care

Young Men Initiative

OBRAZOVNI PAKET

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

Poštovani profesori, školski radnici, edukatori,

Predstavljamo vam ovaj obrazovni alat kao vodič za implementaciju „Programa Y - Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka“.

CARE-ova inicijativa za edukaciju o rodnoj transformaciji (školski program): **YMI – Inicijativa mladića Program Y**, predstavlja dokumentirano dokazani uspjeh na zapadnom Balkanu. Program je fokusiran na transformaciju školskog okruženja u okruženje koje podržava i potiče rodnu ravnopravnost te promovira kulturu nenasilja. Naš se program temelji na uvjerenju da postoji veća vjerojatnost internalizacije novih ideja u podršci rodno ravnopravnijim, zdravijim, i nenasilnim ponašanjima ako učenici nauče prepoznati štetne rodne norme i osigura im se siguran prostor da preispituju ove konstrukte. i njegovati vršnjačko okruženje koje promiče nenasilje, rodnu ravnopravnost, toleranciju i širi izbor.

S druge pak strane, naša inicijativa podržava edukatore u srednjim školama koji traže efikasan obrazovni alat za sprečavanje rodno uvjetovanog nasilja i drugih oblika nasilja među adolescentima. CARE-ov „Program Y“ spaja akreditirani nastavni plan i program s kampanjom društvenih normi koja dokazano smanjuje štetne rodne stereotipe i kulturu nasilja među adolescentima. Profesori su certificirani i dobivaju stručne bodove za svoj kontinuirani obrazovni razvoj. Osim toga, ova inicijativa nudi rješenja ministarstvima obrazovanja koja traže pristupačno, lako prilagodljivo, integrirano rješenje za problem adolescentskog nasilja koje je vezano za rodno neravnopravne norme i zavisnost.

Ovaj obrazovni alat se sastoji od nekoliko komponenti:

1. Priručnik za „Program Y“
2. Vodič za kampanju
3. Vodič za praćenje i evaluaciju
4. Vodič za prikupljanje sredstava

U okviru ovog projekta, mladići i djevojke inspirirani su da postanu inovativni vođe u svojim školama usmjereni promociji nenasilja, zdravih životnih stilova i rodne ravnopravnosti među svojim vršnjacima. Kurikulum CARE-ovog „Programa Y“ podučava mlade kako donositi informirane odluke za svoje zdravlje i dobrobit, kako postati uzori u svojoj društvenoj sredini

CARE-ov „Program Y“ nudi ispitan i široko implementirani obrazovni program koji je uspio doprijeti do 30 000 srednjoškolaca i više od 500 profesora na Balkanu, a sada je u Vašim rukama. Nadamo se da će biti koristan za Vas, Vaše učenike, Vašu školu i zajednicu! Želimo vam sreću u implementaciji, a ako imate bilo kakvih pitanja molimo Vas da kontaktirate:

Kontakt CARE:

CARE International Balkans
Zvjezdana Batkovic
Tel: +385 981 706648
zbatkovic@care.ba
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiative.net

Kontakt partneri:

Status M
Savska 6, 10 040 Zagreb
+385 1 2300 447
info@status-m.hr
www.status-m.hr

Youth Power / Snaga Mladih
Dr Ante Starčevića 32a, 88000 Mostar
+387/36 835 028
info@youth-power.org
www.youth-power.org

Ime autora:
Feđa Mehmedović, John Crownover, Saša Petković, Nedim Mičijević, Aleksandar Slijepčević, Marina Starčević Cviko

Naslov:
Obrazovni paket – Program Y - Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova kod mladića i djevojaka

Uređivanje teksta:
Zvjezdana Batković, CARE International Balkans

Prevoditelj:
Petar Hokman

Dizajn:
SMART Kolektiv Beograd

Izdavač:
Glavna kancelarija CARE Nemačka - Luksemburg e.V u BIH
(CARE u Bosni i Herzegovini)
Hasana Kaimije 11, Sarajevo
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiative.net
care@care.ba

Za izdavača:
Sumka Bučan, Regionalna direktorka

Godina izdvanja i godina štampanja:
2018.

Tisak:
ASHA SHPK Priština

Naklada:
60

ISBN:
978-9926-8168-3-4

Copyright 2018 CARE u Bosni i Hercegovini.
Sva prava pridržana.

Izradu ove publikacije financijski je podržala Austrijska razvojna agencija, Globalna mreža za obrazovanje (Global Education Network), Vlade Švicarske Konfederacije i OAK fondacije. Sadržaj i zaključci ove publikacije nisu nužno i stavovi gore navedenih organizacija koje su podržale tiskanje ove publikacije.

PROGRAM Y

Mladi – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka

Program Y su podržali:
Ministarstvo prosvjete i kulture Republike Srpske, Ministarstvo obrazovanja, nauke, kulture i sporta Hercegovačko-neretvanskog kantona/Ministarstvo prosvjete, kulture, znanosti i športa Herecegovačko-neretvanske županije Federacije Bosne i Herecegovine i Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije

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

Program Y

Mladi – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka

Program Y

Mladi – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka

Priručnik za obuku edukatora i osoba koje rade s mladima u srednjim školama

Sarajevo, 2018. godina

care

Sadržaj

1. POGLAVLJE 1 – RODNO TRANSFORMATIVNI PROGRAM · 07

Uvod · 08
Predgovor · 10
Povijest programa Inicijativa mladića · 12
Obrazovna osnova · 14
Zašto fokus na rodnim normama? · 16
Od mladića kao prepreke do mladića kao saveznika · 18
O priručniku · 19
Video-kolekcija: "Bio jednom jedan dječak" i "Bila jednom jedna djevojčica" · 22
Modaliteti implementacije sati/radionica · 22
Očekivani rezultati i ishodi učenja · 23

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

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

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

Radionica 1: Što je to što zovemo rod? · 44
Radionica 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena · 50
Radionica 3: Izražavanje vlastitih osjećaja · 52
Radionica 4: Što bih želio/željela učiniti sa svojim životom? Kako na mene utječu drugi? · 55
Radionica 5: Ljubavna priča · 58

Drugo polugodište: NASILJE JE OUT! Od nasilja do mirnog suživota

Radionica 6: Što je nasilje? · 78
Radionica 7: Živa budala ili mrtvi heroj · 86
Radionica 8: Shvaćanje ciklusa nasilja · 89
Radionica 9: Etiketiranje · 92
Radionica 10: Što je seksualno nasilje? · 94
Radionica 11: Moć i odnosi · 97

GODINA 2 – NASILJE JE OUT! · 100

Prvo polugodište: Od nasilja do mirnog suživota

Radionica 12: Od nasilja do poštovanja u intimnim odnosima · 101
Radionica 13: Muškarci i nasilje · 103
Radionica 14: Zdravi i nezdravi intimni odnosi · 105
Radionica 15: Agresivni, pasivni ili asertivni · 108
Radionica 16: Vještine pregovaranja · 111
Radionica 17: Razbijanje tišine i traženje pomoći · 113
Radionica 18: Što radim kad sam ljut/a? · 119

Sadržaj

Drugo polugodište: Droge/alkohol i donošenje odluka

Radionica 19: Što su droge? · 125

Radionica 20: Droge u našim životima i zajednicama · 129

Radionica 21: Zadovoljstva i rizici · 137

Radionica 22: Razgovor o alkoholu i alkoholizmu · 142

Radionica 23: Donošenje odluka i (zlo)upotreba opojnih tvari · 144

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

Prvo polugodište: Seksualno i reproduktivno zdravlje

Radionica 24: Briga o sebi: muškarci, žene, rod i zdravlje · 161

Radionica 25: Zdravlje mladića · 166

Radionica 26: Tijela muškaraca · 169

Radionica 27: Tijela žena · 176

Radionica 28: Hoću, neću, hoću, neću · 185

Radionica 29: Riskiram kad... · 188

Radionica 30: Adolescentska trudnoća · 191

Drugo polugodište: Spolno prenosive bolesti, kontracepcija i prava

Radionica 31: Zdravlje, spolno prenosive bolesti, HIV i AIDS · 200

Radionica 32: Prenošenje HIV i AIDS-a: u potrazi za potpisom · 208

Radionica 33: Kontracepcija · 210

Radionica 34: Što su seksualna i reproduktivna prava? · 216

Radionica 35: Seksualne različitosti · 219

GODINA 4 – RODITELJI 21. STOLJEĆA · 222

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

Radionica 36: Kako to misliš?· 230

Radionica 37: Muškarac kao skrbnik · 231

Radionica 38: Trudnoća...da ili ne? Biti majka · 233

Radionica 39: Sve u isto vrijeme · 236

Radionica 40: Što je posao žene?· 238

POGLAVLJE 3 - BUDI PROMJENA KOJOJ TEŽIŠ! · 244

GODINA 1- 4: Resursi za organizaciju kampanja i komplementarnih aktivnosti uključivanja mladih u promociju pozitivnih stavova i vrijednosti · 246

LITERATURA · 261

POGLAVLJE

1

RODNO TRANSFORMATIVNI PROGRAM

Uvod

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

Priručnik "Program Y - mladi" priručnik je za obuku edukatora u srednjim školama te osoba koje rade s mladima s ciljem promocije rodne ravnopravnosti i zdravog načina života kod mladića i djevojaka obrađivanjem nekih od društvenih konstrukcija maskuliniteta i feminiteta kao strategije za izgradnju važnih životnih vještina kod mladića i djevojaka u periodu njihovog prelaska u doba rane zrelosti.

Za dodatne primjerke ovog priručnika, molimo kontaktirajte:
CARE International Balkan

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

CARE-ove partnerske organizacije u Bosni i Hercegovini

S obzirom na to da CARE radi s i putem lokalnih nevladinih organizacija, tri ključne partnerske organizacije u ovom projektu u Bosni i Hercegovini su "Asocijacija XY" iz Sarajeva (http://www.xy.com.ba/), Institut za razvoj mladih i zajednice "Perpetuum Mobile" iz Banje Luke (http://www.pm.rs.ba/) i Youth Power/Snaga Mladih iz Mostara (https://www.youth-power.org). Asocijacija XY nevladina je organizacija posvećena unaprjeđenju i promociji seksualnog i reproduktivnog zdravlja i zdravih životnih stilova kroz zagovaranjem i pružanjem usluga za mlade i marginaliziranu populaciju. "Perpetuum Mobile" je nezavisna, neprofitna organizacija koja promovira dobru praksu u radu s mladima kroz istraživanje, obrazovanje i međuodjelsko partnerstvo. Ove dvije organizacije su izabrane su na osnovu njihovog dugogodišnjeg iskustva u programima namijenjenim za razvoj i zdravlje mladih. Obje nevladine organizacije imaju svoje mreže širom države i dokaze o angažiranju tisuća mladih širom BiH. Od 2007. godine, CARE-ovi su partneri u sklopu programa "Inicijativa mladića", s pouzdanim timom iskusnih koordinatora i trenera za rad s mladima i razvoj mladih. Nevladina organizacija Youth Power/Snaga Mladih iz Mostara relativno je mlada organizacija koju je u siječnju 2013. godine osnovala skupina mladih koji su ranije radili za nekoliko drugih organizacija, a odlučili su osnovati svoju organizaciju usmjerenu na promociju zdravih životnih stilova, nenasilno ponašanje, rodnu ravnopravnost, povezivanje mladih, aktivno sudjelovanje u društvenom životu i donošenju odluka, volonterstvo, unaprjeđenje kulture, zalaganje za demokraciju i ljudska prava. Ova organizacija ima snažan tim koji čini sedam djelatnika i više od 30 volontera koji u ovom trenutku provode tri programa.

Autorska prava @ 2016 CARE International

Ovaj se dokument može reproducirati u cijelosti ili djelomično, bez dozvole CARE International, pod uvjetom navođenja punog izvora citata te pod uvjetom da njegova reprodukcija nije namijenjena u komercijalne svrhe. Preporučeni oblik citiranja: CARE International. (2016). Priručnik za obuku: Program Y – mladi - Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka. Banja Luka, Sarajevo, BiH: CARE International Balkan

Predgovor

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

Istraživanja provedena u sklopu programa Inicijativa mladića od 2007. do 2015. godine (kao i neka druga istraživanja) jasno su ukazala na potrebu za bavljenjem različitim temama u ovom priručniku. Rad samo s mladićima i samo s djevojkama je moguć u školama i okružju u kojem dominiraju samo učenici ili učenice. CARE i njegovi partneri u tu svrhu koriste posebno rodno osmišljene priručnike Program M (Mladići) i Program D (Djevojke), s velikim uspjehom. Taj uspjeh se mjeri pomoću početne procjene i završne evaluacije u školama u kojima su CARE i partneri radili u prošlosti. Međutim, većina je škola rodno mješovita, a rod je kovanica s dva lica. Upravo zbog toga, odlučili smo razviti novi alat za rad u rodno mješovitim školama.

Tijekom adolescencije, mladići i djevojke često su uključeni u različita rizična ponašanja. Ovakva ponašanja uključuju opijanje (ispijanje alkohola dok se ne napiju), eksperimentiranje s drogama i izloženost nasilju, bilo kao žrtva ili počinitelj. To je doba eksperimentiranja u kojem pokušavaju shvatiti kakav tip muškaraca ili žena žele biti. Mnogi mladići i djevojke počinju izlaziti i stupaju u prve spolne odnose. Nedostatak znanja i vještina s ovim iskustvima izlaže ih riziku. Iz istraživanja provedenih na europskoj razini znamo da su vodeći uzroci smrtnosti mladića koji pripadaju ovoj dobnoj skupini prometne nesreće, samoubojstva i interpersonalno nasilje. Rodne norme i društvene konstrukcije maskuliniteta često doprinose tim štetnim ponašanjima i praksama. Štetne posljedice rigidnih rodnih normi osjećaju djevojke i žene. Disbalans moći u donošenju odluka, ranjivost na pojavu nasilja, otežan pristup određenim zdravstvenim uslugama i društvena nejednakost koja ograničava prilike i mogućnosti, samo su neke od posljedica prouzrokovanih rodnim i štetnim tradicionalnim normama i uvjerenjima. Također, doslovno pridržavanje normi koje idealiziraju mršave djevojke kao primjer socijalno poželjnog izgleda,

* Prema rezoluciji UN 1244.

kod djevojčica u pubertetu može i često dovodi do osjećaja nužnosti reakcije na ovakva društvena očekivanja, što za posljedicu ima povećan broj djevojaka koje se izlažu intenzivnim dijetama, što je u periodu puberteta vrlo nezdrava životna navika. Upravo zbog navedenih razloga, osnaživanjem mladih u prepoznavanju štetnih društvenih normi i efektivnom suprotstavljanju istima, razvijamo kritičnu masu mladih koja, koristeći stečeno znanje i vještine, donosi odluke koje doprinose zdravlju, nenasilnom rješavanju problema u odnosima među njima i stvaramo društvo jednakih i ravnopravnih.

Mladi usvajaju svoj osobni životni stil tijekom tranzicije iz obiteljske kuće ka zreloj dobi, pod utjecajem složene mješavine ekonomskih, društvenih, kulturoloških i obrazovnih procesa. Utjecaj nejednakosti (rodnih, društvenih i/ili zdravstvenih) može biti neposredan, s lošim ishodima koji su vidljivi u nizu pokazatelja i ponašanja tijekom djetinjstva i adolescencije. To može smanjiti sposobnost mladih da u potpunosti sudjeluju u mnogim aspektima života i može utjecati, na primjer, na pohađanje škole i akademsko postignuće, socijalno funkcioniranje, bavljenje sportom i prihvaćanje mogućnosti zapošljavanja. To, također, može utjecati na kvalitetu života i mentalno blagostanje. Edukacija o životnim vještinama može predstavljati zaštitni faktor za neke od ovih izazova. U međuvremenu, tijekom devet godina realizacije Programa M u srednjim školama u regiji Zapadnog Balkana, partnerske organizacije, profesori[1], pedagozi, roditelji i odgovorna ministarstva prepoznali su potrebu uključivanja djevojčica i djevojaka u zajedničke napore u obrazovanju. Ovaj priručnik je pripremljen tijekom trogodišnjeg participativnog procesa. Objavljen je na engleskom, albanskom i jezicima naroda u Bosni i Hercegovini kako bi se potaknula njegova široka uporaba u ovoj regiji. Priručnik je osmišljen tako da se koristi uz kampanju o životnim stilovima u školi i zajednici, koja promovira pozitivniju i zdraviju verziju toga što znači biti muškarac i žena. Za informacije o kampanji obratite se lokalnoj partnerskoj organizaciji u svakoj zemlji. CARE i njegovi partneri potiču vladine i nevladine organizacije na usvajanje ovog priručnika kao dijela svojih sveobuhvatnih napora povezanih s edukacijom o životnim vještinama. Škole, zajednica, obitelj i drugi važni akteri civilnog društva moraju se okupiti, bilo kojim pristupom, kako bi pružili podršku mladima dok u njihovom procesu izrastanja u mlade, odrasle osobe. Želimo vam uspjeh u korištenju ovog priručnika!

John Crownover, Saša Petković
i Feđa Mehmedović
CARE International Balkan

1 — U daljnjem tekstu nazivi zanimanja odnose se na oba roda, osim ako to nije eksplicitno jezično određeno drugačije (prim. aut.)

Povijest programa Inicijativa mladića

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

Što je Inicijativa mladića?

Pristup Inicijative mladića zasniva se na rodno-transformativnom kurikulumu prilagođenom prema Programu H Instituta Promundo, osmišljenom s namjerom izazivanja kritičkog razmišljanja o rodnim normama koje pokreću nasilje i druge nezdrave oblike ponašanja[2]. Visoke stope konzumiranja alkohola u regiji također potiču fokus ovog programa na visokorizično konzumiranje alkohola, koje je povezano s povećanom vjerojatnošću vršenja nasilja u mnogim situacijama. Inicijativa mladića provodi se u srednjim stručnim školama, što joj omogućava postizanje visoke razine sudjelovanja dječaka i djevojčica (od 2013. godine) u uzrastu od 14 do 19 godina. Fokus na mlade ljude važan je zbog toga što adolescencija predstavlja ključni trenutak u procesu socijalizacije, budući da se stavovi i ponašanja mladih ljudi tada još razvijaju. U školama koje sudjeluju u programu, radionice Inicijative mladića koje traju od osam do deset sati, a koje vode obučeni edukatori, integrirane su u redovni raspored sati tijekom školske godine, s fokusom na četiri ključna programska područja: (1) rodni stavovi, (2) nasilje, (3) seks, zdravlje i dobrobit i (4) konzumiranje

2 — Program H (H označava Homens i Hombres, riječi za muškarce u portugalskom, odnosno španjolskom jeziku) nastoji potaknuti mladiće i njihove zajednice na kritičko razmišljanje o rigidnim društvenim normama. Program je razvijen i potvrđen u Latinskoj Americi i na Karibima, a od tada je bio prilagođen za korištenje u nekoliko zemalja, uključujući Tanzaniju, Indiju, Peru i Vijetnam. Za više informacija posjetite: http://www.promundo.org. br/en/activities/activities-posts/program-h/
3 – Prema Rezoluciji UN 1244.

alkohola i droga. Inicijativa mladića proteže se i izvan učionica. Program obuhvaća i moguću dodatnu edukaciju van mjesta prebivališta edukatora, koja omogućava intenzivniju obuku, a u kojoj voditelji održavaju dodatne team building radionice i aktivnosti u interaktivnijem okruženju. Pored toga, program obuhvaća i "Budi muško" kampanju zdravih životnih stilova, kojoj je cilj ojačati ključne poruke Inicijative mladića i potaknuti promjene na razini škole i izvan nje. Kampanja je podržana putem različitih edukativnih materijala, društvenih medija i "akcija" koje su organizirali i proveli učenici članovi "Budi muško" klubova. Članovi "Budi muško" klubova su i mladići i djevojke. U 2015. godini ovi klubovi su okupljali nekoliko stotina aktivnih članova, od čega u Bosni i Hercegovini 423 člana, u Srbiji 241 član, na Kosovu*[3] 636 članova, u Hrvatskoj 35 članova i u Albaniji 60 članova.

Vodeća filozofija Inicijative mladića jest da dječake ne treba shvatiti kao prepreku miru i rodnoj ravnopravnosti, već kao ključne saveznike u promociji nenasilnih, zdravih odnosa i zajednica. Djevojke, kao aktivni članovi zajednice, trebaju biti aktivne sudionice u društvima, kao nositeljice i podržavateljice. Svjedoci smo ovih dana kako djevojke nisu samo žrtve nego i počiniteljice nasilja u manjoj mjeri. I dječacima i djevojčicama u adolescenciji potrebna je dodatna edukacija o zdravim životnim stilovima i prevenciji rodno uvjetovanog nasilja kao vodilje prema rodnoj ravnopravnosti i rodno ravnopravnom društvu.

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

Inicijativa mladića smatra da ako učenici uče o nasilju, kao i o tome kako propitati dominantne rodne norme, i ako imaju priliku primjenjivati ove nove ideje i vještine u sigurnom prostoru, tada će postojati veća vjerojatnost internalizacije ovih informacija koje će, tijekom vremena, rezultirati rodno ravnopravnijim, zdravijim i nenasilnim životnim stilovima. Štoviše, kako se grupne norme počinju mijenjati, program pomaže u stvaranju tolerantnije i prihvatljivije sredine na razini škole.

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

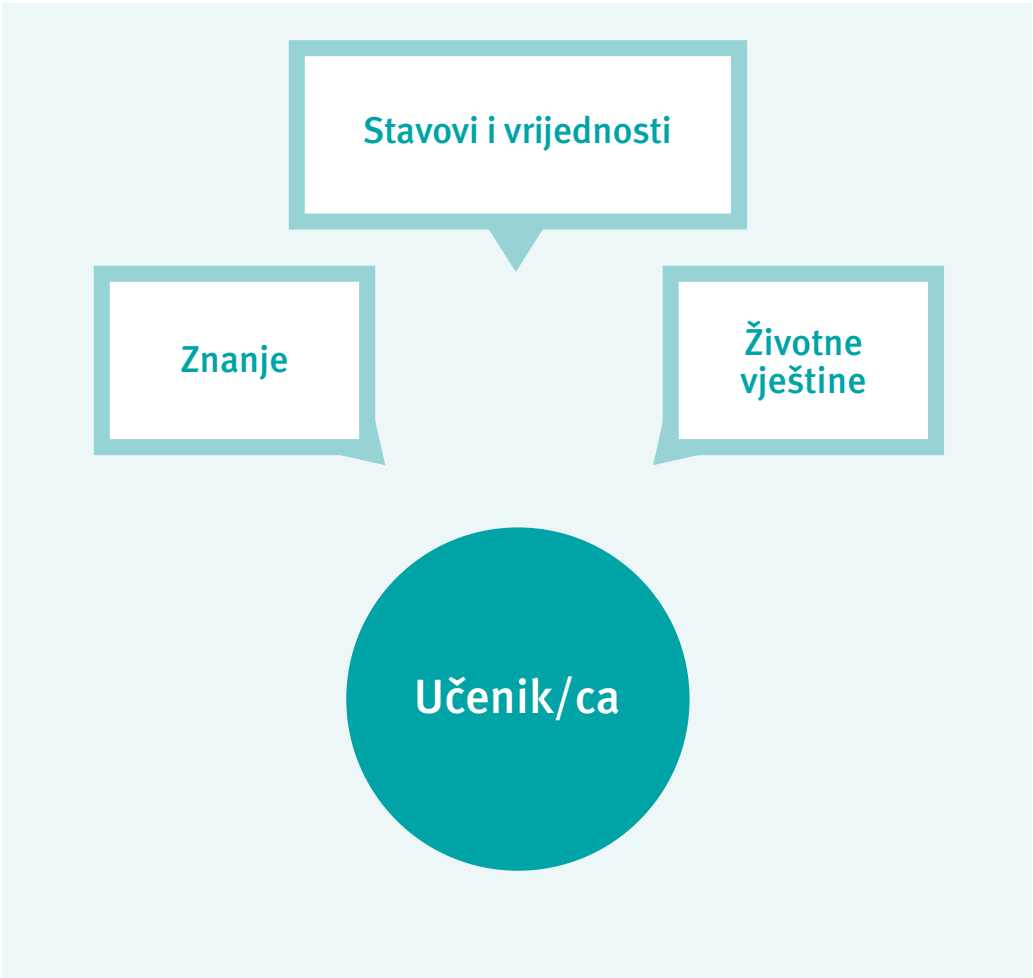
Razvoj Inicijative mladića

Pilot projekt programa Inicijativa mladića (2007-2010) obuhvaćao je formativno istraživanje i implementaciju u pet gradova širom Bosne i Hercegovine, Hrvatske i Srbije. Tijekom Faze II (2011-2013) CARE je prilagodio program na dva važna načina na osnovu rezultata iz pilot projekta: (1) osnovne radionice Inicijative mladića postale su obvezan dio kurikuluma u školama koje sudjeluju u programu i (2) dodani su dobrovoljni treninzi koji su se održavali izvan grada za intenzivniju obuku i angažiranje. Ova nova verzija Inicijative mladića predstavljena je i ocijenjena u četiri škole koje se nalaze u Sarajevu, Zagrebu, Beogradu i Prištini.

Obrazovna osnova

Osnova Programa Y je obrazovanje. Stoga priručnik koji držite u svojim rukama ili čitate na ekranu sadrži jasne upute i informacije važne za organizaciju, koordinaciju i implementaciju obrazovnih aktivnosti s mladima. Uzimajući u obzir da je škola mjesto na kojem mladi stječu nova znanja i životne vještine, prilagodili smo Program Y školama i formalnom obrazovanju, a pri tome nismo, naravno, isključili edukatore i trenere koji provode neformalne edukativne intervencije u školama. Upravo zbog toga smo, pored uputa za implementaciju edukativnih radionica, uključili rezultate učenja u Program Y, u nadi da će to dati bolji uvid u očekivane rezultate - ishode učenja - profesorima, pedagozima i školskim psiholozima. Ishodi učenja isti su kao i ciljevi koji tumače promjenu u skladu s područjima, temama i radionicama koje će biti implementirane.

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



Zastarjeli pristupi učenju i proučavanju predvidjeli su da će, uz adekvatno znanje, mlada osoba imati dovoljno kompetencija donijeti adekvatne i "zdravije" odluke. Novi pristup koji promovira i zagovara Program Y znatno je složeniji od tradicionalnog "ex-katedra" pristupa i usklađen je s najsuvremenijim obrazovnim standardima koje predlažu vodeće međunarodne obrazovne instance. Pored relevantnog znanja, Program Y potiče usvajanje relevantnih stavova i vrijednosti te motivira mlade ljude na donošenje promišljenih odluka s više samopouzdanja, suočavanje s izazovima na koje nailaze u adolescentskoj dobi.

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

Zašto fokus na rodnim normama?

Već dugi niz godina stvarali smo pretpostavke o zdravlju i razvoju mladića.[3] Najčešće smo pretpostavljali kako su dobro i imaju manje potreba nego djevojke. U nekim drugim prilikama pretpostavljali smo kako je s njima teško raditi, agresivni su i ne brinu za svoje zdravlje. Često smo ih vidjeli kao počinitelje nasilja nad drugim mladićima, nad samim sobom i nad ženama – ne zastajući kako bi shvatili načine na koje društvo često prelazi preko nasilja koje čine mladići. Nova istraživanja i perspektive zahtijevaju pažljivije razumijevanje načina na koji se mladići socijaliziraju, što im je potrebno u pogledu zdravog razvoja te kako ih zdravstveni edukatori i drugi mogu angažirati na adekvatniji i djelotvorniji način.

Osim toga, iako su brojne inicijative kroz povijest nastojale ispraviti rodne nejednakosti osnaživanjem žena, postoji sve veći konsenzus o tome da promoviranje rodne ravnopravnosti i poboljšanje zdravlja i dobrobiti žena također zahtijeva i angažiranje muškaraca svih uzrasta. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju (ICDP) održana 1994. godine u Kairu i Četvrta konferencija o ženama održana 1995. godine u Pekingu, pružili su osnovu za uključivanje muškaraca u napore za poboljšanje statusa žena i djevojaka.

Na primjer, program akcije Međunarodne konferencije o populaciji i razvoju (ICDP) nastoji "promovirati rodnu ravnopravnost u svim područjima života, uključujući obiteljski život i život u okviru zajednice, potaknuti i osposobiti muškarce za preuzimanje odgovornosti za svoje seksualno i reproduktivno ponašanje i svoje društvene i obiteljske uloge".

Od konferencija u Kairu i Pekingu, brojne agencije UN-a, vlade i organizacije civilnog društva potvrdile su potrebu rada s muškarcima, mladićima i dječacima. Godine 1998., Svjetska zdravstvena organizacija odlučila je posvetiti posebnu pozornost potrebama maloljetnih mladića, prepoznajući ih kao prečesto zanemarene u zdravstvenim programima za maloljetnike. Tijekom 2000. i 2001. godine, UNAIDS je posvetio Svjetsku kampanju o AIDS-u muškarcima i dječacima, shvaćajući da ponašanje mnogih muškaraca izlaže riziku njih same, kao i njihove partnere i partnerice te da muškarci moraju biti angažirani na mnogo bolje osmišljene načine kao partneri u prevenciji HIV-a i AIDS-a te u pružanju podrške osobama koje boluju od AIDS-a. U skorije vrijeme, vlade iz cijelog svijeta izrazile su službeno opredjeljenje na 48. sjednici Komisije za status žena (CSW) iz 2004. godine za implementaciju niza aktivnosti za uključivanje muškaraca, mladića i dječaka u napore za postizanje rodne ravnopravnosti.

Pored rastućeg priznanja kako rad s muškarcima, mladićima i dječacima na suprotstavljanju rodnoj nejednakosti može imati pozitivan utjecaj na zdravlje i dobrobit žena i djevojaka, postoji i bolje razumijevanje načina na koji kruti ideali o rodu i maskulinitetu mogu dovesti do određene ranjivosti muškaraca, mladića i dječaka. O tome svjedoče njihove veće stope smrtnosti u prometnim nezgodama, veće stope samoubojstava i nasilja te njihove veće stope korištenja alkohola i drugih štetnih supstanci u odnosu na žene i djevojke. Dakle, radi dobrobiti mladića i djevojaka, programi neophodno moraju uključivatiti rodnu perspektivu u rad sa mladima.

Međutim, što to znači primijeniti "rodnu perspektivu" u radu s mladićima? Rod – suprotno spolu – odnosi se na različite načine na koje su muškarci i žene socijalizirani razmišljati, ponašati se

4 —Termin "mladići" se odnosi na muškarce u dobi između 15 i 24 godine, što odgovara starosnoj skupini "mladi" na način kako je to definirala Svjetska zdravstvena organizacija (SZO).
5 — W.H. Courtenay, "Bolje je umrijeti nego plakati? Longitudinalno i konstruktivističko istraživanje maskuliniteta i ponašanja rizičnog po zdravlje mladih američkih muškaraca" (Doktorska disertacija, Berkli Univerzitet u Kaliforniji, 1998.)

i oblačiti: to je način na koji se ove uloge, obično stereotipne, uče, jačaju i internaliziraju. Ponekad pretpostavljamo da je način na koji se dječaci i muškarci ponašaju "prirodan" – da će "dječaci uvijek biti dječaci". Međutim, korijeni ponašanja mnogih dječaka, mladića i muškaraca, uključujući i to dogovaraju li se sa svojim partnerima i partnericama o korištenju prezervativa, vode li brigu o djeci čiji su očevi te koriste li nasilje protiv svojih partnera i partnerica, mogu se naći u načinu na koji su dječaci, mladići i muškarci odgajani. Nije lako promijeniti način na koji odgajamo i promatramo dječake, mladiće i muškarce. Međutim, potencijal za transformaciju rodnih odnosa, kao i smanjenje brojnih zdravstvenih i socijalnih ranjivosti s kojima se suočavaju i žene i muškarci postoji.

U mnogim društvima često postoji jedna ili više verzija maskuliniteta, odnosno načina na koje se netko ponaša kao muškarac, koji se smatraju "pravim" ili dominantnim načinom kako se muškarac treba ponašati. Ovo se obično naziva hegemonijski maskulinitet. U većini okružja, ovaj je hehemonijski maskulinitet idealiziran i postaje načinom potčinjavanja ili marginalizacije muškaraca koji su drugačiji. Promatrajući različita okružja, u stvari, često vidimo mnoge sličnosti u definiciji muškosti i načinu ponašanja koje se od muškaraca očekuje. Na primjer, mnoge kulture podržavaju ideju prema kojoj biti "pravi muškarac" znači biti hranitelj i zaštitnik svoje obitelji i zajednice. Dječaci i mladići često su odgajani da budu agresivni i skloni natjecanju, što su vještine koje se smatraju korisnima za njihove uloge hranitelja i zaštitnika. Oni su također često odgojeni s vjerom u stroge kodekse "časti" koji ih obvezuju na natjecanje ili uporabu nasilja kako bi se dokazali kao "pravi muškarci". Dječaci i mladići koji pokazuju zanimanje za kućanske poslove kao što su kuhanje, čišćenje ili briga za mlađeg brata i/ili sestru, ili oni lako pokazuju svoje osjećaje, ili oni nisu stupili u spolne odnose, , često su ismijani od svojih obitelji i vršnjaka kao "slabići" ili se smatra kako nisu pravi muškarci.

Promatrajući njihovo ponašanje kada govorimo o traženju zdravstvenih savjeta, dječaci, mladići i muškarci često su odgojeni na način da se moraju oslanjati sami na sebe, ne vodeći računa o svom zdravlju i ne tražeći pomoć kada su suočeni sa stresom. Međutim, sposobnost razgovora o vlastitim problemima i traženje podrške zaštitni je čimbenik protiv štetnih supstanci, prakticiranja nezaštićenog spolnog odnosa i sudjelovanja u nasilju. Ovo bi moglo djelomično objasniti zbog čega postoji veća vjerojatnost da će dječaci, mladići i muškarci, u usporedbi s djevojčicama i djevojkama, biti uključeni u nasilje i štetnih supstanci. Zaista, postoje mnogobrojna istraživanja koja potvrđuju da način na koji su dječaci, mladići i muškarci odgojeni ima direktne posljedice po njihovo zdravlje. Na primjer, istraživanje provedeno na nacionalnoj razini u SAD među mladićima starosne dobi između 15 i 19 godina, otkrilo je kako su oni mladići koji su imali seksističke ili tradicionalne poglede na muškost bili skloniji korištenju štetnih supstanci, uključenosti u nasilje i delinkvenciji delikvenciji te prakticiranju nezaštićenih spolnih odnosa nego oni mladići s fleksibilnijim pogledima o tome što "pravi muškarci" mogu raditi.[5] Slični rezultati su, također, otkriveni u istraživanjima provedenim među mladićima u drugim različitim okružjima, uključujući Brazil, Indiju, Južnu Afriku i Zapadni Balkan.
Dakle, primjena rodne perspektive u radu s mladićima podrazumijeva dvije glavne ideje:

(1) RODNA SPECIFIČNOST: Promatranje specifičnih potreba mladića u pogledu njihovog zdravlja i razvoja, zbog načina na koji su socijalizirani. Na primjer, to znači uključivanje mladića u rasprave o korištenju supstancija ili rizičnom ponašanju i pružanje pomoći mladića kako bi shvatili zbog čega će se možda osjećati primoranim ponašati se na takav način.

(2) RODNA JEDNAKOST: Uključenost mladića u rasprave i razmišljanje o rodnim nejednakostima, u razmišljanje o situacijama u kojima su djevojke i žene često bile u nepovoljnom položaju i od njih se često očekivalo preuzimanje na sebe nesrazmjernog dijela brige o djeci, o pitanjima seksualnog i reproduktivnog zdravljate kućanskim poslovima.

Set radionica integriran u ovaj priručnik pokušava objediniti ove dvije perspektive, nastojeći prepoznati specifične potrebe i realnosti mladića i djevojaka te ih angažirati u preispitivanju i promjeni rodnih odnosa. Dokazi iz cijelog svijeta ukazuju na to da je veća vjerojatnost da će, za razliku od programa koji ne pokušavaju na eksplicitan način baviti se pitanjem rodnih normi i njihovim propitivanjem, programi koji primjenjuju gore navedenu vrstu rodno transformativnog pristupa dovesti do promjena stavova i ponašanja mladića (Barker et al., 2007.).

Od mladića kao prepreke do mladića kao saveznika

Rasprave o mladićima često su se fokusirale na njihove probleme – bilo na manjak njihove pozitivne participacije u pitanjima reproduktivnog i seksualnog zdravlja ili na njihovo ponekad nasilno ponašanje. Pojedine inicijative o zdravlju mladih promatraju mladiće kao prepreke ili agresore. Zaista, neki mladići su nasilni prema svojim ženskim partnericama. Neki su, također, nasilni jedni prema drugima. Također, mnogi mladići – previše njih – ne sudjeluje u brizi o djeci i ne sudjeluje prikladno u potrebama seksualnog i reproduktivnog zdravlja njih samih kao ni njihovih partnerica. U isto vrijeme, postoji mnogo mladića koji pokazuju poštovanje u vezama sa svojim partnericama i jedni prema drugima, kao i mnogo mladih očeva koji sudjeluju u brizi o svojoj djeci.

Na osnovu istraživanja i naših osobnih iskustava kao edukatora, roditelja, profesora i stručnjaka iz sfere zdravstva, jasno se vidi kako mladići reagiraju na ono što očekujemo od njih. Na osnovu istraživanja o delinkvenciji, znamo da je jedan od glavnih čimbenika povezanih s delinkventnim ponašanjem mladića taj što ih roditelji, profesori i druge odrasle osobe obilježavaju ili identificiraju kao delinkvente. Ako od mladića očekujemo nasilnost, ako od njih očekujemo isključenost u brizi za djecu čiji su očevi, ako od njih očekujemo da ne sudjeluju odgovorno u pitanjima seksualnog i reproduktivnog zdravlja, onda mi u stvari doprinosimo stvaranju samoispunjavajućeg proročanstva.

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

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

O Priručniku

Priručnik se sastoji od četiri tematske cjeline:

Razvoj identiteta
- Identitet, razum i osjećaji
- Rod i rodne norme

Nasilje je OUT
- Od nasilja do mirnog suživota
- Od nasilja do poštivanja u intimnim odnosima, samokontrola i upravljanje emocijama
- Psihoaktivne supstancije

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava
- Zdrava seksualnost, adolescentske trudnoće i seksualno i reproduktivno zdravlje i prava
- Trudnoća, da ili ne, spolno prenosive bolesti i HIV i AIDS

Roditelji 21. stoljeća
- Očinstvo i majčinstvo
- Budi promjena kojoj težiš!

Svaka od ovih cjelina sadrži uvod u temu, uključujući i kratak pregled relevantne literature, kao i smjernice za provođenje grupnih aktivnosti za rad rad s mladima. Uvod u svaku od navedenih cjelina podijelili smo na stavove mladića i stavove djevojaka. Budući da je glavni cilj edukativnih radionica kreiranje prostora za dinamične rasprave u kojima se mladi mogu kritički osvrnuti na pitanje rodnih normi, odnosa i različitih zdravstvenih tema, kao i "vježbati" vještine i sposobnosti neophodne za smanjenje rizičnog ponašanja i djelovati na ispravniji način, informacije o ova dva stava pomažu i omogućuju edukatorima i profesorima pristup fokusiran na oba roda, uvažavajući njihove specifične potrebe i društveni utjecaj na odluke koje donose.
Uvod u svaku od navedenih tematskih cjelina pruža uvodne informacije koje su važne za pripremu radionica i kritički uvid u potrebe adolescenata u kontekstu spola, rodne perspektive i specifičnosti mladića i djevojaka tijekom odrastanja. Ove informacije posebno su važne u kontekstu razumijevanja utjecaja koji društvene norme imaju na usvajanje negativnih oblika ponašanja, kao i za razumijevanje i vezu između društvenih normi i ranjivosti oba roda, povezanih s temama koje program Y obrađuje. Razumijevanje ove veze osnova jeza razumijevanje i prepoznavanje mogućih obrazovnih i drugih strategija koje se mogu poduzeti kako bi se smanjio utjecaj štetnih normi, a mladi osnažili za suočavanje s društvenim očekivanjima, svjesni štetnih utjecaja i sposobni prepoznavati i primjenjivati zdravije i nenasilne alternative s više samopouzdanja.

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

- vrednovati dijalog i pregovore, a ne silu i nasilje, kao osnovu za odnose i rješavanje sukoba te koristiti dijalog i pregovore u svojim međuljudskim odnosima
- poštivati pojedince i skupine različitog podrijetla i stila života, kao i dovesti u pitanje stavove onih koji ne pokazuju takvo poštovanje
- pokušati održati intimne odnose utemeljene na jednakosti i uzajamnom poštovanju
- razgovarati sa svojim i partnericama o sigurnom seksualnom ponašanju i dijeliti odgovornost za izbor i način zaštite bilo da su seksualno aktivni ili ne
- zajednički donositi odluke o reprodukciji sa svojim i partnericama (u slučaju heteroseksualnih odnosa), uključujući i odgovornost za izbor i uporabu sredstava za kontracepciju kako bi se spriječile neplanirane trudnoće
- odbaciti uporabu nasilja nad intimnim partnerima i partnericama
- shvatiti da je vođenje brige također muška osobina i nastojati brinuti se za druge, uključujući i prijatelje, rodbinu, partnere i vlastitu djecu.

Korištenje priručnika

Ovaj priručnik je namijenjen profesorima i profesionalnom osoblju za rad s mladima, zdravstvenim djelatnicima, i/ili drugim stručnjacima, edukatorima, trenerima ili volonterima koji rade ili bi željeli raditi s mladima. Svaka aktivnost osmišljena je tako da traje između 45 i 90 minuta i može se provoditi u različitim okružjima, od škola, sportskih klubova i klubova za mlade do parkova i odgojno-popravnih domova za maloljetnike. Također je neophodno, za osobu koja planira i održava radionice, omogućiti sigurno okružje za učenje i različite vježbe koje su dio ovog priručnika.

Aktivnosti se temelje na modelu iskustvenog učenja prema kojem se mladi potiču na preispitivanje i analizu svojih iskustava i života s ciljem shvaćanja kako rod ponekad može održavati nejednake moći u vezama i tako učiniti ranjivim i mladiće i djevojke. Ono što je najvažnije, aktivnosti potiču sudionike na razmišljanje o tome kako oni mogu napraviti pozitivne promjene u svojim životima i zajednicama. Ovaj proces preispitivanja i promjena zahtijeva vrijeme. Iskustvo u korištenju ovog priručnika je pokazalo kako je aktivnosti poželjno koristiti kao jednu cjelinu (ili izabranu skupinu aktivnosti iz različitih cjelina), a ne samo jednu ili dvije izdvojene aktivnosti. Mnoge aktivnosti međusobno se nadopunjuju pa, koristeći se zajedno, doprinose bogatijem i produktivnijem razmišljanju nego kada se koriste same.

Dosadašnje je iskustvo također pokazalo da aktivnosti najbolje funkcioniraju s manjim skupinama (npr. 8 do 25 osoba) iako se mogu koristiti i s većim skupinama. Međutim, prevelika skupina može smanjiti mogućnost punog doprinosa svih sudionika. U početku rada s ovim priručnikom, voditelj bi trebao biti svjestan kako će to vjerojatno za mnoge mlade ljude biti prvo sudjelovanje u edukativnom procesu koji uključuje skupnu raspravu u kojoj će pojedinačno razgovarati o mladićima i djevojkama. Iako bi neki sudionici na početku možda mogli reći kako je to neobično ili čudno, voditelj bi im trebao pomoći shvatiti zašto je važno razgovarati i o jednima i o drugima, imajući u vidu bogatstvo različitosti, mogućnosti i specifičnih potreba.

Iako su ove aktivnosti namijenjene mladim starosne dobi između 15 i 24 godine, svjesni smo činjenice da postoji širok spektar problema i iskustava unutar ove skupine. I dok zajednički rad može ponuditi mnogo prednosti, važno je mladima osigurati osigurati neophodan prostor kako bi se mogli fokusirati

* Svi materijali iz Dodatne građe i svi radni materijali potrebni za izvođenje radionica u formatu pogodnom za tiskanje, nalaze se na www.youngmeninitiative.net u sekciji resursa pod nazivom Program Y - radni materijali

na ona pitanja koja su najrelevantnija za njihove živote i veze – s tim ciljem, mnoge organizacije često rade s mladima grupiranjem prema starosnoj dobi u skupine od 15 do 19 godina i od 20 do 24 godine.

Rad s mladim ljudima nije uvijek lak i predvidiv zadatak. Mnoge aktivnosti navedene u ovom priručniku bave se složenim osobnim temama, kao što su seksualnost, mentalno zdravlje i iskustva s nasiljem. Tijekom ovog procesa moglo bi se dogoditi i iskazivanje osjećaja nekog od sudionika, dok drugi jednostavno neće željeti govoriti. Neke od tih aktivnosti nisu namijenjene upotrebi kao grupna terapija, ali bi ih trebalo koristiti za poticanje dovoljne razine samorefleksije među sudionicima, kako bi mogli učiti iz vlastitih iskustava, preispitivati krute ideale roda i maskuliniteta i feminiteta, kao i promijeniti svoje stavove i ponašanje. Voditelj bi morao procijeniti i unaprijediti razinu prihvatljivosti tema kod sudionika i voditi aktivnosti na način da potpomogne iskrena razmišljanja, ali da to u isto vrijeme ne bude zasjedanje grupne terapije. Istovremeno, voditelj bi trebao biti spreman na mogućnost posvećivanja posebne pozornosti nekim pojedincima, a u nekim slučajevima, važno je uputiti ih na profesionalne službe ili savjetovanje.

Iskusni voditelji ključni su dio grupnog obrazovnog procesa. Prije početka rada s mladim ljudima, od ključne je važnosti njihovo ovladavanje temama iz ovog priručnika, stečena iskustva u radu s mladima i podrška svojih institucija/organizacija i/ili drugih odraslih osoba za izvođenje ovih aktivnosti. Glavna uloga voditelja jest kreiranje otvorenog i iskrenog okružja, punog uzajamnog poštovanja, u kojem ne postoje *a priori* osude ili kritike stavova, jezika ili ponašanja mladih te okružja u kojem se mladi neće osjećati loše ukoliko skrenu izvan "politički konkretnog govora" kojeg u početku mogu koristiti. Voditelji moraju biti sposobni intervenirati u konfliktnim situacijama do kojih bi moglo doći promovirajući poštivanje različitih mišljenja.

Konačno, aktivnosti trebaju biti provedene u privatnom i ugodnom prostoru u kojem se mladi mogu slobodno kretati. Mnogi mladi vole kretanje, a to može biti korisno za njihovu veću uključenost u aktivnosti.Isto tako, mladima je neophodan visok unos kalorija za njihov rast i razvoj i, kada je to moguće, preporučljivo je osigurati obrok za sudionike.

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

Uz ovaj Priručnik[6] dolaze dva nijema crtana filma, "Bio jednom jedan dječak" (engl. "Once Upon a Boy") i "Bila jednom jedna djevojčica" ("Once Upon a Girl"). Ovi crtani filmovi prikazuju priče o jednom dječaku i jednoj djevojčici i izazovima s kojima se suočavaju tijekom odrastanja. Suočavaju se s društvenim normama, nasiljem u obitelji, homofobijom, sumnjama u vezi sa svojom seksualnošću, svojim prvim seksualnim iskustvom, trudnoćom, spolno prenosivim bolestima (SPB) i roditeljstvom. Na zabavan i pažljiv način, ovi crtani filmovi uvode teme koje se obrađuju u aktivnostima opisanim u ovom priručniku. Često smo smatrali korisnim upotrijebiti crtani film kao uvod u aktivnost – kako bismo pobudili interes kod mladih i procijenili njihove prvobitne stavove u pogledu različitih pitanja koja se obrađuju u ovom priručniku. Navedene crtane filmove možete pogledati/preuzeti sa sljedećih web stranica:
http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-boy/
http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-girl/

Suočavaju se s društvenim normama, nasiljem u obitelji, homofobijom, sumnjama u vezi sa svojom seksualnošću...

Modaliteti implementacije sati/radionica

Dizajn Programa Y - Mladi omogućava školama i organizacijama tijekom četiri godine obrazovanja planirati i implementirati aktivnosti usmjerene na usavršavanje znanja i životnih vještina učenika putem obuke na kojoj će naučiti donositi odluke koje doprinose razvoju rodne ravnopravnosti, potiču ili promoviraju zdrave životne stilove, potiču nenasilno ponašanje poticanjem pozitivnih interakcija među mladima.

Iako svi moduli čine cjelinu, profesori mogu kombinirati module iz različitih područja pa čak i koristiti aktivnosti iz samo jednog područja, što znači da profesor ima slobodu izbora modula, redoslijeda, a na kraju i koncepta koji će biti korišten. Modularna i interaktivna nastava osigurava veću aktivnost učenika u procesu učenja, a predloženi proces učenja se zasniva na principu "učenik u središtu" procesa učenja. Sve radionice integrirane u ovom priručniku temelje se na tome da profesor/edukator/osoba koja vodi radionicu, ohrabruje i potiče sudjelovanje učenika koristeći pedagoške principe i standarde. Učenici su važan resurs i potencijalni saveznici u nastavnom procesu. Nji-

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

hovo aktivno sudjelovanje omogućuje da se čuje njihov glas, stav, mišljenje i trenutno razmišljanje o određenoj temi svake pojedinačne radionice. To je razlog zašto su učenici vlasnici rezultata radionice; oni ih oblikuju, a profesori i edukatori vode ih ka željenim, strukturiranim i definiranim zaključcima. Iako tijekom radionica učenici uče o određenim pitanjima, oni su ujedno i direktno uključeni u analizu ponuđenih situacija, nude i razgovaraju o adekvatnim rješenjima i alternativama i analiziraju zaključke prije nego što ih usvoje. Na taj način učenici analiziraju određene probleme u više različitih faza i nude adekvatna rješenja pod nadzorom profesora i edukatora/trenera.

S obzirom na to da većina radionica ne zahtijeva posebnu infrastrukturu, veliki broj modula može se primijeniti u izvanškolskom okružju (parkovi, izletišta), što dodatno unaprjeđuje sate i pruža dodatnu slobodu profesorima za osmišljavanje okružja koje može pozitivno odgovoriti na temu, oblast i koncept koji primjenjuju.

Maksimalno trajanje radionica jest dva školska sata, a minimalno jedan školski sat u ovisnosti od interesa učenika. Za sve zainteresirane edukatorice i edukatore, koji planiraju implementaciju edukativnih radionica iz Programa Y, osigurane su smjernice u vezi s trajanjem radionica i neophodni materijali, tako da je važno prije izvođenja svake radionice konzultirati priložene upute koje su sastavni dio, a one su dio svake radionice koja je dio ovog priručnika.
Određene radionice zahtijevaju pripremu materijala za učenje koji su priloženi uz odgovarajuću radionicu. U tom smislu, dobar profesor/edukator bi prije početka tih radionica trebao kopirati materijale, budući da su osnova za raspravu, alat za učenje i resurs za analizu.

Svi moduli testirani su u srednjim školama različitih vrsta (tehnička škola, medicinska škola, sportska gimnazija i sl.), stoga sa sigurnošću možemo zaključiti kako moduli odgovaraju interesima i potrebama učenika bez obzira na školu koju pohađaju, usmjerenje, itd.

Očekivani rezultati i ishodi učenja

Program Y zasniva se na interaktivnom pristupu koji potiče aktivno sudjelovanje učenika u procesu učenja definiranih sadržaja, ali također, s obzirom na to da je sadržaj ispunjen različitim igrama, vježbama i raspravama, motivira učenike da učenju pristupe otvoreno, aktivno, uz male ili nikakve prepreke u njihovom učenju. Učenje je zahtjevan proces koji traži obučeno osoblje, kao i učenike koji posjeduju prethodno znanje koje je osnova za daljnje obrazovanje. Program Y osmišljen je na način koji je lako realizirati bez posebne obuke, ali je posebno važno naglasiti kako ishodi učenja ne ovise o prethodnom znanju učenika o temama koje su dio Programa Y.

