrvlje.hr, приступљено 10.11.2015.
7. *Advocates for Youth* www.advocatesforyouth.org/youth/health/stis/;
8. *Centers for Disease Control and Prevention* www.cdc.gov/std/;
9. *National Women's Health Information Center* www.4woman.gov/
10. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Посљедњи пут приступљено 10.02.2011.
11. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Посљедњи пут приступљено 10.02.2011.
12. <http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/index.html>. Посљедњи пут приступљено 11.02.2011.

CIP - Katalogizacija u publikaciji

Nacionalna i univerzitetska biblioteka Bosne i Hercegovine, Sarajevo

305-053.6:343.615(497.6)(035)

MEHMEDOVIĆ, Feđa

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 / Feđa Mehmedović, Saša Petković, John Crownover. -

Sarajevo : Glavni ured CARE Deutschland-Luxemburg e. V. u BiH, 2017. -

264 str. : ilustr. ; 30 cm

Bibliografija: str. 261-264 ; bibliografske i druge bilješke uz tekst.

ISBN 978-9926-8168-0-3

1. Petković, Saša 2. Crownover, John

COBISS.BH-ID 23987974 [3]