Razumijevanje i poštivanje principa rodne ravnopravnosti, nulte tolerancije prema rodno uvjetovanom nasilju, protivljenje uporabi psihoaktivnih supstancija i usvajanje zdravih životnih stilova zahtjevni su zadaci za učenike, kao i za profesore ili edukatore koji žele potaknuti učenike na usvajanje navedenih oblika ponašanja.

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

Brojni problemi s kojima se suočavaju adolescenti tijekom odrastanja rezultat su unutarnjih i vanjskih čimbenika. U kontekstu unutarnjih čimbenika, moramo naglasiti sljedeće: znanje, svijest, informiranost i posjedovanje važne vještine za donošenje odluka. Vanjski čimbenici su utjecaj obitelji, medija, vršnjaka i drugih društveno-kulturnih elemena-

ta koji utječu na formiranje identiteta mlade osobe, ali također i na vrijednosti koje mlada osoba usvaja u interakciji sa svojom okolinom. Stoga, Program Y nije alat usmjeren isključivo na obrazovanje i informiranje mladih, već je to i testirana i dokazana platforma koja nudi konkretne smjernice za profesore, edukatore, trenere i pedagoge o tome kako pružiti znanja i informacije i kako ih koristiti za razvoj životnih vještina koje su ključne kompetencije u donošenju zdravih i nenasilnih odluka.

Program Y, osim uputa za implementaciju svake pojedinačne radionice, nudi prateće sadržaje koji omogućavaju učenicima dobivanje potrebnih informacija iz različitih područja, što je važno za njegovo razumijevanje i ostvarenje definiranih ishoda učenja. Različite vježbe, rasprave, edukativne igre i radionice pružaju učenicima potrebna znanja o onoj životnoj vještini koja će im pomoći donijeti promišljene odluke o svom zdravlju u budućnosti, bez nasilja i nejednakosti na bilo koji način.

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

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

U širem kontekstu, sudjelovanje u aktivnostima definiranima u Programu Y pomaže učenicima u razvoju:

- identiteta
- emocionalne inteligencije
- jačanja vještina međuljudske komunikacije
- pregovaračkih sposobnosti
- životnih sposobnosti s naglaskom na kritičko razmišljanje i donošenje odluka
- sposobnosti za rješavanje problema
- vještine za rješavanje kriznih situacija
- pro-društvenih i društvenih kompetencija
- rodno ravnopravnih stavova i vrijednosti
- zdravih životnih stilova u kontekstu prevencije korištenja psihoaktivnih supstancija i zaštite seksualnog i reproduktivnog zdravlja
- tolerantnog odnosa prema drugim i "drugačijim" ljudima
- samopouzdanja
- sposobnosti da se suprotstavi vršnjačkom pritisku
- empatije

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

GODINA 1 - Razvoj identiteta - TKO SAM JA, TKO SI TI?

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

Radionica 1: Što je to što zovemo rod?
Radionica 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena
Radionica 3: Izražavanje vlastitih osjećaja
Radionica 4: Što bih želio/željela učiniti sa svojim životom? Kako na mene utječu drugi?
Radionica 5: Ljubavna priča

Drugo polugodište: NASILJE JE OUT! Od nasilja do mirnog suživota

Radionica 6: Što je nasilje?
Radionica 7: Živa budala ili mrtvi heroj
Radionica 8: Shvaćanje ciklusa nasilja
Radionica 9: Etiketiranje
Radionica 10: Što je seksualno nasilje?
Radionica 11: Moć i odnosi

Kognitivni ishodi:

- uučenici mogu definirati rod, rodne konstrukte i uočiti njihovu povezanost s rodnom neravnopravnošću
- učenici mogu procijeniti i opisati utjecaje maskuliniteta i feminiteta na razvoj identiteta, ponašanja i stavova
- učenici mogu navesti primjere negativnog utjecaja rodnih normi na iskazivanje osjećaja osjećaja te mogu opisati na koji način, u određenim okolnostima, mogu iskazati vlastite emocije na prikladan način
- učenici mogu navesti primjere verbalizacije osjećaja i znaju verbalizirati vlastite osjećaje
- učenici mogu navesti primjere stereotipnih stereotipnih stavova i predrasuda koji potiču nasilje
- učenici mogu navesti primjere društvenih uloga i odgovornosti utemeljenih na stereotipnim rodnim podjelama
- učenici znaju opisati i objasniti utjecaj rodne nejednakosti i krutih društvenih normi na živote i mogućnosti ljudi
- učenici znaju opisati pojmove nasilje i rodno uvjetovano nasilje
- učenici mogu procijeniti i navesti primjere negativnih utjecaja rodnih konstrukata maskuliniteta i feminiteta na pojavu nasilja
- učenici znaju opisati i objasniti različite oblike nasilja (vršnjačko, rodno, seksualno, obiteljsko i cyber)
- učenici znaju nabrojati najčešće uzroke i posljedice različitih oblika nasilja (vršnjačko, rodno, seksualno, obiteljsko i cyber)
- učenici znaju objasniti kako pojedine forme maskuliniteta i feminiteta doprinose pojavi vršnjačkog nasilja
- učenici znaju opisati ciklus nasilja i različite faze ciklusa nasilja
- učenici razumiju posljedice ravnodušnog odnosa prema nasilju kojem svjedoče
- učenici znaju da ne postoje blaži i teži oblici nasilja te da svaki oblik nasilja ostavlja posljedice

Afektivni ishodi:

- učenici revidiraju osuđujuće stavove povezanih s rodnim ulogama i mijenjaju ponašanje u skladu s novim informacijama i dokazima
- učenici demonstriraju uvjerenja o važnosti dostizanja većeg stupnja rodne jednakosti
- učenici podržavaju individualnost u izražavanju rodnih identiteta
- učenici prihvaćaju individualnost u izražavanju vlastitih osjećaja i osjećaja drugih
- učenici pokazuju spremnost za upotrebom nenasilne komunikacije u rješavanju konfliktnih situacija
- učenici se uključuju u rasprave s vršnjacima zagovarajući nenasilnu komunikaciju kao ključnu u rješavanju konfliktnih situacija
- učenici pokazuju posvećenost postizanju većeg stupnja socijalne pravednosti i socijalne pravde
- učenici pokazuju empatiju prema žrtvama nasilja i rodno uvjetovanog nasilja
- učenici demonstriraju neosuđujuće stavove tijekom rasprava o socijalnim manjinama
- učenici se uključuju u grupne aktivnosti koje ohrabruju nenasilno ponašanje
- učenici pokazuju empatiju prema žrtvama nasilja
- učenici znaju da ne postoje blaži i teži oblici nasilja i da svako nasilje ostavlja posljedice

Psihomotorni ishodi:

- učenici prepoznaju posljedice doslovnog pridržavanja rigidnih normi
- učenici procjenjuju kako pojedinačne rigidnih normi dovode do specifičnih problema u ponašanju
- učenici koriste vještine pregovaranja u komunikaciji s vršnjacima
- učenici koriste aktivno slušanje u razgovorima i raspravama s vršnjacima
- učenici primjenjuju vještine kritičkog razmišljanja u donošenju zaključaka i odluka tijekom vođenih rasprava i zadataka o nasilju i rješavanju konfliktnih situacija
- učenici prepoznaju različite emocije (ljutnja, strah, euforija i sl.) sugovornika i prilagođavaju komunikaciju s ciljem sprječavanja nastanka konflikta.

GODINA 2 – NASILJE JE OUT!

Prvo polugodište: Od nasilja do mirnog suživota

Radionica 12: Od nasilja do poštivanja u intimnim odnosima
Radionica 13: Muškarci i nasilje
Radionica 14: Zdravi i nezdravi intimni odnosi
Radionica 15: Agresivni, pasivni ili asertivni (samopouzdani)
Radionica 16: Vještine pregovaranja
Radionica 17: Razbijanje tišine i traženje pomoći
Radionica 18: Što radim kad sam ljut/a?

Drugo polugodište: Droge/alkohol i donošenje odluka

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

Kognitivni ishodi:

- učenici znaju nabrojati najčešće oblike nasilja u intimnim vezama
- učenici znaju objasniti povezanost maskuliniteta s pojavom nasilja
- učenici navode primjere pozitivnih oblika maskuliniteta koji dovode do rodne jednakosti u vezama i jednakoj raspodjeli moći u donošenju odluka
- učenici znaju objasniti razliku između zdravih i nezdravih prijateljskih i intimnih odnosa
- učenici argumentirano diskutiraju o poziciji žrtve, nasilnika i svjedoka nasilja te mogu objasniti poziciju i mogućnosti svakog od navedenih
- učenici znaju objasniti i oprimjeriti asertivno, agresivno i pasivno ponašanje
- učenici znaju objasniti pozitivne strane mirnog rješavanja konfliktnih situacija
- učenici znaju podijeliti psihoaktivne tvari na legalne i nelegalne i znaju objasniti razloge ovakve kvalifikacije
- učenici znaju objasniti povezanost društvenih normi s uporabom psihoaktivnih tvari te opisati posljedice uporabe na ponašanje i donošenje odluka
- učenici znaju opisati strategije pregovaranja s ciljem pozitivne reakcije na negativne vršnjačke pritiske povezane s uporabom psihoaktivnih tvari

Afektivni ishodi:

- učenici demonstriraju stavove koji prikazuju nultu toleranciju prema nasilju
- učenici demonstriraju uvjerenja o individualnoj i društvenoj odgovornosti u prevenciji nasilja kroz nenasilne i rodno ravnopravne stavove i mišljenja
- učenici (mladići) korigiraju stavove povezane s muškošću te kroz interakciju s drugim učenicima zagovaraju forme maskuliniteta koje obeshrabruju uporabu nasilja kao modela rješavanja sukoba i konflikta
- učenice (djevojke) demonstriraju stavove koji ljubomoru i ograničenja distanciraju od osjećaja ljubavi i međusobnog poštivanja
- učenici suosjećaju sa žrtvama vršnjačkog i rodno uvjetovanog nasilja i to pokazuju kroz stavove koji promoviraju nenasilnu komunikaciju
- učenici demonstriraju stavove koji potiču toleranciju, poštivanje manjina i drugih, kao i drugačijih ljudi
- učenici prilagođavaju stavove o uporabi alkohola, duhana i droga u odnosu na nove informacije
- učenici demonstriraju stavove koji uporabu alkohola i droga interpretiraju kao značajni čimbenik pojave rizičnih ponašanja
- učenici izbjegavaju korištenje stereotipnih izjava o uporabi lakših i težih droga i psihoaktivnih supstancija

Psihomotorni ishodi:

- učenici koriste preporučene vještine (mirnog i nenasilnog rješavanja konflikata ili problema) u kontroliranja emocija
- učenici formuliraju strategije suprotstavljanja utjecaju vršnjaka na odluke o uporabi psihoaktivnih supstancija
- učenici korigiraju vlastite stavove o percepciji uporabe psihoaktivnih supstancija kao pozitivnih oblika muškosti i ženskosti
- učenici koriste preporučene vještine samokontrole i smanjenja bijesa
- učenici koriste vještine aktivnog slušanja u komunikaciji sa svojim vršnjacima
- učenici procjenjuju koje su posljedice podložnosti vršnjačkim utjecajima

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

Prvo polugodište: Seksualno i reproduktivno zdravlje

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

Drugo polugodište: Spolno prenosive bolesti, kontracepcija i prava

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

Kognitivni ishodi:

- učenici znaju opisati na koji način odgoj utemeljen na strogim društvenim normama doprinosi razvoju ravnodušnog odnosa prema zdravlju i usvajanju stavova koji su rizični čimbenik za zdravlje
- učenici znaju povezanost vezu higijenskih navika s očuvanjem zdravlja
- učenici znaju nabrojati organe muškog i ženskog reproduktivnog sustava te opisati njihove funkcije
- učenici mogu opisati pozitivne strane seksualne apstinencije
- učenici znaju opisati rizike koji prate seksualno ponašanje te definirati strategije umanjenja ili eliminacije pojedinačnih rizika
- učenici opisuju negativne strane adolescentske trudnoće
- učenici znaju nabrojati najčešće spolno prenosive infekcije te njihove posljedice na zdravlje
- učenici definiraju mehanizme prijenosa pojedinačnih spolno prenosivih bolesti uključujući HIV te znaju objasniti koje su metode zaštite uspješne u zaštiti pojedinačnih bolesti
- učenici znaju razliku između modernih i tradicionalnih metoda kontracepcije te mogu nabrojati najčešće metode i opisati mehanizme zaštite
- učenici znaju razliku između dvojne zaštite (kontekst spolno prenosivih bolesti i neplanirane trudnoće) i kontracepcije (neplanirana trudnoća)
- učenici znaju nabrojati seksualna i reproduktivna prava te objasniti značaj ovih prava u kontekstu zaštite zdravlja
- učenici su upoznati sa seksualnim različitostima

Afektivni ishodi:

- učenici identificiraju lažne i prividne društvene norme o seksualnosti
- učenici demonstriraju stavove koji reflektiraju njihovu sposobnost definiranja povezanosti uporabe psihoaktivnih supstancija s rizičnim seksualnim ponašanjima
- učenici su svjesni da svi mladi nisu seksualno aktivni
- učenici prihvaćaju apstinenciju kao pozitivan izbor
- učenici se aktivno uključuju u rasprave o utjecaju strogih društvenih normi na formiranje stavova o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i pravima, promovirajući pozitivne društvene vrijednosti i rodnu jednakost
- učenici pokazuju spremnost za korištenje vještina pregovaranja u formiranju odluke o njihovom seksualnom i reproduktivnom zdravlju
- učenici prihvaćaju različitosti i demonstriraju tolerantne stavove prema drugima i drugačijima
- učenici prihvaćaju predložene instrukcije o očuvanju seksualnog i reproduktivnog zdravlja kao strategiju očuvanja generalnog zdravlja
- učenici prihvaćaju seksualno i reproduktivno zdravlje kao važan segment cjelokupnog zdravlja
- učenici demonstriraju rodno ravnopravne stavove u vezi u odnosima prema ljudima, posebno u kontekstu pregovaranja i donošenja odluka o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i pravima

Psihomotorni ishodi:

- učenici koriste predložene pregovaračke vještine u razgovoru sa svojim vršnjacima
- učenici koriste vještine aktivnog slušanja u komunikaciji sa svojim vršnjacima
- učenici procjenjuju koje su posljedice podložnosti vršnjačkim utjecajima u kontekstu seksualnog i reproduktivnog zdravlja
- učenici demonstriraju neosuđujuće stavove glede seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava
- učenici koriste vještine suprotstavljanja negativnim vršnjačkim utjecajima povezanima sa seksualnim i reproduktivnim zdravljem i pravima
- učenici u procesu donošenja odluka, kritički razmišljaju o konačnom ishodu svake pojedinačne odluke, te mogu identificirati potencijalne rizike i posljedice

GODINA 4 - RODITELJI 21. STOLJEĆA

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

Radionica 36: Kako to misliš?
Radionica 37: Muškarac kao skrbnik
Radionica 38: Trudnoća...da ili ne? Biti majka
Radionica 39: Sve u isto vrijeme
Radionica 40: Što je posao žene?

Kognitivni ishodi:

- učenici opisuju razliku između odgovornog i neodgovornog roditeljstva
- učenici znaju objasniti značaj uključenosti oba roditelja u odgoj i rad s djecom
- učenici su sposobni opisati kako rodna socijalizacija utječe na percepciju uloge očeva i majki u odgajanju djece
- učenici učenici mogu opisati kakvu korist ima dijete ukoliko je u odgoj aktivno i podjednako uključen otac
- učenici integriraju nove informacije u formiranju stavova o odgovornom roditeljstvu i specifičnim ulogama majki i očeva u planiranju obitelji i odgoju
- učenici procjenjuju i opisuju kakve su posljedice neravnopravne uloge žena u odgoju u odnosu na djecu i obitelj
- učenici znaju objasniti koje su posljedice maloljetničke trudnoće na zdravlje, obrazovanje, ekonomski status i kvalitetu života
- učenici identificiraju društvene nejednakosti i posljedice istih na obitelj, prava žena i blagostanje djece

Afektivni ishodi:

- učenici demonstriraju rodno ravnopravne stavove u pogledu skrbništva i promoviraju važnost većeg udjela mladih uključenih u skrb i odgoj u svojim domovima, vezama i zajednicama
- učenici prihvaćaju jednaku odgovornost mladića i djevojaka u sprječavanju neplanirane trudnoće i planiranju obitelji
- učenici sudjeluju u kućanskim poslovima suprotstavljajući se strogim društvenim normama i ulogama
- učenici demonstriraju rodno ravnopravne stavove o ulogama i odgovornostima muškaraca i žena u odgoju i brizi o djeci
- učenici modificiraju vlastite stavove o ulozi muškaraca kao skrbnika, shodno novim informacijama i dokazima
- učenici mijenjaju stavove o ulozi žene u širem društvenom kontekstu (u kući, u obitelji i društvu)
- učenici demonstriraju posvećenost postizanju većeg stupnja rodne ravnopravnosti kroz afirmaciju rodno ravnopravnih stavova i vrijednosti

Psihomotorni ishodi:

- učenici koriste predložene vještine pregovaranja u razgovoru sa svojim vršnjacima o pitanjima ravnopravne i jednake uloge očeva i majki u planiranju obitelji i odgajanju djece
- učenici koriste vještine aktivnog slušanja u komunikaciji sa svojim vršnjacima
- učenici prilagođavaju svoje ponašanje novim informacijama o važnosti aktivnog uključivanja muškaraca u obavljanje kućanskih poslova
- učenici integriraju nove informacije u stavove i koriste rodno ravnopravne argumente u razgovorima s vršnjacima o ulozi muškaraca u brizi i odgoju djece
- učenici pokazuju empatiju prema ženama koje su žrtve rodne nejednakosti i nasilja u obitelji

Također, Program Y osnažuje mlade ljude za samostalni ulazak u svijet odraslih, kako bi bili potpuno informirani i spremni za brojne izazove i mogućnosti koje ih očekuju. Kroz rad s mladićima i djevojkama, Program Y pokušava ohrabriti mladiće na aktivno sudjelovanje u stvaranju društva koje promovira principe jednakosti i zagovara njihovu integraciju u različite društvene dimenzije. Posebno je važno naglasiti da Program Y osnažuje djevojke, koje se suočavaju s teretom društvene nejednakosti, u ostvarivanju različitih prava i mogućnosti, kako bi imale jednaka prava kao i muškarci.

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

Osnažene djevojke...

- ohrabruju se aktivno razmišljati o budućnosti
- samostalno donose odluke o svom tijelu, zdravlju i seksualnosti
- kontroliraju prihode i vlastite resurse
- samostalno donose odluke o obrazovanju
- imaju mogućnost koristiti svoje slobodno vrijeme
- koriste zdravstvene usluge
- pismene su
- govore u javnosti
- svjesne su rodnih nejednakosti i kako one utječu na živote žena i muškaraca
- znaju o ljudskim pravima
- mogu identificirati kulturološke i medijske utjecaje koji potkopavaju osjećaje žena o sebi samima
- u stanju su reći "ne" neželjenom seksualnom odnosu
- prepoznaju svoje vlastite sposobnosti
- vjeruju da muškarac nema pravo izvršiti nasilje nad njima
- poduzimaju akciju ukoliko muškarac vršiti nasilje nad njima
- prepoznaju i iskazuju potrebe i emocije
- svjesne su posljedica uporabe i zlouporabe droga
- dijele kućanske poslove i odgovornosti te odgovornosti povezane s brigom o djeci
- svjesne su konkretnih zakona koji utječu na živote žena
- imaju skupine za podršku ženama
- imaju pristup pozitivnim ženskim uzorima.

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

Kognitivne sposobnosti

Promišljen razvoj i usvajanje novih znanja omogućuje učenicima kritički analizirati određene norme, tradicije i ponašanja i samostalno donositi promišljene odluke. Kognitivne sposobnosti omogućuju mladim ljudima korištenje znanja koje su stekli u formiranju svojih stavova i vrijednosti i procjenjivanje kako neki postupak dovodi do pozitivnih ili manje pozitivnih rezultata. Kognitivne sposobnosti su najvažnije sposobnosti i u glavnom su fokusu svih modula zastupljenih u Programu Y. One također omogućuju učenicima promatranje određene situacije s razumijevanjem te na osnovu znanja i informacija koje imaju, formiranje zaključaka koji su važan čimbenik u donošenju odluka. Dakle, mladi se prilagođavaju

i provjeravaju informacije putem Programa Y, potiče se njihov pozitivni kognitivni razvoj, kako bi se mlada osoba obučila za lakše suočavanje ili borbu s problemima svakodnevnog života. Kognitivne sposobnosti pomažu mladima shvatiti shvatiti koji oblici ponašanja mogu dovesti do određenih problema i kako ih nadilaziti. U kontekstu razvoja kognitivnih sposobnosti, Program Y posebno doprinosi razvoju kritičkog razmišljanja kao osnove za donošenje odluka.

Afektivne sposobnosti

One omogućuju mladim ljudima upoznavanje samih sebe, prepoznavanje i razumijevanje problema drugih ljudi i pokazivanje više suosjećanja prema ljudima oko sebe. Adolescencija je doba emocionalnog sazrijevanja tako da afektivne sposobnosti pomažu u tom razvoju. One pomažu mladim ljudima lakšu kontrolu određenih osjećaja i razvoj povjerenja u vlastite sposobnosti i odluke koje donose. Posebno je važno vjerovati u vlastite odluke tijekom perioda adolescencije, jer tijekom ovog vremena mladi posebno su osjetljivi na vršnjačke i druge vrste pritisaka koji mogu biti okidač za razvoj različitih oblika rizičnog ponašanja. Afektivne sposobnosti usmjeravaju mlade ljude na adekvatnu borbu protiv njih.

Društvene sposobnosti

Ljudi su društvena bića koja se razvijaju zajedno s okružjem, normama, navikama, medijima, itd. Stoga je lako zaključiti kako društvene, tj. psihosocijalne vještine pomažu pomažu mladima prepoznati negativne društvene utjecaje i naučiti ih kako im se uspješno suprotstaviti. Negativni vršnjački pritisak najizraženiji je čimbenik koji utječe na donošenje odluka i stavove, tako da su asertivnost, empatija, izražavanje vlastitih želja, očekivanja i potreba važna polja u razvoju ličnosti adolescenata koja pomažu mladima suočiti se s njima.

Potrebno je naglasiti da Program Y doprinosi zdravstvenom opismenjavanju adolescentske populacije jačanjem kognitivnih, afektivnih i društvenih vještina, što je važan čimbenik za zaštitu njihovog zdravlja. Svjetska zdravstvena organizacija ((WHO)) definira zdravstvenu pismenost kao kognitivne i društvene sposobnosti koje određuju motivaciju i sposobnost pojedinaca za dobivanje pristupa, razumijevanje i uporabu informacija na način koji promovira i održava dobro zdravlje.

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

Program Y potiče mlade ljude na propitivanje vlastitih stavova i vrijednosti i upoznavanje svijeta u kojem žive sa svim njegovim složenostima, mogućnostima i rizicima koji ovise o odlukama koje su donijeli ili će donijeti u budućnosti, kroz različite vježbe, rasprave, analize slučaja i druge interaktivne vježbe. Razvoj osjećaja vlasništva nad vlastitom budućnosti potiče osjećaj odgovornosti. Ako mladima ponudimo potrebne vještine i znanja, sigurni smo da će odluke koje donose biti odgovorne i pozitivne.

POGLAVLJE

2

Program Y
praktični alati

Godina 1:

Razvoj identiteta: Tko sam ja, tko si ti?

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

ROD, OSNAŽIVANJE I LJUDSKA PRAVA

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

Rod, društvena konstrukcija

Od ranog djetinjstva dječaci i djevojčice razvijaju snažne osjećaje za različite načine koji se od njih očekuju u ponašanju i odnosima jednih prema drugima. Djevojčice mogu naučiti kako ih se cijeni i vrednuje prema njihovom izgledu i poslušnosti, a ne prema mišljenju i neovisnosti. Dječaci, s druge strane, mogu naučiti kako "pravi" muškarci uvijek moraju biti jaki i držati sve pod kontrolom. Ovi ideali o tome kako se muškarci i žene trebaju ponašati nazivaju se rodne norme i one se uče od muškaraca i žena, obitelji, vršnjaka, medija i zajednice kroz proces koji se naziva socijalizacija.

Pitanje roda je ključno je za razumijevanje ranjivosti mladih, posebno u pogledu seksualnosti i zdravlja. U mnogim sredinama, stroge sociokulturne norme dominiraju u raspravama o seksualnosti djevojaka, posebice u vezi s nevinošću prije braka i brojem seksualnih partnera (Weiss i Gupta, 1998.). Pubertet može skrenuti značajnu pozornost na sposobnost djevojaka za reprodukciju i u nekim kulturama može ukazivati na period veće socijalne isključenosti, , pri čemu se veća pažnja pridaje kretanju izvan kuće i zaštiti od dječaka (Mensch et al., 1998.). Kod mladića, s druge strane, seksualno iskustvo često je povezano s inicijacijom u muškost i ono među vršnjacima može biti promatrano kao primjer seksualne sposobnosti ili ostvarenja, a ne kao čin intimnosti (Marsigilio, 1988.; Nzioka, 2001.) . Dok se rodne norme mogu razlikovati u različitim kulturološkim sredinama, slični obrasci oblikuju pristup žena i muškaraca ekonomskim i sociokulturnim resursima i njihovu moć odlučivanja širom svijeta (Mathur i Rao Gupta, 2004.). U većini sredina, muškarci su odgovorni za produktivne aktivnosti izvan kuće (npr. plaćeni rad), dok su žene odgovorne za reproduktivne i produktivne aktivnosti u kući (npr. briga o djeci i kućanskim poslovima). Činjenica da žene uglavnom imaju slabiji pristup i manju kontrolu nad produktivnim resursima ograničava njihovu moć donošenja odluka kako u javnoj, tako i u privatnoj sferi. Zaista, istraživanje je pokazalo da žene u situacijama ekonomske nemoći imaju manje šanse uspješno pregovarati o sigurnom seksu, prekinuti vezu za koju smatraju da je rizična, ili se obratiti službama podrške. (Heise i Elia, 1995.; Weiss i Gupta, 1998.). Na ovaj način, šire društvene, političke i ekonomske nejednakosti između žena i muškaraca neodvojive su od ranjivosti s kojima se žene suočavaju u svakodnevnom životu i intimnim vezama.

Osnovni pojmovi

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

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

Rod – Odnosi se na društveno konstruirane razlike i nejednakosti između muškaraca i žena (na primjer, kako se oni trebaju oblačiti i ponašati). Ove ideje i očekivanja naučeni su u obiteljima, preko prijatelja, vjerskih i kulturnih institucija, škola, na radnim mjestima i putem medija.

Rod i djevojke

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

Promoviranje osnaživanja, prava i zdravlja djevojaka

Osnaživanje žena može se definirati kao proces u kojem žene stječu znanja, potencijale, sposobnosti i mogućnosti donositi odluke o svom tijelu, zdravlju, težnjama, seksualnosti, vremenu i interesima. To je složen i višeslojan proces koji obično zahtijeva promjene i podršku na različitim razinama, od interpersonalne i razine pojedinca, do makro razina javnih politika i društvenih normi. Ovaj proces uključuje tri dimenzije:

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

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

Kolektivna dimenzija: odnosi na mobilizaciju i osnaživanje skupine ljudi, npr. žena.

Individualno osnaživanje ne može postojati bez kolektivnog rodnog osnaživanja u društvu kao cjelini. Grupne edukativne aktivnosti u ovom priručniku posebno se fokusiraju na individualnu i interpersonalnu razinu putem: podizanja svijesti mladih o rodnim nejednakostima, pravima i zdravlju; poticanja djevojaka na aktivno razmišljanje o svojoj budućnosti; osiguravanja prostora za izgradnju pozitivne vršnjačke mreže; promoviranja znanja o institucijama koje pružaju podršku i njihovom pristupu; osiguravanja prostora za izražavanje mišljenja kako bi se čuo njihov glas; pružanja pomoći za razvijanje vještina potrebnih za snažnije djelovanje. Dok su ovo svakako značajni koraci ka osnaživanju djevojaka, oni nisu dovoljni ukoliko djevojke nemaju objektivna sredstva – slobodu kretanja i pristup uslugama – da stvarno osporavaju restriktivne sociokulturne norme u njihovim životima, odnosima i zajednicama. Stoga je važno istovremeno provoditi široko rasprostranjene napore, od mobilizacije na razini zajednice do zagovaranja zakonodavstva utemeljenog na jednakosti, kako bi se nadišli strukturalni i drugi čimbenici okružja koji stvaraju ranjivosti utemeljene na rodu te oni koji ometaju njihovo osnaživanje.

Razgovor o osnaživanju djevojaka podrazumijeva priznanje njihove moći i prava donošenja odluka

u okviru svog teritorija: njihovo tijelo; njihova seksualnost; njihovo vrijeme, posao, i resursi.

Ovo gledište moći shvaćeno je kao sposobnost samoočuvanja i razvoja. Legitimno je i neophodno osnaživanje nas kao žena; razvijanje i prepoznavanje naših kapaciteta, talenata i sposobnosti; donošenje odluka o svojim životima; pristup i kontrola nad našim novcem i resursima. Izuzetno je važno potaknuti poštivanje i prihvaćanje nas samih, počevši s otkrivanjem naših sklonosti, vodi prema ka individualnoj i kolektivnoj težnji za izgradnjom novih ženskih identiteta u kojima su omogućene sposobnosti i stavovi koji mogu transformirati sociokulturne, političke i ekonomske realnosti - to jest, počevši od pozitivne vizije moći (Scott, 1990).

Prava žena

Pravo žena na glasovanje u zemljama širom svijeta razvijalo se. a različite načine razvijalo – u nekim zemljama ono je na početku dano samo nekim ženama (ovisno o njihovoj rasi, bogatstvu, društveno-pravnom statusu...), u drugima je univerzalno pravo glasa dano muškarcima i ženama u isto vrijeme. Ono se također nije razvilo u isto vrijeme svugdje – prvi put se pojavljuje u Švedskoj 1718. godine (da bi kasnije bilo oduzeto, a nakon toga ponovo uvedeno), dok se u drugim zemljama pojavljuje gotovo tri stoljeća kasnije.

Tijekom 20. stoljeća, u većini zemalja svijeta ostvareno je univerzalno pravo glasa žena, a ulaskom u 21. stoljeće ova lista je kompletirana. Međutim, samo zato, što je ženama pravno i formalno dozvoljeno glasovanje, ne znači da u svim zemljama žene imaju to pravo i ostvariti.

Na Balkanu, žene u SFR Jugoslaviji ostvarile su pravo glasa 1945. godine.

Borba za prava žena kroz povijest se vodila radi ostvarivanja nekih od najosnovnijih prava kao što su: pravo priznanja njih kao punopravnih građana, pravo slobodnog kretanja, pravo na privatnu svojinu i bogatstvo, pravo na obrazovanje, pravo na izbor bilo kojeg zanimanja, pravo po kojem ne smiju biti prisiljene na brak, pravo odabira supružnika, pravo na razvod, pravo po kojem u slučaju razvoda mogu zadržati svoju djecu, pravo da ne budu zlostavljane, itd.

Konačni cilj ista su prava i mogućnosti žena i muškaraca, a sud o njima se ne bi se trebao donositi na temelju roda i spola, već na temelju njihovih sposobnosti.

Međutim, u većini dijelova svijeta, uključujući i balkansku regiju, žene se generalno još ne tretiraju jednako. U cijeloj Europi, statistike pokazuju kako su žene i dalje slabije plaćene za iste poslove, nemaju jednak pristup pozicijama moći i imaju manje mogućnosti zaposlenja bilo zbog njihovog roda ili zato što imaju ili bi mogle planirati obitelj. Žene su i dalje ranjivije na nasilje u obitelji i zlostavljanje... Evolucija prava žena dala je ženama mogućnost izbora zanimanja i rada izvan kuće, ali nije dramatično promijenila njihovu rodnu ulogu u kući, u kojoj se od njih još uvijek očekuje obavljanje većine kućnih poslova, kuhanje i briga o djeci. Ne treba posebno isticati kako se žene i dalje često doživljavaju kao "slabiji" spol.

Rad s mladićima na pružanju podrške osnaživanju djevojaka

Projekt Inicijativa mladića višedimenzionalna je intervencija, predstavljena u rigoroznim kvaziekspermentalnim studijama evaluacije s ciljem promocije rodno-ravnopravnijih stavova i ponašanja dječaka i mladića u različitim okružjima. Uključuje obrazovni kurikulum namijenjen radu u skupini i aktivnosti društvene kampanje "Budi muško".

Konkretnije, aktivnosti projekta Inicijativa mladića nastoje potaknuti djelovanje mladića na sljedeće načine:

- › težiti vezama sa ženama utemeljenima na jednakosti i intimnosti, a ne na seksualnim osvajanjima; to uključuje vjerovanje kako muškarci i žene imaju prava, uključujući i to da žene imaju seksualnu želju i 'pravo' na seksualni izbor jednako kao i muškarci
- › težiti k tome da budu uključeni očevi, , što uključuje shvaćanje važnosti preuzimanja financijske odgovornosti i barem neku odgovornost za brigu o djeci
- › preuzeti odgovornost za pitanja reproduktivnog zdravlja i prevenciju bolesti; to uključuje preuzimanje inicijative razgovora o reproduktivno-zdravstvenim pitanjima sa svojim partnerom, uporabu prezervativa ili pomoć svom partneru u nabavljanju ili korištenju kontra-

cepcijskih sredstava
- suprotstavljanje nasilju nad ženama; to može uključivati mladiće koji su bili fizički nasilni prema svojoj partnerici u prošlosti, ali koji trenutno vjeruju kako nasilje nad ženama nije prihvatljivo ponašanje.

Također, jedan od ključnih elemenata aktivnosti u ovom priručniku je djevojačko propitivanje krutih i neravnopravnih stereotipa o maskulinitetu te njihova utjecaja na živote i odnose žena i muškaraca. Često se kaže kako su majke koje podižu sinove, kao i supruge i djevojke koje toleriraju i slušaju muškarce odgovorne za mačizam. Međutim, moramo priznati, rodne norme izgrađuju i osnažuju i žene i muškarci, i te žene često imaju ograničenu moć i pristup potrebnim resursima, zbog čega nisu u mogućnosti promijeniti svoje društvene, ekonomske i kulturološke kontekste. Pored toga, kroz obrazovni i refleksivni proces, žene (kao i muškarci) mogu doprinijeti promociji rodne jednakosti postajući svjesnije represivnih uvjerenja i očekivanja unutar svojih veza, težeći tome da ih ne jačaju ili reproduciraju. U tom kontekstu, ove obrazovne aktivnosti potiču žene na pomaganje u izgradnji i jačanju pozitivnih ideala maskuliniteta kod muškaraca u svom životu i zajednici i njihovo sudjelovanje kao saveznika u promociji osnaživanja žena i rodne ravnopravnosti.

Integracijom dvaju priručnika: Rad s mladićima i Rad s djevojkama, uspjeli smo kreirati skup mehanizama za uključivanje odnosnog pojma roda u programe namijenjene za rad s mladima i senzibilizaciju i osnaživanje mladih za postizanje rodne jednakosti.

Prava žena i rodna ravnopravnost

Tijekom povijesti mnoge žene i pokreti osporavali su nejednakosti, između žena i muškaraca. Tijekom više od 200 godina, nakon što je aktivistica Olympe de Gouges pogubljena na giljotini stoga zato što je napisala Deklaraciju o pravima žene i građanke, svijet je vidio raznolik napredak u pravima žena, od prava glasovanja u većini zemalja do boljih uvjeta života i rada. Konvencija o eliminiranju svih oblika diskriminacije žena (CEDAW), koju je 1979. godine usvojila Generalna skupština

UN-a, često se opisuje kao međunarodna povelja o pravima žena. Načinjena od preambule i 30 članova, ona definira koje radnje predstavljaju diskriminaciju žena i postavlja agendu za nacionalnu akciju za okončanje takve diskriminacije. Ova konvencija definira diskriminaciju žena kao "... svaku razliku, isključenje ili ograničenje u pogledu spola, što ima za posljedicu ili cilj ugroziti ili onemogućiti priznanje, ostvarenje ili vršenje od strane žena, ljudskih prava i osnovnih sloboda na političkom, ekonomskom, društvenom, kulturnom, građanskom ili drugom polju, bez obzira na njihovo bračno stanje, na osnovu ravnopravnosti muškaraca i žena".

Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju, održana 1994. u Kairu i Četvrta svjetska konferencija o ženama održana 1995. u Pekingu, predstavljaju prekretnice u pokretu za promociju zdravlja i prava žena, naročito seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava. Jedan od glavnih ciljeva sastanka u Pekingu bio je jačanje preventivnih programa koji promoviraju zdravlje žena, dajući prioritet formalnim i neformalnim obrazovnim programima koji podržavaju žene i daju im priliku steći znanja, donositi odluke i preuzeti odgovornost za vlastito zdravlje.

Konferencije u Kairu i Pekingu također su istaknule potrebu uključivanja muškaraca u napore za poboljšanje statusa žena i djevojaka. ICPD Program akcije, na primjer, nastoji "promovirati rodnu ravnopravnost u svim sferama života, uključujući obiteljski život i život u zajednici, i poticanje i osposobljavanje muškaraca na preuzimanje odgovornosti za svoje seksualno i reproduktivno ponašanje i njihove društvene i obiteljske uloge" (UNFPA 1994.). Zaista, promjena je moguća samo ako se rod promatra kao odnosni pojam, a muškarci su, kao i žene, uključeni u promociju osnaživanja žena i rodne jednakosti.

Perspektiva muškaraca

Pregled

Rasprave o emocionalnom i mentalnom zdravlju mladića iz sociokulturološke perspektive teško je pronaći. Štoviše, generalni pristup emocionalnom i mentalnom zdravlju polazi s biološkog kuta promatranja, fokusirajući se na manji broj problema, umjesto primjene sveobuhvatnog ili holističkog pristupa. Ovaj dio ćemo koristiti za raspravu o načinu na koji socijalizacija mladića utječe na njihovo ukupno emocionalno i mentalno zdravlje te za pregled pitanja povezanih sa zlouporabom supstancija i samoubojstva.

OKVIR 1.

Okvir 1: Što je emocionalno i mentalno zdravlje?

Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (WHO), mentalno je zdravlje: "stanje blagostanja u kojem pojedinac/ka ostvaruje svoje vlastite sposobnosti, može se nositi sa stresom svakodnevnog života, može raditi produktivno i može doprinositi svojoj zajednici." U svojoj suštini, ova definicija također obuhvaća i emocionalno blagostanje – zaista, izražavanje vlastitih osjećaja ne promatra se samo kao znak dobrog mentalnog zdravlja, već se također veoma preporučuje u cilju promovisanja mentalnog zdravlja.

OKVIR 2.

Okvir 2: Osjećaji, rod i mladići

Kao i kod drugih točaka njihovog života i zdravlja, rodne norme utječu na emocionalno i mentalno zdravlje mladića. Na primjer, društvena očekivanja koja zastupaju ideju prema kojoj "pravi muškarci" moraju biti "čvrsti" i "hrabri" mogu dovesti do toga da mladići skrivaju svoj strah, tugu pa čak i ljubaznost te ne traže pomoć onda kada im je potrebna. Poricanje ili potiskivanje napetosti, kao i poteškoća pri razgovoru o osjećajima koji su s njima povezani, mogu zauzvrat dovesti do uporabe supstanci, uključujući i alkohol, kao obrambenog mehanizma. Pored svoje uloge u suočavanju sa stresnim situacijama, uporaba supstanci može se promatrati kao sredstvo za dokazivanje nečije muškosti ili uklapanje u vršnjačku skupinu.

Istraživanja su pokazala kako sposobnost shvaćanja i izražavanja emocionalnog stresa na nenasilan način predstavlja zaštitni faktor protiv raznih zdravstvenih i razvojnih problema. Dakle, mladići su ranjivi kada se osjećaju ograničenima u izražavanju osjećaja povezanih s nepovoljnim okolnostima i stresnim događajima u svom životu.

OKVIR 3.

Okvir 3: Sažetak

Kao i kod drugih točaka njihovog života i zdravlja, rodne norme utiču na emocionalno i mentalno zdravlje mladića. Na primjer, društvena očekivanja koja zastupaju ideju kako "pravi muškarci" moraju biti "čvrsti" i "hrabri" mogu dovesti do toga da mladići skrivaju svoj strah, tugu i ljubaznost te ne traže pomoć onda kada im je potrebna. Poricanje ili potiskivanje napetosti, kao i poteškoća u razgovoru o osjećajima koji su s njima povezani, mogu zauzvrat dovesti do uporabe supstanci, uključujući i alkohol, kao obrambenog mehanizma.

Globalno, postoji veća vjerojatnost da će mladići pušiti, piti i koristiti druge tvari nego djevojke. Ovakva ponašanja, generalno, dio su konstelacije rizičnih ponašanja muškaraca, a povezana su s raznim drugim problemima koji se, također, češće povezuju s mladićima, od sudjelovanja u prometnim nezgodama do uporabe nasilja.

Radionice

Radionica 1:
Što je to što zovemo rod?

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

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, samoljepljiva traka i markeri.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:

Prije izvođenja ove aktivnosti važno je da voditelj razumije razlike između spola i roda. Ovdje smo naveli opće definicije, ali voditelj mora pročitati uvod u ovaj priručnik radi boljeg razumijevanja. Spol je biološki – to jest, rađamo se s muškim ili ženskim reproduktivnim organima i hormonima. Rod predstavlja način na koji smo socijalizirani – to jest, način na koji se stavovi, ponašanje i očekivanja formiraju na osnovu onoga što društvo povezuje sa ženama ili muškarcima. Ove karakteristike se mogu naučiti od članova obitelji, prijatelja, kulturnih i vjerskih institucija i na radnom mjestu. Neki sudionici mogu miješati rod sa seksualnom orijentacijom. Važno je pojasniti kako je rod sociokulturološki konstrukt prema kojem se određeni stavovi i ponašanja pripisuju pojedincima na osnovi njihovih fizičkih i hormonalnih atributa. Seksualna orijentacija, s druge strane, osjećaj je da se možete romantično i seksualno povezati prema nekome suprotnog spola (heteroseksualna), istog spola (homoseksualna), ili osobama oba spola (biseksualna). Neovisno o nečijoj seksualnoj orijentaciji, svaki pojedinac je pod utjecajem društvenih očekivanja utemeljenih na njihovom spolu. Tijekom rasprave voditelj bi trebao biti oprezan i ne iskazivati ekstremne stavove te se činiti kao da je ona/on protiv sudjelovanja žena/muškaraca u nekoj aktivnosti ili ponašanju povezanim s njihovim tradicionalnim rodnim ulogama. Cilj rasprave je doći do zaključka kako svatko treba imati stvarni izbor u životu – npr. prihvatljivo je da žena bude domaćica sve dok je to njen izbor, a ne nešto što joj nameću rodne uloge, obitelj ili društvo, i da se ona osjeća osnaženo donoseći odluke za sebe; taj izbor važan je za pojedinca i njegovo/njeno ispunjenje i sreću. Sredina koja gleda na svoje članove samo kroz rodne uloge društvo je u kojem su svi ograničeni očekivanjima drugih ljudi.

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

Na primjer, odjeća
Visoke potpetice – u nekim trenucima u povijesti nosili su ih muškarci koji su pripadali višim klasama, Luj XIV. vjerovatno je bio jedan od najvećih kolekcionara visokih potpetica.

Roza za djevojčice i plava za dječake – također je rodna norma novijeg datuma – od početka 20.

stoljeća, poduzeća koja su proizvodila odjeću za bebe nametnula su razliku kod odjeće za bebe (roza za djevojčice, plava za dječake) kako bi se prodaja povećala. Prije toga, je situacija u SAD-u bila obrnuta – roza boja je bila za dječake, a plava za djevojčice – jer je plava smatrana nježnijom bojom!

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

Također je važno rod i spol ne predstavljati kao krute ili dihotomne (dvojne) identitete. Tijekom aktivnosti, voditelj bi možda htio razgovarati o tome kako se transrodne i transseksualne osobe ne uklapaju u ove tradicionalne rodne i spolne kategorije. Transrodne osobe ne identificiraju se s rodom koji im se pripisuje po rođenju, poput pojedinca koji je rođen kao ženska osoba, ali se identificira kao muška osoba. Transseksualne osobe su one osobe koje su se odlučile za medicinski prijelaz na rod koji im bolje odgovara. Interseksualne osobe (također poznate kao hermafroditi) su osobe rođene s djelomično ili u potpunosti razvijenim parom ženskih i muških spolnih organa.

TIJEK:

1. Nacrtajte dva stupca na flipchart papiru (ili koristite dva velika lista papira).

2. U prvom stupcu napišite "žena“. U drugom napišite "muškarac".

3. Neka sudionici razmisle o riječima i frazama koje se povezuju s pojmom "žene". Napišite ih u prvi stupac onako kako ih oni navode. Odgovori mogu biti pozitivni ili negativni. Pomozite sudionicima u navođenju društvenih i bioloških obilježja.

4. Ponovite isti korak za stupac "muškarac."

5. Kratko pregledajte neke od obilježja navedenih u svakom stupcu.

6. Zamijenite naslove stupaca, stavljajući oznaku "žena" umjesto "muškarac" i obrnuto. Pitajte sudionike bi li se obilježja navedena za žene mogla pripisati muškarcima i obrnuto.

7. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli raspravu o obilježjima za koje sudionici ne misle da se mogu pripisati i muškarcima i ženama, i zašto. Međutim, kao što je već rečeno, važno je ove kategorije spola i roda ne predstavljati kao krute ili strogo dihotomne.

MOGUĆNOST: Kako biste naglasili razliku između spola i roda, možda biste mogli pripremiti slike muškaraca i žena koje odražavaju primjere bioloških (spolnih) i društvenih (rodnih) uloga. One bi mogle uključivati: ženu koja pere posuđe (rod), ženu koja doji (spol) i muškarca koji popravlja automobil ili koji je u lovu (rod).

Pitanja za raspravu:

1. Što znači biti žena?
2. Što znači biti muškarac?
3. Jesu li muškarci i žene odgojeni na isti način? Zašto da ili zašto ne?
4. Koje karakteristike koje se pripisuju ženama i muškarcima naše društvo vrednuje kao pozitivne ili negativne?
5. Kako bi bilo ženama ukoliko bi preuzele rodne karakteristike tradicionalno povezane s muškarcima? Bi li to bilo teško ili lako? Kako bi bilo muškarcima ukoliko bi preuzeli rodne karakteristike tradicionalno dodijeljene ženama?
6. Kako naše obitelji i prijatelji utječu na naše predodžbe o tome kako žene i muškarci trebaju izgledati i kako se trebaju ponašati?
7. Daju li se dječacima i djevojčicama iste igračke? Zašto?
8. Kako mediji (televizija, časopisi, radio, itd.) utječu na naše predodžbe o tome kako žene i muškarci trebaju izgledati i kako se trebaju ponašati?
9. Postoji li veza između roda i moći? Objasnite.
10. Na koji način ova različita očekivanja o tome kako žene i muškarci trebaju izgledati i ponašati se, utječu na vaš svakodnevni život? Na vaš odnos s obitelji? Na vaš odnos s intimnim partnerima?
11. Kako možete, u svojim životima, osporiti neke od negativnih ili nepravednih načina koji se očekuju u ponašanju muškaraca? Kako možete osporiti neke od negativnih ili nepravednih načina koji se očekuju u ponašanju žena?
12. Što smo naučili u ovoj aktivnosti? Postoji li nešto što možemo primijeniti na vlastite živote ili odnose?

ZAKLJUČAK:

Tijekom svojih života, žene i muškarci dobijaju poruke od svojih obitelji, medija i društva o tome kako bi se trebali ponašati i odnositi jedni prema drugima. Važno je razumjeti da, iako postoje razlike između muškaraca i žena, mnoge od ovih razlika konstruiralo je društvo samo i one nisu sastavni dio njihove prirode ili biološkog sustava. Usprkos tome, ove razlike mogu imati ključni utjecaj na svakodnevne živote muškaraca i žena i njihove odnose. Na primjer, od muškarca se često očekuje snaga i dominantnost u odnosima s drugima, uključujući tu i odnose s njegovim intimnim partnerima. Istovremeno, od žene se često očekuje pokornost autoritetu muškarca. Mnogi od ovih krutih rodnih stereotipa imaju posljedice i po muškarce i po žene, o čemu ćemo razgovarati tijekom ovih radionica. Kako postajemo svjesniji toga na koji način rodni stereotipi mogu negativno utjecati na naše živote i zajednice, možemo konstruktivno razmišljati o tome kako ih osporiti i promovirati pozitivnije rodne uloge i odnose u našim životima i zajednicama.

KORELACIJA – ANIMIRANI FILMOVI

U animiranim filmovima *Bila jednom jedna djevojčica (Once Upon a Girl) i Bio jednom jedan dječak (Once Upon A Boy)* identificirajte i razgovarajte o razlikama i očekivanjima o tome kako će se glavni ženski lik i njen brat ponašati i kako se ove razlike odnose prema rodnim ulogama. Navedene crtane filmove možete pogledati/preuzeti sa sljedećih web stranica:

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

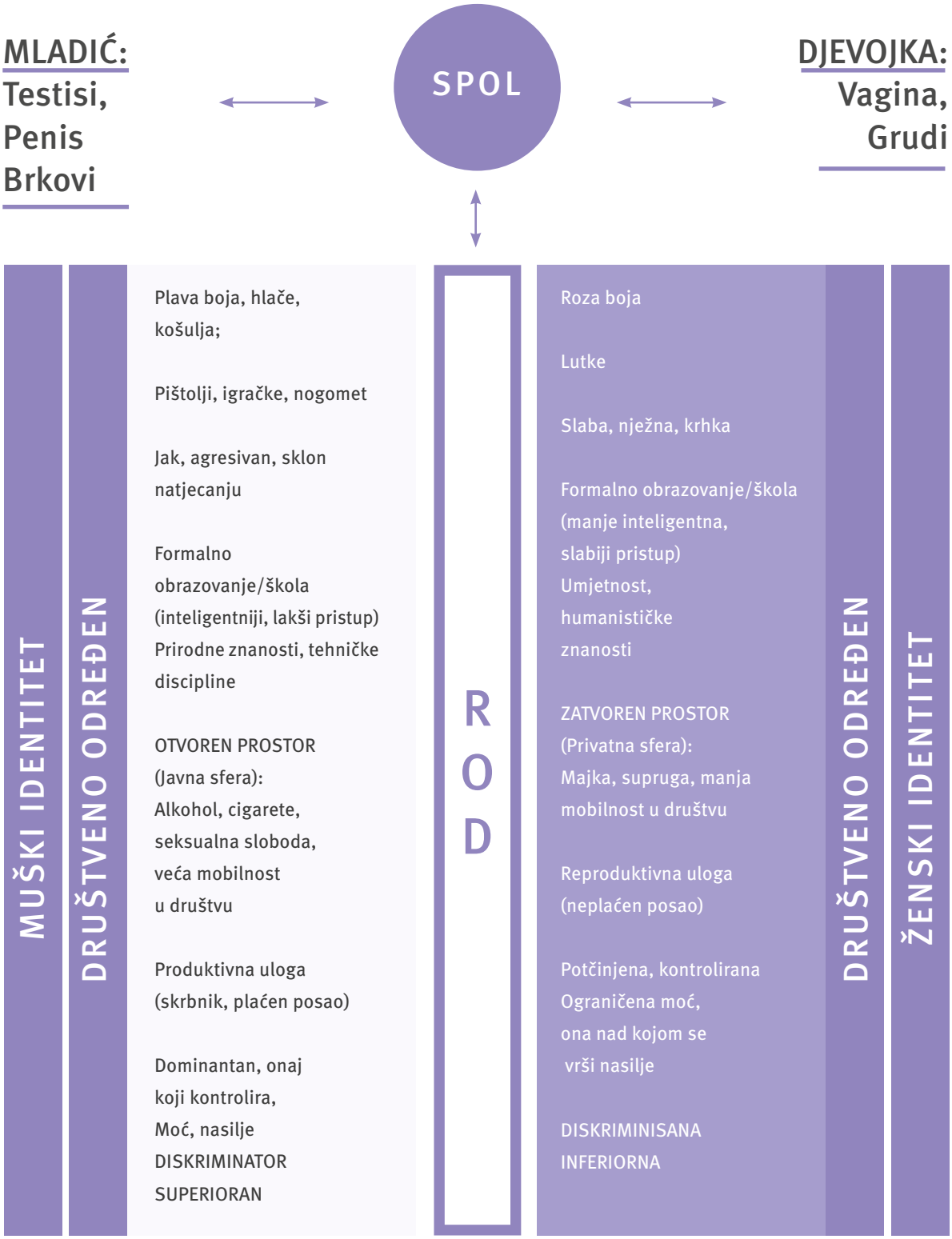
DODATNA GRAĐA:

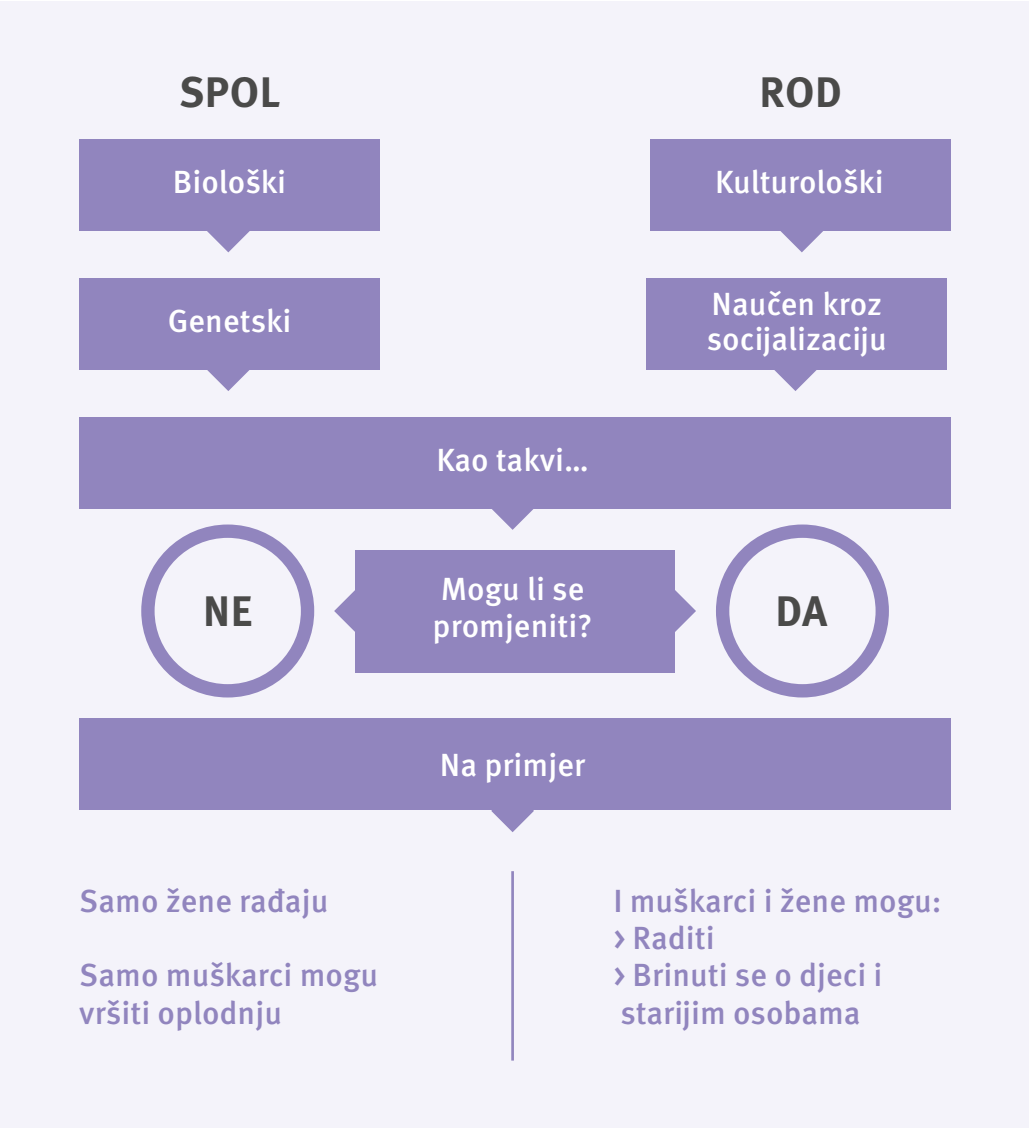
Spol – odnosi se na biološke atribute i karakteristike koje identificiraju određenu osobu kao muško ili žensko.

Seksualnost – odnosi se na izražavanje naših osjećaja, misli i ponašanja kao muškaraca ili žena. To uključuje naše osjećaje privlačnosti, zaljubljenosti i ponašanja u intimnim vezama.

Rod – odnosi se na socijalno konstruirane razlike i nejednakosti između muškaraca i žena (na primjer, kako se oni trebaju oblačiti i ponašati). Ove ideje i očekivanja naučeni su u obiteljima, preko prijatelja, vjerskih i kulturnih institucija, škola, na radnim mjestima i putem medija.

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





SHEMA RESURSA

MUŠKI SPOL (M)	ROD	ŽENSKI SPOL (Ž)

Radionica 2:
Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena[7]

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

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir i markeri

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

TIJEK:

1. Podsjetite sudionike da ste tijekom prošle radionice razgovarali o razlikama između dva spola i rodu, ali i o rodu kao skupu nepisanih društvenih pravila ili društveno očekivanih normi o ulogama, odgovornostima i ponašanju muškaraca i žena. Objasnite način na koji će sljedeća radionica otvoriti razgovor o tome što znači biti muškarac i što znači biti žena te kako naučiti i usvojiti ova pravila. Naglasite kako postoji velika mogućnost prepoznavanja nekih sudionika u primjerima koji predstavljaju osnovu ove radionice, ali to uopće nije loša stvar, već naprotiv, njen primarni cilj.

2. Pitajte sudionike jesu li im ikada rekli "ponašaj se kao muškarac". Zamolite ih da podijele iskustva o tome kada im je netko rekao to ili nešto slično tome. Nakon što sudionik podijeli svoje iskustvo, pitajte ga: Što misliš zašto ti je ta osoba to rekla? Kako si se zbog toga osjećao? Recite sudionicima kako ćemo se detaljnije osvrnuti na ove dvije fraze. Promatrajući ih možemo početi uočavati na koji način društvo otežati nekome da bude muškarac ili žena.

3. Velikim slovima napišite na komadu flipchart papira frazu "ponašaj se kao muškarac". Zamolite sudionike da podijele svoje ideje o tome što ovo znači. Ovo su očekivanja društva o tome što bi muškarci trebali biti, kako bi se muškarci trebali ponašati i što bi muškarci trebali osjećati i govoriti. Nacrtajte okvir na papiru i napišite značenja fraze "ponašaj se kao muškarac" unutar zadanog okvira. Neki od primjera odgovora su "budi jak" ili "ne plači".

4. Zatim, velikim slovima napišite na komadu flipchart papira frazu "ponašaj se kao žena". Zamolite sudionike da podijele svoje ideje o tome što to znači. Ovo su očekivanja društva o tome što bi žene trebale biti, kako bi se trebale ponašati i što bi žene trebale osjećati i govoriti. Nacrtajte okvir na papiru i napišite značenja fraze "ponašaj se kao žena" unutar zadanog okvira. Neki od odgovora mogu biti "budi dobra domaćica" ili "nemoj biti previše agresivna".

5. Kada završite aktivnost razmjene ideja, s ove dvije liste započnite komunikaciju koristeći sljedeća pitanja.

Pitanja za raspravu:

1. Koja od ovih poruka može biti potencijalno štetna? Zašto? (napomena: Voditelj bi trebao staviti zvjezdicu pored svake poruke kako bi se razgovaralo o svakoj poruci pojedinačno.)

2. Kako ukalupljen život utječe na zdravlje muškaraca? Kako ukalupljen život utječe na zdravlje žena?

3. Kako ukalupljen život ograničava živote i veze žena? Kako ukalupljen život ograničava živote i veze muškaraca?

4. Što se događa muškarcima koji se ne pridržavaju rodnih pravila (npr. "živeći izvan kalupa")? Što se događa ženama koje se ne pridržavaju rodnih pravila? Što ljudi govore o njima? Kako se drugi prema njima ponašaju? Što mi mislimo o njima? Smatramo li ponekad to kao opravdanje da se prema ovim ljudima ponašamo loše ili neprimjereno?

5. Što je neophodno učiniti kako bi se muškarcima i ženama olakšao život izvan kalupa? Kako mi možemo dati svoj doprinos?

MOGUĆNOST: Podijelite sudionike u manje skupine i zamolite ih da napišu kratki igrokaz jedan kratki igrokaz (1-2 min.) koji prikazuje osobu koja nekom drugom govori da se "ponaša kao muškarac" ili da se "ponaša kao žena/dama".

Zaključak:

Cilj ove aktivnosti je pomoći nam da počnemo shvaćati kako društvo stvara veoma različita pravila o tome kako bi se muškarci, a kako žene trebale ponašati. Ova pravila ponekad se nazivaju "rodne norme", zato što govore na koji je način za muškarce "normalno" misliti, osjećati i kako se ponašati, a što je "normalno"' za žene. Međutim, ove norme, o čemu ćemo razgovarati tijekom drugih aktivnosti, često mogu ograničavati muškarce i žene tako što ih pokušavaju zadržati u njihovim "Ponašaj se kao muškarac" ili "Ponašaj se kao žena/dama" okvirima, uz posljedice po njihovo donošenje odluka, zdravlje i veze.

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

Radionica 3:
Izražavanje vlastitih osjećaja

CILJ:
Prepoznati teškoće s kojima se mladi suočavaju prilikom izražavanja određenih osjećaja i posljedice po njih i njihove odnose.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, markeri, komadići papira i Dodatna građa

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Prije početka radionice, preporučuje se voditelju samostalna analiza ove aktivnosti i razmišljanje o načinu na koji on ili ona izražava svoje osjećaje. Također, važno je identificirati lokalna savjetovališta ili stručnjake za navedeno područje kojima, bi se mladi mogli obratiti ukoliko bude potrebno.

TIJEK:

1. Nacrtajte pet stupaca na flipchart papiru i napišite sljedeće osjećaje kao naslove: strah, ljubav, tuga, sreća i ljutnja (vidjeti Tablicu resursa kao primjer na koji način treba rasporediti riječi i kako ih rangirati prema objašnjenju koje slijedi).

2. Objasnite sudionicima kako su ovo osjećaji[8] o kojima će se raspravljati tijekom ove aktivnosti. Sudionici trebaju razmisliti o tome koliko je mladićima i djevojkama lako ili teško izraziti ove osjećaje.

3. Dajte svakom sudioniku komadić papira i zamolite ih da napišu ovih pet osjećaja o kojima se raspravlja onim redoslijedom kojim ste ih vi napisali na flipchart papiru. Zatim pročitajte sljedeće upute:

   Razmislite o tome koji od ovih osjećaja izražavate s najvećom lakoćom. Stavite broj jedan (1) pored osjećaja kojeg najlakše pokazujete. A sad razmislite o osjećaju kojeg izražavate lako, ali ne toliko lako kao prvo. Stavite broj dva (2) pored tog osjećaja. Stavite broj tri (3) pored osjećaja koji je negdje između; što znači da ga nije ni preteško ni prelako izraziti. Stavite broj četiri (4) pored onog osjećaja kojeg izražavate uz manje teškoće. I na kraju, stavite broj pet (5) pored osjećaja kojeg najteže izražavate.

4. Kada sudionici završe rangiranje svojih osjećaja, pokupite komadiće papira i napišite rangiranja u stupce na flipchartu (vidi primjer).

5. Zajedno sa skupinom razmislite o sličnostima i razlikama koje ste pronašli među sudionicima. Objasnite:
   - Osjećaji koje smo označili brojevima 1 i 2 su oni osjećaji koje smo često navikli izražavati na pretjeran način;
   - Brojevi 4 i 5 predstavljaju osjećaje koje smo navikli izražavati slabije ili ih možda čak i potiskivati ili skrivati;
   - Broj 3 može predstavljati osjećaj koji ne izražavamo ni na pretjeran način, niti ga potiskujemo, već je to vjerojatno onaj osjećaj s kojim se suočavamo na prirodniji način.

6. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli komunikaciju.

Pitanja za raspravu:

1. Jeste li iz ove aktivnosti otkrili nešto novo o sebi?

2. Zašto ljudi pretjerano pokazuju ili potiskuju određene osjećaje? Kako naučе ovo raditi? Kakve su posljedice pretjerivanja ili potiskivanja osjećaja?

3. Postoje li sličnosti u načinu na koji muškarci iskazuju određene osjećaje? Postoje li sličnosti u načinu na koji žene iskazuju određene osjećaje?

4. Postoje li razlike u načinu na koji muškarci i žene iskazuju osjećaje? Koje su to razlike?

5. Iskazuju li žene određene osjećaje lakše od muškaraca? Zbog čega je to tako?

6. Zašto muškarci i žene na različite načine iskazuju svoje osjećaje? Na koji način vršnjaci, obitelj, zajednica, mediji, itd., utječu na to kako muškarci i žene iskazuju osjećaje?

7. Kako način na koji iskazujemo svoje osjećaje utječe na naše odnose s drugim ljudima (partnerima, obitelji, prijateljima, itd.)?

8. Je li lakše ili teže iskazati određene osjećaje prema vršnjacima? Prema obitelji? Prema intimnim partnerima?

9. Zašto su osjećaji važni? Navedite primjere, ukoliko je to potrebno: Strah nam pomaže u opasnim situacijama; ljutnja nam pomaže da se branimo. Također, zamolite sudionike da navedu neke primjere.

10. Što mislite, na koji način otvorenije iskazivanje vlastitih osjećaja može utjecati na vašu dobrobit ili na vaše odnose s drugim ljudima (romantičnim partnerima, obitelji, prijateljima, itd.)?

11. Što možete učiniti kako biste otvorenije izrazili svoje osjećaje? Kako možete biti fleksibilniji u iskazivanju onoga što osjećate?

NAPOMENA: Bilo bi zanimljivo zajedno, kao velika skupina, provesti aktivnost razmjene ideja s ciljem definiranja različitih strategija za suočavanje s osjećajima te na taj način potaknuti svakog sudionika na bilježenje svojih osobnih razmišljanja, a ukoliko želi, ista može, u manjim skupinama, podijeliti s drugima.

---

8 — U skupini se mogu pojaviti i drugi prijedlozi osjećaja koji, općenito govoreći, odgovaraju ili su povezani s nekim od onih koji su već spomenuti. Na primjer, mržnja je povezana s ljutnjom. Jednom je jedan mladić predložio indiferentnost kao osjećaj, međutim, analiziravši ga, uvidio je da su pravi osjećaji koji stoje iza njegove indiferentnosti zapravo strah i tuga. Kao sugerirani osjećaji mogu se pojaviti i stid, krivnja ili nasilje. Istražite sa sudionicima što se nalazi iza ovih osjećaja i potaknite ih na razmišljanje o cijeni i posljedicama takvih osjećaja (prim.aut.).

ZAKLJUČAK:

Osjećaji se mogu promatrati kao neki oblik energije koja vam omogućuje uočavanje onoga što vas muči ili što vam smeta. Različiti osjećaji jednostavno su odraz različitih potreba i najbolje je naučiti kako se nositi sa svim svojim osjećajima onako kako se oni javljaju u vašem životu. Sposobnost izražavanja svojih osjećaja i pritom ne vrijeđanja drugih, pomaže vam postati jačim pojedincima te uspostaviti bolje odnose sa svijetom oko vas. Načini na koje svaka osoba izražava svoje osjećaje razlikuju se. Međutim, važno je uočiti mnoge tendencije koje proizlaze, posebno one jednostavno su s načinom na koji su mladići odgojeni. Na primjer, uobičajeno je da mladići skrivaju svoj strah, tugu pa čak i ljubaznost. Međutim, uobičajeno je izražavati svoju ljutnju nasiljem. Iako niste odgovorni za to što imate određene osjećaje, odgovorni ste za ono što radite s onim što osjećate. Presudno je napraviti razliku između "osjećaja" i "djelovanja" kako bismo pronašli oblike izražavanja koji ne štete niti nama niti drugima.

KORELACIJA:
Možda bi bilo korisno ovu aktivnost povezati s aktivnošću **"Od nasilja do mirnog suživota"** u kojoj sudionici mogu koristiti glumu kako bi vježbali nenasilne alternative suočavanja s ljutnjom i konfliktima u vezama.

DODATNA GRAĐA:

Primjer rangiranja osjećaja na flipchart papiru

U nastavku je naveden primjer kako organizirati stupce osjećaja i odgovore sudionika. Za vrijeme razgovora, voditelj bi trebao pomoći sudionicima u identifikaciji sličnosti i razlika u rangiranju. Na primjer, navedena tablica pokazuje kako postoji gotovo ravnomjerna podjela u broju sudionika kojima je lako izraziti ljutnju i onih kojima je to teško. Ovo bi moglo dovesti do dijaloga o tome zašto postoje ove razlike i smatraju li mladići ili ne da je lako ili teško iskazati ljutnju. Još jedan zanimljiv obrazac niže navedenom primjeru jest kako većina sudionika iskazivanje straha smatra teškoćom. Često se od muškaraca zaista očekuje hrabrost i neustrašivost i ovaj bi primjer bilo zanimljivo iskoristiti kao osnovu za dijalog o socijalizaciji i rodnim normama.

Na kraju, važno je upamtiti kako bi prikupljanje i upisivanje rangiranja u tablicu trebalo biti anonimno. To znači da bi svaki red prethodne tabele trebao predstavljati rangiranje različitog sudionika, ali bez njegovog imena. Kao što je prikazano u niže navedenom primjeru,, voditelj umjesto toga može napisati broj na koji se sudionici mogu lako pozvati tijekom rasprave.

	STRAH	LJUBAV	TUGA	SREĆA	LJUTNJA
sudionik br. 1	5	4	3	2	1
sudionik br. 2	2	3	4	1	5
sudionik br. 3	4	1	3	2	5
sudionik br. 4	4	3	5	2	1
sudionik br. 5	5	1	3	2	4

Radionica 4:
Što bih želio/željela učiniti sa svojim životom? Kako na mene utječu drugi?

CILJ:
Dati priliku mladim za razmišljanje o svojim stavovima, izborima i životnim planovima i o tome kako na njih utječu njihovi odnosi s drugima.

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Za skupinu je važno utvrđivanje atmosfere poštivanja i smirenosti prije ove radionice. Zamolite sudionike za iskrenost u razmišljanju o svojim odgovorima i uvjerite ih kako neće morati podijeliti svoje odgovore sa skupinom ukoliko se pri tome ne osjećaju ugodno.

TIJEK:

MOGUĆNOST: Pustite glazbu sudionicima dok rade na svojim odgovorima.

1. Zapišite pitanja na flipchart papiru. Sudionici neka se udobno smjeste i i neka svatko za sebe razmisli o pitanjima te odgovori, zapiše ili nacrta. Sudionici imaju 10 minuta za ovaj dio.
   - Kakva osoba želim biti za 10 godina?
   - Što bih želio učiniti sa svojim životom?
   - Hoću li studirati i/ili raditi?
   - Hoću li imati partnera? Djecu?
   - Hoću li biti dio neke skupine ili aktivnosti?

2. Zamolite sudionike da podijele svoje odgovore i iskoristite sljedeća pitanja za početak rasprave.

   PITANJA ZA RASPRAVU:
   - Je li lako opisati ono što biste željeli u svojoj budućnost? Zašto da ili zašto ne?
   - Mislite li da je vaša vizija sebe u budućnosti realna? Zašto?
   - Što vam je potrebno za ostvarenje života kakvog ste zamislili za sebe?
   - S kojima preprekama ćete se morati suočiti kako biste ostvarili svoje planove?
   - Na koji ste način slični drugim sudionicima? Na koji ste način drugačiji? Što mislite, odakle potječu te sličnosti?

3. Zamolite sudionike da zamisle tri osobe s kojima imaju bliske odnose. Recite im da razmisle o mišljenjima koje te osobe imaju o njima, fokusirajući se na sljedeća pitanja zapisana na flipchart papiru. Dajte sudionicima 10 minuta kako bi napisali svoja razmišljanja na listu papira.

› Što oni misle o mojim uvjerenjima i stavovima?
› Što oni misle o onome što ja radim?
› Što oni misle o mojim planovima u vezi s tim da imam partnera/partnericu i djecu?
› Što oni misle o tome što ja želim biti?

4. Podsjetite sudionike na pitanja na koja su odgovarali u prethodnoj aktivnosti o tome kako vide sebe i svoju budućnost.

5. Nakon što ste im dali nekoliko minuta za razmišljanje o pitanjima, započnite grupnu raspravu koristeći sljedeća pitanja.

Pitanja za raspravu:

1. Slažu li se ljudi bliski vama s vašim uvjerenjima i stavovima? Koliko su oni utjecali na njih?

2. Slažu li se s vašim planovima za budućnost? Podržavaju li vas?

3. Koliko vam je važna njihova podrška? Kako mišljenja ljudi bliskih vama utječu na vaš život?

4. Na koji način mišljenja drugih mogu biti osnažujuća, odnosno, kako vam ona mogu dati snagu i samopouzdanje?

5. Na koji način mišljenja drugih mogu biti prepreke, odnosno, kako vas ona mogu sputavati ili ograničavati? Što možemo učiniti povodom toga?

6. Kako možete izgraditi veze utemeljene na poštivanju?

7. Koliko vam je važan vaš status na društvenim mrežama? Koliko to utječe na vaš život i na koji način?

8. Utječu li mediji na vaša uvjerenja i kako vidite svoju budućnost?

9. Koji drugi čimbenici utječu na vaše odluke u životu?

10. Bi li vaši planovi bili drugačiji da ste suprotnog spola? Kako?

11. Je li uobičajeno za žene imati prijatelje muškarce (odnosno, muške prijatelje s s kojima NISU u seksualnoj ili romantičnoj vezi)? Zašto da ili zašto ne? Jesu li ove vrste veza važne?

12. Jesu li vaši životni planovi "normalni" u vašoj zajednici? Što bi se dogodilo da odstupite od svih normi i pokušate živjeti potpuno drugačiji život od većine?

13. Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete primijeniti u vlastitom životu i vezama?

MOGUĆNOST: *Ova aktivnost može se izvoditi i s fokusom na određene vrste veza, npr. obitelj, prijatelji ili intimni partneri. Sudionici mogu izabrati određene vrste veza o kojima žele razgovarati ili se postupak može ponoviti na način da sudionici uzmu u obzir sve ove vrste veza, jednu po jednu.*

ZAKLJUČAK:

Mnogi čimbenici oblikuju našu ličnost i utječu na naše odluke u životu: naše obitelji, drugi bliski ljudi, naše zajednice, društvene mreže, mediji, rodne uloge...

Važno je biti svjestan toga kako mišljenja drugih utječu na to kako vidite sebe i na odluke koje donosite. To uključuje sposobnost rasuđivanja kako vam neka od tih mišljenja mogu pomoći da postanete snažnije i žene s više samopouzdanja, ali i kako vas drugi mogu ograničavati ili utjecati na to da mislite loše o sebi. U svom životu treba težiti vezama koje vam pomažu prilikom razvijanja u osobu kakvom želite postati i vezama koje vas čine zadovoljnom osobom. Pritom trebate biti svjesni načina na koji vi utječete na druge i kako reciprocitet – tretiranje drugih na način na koji biste htjeli da oni vas tretiraju – predstavlja ključ za izgradnju ispunjujućih i ravnopravnih veza.

Radionica 5:
Ljubavna priča

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

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke. Dodatna mogućnost: glazba

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Kao dio stvaranja i rasprave na temu ljubavnih priča, u ovoj aktivnosti sudionici mogu doprinijeti ili razmisliti o elementima svojih osobnih priča. U nekim slučajevima (kao i u drugim aktivnostima) ovo bi moglo izazvati snažne osjećaje, pri čemu bi voditelj trebao biti spreman pomoći ili uputiti sudionika na mjesto gdje se može obratiti za pomoć, ukoliko je potrebno.

TIJEK:
Zapišite pitanja na flipchart papiru. Sudionici neka se udobno smjeste i neka svatko za sebe razmisli o pitanjima te odgovori, zapiše ili nacrta. Sudionici imaju 10 minuta za ovaj dio.

1. Podijelite sudionike u dvije do četiri skupine (ako sudjeluju i muškarci i žene, podijelite ih u istospolne skupine).

2. Predstavite priču o Mariji i Petru koji su u klubu. Marija i Petar su zainteresirani jedno za drugo već neko vrijeme, ali nijedno od njih nije napravilo nikakav potez do sada; Marija koristi trenutak i prilazi mu – ona je odlučila napraviti prvi korak. Svaka skupina trebala bi smisliti kako se njihova ljubavna priča razvija – kako započinju vezu i opis njenih ranih faza. Dajte skupinama 15 minuta za razgovor i osmišljavanje priče. Skupine mogu ili napisati svoje priče za čitanje naglas ostalima ILI pripremiti igrokaze ILI nacrtati crteže koje će predstaviti.

3. Neka svaka skupina predstavi svoju priču.
   NAPOMENA: Voditelj bi trebao naglasiti kako su nepotpune ili kratke priče prihvatljive i skupine trebaju dati sve od sebe kako bi predstavili ono što imaju.

4. Iskoristite sljedeća pitanja za početak rasprave.

MOGUĆNOST 1: Kako biste dalje diskutirali o kulturološkim i društvenim konstruktima romantične veze, donesite primjerke tekstova iz popularnih pjesama ili razmislite o zajedničkim izrekama o ljubavi i vezama koje će sudionici analizirati.

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

Pitanja za raspravu:

1. Koje su sličnosti između priča? Koje su razlike?
2. Koja je od ovih priča najrelevantnija za vaša osobna iskustva?
3. Koje su pozitivne karakteristike veza u pričama? Koje su negativne karakteristike?
4. Jesu li veze u ovim pričama ravnopravne – to jest, imaju li žene i muškarci moć pregovaranja? Na koji način jesu, a na koji način nisu? Ukoliko nisu, koje su posljedice?
5. Što djevojke očekuju u romantičnim vezama? Razlikuje li se to od onoga što očekuju mladići? Ukoliko jesu, zašto djevojke i mladići imaju različita očekivanja? Kako različita očekivanja utječu na romantične veze?
6. Smatra li se ljubomora "dokazom prave ljubavi"? Zašto? Zašto ne?
7. Potječu li likovi u pričama iz različitih vjerskih, etničkih ili socijalnih sredina? Utječu li te razlike na veze? Ukoliko da, na koji način?
8. Utječu li priče o romantičnim vezama prikazane na televiziji, radiju, filmovima, glazbi, časopisima i u novinama na vaša očekivanja od romantičnih veza? Ukoliko da, kako?
9. Dakle, žene i muškarci imaju različite uloge u vezama. Koje su to uloge?
10. Neki ljudi vjeruju kako muškarci trebaju "povlačiti sve poteze" u vezama, a žene samo moraju slijediti. Slažete li se s ovime? Zašto? Zašto ne? Je li prihvatljivo da žena napravi prvi korak i započne vezu?
11. Je li prihvatljivo da žena plati piće ukoliko izađe s muškarcem?
12. Preuzimaju li obično žene inicijativu kada je riječ o spolnom odnosu u vezi? Zašto?

13. Je li prihvatljivo da žena razgovara sa svojim partnerom o zadovoljstvu i svojim seksualnim željama? Ili u skupini? Zašto?

14. Što za ženu i muškarca znači ravnopravna veza? Kako bi se žena trebala ponašati prema muškarcu? Kako bi se muškarac trebao ponašati prema ženi?

15. Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što se može primijeniti u vašem životu i vezama?

ZAKLJUČAK:

Postoje mnoge kulturološke norme ili vjerovanja o tome kakve bi različite uloge muškarci i žene trebali imati u vezama. Neke od ovih normi, kao što su "muškarci trebaju povlačiti sve poteze u vezi" mogu pojačati nejednaku dinamiku moći i stvoriti situacije ugroženosti i žena i muškaraca. Na primjer, zbog ovih normi, muškarci bi mogli pretpostaviti kako oni trebaju donositi sve odluke o spolnom odnosu i prevenciji, čak i onda kada ne posjeduju adekvatno znanje o ovim pitanjima, a ženama bi moglo biti neugodno ukoliko pokušaju pregovarati. Djevojkama je važna identifikacija osobina koje su im joj važne kod partnera, moraju biti svjesne svojih prava i znati kakvo ponašanje se neće tolerirati. Održavanje zdrave i ravnopravne veze zahtijeva suradnju oba partnera. Oba partnera moraju razgovarati o svojim očekivanjima, potrebama i željama, razumjeti i slušati potrebe i želje onog drugog.

KORELACIJA – ANIMIRANI FILM:

U crtanom filmu *Bila jednom jedna djevojčica (Once Upon a Girl)*, djevojka na početku vidi svog momka kao "princa na bijelom konju" – što mislite, na koji način ovaj ideal utječe na vezu? Ukoliko se odlučite koristiti ovaj animirani film, vrijeme koje vam je potrebno su dva školska sata ili 90 minuta.

Godina 1:

Razvoj identiteta

Drugo polugodište:
Nasilje je "Out”! Od nasilja do mirnog suživota

Od nasilja do mirnog suživota, Što i zašto?

Uvod

Aktivnosti u ovom poglavlju osmišljene su kao pomoć i usmjeravanje mladih na razmišljanje o različitim manifestacijama nasilja u njihovim životima i zajednicama i razvijanje vještina potrebnih za traženje podrške za sebe i druge. Dio ovog procesa uključuje razmišljanje o onim rodnim i društvenim normama koje određene vrste nasilja, naročito nasilje muškaraca nad ženama i nasilje između muškaraca, predstavljaju kao "normalne" ili "prirodne", i poticanje mladih na prepoznavanje sposobnosti zaštite od nasilja.

Perspektiva mladića

Što je nasilje?

Svjetska zdravstvena organizacija definira nasilje kao "namjerno korištenje fizičke snage ili moći, prijetnjom ili akcijom prema samom sebi, prema drugoj osobi ili prema skupini ljudi ili čitavoj zajednici, što bi moglo rezultirati ili rezultira povredom, smrću, psihološkim posljedicama, nerazvijenošću ili deprivacijom".[9] Ovo uključivanje riječi "moć" u definiciju širi konvencionalno razumijevanje nasilja s ciljem uključivanja čina kao što je prijetnja, zastrašivanje i ugnjetavanje koji proizlazi iz odnosa moći između pojedinaca, između pojedinaca i skupina, ili između skupina. Za potrebe ovog priručnika, usredotočit ćemo se na međuljudsko nasilje, odnosno nasilje koju je jedna osoba počinila na drugoj ili su to učinile male skupine pojedinaca.

Važno je započeti s priznanjem kako nasilje nije slučajan čin. Ono se događa u konkretnim uvjetima i situacijama. Nasilje se u nekim situacijama događa češće nego u drugima, i širom svijeta veća je vjerojatnost kako će ga počiniti muškarci ili će biti počinjeno protiv njih – najčešće mladića. U javnoj sferi, najveća je vjerojatnost kako će mladići biti počinitelji nasilja, ali istovremeno i njegove žrtve. U privatnoj sferi – kao što su dom i drugi privatni prostori – u većini slučajeva, muškarci su agresori, a žene su žrtve. Istraživanja o uzrocima nasilja nebrojene sveske knjiga i tema su tisuća studija. Međutim, ono što se često izostavlja iz ovih razgovora je rodna priroda

...važno je započeti s priznanjem kako nasilje nije slučajan čin.

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

nasilja – činjenica da muškarci, a naročito mladići, češće pribjegavaju nasilju nego bilo koja druga skupina. Kada govorimo o nasilju, moramo također govoriti i o miru i mirnom suživotu. Često slušamo o "udaru na nasilje" ili o novom programu "borbe protiv nasilja" ili čak "ratu protiv nasilja". Jezik kojim se često služimo kada govorimo o nasilju i prevenciji nasilja sam je po sebi opterećen nasiljem. Mi se želimo boriti protiv njega i kazniti, često nasilno, one koji koriste nasilje. Na razini škola i zajednica često čujemo ljude kako žele kazniti nasilne mladiće, ograničiti ih, dok se znatno manje pozornosti posvećuje razmišljanju o tome što bi u stvari spriječilo nasilje. Često nasilje kažnjavamo nasiljem i onda se pitamo odakle ono potječe. U naročito detaljnom pregledu nasilja u SAD-u, James Gilligan sa Sveučilišta Harvard tvrdi da, umjesto odvrati od nasilja, primjena smrtne kazne i drugih surovih metoda čiji je cilj sprječavanje nasilja u SAD-u zapravo doprinosi kulturi nasilja.[10]

Pri uključivanju mladića i djevojaka u prevenciju nasilja moramo biti u mogućnosti zajedno vizualizirati, zamisliti i stvoriti uvjete koji promoviraju miran suživot, a ne se samo "boriti protiv nasilja". Razgovoru o miru, pregovorima i mirnom suživotu ponekad se daje loš prizvuk ili su čak predmet ismijavanja. Međutim, kao što je britanski pjevač Elvis Costello upitao: "Što je toliko smiješno o miru, ljubavi i razumijevanju?" Ostavimo li po strani razmetanje, vidimo kako se većina mladića, kada im se dozvoli to pokazati, plaši vlastitog potencijala za nasilje i nasilja nanesenog njima ili nasilja kojim im prijete drugi mladići. Većina mladih doživjela je ili svjedočila nasilju u nekom trenutku svog života (ili različitim trenucima svog života) i željni su govoriti o mirnom suživotu. U aktivnostima koje su uključene u ovaj priručnik želimo promovirati uvjete u kojima će mladići moći govoriti ne samo o natjecanju, moći, tuči i nasilju – već i mirnom suživotu.

OKVIR 1.

Okvir 1: Nasilje na globalnoj razini

- Svake godine, više od 1,6 milijuna ljudi izgubi život zbog nasilja.[11]
- Nasilje je vodeći uzrok smrti kod u dobi od 15 do 44 godine i čini 14% od ukupnog broja smrtnih slučajeva muškaraca i 7% žena.[10]
- Između 15 i 70% žena doživjelo je fizičko ili seksualno nasilje koje su počinili njihovi intimni partneri.[11]
- Oko 815 000 ljudi svake godine izvrši samoubojstvo.[12]

10 — J. Gilligan, "Violence: Our deadly epidemic and its causes." ("Nasilje: Naša smrtonosna epidemija i njeni uzroci") (New York, New York: Putnam Publishing Group, 1996.)
11 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Poslednji put pristupljeno 10.02.2011.
12 — Ibid.
13 —Garcia-Moreno i dr. "Multi-country study on women's health and domestic violence" ("Studija provedena u nekoliko zemalja o zdravlju žena i nasilju u obitelji") Ženeva: Svjetska zdravstvena organizacija, 2005.
14 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Zadnji put pristupljeno 10.02.2011.

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

Istraživanje je potvrdilo kako je nasilje uglavnom naučeno ponašanje.[15] Dječaci i mladići uče biti nasilni na različite načine: promatrajući svoje očeve i braću kako koriste nasilje; ohrabrivanjem za igru s puškama i pištoljima i nagrađivanjem kada se potuku; pričom kako je jedini način inicijacije u "pravog muškarca" ukoliko se potuku sa svakom osobom koja ih uvrijedi; tretirajući ih na nasilan način ili podvrgavanjem nasilju, bilo od strane vršnjaka ili obitelji; učeći ih kako je izražavanje ljutnje i agresivnog ponašanja u redu, a izražavanje tuge ili kajanja nije.

Činjenica kako muškarci počine više nasilja od žena može biti povezana i s biologijom, ali u vrlo ograničenoj mjeri. Na primjer, neka istraživanja pokazuju određene biološke razlike između dječaka i djevojčica u pogledu temperamenta, prema kojima dječaci imaju višu stopu nedostatka kontrole nagona, nedostatka pažnje/poremećaja hiperaktivnosti (AD/HD) i druge osobine kao što su želja za uzbuđenjem, reagiranje "na prvu", razdražljivost – što su sve osobine koje mogu prethoditi agresivnom ponašanju.[16] Istraživanja su pokazala kako se već u dobi od četiri mjeseca starosti mogu primijetiti razlike u temperamentu između dječaka i djevojčica, pri čemu dječaci pokazuju više stupnjeve razdražljivosti i prilagodljivosti, čimbenike koji se u kasnijoj dobi dovode u vezu s hiperaktivnošću i agresivnim ponašanjem.[17] Međutim, neka istraživanja mogu pokazala su i to da su dječaci razdražljiviji zato što istraživači od njih upravo to i očekuju, ili zbog toga što roditelji, pokazujući rodne stereotipe, stimuliraju i mladiće na razne načine ili je manje vjerojatno da će utišati ili smiriti mušku bebu u onoj mjeri u kojoj smiruju ženske bebe. Istraživači koji se bave pitanjem nasilja gotovo su jednoglasni u stavu po kojem se, iako može postojati određena ograničena biološka osnova za agresivno ili rizično ponašanje muškaraca, nasilno ponašanje dječaka u najvećem broju slučajeva može objasniti društvenim i čimbenicima okružja tijekom njihovog djetinjstva i adolescencije. Na kraju, možemo reći da mladići nisu rođeni nasilni. Oni su naučeni tome.

Obitelji i roditelji imaju glavnu ulogu u ohrabrivanju – ili obeshrabrivanju – nasilnog ponašanja kod dječaka ili mladića. U sredinama s niskim primanjima gdje su obitelji izložene stresu, roditelji imaju manje mogućnosti nadgledati svoju djecu, naročito sinove, i manje kontrolirati gdje oni idu i s kim se druže. Veća je vjerojatnost kako će roditelji koji su izloženi stresu koristiti metode prisile i fizičku disciplinu prema dječacima, što može dovesti do pobune dječaka protiv takvog tretmana. S druge strane, u obiteljima koje imaju otvoren stil komunikacije, koje svoje sinove (i kćeri) tretiraju s poštovanjem, koje imaju mogućnost praćenja aktivnosti svojih sinova, znaju s kim se oni druže i ponude im različite opcije, manja je vjerojatnost da će im sinovi biti nasilni. Manja je vjerojatnost da će mladići koji su privrženiji obitelji, koji više sudjeluju u zajedničkim obiteljskim aktivnostima

15 — 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.)
16 — M.Miedzian: "Boys will be boys: Breaking the link between masculinity and violence" ("Dječaci ostaju dječaci: Razbijanje veze između maskuliniteta i nasilja") (New York: Anchor Books, 1991.); F. Earls, “A developmental approach to understanding and controlling violence” ("Razvojni pristup razumijevanju i kontroli nasilja"). U H. Fitzgerald, et al, EDS. " Theory and Research in Behavioral Pediatrics" ("Teorija i istraživanje u bihevioralnoj pedijatriji"), Vol. 5 (New York: Plenum Press, 1991.)
17 — M. Stormont-Spurgin, i S. Zentall, “Contributing factors in the manifestation of aggression in preschoolers with Hyperactivity” ("Faktori koji doprinose manifestaciji agresije predškolske djece s hiperaktivnošću") J. Child Psychol Psychiat 36 (1995.) 491-509.

i koje njihove obitelji pomnije prate biti nasilni ili delinkventni. Veća je vjerojatnost kako će mladići koji su etiketirani kao "delinkventi" ili "nasilnici" ili "problematični" biti nasilni. Mladići u mnogim sredinama imaju više "problema" u ponašanju nego djevojke – mogu biti nemirniji u razredu, manje su sposobni sjediti mirno od djevojaka ili pak pokazuju hiperaktivno ponašanje. Roditelji i profesori često etiketiraju ovakvo ponašanje kao problematično i reagiraju na autoritativan način koji stvara lanac očekivanja. Profesori i roditelji vjeruju kako će neki mladići biti nasilni ili delinkventni i ti isti često uistinu i postanu delinkventni. Zašto? Zato što, etiketirajući neke mladiće kao "agresivne" ili "problematične", profesori i roditelji često ih isključuju iz aktivnosti kao što je sport. Umjesto da slušaju "problematične" mladiće, profesori i roditelji ih često ih stigmatiziraju i isključuju, potičući tako njihovo nasilno ponašanje, umjesto da ga sprječavaju.

Neka istraživanja također pokazuju kako je veća vjerojatnost da će mladići koji svjedoče nasilju ili su žrtve nasilja i sami postati nasilni.[18] Svjedočenje nasilju u njihovom okružju stresno je i za mladiće i za djevojke, ali se ovaj stres može manifestirati na drugačiji način kod djevojaka i mladića. Kod mladića je veća vjerojatnost da će se trauma izazvana svjedočenjem nasilju očitovati kao nasilje nego kod djevojaka.[19] Mnogi mladići su socijalizirani vjerujući kako je za njih neprimjereno iskazivati strah ili tugu, međutim, primjereno je iskazati ljutnju ili agresivno ponašanje. Mladići koji dožive nasilje ili mu svjedoče u domu ili izvan njega mogu promatrati nasilje kao "normalan" način – naročito kao muški način – za rješavanje konflikata.

Lak pristup oružju također može doprinijeti nasilju. Pristup oružju, naravno, ne uzrokuje nasilje, ali povećava vjerojatnost da će nasilje biti smrtonosnije. Veća je vjerojatnost da će tučnjava zbog uvrede ili djevojke dovesti do ubojstva kada jedan od sudionika ima pištolj ili nož. U nekim sredinama, naučiti koristiti i igrati se s oružjem – posebno s noževima i pištoljima – može čak biti sastavni dio načina na koji se i mladići socijaliziraju.

Mjesto gdje mladići žive također može biti jedan od važnih čimbenika povezan s njihovom upotrebom nasilja. Na primjer, veća je vjerojatnost kako će dječaci koji su odgojeni u naseljima u kojima postoje oružane bande ili gdje sektaško nasilje uključuje muškarce i dječake koristiti nasilje i biti žrtve nasilja. Bande i slične skupine često se pojavljuju onda kada su druge institucije društva koje mogu pružiti podršku i zaštitu mladićima – vlada, obitelj, organizacije društvene zajednice, škole – slabe. Više stope nasilja u nekim područjima mogu imati veze i s lokalnom kulturom. U nekim sredinama mladići mogu vjerovati kako će ih njihovi vršnjaci ili lokalni običaji podržati ukoliko koriste nasilje kao odgovor na uvredu ili povredu.

Još jedan važan čimbenik koji može doprinijeti nasilnom ponašanju mladića je vršnjačka skupina mladića. Studije provedene u SAD-u pokazuju kako druženje s delinkventnim ili nasilnim vršnjacima predstavlja jedan od najjačih čimbenika povezanih s nasilnim ponašanjem mladića.[20] Međutim, bilo bi previše jednostavno zaključiti kako su nasilni vršnjaci "uzrok" nasilnog ponašanja drugih mladića. Mladi imaju tendenciju tražiti druge mlade, slične sebi, za svoje društvo. Veća je vjerojatnost kako će se nasilni mladići družiti s drugim nasilnim mladićima. Međutim, jasno je, s kim se mladići druže i koga slušaju, čimbenik je koji se treba razmotriti. Neki istraživači ukazuju na činjenicu prema kojoj mladići generalno provode više vremena izvan kuće – često u skupini vršnjaka na ulici koja promovira natjecanje, tuču i delinkvenciju – te pritom postoji veća vjerojatnost nasilnog ponašanja nego kod djevojaka, koje će

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

Nasilje u Bosni i Hercegovini

Da je nasilje ozbiljan i veoma zastupljen problem i u našem društvu, potvrđuju skandalozni podaci iz istraživanja[21] koje su 2013. godine proveli Agencija za ravnopravnost spolova BiH i entitetski rodni centri u suradnji sa statističkim institucijama, a uz podršku UNFPA i UN WOMEN. Prema nalazima spomenutog istraživanja, svaka druga žena nakon navršene 15. godine života bila je izložena nekoj vrsti nasilja (ekonomsko, fizičko, psihološko ili seksualno). Prema ovom istraživanju, u našoj je zemlji najzastupljenije psihološko, a zatim fizičko nasilje. U kontekstu počinitelja nasilja, podaci jasno govore kako je najzastupljenije nasilje u kojem je počinitelj partner. Upravo nalazi ovog istraživanja impliciraju da je sfera partnerskih i obiteljskih odnosa najsnažniji izvor nasilja za žene. U kontekstu rodno uvjetovanog nasilja, stopa ukupnog rodno uvjetovanog nasilja nad ženama koje su iskusile nasilje od kada su navršile 15. godina iznosi 47,2%, dok stopa aktualnog, tj. nasilja kojem su bile izložene u posljednjih godinu dana iznosi 11,9%, a i u ovom slučaju, najčešći počinitelji su partneri i članovi obitelji, pa autori zaključuju da je u tom kontekstu, sfera intimnih i obiteljskih odnosa daleko veći izvor opasnosti za žene nego što je to slučaj sa širom društvenom zajednicom.

U 2015. godini u organizacijaCARE, u suradnji s partnerskim nevladinim organizacijama Asocijacijom XY, Perpetuum mobile i Snagom Mladih, provela je istraživanje među srednjoškolskom populacijom u Sarajevu, Banja Luci i Mostaru. U istraživanju je sudjelovalo 1030 mladih, od toga 559 mladića i 471 djevojaka.

Prema nalazima ovog istraživanja, 20% ispitanika iz Sarajeva i Mostara i 12,5 ispitanika iz Banja Luke prijavilo je neugodna i neželjena seksualna iskustva. Izloženost psihološkom nasilju potvrdilo je 27,4% mladića iz Mostara, 22,7% mladića iz Sarajeva i 11,5% mladića iz Banja Luke. Između 18,6% i 24,7% ispitanika potvrdilo je izloženost fizičkom nasilju, dok je oko 27% mladića iz Mostara i Sarajeva i 18% mladića iz Banja Luke potvrdilo da je počinilo fizičko nasilje protiv drugih.

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

---

19 — U.S. Department of Justice "The Prevalence and Consequences of Child Victimication.: NIJ Reserch Preveiw" (Ministarstvo pravde SAD: "Rasprostranjenost i posljedice viktimizacije djece:. NIJ reserch Preveiw"). (Washington, DC. National Institutes of Justice, 1997.)
20 — Michael B. Green "Implications of Research Showing Harmful Effects of Group Activities with Anti-Social Adolescents" ("Implikacije istraživanja koja pokazuju štetne učinke s antisocijalnim adolescentima"), rad predstavljen na Persistently Safe Schools: The National Conference of the Hamilton Fish Institute on School and Community Violence, dostupan na http://gwired. gwu.edu/hamfish/merlin-cgi/p/downloadFile/d/16823/n/off/other/1/name/07Greenepdf /
21 — Rasprostranjenost i karakteristike nasilja nad ženama u Bosni i Hercegovini (Agencija za ravnopravnost spolova BiH, 2013.)

vjerojatno biti socijalizirane u kući ili u blizini članova obitelji. Istraživanja provedena u SAD-u pokazala su da će mladići koji su nasilni češće od svojih vršnjaka koji nisu nasilni vidjeti neprijateljske namjere kod drugih ili će pogrešno protumačiti ponašanje drugih kao neprijateljsko.[22] Izgleda da nasilni mladići imaju poteškoće s "emocionalnom inteligencijom" – tj. sposobnošću da "čitaju", razumiju i izraze svoje osjećaje na odgovarajuće načine. Drugim riječima, veća je vjerojatnost da će oni, u odnosu na mladiće koji su manje nasilni, "pogrešno pročitati" namjere drugih, vjerujući da su nasilni i onda kada nisu. Pored toga, nasilni mladići često opravdavaju svoje nasilje, prebacujući krivnju na druge, koristeći ponižavajuća imena za svoje žrtve. Isto tako, vjerojatnije je da će mladići koji imaju pretjeran osjećaj časti također biti nasilni. Neki slučajevi ubojstava koje je počinio muškarac nad drugim muškarcem započinju relativno malom svađom, obično zbog neke uvrede, često u barovima ili na drugim javnim mjestima i potom eskaliraju do smrtnog ishoda.

Za neke mladiće, biti nasilan predstavlja način definiranja sebe. Adolescencija je životna dob tijekom koje se definiramo kao osobe. Za neke mladiće ovo bi moglo biti definiranje sebe kao dobrog učenika, ili kao religioznog, kao sportaša, kao vrijednog radnika, kao umjetnika, ili kao stručnjaka za računala. Ali, ovo bi također moglo biti i definiranje sebe kao nasilnika ili razbojnika. Za neke mladiće, sudjelovanje u organiziranim vršnjačkim skupinama, kao što su bande, može pružiti osjećaj identiteta i pripadanja koje ne mogu pronaći na drugom mjestu. Za neke mladiće, biti dio nasilne vršnjačke skupine može predstavljati način preživljavanja ili sredstvo samoobrane. Za mladiće u nekim siromašnim urbanim sredinama u regiji, od kojih mnogi nemaju mnogo toga što im daje smisao i jasnu ulogu u društvu, nasilje može biti način stjecanja statusa. S druge strane, kada mladići pronađu identitet u nečemu drugom – kao učenici, vrijedni radnici, očevi, muževi ili u glazbi, sportu, politici (naravno, ovisno kojoj politici), religiji ili nekoj kombinaciji ovih – oni generalno ostaju izvan bandi ili nasilnih vršnjačkih skupina. Studija provedena među mladićima čiji su vršnjaci bili uključeni u bande u Chicagu i Rio de Janeiru pokazala je veću vjerojatnost da će mladići koji su iskusili cijenu nasilja, koji se plaše nasilja i koji su pronašli alternativne identitete i alternativne vršnjačke skupine, ostati izvan bandi.[23]

Veća je vjerojatnost kako će mladići koji postižu loše rezultate u školi, koji su manje vezani za školsko okružje, ili su marginalizirani ili isključeni iz školskog okružja, biti nasilni ili delinkventi. Brojne studije pokazale su kako su loši rezultati u školi, napuštanje škole te manjak osjećaja pripadnosti školi povezani s višim stopama delinkvencije i drugog nasilnog ponašanja. U nekim sredinama stopa napuštanja škole mladića, veća je nego ona djevojaka. Međutim, biti upisan u školu nije dovoljno. Za neke mladiće, škola može biti mjesto gdje se susreću i druže s nasilnim vršnjacima. Druga istraživanja pokazuju postojanje veće vjerojatnosti prema kojoj će mladići koji su marginalizirani ili isključeni ili tretirani kao "promašaj" dok su u školi, biti nasilni. Sve u svemu, škola – kao najvažnija institucija društva gdje se mladi druže – predstavlja važno mjesto za poticanje ili sprječavanje nasilja.

Imaju li mediji ikakav utjecaj na nasilje mladića? Prema nekim istraživanjima, gledanje scena nasilja u medijima može biti povezano s vršenjem nasilja, ali je uzročna veza nejasna.[24] Gledanje nasilja na televiziji ili filmovima vjerojatno ne "uzrokuje" nasilje kod mladića, međutim, ono nesumnjivo doprinosi nekim uvjerenjima mladića – i našem općem vjerovanju kao društva – kako je nasilje muškaraca normalno, pa čak i poželjno.

Konačno, također je važno imati na umu kako nasilje nije povezano samo sa siromašnim mladićima. Mnoga istraživanja o nasilju fokusiraju se na siromašne mladiće; u nekim sredinama siromaštvo se vezuje za više stope nekih vrsta nasilja. Siromaštvo je samo po sebi neka vrsta društvenog nasilja, ali siromaštvo ne treba promatrati kao uzrok međuljudskog nasilja. Mladići iz srednje klase u mnogim su sredinama uključeni u nasilje i također socijalizirani su primijeniti nasilje kako bi izrazili osjećaje i riješili konflikte, baš kao što većina mladića iz siromašnih sredina nisu počinitelji nasilja. Proučavajući i reagirajući na nasilje, neophodno je ne osuđivati ili etiketirati siromašne mladiće ili mladiće uopće, kao urođeno nasilne, i prepoznati kako većina mladića nisu počinitelji nasilja.

Što je rodno uvjetovano nasilje?

Rodno uvjetovano nasilje (RUN) široko je priznato kao međunarodni javnozdravstveni problem i pitanje koje spada u domenu ljudskih prava. RUN može imati razarajuće utjecaje na fizičko i duševno zdravlje žena, kao i na dobrobit obitelji i zajednice te šireg društva. Koncept RUN pokušava napraviti razliku između nasilja utemeljenog na rodnim očekivanjima i/ili na spolnom ili rodnom identitetu druge osobe i drugih oblika nasilja. Iako se RUN može primijeniti na žene i na muškarce, djevojčice i dječake, fokus većine RUN napora je na okončanju nasilja nad ženama i djevojkama, jer su one te koje su u najvećem broju slučajeva pogođene ovom vrstom nasilja.[25] Tijekom proteklog desetljeća, međunarodna zajednica počela je koristiti izraz "rodno uvjetovano nasilje", umjesto "nasilje nad ženama" s namjerom prebacivanja fokusa sa žena kao žrtava i naglašavanja kako uloga rodnih normi, nejednakost i odnosi moći povećavaju osjetljivost žena na nasilje. U okviru ovog diskursa, veći značaj se također daje razumijevanju maskuliniteta i uloge koju muška socijalizacija igra u prihvaćanju uporabe nasilja kojeg vrši muškarac. Neki muškarci i dječaci odgojeni su s uvjerenjem kako imaju "pravo" očekivati neke stvari od žena, i pravo na korištenje fizičkog ili verbalnog zlostavljanja kao oblika "kazne" ako žena ne pruža te stvari (npr. ukoliko ne odgovori adekvatno na seksualne zahtjeve muškarca). Seksualno nasilje je također prilično ukorijenjeno u nepravednim rodnim normama – naročito onima koje definiraju mušku seksualnost kao nekontroliranu i agresivnu, a žensku seksualnost kao pasivnu. Uspješna intervencija u radu s muškarcima na dekonstrukciji hegemonijskih muških identiteta i pružanju podrške promjenama u zajednici i institucionalnim promjenama pokazala je pozitivan doprinos koji muškarci mogu dati kao saveznici i aktivisti u borbi protiv nasilja.[26] [27]

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

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

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

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

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

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

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

OKVIR 2.

Okvir 2: Rodno uvjetovano nasilje na Zapadnom Balkanu

– U Srbiji je istraživanje, provedeno na reprezentativnom uzorku žena, utvrdilo kako je 30,6% žena tijekom svog života pretrpjelo fizičko nasilje, 46,1% psihološko nasilje, a 8,7% seksualno zlostavljanje. Drugo istraživanje provedeno 2003. godine potvrdilo je ova saznanja.[28]

– U Crnoj Gori je istraživanje, provedeno na reprezentativnom uzorku žena, utvrdilo kako je 25% žena pretučeno od strane njihovih partnera, 25% njih su njihovi partneri prisilili na spolni odnos, a 14% ih je bilo pod prijetnjom otimanja njihove djece.[29]

– U Hrvatskoj je istraživanje, provedeno na reprezentativnom uzorku žena, utvrdilo kako je fizičko nasilje njihovog sadašnjeg ili bivšeg muškog partnera iskusilo 21% žena, a 34% njih prijavilo je da su doživjele prinudni seks.[30]

– U Bosni i Hercegovini istraživanje je pokazalo kako je 23% žena pretučeno od strane njihovih partnera, dok je 29% njih poznavalo ženu koja je bila pretučena.[31]

28 — AŽC, 2005
29 — Radulović, 2003
30 — Otročak, 2005
31 — H. Peele i D. Andrić-Ružić EDS. "To Live With (out) Violence: A second look 2- Experts." ("Živjeti s nasiljem (bez nasilja): drugi pogled 2 - Stručnjaci.") Završni izvještaj o nasilju nad ženama (Zenica: Bosna Herzegovina i Medica Zenica, 1999.) 54-55.

Nasilje među muškarcima[32]

Nasilje koje se događa među muškarcima često je povezano s krutim rodnim normama i dinamikom moći. Dječaci i muškarci često su naučeni kako agresija i nasilje prema drugima predstavljaju prihvatljive načine demonstracije snage i kontrole, tj. kako izbjegavajući situaciju u kojoj sami postanu žrtve nasilja oni moraju počiniti nasilje nad drugima.

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

Nasilje među muškarcima može biti povezano i s rodnim normama koje su temelj nasilja nad ženama i djevojkama. Nasilje može djelovati kao sredstvo cenzure i oblik kontrole muškog ponašanja. Ono se može koristiti protiv muškaraca koji se ne pridržavaju krutih rodnih kodeksa i normi, pri čemu je najekstremniji primjer homofobno nasilje nad muškarcima koji imaju spolne odnose s drugim muškarcima (MSM) ili koji se identificiraju kao neheteroseksualni. Muškarci koji odstupaju od normi koje se odnose na muško ponašanje, način oblačenja, interesa, itd., također mogu postati žrtve nasilja ili zlostavljanja.

Bande

Širom svijeta postoje primjeri mladića koji se organiziraju po rasnoj, klasnoj, nacionalnoj ili nekoj drugoj osnovi, bilo zbog uzajamne zaštite ili zbog ostvarivanja profita, često sudjelujući u nasilnim i/ili ilegalnim aktivnostima. Ove skupine se razlikuju od mjesta do mjesta, a važno je razumjeti kontekst u kojem one postoje. Također, vrijedi napomenuti kako siromaštvo i nezaposlenost nisu jedini razlozi zbog kojih se pojedini mladići priključuju bandi, već tu postoje različiti čimbenici – individualni, obiteljski i lokalni kontekst – koji mogu dovesti do pridruživanja mladića ovim skupinama. Važno je također naglasiti kako čak i u onim zajednicama u kojima bande imaju snažno prisustvo, nisu svi mladići uključeni u bande. Generalno, samo manjina biva uključena.

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

Postojali su, i još postoje, različiti pokušaji suzbijanja ove skupine mladića, prvenstveno policijskom represijom. Različita iskustva pokazala su kako policijska represija nije adekvatan odgovor. Rad od kojeg se mnogo očekuje kada je riječ o bandama ukazuje na značaj nuđenja alternativa mladićima koji sudjeluju ili imaju potencijal sudjelovanja u bandama: kulturne aktivnosti, pristup zaposlenju, mogućnosti za aktiviranje u zajednici i mjesta na kojima bi se mladići družili – kao pomak u odnosu na represiju.

Jasno je kako za neke mladiće nasilje predstavlja način formiranja identiteta. Za mnoge od njih adolescencija je životna dob kada razmišljaju o pitanju: tko sam ja? Mladić može definirati sebe kao nekoga tko je dobar učenik, religiozan, sportaš, vrijedan radnik, umjetnik, stručnjak za računala ili na razne druge načine. Međutim, on se može definirati i kao bandit. Istraživanja provedena među mladićima koji su uključeni u ovakve nasilne skupine u SAD-u i Brazilu dovela su do zaključka kako oni imaju osjećaj pripadnosti i identiteta koji ne mogu naći ni na jednom drugom mjestu.[33]

Za mnoge siromašne, socijalno isključene mladiće koji žive u urbanim sredinama, pripadanje nasilnoj skupini predstavlja način preživljavanja, stvaranje osjećaja važnosti i stjecanje osjećaja pripadnosti u svojim životima. S druge strane, kada mladići otkriju svoj identitet u drugačijem okružju, kao učenici, očevi, partneri ili muževi, u glazbi, na poslu, u sportu, u politici (ovisno o vrsti političke skupine), u religiji (opet, ovisno o vrsti religije), ili čak u kombinaciji svih spomenutih – oni uglavnom ostaju izvan bandi ili nasilnih skupina.

Fleksibilnost, mladići i prevencija nasilja

Kako možemo objasniti uključenost nekih mladih određenog podrijetla u nasilne aktivnosti kao što su bande, dok drugi mladi koji dolaze iz iste sredine to ne čine? Nedavno istraživanje je identificiralo je individualne i obiteljske karakteristike mladih koji žive u siromašnim područjima i okolnostima visokog rizika koji postanu uspješni u školi i na poslu, a ne postaju članovi bandi i drugih nasilnih skupina.[34] Ova istraživanja često se pozivaju na koncept fleksibilnosti, što podrazumijeva "uspješno prilagođavanje, usprkos riziku i različitostima". Fleksibilnost je koncept koji nam pomaže shvatiti subjektivne stvarnosti i individualne razlike kojima su mladi izloženi i nudi uvid u to kako stimulirati pozitivne načine za nadilaženje nevolja u posebno teškim okolnostima. Drugim riječima, fleksibilnost za neke mladiće znači, čak i u teškim okolnostima, pronalaženje pozitivne alternative za nadilaženje rizika koji ih okružuju. U komparativnom istraživanju provedenoj među muškim maloljetnim delinkventima iz Rio de Janeira i njihovim rođacima i braćom koji to nisu, autor je uočio niz zaštitnih čimbenika koji favoriziraju nedelinkvenciju među mladićima. U ovoj studiji, mladi koji nisu bili delinkventni ili fleksibilni: 1.) pokazivali su veći optimizam u pogledu svoje životne stvarnosti 2.) bili su sposobniji pri verbalnom izražavanju 3) bili su najstarije ili najmlađe dijete u obitelji 4) imali su blag temperament i 5) pokazivali su jaku, prisnu vezu sa svojim roditeljima ili učiteljima (Assis, 1999.). Slično, drugo istraživanje, provedeno u Brazilu među mladićima iz područja u kojem su "komandosi" imali jak utjecaj, identificiralo je značaj alternativnih modela,

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

sposobnost stvaranja pozitivnog razmišljanja usprkos različitostima, kao i značaj nenasilnih vršnjačkih skupina u nastojanju udaljavanja siromašnijih mladih od nasilnih skupina.[35]

Mladi predstavljaju ključnu priliku za izgradnju alternativne definicije maskuliniteta i smanjenje rodno uvjetovanog nasilja. Iako na mladiće utječu snažne sile, s ciljem usvajanja tradicionalnog koncepta maskuliniteta tijekom njihove rodne socijalizacije, moguće je promijeniti ovaj put. Doba adolescencije ključna je razvojna faza tijekom koje se rodni identiteti izgrađuju i tijekom koje se oni mogu i preoblikovati. Tijekom ovog perioda u njihovim životima, ponašanje prema ženama ili partnerima se uvježbava se i prenosi u zrelo doba, a dopiranje do mladića je put kojim može biti promijenjen način interakcije muškaraca sa ženama. U kontekstu napora koji se čine na razvoju mladih, rad na pružanju podrške rodno pravednim konstrukcijama među mladima također može ojačati razvoj liderstva kod njih, uključujući i njihovu sposobnost šireg uključivanja, kao aktera u zagovaranju rodne ravnopravnosti.

Okvir 3: Sažetak

- Nasilje se u nekim situacijama događa češće nego drugima i širom svijeta, veća je vjerojatnost da će ga počiniti muškarci i to protiv njih – najčešće mladića. U javnoj sferi, najveća je vjerojatnost da će mladići biti počinitelji nasilja, ali istovremeno i njegove žrtve. U privatnoj sferi – kao što su dom i drugi privatni prostor – u većini slučajeva, muškarci su agresori, a žene su žrtve.
- Dječaci i mladići uče biti nasilni na različite načine: promatrajući svoje očeve i braću kako koriste nasilje; ohrabrivanjem za igru s puškama i pištoljima i nagrađivanjem kada se potuku; pričom kako je jedini način inicijacije u "pravog muškarca" ukoliko se potuku sa svakom osobom koja ih uvrijedi; tretirajući ih na nasilan način ili podvrgavanjem nasilju, bilo od strane vršnjaka ili obitelji; učeći ih kako je izražavanje ljutnje i agresivnog ponašanja u redu, a izražavanje tuge ili kajanja nije.
- Koncept rodno uvjetovanog nasilja pokušava napraviti razliku između nasilja koje se temelji na rodnim očekivanjima i/ili na spolnom ili rodnom identitetu druge osobe i drugih oblika nasilja. Tijekom proteklog desetljeća, međunarodna zajednica počela je koristiti izraz "rodno zasnovano nasilje" umjesto "nasilje nad ženama" s namjerom prebacivanja fokusa sa žena kao žrtava i naglašavanja kako uloga rodnih normi, nejednakost i odnosi moći povećavaju osjetljivost žena na nasilje.
- Nasilje koje se događa između muškaraca često je povezano s krutim rodnim normama i dinamikom moći. Uporaba nasilja protiv drugih muškaraca može biti, između ostalog, način postizanja društveno priznatog statusa muškarca kada su drugi oblici priznavanja i afirmacije nedostižni ili se smatraju nedostižnim. Na ovaj način, nasilje može poslužiti kao mehanizam pomoću kojeg su neki muškarci i dječaci stavljeni ili se drže u podređenom položaju u odnosu na druge muškarce.
- Mladi predstavljaju ključnu priliku za izgradnju alternativne definicije maskuliniteta i smanjenje rodno uvjetovanog nasilja. Rad s mladićima na smanjenju rodno uvjetovanog nasilja od presudnog je značaja, jer su mladići spremniji od starijih muškaraca naučiti koristiti alternative nasilju, komunicirajući sa svojim partnerima s poštovanjem. Pored toga, doba adolescencije ključna je razvojna faza tijekom koje se rodni identiteti izgrađuju i tijekom koje se oni mogu i preoblikovati.

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

Perspektiva djevojaka

Što je nasilje?

Ujedinjeni narodi definiraju nasilje kao bilo kakav čin koji izaziva ili bi mogao izazvati tjelesnu, seksualnu ili duševnu štetu ili bol, uključujući i prijetnje, zastrašivanje ili namjerno ograničavanje slobode, i to u javnom ili privatnom životu. Širom svijeta, žene najčešće doživljavaju nasilje svog partnera u intimnoj vezi (WHO 2002.). Upravo oni muškarci koje poznaju, a vrlo često i oni koje najviše vole i kojima vjeruju, su oni muškarci od kojih im prijeti najveći rizik. Istraživanje u različitim zemljama utvrdilo je kako je između 15% i 71% onih žena koje su ikada bile u vezi doživjelo fizičko ili seksualno nasilje, ili i jedno i drugo, od intimnog partnera (WHO 2005.). Često razne vrste nasilja koegzistiraju u vezi; fizičko nasilje je često praćeno psihološkim nasiljem, a u mnogim slučajevima i seksualnim nasiljem (WHO 2002.). Dok se većina nasilja nad ženama događa u privatnim kontekstima, žene doživljavaju nasilje i izvan kuće, u javnim prostorima kao što su škole i radna mjesta.

Što je rodno uvjetovano nasilje?

U zemljama istočne Europe, većina zakona i politika koristi "obiteljsko nasilje" ili "nasilje u obitelji" za označavanje činova nasilja nad ženama i djecom od muških intimnih partnera. Međutim, došlo je do velikog pomaka prema uporabi "rodno uvjetovanog nasilja" ili "nasilja nad ženama", s ciljem obuhvaćanja širokog spektra nasilja koje žene doživljavaju od intimnih partnera, članova obitelji i drugih pojedinaca izvan obitelji. Ovi termini također skreću pozornost na činjenicu kako su rodne dinamike i norme neraskidivo povezane s korištenjem nasilja nad ženama.

Veliki dio korištenja muškog nasilja nad ženama počinje kada su žene i muškarci još mladi i često oblikuje prirodu njihovih kasnijih intimnih odnosa. Činjenica kako muškarci, posebno mladići, češće koriste nasilje nego žene, ukazuje na potrebu propitivanja načina na koji su dječaci i mladići odgojeni i preispitivanja krutih normi maskuliniteta koje povezuju muškarce s čvrstinom ili dominacijom i dozvoljavaju i potiču njihovu uporabu agresije (fizičke, psihološke i/ili seksualne) kako bi dokazali maskulinitet. Ove krute norme maskuliniteta, koje povezuju muškarce s dominacijom, dodatno su osnažene normama koje povezuju žene s pasivnošću. Iako tradicionalne rodne uloge i dinamika moći vrše značajan utjecaj na prisustvo nasilja u intimnim odnosima, uzroci nasilja su višestruki i proizlaze iz složenih interakcija između čimbenika koji se odnose na pojedince, odnose, zajednicu i društvo. Nasilje se ne odvija samo određenoj vrsti žena – ono prelazi društveno-ekonomske, vjerske, rasne i kulturne granice. Međutim, određene skupine žena, uključujući djevojke i žene koje žive u siromaštvu, najčešće doživljavaju nesrazmjerno veće

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

Seksualno nasilje

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

Krug nasilja veoma je složen. Nasilje je model učenja i način na koji se moć distribuira odnosima među ljudima. Kao što je već navedeno, muškarci su u većini slučajeva počinitelji nasilja nad ženama u intimnoj vezi. U mnogim obiteljima batine se koriste kao pedagoška metoda za djecu, a djeca, s druge strane, doživljavaju nasilje kao model ponašanja kojeg oni koriste za "obrazovanje" druge djece oko njih i preuzimanje kontrole i moći nad drugom djecom ili životinjama. U većini slučajeva, oni koriste nasilje kao model ponašanja kao i odrasli u njihovim obiteljima. Ova tema vrlo je osjetljiva. Imajući u vidu statistike obiteljskog nasilja, postoji mogućnost da će u skupini, među sudionicima, biti žrtava ili svjedoka nasilja. Često je teško nositi se s ovom situacijom, stoga bi im se trebalo pokušati pomoći i uputiti ih na osobu ili organizaciju kojoj se mogu obratiti.

Seksualno nasilje i pristup hitnoj kontracepciji

Hitna kontracepcija je od izrazite je važnosti za žene koje dožive silovanje ili drugi oblik spolnog odnosa bez pristanka. Ona može značajno smanjiti rizik drugog stanja kod žene ukoliko se pravilno koristi, u roku od 72 sata nakon nezaštićenog spolnog odnosa. Nažalost, zbog zakonskih prepreka i drugih sistematskih ograničenja širom svijeta, mnoge žene nemaju znanje ili pristup ovoj opciji.

Percepcija rodno uvjetovanog nasilja

Postoji niz percepcija i definicija onoga što se kvalificira kao nasilje nad ženama. Često, postoji diskurs "opravdanih" i "neopravdanih" razloga za nasilje. Ljudi mogu prebaciti dio krivice na žrtvu, govoreći kako je žena žrtva izazvala muškarca. Može se čuti kako je žena "to tražila" ili njen ostanak u vezi znači znači da joj se nasilje "sviđa" ili joj "ne smeta". U stvarnosti, međutim, razlozi zbog kojih žene ostaju u nasilnim odnosima složeni su i često višestruki. Kvalitativna istraživanja pokazala su kako žene nisu pasivne žrtve nasilja, ali je njihov odgovor ograničen pitanjima kao što su strah od osvete, nedostatak alternativne ekonomske podrške, zabrinutost za djecu, nedostatak društvene ili emocionalne podrške ili se pak nadaju promjeni kod njihovog muškog partnera ili prestanku nasilja. Emocionalna uključenost i, u mnogim slučajevima, ekonomska ovisnost u intimnoj vezi imaju važne implikacije za dinamiku nasilja i način na koji se žene nose s takvim nasiljem.

Razbijanje tišine

Veliki broj žena nikad ne govori drugima o zlostavljanju koje doživljavaju. Ako se i obrate nekome, to su često članovi obitelji i prijatelji, a ne institucije koje mogu ponuditi formalnu socijalnu i/ili pravnu podršku. Mnoge žene navode kako je strah od osvete najznačajniji čimbenik koji ih sprječava u traženju pomoći i/ili prekidu veze. Osim toga, žena može osjećati obvezu ostanka u nasilnoj vezi, posebno ako je udana i/ili su uključena djeca. Za neke žene, ekonomske posljedice napuštanja intimnog muškog partnera mogu prevagnuti nad neposrednim fizičkim i psihološkim posljedicama nasilja. Sve u svemu, postoje mnogi društveni čimbenici i čimbenici zajednice koji utječu na odgovor žene na nasilje.

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

Socijalna podrška za sprječavanje i odgovor na nasilje

Iz perspektive zdravlja, pitanje nasilja treba biti uključeno u domenu redovite zdravstvene zaštite žena i muškaraca. Obučeni i osjetljivi pružatelji usluga moraju biti u stanju razgovarati i prepoznati ključne znakove i simptome nasilja te osigurati pristup osnovnim uslugama u hitnim i rizičnim slučajevima, uključujući i hitnu kontracepciju. Socijalni i pravosudni sustavi trebaju prepoznati i pozabaviti se kako onima koji čine nasilje, tako i onima koji trpe nasilje, uključujući i pružanje usluga i podrške na osjetljiv i pravedan način. Previše mladića i djevojaka doživjelo je nasilje ili svjedočilo nasilju u nekom trenutku svog života (ili u različitim trenucima). Kako bi se spriječilo i odgovorilo na nasilje, trebamo raditi na prekidanju ciklusa nasilja osnaživanjem djevojaka i mladića u izgradnji rravnopravnog i nenasilnos odnosa. Osim toga, trebamo raditi u široj zajednici, na razini čitavog društva, s ciljem promoviranja pozitivnih promjena i društvenih normi koje se odnose na rod, kao i to kako muškarci i žene promatraju jedni druge i ponašaju se jedni prema drugima.

Muškarci i kampanja "Bijela vrpca"

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

Radionica 6:
Što je nasilje?

CILJ:
Identificirati različite vrste nasilja koje se mogu pojaviti u intimnim odnosima, obiteljima i zajednicama.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir i markeri, prikazi slučajeva nasilja iz Dodatne građe A i Dodatne građe B.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

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

Prikazi slučajeva nasilja iz Dodatne građe A oslikavaju različite primjere nasilja, uključujući primjenu fizičkog, seksualnog i emocionalnog nasilja muškaraca nad ženama u intimnim odnosima, primjenu fizičkog nasilja muškaraca nad ženama izvan konteksta intimnog odnosa, fizičko nasilje između muškaraca i institucionalno ili nasilje na razini zajednice nad pojedincima ili skupinama ljudi. Ukoliko je potrebno, možete napraviti adaptacije prikaza slučajeva nasilja ili osmisliti nove u kojima biste obradili druge tipove nasilja koji se također javljaju u intimnim odnosima, obiteljima i/ili zajednicama.

TIJEK:

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

1. Zamolite grupu da sjedne u krug i u tišini razmisli što je za njih nasilje.

2. Koristeći palicu za govor, pozovite svakog sudionika da s grupom podijeli svoje mišljenje o tome što je za njih nasilje. Napišite odgovore na radni papir. Mogući dodatni korak: pozovite sudionike da napišu ili nacrtaju što je za njih nasilje.

3. Razgovarajte sa sudionicima o zajedničkim elementima njihovih odgovora, kao i jedinstvenim stavovima. Pregledajte navedene definicije nasilja te recite sudionicima kako često nema jasne ili jednostavne definicije nasilja. U drugom dijelu vježbe pročitat ćete prikaze slučaja kako biste im pomogli razmisliti o različitim značenjima i vrstama nasilja.

- **Fizičko nasilje:** uporaba fizičke sile poput udaranja, šamaranja ili guranja.
- **Emocionalno/psihološko nasilje:** najčešće najteže prepoznati kao oblik nasilja. Uključuje ponižavanje, prijetnje, uvrede, pritiske, izraze ljubomore ili posesivnosti poput kontroliranja odluka i aktivnosti
- **Seksualno nasilje:** pritisak ili prisiljavanje nekoga na vršenje seksualnih radnji (od ljubljenja do seksa) protiv njihove volje ili izgovaranje seksualnih komentara, rezultat čega je osjećaj poniženja i neugode. Nije važno je li tome prethodilo ponašanje koje je ostavljalo dojam pristanka na spolni odnos.

Nasilje se često kategorizira i prema odnosu između žrtve i počinitelja[36]:

- **Nasilje protiv sebe** odnosi se na nasilje u kojem su počinitelj i žrtva jedna te ista osoba i dijeli se na samoozljeđivanje i samoubojstvo.
- **Interpersonalno nasilje** odnosi se na nasilje između pojedinaca.
- **Kolektivno nasilje** odnosi se na nasilje koje su počinile veće skupine pojedinaca i dijeli se na socijalno, političko i ekonomsko nasilje.

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

4. Pročitajte svaki prikaz slučaja nasilja i koristite ceremonijalnu palicu govora kako biste započeli razgovor s pitanjima koja slijede poslije svakog prikaza slučaja.

5. Nakon što pročitate sve slučajeve, raspravljajte o sljedećim pitanjima.

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Koje se vrste nasilja najčešće pojavljuju u intimnim odnosima između muškaraca i žena? Što uzrokuje ovo nasilje? *(primjeri mogu uključivati fizičko, emocionalno i/ili seksualno nasilje koje muškarci koriste nad djevojkama ili suprugama, kao i nasilje koje žene mogu koristiti nad svojim momcima ili muževima)*.

2. Koje se vrste nasilja najčešće pojavljuju u obiteljima? Što uzrokuje ovo nasilje? *(primjeri mogu uključivati roditeljsku uporabu fizičkog, emocionalnog ili seksualnog nasilja nad djecom ili druge tipove nasilja među članovima obitelji)*.

3. Koje se vrste nasilja najčešće pojavljuju izvan intimnih odnosa i obitelji? Što uzrokuje ovo nasilje? *(primjeri mogu uključivati fizičko nasilje među muškarcima, nasilje u bandama ili ratovima, silovanje koje je počinila nepoznata osoba i emocionalno nasilje ili stigmu spram nekih pojedinaca ili skupina u zajednici)*.

36 — Tekst preuzet iz http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/index.html. Posljednji put pristupljeno 11.2.2011.

4. Postoje li druge vrste nasilja koje se odnose na spol neke osobe? Koja je najuobičajenija vrsta nasilja nad ženama? (pogledajte dio Dodatne građe B – Što je rodno uvjetovano nasilje?) A koja nad muškarcima?

5. Jesu li samo muškarci nasilni ili su i žene također nasilne? Koja je najuobičajenija vrsta nasilja koju muškarci koriste nad drugima? Koja je najuobičajenija vrsta nasilja koju žene koriste nad drugima?

6. „Zaslužuje“ li ikad osoba – muškarac ili žena – biti udarena ili biti žrtva neke vrste nasilja?

7. Kakve su posljedice nasilja po pojedince? Po odnose? Po zajednice?

8. Što možete vi i drugi mladići učiniti za zaustavljanje nasilja u vašoj zajednici?

ZAKLJUČAK:

Na svojoj osnovnoj razini, nasilje se može definirati kao uporaba sile (ili prijetnja silom) jednog pojedinca nad drugom osobom. Nasilje se često koristi kao način kontrole druge osobe, s ciljem uspostavljanja moći nad njom. Ono se događa svugdje u svijetu i često potječe od načina na koji su pojedinci, posebno muškarci, odgojeni i kako se nose s ljutnjom i sukobom. Obično se pretpostavlja kako je nasilje "prirodan” ili "normalan” dio muškarca. Međutim, nasilje je naučeno ponašanje i u tom smislu može se odučiti ili spriječiti. Kao što je bilo raspravljano u drugim radionicama, muškarci su često socijalizirani da potiskuju svoje emocije i ljutnja je ponekad jedan od rijetkih društveno prihvatljivih načina muškaraca za iskazivanje svojih osjećaja. Štoviše, muškarci su nekad odgajani s uvjerenjem kako imaju "pravo” očekivati neke stvari od žena (npr. kućanski poslovi ili spolni odnos) i pravo korištenja tjelesnog ili verbalnog zlostavljanja, ukoliko žene ne pruže navedeno. Važno je razmisliti o tome na koji način su ove krute rodne uloge, koje se odnose na to kako bi muškarci trebali izraziti svoje osjećaje i kako bi se trebali odnositi prema ženama, štetne i za muškarce kao pojedince i za njihove odnose. U svakodnevnim životima mladića, od ključnog je značaja razmišljanje o tome što oni mogu učiniti te se javno izjasniti protiv upotrebe nasilja drugih muškaraca.

KORELACIJA

Ova aktivnost se može povezati s jednom od prethodnih aktivnosti, **"Izražavanje vlastitih osjećaja”** i raspravom o tome kako se nositi s ljutnjom.

DODATNA GRAĐA A:

PRIKAZI SLUČAJEVA NASILJA

Prikaz slučaja br. 1
Mirko i Lidija mladi su bračni par. Mirkova obitelj dolazi u njihov dom na večeru. On je vrlo zabrinut time hoće li se oni lijepo provesti i želi im pokazati kako je njegova supruga izvrsna kuharica. Međutim, kad se te noći vratio kući, ništa nije bilo spremljeno. Lidija se nije osjećala dobro i još nije bila počela s pravljenjem večere. Mirko je veoma uznemiren. On ne želi da njegova obitelj misli kako on ne može kontrolirati svoju ženu. Počinju se svađati i vikati jedno na drugo. Sukob brzo eskalira i Mirko ju udara.

› Kako bi Lidija trebala reagirati?
› Je li Mirko mogao reagirati drugačije u ovoj situaciji?

Prikaz slučaja br. 2
Plešete sa skupinom prijatelja u klubu. Na odlasku zapazite jedan par (mladić i djevojka, očigledno u vezi) koji se svađa na ulazu. On ju naziva ružnim imenom i pita ju zašto je očijukala s drugim dečkom. Ona kaže: "Nisam ga gledala..., a i da jesam, zar nisam s tobom?" On opet viče na nju. Konačno, ona kaže: "Nemaš me pravo tako tretirati". On ju naziva bezvrijednom i govori joj da mu se makne s očiju – ne može ju gledati. Onda ju udara i ona pada. Ona vrišti na njega, govoreći kako nema pravo to učiniti.

› Što biste vi učinili? Biste li otišli? Biste li rekli nešto? Zašto da i zašto ne?
› Bi li bilo drugačije da je neki momak udario drugog momka?
› Što možete učiniti u situacijama kao što je ova? Koje su vaše mogućnosti?
› Kakva je naša odgovornost u sprječavanju drugih da koriste nasilje?

Prikaz slučaja br. 3
Mihajlo je stariji momak koji potječe iz bogate obitelji. Jednog dana sreće Petru na putu kući iz škole i njih dvoje kratko razgovaraju. Sljedećeg dana on se opet sreće s njom i to se nastavlja, sve dok on ne odluči pozvati Petru na večeru. Kada su izašli na večeru, on joj priopći koliko mu se ona sviđa i potom je pozove u svoju kuću. U njegovoj kući oni se počinju ljubiti i Mihajlo počinje dodirivati Petru ispod veste. Međutim, Petra se onda prestaje ljubiti i kaže kako ne želi ići dalje. Mihajlo je bijesan. Govori joj kako je proveo dosta vremena s njom i kaže: "Što će reći moji prijatelji?". On vrši pritisak na nju kako bi promijenila svoje mišljenje. Prvo pokušava biti zavodljiv, a zatim, u ljutnji, počinje vikati na nju. Tada ju počinje vući na silu i gurati prema dolje. Zatim ju prisiljava na spolni odnos iako ona nastavlja govoriti: "Ne, stani!"

› Je li ovo vrsta nasilja? Zašto i zašto ne?
› Što je Mihajlo trebao učiniti?
› Što je Petra trebala učiniti?

Prikaz slučaja br. 4
Oliver je imao težak dan u školi. Ima problema sa svojom majkom zbog ocjena u školi, zbog kojih mu je zabranila izaći van tu večer. Za vrijeme sata nije znao odgovoriti na pitanje profesora. Na igralištu, nakon nastave, Renata, djevojka iz Oliverovog razreda, smije mu se jer nije znao odgovoriti na jednostavno pitanje. „Bilo je tako lako. Zar si doista toliko glup?" Oliver joj je rekao da ušuti i gura je uza zid. Renata je bijesna i govori: „Ako me opet dirneš, vidjet ćeš...". Oliver odgovara: „Ne, ti ćeš vidjeti...". On ju ošamari, okrene se i ode.

› Je li Oliver bio u pravu udarivši Renatu?
› Kako je drugačije mogao reagirati?

Prikaz slučaja br. 5
Skupina prijatelja ide na ples. Jedan od njih, Ivan, primjećuje kako neki momak zuri u njegovu djevojku. Ivan mu prilazi, gurne ga i počinje tučnjava.

› Zašto je Ivan reagirao na ovakav način? Je li imao pravo gurnuti drugog momka?
› Je li mogao reagirati drugačije?
› Što su njegovi prijatelji trebali učiniti?

Prikaz slučaja br. 6
U mnogim zajednicama ljudi koji žive sa HIV-om i AIDS-om odbačeni su. Vrijeđaju ih. Nekad se njihovoj djeci ne dozvoljava odlazak u školu.

- Je li ovo vrsta nasilja?
- Vrijeđa li ova vrsta diskriminacije ljude koji žive s HIV-om i AIDS-om?
- Što se može učiniti kako bi se spriječili ovakvi događaji?

Prikaz slučaja br. 7
Monika je devetnaestogodišnja studentica koja se nedavno s kolegicom s fakulteta uselila u jednosoban iznajmljeni stan u blizini kampusa. Monika je HIV pozitivna od svoje 17. godine. Ona uzima lijekove za HIV koje mora stalno čuvati u hladnjaku. Jednog dana, njena cimerica je pita ju za što su ti lijekovi. Monika odluči biti iskrena i govori svojoj cimerici kako je HIV pozitivna. Njena cimerica je potresena i bijesna. Govori Moniki da mora odmah napustiti stan, prije nego što prenese infekciju na nju.

- Što mislite o načinu na koji je cimerica reagirala?
- Postoji li rizik infekcije da cimericu time što živi s Monikom?
- Je li ovo jedna vrsta nasilja?
- Što se može učiniti kako bi se spriječile ovakve stvari?

Prikaz slučaja br. 8
Valentino i Anita mladi su par koji je upravo dobio svoje drugo dijete. Prije no što su odlučili imati djecu, dogovorili su se da će Anita biti ta koja će ostajati kod kuće i brinuti o djeci, dok će Valentino raditi i zarađivati novac. Međutim, u posljednje vrijeme, Valentino je počeo davati Aniti sve manje i manje novca. U početku je ona morala otkazati sate njemačkog jezika, zatim nije imala dovoljno novca za odjeću, a potom niti kavu sa svojim prijateljicama. Kada bi spomenula ovo pitanje Valentinu, on bi samo rekao: "Nemamo dovoljno novca. Ti ionako previše tražiš, a ne zarađuješ ništa". Kada Anita prigovori kako on izlazi skoro svaku večer sa svojim prijateljima i kako bi jednu večer, za promjenu, ona mogla izaći sa svojim prijateljicama, on odgovara: "Da, ja mnogo izlazim, ali ja se moram odmoriti od posla. Ti provodiš cijeli dan kući ne radeći ništa".

- Je li ovo vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- Što bi Anita trebala učiniti?
- Je li Valentino mogao reagirati drugačije?
- Što biste vi učinili u ovakvoj situaciji?

Prikaz slučaja br. 9
Skupina prijatelja druži se u parku. Jasna je tiha i povučena djevojka, a Ivica ju zadirkuje zbog toga. Ona ne reagira na njegova zadirkivanja, ali Goran, kojem se ona sviđa, odlučuje ju braniti. On govori Ivici da prekine i njih dvojica ulaze u raspravu. Goran udara Ivicu, nakon čega izbija tučnjava.

- Što mislite o načinu na koji se Ivica ponaša prema Jasni? Je li ovo neka vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- Što mislite o načinu na koji je Goran reagirao? Je li ovo neka vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- Što biste vi učinili u situaciji poput ove?

Prikaz slučaja br. 10
Krešo je mladi homoseksualac koji je tu činjenicu nedavno javno otkrio svojoj obitelji i prijateljima. Ispočetka, obitelji to bilo teško prihvatiti, ali su naposljetku promijenili svoj stav. U školi, međutim, neki su ga klinci počeli zvati "pederom" i drugim pogrdnim imenima. Također često ga maltretiraju, a ponekad čak i pretuku.

- Je li ovo vrsta nasilja? Zašto da ili zašto ne?
- Što Krešo može učiniti?
- Što njegovi prijatelji mogu učiniti?
- Što biste vi učinili u situaciji poput ove?

DODATNA GRAĐA B:

ŠTO JE RODNO UVJETOVANO NASILJE?

U mnogim državama, većina zakona i politika koristi termin „nasilje u obitelji" ili „nasilje u kući" kako bi ukazala na čin nasilja intimnog partnera, obično muškarca, nad ženama i djecom. Međutim, sve se češće koriste nazivi „rodno uvjetovano nasilje" ili „nasilje nad ženama" kako bi se obuhvatio širok spektar činova nasilja koje intimni partneri, članovi obitelji i drugi pojedinci van obitelji vrše nad ženama. Ovi termini fokusiraju se na činjenicu da su rodna dinamika i rodne norme usko povezane s upotrebom nasilja nad ženama (Velseboer, 2003.). U suštini, koncept rodno uvjetovanog nasilja pokušava napraviti razliku između nasilja koje je temeljeno na očekivanjima unutar rodnih uloga i/ili spolnog i rodnog identitete druge osobe, od drugih tipova nasilja. Dok se rodno uvjetovano nasilje može primijeniti na žene i muškarce, djevojke i mladiće, napori za sprječavanje rodno uvjetovanog nasilja u najvećoj mjeri fokusiraju se na zaustavljanje nasilja nad ženama i djevojkama, jer su one te koje su u najvećoj mjeri pogođene ovim nasiljem.

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

> .. ...*bilo koji čin koji dovodi do, ili za koji je vjerojatna fizička, seksualna ili psihološka šteta ili patnja žena zato što su žene ili muškaraca zato što su muškarci, uključujući prijetnje takvim činovima, prinudu ili proizvoljno lišavanje slobode, bez obzira pojavljuje li se u domeni javnog ili privatnog života.*
>
> *... biti shvaćeno tako da obuhvaća, ali nije ograničen na sljedeće:*

- Fizičko, spolno i psihološko nasilje koje se događa **u obitelji,** uključujući zlostavljanje, seksualno iskorištavanje, spolno zlostavljanje djece u kućanstvu, nasilje utemeljeno na mirazu, bračno silovanje, sakaćenje ženskih spolnih organa i druge tradicionalne prakse štetne po žene, izvanbračno nasilje i nasilje vezano uz eksploataciju;

- Fizičko, spolno i psihološko nasilje koje se javlja u **okviru cjelokupne zajednice**, uključujući silovanje, spolno zlostavljanje, spolno uznemiravanje i zastrašivanje na poslu, u obrazovnim ustanovama i drugdje, trgovanje ženama i prisilnu prostituciju;

- Fizičko, spolno i psihološko nasilje **počinjeno ili tolerirano od države ili ustanove,** kad god se pojavi.

DODATNA GRAĐA

Prikazi slučajeva za razgovor

VOJIN pita Suzanu želi li s njim na spoj jedno poslijepodne. Oni kratko razgovaraju, večeraju, i Vojin je pozove u motel, govoreći kako ima nešto novca za provod. Suzana se slaže. Dolaze do motela i počinju se ljubiti i milovati. Vojin počinje skidati njenu odjeću. Suzana ga zaustavlja i kaže kako ne želi imati spolni odnos. Vojin je bijesan. Govori joj da je potrošio mnogo novca na sobu i kaže: "Što će reći moji prijatelji?". On vrši pritisak na nju kako bi se predomislila. Prvo pokušava biti slatkorječiv i zavodljiv, a zatim počinje vikati na nju u frustraciji. Konačno, povuče je snažno, gurajući je na krevet.

AMINA izlazi s Edijem već nekoliko mjeseci. Odnedavno joj Edi stalno postavlja pitanja: s kim razgovara u razredu, zašto nije kod kuće kada ju nazove, zašto provodi toliko vremena sa svojim prijateljicama, kad bi mogla to vrijeme provoditi s njim. Amina je pokušala ne obraćati pažnju na ta pitanja, ali je u posljednje vrijeme Edi počeo navaljivati sve više i postajao je sve ljući. Vikao je na nju u hodnicima u školi i nazivao ju raznim imenima. Nakon toga, on se obično ispriča, ali jednom ju je čak i udario. Govori joj kako je uznemiren zato što ju voli, a ona ga "izluđuje" ljubomorom.

ISIDORA je sa svojim dečkom već skoro godinu dana. Nedavno joj je počeo govoriti da ima višak kilograma i da mu je previše neugodno ići bilo gdje s njom. Stalno komentira izgled drugih žena i kdodaje da bi Isidora izgledala privlačnije da smršavi. Jedva joj dopušta išta jesti. Kaže joj da se mogu zaručiti tek kada smršavi.

IVANA je tek krenula u srednju školu kada je upoznala Milana. On nije bio poput ijednog drugog mladića kojeg je ikada upoznala. Bio je njena prva ljubav i svoje je slobodno vrijeme provodila s njim. Prestala se družiti s prijateljicama, a njene ocjene su se pogoršale. Svo je vrijeme lagala roditeljima o tome s kim je kako bi se mogla viđati s njim cijelo vrijeme. On je bio veoma ljubomoran i nije mogla imati niti jednog muškog prijatelja, a da se on ne naljuti na nju. Nakon što su izlazili dva mjeseca, počeli su se mnogo svađati zato što ona nije željela imati spolne odnose s njim. Jednog dana, jako su se posvađali i on ju je udario.

MAJA ima 21 godinu i živi u turističkom gradu. Prošle godine upoznala je stranca, bankara, s kojim je počela izlaziti. Nije rekla svojoj obitelji o toj vezi. Iako je bio stariji, voljela je izlaziti s njim, posebno kada su izlazili u skupe restorane i popularne klubove. Neposredno prije nego što se morao vratiti u svoju zemlju, predložio je Maji da pođe s njim. Obećao joj je brz pronalazak posla i ona je prihvatila njegov poziv. Nakon što su došli u njegovu zemlju, on joj je oduzeo putovnicu i počeo ju iscrpno kontrolirati pa čak i povremeno fizički zlostavljati. Ona je otkrila kako on nije bio bankar i nema mnogo novca. Osjećala se veoma izolirano i usamljeno. Bila je daleko od svojih prijatelja i obitelji , a lokalni jezik nije znala. Muškarac ju je prisilio na rad u striptiz baru, što se plaćalo prilično dobro, ali je posao bio naporan i često je uključivao navođenje na spolni odnos.

SOFIJA je otišla na ples sa svojim dečkom Pavlom i nekim prijateljima. Dok su svi plesali, Sofija je primijetila kako druga djevojka pleše u Pavlovoj blizini i sve mu se više približava. Sofija ih je otišla razdvojiti i jasno joj dati do znanja da je Pavle njen dečko. Djevojka se povukla. Nakon nekog vremena Sofija je otišla s prijateljicom po piće, a kad se vratila vidjela je istu

Foto ©Branko Birač

djevojku kako ponovno pleše pored Pavla, ali ovaj put na vrlo zavodljiv način. Sofija se naljutila, nazvala ju nečasnom osobom, napala djevojku, zgrabila ju za kosu i ošamarila.

MONIKA ima ima jedanaestogorišnjeg sina Mislava koji je vrlo kreativan i energičan. Međutim, on stalno upada u nevolje u školi. Monikin suprug Stevan često ju zbog Mislavovog lošeg ponašanja, govoreći joj kako provodi previše vremena na poslu, umjesto da više vremena provodi kod kuće, pazeći na Mislava. Jednog dana, Monika i suprug jako su se posvađali i on ju udara. Povrijeđena i ljuta, Monika napada Mislava govoreći mu kako je on nezahvalni sin koji joj samo donosi probleme.

SINIŠA je bio popularan i zgodan i u početku, Mina nije mogla vjerovati da pokazuje interes za nju. Ona nikada nije imala dečka i uvijek je bila svjesna svoga izgleda, posebice svoje težine. Siniša je počeo Mini stalno slati poruke, često komentirajući kako je lijepa. Jednoga dana, Siniša je zamolio Minu da mu pošalje nekoliko svojih fotografija. U početku je bila stidljiva, ali je na kraju poslala nekoliko fotografija. Siniša je rekao divne stvari o njima i Mina se, prvi put u životu, počela osjećati lijepom. Siniša je potom zatražio od Mine drugačije fotografije, npr. u kupaćem kostimu ili kratkoj suknji, kao i sliku u toplesu. Ona se nije osjećala sasvim ugodno, no nije ga željela odbiti. Nakon što je poslala Siniši poslala fotografiju, on joj odgovara s "ti ružna svinjo". Mina je šokirana i povrijeđena. Ubrzo nakon toga, počela je dobivati tekstualne poruke od drugih mladića u njenoj školi, mladića s kojima nikada nije razgovarala, ju također počeli nazivati pogrdnim imenima. Saznala je da je Siniša poslao njenu fotografiju u toplesu gotovo svima u školi. Mina je bila ponižena. Nije se više nikada željela vratiti u tu školu.

Radionica 7:
Živa budala ili mrtvi heroj

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

POTREBNI MATERIJAL:
Dodatna građa A.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

1. Podijelite sudionike u male skupine i podijelite prikaze slučajeva iz Dodatne građe A svakoj skupini.

2. Objasnite da svaka skupina treba osmisliti i prezentirati kratki igrokaz (3-5 minuta) na temelju prikaza slučaja. Prikazu slučaja slobodno mogu dodati još detalja ukoliko žele.

3. Dajte skupinama 20-ak minuta da rasprave o prikazu slučaja te napišu kratki igrokaz.

4. Pozovite skupine da izvedu svoje igrokaze. Nakon svakog igrokaza, dajte im vremena za komentare i raspravu temeljenu na sljedećim pitanjima:
   - Jesu li ove situacije realistične?
   - Zašto ponekad reagiramo na ovakav način?
   - Kad ste suočeni sa sličnom situacijom, situacijom u kojoj vas netko povrijedi, kako inače reagirate?
   - Kako možete smanjiti napetost ili agresiju u ovakvim situacijama?
   - Može li pravi muškarac pobjeći od tuče?

5. Pročitajte naglas Dodatnu građu B "Odakle dolazi muška čast?" i razgovarajte o njoj, a onda iskoristite sljedeća pitanja za zaključak radionice.

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Što muškarcima znači "muška čast"?

2. Što to znači djevojkama?

3. Postoji li još uvijek "muška čast"?

4. Što možemo učiniti kako bi promijenili ovakvu kulturu "časti"?

5. Mogu li djevojke, i na koji način, pomoći u promjeni kulture "časti"?

6. Kad znamo odakle "muška čast" dolazi, pomaže li nam to pri promjeni?

7. Što ste naučili iz ove vježbe? Kako možete ovo primijeniti u vlastitim životima i odnosima?

ZAKLJUČAK:

Ideja "muške časti" još je jaka u mnogim sredinama. Ostavljajući dojam opasnosti – nekoga tko ne bježi od tuče – mnogi mladići vide ju kao t način osiguravanja poštovanja i obrambenog stava. Međutim, kao što smo već spomenuli u ovoj aktivnosti, ideja "časti" često sa sobom donosi i brojne rizike i posljedice. I, dok postoji velika vjerojatnost da ćete se osjetiti povrijeđenim više nego jednom u svom životu, veoma je važno naučiti kako se nositi s ovakvim situacijama i s vlastitim osjećajima na način koji ni vas, a ni osobe neće dovesti u opasnost.

DODATNA GRAĐA A:

Prikaz slučaja br. 1
Milan i Fabijan svađaju se na odmoru zbog školskog zadatka. Jedan drugog optužuju za prevaru. Milan kaže da će ga čekati vani kako bi razjasnili ovu stvar. Kad je sat završio ...

Prikaz slučaja br. 2
Skupina prijatelja nalazi se na nogometnoj utakmici. Oni su navijači istog tima. Počinje tučnjava , a kada dođe jedan navijač protivničkog tima ...

Prikaz slučaja br. 3
Skupina prijatelja je u baru. Počinje tučnjava između jednog mladića i stranca (također mladića) ...

Prikaz slučaja br. 4
Skupina prijatelja ide na ples. Jedan od njih, Amel, vidi kako neki mladić netremice gleda u njegovu djevojku. Tučnjava počinje kad Amel ...

Prikaz slučaja br. 5
Srđan je zaustavljen u svom automobilu zbog gužve u prometu. Kad pokuša skrenuti udesno, drugi automobil, s njegove lijeve strane, presiječe mu put tako da on mora naglo kočiti. Srđan tada ...

Prikaz slučaja br. 6
Skupina mladića sjedi u parku. Jedan mladić romske nacionalnosti prolazi pored njih i tučnjava izbija kada ...

Prikaz slučaja br. 7
Luka i Emil uključeni su u žestoku raspravu. Emil podiže ton glasa i ...

Prikaz slučaja br. 8
Skupina mladića iz malog grada obilazi glavni grad. Na temelju njihova dijalekta, lako se može zaključiti da dolaze iz druge sredine, što ih dovodi u sukob s dečkima iz grada, kada ...

DODATNA GRAĐA B:

U mnogim kulturama, ime, čast i ponos muškarca važni su čimbenici, ponekad čak i ekstremno važni. Neki istraživači tvrde kako "kultura časti" u nekim dijelovima Sjeverne i Južne Amerike proizlazi iz prirode kolonizacije ovih pograničnih regija. U ruralnom Meksiku, u dijelovima Južne Amerike i južnim dijelovima SAD, muškarci su često tjerali stada stoke na zemlji u regijama gdje granice nisu bile jasno definirane. Nije postojao sudski sustav niti sustav provođenja zakona (u kaubojskim filmovima je uobičajeno postojanje nesuglasica oko zemlje gdje šerif dolazi nekoliko dana nakon što je sukob počeo). U interesu opstanka, muškarci su vjerovali kako oni sami moraju braniti svoju imovinu. U takvim okolnostima, bilo je neophodno muškarce vidjeti kao nekoga s kim se "ne treba zezati". Ukoliko vas drugi percipiraju kao agresivnog čovjeka ili čak opasnog čovjeka, podrazumijevalo se kako vas nitko neće uznemiravati.

Mačizam je povezan sa slikom opasnog momka koji ima mnogo seksualnih partnera (pored svoje žene), koji se bori obraniti integritet svoje obitelji, koji štiti svoju "čast" i traži opasnost, često kroz svađe ili dvoboje. S točke gledišta mačizma, muškarci su "seksualni grabljivci", a žene su "čiste i nevine". Prema macho kulturi, mjesto žene je u kući, dok muškarac svoju muževnost pokazuje velikim brojem seksualnih osvajanja i velikim brojem djece. Tako je, za macho muškarca, "pravi muškarac" netko tko štiti čast žene u svojoj obitelji – svoje supruge, sestara i majke. One bi trebale biti "čiste", a njihov seksualni život i čast nikada ne bi trebali biti dovedeni u pitanje. Muškarac u baru, koji se želi potući s drugim, samo treba uputiti pogled prema djevojci drugog muškarca odigrat će se prastara tradicionalna scena. Isto će se dogoditi i ako on nešto kaže o majci ili sestri drugog muškarca.

Ovi i ostali oblici "muške časti" duboko su ukorijenjeni u našoj kulturi. Koliko smo puta vidjeli skupine muškaraca kako razmjenjuju uvrede? Koliko je ovakvih uvreda povezano sa seksualnim osvajanjima? Razmislite o tome koliko mnogo izraza imamo za "okaljati" reputaciju nečije majke. Ovo je najgora uvreda s kojom se "pravi muškarac", u „macho“ svijetu, može suočiti – netko sumnja u čistoću njegove majke pa samim time sumnja i u samu njegovu čast.

Radionica 8:
Shvaćanje ciklusa nasilja

CILJ:
Razgovarati o posljedicama nasilja i odnosu između nasilja koje doživljavaju djevojke, kao i nasilja koje one koriste nad drugima.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, markeri, kemijske/obične olovke i preslike Dodatne građe, deset ili pet komadića papira za svakog sudionika.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Ukoliko je sudionica doživjela bilo kakvu vrstu nasilja ili je nedavno doživjela bilo kakvu vrstu zlostavljanja – uključujući seksualno zlostavljanje ili sustavno fizičko zlostavljanje kod kuće – i ako je mlađa od 18 godina, voditelj bi to trebao prijaviti institucijama za zaštitu djece i mladih. Prije provedbe bilo kakvog zadatka iz ovog priručnika, voditelj se treba konzultirati sa svojom organizacijom i razjasniti relevantne etičke i pravne zahtjeve u povezane s nasiljem nad osobama mlađim od 18 godina.

TIJEK:

1. Prije početka radionice, zalijepite pet komada flipchart papira na zid. Na svaki papir napišite jednu od pet navedenih kategorija:
   - Nasilje korišteno protiv mene
   - Nasilje koje vršim nad drugima
   - Nasilje kojem sam bila/bio svjedokom
   - Kako se osjećam kada vršim nasilje
   - Kako se osjećam kad se nasilje koristi protiv mene

2. Na početku radionice objasnite sudionicima kako je svrha ove aktivnosti razgovor o nasilju koje oni doživljavaju u svojim životima i zajednicama. Pregledajte flipchart iz prethodne aktivnosti sa značenjima nasilja.

3. Dajte svakom sudioniku presliku Dodatne građe A ili pet komadića papira na kojima mogu napisati navedene kategorije.

4. Pregledajte pet navedenih kategorija i zamolite sudionike da razmisle

o njima, a zatim napišu kratki odgovor za svaku kategoriju u odgovarajućim poljima na Dodatnoj građi ili papirićima koje su dobili. Trebali bi napisati po jedan odgovor u svakom polju ili na papiru i ne bi trebali pisati svoja imena.

5. Dajte im 10 minuta za ovaj zadatak. Objasnite kako ne trebaju pisati mnogo, samo nekoliko riječi ili fraza, a zatim ih zalijepite na odgovarajuće flipchart papire.

6. Nakon lijepljenja njihovih papira na flipchart, glasno pročitajte neke od odgovora iz svake kategorije.

7. Započnite raspravu koristeći sljedeća pitanja.

Pitanja za raspravu:

1. Koja je najčešća vrsta nasilja koja se koristi nad ženama?

2. Koja je najčešća vrsta nasilja koju žene koriste nad drugima?

3. Kako se osjećate kad vršite nasilje nad drugima?

4. Postoji li ikakva veza između nasilja koje vi koristite i nasilja koje se koristi nad vama?

5. Je li neka vrsta nasilja gora od druge?

6. Kako mediji (glazba, radio, filmovi, itd.) oslikavaju nasilje? (pogledajte okvir ispod)

7. Koja je veza između nasilja u vašim obiteljima i odnosima i drugog nasilja koje vidite u našim zajednicama?

8. Neki istraživači navode da je nasilje zapravo ciklus, tj. vjerojatno će netko tko je bio žrtva nasilja kasnije i sam počiniti nasilje. Je li to istina? Ako to istina, kako možete pomoći u prekidanju ovog ciklusa nasilja?

9. Imaju li muškarci ulogu u prevenciji nasilja nad ženama? Objasnite.

10. Što ste naučili u ovoj aktivnosti, a da vam može pomoći u suzbijanju? Jeste li naučili nešto što biste mogli primijeniti u vašem životu i odnosima?

ZAKLJUČAK:

Previše mladića i djevojaka doživjelo je nasilje ili svjedočilo nasilju u nekom trenutku njihova života, često kao žrtve muškaraca. Obično se pretpostavlja kako je nasilje "prirodan" ili "normalan" dio muškarca. Međutim, nasilje je naučeno ponašanje – dječaci i muškarci često su odgajani s uvjerenjem kako je nasilje prihvatljiv način za održavanje kontrole, posebno nad ženama, rješavanje sukoba ili izražavanje ljutnje. I baš kao što je nasilje naučeno, ono se može odučiti i spriječiti. Na taj način, odgovornost je svih pojedinaca, žena i muškaraca, u nastojanju da pravilno odgoje dječake i muškarce, kao i djevojčice i žene i shvaćanju kako nasilje, bilo muškaraca nad ženama ili roditelja nad djetetom, sprječava pojedince u izgradnji pozitivnih odnosa i odnosa punih ljubavi.

SHEMA RESURSA A:

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

Uče li mediji dječake nasilju?

Neka istraživanja otkrila su su otkrile kako gledanje nasilnih scena u medijima može biti povezano s korištenjem nasilja, ali uzročna povezanost nije potpuno jasna. Gledanje nasilja na televiziji ili u filmovima vjerojatno ne "uzrokuje" nasilje dječaka, ali može doprinijeti nekim uvjerenjima dječaka – i našem općem uvjerenju kao društva – kako je nasilje muškaraca normalno ili čak "cool".

Radionica 9:
Etiketiranje

CILJ:
Prepoznati kako etiketiranje ljudi može ograničiti individualni potencijal i utjecati na odnose.

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

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

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

TIJEK:

1. Aktivnošću razmjene ideja izdvojite pozitivne i negativne etikete ili stereotipe koji se često koriste u zajednici u kojoj mladići i djevojke žive. Ovo može uključivati i etikete poput: pametan, lijen, stidljiv, nasilan, itd. Pokušajte se prisjetiti barem onolikog broja različitih etiketa koliko ima sudionika u skupini.

2. Napišite ove etikete na komadiće papira i zatim samoljepljivom trakom zalijepite te komadiće papira na leđa svakog od sudionika. Napomena: Kako bi ova aktivnost bila djelotvorna, sudionici ne smiju vidjeti papiriće zalijepljene na svojim leđima; trebali bi moći vidjeti samo etikete zalijepljene na leđima drugih.

3. Nasumice zamolite dva ili tri sudionika za izvedbu kratke igre uloga u kojoj će se odnositi jedni prema drugima u skladu s etiketama koje su im dodijeljene.

4. Neka svaki od sudionika tijekom trajanja igre uloga pokušaju pogoditi što piše na njihovoj etiketi na osnovu toga kako su tretirani tijekom predstave, a zatim neka razmisle o sljedećim pitanjima::
   - Kakav je osjećaj **kada vas neko tretira** prema etiketi?
   - Kakav je osjećaj **tretirati nekog drugog** prema etiketi?

   Nakon što volonteri odgovore na ova pitanja, zamolite ostatak skupine da iznese svoje reakcije na igru uloga.

5. Zamolite i ostale volontere za izvođenje svoje kratke igre uloga, dajući im dovoljno vremena da poslije svake pokušaju pogoditi što piše na njihovim etiketama, kao i da se osvrnu na to kako su se osjećali.

6. Otvorite raspravu s ostatkom skupine.

Pitanja za raspravu:

1. Kako reagirate kada vas netko tretira sukladno određenoj etiketi?

2. Kako reagirate kada vi ili netko drugi tretira drugu osobu sukladno etiketi?

3. Koriste li se ove etikete često u vašoj zajednici? Koje druge primjere etiketa ljudi koriste?

4. Zašto ljudi etiketiraju druge ljude?

5. Koje su posljedice etiketiranja pojedinaca? Koje su posljedice na odnose? Razmišljajući o prethodnoj aktivnosti o moći i odnosima, što mislite kakav je odnos između etiketiranja i moć?

6. Što ste naučili ovdje, a što možete primijeniti u vlastitim životima i ponijeti sa sobom natrag u svoje zajednice?

7. Kako možete izbjeći etiketiranje drugih?

8. Kako možete ohrabriti druge da ne etiketiraju druge?

Zaključak:

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

- osuđivati nekoga prije nego što ga upoznate
- koristiti etikete ili pogrdne nadimke
- diskriminirati nekoga na temelju spola, religije, etničke pripadnosti ili socioekonomskog statusa
- pravite od nekoga u obitelji i/ili zajednici žrtveno janje
- biti nefleksibilni ili tvrdoglavi u svojim stavovima
- pokazivati ravnodušnost, šutnju ili inat.

Osjećaj pripadnosti skupini i naše prihvaćanje u skupini onakvih kakvi jesmo od temeljnog je značaja za učenje i razvijanje naših individualnih i kolektivnih potencijala. Kako budete dalje odmicali s ovim radionicama i vašim svakodnevnim životima, trebali biste aktivno pokušati prerasti etiketiranje i biti otvoreniji u vašem odnosu prema drugima.

Radionica 10:
Što je seksualno nasilje?

CILJ:
Razgovarati o seksualnom nasilju i različitim situacijama u kojima se ono može dogoditi.

POTREBNI MATERIJAL:
Nekoliko kopija Dodatne građe

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Na isti način kao što razgovor o drugim oblicima nasilja može prouzrokovati neugodu zbog mogućih povezanosti sa životima samih sudionika, važno je imati razumijevanja za mogućnost kako da neki od sudionika možda pretrpjeli neki oblik seksualnog nasilja u djetinjstvu ili adolescenciji i možda im je potrebna pomoć. Oni su možda iskusili seksualno nasilje (od muškaraca ili žena), ali nikad nisu ni s kim o tome pričali zbog srama ili zato što su možda bili uvjereni kako nitko ne bi povjerovao da muškarac može biti žrtva seksualnog nasilja (pogotovo ako je počinitelj bila žena). Drugi možda poznaju ženske rođakinje ili prijateljice koje su bile žrtve seksualnog nasilja. Važno je biti spreman za ovakve mogućnosti i znati gdje i kome uputiti sudionike kojima je možda potrebna profesionalna pomoć.

TIJEK:

1. Objasnite sudionicima da je svrha ove aktivnosti razgovarati o seksualnom nasilju.

2. Provedite sa skupinom aktivnost razmjene ideja o značenju seksualnog nasilja i različitim situacijama u kojima se ono može dogoditi. Pregledajte definiciju seksualnog nasilja koja se nalazi u uvodnoj aktivnosti o nasilju – Što je nasilje?

3. Ovisno o broju sudionika, podijelite ih u dvije ili tri manje skupine i dajte svakoj primjerak Andrejeve priče. Priču možete i naglas pročitati sudionicima.

4. Nakon čitanja priče, započnite otvorenu raspravu, ohrabrujući mladiće na razmišljanje o priči i o tome koje je još korake Andrej mogao poduzeti:
   - Je li priča realistična?
   - Što mislite o Andrejevom ponašanju?
   - Može li se ono smatrati nasiljem? Zašto da ili zašto ne?
   - Što mislite, zašto je on reagirao na ovakav način?
   - Kakve bi mogle biti posljedice Andrejevog ponašanja po njega samog?

A kakve po djevojku?
- › Što bi se dogodilo da Andrej nije popustio pod pritiskompritiskom? Kako bi ga njegovi prijatelji tretirali?
- › Što je s Andrejom, što mislite kako bi se on osjećao?

5. Podsjetite sudionike na razgovor o Prikazu slučaja br. 3 iz aktivnosti – Što je nasilje? Ako je potrebno ili ukoliko o toj studiji slučaja nije prethodno raspravljano, pročitajte studiju slučaja naglas. Postavite sljedeća pitanja sudionicima:
   - › Je li priča realistična?
   - › Koliko se razlikuje od Andrejeve priče? Koliko joj je slična?
   - › Može li se ona također smatrati nasiljem? Zašto da ili zašto ne?
   - › Može li se seksualno nasilje dogoditi i u odnosima u kojima je par ranije imao spolne odnose? Zašto da ili zašto ne?
   - › Što je pristanak na spolne odnose? (Napomena: Pristanak je kad se dvoje ljudi svjesno i spremno dogovore za spolne odnose. To je neophodno za svaki seksualni kontakt. Činjenica da je par ranije imao spolne odnose NIJE dovoljan pristanak za buduće odnose. Ako se sila, prijetnja silom ili bilo kakva vrsta emocionalne prisile koriste za pridobijanje za spolne odnose, to se NE smatra pristankom.)
   - › Kakav je odnos između prisatanka i moći u odnosima?
   - › Može li se seksualno nasilje dogoditi u bračnim vezama? Zašto da ili zašto ne?

6. Nakon rasprave o ove dvije priče, zaključite radionicu koristeći sljedeća pitanja.

Pitanja za raspravu:

1. Koje su posljedice seksualnog nasilja?

2. Može li seksualno nasilje biti počinjeno nad muškarcima? Koje vrste? Kako muškarci generalno reagiraju?

3. Kako možete pomoći u sprječavanju situacija seksualnog nasilja u vašim vlastitim odnosima? U vašoj zajednici?

ZAKLJUČAK:

Za mnoge mlade ljude, pritisak vršnjaka ili osjećaj kako moraju imati spolne odnose te na taj način dokazati svoju zrelost može ih potaknuti na promatranje svojih partnera kao seksualnih objekata. Ovakvi stavovi mogu dovesti do situacija u kojima mladići mogu ne poštuju želje žena i koriste emocionalnu i/ili fizičku prisilu kako bi dobili ono što žele. Ovako gledano, seksualno nasilje, kao što je slučaj i s ostalim vrstama nasilja, može biti shvaćeno kao rezultat toga da jedna osoba ima moć nad drugom. Kao mladoj osobi, važno je razmišljati o tome kako promovirati zdravije i ugodnije dobrovoljne spolne odnose u svojim životima, kao i o tome kako podići razinu svijesti među ostalim mladima o tome što je seksualno nasilje. Iznad svega, bitno je da svi mladići razumiju jedno - kad djevojka kaže "ne”, ona upravo to i misli.

DODATNA GRAĐA:

ANDREJEVA PRIČA

Andrej ima 18 godina i voli se družiti s velikom skupinom prijatelja iz škole. Vrlo je popularan među svojim vršnjacima, a svi oni vole izlaziti i zabavljati se. Grupa se često zabavlja u Josipovoj kući, s mnogo glazbe i piva. bio je još jedan tulum. Tamo je bilo mnogo ljudi koje je Andrej znao. Kasnio je, a čim je stigao, prišao mu je Josip:

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

Andrej: Stani, čovječe…

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

Andrej je mogao vidjeti djevojku kako se srušila u naslonjač. Sigurno je popila previše, mislio je. Međutim, kako su ga prijatelji pritiskali, Andrej je otišao do Adrijane.

Andrej: Pozdrav, slatkice… To sam ja, Andrej. Idemo na neko mirnije mjesto. Andrej joj je pomogao ustati – djevojka je bila toliko pijana da je bila u polusnu, skoro se onesvijestila. I pored toga, prijatelji su ga bodrili dok ju je vodio na kat u Josipovu sobu.

Radionica 11:
Moć i odnosi

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

POTREBNI MATERIJAL:
Nije potreban

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

TIJEK:

Prvi dio – Aktivnost "odraz u ogledalu"

1. Zamolite sudionike da ustanu i podijele se u parove. Svaki par potom treba odlučiti tko će od njih biti "osoba", a tko "odraz". Objasnite kako unutar svakog para, "odraz" mora oponašati svaki pokret "osobe". Dajte im dvije-tri minute za ovaj zadatak.

2. Zamolite svaki par da zamijeni uloge i ponove proces.

3. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli razgovor o tome što se dogodilo:
   - Kako ste se osjećali kada ste bili "osoba"?
   - Kako ste se osjećali kada ste bili "odraz"?
   - Postoje li u vašem životu trenuci kada se osjećate kao kada ste bili u ulozi "osobe"? Kada?
   - Postoje li u vašem životu trenuci kada se osjećate kao kada ste bili u ulozi "odraza"? Kada?

Drugi dio – Moć u odnosima

1. Dajte parovima sudionika zadatak da napišu kratki igrokaz koji oslikava dinamiku moći koja postoji u sljedećim odnosima. Voditelj bi trebao dodati i bilo koji drugi tip odnosa relevantan za lokalno okružje i iskustva ljudi.
   - Učitelj/ica i učenik/ica
   - Roditelj i dijete
   - Muž i žena
   - Direktor i radnik

2. Poslije igrokaza, iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli raspravu.

Pitanja za raspravu:

1. Jesu li ovi igrokazi realistični?

2. Jeste li se u vašem svakodnevnom životu susreli s korištenjem moći na negativan način? Tko ju je koristio? Nad kime? Zašto?

3. U vašem svakodnevnom životu koristite li vi svoju moć na negativan način? Prema kome? Zašto?

4. Zbog čega ljudi tretiraju jedni druge na takav način?

5. Kakve su posljedice odnosa u kojem jedna osoba može tretirati drugu osobu kao "predmet"?

6. Na koji način društvo/kultura održava ili podržava ove vrste odnosa u kojima neki ljudi imaju veću moć nad drugim ljudima?

7. Postoje li razlike u moći i odnosima među mladima?

8. Kako vam ova aktivnost može pomoći u razmišljanju o vašim vlastitim odnosima ili nekim promjenama u njima?

Zaključak:

Postoji mnogo različitih tipova odnosa u kojima jedna osoba može imati više moći nad drugom osobom. Kao što ćete i sami imati priliku komunicirati kroz mnoge druge aktivnosti u ovom priručniku, neravnomjerna raspodjela moći između muškaraca i žena u intimnim odnosima može imati ozbiljne posljedice za rizik od spolno prenosivih bolesti, HIV-a, AIDS-a i neplanirane trudnoće. Na primjer, žene često nemaju moć reći hoće li se, kako i kada dogoditi spolni odnos, uključujući i to hoće li biti korišten prezervativ, upravo zbog dugogodišnjeg uvjerenja kako bi, kada je riječ o spolnom odnosu, muškarci trebali biti aktivni, a žene pasivne (ili žene "duguju" spolni odnos muškarcima). U drugim slučajevima, žene koje su financijski ovisne o svom muškom partneru mogu osjećati nedovoljnu moć za izricanje "ne" spolnom odnosu. U slučajevima međugeneracijskog spolnog odnosa, starosne i klasne razlike između muškaraca i žena mogu stvoriti još nejednakije odnose moći koji zauzvrat mogu dovesti do rizičnih situacija.

Postoje i drugi primjeri odnosa moći u vašim životima i zajednicama. Razmislite o odnosima između mladih i odraslih, učenika i nastavnika, radnika i direktora. Ponekad neravnoteža moći u ovim vezama može dovesti do situacije u kojoj jedna osoba tretira drugu osobu kao predmet. Za raspravu o rodu i vezama između muškaraca i žena, važno je zapamtiti povezanost između toga kako se možete osjećati podčinjenima u vašim vezama i kako, suprotno tome, možete tretirati druge, uključujući žene, kao „predmete“. Razmišljanje o toj povezanosti može motivirati na izgradnju pravednijih veza s drugim muškarcima i ženama, u vašim domovima i zajednicama.

Foto ©Branko Birač

Godina 2:

Nasilje je OUT!

Prvo polugodište:
Od nasilja do mirne
mirnog suživota

Radionica 12:
Od nasilja do poštovanja u intimnim vezama

CILJ:
Razgovarati o uporabi nasilja u intimnim odnosima i kako stvoriti intimne odnose zasnovane na poštovanju.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, markeri i samoljepljiva traka

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Važno je shvatiti kako mladi mogu osjetiti neku vrstu bespomoćnosti u reagiranju na nasilje koje čine druge osobe. Mnogi vjeruju kako se ne bi trebali miješati u stvari drugih ljudi. Kroz ovu aktivnost, bitno je istražiti bespomoćnost koju mnogi mladi mogu osjećati kada prisustvuju situaciji u kojoj druga osoba vrši nasilje u obitelji.

U ovoj aktivnosti koristi se igra uloga sa ženskim likovima. Ako radite sa skupinom sastavljenom samo od muškaraca, nekima od njih može biti neugodno glumiti ženski lik. Potaknite skupinu da bude fleksibilna. Ako nijedan od mladića ne želi glumiti ženski lik, možete ih zamoliti da opišu scene koristeći slike ili priče.

TIJEK:

1. Objasnite sudionicima kako je cilj ove aktivnosti razgovarati i analizirati razne vrste nasilja koje nekad koristimo u našim intimnim odnosima te o načinima pokazivanja i doživljavanja intimnih odnosa zasnovanih na poštovanju.

2. Podijelite sudionike u male skupine i zamolite ih da osmisle kratki igrokaz.

3. Neka dvije skupine prezentiraju jedan intimni odnos – momak/djevojka ili muž/žena – koja pokazuje scene nasilja. Podsjetite sudionike na raspravu iz aktivnosti Što je nasilje i naglasite da nasilje opisano u igrokazima može biti fizičko, ali i ne mora. Tražite od njih da pokušaju biti realistični koristeći primjere osoba ili incidenata kojima su oni svjedočili ili o kojima su čuli u svojim zajednicama.

4. Neka i ostale skupine također predstave jednu intimnu vezu. Međutim, ta veza mora biti zasnovana na uzajamnom poštovanju. Mogu postojati sukobi ili razlike u mišljenju među sudionicima, ali bi prezentacija trebala pokazati kako poštovanje izgleda u jednom odnosu i ne bi trebalo uključivati nasilje.

5. Dajte skupinama od 15 do 20 minuta za pisanje priče i igrokaza. Recite kako igrokazi ne bi trebali biti duži od pet minuta.

6. Neka skupine prezentiraju svoje igrokaze. Nakon svakog igrokaza, drugi sudionici postavljaju pitanja o igrokazu.

7. Nakon što sve skupine prezentiraju svoje igrokaze, otvorite raspravu koristeći sljedeća pitanja.

Pitanja za raspravu:

1. Jesu li primjeri nasilja u igrokazima bili realistični? Viđate li slične situacije u vašoj zajednici?

2. Koja su obilježja nasilnog odnosa?

3. Što mislite, što su uzroci nasilja u intimnim odnosima?

4. U igrokazima koji opisuju nasilje, kako su se likovi mogli drugačije ponašati?

5. Vrše li samo muškarci nasilje nad ženama ili i žene vrše nasilje nad muškarcima? Kako su nasilne? Kako bi muškarci trebali reagirati na ovo nasilje?

6. Kada vidite parove koji vrše nasilje, što obično radite? Što biste mogli učiniti? Gdje možete otići zatražiti pomoć?

7. Kakvu ulogu alkohol i ostale droge imaju u intimnim odnosima?

8. Koje su posljedice nasilja u intimnim odnosima?

9. Kakav je odgovor društva/zajednice na nasilje u vezama?

10. Kako izgleda zdrav intimni odnos? Vidimo li primjere odnosa utemeljenih na poštovanju u našim obiteljima i zajednicama?

11. Što pojedinačno možemo učiniti kako bi stvorili zdrave intimne odnose?

12. Što možemo učiniti kao zajednica?

Zaključak:

Sukobi se javljaju u svim odnosima. Način na koji se nosite s konfliktom je ono što pravi razliku. Učenje o tome kako zastati i razmisliti o svojim osjećajima i izraziti se na miran i miroljubiv način važan je dio izgradnje zdravog odnosa i odnosa utemeljenog na poštovanju.

Veza

Aktivnost **"Izražavanje vlastitih osjećaja"** pruža mladima priliku za propitivanje toga koliko im je lako ili teško iskazati ljutnju i druge emocije, kao i za razmišljanje kako ovo utječe na njih i njihove veze.

U aktivnosti **"Hoću, neću, hoću, neću"** mladi mogu vježbati kako riješiti nesporazume u intimnim odnosima. Ova aktivnost napisana je u obliku pregovora o apstinenciji ili spolnom odnosu, ali se može prilagoditi za druge situacije, npr. istraživanje o tome kako se nositi s razlikama u mišljenju ili željama koje se mogu pojaviti u kontekstu jednog odnosa.

Radionica 13:
Muškarci i nasilje[37]

CILJ:
Osvrnuti se na to što su sudionici naučili o rodu, maskulinitetu i nasilju i razgovarati o vizijama i mogućnostima za promjenu.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart, markeri, samoljepljivi papirići (stickeri), dvostrana samoljepljiva traka

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

TIJEK:

Dio 1

1. Objasnite cilj aktivnosti i započnite raspravu sa sudionicima koristeći sljedeća pitanja:
   - Što ste naučili o maskulinitetu i nasilju tijekom proteklih nekoliko tjedana?
   - Koje biste aspekte ideja koje društvo ima o maskulinitetu željeli zadržati ili pojačati? Zašto? Koje aspekte biste željeli promijeniti? Zašto? Napravite zabilješke o odgovorima sudionika na flipchartu.

Dio 2

2. Podijelite sudionike u male skupine, a svaka skupina treba nacrtati dva crteža ili slike. Prvi bi trebao prikazivati kako obitelji, škole i druge društvene institucije trenutno podržavaju (ili ne podržavaju) dečke u rješavanju problema povezanih s krutim normama maskuliniteta i nasilja. Drugi bi trebao prikazivati kako se dečki nadaju da će ih obitelji, škole i druge društvene institucije podržavati u rješavanju ovih problema za pet godina od sada.

3. Zamolite svaku skupinu da ukratko predstavi svoje crteže ostatku skupine i objasni svoje sadašnje i buduće vizije podrške dečkima u rješavanju pitanja krutih normi maskuliniteta i nasilja.

4. Na flipchart papiru napravite dva stupca: jedan označite s "čimbenici podrške", a drugi s "potencijalne prepreke".

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

5. Zamolite sudionike da kroz aktivnost razmjene ideja sastave popis elemenata podrške koji će promovirati potrebne promjene i zapišite ih u odgovarajući stupac. Potrudite se da daju odgovarajuće objašnjenje svakog čimbenika.

6. Zamolite sudionike da provedu aktivnost razmjene ideja o potencijalnim preprekama i zapišite ih u odgovarajući stupac. Potrudite se da daju odgovarajuće objašnjenje svake potencijalne prepreke.

Dio 3

7. Ponovno podijelite sudionike u skupine i zamolite ih da osmisle strategije i rješenja koje oni sami mogu pokrenuti kako bi ostvarili vizije koje su postavili za pet godina od sada. Dajte skupinama 15 minuta za izvršenje zadatka, postavljajući im sljedeća pitanja kako biste im pomogli usmjeriti svoju raspravu:
   - Koje su tri konkretne stvari koje mladići mogu učiniti kako bi doprinijeli toj promjeni?
   - Na koji način udruge mladih mogu dati podršku mladićima u ostvarivanju i održavanju ove promjene?
   - Pored udruga mladih, koji će pojedinci i organizacije u vašoj zajednici biti najvažniji za ostvarivanje i održavanje ove promjene?

8. Neka skupine predstave svoje odgovore.

9. Sažmite aktivnost identifikacijom i razmatranjem sličnosti i razlika u odgovoru skupina.

ZAKLJUČAK:

Postoji mnogo različitih tipova odnosa u kojima jedna osoba može imati više moći nad drugom osobom. Kao što ćete i sami imati priliku raspravljati kroz mnoge druge aktivnosti u ovom priručniku, neravnomjerna raspodjela moći između muškaraca i žena u intimnim odnosima može imati ozbiljne posljedice za rizik od spolno prenosivih bolesti, HIV-a, AIDS-a i neplanirane trudnoće. Na primjer, žene često nemaju moć reći hoće li se, kako i kada dogoditi spolni odnos, uključujući i to hoće li biti korišten prezervativ, upravo zbog dugogodišnjeg uvjerenja kako bi, kada je riječ o spolnom odnosu, muškarci trebali biti aktivni, a žene pasivne (ili žene „duguju“ spolni odnos muškarcima). U drugim slučajevima, žene koje su financijski ovisne o svom muškom partneru mogu osjećati nedovoljnu moć za reći „ne“ spolnom odnosu. U slučajevima međugeneracijskog spolnog odnosa, starosne i klasne razlike između muškaraca i žena mogu još više stvoriti nejednake odnose moći koji zauzvrat mogu dovesti do rizičnih situacija.

Postoje i drugi primjeri odnosa moći u vašim životima i zajednicama. Razmislite o odnosima između mladih i odraslih, učenika i nastavnika, radnika i direktora. Ponekad, neravnoteža moći u ovim vezama može dovesti do toga da jedna osoba tretira drugu osobu kao predmet. Dok razgovarate o rodu i vezama između muškaraca i žena, važno je zapamtiti povezanost između toga kako se vi možete osjećati potčinjenima u nekim od vaših veza i kako vi zauzvrat možete tretirati druge, uključujući žene, kao „predmete“. Razmišljanje o toj povezanosti može pomoći u vašoj motivaciji za gradnju pravednijeg odnosa s drugim muškarcima i ženama u vašim domovima i zajednicama.

Radionica 14:
Zdravi i nezdravi intimni odnosi[38]

CILJ:
Identificirati karakteristike zdravog odnosa.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, markeri, škare, ljepilo i preslike Dodatne građe.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Mogu postojati različita mišljenja o tome što se sve može nazvati zdravim ili nezdravim odnosom. Prije početka aktivnosti voditelj bi trebao raditi sa skupinom kako bi došli do neke vrste konsenzusa.

TIJEK:

1. Na flipchart papiru nacrtajte dva stupca. Jedan označite sa "zdravi odnosi", a drugi sa "nezdravi odnosi".

2. Podijelite sudionike u tri ili četiri manje skupine i dajte svakoj skupini preslik presliku Dodatne građe – Zdravi i nezdravi intimni odnosi.

3. Zamolite svaku skupinu da izreže, razvrsta i zalijepi situacije u intimnim odnosima ili ispod stupca "zdravi odnosi" ili ispod stupca "nezdravi odnosi". Dajte skupinama 15 minuta za izradu zadatka. Recite skupini da, ukoliko to vrijeme dozvoli, mogu koristiti prazna polja na dnu Dodatne građe za osmišljavanje svojih vlastitih scenarija te ih klasificirati kao zdrave ili kao nezdrave.

4. Pregledajte Situacije u intimnim odnosima i zamolite svaku skupinu da objasni zašto su određene situacije okarakterizirali kao "zdrave" ili "nezdrave".

5. Iskoristite sljedeća pitanja za sažetak rasprave.

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

Pitanja za raspravu:

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

Zaključak:

Zdrav odnos zasniva se na obostranom poštovanju i oslobođen je fizičke i emotivne manipulacije, kontrole ili zlouporabe. Važno je znati što cijenite u romantičnim odnosima i znati kako biti asertivan (suprotno agresivnom ili dominantnom), kao i kako slušati druge. Sve što se događa u vezi, bilo da je riječ o izboru što raditi na izlasku ili u koju vrstu fizičkih odnosa se upuštati ili ne upuštati, stvar je obostranog razgovora, poštovanja i pristanka.

Foto ©Branko Birač

DODATNA GRAĐA A

Situacije u intimnim odnosima

Dogovorili ste neke planove s vašim partnerom, ali on/ona otkaže u posljednji trenutak jer misli da vaši planovi ne bi bili jako zabavni.	Kaže joj da je glupa ---- tijekom jedne rasprave.	Naizmjenično birate glazbu koju ćete slušati ili televizijske emisije koje ćete gledati.	Vaš partner je kritičan prema vašim prijateljima.
Zgrabi ju za ruku za vrijeme jedne rasprave.	On vozi brzo, a ona kaže kako se zbog toga osjeća neugodno. Usporava i ispričava joj se zbog toga.	Govori svojim prijateljima kako je "dobio" od nje prošlu noć, a u stvari su samo razgovarali.	Vrši pritisak na nju da imaju spolni odnos.
Zgrabi ju za ruku za vrijeme jedne rasprave.	Čak i ako imate različita uvjerenja i stavove, možete poštovati uzajamne stavove.	Misli kako ona želi spolni odnos ako je obučena u kratku majicu i mini suknju.	Kada jedno od vas ima dobru vijest, zajedno to proslavite.
Ne želi da on izlazi sa svojim prijateljima. Kaže kako mu ne može vjerovati čim joj nestane iz vidokruga.	Zajednički dijelite račun za večeru i ulaznice za kino.	Kada izlaze zajedno, on uvijek pogledava druge žene. Ponekad daje komentare o tome kako su one "dobre".	Naljutite se zbog nečega, ali uvijek razgovarate o tome i saslušate mišljenje svakog od vas.
Kad god ona ima poteškoća u čitanju karte, on koluta očima i kaže: "Oh, pretpostavljam kako je djevojkama urođena lišenost bilo kakvog osjećaja za prostor".	On ju zove sljedećeg dana, nakon važnog izlaska, kako bi joj zahvalio za odličan provod te večeri, s nadom da se ona dobro naspavala.	Odlučuje ga prevariti kako bi ga učinila ljubomornim.	Vara ga. On joj napravi modricu na oku.
Idu na kampiranje, a prije nego što krenu, prave listu stvari koje su im potrebne, idu u kupovinu i zajedno se spremaju.	Govori mu kako bi mu dobrodošla pomoć u izboru odjeće. Također mu govori da bi se mogao bolje ljubiti.	Kada sazna za njegovu prevaru, on kaže da je bio pijan i samim time to nije bila njegova krivica.	Vrši pritisak na nju i traži dozvolu kako bi ju mogao slikati golu. Planira fotografije staviti na internet, govoreći joj "O draga, ti jednostavno izgledaš tako dobro i ja želim da te čitav svijet vidi".
Noć uoči važnog eseja, on zahtijeva od nje pisanje eseja za njega jer on sam nije imao vremena.	Oni se povjeravaju jedno drugom kada prolaze kroz težak period kod kuće ili u školi.	Smatra kako uvijek mora biti jak u njenom prisustvu.	Kada je ljuta na njega, on pažljivo sluša što ona govori.

Radionica 15:
Agresivni, pasivni ili asertivni[39]

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

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, markeri, i kopije Dodatne građe A i B.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Prije početka radionice, preporučuje se da voditelj/ka prođe kroz ovu aktivnost samostalno i razmisli o načinu na koji on ili ona izražava vlastite emocije.

TIJEK:

1. Pregledajte primjere različitih tipova komunikacije predstavljene u Dodatnoj građi A. Obvezno pregledajte definicije termina agresivno, pasivno i asertivno i koncepte komunikatora, primatelja i promatrača.

2. Podijelite sudionike u tri skupine i podijelite im primjerke Dodatne građe B.

3. Recite skupinama da popune Dodatnu građu B, bilo bilo korištenjem neposrednih primjera iz svojih života ili stvarajući izmišljene scenarije. Dajte skupinama 15 minuta za izradu zadatka.

4. Zamolite skupine da izaberu jedan od svojih primjera koji će predstaviti drugim skupinama u obliku igrokaza. U svakoj skupini, jedan sudionik/ca preuzet će ulogu Komunikatora, jedan će biti Slušatelj, a ostali će biti Promatrači. Dajte skupinama 10 minuta da uvežbaju svoje igrokaze.

5. Nakon predstavljanja igrokaza, započnite raspravu koristeći sljedeća pitanja.

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

Pitanja za raspravu:

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

Zaključak:

Asertivnost je umijeće jasnog prezentiranja vaših misli i osjećaja uz obostrano poštovanje koje se ne koristi krivnjom, ne narušava prava drugih niti se koristi emocionalnim ucjenjivanjem. S druge strane, agresivno ponašanje može ušutjeti ljude. Važno je znati kako prepoznati i kako se snaći u situacijama kada je ponašanje u romantičnim odnosima i međuljudskim odnosima nezdravo.

Korelacija

Aktivnost **"Što radim kad sam ljut/a?"** može pomoći sudionicima u razmišljanju o tome kako prepoznati kad su ljuti i kako bi to moglo utjecati na način njihove komunikacije.

Ova aktivnost može se povezati s aktivnošću **"Zdravi i nezdravi intimni odnosi"** i s raspravom o tome koji tipovi komunikacije doprinose zdravim ili nezdravim odnosima.

DODATNA GRAĐA A

TIP KOMUNIKACIJE	SCENARIJ	KAKO SE KOMUNIKATOR PONAŠA?	KAKO SE PRIMATELJ PONAŠA?	ŠTO PROMATRAČ MOŽE URADITI/ REĆI?
ASERTIVAN/NA Asertivno: skloni hrabro ili s dosta samopouzdanja iskazivati svoja mišljenja i osjećaje	Ravnatelj škole (Komunikator) govorio mi je (Primatelj) u hodniku kako sam dobro napravio/la svoj projekt iz kemije.	Odnosi se prema meni s poštovanjem. Priznaje moj naporni rad. Obratio je pozornost na ono što sam govorio/la i na ono što se sad događalo u hodniku.	Sretan. Želi reći ravnatelju koliko voli sate kemije i kako jednog dana želi studirati kemiju.	Sluša. Ne prekida. Ponudi riječi ohrabrenja Primatelju.
AGRESIVAN/NA Agresivno: skloni i spremni pokazivati neprijateljsko, snažno ili destruktivno ponašanje	Goran i Sanja u vezi su oko tri mjeseca. Goran se naljuti kada Sanja mora na sat bez njega i misli kako drugi dečki žele biti s njom. Jednog dana, Sanja dolazi do svog ormara s Damirom. Goran (stojeći prekriženih ruku i ljutitog glasa) kaže "Što zapravo vas dvoje mislite da radite?"	Ponaša se nadmoćno i upravljački. Misli da posjeduje Sanju. Ne vjeruje i ne poštuje Sanju.	Uplašena, nesigurna. Ušutkana. Ljuta. Uhvaćena nespremna. Nesigurna u ono što bi rekla, ali želi ga zaustaviti kako ne bi napravio “scenu“.	Procijeni je li sigurno suprotstaviti se Goranu. Suprotstaviti se Goranu koristeći "ja" izjave, poput "ja mislim da se loše odnosiš prema Sanji". Za vrijeme ili poslije incidenta, reći Sanji i Damiru kako smatra da se Goran prema njima ponašao agresivno.
PASIVAN/NA Pasivan/na: primanje ili podnošenje nečega bez aktivnog, otvorenog ili neposrednog učešća	Fatima (Komunikator) je član odbora za školski godišnjak. Ona uvijek radi na projektima nakon nastave i za vrijeme svake stanke za ručak. Ivana se nudi za pomoć jer zna kako bi i ona trebala raditi na tom projektu s Fatimom. Međutim, Fatima se drži povučeno i samo slieže ramenima kad Ivana razgovara s njom o tome.	Nejasna, nesigurna u sebe, čini se pomalo stidljivom. Ivana se stoga osjeća kao da mora pogađati što Fatimi treba.	Nije sigurna što Fatima želi. Ivana traži pojašnjenje, ali Fatima to nerado čini. Sve to frustrira Ivanu i ona želi skratiti razgovor. Ivana osjeća kako Fatima nije mjerodavna.	Sluša. Pokuša pogoditi u čemu bi mogao biti problem. Kaže Fatimi kako ne mora sve to raditi sama.

DODATNA GRAĐA B

TIP KOMUNIKACIJE	SCENARIJ	KAKO SE PONAŠA KOMUNIKATOR?	KAKO SE PONAŠA PRIMATELJ?	ŠTO PROMATRAČ MOŽE UČINITI/REĆI?
ASERTIVAN/NA				
AGRESIVAN/NA				
PASIVAN/NA				

Radionica 16:
Vještine pregovaranja[40]

CILJ:
Razgovarati i uvježbavati vještine pregovaranja i sposobnosti rješavanja sukoba.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart, papir, olovke, samoljepljiva traka i dovoljan broj primjeraka Dodatne građe za svakog sudionika

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

Prvi dio

1. Prije početka radionice, pripremite dva flipchart papira s podacima iz Dodatne građe.

2. Provedite aktivnost razmjene ideja sa sudionicima o uobičajenim scenarijima scenama sukoba s kojima se suočavaju u svojim vezama i zajednici. Potaknite sudionike na razmišljanje o različitim vrstama odnosa, npr. djevojka/dečko, roditelj/dijete, direktor/djelatnik i susjedi.

3. Podijelite sudionike u manje skupine i svakoj skupini dodijelite jedan od prikaza sukoba.

4. Pregledajte flipchart s naslovom "Načini rješavanja konflikata" i objasnite kako bi svaka skupina trebala napisati kratki igrokaz te pokazati kako bi se sukob mogao riješiti koristeći se jednom od metoda navedenih na flipchartu.

5. Neka skupine prezentiraju svoje igrokaze i na taj način identificiraju različite metode rješavanja sukoba.

6. Započnite raspravu o prednostima i nedostacima različitih metoda.

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

Drugi dio

1. Pregledajte flipchart s naslovom "Četiri koraka uspješnog pregovaranja s pozitivnim ishodom za obje strane (Win-Win)".
2. Neka se sudionici vrate u svoje skupine i razgovaraju o nekom primjeru pregovaranja s pozitivnim ishodom za obje strane (Win-Win) te osmisle igru uloga i predstave je.
3. Neka skupine prezentiraju igre uloga.
4. Iskoristite sljedeća pitanja za sažetak radionice.

PITANJA ZA RASPRAVU:

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

ZAKLJUČAK:

Pregovaranje je životna stvarnost, ali ono nije uvijek lako. Učenje i uvježbavanje vještina pregovaranja može vam pomoći u rješavanju sukoba u različitim područjima vašeg života i izgradnji zdravijih i pravednijih odnosa.

KORELACIJA

Aktivnost "**Što radim kad sam ljut/a?**" može pomoći sudionicima prilikom razmišljanja o tome kako prepoznati kada su ljuti i kako bi to moglo utjecati na način njihove komunikacije.

DODATNA GRAĐA:

Načini rješavanja sukoba (prvi dio)

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

Četiri koraka uspješnog pregovaranja s pozitivnim ishodom za obje strane (Win-Win) – (drugi dio)

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

Radionica 17:
Razbijanje tišine i traženje pomoći

CILJ:
Razgovarati o kulturi šutnje koja postoji u situacijama nasilja u obitelji i intimnim odnosima i razmisliti o tome što djevojke mogu učiniti kada se one ili netko koga one znaju nađe u nasilnoj vezi.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir i markeri.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Kao i kod drugih aktivnosti o nasilju, važno je istražiti postojeću podršku u zajednici, poput mjesta gdje bi se žene mogle obratiti za pomoć u slučaju iskustva s nasiljem u vezi. Ova lista trebala bi obuhvatiti bolnice, klinike i skupine za podršku koje se konkretno bave pitanjem rodno uvjetovanog nasilja ili nasilja u obitelji, preporučene socijalne radnike, psihologe, itd. i bilo koje druge raspoložive resurse. Ako je moguće, kreirajte letak u kojem su navedeni ovi resursi i podijelite ga sudionicima na kraju aktivnosti. Tijekom aktivnosti, obratite pozornost na reakcije sudionika i je li nekome možda potrebna posebna pažnja zbog teme o kojoj se govori.

TIJEK:

1. Pregledajte sa sudionicima neke od znakova upozorenja koji pokazuju nečiji nasilni ili potencijalno nasilni odnos (pogledajte uvodni dio, ako je potrebno).

2. Neka sudionici zamisle neku osobu koja doživljava nasilje u intimnom odnosu ili u njegovoj/njenoj obitelji i razmišlja o razgovoru s nekim o tome. Neka razmisle o sumnjama ili zabrinutostima koje bi ova osoba mogla imati zbog "razbijanja tišine."

   Neka zamisle izazove dopiranja do nekoga tko doživljava nasilje i pružanja podrške toj osobi. Neka razmisle o sumnjama ili zabrinutostima koje bi netko mogao imati u vezi s dopiranjem do te osobe i pružanjem podrške toj osobi, bilo da se radi o prijatelju, članu obitelji, radnom kolegi ili susjedu.

3. Otvorite raspravu koristeći sljedeća pitanja.

4. Nakon rasprave, skupine neka nabroji sve resurse u zajednici dostupne ženama koje su u nasilnoj vezi. Možete postaviti pitanje: "Ukoliko je vaša prijateljica u nasilnoj vezi, što biste joj preporučili, kome ili gdje se treba obratiti za pomoć? Dok sudionici navode imena resursa, zapisujte ih na

ploči. Voditelj bi trebao spomenuti mjesta gdje se djevojke mogu obratiti za pomoć i podijeliti letke koji sadrže ove lokacije.

5. Koristite pitanja ispod kako bi započeli raspravu o teškoćama razgovora o nasilju i mogućim rješenjima.

MOGUĆNOST: *Za skupine koje imaju više vremena i koje mogu dublje ući u temu, koristite Dodatnu građu. Pročitajte "Tabelu s činjenicama" kao uvod, a zatim im dajte otiskane preslike "testa" o tome nalaze li se u nasilnoj vezi kojeg bi trebali popuniti nasamo. Kasnije nastavite s raspravom ostatka tabele s činjenicama. Ovo je izuzetno osjetljiva vježba, stoga jedna od mogućnosti može biti ne popunjavati test, već ga koristiti kao smjernicu za raspravu o tome koji su znakovi nasilne veze.*

Pitanja za raspravu:

- Zašto ponekad žene ne žele govoriti o nasilju u svojim životima?
- Smatra li se prihvatljivim da žena napusti svog nasilnog muža? Je li to lako?
- Zašto bi netko ostao u nasilnoj vezi? Jesu li ti razlozi različiti za djevojke i odrasle žene? Utječe li ekonomska ovisnost na to može li žena ostati u nasilnoj vezi? Kako?
- Generalno, kad ste nasilni ili kada doživljavate nasilje, razgovarate li o tome? Prijavljujete li to? Razgovarate li o tome kako se osjećate? Ako ne, zašto ne?
- Mislite li da se muškarci u nasilnim vezama suočavaju sa sličnim izazovima? Zašto da ili zašto ne?
- Kakav je osjećaj kada znate prijatelja ili nekog poznanika koji doživljava nasilje? Kako možete spomenuti nasilje, ako ste zabrinuti za prijatelja?
- Kako možete pružiti podršku prijatelju koji doživljava nasilje ili agresiju?
- Koje korake bi netko tko je u nasilnoj vezi mogao poduzeti za svoju zaštitu?
- Koje korake može prijatelj ili netko drugi poduzeti kao pomoć nekome tko je u nasilnoj vezi?
- Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što se može primijeniti u vašem životu i vezama?

Zaključak:

Ženama koje trpe nasilje može biti vrlo teško govoriti o tome i tražiti pomoć. Neke žene možda strahuju kako će se njihov partner osvetiti ako zatraže pomoć ili pokušaju otići. Druge možda osjećaju obavezu ostanka u nasilnoj vezi, posebice ako su u braku i/ili ako su uključena djeca. Za neke žene, ekonomske posljedice napuštanja intimnog muškog partnera nadmašuju emocionalne ili tjelesne patnje. Sve u svemu, postoje različiti čimbenici koji utječu na odgovor žene na nasilje. Važno je ne osuđivati žene koje ne napuštaju veze u kojima doživljavaju nasilje, već razmisliti o tome kako možete pomoći ovim ženama, kao i muškarcima, kako bi shvatili posljedice nasilja i važnost stvaranja zajednica u kojima žene mogu živjeti svoje živote bez nasilja.

Tabela s činjenicama:

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

Različiti su oblici nasilja. Ne morate imati slomljenu ruku ili modricu kao znak zlostavljanja. Pogledajte sljedeće i označite ono što se odnosi na vašu vezu:

- Ponekad se plašim osobe s kojom sam u vezi.
- Pristajanje na nešto samo zato što sam se bojao/la ili mi je bilo neprijatno reći ne.
- Opravdavanje sebi ili drugima ponašanje vašeg partnera kada se loše ponaša prema vama.
- Privlači vas vaš partner kada on/ona vrši nasilje prema drugima.
- Zadobijanje fizičkog bola/povrede (udaranje/šutanje nogama ili šamaranje/udaranje otvorenim dlanom)
- Partner navaljuje ili vas prisiljava na spolni odnos, ali vi niste voljni/spremni.
- Pokušava vas navesti na osjećaj krivnje govoreći: "Ukoliko me stvarno voliš, ti ćeš ..."
- Pristajanje na spolne odnose samo kako vas partner ne bi ostavio.
- Traži od vas opravdanje za sve što radite, gdje idete i svaku osobu s kojom se sastajete.
- Bez razloga vas optužuje za očijukanje s drugima ili prevaru.
- Dovodi vas u nezgodnu situaciju, omalovažava i ismijava pred drugima.
- Ljudi kojima vjerujete kažu kako su zabrinuti za vas otkako ste u vezi.
- Uzima drogu/alkohol i prisiljava i vas na isto.
- Okrivljuje vas ako se ne ponaša dobro prema vama i kaže kako ste vi za to krivi.

Što činiti ako je vaš prijatelj/prijateljica u nasilnoj vezi

- Nemojte ignorirati problem i pretvarati se da se ništa ne događa.
- Recite da to nije njena/njegova krivnja.
- Recite da je nasilje kazneno djelo.
- Recite da on/ona to nije zaslužio/la.
- Poslušajte što on/ona ima reći bez optuživanja ili osuđivanja.
- Javno pokažite kako vjerujete svom prijatelju/prijateljici i pružite mu/joj podršku.
- Recite lijepe stvari o njemu/njoj kao osobi.
- Neka on/ona zna da ste tu, ako želi razgovarati o tome, i kako ste zabrinuti za njega/nju.
- Nemojte širiti priču – to može dovesti tu osobu u opasnost.
- Ne pokušavajte ju prisiliti na činjenje nečega što ne želi – to neće biti uspješno ako to nije njihova odluka.
- Nemojte kriviti osobu zato što doživljava zlostavljanje ili za odluke koje donosi – prekidanje veze je teško i za to je potrebno dosta vremena.
- Provjerite je li potrebna medicinska pomoć - osoba možda nije svjesna ozbiljnosti povrede.
- Pomozite mu/joj doći do informacija o nasilju i potražiti pomoć.
- Pružite mu/joj podršku u traženju profesionalne pomoći i ponudite svoju prisutnost u tim situacijama.
- Ohrabrite nju/njega za traženje pomoći i podrške – od prijatelja, obitelji i/ili stručnjaka i institucija ...
- Pomozite mu/joj da shvati koje mogućnosti ima.
- Dobro je obratiti se svom nastavniku/profesoru, pedagogu/psihologu ili bilo kojoj drugoj odrasloj osobi u koju imate povjerenje.

KAKO MUŠKARAC OSTVARUJE DUGOROČNO NASILJE NAD ŽENAMA?

IZOLACIJA

Nasilan muškarac različitim metodama izolira ženu od obitelji, prijatelja, vanjskog svijeta... Izolacija ima mnogo oblika: isključivanje telefona, zaključavanje, vrijeđanje njenih prijatelja, oduzimanje dokumenata...

TRENUCI "NJEŽNOSTI"

Muškarac koji zlostavlja ženu u nekim je trenucima ljubazan i nježan, sve do sljedećeg čina nasilja. On joj kupuje cvijeće, parfeme, idu u šetnju, kupuje poklone djeci, ljubi je... Ova pozitivna ponašanja i obećanja ženi daju nadu za promjenu. Kako vrijeme prolazi, ti trenuci.

POTPUNA KONTROLA

Cilj nasilnika je kontrola žene. Nasilnik je obično kontrolor koji odlučuje u svim situacijama koje se odnose na život žene. On odlučuje što ona treba učiniti, kada i što govoriti, što treba misliti, kada telefonirati, koliko novca joj je potrebno. Ova kontrola je ono što on predstavlja kao svoju ljubav i brigu za nju.

ZASTRAŠIVANJE

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

ZAŠTO ŽENA OSTAJE SA SVOJIM NASILNIM PARTNEROM?

- zato što ju nitko ne podržava
- zato što joj nitko ne vzato štouje
- zato što ju drugi okrivljuju zbog toga
- zato što zakonske procedure traju predugo
- zato što se boji svog nasilnog partnera
- zato što nema dovoljno prihoda
- zato što nema gdje otići
- zato što ima djecu
- zato što se boji da će joj uzeti djecu
- zato što se srami onoga što će ljudi misliti
- zato što ju emocionalno ovisna o partneru
- zato što brine o nasilniku
- zato što vzato štouje u poboljšanje

RAD I ULOGA ZAJEDNICE

DJEVOJKE I RAD

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

Značaj zapošljavanja djevojaka

Prelazak mlade osobe u zrelo doba uglavnom je prelazak iz stanja ovisnosti u neovisnost (Curtain, 2001.). Plaćeno zaposlenje mladima pomaže u stjecanju samostalnosti i kontrolu nad svojim životima i odlukama (PC i ICRW 2000. godine; Mensch et al., 1999.). Plaćeno zaposlenje može promovirati i nečije samopoštovanje i društveni status, kao i razviti stručne i osobne vještine važne za više zadovoljavajuću i produktivniju adolescenciju i zrelo doba. Plaćeno zaposlenje djevojkama predstavlja mogućnost odvajanja od tradicionalnih uloga supruga i domaćica, što im omogućava razvoj identiteta izvan onih supruge ili djeteta (Mensch et al., 1999.). Osim toga, sredstva za neovisnu egzistenciju često su važan element pregovaračke moći žena u braku i , kao i odluka odnose na planiranje obitelji (ibid., 1999.). Povijesno promatrano, diskurs povezan s mladima i zapošljavanjem fokusirao se na zabrinutosti u pogledu dječjeg rada. Od ranih 1900-ih, međunarodna zajednica pristala je na niz konvencija za ograničavanje dječjeg rada. Godine 1973., međunarodnim sporazumima je ustanovljeno da bi minimalna radna dob trebala biti ista starosna dob kada se završi minimalno potrebno školovanje (oko 15 godina starosti u većini zemljama). Osobama mlađima od 18 godina ne bi trebalo biti dozvoljeno raditi u odjelima koji ugrožavaju njihovo zdravlje, sigurnost ili moral. Pored ovih konvencija, UNICEF i Međunarodna organizacija rada usvojili su dodatne propise za zaštitu mladih na radnom mjestu, zauzimajući snažan stav o "najgorim oblicima dječjeg rada" uz poziv za posebnu zaštitu djevojčica. Iako su sve ove mjere imale dobre namjere, one su imale neke štetne sporedne učinke. Povećani propisi doveli su do toga da u mnogim područjima odbijaju zaposliti mlade koji žele ili moraju raditi. Shodno tome, radna mjesta koja mladi uspijevaju naći češće su izvan zakona, što povećava vjerojatnost da će biti izloženi opasnim situacijama na poslu, gdje su njihova prava i dobrobit ugroženi.

Radionica 18:
Što radim kad sam ljut/a?

CILJ:
Pomoći sudionicima da razmisle o tome kako prepoznati kada su ljuti i kako izraziti svoju ljutnju na konstruktivan, nenasilan način.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, olovke, samoljepljiva traka i dovoljan broj preslika Dodatne građe za svakog sudionika.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

1. Počnite aktivnost s kratkim uvodom u temu, kao na primjer:
   Mnogi adolescenti miješaju ljutnju i nasilje misleći da su to iste stvari. Trebalo bi naglasiti kako je ljutnja emocija, prirodna i normalna emocija koju svako ljudsko biće osjeti u nekom trenutku svog života. Nasilje je način izražavanja ljutnje, odnosno, to je oblik ponašanja kojim se može izraziti ljutnja. Međutim, postoje mnogi drugi načini za izražavanje ljutnje – bolji i pozitivniji načini – od nasilja. Ako naučimo iskazati svoju ljutnju kad je osjetimo, to može biti bolje nego zadržati je duboko u sebi, jer mnogo puta kada dozvolimo nagomilavanje ljutnje u nama, u nama, skloni smo jednostavno eksplodirati.

2. Objasnite skupini da je svrha ove aktivnosti razgovor o tome kako mladi izražavaju ljutnju.

3. Podijelite preslike Dodatne građe. Pročitajte svako pitanje i neka sudionici odgovore na pitanja pojedinačno. Dajte im dvije ili tri minute za svako pitanje. Za skupine koje su slabije pismene, pročitajte pitanja naglas, a sudionici neka razgovaraju u parovima ili naprave sliku.

4. Nakon što popune dobivenu Dodatnu građu, podijelite sudionike u male skupine od po četvero ili petero sudionika. Neka podijele svoje odgovore jedni s drugima. Dajte 20 minuta za ovaj rad u skupinama.

5. Dok su sudionici još u malim skupinama, podijelite komadiće flipchart papira svakoj skupini i zamolite ih da naprave listu:
   › Negativnih načina reagiranja kada smo ljuti
   › Pozitivnih načina reagiranja kada smo ljuti

6. Dajte skupinama 15 minuta za kreiranje liste, a onda zamolite svaku skupinu da predstavi svoje odgovore ostalima.

7. Vrlo je vjerojatno da će na listi "Pozitivnih načina" sudionici navesti: (1.) udahni duboko ili broji do deset i (2.) koristi riječi za iskazivanje osjećaja bez vrijeđanja. Važno je istaknuti kako "udahni duboko" ne znači izaći van, uskočiti u automobil (ako je takav slučaj) i brzo voziti, izlažući se riziku odlaska u bar i opijanja. Ako gore navedene predložene taktike ovdje nisu ni na jednoj prezentiranoj listi, objasnite ih skupini.

   Ukratko: Udahnuti duboko znači povući se iz situacije sukoba i ljutnje, udaljiti se od osobe prema kojoj osjećamo ljutnju. Netko može brojati do deset, udahnuti duboko, prošetati okolo ili baviti se nekom drugom vrstom fizičke aktivnosti, nastojeći ohladiti se i malo smiriti. Uopćeno, važno je da osoba koja je ljuta objasni drugoj osobi kako će duboko udahnuti zato što je ljut, nešto poput: "Dosta mi je tebe i stvarno moram udahnuti svjež zrak. Moram nešto učiniti, prošetati, kako se ne bih osjećao nasilnim ili počeo vikati. Kad se ohladim, smireniji sam i onda možemo razgovarati o svemu".

   Drugi primjer za strategiju suočavanja s ljutnjom je pokušaj izražavanja svojih osjećaja ne vrijeđajući druge. Ovo podrazumijeva objašnjavanje zašto ste uznemireni i na koji način planirate riješiti ovu situaciju, bez napadanja i vrijeđanja drugih. Dajte primjer skupini: Ako vaša djevojka kasni na sastanak, mogli biste reagirati vičući: "Ti si bezobrazna, uvijek je isto, ja stojim ovdje čekajući te".

   ILI biste mogli iskazati ljutnju na način da nikoga ne vrijeđate

   primjer: Vidi, ljut sam na tebe jer kasniš. Sljedeći put, ako misliš da nećeš stići na vrijeme, samo mi javi – nazovi me, pošalji SMS – umjesto da me ostavljaš čekati.

8. Razgovarajte o sljedećim pitanjima.

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

Pitanja za raspravu:

1. Općenito govoreći, je li muškarcima teško izraziti ljutnju bez korištenja nasilja? Zašto?

2. Što je s djevojkama? Iskazuju li one ljutnju jednako lako?

3. Tko su naši uzori za učenje, kako izraziti svoje emocije, uključujući i ljutnju?

4. Često znamo kako izbjeći sukob ili tuču, bez korištenja nasilja, ali ne postupamo tako. Zašto?

5. Je li moguće "udahnuti malo svježeg zraka" kako bi se smanjio broj sukoba? Imate li iskustva s korištenjem ove strategije? Kako je to prošlo?

6. Je li moguće "koristiti riječi bez vrijeđanja"?

7. Što ste naučili iz ove aktivnosti? Kako ovo možete primijeniti u svojim životima i vezama?

ZAKLJUČAK:

Ljutnja je normalna emocija koju svako ljudsko biće osjeća u nekom trenutku svog života. Problem je, međutim, u tome što neki ljudi mogu pomiješati ljutnju i nasilje, misleći kako su to iste stvari i misleći da je nasilje prihvatljiv način izražavanja ljutnje. Ipak, postoji mnogo drugih načina izražavanja ljutnje – produktivnijih i pozitivnijih načina – nego što je to nasilje. Ako naučimo izraziti svoju ljutnju kad je osjetimo, to može biti bolje nego zadržati je duboko u sebi, jer, mnogo puta, kada dopustimo da se ljutnja nagomila u nama, skloni smo jednostavno eksplodirati.

DODATNA GRAĐA:

Tabela za razmišljanje: Što radim kad sam ljut/a?

1. Razmislite o situaciji koja vam se nedavno dogodila kada ste bili ljuti. Što se dogodilo? Ukratko opišite tu situaciju (jedna ili dvije rečenice):

2. Sada, razmišljajući o toj situaciji, pokušajte se sjetiti što ste mislili i osjećali. Pokušajte ovdje navesti jedan ili dva osjećaja koja ste osjetili:

3. Vrlo često, kada osjetimo ljutnju, reagiramo nasilno. Ovo se čak može dogoditi i prije nego što shvatimo da smo ljuti. Neki ljudi reagiraju odmah, vičući, bacajući stvari na pod, udarajući nešto ili nekoga. Ponekad čak možemo postati depresivni, tihi i introspektivni. Razmišljajući o situaciji kada ste bili ljuti, kako ste pokazali tu ljutnju? Kako ste se ponašali? (Napišite rečenicu ili nekoliko riječi o tome kako ste reagirali, što ste učinili ili kako ste se ponašali.)

Godina 2:

Nasilje je “OUT”!

Drugo polugodište:
Droge/alkohol i
donošenje odluka

Uvod: DROGE

Jedan od glavnih mitova o drogama je da je upotreba droga fenomen koji postoji odnedavno. Međutim, droge se koriste već stoljećima, u različitim društvenim i religijskim kontekstima, iako su se norme o njihovoj uporabi značajno promijenile. Na primjer, mnoge droge koje su danas zabranjene bile su u nekom trenutku dozvoljene za uporabu. Isto tako, neke droge koje se danas slobodno konzumiraju, bile su zabranjene u nekom drugom vremenu ili su i dalje zabranjene u nekim kulturama i sredinama. Zabrana ili liberalizacija droga u različitim trenucima kroz povijest često je bila vođena političko-ekonomskim motivima nego brigom o zdravlju. U stvari, još jedan veliki mit povezan s drogom je da samo ilegalne droge uzrokuju zdravstvene probleme. Kada ljudi pomisle na droge, oni uglavnom misle na marihuanu, kokain i crack, ili drugim riječima, nedozvoljene supstance. Međutim, droge se mogu naći u ormarićima za lijekove, hladnjacima, barovima, supermarketima i na zabavama, u obliku napitaka (alkohol, kava, coca-cola, itd), cigareta i lijekova na recept. Ove supstance, koje su dozvoljene i dio su naših svakodnevnih života, također mogu prouzročititi zdravstvene probleme kada se koriste u velikim količinama ili nepravilno.

Definicije droga

Droga se može definirati kao bilo koja supstanca koja može proizvesti promjene u funkcioniranju živih organizama, bilo da se radi o fiziološkim promjenama ili promjenama u ponašanju. Postoje različite kategorije droga. Psihoaktivne droge mogu promijeniti raspoloženje, percepciju, osjećaje i ponašanje osobe, ovisno o vrsti droge, konzumiranoj količini, fizičkih i psiholoških karakteristika korisnika i konteksta i očekivanja u vezi s uporabom. Psihoaktivne droge mogu se klasificirati u tri skupine, prema njihovom utjecaju na moždanu aktivnost. Droge koji smanjuju aktivnost mozga se nazivaju depresivi. One uključuju alkohol, tablete za spavanje i neke inhalante. One droge koje ubrzavaju aktivnost pojedinih dijelova mozga nazivaju se stimulansi. Primjeri uključuju lijekove za kontrolu apetita, kokain i kofein. Također, postoje i droge koje mogu promijeniti način na koji se doživljava stvarnost. One se nazivaju halucinogeni ili psihodelične droge i uključuju ecstasy, LSD i THC (aktivni sastojak u marihuani). Droge se mogu klasificirati prema svom zakonskom statusu, to jest, jesu li dozvoljene (legalne) ili nedozvoljene (ilegalne). Droge čija je proizvodnja i prodaja dozvoljena su legalne droge. Na primjer, alkohol i duhan se smatraju legalnim drogama u većini zemalja iako često postoje ograničenja u pogledu uzrasta u vezi s njihovom prodajom i korištenjem. Nedozvoljene droge, s druge strane, su one droge čija je proizvodnja i/ili uporaba zabranjena zakonom. U mnogim zemljama, kokain, marihuana, ecstasy i heroin smatraju se nedozvoljenim drogama. Kao što je navedeno, kriteriji koji se koriste kako bi se utvrdilo

treba li neka droga biti dozvoljena ili nedozvoljena često nadilaze pitanje brige za zdravlje i prelaze u sferu političkih, ekonomskih, kulturoloških i moralnih pitanja. U stvari, u nekim slučajevima, štetne posljedice neke droge po zdravlje ili nepostojanje tih droga nisu u korelaciji s tim je li ta droga dozvoljena ili nedozvoljena. Na primjer, duhan je legaliziran u obliku cigareta i cigara, usprkos dokazima da uzrokuje značajnu štetu. Cannabis sativa ili marihuana zabranjena je u većini zemalja, uprkos značajnoj primjeni u medicini (npr. liječenje pacijenata s kroničnim bolestima) i industriji (npr. proizvodnja papira i tekstila). Još jedan način klasifikacije droga temelji se na njihovom podrijetlu i dijeli droge na prirodne droge, polusintetičke i sintetičke droge. Kao što ime sugerira, prirodne droge se izvlače iz biljaka ili povrća (npr. kokain, marihuana), sintetičke se proizvode u laboratorijima iz drugih sintetičkih droga (također poznate kao klupske droge; ova kategorija uključuje metamfetamine)), a polusintetičke droge proizvode se u laboratorijama od povrća (npr. heroin).

Droge, zadovoljstvo i prevencija

Pojedinci svih uzrasta, socioekonomskih klasa, kultura i razina obrazovanja koriste različite droge s različitim motivima. Društvene norme o tome kako muškarci i žene trebaju izgledati i ponašati se često predstavljaju osnovu njihove uporabe droga, uključujući i vrstu droge. Na primjer, mnoge žene se odlučuju za korištenje lijekova za mršavljenje kao odgovor na "kult savršenog ženskog tijela", koji se promovira i naglašava u ženskim časopisima i medijima (Nappo 2006.). Neki muškarci, s druge strane, koriste steroide kako bi postigli mišićav ili "nabildan" stas koji se obično povezuje s "muževnošću". Postoji opći strah da, ako govorimo o drogama, naročito s adolescentima i mladima, potičemo njihovu radoznalost za korištenje droga. Međutim, mladi su već izloženi porukama o alkoholu i drugim drogama na dnevnoj bazi i ove poruke često zanemaruju ili umanjuju negativne učinke korištenja. Na primjer, pojedinci koji piju alkohol u filmovima, TV emisijama i medijskim reklamama često su prikazani kao sofisticirani, popularni i izgledaju zdravo. S druge strane, postoji i uvjerenje da, ako mlade informiramo o drogama i negativnim posljedicama korištenja droga, oni će ih izbjegavati. Međutim, pokazalo se da ni tišina o tom pitanju, ni same informacije, nisu dovoljne za sprječavanje korištenja ili zlouporabe droga. Ono što je potrebno su preventivne aktivnosti koje pomažu mladima prepoznati i nadilaziti emocionalne, obiteljske i društvene konflikte i te pronaći načine uživanja u životu koji ne uključuju uporabu supstanci. Imajući to na umu, droge često pružaju neposredan izvor zadovoljstva ili olakšanja, bilo onog emocionalnog ili tjelesnog, i stoga nije realno očekivati da će svi odlučiti i u potpunosti se uzdržavati od korištenja droga ili će biti u stanju to učiniti. U tom smislu, obrazovni napori trebali bi uključiti rasprave o smanjenju štete koja se odnosi na korištenje droga. Unositi velike količine vode prilikom konzumiranja alkohola, ne voziti u pijanom stanju i uvijek koristiti igle za jednokratnu uporabu prilikom ubrizgavanja droga - sve su to strategije koje mogu umanjiti negativne posljedice korištenja droga. Na kraju krajeva, rad na prevenciji i obrazovanju u vezi s drogama zahtijeva neosuđujući pristup u kojem se mladi i drugi mogu osjećati ugodno dijeleći svoja mišljenja i iskustva. Također, od koristi kao preventivne aktivnosti mogu biti i šire rasprave o sukobu između slobode izbora korištenja droga i posljedica korištenja droga, što se ne odnosi samo na pojedinca već i na partnere, obitelj i zajednicu (npr. nasilje u čitavoj zajednici u vezi s trgovinom drogom, prometnim nezgodama u svezi s uporabom droge). Na široj razini, neophodno je zagovarati prijatne i zdrave alternative uporabi droga, uključujući i provođenje slobodnog vremena i mogućnosti za rad, što može osnažiti mlade ljude da kreiraju vlastite životne stilove i promoviraju vlastiti zdravi razvoj.

Radionica 19:
Šta su droge?

CILJ:
Razgovarati o različitim tipovima droga koje postoje te kako na njih gleda i kako ih koristi društvo, posebno mladi.

POTREBNI MATERIJAL:
Četiri flipchart papira, samoljepljiva traka i markeri

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Kao voditelj, važno je pobrinuti se da komunikacija na ovu temu bude otvorena. Dečki će nesumnjivo imati kritike na hipokritične stavove nekih odraslih ljudi, kao i kritike na mnoge politike i zakone povezane s korištenjem supstancija.

TIJEK:

1. Prije početka radionice, zapišite svako od sljedećih pitanja na poseban flipchart papir:
   - Na što pomislite kada čujete riječ "droge"?
   - Tko koristi droge?
   - Koji su primjeri droga i gdje su one dostupne?
   - Koji se rizici vežu za uzimanje droga?

2. Postavite ova četiri flipchart papira u različite dijelove sobe.

3. Na početku radionice podijelite sudionike u četiri skupine.

4. Svakoj skupini dodijelite jedno od četiri pitanja. Svaka skupina ima po 10 minuta za razgovor o postavljenom pitanju i zapisivanje odgovora na flipchart papir. Za manje pismene skupine, pročitajte pitanja naglas, a sudionici neka međusobno porazgovaraju.

5. Nakon 10 minuta neka se sve skupine smjenjuju u smjeru kazaljke na satu. Dajte im još 10 minuta za razgovor o novom pitanju tijekom kojih zapisuju svoje odgovore.

6. Ponovite korake 4 i 5 dok sve skupine ne dobiju priliku za razgovor i dok ne odgovore na sva četiri pitanja.

7. Čitajte naglas i napravite sažetak odgovora na flipchart papirima. Ukoliko skupine nisu zapisale svoje odgovore, zamolite ih neka s ostatkom skupine podijele ono o čemu su razgovarali.

8. Koristite sljedeća pitanja za početak rasprave o različitim vrstama droga i različitim načinima njihove uporabe među mladima.

Pitanja za raspravu:

1. Imaju li sve skupine iste ideje o tome što su droge, tko ih koristi i o rizicima rizicima njihova korištenja? (pregledati sadržaj Dodatne građe sa skupinom)

2. Imaju li ljudi u vašoj zajednici lak pristup alkoholu i cigaretama? (Je li to zabranjeno maloljetnicima ispod 18 godina starosti? Provode li se ovi zakoni?)

3. Imaju li ljudi lak pristup drugim vrstama droga?

4. Što po vama određuje je li droga legalna (dozvoljena) ili zabranjena (nedozvoljena)?

5. Jesu li reklame za cigarete i alkohol dozvoljene u novinama, časopisima ili na televiziji? Kako ove reklame pokušavaju promovirati uporabu tih supstanci? Što mislite o tome?

6. Kako medijske reklame prikazuju žene koje koriste njihove proizvode? Kako medijske reklame prikazuju muškarce koji koriste njihove proizvode? Smatrate li ove prikaze točnima? Kako medijske reklame utječu na stavove žena i muškaraca o cigaretama i alkoholu?

7. Postoje li, tamo gdje vi živite, kampanje koje pokušavaju smanjiti uporabu droga? Što mislite o ovakvim kampanjama?

8. Na koji biste način vi omogućili ljudima u vašoj zajednici dobivanje točnih informacija o posljedicama uporabe droga?

9. Oblikuju li i koliko često vršnjaci naš stav prema drogama?

10. Koliko često vršnjaci ohrabruju uporabu određenih supstanci?

11. Potiču li društvene norme uporabu određenih droga ili supstanci?

12. Možemo li reći da određeni da neki mladići misle kako će ih korištenje određenih supstanci učiniti "superiornim muškarcima" u odnosu na one koji se suprotstavljaju njihovoj uporabi?

Zaključak:

Droge dotiču živote mnogih žena i muškaraca. Postoji mnogo različitih vrsta droga. Neke su zakonite, neke nisu, neke češće koriste muškarci, neke žene itd. Važno je razmišljati o različitim osobnim i socijalnim pritiscima koji mogu navesti djevojke i mladiće na uporabu različitih vrsta droga i biti svjestan posljedica koje uporaba droga može imati na individualne živote, veze i zajednice. U sljedećoj aktivnosti, malo detaljnije ćemo progovoriti o nekima od ovih posljedica.

DODATNA GRAĐA:

Šta su droge? [41]

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

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

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

c) Halucinogeni: modificiraju moždanu aktivnost, mijenjajući način na koji se doživljava stvarnost, vrijeme, prostor te vizualni i auditorni stimulansi. Primjeri uključuju ecstasy i LSD.

DEPRESIVI	OSJEĆAJI KOJE UZROKUJU	UČINCI KOJE MOGU PROIZVESTI
TRANKVILIZATORI (SREDSTVA ZA SMIRENJE)	oslobađaju od napetosti i anksioznosti, opuštaju mišiće i izazivaju san	U velikim dozama mogu izazvati pad krvnog tlaka; u kombinaciji s alkoholom, dovode u stanje kome; u trudnoći povećavaju rizik od deformacije fetusa. Stvaraju toleranciju zahtijevajući povećanu dozu.
RASTVARAČI ILI INHALANTI (LJEPILO, BENZIN, KOREKTOR)	euforija, halucinacije, uzbuđenje	Mučnina, pad krvnog tlaka: opetovano korištenje može uništiti neurone i prouzrokovati povrede slezene, bubrega, jetre i perifernih živaca.
SIRUPI ZA KAŠALJ I KAPI S KODEINOM I ZIPEPROLOM	oslobađanje od bola, osjećaj blagostanja, pospanost, osjećaj lebdenja	Pad krvnog tlaka i temperature; rizik od kome, grčevi, stvara toleranciju zahtijevajući povećanu dozu, pri odvikavanju ovisnici iskuse grčeve i nesanicu.
SEDATIVI	otklanjaju napetost, stvaraju osjećaj smirenosti i relaksacije.	Zajedno s alkoholom, uzrokuju pad krvnog tlaka i otkucaje srca, što može dovesti do smrti. Stvaraju toleranciju zahtijevajući porast doze i ovisnost.
OPIJUM, MORFIJ, HEROIN	pospanost, oslobađanje od bola, stanje lijenosti, izolacija od realnosti, osjećaj budnog sanjarenja, halucinacije	Izazivaju ovisnost, smanjuju ritam otkucaja srca i disanja i mogu dovesti do smrti; kolektivna uporaba šprica širi AIDS; teško odvikavanje.
ALKOHOL	euforija, slobodan govor, osjećaj anestezije	Blaga drhtavica i mučnina, povraćanje, znojenje, glavobolje, vrtoglavica, grčevi, agresivnost i suicidalne tendencije.

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

STIMULANSI	OSJEĆAJI KOJE UZROKUJU	UČINCI KOJE MOGU PROIZVESTI
AMFETAMINI	opiranje snu i umor, tahikardija, osjećaj "ushićenosti", puno energije	Tahikardija i porast krvnog tlaka, proširenje zjenica, opasnost za vozače, visoka doza može uzrokovati delirij proganjanja i paranoju.
KOKAIN	osjećaj moći, sjajniji doživljaj svijeta, euforija, gubitak apetita, san i umor	U velikim dozama izaziva porast temperature, grčeve i oštru tahikardiju koja može dovesti do zastoja srca.
CRACK	osjećaj moći, sjajniji doživljaj svijeta, euforija, gubitak apetita, san i umor	U velikim dozama uzrokuje porast temperature, grčeve i oštru tahikardiju koja može dovesti do zastoja srca, izaziva jaku fizičku ovisnost i velik stupanj smrtnosti.
DUHAN (CIGARETE)	stimulirajući, osjećaj zadovoljstva	Smanjuje apetit, može dovesti do kroničnog stanja anemije. Pogoršava oboljenja kao što je bronhitis i može ometati spolni učinak. Kod trudnica povećava rizik od pobačaja. Povezan s 30% svih vrsta tumora.
KOFEIN	opiranje snu, umor	Pretjerana doza može uzrokovati trbušne probleme i nesanicu.

HALUCINOGENI	OSJEĆAJI KOJE PROUZROKUJU	UČINCI KOJE MOGU PROIZVESTI
MARIHUANA	smirenost, opuštenost, želja za smijehom	Trenutni gubitak pamćenja, neke osobe mogu imati halucinacije, opetovana neprekidna može utjecati na rad pluća i proizvodnju (privremeno) spermija; gubitak volje.
LSD	halucinacije, iskrivljenost percepcije, stapanje osjećaja (čini se kao da zvuci postižu oblike)	Stanje anksioznosti i panike, delirij, grčevi, rizik od ovisnosti.
ANTIKOLINERGICI (BILJKE KAO LJILJAN I NEKI LIJEKOVI)	halucinacije	Loši „tripovi“: tahikardija, proširenje zjenica, zatvor i porast temperature mogu dovesti do grčeva.
ECSTASY (MDMA)	halucinacije, iskrivljenost percepcije, stapanje osjećaja (čini se kao da zvuci postižu oblike), stimulant	Loši „tripovi“: sa stanjem anksioznosti i panike, delirijem, grčevima; rizik od ovisnosti.

Radionica 20:
Droge u našim životima i zajednicama

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

POTREBNI MATERIJAL:
Preslike prikaza slučajeva iz Dodatne građe A

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Pregledajte prikaze slučajeva iz Dodatne građe A i napravite sve neophodne izmjene ili prilagođavanja lokalnom kontekstu. Ako ovi slučajevi nisu primjenjivi, trebalo bi napraviti nove koji su primjereniji realnosti i iskustvima sudionika. **Ukoliko je moguće, pozovite na ovu radionicu stručnjake za droge. ili nekog stručnjaka o drogama.**

TIJEK:

1. Podijelite sudionike u četiri manje skupine. Dajte svakoj skupini presliku jednog slučaja iz Dodatne građe A. Svaka skupina trebala bi razmotriti i analizirati analizirati slučaj i i smisliti mogući zaključak. Za manje pismene skupine možete, situacije možete pročitati naglas.

2. Dajte skupinama 10 minuta za razgovor o slučaju.

3. Neka skupine prezentiraju slučajeve i završetke koje su osmislili. Ove prezentacije mogu se održati u obliku priče ili igrokaza. Skupine bi u svojim prezentacijama trebale dati odgovore na sljedeća pitanja:

   - Je li ovo realna situacija? Zašto da ili zašto ne?
   - Koji su čimbenici utjecali na odluku glavnog lika da uzme drogu?
   - Koje su moguće posljedice s kojima bi se glavni lik mogao suočiti (vidjeti Dodatnu građu B)
   - Koje su druge mogućnosti imali na raspolaganju? (osim uzimanja droga)

4. Nakon prezentacije slučajeva, iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli raspravu o različitim kontekstima u kojima mladi upotrebljavaju droge i posljedicama uporabe istih.

Pitanja za raspravu:

1. Koji su najčešći razlozi zbog kojih muškarci upotrebljavaju droge? Jesu li oni drugačiji od najčešćih razloga zbog kojih žene upotrebljavaju droge? Na koji način?

2. Postoje li različiti stupnjevi ili razine do kojih pojedinci koriste drogu? Koji su to različiti stupnjevi? (vidjeti Dodatnu građu C).

3. Koje su kulturološke norme u povezane s uporabom alkohola u vašoj zajednici/državi?

4. Kakav utjecaj alkohol i druge supstance imaju na donošenje odluka i ponašanje povezano sa spolnim odnosom? (vidjeti Dodatnu građu C)

5. Kako konzumacija alkohola ili korištenje drugih supstanci može nekoga učiniti podložnijim neželjenoj trudnoći i i spolno prenosivim bolestima, uključujući, HIV i AIDS?

6. Kako konzumacija droga utječe na odnose među ljudima? Obitelji? Zajednice?

7. Kakve mjere vi možete poduzeti ukoliko vaš prijatelj opetovano prekomjerno konzumira alkohol ili koristi druge supstance? (Provedite aktivnost razmjene ideja sa sudionicima, a potom koristite Dodatnu građu D kako bi proširili/dopunili njihove ideje.)

8. Kako možemo osmisliti druge oblike zabave i društvenih aktivnosti tamo gdje alkohol i druge supstance nisu najvažnije stvari?

Zaključak:

Teško je generalizirati motive koji osobu vode k uzimanju droga. Svaka osoba ima svoje motive i ponekad ti motivi nisu jasni ni samom pojedincu. U većini slučajeva mogu postojati brojni čimbenici, a ne samo jedan, koji pojedinca vode ka konzumaciji droga, na primjer: znatiželja, vršnjački pritisak, želja za zaboravljanjem problema, pokušaj svladanja stidljivosti ili nesigurnosti, nezadovoljstvo vlastitim tjelesnim izgledom itd. Dečki često uzimaju alkohol u većoj mjeri od djevojaka, zato što vjeruju da im alkohol pomaže u dokazivanju muškosti ili im pomaže bolje uklapanje u skupinu muških vršnjaka. Potrebno je ispitati norme povezane s uporabom alkohola i razmisliti o tome kako vi i drugi možete osmisliti i drugačije oblike opuštanja i zabave, a koji ne podrazumijevaju alkohol u središtu zbivanja. Važno je da obitelj, prijatelji i vršnjaci pruže svoju podršku, bez optužbi i osuđivanja. Trebali bi pomoći pojedincu u razmišljanju o štetnosti korištenja droga i prepozna zdrave alternative i, kada je to potrebno, potraži kompetentnu stručnu pomoć.

DODATNA GRAĐA A:

PRIKAZI SLUČAJEVA KORIŠTENJA DROGA

Prikaz slučaja br.1

Damir je tih dječak koji se voli družiti s prijateljima i igrati nogomet. U subotu su ga neki prijatelji pozvali u bar na druženje uz piće. Kada je došao tamo, osjećao se stidljivo i nesigurno i popustio je prijateljima koji su ga gnjavili i nagovarali da pije. Završio je popivši četiri boce piva u veoma kratkom vremenu.

Prikaz slučaja br.2

Ivan voli nogomet i pozvan je na međuškolsko natjecanje. Trenirao je naporno. Htijući što više poboljšati svoju igru, odlučio je uzeti steroide koje je njegov prijatelj kupio u teretani.

Prikaz slučaja br.3

Sara i Filip viđaju se već nekoliko mjeseci. Na Filipov rođendan, Sara je pripremila tulum iznenađenja za njega. Pozvala je sve njihove prijatelje, a starijeg brata poslala po pivo za tulum. Filip je zaista bio iznenađen. On i Sara puno su pili i plesali. Te noći su imali spolni odnos bez prezervativa.

Prikaz slučaja br.4

Novogodišnja je večer. Svi se zabavljaju i piju. Netko je donio ecstasy. Marijana, kao i većina njenih prijatelja na zabavi, misli: ""Što je loše u razbijanju atmosfere jednim ecstasyjem? Jedan ne može škoditi, zar ne?"

Prikaz slučaja br.5

Kruno je imao loš dan u školi, dobio je loše ocjene iz fizike i književnosti. Odlučio se opustiti u parku s prijateljima. Jedan od njegovih prijatelja donio je marihuanu. Kruno odlučuje probati travu kako bi se sam uvjerio pomaže li zaista trava pri opuštanju kao što svi govore.

Prikaz slučaja br.6

Petak je navečer i skupina prijatelja izlazi u klub sastati se s djevojkama koje im se sviđaju. Tulum je vrlo dobar, glazba odlična, a i djevojke su tu. Darko vidi kako neki od njegovih prijatelja uzimaju pilule i shvaća da se radi o ecstasyju. Jedna od djevojaka, Marija, dolazi do Darka i nudi mu malo. Darko odbija, ali Marija je uporna: "Uzmi malo, pomoći će ti da se opustiš i uživaš! Budi muško, ne plaši se!" Darko uzima pilulu i guta je.

DODATNA GRAĐA B:

DJELOVANJE RAZLIČITIH TVARI

ALKOHOL

U malim dozama, alkohol može stvoriti osjećaj opuštanja, smirenja, blagostanja, a ponekad čak i blage euforije. Kada se unosi u velikim količinama može uzrokovati gubitak motoričke koordinacije, mentalnu zbunjenost, pospanost i usporenije reflekse. Ovakav utjecaj alkohola može dovesti do uključivanja pojedinca u mnogobrojna visokorizična ponašanja, uključujući i spolni odnos bez zaštite, vožnju pod utjecajem alkohola i/ili nasilje. Kada se alkohol konzumira učestalo, postoji povećan rizik od ciroze, moždanih problema i drugih kroničnih problema.

Jedno piće može biti ugodno na sastanku, zabavi ili za vrijeme druženja s prijateljima. Jednim pićem[42] smatra se sljedeće: **jedna** konzerva piva (±300 ml) ili **jedna** čaša vina (120 ml) ili **jedna** čašica žestokog alkoholnog pića (36 ml). Generalno se smatra kako **dva pića** na dan za muškarce i jedno piće na dan za žene i starije osobe nisu štetni. Međutim, za neke ljude čak i male količine alkohola mogu biti izuzetno štetne. Općenito gledano, žene imaju manju toleranciju na alkohol nego muškarci, dijelom zato što imaju veći postotak masti i manji postotak vode u svojim tijelima nego muškarci, stoga će žena imati veći postotak alkohola u krvi nego muškarac iste težine koji je popio istu količinu alkohola. Nadalje, žene imaju nižu razinu enzima koji razgrađuju alkohol u želucu te tako apsorbiraju veću količinu alkohola nego muškarci koji popiju istu količinu alkohola.

Žene, pijući alkohol u trudnoći, riskiraju zdravlje svog nerođenog djeteta. Alkohol neometano prolazi kroz posteljicu, stvarajući razinu alkohola u fetusu gotovo isti kao onaj u majci. Bebe čije su majke često ili puno pile tijekom trudnoće mogu se roditi s ozbiljnim urođenim manama, uključujući nisku tjelesnu težinu prilikom poroda, fizičke deformacije, deformacije zglobova i udova, srčane mane, malformacije zglobova i udova, mentalnu retardaciju.

LIJEKOVI NA RECEPT

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

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

Sredstva za smirenje (trankvilizatori), poznata kao "smirivači", uzrokuju sporije funkcioniranje mozga (središnjeg živčanog sustava). Često se koriste u liječenju anksioznosti i poremećaja sna. Kako se tijelo navikava na njih, početni simptomi mogu nestati i korisnik može razviti toleranciju i ovisnost o toj supstanci. U kombinaciji s drugim drogama, kao što je alkohol – alkohol, trankvilizatori mogu imati intenzivnije sporedne učinke, koji zauzvrat mogu povećati zdravstvene rizike po zdravlje, kao što su respiratorna depresija ili srčani zastoj.

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

SHEMA RESURSA B:

MARIHUANA

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

KOKAIN

Istraživanja pokazuju da je uporaba kokaina mnogo manja nego uporaba nekih drugih droga kao što su alkohol ili duhan. Uporaba kokaina može dovesti do ovisnosti i može utjecati na mentalne i tjelesne sposobnosti. Psihičke posljedice uključuju euforiju, hiperaktivnost, vizualne i osjetne halucinacije te osjećaj proganjanja. Neke tjelesne posljedice su abnormalno visoki otkucaji srca, grčevi i hladnoća. Kokain je posebno štetan kada se uzima u kombinaciji s alkoholom. Kokain je također potiskivač (supresant) apetita, što je pojedine žene navelo na korištenje istog radi gubitka težine ili održavanja niske razine tjelesne težine.

Kokain može dovesti do oštećenja na tijelu u trenutku korištenja i nakon toga. Neki korisnici prijavljuju pojačanje spolne stimulacije na početku uporabe. Međutim, redovita uporaba može smanjiti seksualnu želju i izazvati impotenciju.

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

DODATNA GRAĐA B:

STEROIDI

Steroidi se najčešće koriste za ubrzavanje izgradnje mišića. Obično se uzimaju, u obliku tableta, ili se ubrizgavaju injekcijom. Steroidi su umjetna verzija "testosterona", hormona koji se prirodno proizvodi u tijelu. U nekim slučajevima, ljudi koriste steroide koji nisu namijenjeni ljudskoj upotrebi. Na primjer, postoje medicinska izvješća o mladima koji su koristili steroide namijenjene veterinarskoj uporabi s ciljem ubrzanog povećanja svoje mišićne mase.

Steroidi imaju čitav niz fizičkih posljedica. Mogu smanjiti funkciju imunološkog sustava, koji je obrambeni sustav organizma protiv bakterija. Također, mogu oštetiti jetru, uzrokovati karcinom i promijeniti normalnu hormonalnu funkciju, tj. izazvati prekid menstruacije kod žena te utjecati na rad hipotalamusa i reproduktivnih organa. Oni čak mogu izazvati i smrt. Steroidi mogu imati i emocionalno djelovanje kao što je izazivanje depresije ili razdražljivosti.

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

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

DUHAN[43]

Duhanski proizvodi su proizvodi napravljeni u potpunosti ili djelomično od lista duhana kao sirovine, namijenjeni za pušenje, sisanje, žvakanje ili šmrkanje. Svi sadrže nikotin, psihoaktivni sastojak koji izaziva visoku razinu ovisnosti. Uporaba duhana jedan je od glavnih čimbenika rizika za veliki broj kroničnih bolesti, uključujući rak, bolesti pluća i kardiovaskularne bolesti. U današnje vrijeme, duhan je odgovoran za smrt jednog od deset odraslih ljudi širom svijeta (oko pet milijuna smrtnih slučajeva svake godine). Usprkos tome, čest je u svijetu, iako brojne države imaju zakonske propise koji zabranjuju promidžbu duhana i reguliraju tko može kupiti i koristiti duhanske proizvode, kao i to gdje ljudi mogu slobodno pušiti.

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

DODATNA GRAĐA C:

TIPOVI KORISNIKA SUPSTANCI

Ujedinjeni narodi razlikuju četiri tipa korisnika supstanci:

Eksperimentalni korisnik - Ograničava se na eksperimentiranje s jednom ili nekoliko supstanci, iz različitih razloga, npr. znatiželja, želja za novim iskustvima, vršnjački pritisak, publicitet itd. U većini slučajeva, kontakt ne ide dalje od početnih eksperimenata.

Povremeni korisnik - Koristi jednu ili više supstanci povremeno, ukoliko je okružje pogodno, a supstanca dostupna. Ne postoji ovisnost ili kidanje emocionalnih, profesionalnih ili socijalnih veza i odnosa.

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

Ovisnik ili "disfunkcionalni" korisnik - Živi, gotovo isključivo, kroz uporabu i za uporabu supstance. Kao posljedica toga, sve društvene veze su pokidane, što dovodi do izolacije i marginalizacije.

Upotreba tvari i seksualno ponašanje

Mnogi ljudi vjeruju kako određene supstance mogu poboljšati seksualnu izvedbu ili zadovoljstvo. U stvarnosti, učinak uporabe supstanci varira od osobe do osobe, ovisno o mnogim čimbenicima, uključujući i: biološki (biološke aspekte ljudskog tijela), učestalost uporabe, sredinu i kulturu te psihološke aspekte. Veoma često, pozitivni učinci uporabe tvari tijekom spolnih odnosa imaju više su povezani s onime u što ljudi vjeruju da će se dogoditi, nego s njihovim farmakološkim svojstvima. Na primjer, suprotno onome što mnogi ljudi vjeruju, alkohol u početku umanjuje osjećaj straha, ali kao što je dramski pisac William Shakespeare jednom rekao: ”Alkohol izaziva želju, ali oduzima izvedbu”. Zapravo, može spriječiti erekciju. Na isti način, marihuana smanjuje proizvodnju muškog hormona testosterona i može privremeno dovesti do smanjenja proizvodnje sperme. Kokain smanjuje želju i uzbuđenje zato što su korisnici zainteresiraniji za uzimanje supstance nego za spolni odnos. Štoviše, kada ljudi uzimaju droge, teže je uspostaviti komunikaciju i pregovaranje tijekom spolnih odnosa, jer je osoba tada zabrinutija za vlastite trenutne vlastite nego za osjećaje njihovih partnera ili za moguće rizike od neželjene trudnoće, spolno prenosivih bolesti ili HIV-a i AIDS-a. Prema različitim istraživanjima, osoba koja je pod utjecajem bilo koje supstance neće biti u stanju koristiti prezervativ, jer je njegova ili njena sposobnost rasuđivanja i refleksa smanjena. Također je važno zapamtiti kako čak i rijetka ili povremena uporaba alkohola ili supstanci i dalje vodi pojedince u opasnost, jer dovoljan je samo jedan slučaj prekomjernog konzumiranja alkohola i spolni odnos bez zaštite da se dogodi neželjena trudnoća i/ili spolno prenosiva bolest / HIV i AIDS infekcija.

DODATNA GRAĐA D:

KAKO POMOĆI PRIJATELJU KOJI IMA PROBLEM S ALKOHOLOM ILI KORIŠTENJEM OPOJNIH TVARI

- Budite uz njih. Nemojte im okrenuti leđa.
- Saslušajte ih.
- Ne kritizirajte ih pred njima niti pred drugim ljudima.
- Predložite im što bi mogli učiniti, ali nemojte previše navaljivati s tim. Oni će morati donijeti vlastite odluke.
- Ukoliko žele, ponudite im zajednički odlazak po pomoć u odgovarajuće ustanove koje se bave problemom droga, kod liječnika ili savjetnika.
- Ohrabrite ih da budu pozitivni prema sebi.
- Ohrabrite ih neka da osjete da nisu bespomoćni , nego mogu učiniti nešto sa svojim problemima.
- Ohrabrite ih na traženje odgovarajućeg tretmana za rješavanje problema. Ponudite im pomoć u traženju klinike ili centra koji bi im mogli pomoći.

Postoje odrasle osobe od povjerenja s kojima osoba koja ima problem s alkoholom ili drogom može razgovarati s ciljem dobivanja pomoći i podrške. Ispod su navedeni neki primjeri takvih osoba:

- profesor, školski pedagog ili školski psiholog ili savjetnik
- liječnik, medicinska sestra ili savjetnik
- vjerski vođa
- lokalni vođa mladih
- lokalne nevladine organizacije
- roditelji, ujna/strina/tetka, ujak/stric/tetak ili bake i djedovi.

Radionica 21:
Zadovoljstva i rizici[44]

CILJ:
Razmisliti o rizicima povezanim s nekim stvarima koje nam pružaju zadovoljstvo i porazgovarati o strategijama za smanjivanje ovih rizika.

POTREBNI MATERIJAL:
Časopisi, novine, škare, ljepilo, flipchart papir

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Rasprava za ovu aktivnost, kao što je ovdje napisano, fokusirana je na rizike uporabe droga. Međutim, pitanja se lako mogu prilagoditi za raspravu o rizicima i zaštitnim čimbenicima u vezi s drugim stvarima, uključujući i spolni odnos.

TIJEK:

1. Podijelite sudionike u dvije do tri manje skupine.

2. Dajte svakoj skupini list flipchart papira i objasnite kako da trebaju napraviti kolaž stvari u kojima uživaju. To mogu učiniti pisanjem, crtanjem i/ili lijepljenjem slika koje izrezuju iz časopisa i novina.

3. Dajte skupinama 15 minuta za izradu kolaža.

4. Dajte svakoj skupini drugi list papira i objasnite im da ga moraju podijeliti na tri rubrike.. Neka napišu sljedeće riječi u zaglavlja rubrika: **Rizici/ Štetnosti; Zadovoljstva; Čimbenici zaštite.** Skupine bi u srednju rubriku trebale upisati do pet stvari u kojima uživaju. U lijevoj rubrici bi trebali opisati rizike/štetnosti u vezi s tim užitkom. U desnoj rubrici skupine trebale bi upisati čimbenike zaštite, tj. stvari koje oni mogu osigurati kako im to u čemu uživaju ne bi naškodilo ili stvari koje minimalizuju štetu. Vidjeti Dodatnu građu A za primjer kako organizirati i popuniti tabelu. Za manje pismene skupine, sudionici mogu koristiti crteže/kolaže za identifikaciju rizika/štetnosti i čimbenike zaštite povezane s užitkom koji su identificirali.

5. Dajte skupinama 20 minuta za ispunjavanje tabele.

6. Neka svaka skupina prezentira svoj kolaž i tabelu drugim skupinama.

7. Iskoristite sljedeća pitanja za razvijanje rasprave o užicima i smanjenju rizika i štetnosti.

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

Pitanja za raspravu:

1. Zašto je važno razmišljati o rizicima/štetnostima povezanim sa stvarima koje nam pružaju zadovoljstvo?

2. Zašto je važno razmišljati o čimbenicima zaštite povezanim sa stvarima koje nam pružaju zadovoljstvo?

3. Koja je veza između droga i zadovoljstva?

4. Koja je veza između droga i rizika/štetnosti?

5. Koja je veza između droga i čimbenika zaštite?

6. Kada bi ljudi trebali razmišljati o rizicima ili čimbenicima zaštite u vezi s danim zadovoljstvom? Kada bi TREBALO razmišljati o njima?

7. Rade li neki ljudi određene stvari zbog rizika koji su uključeni? (Povezati s prethodnim raspravama o tome kako je rizik svojstvo koje je često povezano s maskulinitetom i kako bi dečki mogli raditi neke stvari koje se smatraju rizičnim s ciljem dokazivanja "prave" muškosti.)

8. Jeste li čuli za smanjenje štetnosti? Što ste čuli? (Objasnite kako smanjenje štetnosti uključuje i usvajanje strategije za smanjenje štetnosti povezane s određenim ponašanjem. Za više informacija pogledajte Dodatnu građu B)

9. Kakve informacije i podršku, prema vašem mišljenju, mladi trebaju kako bi u vlastitim životima primjenjivali smanjenje rizika?

10. Kako možete potaknuti druge mlade u vašoj zajednici na razmišljanje o smanjenju rizika?

Zaključak:

Mnoge odluke u vašim životima dolaze sa zadovoljstvima i rizicima. Kad su u pitanju droge, možete donijeti odluku hoćete li konzumirati alkohol ili ne. Odluka da pijete ili pušite može vam donijeti neka trenutna zadovoljstva, ali ona također može i uključiti rizike. Na primjer, alkohol može smanjiti vaše rasuđivanje i snagu, povećavajući na taj način rizik od nesreća i povreda i vašu ranjivost na nasilje i HIV/SPB, dok njegova dugotrajna ili konstantna uporaba može dovesti do ozbiljnih zdravstvenih problema. Iako možda i nije realno misliti kako će mladići i drugi u potpunosti prestati koristiti droge – važno je biti svjestan rizika u vezi s uporabom droga i biti u stanju smanjiti štetnost koju bi to moglo imati po vaše živote i veze.

DODATNA GRAĐA A:

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

U nastavku slijedi pprimjer načina na koji bi skupine trebale organizirati svoje tabele. On također uključuje i opis rizika i zaštitnih čimbenika povezanih s nekim zajedničkim zadovoljstvima. Ako je od pomoći, voditelj može ove tabele podijeliti sudionicima prije nego što oni kreiraju svoje vlastite tabele.

RIZICI/ŠTETNOSTI	ZADOVOLJSTVA	ZAŠTITNI ČIMBENICI
Preveliki problemi s težinom i zdravljem zbog slatkiša ili brze hrane. Oboljenja zbog nebrige o hrani koja je prljava ili konzumiranje hrane čiji je rok valjanosti istekao.	Jelo	Dobro prati hranu. Balansirano se hraniti. Dobro konzervirati hranu. Provjeriti datum isteka roka valjanosti.
Vožnja u pijanom stanju. Povreda u nesreći. Prekoračenje dozvoljene brzine. Biti sudionik u sudaru.	Vožnja automobila	Ne piti alkohol prije vožnje. Koristiti zaštitni pojas. Pridržavati se prometnih propisa.
Pretjerano pušenje cigareta. Loš zadah. Odjeća koja smrdi na dim. Zdravstveni problemi s plućima.	Pušenje	Pušiti par cigareta dnevno/ tjedno. Prestati s pušenjem.

DODATNA GRAĐA B:

Što je smanjenje štetnosti?[45]

Smanjenje štetnosti je filozofija/pokret javnog zdravstva pokrenut kao odgovor na potrebu za pragmatičnijim i prilagodljivijim strategijama, s ciljem smanjenja rizika od prijenosa HIV-a među injekcionim korisnicima droge. U suštini, predviđeno je da smanjenje štetnosti bude progresivna alternativa zabrani određenih potencijalno opasnih izbora životnog stila. Središnja ideja smanjivanja štetnosti je priznanje kako su se neki ljudi uvijek uključivali i uvijek će se uključivati u ponašanja koja sa sobom nose rizike, kao što je neobvezan spolni odnos, prostitucija i uporaba droge. Stoga je glavni cilj smanjenja štetnosti ublažiti potencijalne opasnosti i zdravstvene rizike povezane sa samim rizičnim ponašanjima. Smanjenje štetnosti nastoji se s pojedincima, poput korisnika opojnih droga, susresti "na njihovom terenu", kako bi im pomogli smanjiti rizike po sebe i druge. Štoviše, umjesto korištenja pogrdnih imena za etiketiranje ljudi koji su uključeni u visokorizična seksualna ponašanja ili koji korištenje opojnih drogi, smanjenje štetnosti miče fokus na ponašanje pojedinca i posljedice takvog ponašanja. Na primjer, pomak je kada se umjesto "zlouporaba opojnih droga" kaže "štetna uporaba droga" ili kada umjesto etiketiranja nekoga kao "narkomana", njega/nju nazivamo "konzumentom".

Drugi cilj smanjenja štetnosti je smanjiti štetnost povezanu s ili prouzrokovanu zakonskim okolnostima unutar kojih se ova ponašanja događaju (na primjer, zabrana određenih postupaka ili supstanci može pomoći u stvaranju crnog tržišta, gdje nelegalna trgovina cvjeta).

Inicijative smanjenja štetnosti kreću se od široko prihvaćenih ideja, kao što je kampanja namijenjena vozačima, do kontroverznijih inicijativa kao što je osiguravanje prezervativa u državnim školama, programi razmjene igala ili sigurnija područja za intravenozne korisnike droga, legalizacija droga ili programi za rukovanje heroinom.

Neki konkretni primjeri uključuju:

Program razmjene šprica i slični programi

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

Principi smanjenja štetnosti nalažu da bi šprice trebale biti lako dostupne (tj. bez recepta). Tamo gdje su šprice dostupnije, učestalost HIV-a mnogo je manja nego u mjestima s ograničenom dostupnošću. Zagovornici smanjenja štetnosti također ističu argument po kojem bi korisnici trebali biti opskrbljeni špricama u ustanovama osnovanim upravo za ovu svrhu: tzv. program razmjene igala.

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

Postoji veliki broj medijskih reportaža koje informiraju korisnike o opasnostima vožnje u alkoholiziranom stanju. Većina korisnika alkohola svjesna je ovih opasnosti, a tehnike sigurne vožnje, kao što su "dodijeljeni vozači" i besplatni taksi programi, smanjuju broj nezgoda prilikom vožnje u alkoholiziranom stanju. Mnogi gradovi imaju programe besplatnog prijevoza kući tijekom

45 — Text taken from “Harm reduction: Pragmatic strategies for managing high-risk behaviors” edited by G.Alan Marlatt, 1998.

praznika kada je konzumacija alkohola najveća, a neki barovi i klubovi će vidno pijanom klijentu osigurati besplatnu vožnju taksijem.

Sigurnija mjesta za uporabu injekcija

"Sigurne sobe za injektiranje" zakonski su odobrene, nadgledane prostorije napravljene s ciljem smanjenja zdravstvenih problema i problema s javnim redom i mirom koji su povezani s nelegalnim injekcionim korištenjem droga.

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

Procjene sigurnih soba za injektiranje generalno pokazuju kako su one uspješne u smanjenju injekciono povezanih rizika i štetnosti, uključujući oštećenje vena, predoziranje i prijenos oboljenja. Također se čine uspješnim u smanjenju problema s javnim redom i mirom povezanim s uporabom nedozvoljenih droga , uključujući i neadekvatno odlaganje šprica i javno vidljivu nelegalnu uporabu droga.

Programi za sigurniji spolni odnos

Mnoge škole provode edukaciju o sigurnom spolnom odnosu za učenike tinejdžerskog i (pred) tinejdžerskog uzrasta, od kojih su neki već spolno aktivni. Pod pretpostavkom da će neki, ako ne većina , adolescenata imati spolne odnose, pristup smanjenja štetnosti predlaže spolnu edukaciju koja naglašava uporabu zaštitnih sredstava kao što su prezervativi i lateks gume za usta (eng. dental dam) za zaštitu od neželjene trudnoće i prijenos spolno prenosivih bolesti (SPB). Ovo je suprotno ideologiji spolne edukacije koja govori isključivo o apstinenciji i drži kako se djeca, razgovorimaa o spolnom odnosu, mogu samo dodatno ohrabriti i potaknuti na uključivanje.

Oni koji podržavaju ovakav pristup navode statistiku koja dokazuje da je znatno učinkovitiji u sprječavanju tinejdžerske trudnoće i spolno prenosivih bolesti nego programi koji govore isključivo o apstinenciji. Socijalni konzervativci se ne slažu s ovim tvrdnjama – za više detalja o ovoj kontroverzi pročitajte članak o spolnoj edukaciji.

Smanjenje štetnosti:

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

Radionica 22:
Razgovor o alkoholu i alkoholizmu

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

POTREBNI MATERIJAL:
Lopta, ploča za pisanje i kreda ili flipchart papir i flomasteri, listovi kartona s frazama ispisanim na njima.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

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

- Alkohol nije droga...
- Imati visoku toleranciju na alkohol znači da osoba neće postati alkoholičar...
- Ako miješate pića, možete se napiti...
- Od piva se ne možete napiti...
- Alkohol djeluje spolno stimulativno...
- Alkoholizam je bolest koja pogađa starije osobe...
- Alkoholičari su oni koji piju svakodnevno...
- Kava ili pranje lica hladnom vodom smanjuju utjecaj alkohola...
- Alkohol je dobar za druženje...
- Zabave nisu zabave bez alkohola...

TIJEK:

1. Zamolite sudionike da vam pomognu prilagoditi učionicu konceptu radionice. Pomaknite stolove u kuotve učionice i iskoristite stolice za formiranje kruga. Zamolite skupinu da sjedne u krug. U sredini poredajte listove kartona u obliku kruga, tako da svaka osoba može uzeti jedan list kada je njen red.

2. Objasnite da će svaki sudionik pročitati jednu frazu i odgovoriti slaže li se ili ne s tom tvrdnjom i objasniti zašto. Ostali sudionici moći će iznijeti svoje mišljenje tijekom rasprave o tvrdnjama.

3. Bacite loptu jednoj osobi u skupini i neka sudionici započnu aktivnost izborom jednog od listova kartona. Zapišite njihova mišljenja na flipchart papiru, pitajte slažu li se ostali sudionici ili ne i zašto, a zatim pročitajte tekst izrađen na osnovu znanstvenih informacija (odgovori na uobičajene mitove o uporabi alkohola). Pitajte ima li bilo kakvih drugih komentara.

4. Nakon rasprave, osoba koja je pročitala prvu tvrdnju baca loptu drugoj osobi u skupini i tako dalje, sve dok o svim tvrdnjama ne bude razgovarano.

5. Fraze koje treba ispisati na listovima kartona:

ZAKLJUČAK:

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

ODGOVORI NA UOBIČAJENE MITOVE O UPORABI ALKOHOLA

Alkohol nije droga.	Alkohol je droga u smislu promjene načina funkcioniranja organizma, naročito središnjeg živčanog sustava o kojem ovise misli, osjećaji i ponašanje. On također može izazvati ovisnost.
Imati visoku toleranciju na alkohol znači da osoba neće postati alkoholičar.	Istina je upravo suprotna - visoka tolerancija podrazumijeva navikavanje mozga na drogu.
Ako miješate pića, možete se napiti.	Ono od čega se stvarno netko napije je količina alkohola i brzina kojom netko pije.
Od piva se ne možete napiti.	U slučaju piva, apsorpcija alkohola kroz želudac je malo sporija, ali u ovisno o konzumiranoj količini, ono uzrokuje pijanstvo.
Alkohol djeluje spolno stimulativno.	U početku alkohol može smanjiti suzdržanost i pomoći ljudima da postanu otvoreniji, ali s obzirom na depresivni učinak alkohola na živčani sustav, na kraju on smanjuje ove osjećaje i može spriječiti spolne odnose. Uporaba alkohola jedan je od najčešćih uzroka erektilne disfunkcije (impotencije).
Alkoholizam je bolest koja pogađa starije osobe.	Većina osoba ovisnih o alkoholu mladići su u radnoj aktivnoj dobi.
Alkoholičari su oni koji piju svakodnevno.	Većina osoba ovisnih o alkoholu u početnoj i srednjoj fazi ovog procesa pije uglavnom tijekom vikenda i nastavlja sa svojim normalnim aktivnostima u školi i na poslu, ali sa sve većim poteškoćama.
Kava ili pranje lica hladnom vodom smanjuju utjecaj alkohola.	Jedina stvar koja zaista smanjuje pijanstvo je postupno izbacivanje alkohola iz organizma, što znači poticanje jetre na rad, za što je potrebno vrijeme.
Alkohol je dobar za druženje.	U stvarnosti, alkohol stvara sudioništvo u pogledu pijenja, ali pravo prijateljstvo podrazumijeva mnogo više od toga.
Zabave nisu zabave bez alkohola.	Mediji nas često pokušavaju uvjeriti kako je na zabavama potreban alkohol i on mora biti u središtu svakog društvenog okupljanja. Ali, je li ovo zaista istina? Što je to što čini društveno okupljanje ili zabavu – alkohol ili ljudi?

Radionica 23:
Donošenje odluka i (zlo)upotreba opojnih tvari

CILJ:
Razmišljati o pritisku vršnjaka i donošenju odluka u vezi s uporabom tvari i razumjeti koncept ovisnosti.

POTREBNI MATERIJAL:
Dovoljan broj preslika Dodatne građe za svakog sudionika, flipchart i markeri.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

TIJEK:

Prvi dio

1. Dajte svakom sudioniku presliku Dodatne građe i neka ih dovrše za pet minuta. Za manje pismene skupine, pročitajte pitanja naglas i zamolite ih da porazgovaraju u parovima.

2. Neka sudionici podijele svoje odgovore jedni s drugima. Ako je skupina brojna, sudionici mogu biti podijeljeni u manje skupine kako bi razmijenili svoje odgovore.

3. Nakon što su sudionici razmijenili svoje odgovore s ostalima, iskoristite sljedeća pitanja za raspravu.

   - Je li pritisak vršnjaka veliki čimbenik i razlog zbog kojeg muškarci uzimaju opojne tvari?
   - Doživljavaju li i žene također pritisak vršnjaka za uzimanje opojnih tvari?
   - Na koji način je ovaj pritisak vršnjaka sličan? Na koji način je različit?
   - Kako alkohol utječe na spolni odnos i odluke o spolnom odnosu? Pomaže li/odmaže, škodi?
   - Na koje druge odluke ili ponašanja alkohol ili druge droge mogu utjecati? (npr. vožnja, posao, veze, nasilje)
   - Na koji način se možete boriti protiv pritiska vršnjaka glede korištenja opojnih tvari s kojim se muškarci mogu suočiti? Na koji način se možete boriti protiv pritiska vršnjaka glede korištenja opojnih tvari s kojim se žene mogu suočiti?

Drugi dio

4. Provedite aktivnost razmjene ideja sa sudionicima o značenju riječi ovisnost. Objasnite kako ovisnost nema veze samo s uporabom štetnih tvari nego i s raznim načinima ponašanja, kao što je konzumiranje određene vrste hrane (npr. brza hrana, čokolada), gledanje televizije i igranje video-igrica. Provedite aktivnost razmjene ideja sa sudionicima o stvarima, štetnim tvarima i aktivnostima od kojih ljudi mogu postati ovisni.

5. Neka sudionici identificiraju od koje od spomenutih stvari, štetnih tvari i aktivnosti dečki i djevojke najčešće postaju ovisni. Zamolite svaku skupinu da pokuša i napraviti/razumjeti razliku između mladića i djevojaka i neka razmisli o tim razlikama.

6. Podijelite sudionike u skupine od po tri ili četiri sudionika. Neka izaberu jednu od spomenutih stvari od kojih mladići/djevojke najčešće postaju ovisni, neka porazgovaraju o razlozima zbog kojih bi se to moglo dogoditi.

7. Neka svaka skupina predstavi glavne točke svoje rasprave i pozovite ostale skupine da dodaju svoje komentare.

8. Iskoristite navedena pitanja za sažetak razgovora o ovisnosti.

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Koji su najčešći razlozi zbog kojih mladi postaju ovisni o nečemu?

2. Kako ovisnost utječe na pojedinca? Kako to pogađa njegove ili njene veze s drugim ljudima?

3. Koja je veza između dostupnosti štetne tvari i rizika od zlouporabe ili ovisnosti?

4. Postoji li razlika između muškaraca i žena?

5. Koje su moguće prednosti ovisnosti?

6. Što ste naučili iz ove vježbe? Kako ovo možete primijeniti na svoje živote i veze?

ZAKLJUČAK:

U mnogim sredinama česta su pojava muškarci i žene koje uzimaju štetne tvari (npr. alkohol) kao dio svojih društvenih interakcija i okupljanja. Važno je da pojedinci znaju kako uspostaviti granice u pogledu korištenja supstancija i poštuju granice drugih. Na primjer, neke strategije odgovornog konzumiranja alkohola uključuju konzumiranje male količine i nemiješanje pića s drugim štetnim tvarima. Također je neophodno stvoriti druge načine zabave gdje alkohol i druge supstancije nisu u središtu pozornosti i ne vrše pritisak na one koji ne žele konzumirati supstancije. Biti svjestan anksioznosti i tenzija u svakodnevnom životu pomaže vam u razvijanju raznih oblika njihove pozitivne akumulacije i izbjegavanju ponašanja koje može dovesti do ovisnosti. Ovisnost je nekada posljedica nepronalaženja izlaza i/ili rješenja problema, međutim, biti ovisan o nečemu samo doprinosi odgađanju pronalaska rješenja. Često je ovisnost povezana s emocionalnim problemima koji počinju stvarati prazninu u našim životima vodeći k sve većem nedostatku zainteresiranosti, motivacije i/ili značenja samog života. Važno je naučiti da se čak i kada se osjećate potišteno, uvijek nešto može učiniti i nikada nije prekasno za zatražiti pomoć.

Dodatna građa:

INDIVIDUALNI UPITNIK: DONOŠENJE ODLUKA	DA	NE
1 - Biste li se osjećali nelagodno na zabavi ili druženju s prijateljima kada bi vam ponudili piće (alkoholno), a vi ga odlučite odbiti? Ukratko objasnite.		
2 - Na zabavi ste ili društvenom skupu gdje služe alkohol i vi pijete, ali jedan od vaših prijatelja ne želi piti. Biste li ga u tom slučaju gledali kao čudaka, smetnju ili glupana? Ukratko objasnite.		
3 - Biste li pred drugim prijateljima branili odluku vašeg prijatelja da ne pije? Ukoliko ste izabrali da ga/ju branite, što mislite kako će drugi prijatelji gledati na vas? Ukratko objasnite.		
4 - Morate li učiniti ono što ostale osobe u skupini žele kako biste bili prihvaćeni? Ukratko objasnite.		
5 - Može li osoba voditi ugodan društveni život ukoliko ne konzumira alkohol? Ukratko objasnite.		
6 - Može li osoba misliti dobro o sebi čak i bez alkohola? Ukratko objasnite.		
7 - Može li se muškarac/žena osjećati prihvaćenim ukoliko ne pije? Ukratko objasnite.		

Godina 3:

Spolnost i zaštita spolnog i reproduktivnog zdravlja i prava

Prvo polugodište:
Seksualno i reproduktivno zdravlje

Pregled

Iako je naš spol određen našom biološkom prirodom, naši stavovi i ponašanje u smislu spolnosti i reproduktivnog zdravlja (SRZ), u velikoj su mjeri pod utjecajem složenog skupa nebioloških čimbenika, uključujući, među ostalima, kulturu, rodne norme i socioekonomske uvjete. Na primjer, u većini mjesta širom svijeta muškarci su socijalizirani na način da povezuju "muževnost" s posjedovanjem odgovarajućeg znanja i iskustva u seksualnim pitanjima. Rezultat toga jest da mnogi muškarci vjeruju da ne mogu izraziti sumnju u pogledu svojih tijela, spolnosti ili reproduktivnog zdravlja. Međutim, kada pogledamo izbliza, vidimo kako, nasuprot prevladavajućim mitovima, mnogi mlađi i stariji ljudi često ne posjeduju osnovno znanje o svojim tijelima, spolnosti i pitanjima reproduktivnog zdravlja. Štoviše, u većem dijelu svijeta postoji tek nekoliko programa koji se bave seksualnim obrazovanjem i reproduktivnim zdravljem usmjerenim k adolescentima, a još manje onih koji se bave specifičnim problemima i potrebama mladih.

U ovom dijelu priručnika istražujemo neka od glavnih pitanja koja se odnose na mladiće, spolnost i reproduktivno zdravlje.

Što je reproduktivno zdravlje?

Definicija reproduktivnog zdravlja proizlazi iz definicije zdravlja Svjetske zdravstvene organizacije prema kojoj je zdravlje stanje ukupnog tjelesnog, duševnog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsustvo bolesti ili slabosti. "Reproduktivno zdravlje objedinjuje reproduktivne procese, funkcije i sustav u svim fazama života. Reproduktivno zdravlje, dakle, podrazumijeva da su ljudi u mogućnosti imati odgovoran, zadovoljavajući i siguran seksualni život i sposobnost imati potomstvo, kao i slobodu odlučivanja hoće li ga imati, kada i koliko često. Iz ovoga proizlazi i pravo muškaraca i žena na informiranost i pristup sigurnim, učinkovitim, pristupačnim i prihvatljivim metodama planiranja, po svom izboru, kao i pravo i pravo na pristup odgovarajućim službama zdravstvene zaštite koje će omogućiti ženama sigurnu trudnoću i porođaj i pružiti parovima najbolje mogućnosti za dobivanje zdravog djeteta".[46]

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

Što je seksualnost i kakve veze ona ima s rodom?

Seksualnost je izraz onoga tko smo kao ljudska bića. Ona uključuje sve osjećaje, misli i ponašanja muškaraca ili žena; od osjećaja da smo privlačni, zaljubljeni ili u vezi koja uključuje intimnost i fizičku seksualnu aktivnost. Štoviše, seksualnost je ključna komponenta u strukturiranju rodnog identiteta muškaraca i žena i direktno se odnosi na ono što se u određenom društvu smatra "erotičnim" i prihvatljivim. Sve kulture propisuju ono što se ponekad zove "rodni kodeks" kako za žene, tako i za muškarce. Ovi kodeksi općeprihvaćeni obrasci koji usmjeravaju seksualne aktivnosti muškaraca i žena. Naravno, pojedinci se mogu pridržavati ili ne pridržavati ovih kodeksa, ali u većini društava uočavamo neke opće obrasce u ovim kodeksima i načine na koje oni utječu na stvarno ponašanje.

Muškarci i rod

U većini kultura, seksualni kodeks za muškarce i žene navodi na pomisao kako muška seksualnost jest ili treba biti impulzivna i nekontrolirana, kao i da, biološki, muškarci imaju jači seksualni nagon od žena. Istraživanja provedena u različitim sredinama, na primjer, otkrila su kako muškarci ranije stupaju u spolne odnose nego žene, kao i da imaju više seksualnih partnera, kako u braku, tako i izvan njega.[47] Mnogi seksualni kodeksi također nalažu kako muškarci trebaju podijeliti svoja seksualna osvajanja sa svojim vršnjacima, istovremeno skrivajući od svojih vršnjaka bilo kakvu seksualnu neadekvatnost. U skoro svim kulturama, pojam „pravog muškarca“ implicira heteroseksualne odnose (često gledane kao na obred sazrijevanja, stasanja u muškarca), te dokaz plodnosti imanjem djece.

Mnogi muškarci i žene odgojeni su u vjeri kako su ovi seksualni kodeksi nesporne istine koje su dio naše prirode ili biološkog sklopa. Međutim, ovi modeli i obrasci muškog ponašanja, u većoj mjeri nego što su biološki programirani, rezultat su toga kako su dječaci i muškarci socijalizirani. Istraživanja su pokazala kako određeni model maskuliniteta, dominantan u zapadnim društvima, zahtijeva od muškaraca distanciranje od svega što se smatra ženskim i stalno dokazivanje svoje "muževnosti" u društvu drugih muškaraca.[48] Zaista, pokazivanje svoje muževnosti ili sposobnost za osvajanje i održavanje spolnih odnosa s velikim brojem žena (pri čemu se računa samo spolni odnos s penetracijom) ,središnji su čimbenici socijalizacije mladića u mnogim sredinama.

Međutim, prevladavajući seksualni kodeksi predstavljaju izvor sumnji i uznemirenosti za mnoge mladiće koji su konstantno zabrinuti o normalnosti svoga tijela, kao i svojoj seksualnoj "izvedbi". Na primjer, mladići su često naučeni kako je veličina njihovog spolovila važna, tako da veličina postaje izvor preokupacije za mnoge dječake i muškarce. S obzirom na to da za

---

47 — Gary Barker, "A što je s dječacima?: pregled literature o zdravlju i razvoju maloljetnih dječaka." Svjetska zdravstvena organizacija, 2000.
48 – V. J. Seidler, (ur.) "Men, Sex & Relationships" ("Muškarci, spol i veze"). Routledge: London i New York, 1992.

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

Mladići obično prolaze kroz pubertet u uzrastu od 10 do 13 godina, kad hormonske promjene dovode do fizičkih promjena, uključujući i proizvodnju sperme. Većina dječaka ima prve noćne ejakulacije ili "mokre snove" u ovom periodu. Ove promjene i seksualna energija prirodni su dio života, ali također dovode do zbunjenosti i sumnje. Mladići nisu ohrabrivani govoriti o pubertetskim promjenama.[49] U nekim slučajevima, dječaci mogu dobiti više informacija o ženskom tijelu nego o svom. Kad u ranoj dobi obeshrabrujemo mladiće govoriti o svom tijelu i seksualnom zdravlju, muškarci mogu imati doživotne teškoće po pitanju razgovora o seksu.

Širom svijeta, nevinost i gubitak nevinosti i dalje često imaju različita značenja za mladiće i djevojke. Dok u mnogim kulturama djevojke još moraju biti zabrinute o mogućim negativnim percepcijama vršnjaka i društva u pogledu njihova prva seksualnog iskustva, za mnoge, ako ne i za većinu mladića, prvo seksualno iskustvo smatra se izvorom reputacije i utjecaja u njihovoj vršnjačkoj skupini.

Za mnoge mladiće, razgovor o spolnom odnosu s članovima njihovih obitelji, profesorima, zdravstvenim radnicima i vršnjacima, kada i ako se dogodi, obično se odnosi na rasprave o seksualnim osvajanjima ili pritisku vršnjaka za dokazivanjem svog seksualnog umijeća. Traženje informacija ili pokazivanje sumnji ili strahova, generalno, nije nešto što će oni iznijeti u javnosti. Na kraju krajeva, prema ustaljenom shvaćanju, "pravi muškarci" nemaju dvojbi o spolnom odnosu niti razgovaraju o tome, osim ako govore o svojim osvajanjima.

Zabrinutost zbog svoje muževnosti i pokazivanja svojih kapaciteta pri seksualnim osvajanjima često vodi mnoge mladiće tome da u seksualnim vezama teže kvantiteti umjesto kvaliteti. Biti „pastuh“, „ženskaroš“ ili „povaliti“ kad god možeš – ili navesti vršnjake da povjeruju da to zaista radiš – predstavlja način na koji mnogi mladići stječu status među vršnjacima. Još uvijek je uobičajena pojava u mnogih mladića razgovarati o intimnoj vezi samo kao o mogućnosti „povaliti“ nekog naspram ostvarivanja emocionalne veze. Osim toga, mladići mogu osjećati pritisak „napraviti prvi potez“ – preuzeti inicijativu kod žena – i kasnije se pohvaliti (ili izmisliti priču) o tim podvizima..

---

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

Zašto s mladićima trebamo razgovarati o seksualnosti?

S obzirom na to da većina mladića nema priliku razgovarati o svojim sumnjama i pitanjima o seksualnosti, trebamo im pružiti mogućnost za razgovor i razmišljanje o ovim temama. Usprkos bezbrojnim raspravama o seksualnom obrazovanju koje se vode u posljednje vrijeme, ideje o tome da je muška seksualnost nekontrolirana i da je seksualni nagon kod muškaraca jači nego kod žena i dalje se javljaju, čak i među nekim edukatorima i zdravstvenim djelatnicima. Ukratko, tjelesna i emocionalna cijena određenih krutih normi i očekivanja u pogledu muške seksualnosti i ponašanja nije uvijek poznata i postoji svega nekoliko mjesta i mogućnosti gdje mladići mogu iskazati svoje sumnje i frustracije, odnosno, još manje progovarati o situacijama fizičkog i simboličkog nasilja kojima su izloženi. Ovo uključuje uvrede i zadirkivanje koje neki mladići trpe zbog drugačijeg izgleda, naročito ako su homoseksualne orijentacije ili ih privlače osobe istog spola.

Osim toga, većina mladića nikada nije ni razmišljala o tome kako rod i rodna socijalizacija utječu na njihove živote. Određena ponašanja muškaraca, koja se smatraju legitimnim pa čak i društveno očekivanima, mogu biti štetna i dečke učiniti ranjivima. Na primjer, pretjerivanje u alkoholu, čest način na koji dečku skupljaju hrabrost za prilazak potencijalnom seksualnom partneru ili partnerici, čini mnoge mladiće ranjivim prema nasilju ili prisili, ili pak izlaže njihovo zdravlje riziku.

Žene, rod i njihova tijela

Iako svaka žena ima pravo donositi odluke o svom tijelu, percepcija koju ona ima o svom tijelu i moć koju ona ima za donošenje odluka o njemu često su definirane krutim sociokulturnim normama. Društvo igra ključnu ulogu u razvoju slike vlastitog tijela – što sakriti, što pokazati, što možemo dodirnuti, što se smatra odvratnim ili svetim, način na koji sjedimo i pozicioniramo svoje noge, sve je ovo pod utjecajem kulturoloških normi i uglavnom se razlikuje za muškarce i žene. U mnogim sredinama, na primjer, postoje stroge sankcije koje zabranjuju ženama upoznavanje, dodirivanje i pokazivanje svoga tijela ili donošenje odluka o svojoj seksualnosti. Mnoge žene uče se od malih nogu osjećaju nezadovoljstva svojim tijelom ili krivnje zbog svog tijela i seksualnosti, često kroz sociokulturne norme poput "Žene bi trebale držati noge skupljene i hlače zakopčane!", "Menstruacija je prljava!", "Zadovoljstvo je grijeh!", " Žene bez djece nisu prave žene!". Ove i druge norme, koje zabranjuju djevojkama i ženama dodirivanje i upoznavanje svoga tijela, mogu ženama kasnije otežati donošenje osnovnih odluka o tome kada i s kim će imati spolne odnose, hoće li i kada ostati u drugom stanju, kao i o upotrebi prezervativa i kontraceptivnih sredstava.

Za neke žene ,dodir partnera, koji bi trebao biti povezan sa zadovoljstvom, ili dodir liječnika, koji bi trebao biti povezan s brigom, može stvoriti osjećaj stida ili neugode. Osim toga, u mnogim kulturama, žensko je tijelo potčinjeno željama muškaraca pa je tako muškarac onaj od koga se očekuje izbor kada će i kako par imati spolne odnose, a čak ima i pravo zlostavljati ženu, ukoliko ona ne ispuni njegove želje.

Žene i seksualnost

Odnos žena prema vlastitom tijelu direktno utječe na način na koji doživljavaju i izražavaju svoju seksualnost. Seksualnost nije samo biološki fenomen – ona ima kulturološke i psihološke elemente i različito ju doživljavaju različiti pojedinci u različitim fazama života. Nije potrebno biti u vezi s drugom osobom kako bi se doživjela seksualnost, a seksualnost i zadovoljstvo mogu se doživjeti na mnogo načina, uključujući tjelesni, emocionalni, duhovni i intelektualni. Seksualnost može biti izvor energije i inspiracije za različite aktivnosti i iskustva. Sociokulturne norme o tijelu i seksualnosti, veoma se često razlikuju za muškarce i žene. U mnogim društvima, muška seksualnost doživljava se kao impulzivna i nekontrolirana. Mnogo spolnih

odnosa prije braka smatra se obredom prelaska u muškarca. Nasuprot tome, od žena se očekuje stidljivost i suzdržanost u svojim seksualnim željama. Ove društvene norme mogu generirati sumnju i anksioznost o našim tijelima i ponašanju i ometati slobodno i zdravo izražavanje seksualnosti. Još jedan primjer suprotstavljenih sociokulturnih normi za muškarce i žene koje mogu utjecati na izražavanje seksualnosti odnosi se na masturbaciju, također poznatu kao samostimulaciju ili samozadovoljavanje. Dok su društvene norme obično popustljive prema ovakvom ponašanju muškaraca, često ograničavaju ili osuđuju ovakvo ponašanje žena. Biti u mogućnosti dodirivati svoje tijelo i saznavati o njegovoj suptilnosti, željama, zadovoljstvu i bolovima, važan je način na koji možemo u potpunosti upoznati svoje tijelo, izraziti svoju seksualnost i uživati u njoj. Naša seksualnost iskazuje se različito u različitim trenucima našeg života. Ovdje naročito ističemo adolescenciju, koja je doba tjelesnih i fizioloških želja. Adolescencija je i faza samospoznaje i samopotvrde, kada djevojke uče donositi odluke i istražuju svoje želje. Zabrinutost o težini i izgledu postaje izraženija tijekom adolescencije, posebice kada govorimo o estetici, a ne o zdravlju. Upravo stoga, izuzetno je važno ohrabriti djevojke na razmišljanje o tome kako mediji oblikuju ponašanje i standarde koji se odnose na ljepotu i, s druge strane, kako one doživljavaju svoje tijelo i seksualnost. Važno je da se žene osjećaju sposobnima prepoznati i odbaciti negativne poruke o svom tijelu. Bavljenje sportom ili drugim tjelesnim aktivnostima može pomoći djevojkama u stvoriti osjećaj samostalnosti i veće mobilnosti, kao i u tome da se ugodnije osjećeaju u vlastitim tijelima (Green, 2004.). Kad smo tjelesno aktivni, možemo početi cijeniti ono što je naše tijelo u stanju učiniti umjesto usredotočenosti na njegov oblik i izgled. Može biti teško dostići standarde ljepote i savršenstva kojima smo svjedoci u medijima; međutim, odnosi poštivanja među ljudima različitih etničkih ili rasnih skupina, starosne dobi, težine, sposobnosti i seksualne orijentacije, mogu pomoći u mijenjanju naših ograničenih pojmova o ljepoti i tijelu, a sve kako bi bolje cijenili različitost.

Što kad je riječ o seksualnoj orijentaciji?

Nema sumnje kako je epidemija HIV-a – koja je direktno pogodila muškarce koji imaju spolne odnose s drugim muškarcima, kao i muškarce koji sebe definiraju kao heteroseksualce – dovela do povećane vidljivosti pitanja homoerotičnosti i važnosti razmatranja ovog pitanja u radu s mladićima. Zaista, istraživanja provedena na području AIDS-a pokazala su teškoću strogog definiranja i klasificiranja osoba u kategorije prema njihovoj seksualnoj orijentaciji (homoseksualci, biseksualci, transseksualci i heteroseksualci). Mnogi muškarci stupaju u spolne odnose s drugim muškarcima i ponašaju se kao homoseksualci, istovremeno održavajući heteroseksualne odnose, tj. imaju spolni odnos s drugim ženama. Ovi primjeri pokazuju nam da su seksualnost i seksualni identitet nestalne i dinamične kategorije i neprestano trebamo preispitivati svoje pretpostavke. Prihvaćanje različitosti i otvorenost po pitanju ljudske seksualnosti, osnovni su zahtjevi za nekoga tko radi s mladima.

U nekim, državama, seksualna različitost u sve većoj mjeri gubi svoj ilegalni status i postaje pravo. U mnogim sredinama, homoerotične veze muškaraca i žena priznate su u kontekstu društvenih i kulturnih promjena. Ovaj je napredak rezultat sve glasnijih društvenih pokreta (feministički, homoseksualni i lezbijski) koji su pokrenuli javne rasprave o individualnim slobodama, seksualnim i reproduktivnim pravima i ljudskim pravima[50]. Različite države, uključujući Dansku, Švedsku, Norvešku, Francusku, Nizozemsku i Sjedinjene Američke Države, usvojile su zakone i politike koji homoseksualnim partnerima garantiraju važna prava poput prava na nasljeđe, mirovinsko i invalidsko osiguranje, zajednički povrat poreza na dohodak i zajedničko zdravstveno osiguranje, itd.

Naravno, promjena društvenih i kulturnih normi spor je proces. Činjenica je da su homoerotične i biseksualne navike mladića još uvijek manje društveno prihvaćene nego reproduktivne heteroseksualne veze. U mnogim sredinama, netole-

50 — C.F. Caceres, "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, 2000.) ; također vidjeti Parker, Richard. Corpos, prazeres e paixoes. Sao Paulo, Best Seller, 1991.

rancija prema istospolnoj privlačnosti takva je da su mladići s istospolnim seksualnim iskustvima ili oni koji se samoidentificiraju kao homoseksualci ili biseksualci podvrgnuti diskriminaciji i isključivanju, a ponekad i nasilju. Homofobna uvjerenja i uvrede koriste se i kao način održavanja heteroseksualnih mladića "na pravom putu". Nazvati dečka "homoseksualcem" ili "pederom" širom svijeta, na primjer, način je kritiziranja njegovog ponašanja i umanjivanja njegovog društvenog statusa.

Krutost rodne socijalizacije i netolerancija prema seksualnim različitostima predstavlja neophodnost predočavanja činjenice da su mladići seksualni subjekti, što znači da imaju neodvojivo pravo i "sposobni su razvijati svjesnu i dogovornu vezu..., umjesto prihvaćanja nje kao nečega što im je dosuđeno; razvijati svjesnu i dogovornu vezu s obiteljskim vrijednostima i vrijednostima svojih vršnjaka i prijatelja; istraživati (ili ne) svoju seksualnost, neovisno o inicijativi partnera; mogu i imaju pravo reći ne i poštuju druge koji tako postupe; mogu se dogovoriti o načinu na koji prakticiraju spolne odnose i uživanje u njima, pod uvjetom da o tome postoji dogovor i da su prihvatljive partneru; mogu pregovarati o sigurnom i zaštićenom spolnom odnosu te spoznavati i imati pristup materijalnim uvjetima neophodnim za reproduktivne i seksualne izbore". [51]

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

U socijalizaciji dječaka i mladića, reprodukcija se ne smatra toliko važnom kao seksualnost. Dobar primjer za to je važnost koja se pridaje menarhu – tj. prvoj menstruaciji – nasuprot semenarha, tj. prve muške ejakulacije. Generalno govoreći, postoji nedostatak komunikacije između majki i njihovih kćeri o transformaciji tijela devojčice i njihovoj plodnosti. Tišina je, međutim, još veća između očeva i njihovih sinova kada je riječ o semenarhu. Iskustvo semenarha može generirati vrlo različite reakcije kod mladića, uključujući iznenađenje, zbunjenost, znatiželju i zadovoljstvo. Neki mladići nisu ni svjesni što je to sjemena tekučina i misle da je to urin. Važno je da mladići tijekom puberteta dobiju smjernice, tako da se mogu osjećati sigurnijima kad dođe do tjelesnih promjena, kao i da razumiju vlastita tjela kao reproduktivna.

Čak i nakon prve ejakulacije, većina mladića svoju seksualnost promatra na način kao da plodnost ne postoji. Ovo znači da edukatori/ce moraju raditi s mladićima tako da shvate da su plodnost i reprodukcija pitanja koja se tiču i uključuju i muškarce i žene. Na primjer, mladići bi trebali biti svjesni da je većina mladića plodna pri svakom seksualnom odnosu koji uključuje penetraciju penisa u vaginu, a neki čak i prije prve ejakulacije. Naučiti mladiće o njihovim tijelima i preispitati određene mitove pomaže im da bolje razumjeti vlastite želje kao i vlastite odgovornosti u smislu reprodukcije.

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

Što kada je riječ o pitanju adolescentske trudnoće?

O adolescentskoj trudnoći mnogo se raspravljalo proteklih godina, a sve veći postotak porođaja djevojaka u nekim zemljama razlog je za uzbunu. Iako neka istraživanja u prvi plan stavljaju biološke rizike rane trudnoće (niža težina djeteta na porođaju, veći stupanj komplikacija kod majki itd.), osnovna zabrinutost je generalno društvenog karaktera.[52] Ideja o riziku koji je povezan s adolescentskom trudnoćom oslikava široko rasprostranjenu uznemirenost u pogledu seksualnosti mladih, a samim tim i adolescentskog očinstva i majčinstva.

Osim toga, iako se na ranu trudnoću često gleda kao na "promašaj" ili "problem", slušanje onoga što mladi govore ponekad sugerira drugačije. Kvalitativno istraživanje provedeno među mladima u mnogim zemljama otkrilo je da mnoge adolescentne majke i očevi vide roditeljstvo kao način stjecanja statusa (postajući roditelji, stječu status odrasle osobe). Za neke mlade, dijete predstavlja način organizacije svog života i identiteta i žele se posvetiti nečemu (ili nekome), a ne samo sebi samima[53]. Naravno, neki ne doživljavaju trudnoću kao teret. Nadalje, mnoge su obitelji adolescentnih roditelja s niskim primanjima suočene s odgovornošću vođenja brige za dodatnu djecu. U mnogim sredinama, s niskim primanjima, adolescentne očeve često ignoriraju ili obeshrabruju njihovi roditelji, kao i roditelji majke, ne odobravajući održavanje veze s djecom čiji su oni očevi. Nažalost, zato što nemaju financijskih sredstava za uzdržavanje djece, oni možda neće ni ni na koji način neće biti uključeni u brigu o djeci.

Na kraju krajeva, za većinu mladih, roditeljstvo, dok su još adolescenti, generalno nije optimalno rješenje, s obzirom na izazove s kojima se suočavaju kao roditelji koji istovremeno nastoje završiti svoje školovanje i pronaći zaposlenje. Ipak, istraživanje ističe značaj pažljivijeg sagledavanja ovog problema. O ovim problemima smo već razgovarali u dijelu o očinstvu i odgoju. Sve u svemu, zdravstveni edukatori trebali bi nastojati tretirati adolescentsku trudnoću na pažljiv i suosjećajan način, nastojeći izbjegavati diskriminirajući stav i previše pojednostavljene poglede koji često idu uz ovo pitanje te promovirati pozitivnu uključenost maloljetnih očeva u brigu o djetetu.

---

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

53 – Margaret Arilha-Silva. “Masculinidades egenero: discursos sobre responsabilidade na reprodução” (Diplomski rad, Pontiffcia Universidade Catolica/PUC, 1999 .) 117.

OKVIR 1.

OKVIR 1: POKAZATELJI SMRTNOSTI, OBRAZOVANJA I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA[51]

	Pokazatelji smrtnosti			Pokazatelji obrazovanja				Pokazatelji reproduktivnog zdravlja			
	Smrtnost dojenčadi Ukupno na 1,000 živo-rođenih	Očekivani životni vijek M/Ž	Stopa smrtnosti majki	Stopa upisa u osnovnu školu M/Ž	Udio djece koja upišu 5. razred M/Ž	Stopa upisa u srednju školu M/Ž	Postotak nepismenih (> 15 god) M/Ž	Broj porođaja na 100 žena, starosti 15–49	Raširenost kontracepcije		Stopa raširenosti HIV-a (%) (15-49) M/Ž
									Bilo koja metoda	Suvre-mene metode	
JUŽNA EUROPA (13)	7	75.5 / 81.9						12	68	46	
ALBANIJA	24	71.3 / 77.0	55	105 / 102		81 / 81	1 / 2	16	75	8	
BOSNA I HERCEGOVINA	13	71.7 / 77.1	31				2 / 9	23	48	16	
HRVATSKA	7	71.8 / 78.8	8	97 / 96		89 / 91	1 / 3	15			
GRČKA	6	75.8 / 81.1	9	101 / 101	100 / 100	98 / 97	6 / 12	9			0.3 / 0.1
ITALIJA	5	77.2 / 83.3	5	102 / 101	96 / 97	100 / 99		7	60	39	0.7 / 0.3
MAKEDONIJA (BJR)	15	71.6 / 76.6	23	96 / 97		86 / 84	2 / 6	24			
PORTUGAL	5	74.2 / 80.8	5	118 / 112		108 / 118		19	66	33	0.7 / 0.2
SRBIJA I CRNA GORA	12	71.3 / 76.0	11	98 / 98		88 / 89	1 / 6	24	58	33	0.3 / 0.1
SLOVENIJA	5	73.0 / 80.3	17	108 / 107		110 / 109	0 / 0	6	74	59	
ŠPANJOLSKA	4	76.2 / 83.5	4	109 / 107		114 / 121		10	81	67	1.0 / 0.3

54 — Grafikon preuzet iz: Stanje svjetske populacije 2005. - Obećanje jednakosti: rodna ravnopravnost, reproduktivno zdravlje i milenijski ciljevi razvoja, Populacijski fond Ujedinjenih naroda

Je li pobačaj pitanje koje uključuje muškarce?

Namjerni prekid trudnoće legalan je u svim zemljama Balkana. Međutim, u najvećem broju slučajeva, to se i dalje smatra pitanjem koje se tiče isključivo žena. Baš kao što činjenica da se trudnoća odvija u tijelu žene omogućava mnogim muškarcima vjerovanje kako mogu izbjeći odgovornost za trudnoću, ona također mnogim muškarcima omogućava vjerovanje da nemaju nikakvu ulogu u donošenju odluke o pobačaju. Međutim, čak i u slučajevima kada muškarci možda žele sudjelovati u donošenju odluke o pobačaju, mogu li to učiniti? Mnogi muškarci možda vjeruju u svoju sposobnost uvjeravanja partnerice da ne pobaci, i možda uistinu mogu utjecati na odluku žene glede nastavka trudnoće ili pobačaja. Međutim, u najvećem broju slučajeva, žene imaju posljednju riječ u odluci o pobačaju. Zaista, žene nose najveći teret i sav tjelesni rizik trudnoće, porođaja i pobačaja, stoga bi one na kraju trebale biti te koje donose odluku o preuzimanju tih rizika. Muškarci, međutim, dijele odgovornost za trudnoću svoje partnerice i zato je važna njihova uključenost u pružanje podrške odlukama žene.

Trebamo li govoriti o seksualnim i reproduktivnim pravima mladih?

Seksualna i reproduktivna prava univerzalna su ljudska prava utemeljena na neotuđivoj slobodi, dostojanstvu i jednakosti svih ljudskih bića. Voditi ispunjen seksualni život osnovno je pravo i zbog toga ga treba promatrati kao osnovno ljudsko pravo. Međutim, u većini rasprava o seksualnim i reproduktivnim pravima, muškarci se rijetko spominju kao predmet ovih prava. Zaista, postoji potreba za dijalogom i razmišljanjem o važnosti i značaju promoviranja seksualnih i reproduktivnih prava muškaraca. U obzir, međutim, treba uzeti određena pitanja - npr., je li moguće braniti seksualna i reproduktivna prava muškaraca bez "naturalizacije" ili legitimizacije tradicionalno privilegiranog statusa muškaraca i "potkopavanja" prava žena, kojima su kroz povijest bila uskraćena njihova seksualna i reproduktivna prava? Nadalje, kako možemo pomiriti pravo djevojke da ne bude majka s pravom mladića koji želi postati otac ili obratno? Razgovori o ovim pitanjima trebaju uključiti i žene i muškarce i temeljiti se na razumijevanju relacijske prirode ljudskih prava.

Konačno, treba istaknuti kako su se reproduktivna prava često fokusirala samo na pristup kontracepciji ili samo na plodnost, tj. na broj djece koji svaka žena ima ili želi imati. U ovom kontekstu, pozivanje na reproduktivna prava mladih uglavnom je u drugom planu, minimalizirajući pritom značaj seksualnosti i ističući odnose moći u reprodukciji. Usprkos rastućim potrebama za propitivanje politika i društvene prakse povezanih s reprodukcijom, nema jasnog odgovora mladih/odraslih muškaraca i žena o aktivnijem sudjelovanju u reproduktivnim procesima. Štoviše, postoji jak otpor zdravstvenih i obrazovnih stručnjaka, istražitelja i aktivista prema povezivanju reproduktivnih prava s mladima.

Ukoliko želimo stvoriti veću svijest o seksualnim i reproduktivnim pravima, potrebno je uključiti mlade, kao i roditelje, profesore, zdravstvene edukatore i zdravstvene stručnjake. Iznad svega, to zahtijeva konceptualni okvir za razumijevanje značenja reprodukcije i uključenosti mladih u nju, kao i vjerovanje da mladi imaju potencijal za promjenu prema pozitivnijoj uključenosti u reproduktivno i seksualno zdravlje.

OKVIR 2.

Okvir 2: Seksualna i reproduktivna prava

Kako bi se svakoj osobi osigurao razvoj zdrave seksualnosti, trebalo bi priznati, promovirati, poštovati i braniti sljedeća seksualna i reproduktivna prava:

PRAVO NA SEKSUALNU SLOBODU – Seksualna sloboda odnosi se na mogućnost izražavanja seksualnog potencijala kod pojedinaca. Međutim, ovo pravo isključuje svaku vrstu prisile, iskorištavanja i zlostavljanja u bilo koje vrijeme i bilo kojoj situaciji u životu. Ovo uključuje i pravo na slobodu od svih oblika diskriminacije, bez obzira na spol, rod, seksualnu orijentaciju, godine, rasu, društvenu klasu, vjeru ili mentalnu ili tjelesnu teškoću.

PRAVO NA SEKSUALNU AUTONOMIJU, SEKSUALNI INTEGRITET I SIGURNOST SEKSUALNOG TIJELA – Pravo osobe na donošenje samostalnih odluka o svom seksualnom životu u kontekstu osobne i društvene etike. Ono uključuje i kontrolu i zadovoljstvo naših tijela, slobodu od mučenja, sakaćenja ili nasilja bilo koje vrste.

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

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

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

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

PRAVO NA SLOBODNE I ODGOVORNE REPRODUKTIVNE IZBORE – Pravo na donošenje odluke imati djecu ili ne, koliko, kada i pravo na pristup metodama kontracepcije.

S druge strane, reproduktivna prava muškaraca i žena „odnose se na mogućnost donošenja odluka o svojoj seksualnosti, plodnosti i zdravlju, vezano za reproduktivni ciklus i podizanje svoje djece. Zagovaranjem korištenja mogućnosti izbora, ova prava podrazumijevaju potpuni pristup informacijama o reprodukciji, kao i pristup neophodnim izvorima podrške, kako bi izbor mogli napraviti učinkovito i sigurno."[55]

OKVIR 3.

PAZI SEX & ASTRA YOUTH

PAZI SEX - www.pazisex.net obrazovni je internetski portal dizajniran za adolescente, a donosi sadržaje o seksualnom i reproduktivnom zdravlju.

ASTRA Youth (ASTRA skupina mladih) mreža je aktivista koja zagovara seksualno i reproduktivno zdravlje i prava mladih (SRHR) središnje i istočne Europe i Balkana. Bavi se pitanjem statusa seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava mladih u Glasu mladih (Youth's Voice). Glas mladih izvješće je o rezultatima istraživanja koje detaljno prikazuje poznavanje i stavove mladih o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i pravima u njihovim zemljama. Zemlje sudionice su Armenija, Bugarska, Hrvatska, Cipar, Gruzija, Litva, Makedonija, Poljska, Srbija, Crna Gora i Slovačka.

Koja je uloga zdravstvenih službi u promoviranju seksualnog i reproduktivnog zdravlja (SRZ) mladih[56]

Pružanje zdravstvenih usluga po mjeri mladića važan je element u promoviranju pristupa i korištenja informacija, usluga i podrške u vezi sa SRZ-om mladih. Nažalost, i u regiji i u svijetu postoji nedostatak zdravstvenih usluga po mjeri mladih, posebno onih koje se odnose na seksualno i reproduktivno zdravlje. U nekim sredinama, gdje su seksualnost mladih i reproduktivno zdravlje tabu teme, zakoni i politike mogu ograničiti mlade u dobivanju pristupa zdravstvenim uslugama iz područja seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Kada su ove usluge dostupne, često se zahtijeva prisustvo ili odobrenje roditelja ili skrbnika, zabranjujući ili ograničavajući tako mladima pristup povjerljivim uslugama. Od zdravstvenih usluga po mjeri mladih, još su manje dostupne usluge koje uključuju rodnu perspektivu, to jest, razumijevanje toga kako rodne uloge i dinamika moći oblikuju stavove i ponašanja koja se odnose na seksualno i reproduktivno zdravlje mladića i djevojaka. I mladići i djevojke imaju specifične potrebe u pogledu njihovog zdravlja i razvoja zbog načina na koji su socijalizirani. Upravo zato, usluge moraju reflektirati i odgovarati njihovim specifičnim potrebama.

55 — Maria Bethania Ávila, Direitos Reprodutivos: Uma Invencao Das Mulheres Reconhecendo A Cidadania. (Recife: SosCorpo, 1993.)
56 – Dijelovi ovog teksta preuzeti su od Ricardo, C., Barker, G., Nascimento, M., i Segundo, M. (2007.) Engaging young men in HIV prevention: A toolkit for action (Uključivanje mladića u prevenciju HIV-a: Priručnik za djelovanje); New York UNFPA

Kao što je objašnjeno ranije, mladići mogu osjećati pritisak uključenja u određena rizična ponašanja, uključujući i uporabu tvari i nezaštićeni spolni odnos, kako bi se dokazali kao "pravi muškarci." Pored toga, traženje stručne pomoći mogu smatrati "nemuževnim" ili pak znakom slabosti. U mnogim sredinama mladići mogu tražiti zdravstvene usluge samo u hitnim situacijama ili kada im trebaju prezervativi.[57] Mnogi će radije potražiti pomoć i informacije među svojim vršnjacima i ljekarnama nego javnim zdravstvenim ustanovama. Oni se mogu opirati korištenju zdravstvenih usluga, jer zdravstvene ustanove promatraju kao mjesta na koja odlaze samo žene i djeca i/ili zato što od osoblja ne očekuju razumijevanje za njihove potrebe. Zaista, ovakva shvaćanja često podupiru čekaonice i službe koje su uglavnom usmjerene na žene i osoblje koje nije dovoljno upoznato ili educirano za pitanja seksualnog i reproduktivnog zdravlja specifičnog za mladiće. U tom kontekstu, promoviranje zdravstvenih usluga po mjeri mladića zahtijeva dvostruki pristup: razvijanje zdravstvenih usluga koje više odgovaraju mladićima i atraktivnije su im, kao i rad s mladićima na promjeni njihovog ponašanja, posebice kada je riječ o traženju savjeta o zdravlju.

Okvir 4.

OKVIR 4. SAŽETAK

- Mlade moramo upoznati s postojanjem različitih načina kako biti ''muškarac'' i kako biti "žena".
- Mladima trebamo ukazati na postojanje razlika između muškaraca i žena, kao i na to da su mnoge od tih razlika rezultat naše konstrukcije. Mladi moraju vidjeti kako društveno konstruirane razlike mogu imati presudni utjecaj na naš svakodnevni život, što dovodi do diskriminacije i jačanja rodnih nejednakosti.
- Seksualnost treba biti shvaćena u svom punom smislu. Ona je, uostalom, mnogo više od ''imati erekciju'' i „imati nekoga''. Pošto radimo ss mladima, trebalo bi istražiti druge dimenzije i izraze ljudske seksualnosti.
- Mladima trebamo pokazati zašto je pozitivno i važno poznavati svoje tijelo, ali ih upozoriti i na to da reproduktivno zdravlje nije samo problem žena, a seksualna prava nisu samo briga homoseksualnih ili biseksualnih osoba.
- Na kraju, kad mladiće uključimo u razgovore o seksualnim i reproduktivnim pravima treba objediniti i povezati ova specifična prava s ljudskim pravima u cjelini.

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

Radionica 24:
Briga o sebi: muškarci, žene, rod i zdravlje[58]

CILJ:
Podići razinu svijesti u pogledu veza između toga kako su mladići/djevojke odgojeni i rizika po zdravlje s kojima se suočavaju.

POTREBNI MATERIJAL:
Komadići papira ili kartona, flipchart, markeri, Dodatna građa A i B.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Dodatna građa B uključuje statističke podatke o muškarcima/ženama i različitim zdravstvenim ishodima. Od koristi mogu biti i dodatne inofrmacije s podacima o stanju na lokalnoj i/ili nacionalnoj razini, što bi pomoglo sudionicima bolje razumjeti neke od rizika po zdravlje s kojima se mladići i odrasli muškarci suočavaju u svojim zajednicama.

TIJEK:

1. Prije početka radionice, napišite svako od pitanja iz Dodatna građe A na komadić papira ili kartona. Za skupine koje imaju problema s čitanjem, voditelj može pročitati pitanja naglas umjesto dijeljenja papira s pitanjima.

2. Podijelite sudionike u dvije do tri manje skupine i podijelite im pitanja.

3. Objasnite svakoj skupini kako postoje tri moguća odgovora na svako pitanje: muškarci, žene ili i jedni i drugi. Neka rasprave o svakom pitanju koje su dobili i kao skupina pokušaju odgovoriti na njih.

4. Dajte skupinama 20 minuta za razgovor o pitanjima i odgovorima na njih.

5. Napišite pitanja na flipchartu i potom naglas pročitajte svako pitanje; pitajte kako su skupine da podijele svoje odgovore, a potom ih napišite na flipchart.

6. Prođite kroz odgovore skupina i zamolite ih da objasne svoje odgovore.

7. Kada skupine završe s prezentacijama svih svojih odgovora, objasnite točan odgovor na svako pitanje, a to je: "Muškarci". Prođite kroz svako

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

pitanje pojedinačno i prezentirajte neke od statističkih podataka navedenih u Dodatnoj građi B i koristeći sljedeća pitanja započnite raspravu:

- Muškarci su više izloženi riziku od ovog zdravstvenog problema. Jeste li to znali?
- Što mislite zbog čega je tako?
- Mogu li muškarci izbjeći ovaj zdravstveni problem? Kako? (**Napomena**: Voditelj bi trebao potaknuti sudionike na razmišljanje o oblicima ponašanja i životnog stila koji su u vezi sa zdravstvenim problemima i o načinima kako bi se oni mogli spriječiti ili promijeniti.)

Napomena u vezi s tijekom procesa: Iako su odgovori na pitanja najčešće "muškarci", u nekim okolnostima odgovor na neka od pitanja može biti "žene" ili "i jedni i drugi". Ukoliko se to dogodi, voditelj bi trebao usmjeriti raspravu na činjenicu kako je na većinu pitanja odgovoreno s "muškarci".

8. Nakon rasprave o svakom pitanju pojedinačno, iskoristite sljedeća pitanja za sažetak ove radionice.

Pitanja za raspravu:

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

ZAKLJUČAK:

Većina uzroka smrti muškaraca povezana je sa samorazarajućim načinom života kakvim mnogi muškarci žive. Širom svijeta, na muškarce se vrši pritisak s ciljem usmjeravanja njihova ponašanja na određene načine. Na primjer, muškarci često više riskiraju, imaju više partnera, agresivniji su ili skloniji nasilju u svojim odnosima s drugima – sve ovo izlaže njih i njihove partnere riziku. Mladićima je važno kritički se odnositi prema svom životnom stilu i načinima na koje se izlažu riziku. Možda ste odgojeni s velikim samopouzdanjem, kako ne morate brinuti o svom zdravlju i/ili ne morate tražiti pomoć kad ste pod stresom. Međutim, sposobnost razgovora o svojim problemima i traženje podrške predstavljaju važne načine zaštite od različitih negativnih ishoda po zdravlje – kao što su uporaba opasnih i štetnih tvari, rizično seksualno ponašanje i sklonost nasilju. Kroz kritičko razmišljanje o ovim normama možete naučiti da zdravlje nije samo pitanje za žene, već i nešto o čemu i muškarci trebaju brinuti i možete naučiti kako bolje voditi računa o sebi.

Rizično ponašanje dječaka i mladića različito utječe na zdravlje njihovih partnerica. Muškarac koji ne koristi zaštitu i koji je sklon promiskuitetnom ponašanju dovodi svoju djevojku ili suprugu u situaciju u kojoj postoji veći rizik obolijevanja od jedne ili više spolno prenosivih bolesti. Osim toga, SPB i neželjena/neplanirana trudnoća česte su posljedice nekorištenja kontracepcije. Važno je napomenuti kako rizično ponašanje u seksualnim odnosima može dovesti do neželjene trudnoće, , ali i do prenošenja određene bolesti ili više njih.

DODATNA GRAĐA A:

ROD I ZDRAVLJE - PITANJA

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

1. Tko ima kraći životni vijek?
2. Za koga je veća vjerojatnost da će umrijeti kao žrtva ubojstva?
3. Za koga je veća vjerojatnost da će poginuti u prometnoj nesreći?
4. Za koga je veća vjerojatnost da će počiniti samoubojstvo?
5. Za koga je veća vjerojatnost da će konzumirati alkohol i napiti se?
6. Za koga je veća vjerojatnost da će umrijeti od predoziranja (pretjerane uporabe droga i ostalih štetnih tvari)?
7. Za koga je već vjerojatnost da će dobiti spolno prenosive bolesti (SPB)?
8. Za koga je veća vjerojatnost da će imati više seksualnih partnera i nezaštićen spolni odnos?
9. Za koga je manja vjerojatnost da će zatražiti liječničku pomoć?

DODATNA GRAĐA B:

ROD I ZDRAVLJE - ODGOVORI

Tko ima kraći životni vijek?

- Globalno gledajući, očekivani životni vijek muškaraca je 65 godina, a žena 69.[59]
- U Bosni i Hercegovini očekivani životni vijek muškaraca je 66 godina, a žena 72.[60]
- U Hrvatskoj očekivani životni vijek muškaraca je 72,9 godina, a žena 79,6.[61]
- U Srbiji očekivani životni vijek muškaraca je 72 godine, a žena 77 godina.[62]
- U Crnoj Gori očekivani životni vijek muškaraca je 73 godine, a žena 77.[63]

Tko više umire kao žrtva ubojstva?

- Globalno gledajući, otprilike osam od svakih 100 smrtnih slučajeva muškaraca svih uzrasta posljedica su ubojstva. Kod žena su dva od svakih 100 smrtnih slučajeva posljedica ubojstva.[64]
- je 2006. godine stopa namjernih ubojstava na 100 000 stanovnika iznosila 1,66.[65]
- U Crnoj Gori je 2005. godine ubijeno 18 muškaraca i šest žena.[66]
- U Bosni i Hercegovini se 2005 godine dogodilo 67 ubojstava.[67] Novi podaci, iz 2010. godine, pokazuju izvršenje 49 ubojstava.[68]

Tko više umire u prometnim nesrećama?

- Globalno gledajući, 28 od svakih 100 000 muškaraca i 11 od svakih 100 000 žena umre u prometnim nesrećama . Drugim riječima, gotovo tri puta više muškaraca, u odnosu na žene, umire od posljedica povreda zadobivenih u prometnim nesrećama.[69]
- U Hrvatskoj muškarci imaju 50% vveću mogućnosti biti povrijeđeni u prometnim nesrećama nego žene.[70]

Tko više umire od samoubojstava?

- Globalno promatrajući, muškarci počine samoubojstvo gotovo četiri puta više nego žene.[71]
- U Hrvatskoj muškarci počine samoubojstvo tri puta više nego žene.[72]
- U Crnoj Gori, 2005. godine, zabilježeno je 156 slučajeva samoubojstva, od kojih su 3/4 počinili muškarci.[73]
- U Bosni i Hercegovini, 2005. godine, 467 osoba počinilo je samoubojstvo; od toga su 332 muškarca i 135 žena.[74]

Tko konzumira više alkohola i tko se više opija?

- Globalno gledajući, muškarci, govoreći o povremenom opijanju i pijankama, više konzumiraju alkohol od žena.[75]
- U Hrvatskoj, prema istraživanju ESPAD-a iz 1999. godine, (ukupna veličina uzorka n=3602; muškarci n=1961 i žene n=1641; starosna skupina između 15 i 16 godina), postotak opijanja iznosio je 12% (ukupno), od čega su 15% bili muškarci i 7% žene. Opijanje se definira kao konzumiranje pet ili više pića zaredom tri ili više puta u posljednjih 30 dana.[76]

59 — World Population Datasheet. Population Reference Bureau, 2006
60 — Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine
61 — Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske, 2011.
62 — http://unstats.un.org- UN Statistics division
63 — http://unstats.un.org- UN Statistics division
64 — WHO World Report on Violence and Health, 2002
65 — http://data.un.org,2006
66 — Zavod za statistiku Crne Gore, 2005
67 — http://www.msb.gov.ba/dokumenti/strateski/?id=3441
68 — https://www.parlament.ba/sadrzaj/ostali_akti/informacije/default.aspx?id=29435&langTag=bs-BA
69 — WHO World Report on Violence and Health, 2002
70 — Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske, 2011.
71 — Bertolote JM and Fleischmann A. 2002. "A Global Perspective in the Epidemiology of Suicide". Suicidologi. Arg. 7, no. 2
72 — Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske, 2011.
73 — Odjeljenje za krivične istrage, Republike Crne Gore
74 — Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine
75 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004
76 – Hibell B et al. The 1999 ESPAD Report. The European School Survey on Alcohol and Other Drugs: Alcohol and Other Drug Use Among Students in 30 European Countries. Stockholm, Council of Europe, 2000.

DODATNA GRAĐA B:

- U Srbiji 45% mladih u dobi od 13 do 17 godina konzumira alkohol.[77]
- U Crnoj Gori je istraživanje provedeno na uzorku od pokazalo kako je 77,6% učenika srednjih škola eksperimentiralo s drogama, pri čemu je najveći postotak njih pohađao drugi razred.[78]

Tko više umire od predoziranja (pretjerane uporabe droga i ostalih štetnih tvari)?

- Globalno gledajući, u dobi između 15 i 29 godina, vjerojatnija je smrt od prekomjerne upotrebe alkohola u muškaraca.[79]
- U Hrvatskoj, istraživanje provedeno među mladima pokazalo je da je 21% mladića i 18% konzumiralo alkohol u posljednjih 30 dana.[80]

Tko ima više SPB?

- Globalno gledajući, muškarci čine veći broj slučajeva oboljelih od gonoreje i sifilisa, a žene čine veći broj slučajeva oboljelih od trihomonas infekcije (Trichomoniasis) i klamidije.[81]
- U Hrvatskoj, muškarci čine veći broj slučajeva oboljelih od gonoreje, a žene čine veći broj slučajeva oboljelih od klamidije i HPV (Humani papilloma virus).[82]

Tko ima više seksualnih partnera i tko češće stupa u nezaštićene spolne odnose?

- Globalno gledajući, muškarci češće prijavljuju veze s više seksualnih partnera nego žene, osim u nekim razvijenim industrijskim zemljama.[83]

Za koga je manje vjerojatno da će zatražiti liječničku pomoć?

- Globalno gledajući, manja je vjerojatnost da će muškarci zatražiti liječničku pomoć u odnosu na žene.[84]

---

77 – Institut za mentalno zdravlje, Republika Srbija
78 — Institut za javno zdravlje Crne Gore
79 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004
80 — www.hzjz.hr
81 — WHO Global Prevalence and Incidence of Selected Curable Sexually Transmitted Infections, 2001
82 — www.plivazdrvlje.hr, Pristupljeno 10.11.2015.
83 — Wellings, K. et al. 2006. "Sexual Behaviour in Context: A Global Perspective. The Lancet, Volume 368, Issue 9548, Pages 1706-1728
84 – Addis, M and Mahalik, J. 2003. "Men, Masculinity, and the Contexts of Help Seeking." American Psychologist, January 2003

Radionica 25:
Zdravlje mladića

CILJ:
Raspraviti kako rodne norme utječu na najčešće zdravstvene probleme mladića te utvrditi znanja koja se odnose na osnovno održavanje higijene.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart, komadići papira, samoljepljiva traka, markeri i Dodatna građa.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Ako je moguće, moglo bi biti zanimljivo po završetku ove aktivnosti posjetiti neku lokalnu zdravstvenu ustanovu u kojoj se mladići mogu upoznati i razgovarati sa zdravstvenim djelatnicima.

TIJEK:

1. Dajte svakom sudioniku dva komadića papira i neka (u tišini i samostalno) napišu dva tipična obilježja koja se odnose na muškarce (neka napišu po jedno na svakom komadiću papira). Neka te papire zadrže za kasniju fazu radionice.

2. Zalijepite dva ili tri lista flipchart papira i neka netko od sudionika bude volonter za model prema kojemu će biti nacrtane kontura tijela.

3. Kada završe crtanje konture, zamolite ih da popune crtež detaljima kako bi crtež što više sličio na mladića – neka mu nacrtaju lice, odjeću i daju mu osobnost. Na primjer, što radi kada se želi zabaviti ili što radi vikendom? Svi bi trebali sudjelovati u ovoj vježbi s crtežom. Neka sudionici daju ime mladiću kojeg su nacrtali.

4. Zatim nacrtajte još jednu skicu tijela na dva ili tri nova lista flipchart papira. Neka netko od sudionika bude volonter i nacrta genitalije na skici tijela. Ukoliko je sudionicima previše previše neugodno, to može učiniti i voditelj.

5. Kad završite ove dvije skice, dajte svakom sudioniku dva komadića papira na koja trebaju napisati dva uobičajena zdravstvena problema/potrebe s kojima se muškarci susreću (trebaju napisati po jedan na svaki komadić papira).

6. Kada završe s pisanjem, neka svaki sudionik naglas pročita zdravstvene probleme/potrebe i pričvrsti ih na onaj dio tijela gdje se taj zdravstveni problem javlja. Nije važno ako se neki problemi ponavljaju.

7. Zatim neka sudionici naglas pročitaju obilježja muškaraca koja su napisali na početku ove aktivnosti. Nakon čitanja obilježja, svaki sudionik trebao bi pričvrstiti komadić papira na tijelo pored onog zdravstvenog problema/potrebe s kojim se to obilježje može povezati. Podsjetite ih na prethodnu aktivnost i razgovor koju su vodili o socijalizaciji i zdravstvenim rizicima s kojima se muškarci suočavaju. Primjerice, karakteristika muškaraca kao osobe s puno seksualnih partnera mogla bi se na tijelu pričvrstiti pored područja prepona kako bi se označila povezanost ove karakteristike s rizikom od spolno prenosivih bolesti.

8. Istražite prepoznaju li sudionici alkoholizam, nasilje, samoubojstvo, HIV i AIDS i korištenje štetnih tvari kao zdravstvene probleme. Ukoliko ih nisu spomenuli, pitajte jesu li ovo problemi s kojima se suočavaju dečki u njihovoj zajednici.

9. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli raspravu.

Pitanja za raspravu:

1. Kakve zdravstvene probleme/potrebe imaju muškarci?
2. Koji su uzroci ovih zdravstvenih problema? Što su posljedice ovih zdravstvenih problema?
3. Postoji li veza između zdravstvenih potreba muškaraca i obilježja muškaraca koje smo identificirali?
4. Kako uloga muškarca u njegovoj obitelji ili zajednici utječe na njegovo zdravlje?
5. Vode li muškarci i žene računa o svojim tijelima i zdravlju na isti način? Kako mladići vode računa o svom zdravlju?
6. Kada su muškarci bolesni, što tada rade? Traže li obično pomoć čim se počnu osjećati loše ili čekaju? Kada su žene bolesne, što one rade?
7. Što je higijena? Na koji način muškarci trebaju održavati osobnu higijenu? Na koji način žene trebaju održavati osobnu higijenu? (pregledati Dodatnu građu)
8. Gdje mladići u vašoj zajednici mogu dobiti informacije o svom zdravlju ili tražiti pomoć za zdravstvene probleme?
9. Što vi možete učiniti u svojim vlastitim životima kako biste bolje vodili računa o svom zdravlju? Kako možemo potaknuti druge mladiće na bolju pažnju o vlastitom zdravlju?

ZAKLJUČAK:

Kao što smo raspravljali u ovoj i prethodnoj radionici, postoji jasna veza između toga kako su muškarci odgojeni i toga brinu li i na koji način o svom zdravlju. Mnogi muškarci, pokazujući tako svoju muževnost, ne brinu o svom zdravlju i možda vjeruju kako su briga o zdravlju ili pretjerana zaokupljenost zdravljem odlike žena. Ovakve vrste stavova i ponašanja naučene su u mlađoj dobi, ali imaju utjecaj na zdravlje muškaraca tijekom cijelog njihovog života. Upravo zato, neizmjerno je važno rano shvatiti koliko je važno voditi računa o sebi samima, uključujući i održavanje osnovne higijene. Čineći to, imat ćete koristi i vi i vaši partneri, o čemu će biti riječi u sljedećim aktivnostima.

DODATNA GRAĐA:[82]

DOBRE HIGIJENSKE NAVIKE ZA MLADE LJUDE

Pranje tijela
Pranjem tijela osoba ostaje čista, izbjegava infekcije i smanjuje rizik od bolesti. Perite se vodom ili sapunom jednom ili dvaput dnevno. Perite ruke prije i poslije jela. Perite ruke nakon odlaska u kupaonicu kako biste spriječili prenošenje bakterija i infekcija. Umivanje lica sapunom i vodom barem dvaput dnevno može pomoći u sprječavanju pojave akni ili ih ublažiti.

Ugodan miris
Koristite dezodorans, dječji puder ili najčešći proizvod u vašoj zemlji za ugodan miris ispod pazuha. Budite oprezni prilikom izbora određenih brisati "dezodoransnih" preparata. Neki od njih, iako se radi o dobro poznatim robnim markama, sadrže štetne tvari koje imaju negativan utjecaj na organizam.

Kosa
Redovno perite kosu kako bi uvijek bila čista. Svaki dan ili svaka dva ili tri dana ili tjedno bit će dovoljno. Glavu ne briju svi muškarci i žene. Ovo ovisi od kulture i izbora.

Zubi i usta
Koristite onaj proizvod koji se najčešće upotrebljava u vašoj zemlji i perite zube dvaput dnevno, uključujući u to pranje zubiju prije spavanja svaku večer. Pranjem zubiju pomažete sprječavanju nastanka karijesa ili kvarenja zuba. Korištenje zubne paste s fluorom također može pomoći u jačanju vaših zubiju.

Donje rublje
Svaki dan oblačite čisto donje rublje kako biste izbjegli infekcije i održavali područje genitalija čistim.

Područje genitalija
Važno je spolni ud prati i čistiti svaki dan.
Za sve muškarce važno je prati i čistiti spolni ud i područje oko anusa svaki dan. Operite sapunom i vodom svaki dan mošnice, područje između mošnica i butina, središnji dio zadnjice i anus. Za neobrezane, muškarce važno je prevlačiti kožicu i nježno prati ovo područje. Neobrezanost nije sama po sebi nehigijenska, ali neobrezani muškarci trebaju posvetiti više pažnje svojoj higijeni.

---

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

Radionica 26:
Tijela muškaraca

CILJ:
Podići razinu svijesti i znanja o muškom reproduktivnom sustavu i genitalijama.

POTREBNI MATERIJAL:
Komadići papira ili kartona, obične/kemijske olovke, po jedan primjerak Dodatne građe A i B i dovoljan broj preslika Dodatne građe C, D i E za sve sudionike.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta. Ova aktivnost često izazove mnoga pitanja kod sudionika i bilo bi korisno ostaviti dodatne dvije radionice kako biste primjereno obradili ovu temu.

PLANIRANJE:
Voditelj mora biti upoznat s ovom temom prije početka radionice ili pozvati nekoga tko ima iskustva u radu s mladima na ovu temu. Voditelj također treba odrediti razinu, primjerenu za skupinu, do koje će se ići u detalje. Za neke od sudionika ova će radionica poslužiti kao brzo ponavljanje. Međutim, mnoge od ovih informacija mogu mladićima biti novitet. Također, mnogi sudionici možda posjeduju osnovno razumijevanje anatomije i fiziologije, ali nikad nisu imali priliku postaviti određena pitanja. Ukoliko su informacije previše jednostavne za neke od sudionika, potaknite ih da podijele činjenice koje znaju s drugim sudionicima koji su slabije upoznati s ovim materijalom. Sigurno će nekim sudionicima možda biti neugodno postavljati pitanja o muškom tijelu i genitalijama. Ukoliko se to dogodi, možete se poslužiti anonimnim zapisivanjem pitanja na komadiće papira koja ćete pokupiti i naglas pročitati za raspravu. Voditelj bi također trebao stvoriti otvorenu i ugodnu atmosferu za vrijeme ove aktivnosti i rasprave.

Dodatna građa H sadrži listu web stranica i izvora koji nude informacije ili detalje u vezi s muškim reproduktivnim sustavom i zdravljem. Voditelj može dodati bilo koju relevantnu web stranicu ili izvor i sudionicima osigurati primjerke na kojima su oni navedeni.

TIJEK:

1. Prije početka radionice napišite sljedeće riječi na komadićima papira ili karticama: vans deferens (sjemenovod), spolni ud, uretra (mokraćna cijev), dosjemenik (epididymis), testis (sjemenik), mošnja, prostata, sjemeni mjehurić i mjehur. Na istom listu papira napišite opis/objašnjenje za svaku od ovih riječi kao što je predstavljeno u Dodatnoj građi C – muški reproduktivni sustav i genitalije.

2. Na početku radionice podijelite sudionike u dvije skupine. Obje skupine trebaju dobiti primjerak Dodatne građe A, Dodatnu građu C i set papira s imenima i objašnjenjima za muški reproduktivni sustav.

3. Svaka skupina mora pročitati riječi i opise koje su dobili i onda pokušati označiti različite dijelove na crtežima muškog i ženskog reproduktivnog sustava i genitalija.

4. Skupine imaju 10 minuta za dogovor i označavanje crteža u Dodatnoj građi C (prazna shema muškog reproduktivnog sustava).

5. Neka Skupine potom predstavljaju svoje slike i objašnjavaju svoje odgovore. Kada obje skupine završe prezentaciju svojih slika, neka sudionici postavljaju pitanja i rade ispravke.

6. Podijelite sudionicima preslike Dodagne građe C i zajedno pregledajte sadržaj tabele.

7. Pregledajte Dodatnu građu F – Uobičajena pitanja o muškom reproduktivnom sustavu i genitalijama. Čak i ako sudionici ne postave sami ova pitanja, važno je da dobiju ove podatke.

8. Napravite sažetak rasprave sljedećim pitanjima.

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Koje spolne organe je bilo najteže prepoznati? Zašto?

2. Je li mladićima važno znati naziv i funkciju muških spolnih organa? Zašto?

3. Je li mladićima važno znati naziv i funkciju ženskih spolnih organa? Zašto?

4. Posjeduju li mladići obično informacije o ovim temama? Zašto da ili zašto ne?

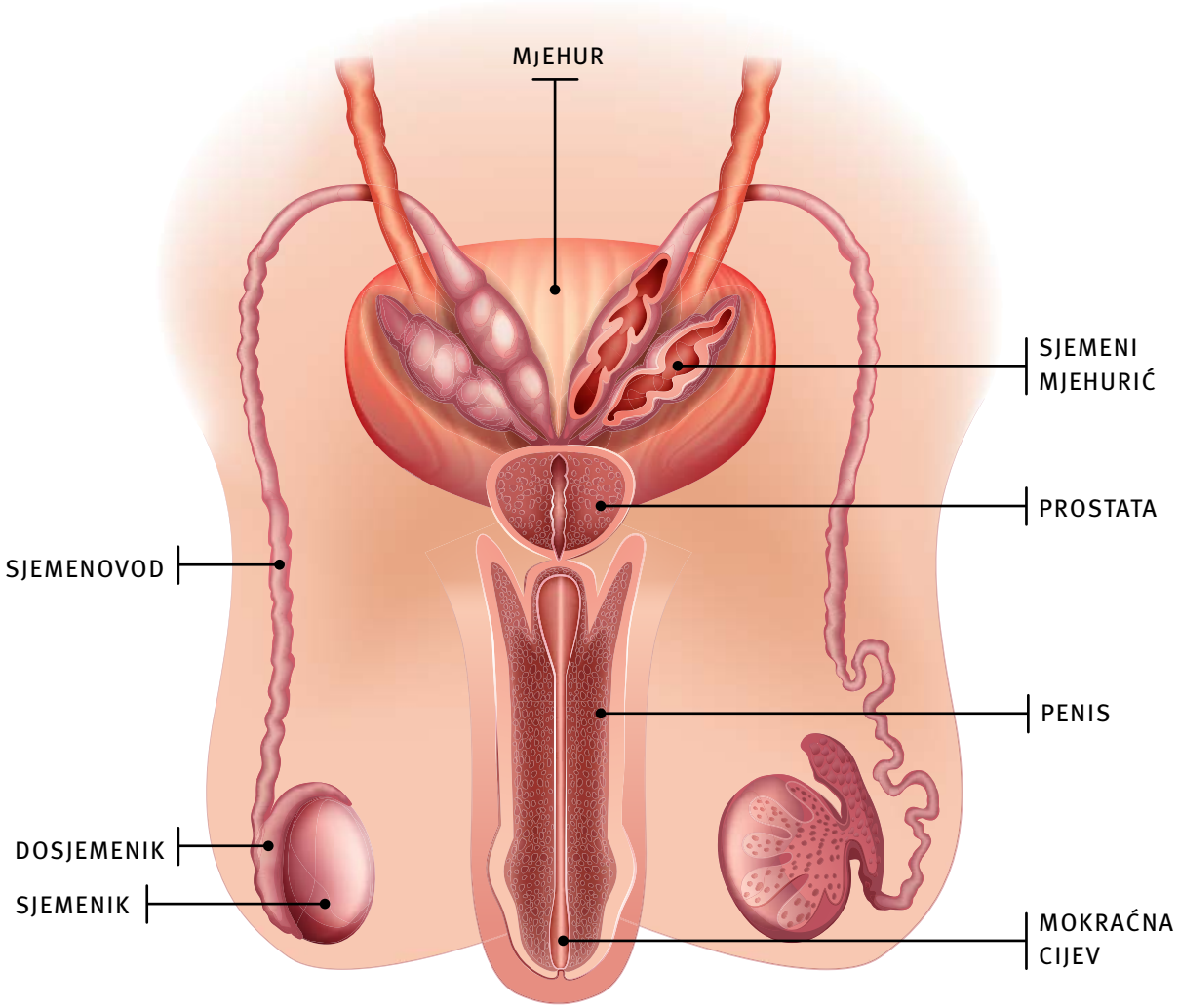
5. Što možete učiniti kako biste osigurali mladima u vašoj zajednici pristup preciznijim podacima o ovim temama?

ZAKLJUČAK:

Mnogi muškarci i žene ne znaju mnogo o svojim tijelima, niti vjeruju kako je potrebno posvetiti više vremena boljem razumijevanju istog. Kao što ćete vidjeti u raspravama tijekom drugih radionica, nepoznavanje svoga tijela i načina njegovog funkcioniranja često ima negativne posljedice po higijenu i zdravlje. Također, važno je poznavati ženski reproduktivni sustav kako biste bili što više uključeni u razgovor i odluku o planiranju obitelji i srodnim pitanjima.

DODATNA GRAĐA A:

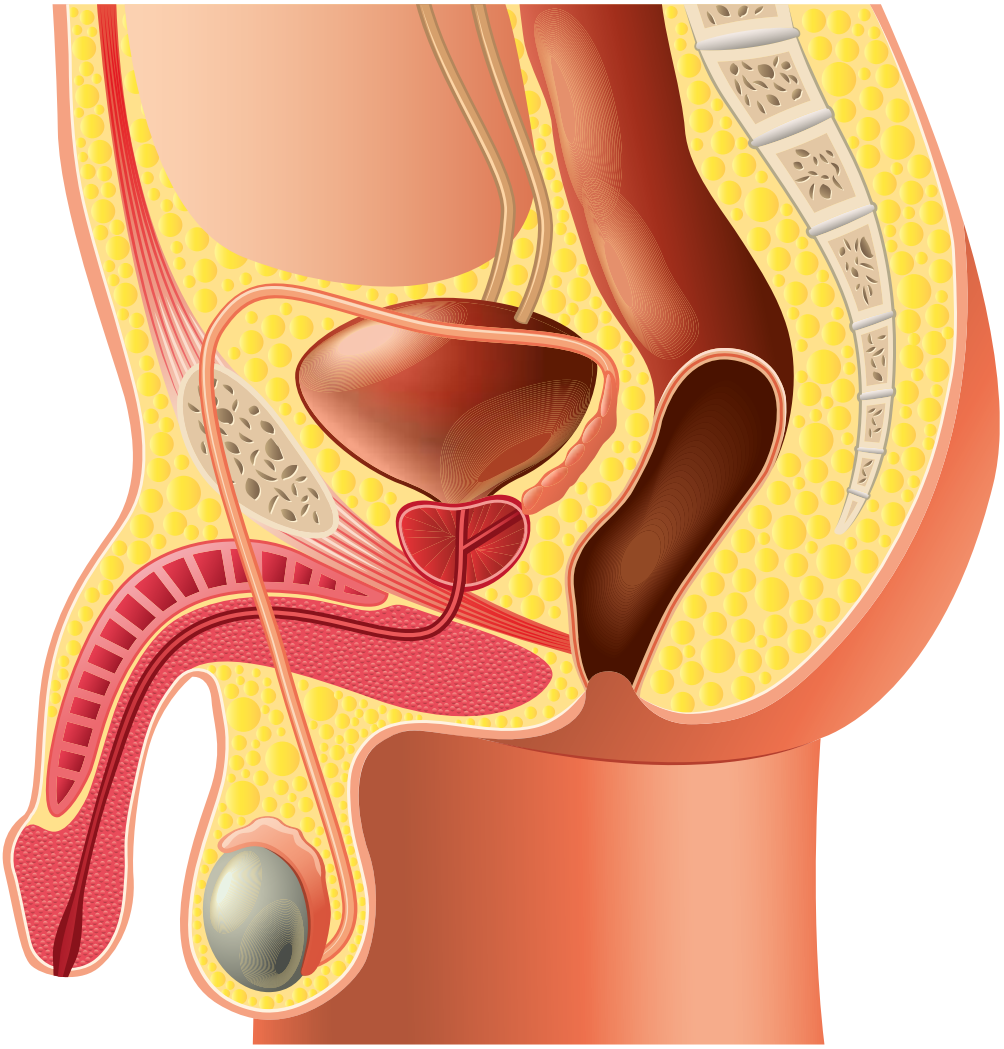
Muški reproduktivni sustav



1. Bladder – mjehur
2. Seminal vesicles – sjemeni mjehurić
3. Vas deferens – sjemenovod
4. Penis – spolni ud
5. Urethra– mokraćna cijev
6. Epididymis – dosjemenik
7. Testicle – sjemenik
8. Scrotum – mošnje
9. Prostate – prostata

DODATNA GRAĐA C:[86]

Muški reproduktivni sustav i genitalije



Od puberteta nadalje, spermiji se neprekidno proizvode u testisima (sjemenicima), koji se nalaze u mošnjama. Dok se spermij razvija, dolazi u dosjemenik, gdje sazrijeva oko dva tjedna. Spermij zatim kreće iz dosjemenika u sjemenovod. Ove cjevčice spermij provode do sjemenih mjehurića i prostate, koja proizvodi tekućinu koja se miješa sa spermijem kako bi nastalo sjeme. Tijekom ejakulacije, sjeme prolazi kroz spolni ud i izlučuje se iz tijela kroz mokraćnu cijev, istu cijev kroz koju se izlučuje urin. Mokraćni otvor mjesto je kroz koje muškarac mokri ili ejakulira.

86 — Preuzeto od Instituta za reproduktivno zdravlje, organizacije Family Health International i knjige E. Knebela (2003) "My Changing Body: Fertilty Awareness for Young People"

KLJUČNE RIJEČI:

Ejakulacija: Snažno izlučivanje sjemene tekućine iz spolnog uda.

Dosjemenik: Organ u kojem spermij sazrijeva nakon što nastane u testisima.

Spolni ud: Vanjski valjkasti muški organ koji se koristi za mokrenje ili seksualnu stimulaciju. Veličina spolnog uda razlikuje se od muškarca do muškarca. Većinu vremena, spolni ud je mekan i opušten. Za vrijeme seksualnog uzbuđenja, spužvasto tkivo uda ispuni se krvlju i ud postaje veći i čvršći – što se naziva erekcija. Tijekom spolnog odnosa, kada je izuzetno uzbuđen, spolni ud izbacuje tekućinu koja se zove sperma ili sjeme i koja sadrži spermije. Ejakulacija sperme dovodi do intenzivnog osjećaja zadovoljstva koje se naziva orgazam.

Prepucij ili kožica: Koža koja prekriva glavu spolnog uda. Kada spolni ud postigne erekciju, kožica se povuče nazad, ostavljajući glavić (glans penisa) otkriven.

Kada se ovo ne dogodi, takvo stanje se naziva fimoza (phimosis), što može prouzrokovati bol tijekom spolnog odnosa i otežati održavanje osobne higijene. Fimoza se lako korigira kirurškim zahvatom uz lokalnu anesteziju. U nekim kulturama ili zemljama ili u nekim obiteljima, kožica se kod dječaka odstrani u postupku koji se naziva obrezivanje. Kada kožica postoji, važno je svakodnevno pranje uda ispod nje.

Prostata: Žljezda koja proizvodi rijetku mliječnu tekućinu koja spermatozoidima omogućava pokretljivost, kao i to da postanu dio sjemena.

Mošnja: Kožna vreća koja se nalazi iza spolnog uda u kojoj su smješteni testisi. Njen izgled se mijenja ovisno o stanju kontrakcije ili opuštanja muskulature. Na primjer, kad je hladno, ona se skuplja i nabora, a kad je toplo ona se širi i izdužuje.

Sjeme: Tekućina koju muškarac izbacuje kroz spolni ud tijekom ejakulacije.

Sjemeni mjehurići: Male žlijezde koje proizvode gustu, viskoznu tekućinu koja osigurava energiju za spermije.

Spermij: Muška spolna stanica. Put spermija: Spermiji putuju od testisa do dosjemenika, gdje ostaju oko 14 dana i u tom periodu sazrijevaju. Odatle spermiji dolaze u sjemenovode koji ih odvode do mokraćne cijevi. U toj fazi, sjemeni mjehurići proizvode hranjivu tekućinu koja spermijima daje energiju. Prostata također proizvodi tekućinu koja pomaže spermijima plivati. Mješavina spermija i ove dvije tekućine naziva se sjeme. Tijekom seksualnog uzbuđenja, Cowperove žlijezde luče prozirni sekret u mokraćnu cijev. Ta tekućina, poznata kao prejakulat, djeluje kao lubrikant spermijima i oblaže mokraćnu cijev. Za vrijeme seksualnog uzbuđenja, može doći do ejakulacije sperme. Mala količina izbačene sperme (jedna do dvije žličice) može sadržati i do 400 milijuna spermija.

Testisi: Muške spolne žlijezde smještene u mošnjama te stvaraju spermije. Jedan od hormona koji nastaje u testisima je testosteron, odgovoran za sekundarne seksualne karakteristike muškarca, kao što su nijansa kože, dlake na licu, boja glasa i mišići. Testisi imaju oblik dva jajeta i kako biste ih osjetili, morate samo opipati mošnje. Oni su smješteni izvan tijela, jer se sperma proizvesti isključivo na temperaturi nižoj od tjelesne temperature. Mošnje se u stvari opuštaju i odvajaju od tijela kada je toplo, a skupljaju se prema tijelu kada je hladno , s ciljem reguliranja optimalne temperature za proizvodnju sperme. Lijevi testis obično je spušten niže nego desni. Samopregled testisa jednom mjesečno važan je za očuvanje zdravlja. Kružnim pokretima pređite prstima preko testisa. Ukoliko osjetite bilo kakav čvor, otok ili bol trebate odmah otići liječniku na pregled.

Mokraćna cijev: Kanal koji nosi urin iz mjehura (organ u kome se urin zadržava u tijelu) do mokraćnog otvora. Kod muškaraca mokraćna cijev također nosi i sjeme.

Mokraćni otvor: Mjesto iz kojeg muškarac mokri.

Sjemenovod: Dugi, uski kanali koji odvode spermije iz dosjemenika.

DODATNA GRAĐA F:[87]

Uobičajena pitanja o muškom reproduktivnom sistemu i genitalijama

P. **Što je masturbacija?**
O. Masturbacija je trljanje, milovanje ili neka druga stimulacija spolnih organa – spolnog uda, vagine i grudi – kako bi se postiglo zadovoljstvo ili izrazili seksualni osjećaji. I muškarci i žene mogu otkriti seksualne osjećaje i osjetiti seksualno zadovoljstvo masturbacijom. Ne postoji znanstveni dokaz da masturbacija uzrokuje ikakvo oštećenje na tijelu ili umu. Masturbacija je medicinski problem isključivo kada osobi ne dopušta normalno funkcioniranje ili kada se izvodi u javnosti. Međutim, postoje mnoge vjerske i kulturološke prepreke masturbaciji. Odluka o tome treba li pojedinac masturbirati ili ne prepuštena je osobnom izboru.

P. **Mogu li sjeme i urin istovremeno izlaziti iz tijela?**
O. Neki mladići brinu o ovome, jer se isti prolaz koristi i za urin i za sjeme. Valvula (zalistak) u dnu mokraćne cijevi onemogućava prolazak urina i sjemena kroz ovu cijev istovremeno.

P. **Koja je prava dužina spolnog uda?**
O. Prosječan spolni ud dug je između 11 i 18 centimetara kada je u erekciji. Ne postoji standardna veličina, oblik i dužina spolnog uda. Neki su debeli i kratki. Drugi su dugački i tanki. Nema istine u tvrdnji da je veći spolni ud bolji.

P. **Je li normalno da je jedan testis niže spušten od drugog?**
O. Da. Kod većine muškaraca testisi vise nejednako.

P. **Je li problem ako je spolni ud malo zakrivljen?**
O. Normalno je da muškarac ima zakrivljen spolni ud. On se ispravi tijekom erekcije.

P. **Kakva su to ispupčenja na glaviću spolnog uda?**
O. Ta ispupčenja su žlijezde koje proizvode bijelu mliječnu supstanciju. Ova supstancija pomaže kožici glatko povlačenje natrag preko glavića. Međutim, ako se nakupi ispod kožice može prouzrokovati neprijatan miris ili infekciju. Važno je sve vrijeme održavati područje ispod kožice čistim.

P. **Kako se može spriječiti erekcija u javnosti?**
O. To je normalno. Iako možda mislite kako je to neugodno, pokušajte se sjetiti kako većina ljudi neće ni primijetiti erekciju, osim ako vi ne skrenete pažnju na to.

P. **Hoće li zbog vlažnih snova ili ejakulacije mladić izgubiti svu svoju spermu?**
O. Ne. Muško tijelo cijeloga života neprestano proizvodi spermu.

---

87 — Preuzeto od Instituta za reproduktivno zdravlje, organizacije Family Health International i knjige E. Knebela (2003.) "My Changing Body: Fertilty Awareness for Young People"

DODATNA GRAĐA G:

Za više informacija o ovoj temi, posjetite sljedeće web stranice:

1. http://pazisex.net/
2. http://www.youngmeninitiative.net/en/perpetuum
3. www.xy.com.ba
4. http://www.pm.rs.ba/
5. https://www.facebook.com/NGOYouthPower/
6. www.sezamweb.net
7. http://www.who.int
8. http://www.zdravlje.nshc.org.rs
9. www.iwannaknow.org
10. www.status-m.hr
11. http://www.ippf.org

Radionica 27:
Tijela žena

CILJ:
Podići razinu svijesti i znanja o ženskom reproduktivnom sustavu i genitalijama.

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke za pitanja (ako je potrebno). Preslike Dodatne građe 3A-H.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Čak i nakon rasprave, sudionici se možda neće osjećati ugodno i neće se usuditi postavljati pitanja o ženskom tijelu i genitalijama. Ako se to dogodi, možda bi bilo dobro zamoliti ih da svoja pitanja napišu na papirićima koji će onda biti prikupljeni i naglas pročitani za raspravu.

TIJEK:

1. Napraviti interaktivnu prezentaciju anatomije i fiziologije ženskog reproduktivnog sustava. Možete ga nacrtati na flipchartu ili koristiti preslike ili crteže.

2. Zajedno sa sudionicima imenujte različite dijelove reproduktivnog sustava te objasnite oni funkcioniraju. Teme higijene intimnih dijelova, nevinosti, menstruacije, zadovoljstva i orgazma trebaju biti uključene prilikom objašnjavanja anatomije.

3. Pitajte sudionike imaju li dodatnih pitanja.

4. "Njen prvi pregled kod ginekologa" – neka se sudionici udobno smjeste i zatvore oči. Ispričajte im priču o tome kako bi posjet ginekologu trebao izgledati. Možete koristiti Dodatnu građu kao ideju za priču. Ako voditelj zaključi da ovaj dio radionice nije pogodan za mješovite skupine, pokušajte barem objasniti važnost odlaska kod ginekologa.

   MOGUĆNOST: Podijelite sudionike u skupine i dajte im prazne slike ženskih i muških reproduktivnih organa i recite im da napišu nazive različitih dijelova. Koristite brošure.

5. Započnite raspravu koristeći pitanja ispod.

Pitanja za raspravu:

1. Koje je spolne organe bilo najteže prepoznati? Zašto?
2. Mislite li da je djevojkama i mladićima važno znati naziv i funkciju spolnih organa? Zašto?
3. Mislite li da je važno da mladi znaju naziv i funkciju spolnih organa suprotnog spola? Zašto?
4. Kako ovo znanje (ili njegov izostanak) utječe na seksualno zadovoljstvo?
5. Koje je druge informacije o tijelu žene i muškarca važno poznavati?
6. Imaju li mladi Jesu li mladi informirani o ovim temama? Zašto da ili zašto ne?
7. Gdje mogu dobiti ove informacije?
8. Koja je uloga ginekologa?
9. Što kada je riječ o muškarcima? Koga posjećuju muškarci ako imaju neki problem ili žele savjet?
10. Što možete učiniti da mladima u vašoj zajednici osigurate pristup preciznijim podacima o ovim temama?

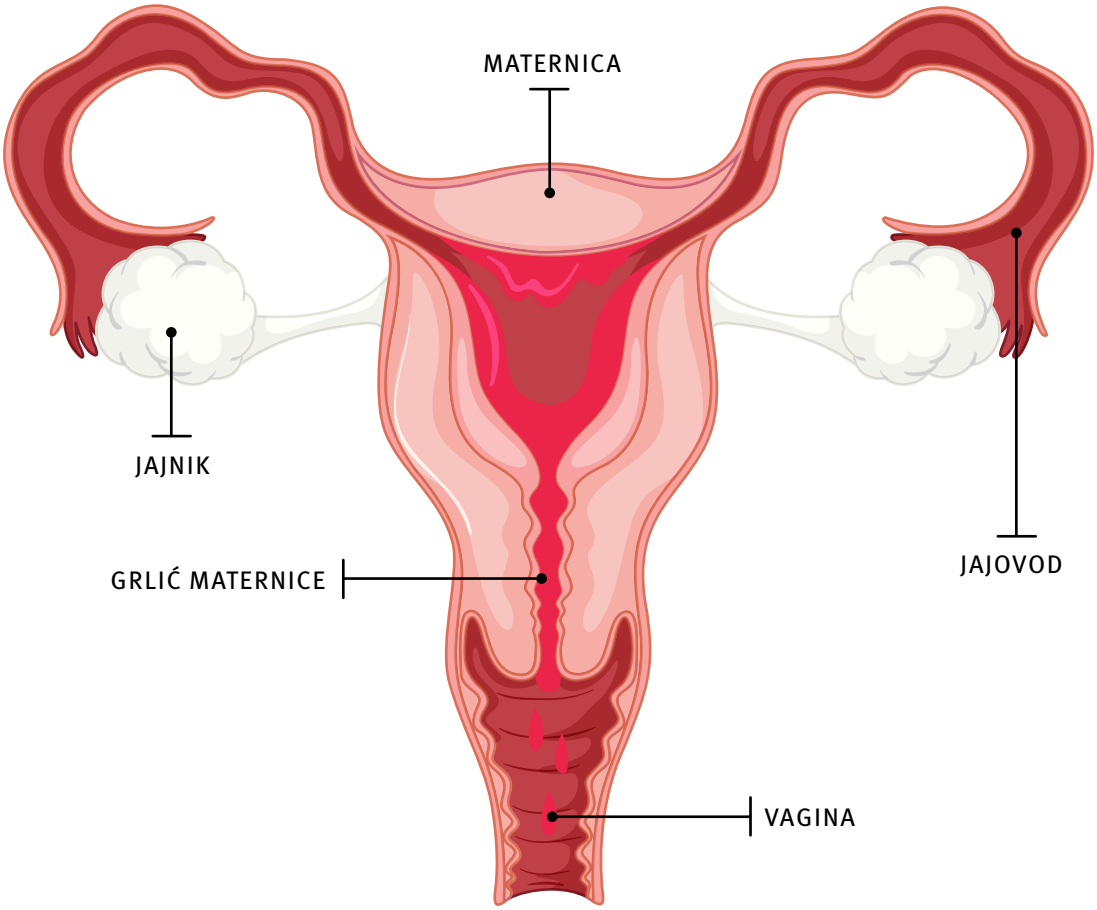
Zaključak:

Kao djevojke, imate pravo znati i u potpunosti razumjeti svoje tijelo. Poznavanje vlastitog seksualnog i reproduktivnog sustava važno je kako biste imali ispunjen seksualni život koji uključuje sprječavanje neplaniranih trudnoća i SPB i zdrav reproduktivni život, ukoliko odlučite imati djecu.

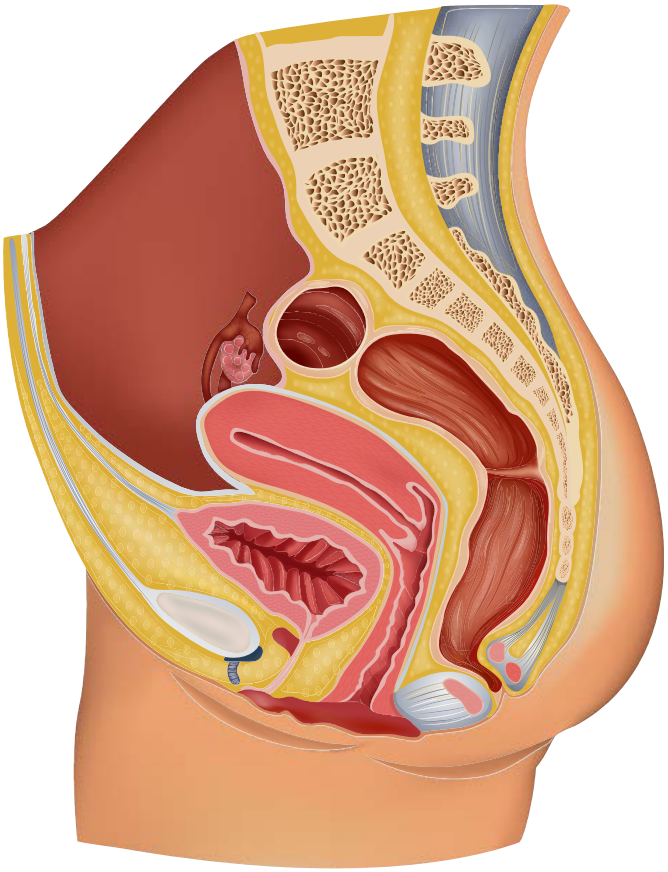
Koristite brošure povezane s ovom radionicom:
Dodatna građa 3A - Ženski reproduktivni sustav - unutarnje genitalije
Dodatna građa 3B - Ženski reproduktivni sustav - vanjske genitalije
Dodatna građa 3D - Ženski reproduktivni sustav - unutarnje genitalije sa sljedećim objašnjenjima:

DODATNA GRAĐA 3A:

Ženski reproduktivni sustav - unutarnje genitalije



1. Ovary - jajnik
2. Fallopian tube - jajovod
3. Uterus - maternica
4. Cervix - vrat/grlić maternice
5. Vagina – vagina



Objašnjenje

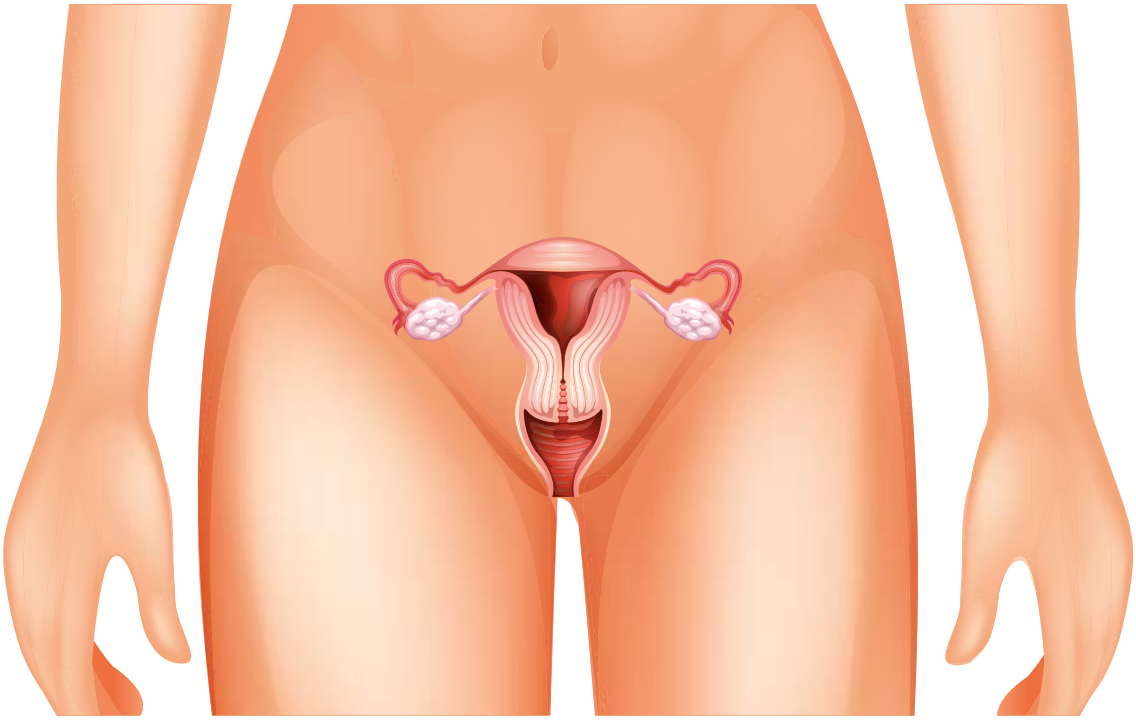
Svaka je žena rođena s tisućama jajašaca u svojim jajnicima. Jajašca su toliko malena da se ne mogu vidjeti golim okom. Kada djevojka uđe u pubertet, malo jajašce sazrije u jednom od njenih jajnika i zatim se jajovodom spušta do maternice. Ovo oslobađanje jajašca iz jajnika nazivamo ovulacijom. Maternica se priprema za dolazak jajašca stvaranjem debele i meke sluznice, baš poput jastuka. Ako je djevojka imala spolne odnose nekoliko dana prije ovulacije, do trenutka kada jajašce stigne do jajovoda, spermiji bi ga tamo mogli čekati kako bi se sjedinili s njim. Ako se jajašce spoji sa spermijem (što se naziva oplodnjom), jajašce putuje do maternice i ugnijezdi se u sluznici maternice i tamo ostaje sljedećih devet mjeseci, razvijajući se u bebu. Ako jajašce nije oplođeno, tada maternica ne treba debeli sloj koji je stvorila za zaštitu jajašca. Ona odbacuje sluznicu, zajedno s krvlju, tjelesnom tekućinom i neoplođenim jajašcem. Sve ovo prolazi kroz grlić maternice i izlazi iz vagine. Ovo krvarenje nazivamo "mjesečnicom" ili menstruacijom.

KLJUČNE RIJEČI

Grlić maternice: Donji dio maternice koji se proteže do vagine.
Jajovodi: Cijevi koje nose jajašce od jajnika do maternice.
Oplodnja: Sjedinjenje jajašca i spermija.
Menstruacija: Mjesečno izlučivanje krvi i tkiva obloge maternice.
Jajnici: Dvije žlijezde koje sadrže tisuće nezrelih jajašaca.
Ovulacija: Periodično oslobađanje zrelog jajašca iz jajnika.
Sekrecija: Proces u kojem žlijezde izlučuju određeni materijal u krvotok ili van tijela.
Maternica: Mali, šuplji, mišićni ženski organ koji prihvaća fetus i održava njegov razvoj od trenutka implantacije do rođenja.
Vagina: Kanal koji formira prolaz od maternice do izlaza iz tijela.

DODATNA GRAĐA 3B:

Dodatna građa 3B - Ženski reproduktivni sustav - vanjske genitalije



1. Outer lip - velike usne (vanjske)
2. Inner lip - male usne (unutrašnje)
3. Opening of vagina - vaginalni otvor
4. Clitoris - klitoris/dražica
5. Urinary opening - mokraćni otvor
6. Anus - anus

Vanjske genitalije sastoje se od dva zaobljena sloja naborane kože: labia majora (ili vanjske usne) i labia minora (ili unutarnje usne). Usne prekrivaju i štite otvor rodnice. Unutarnje i vanjske usne spajaju se u pubičnom području. Blizu vrha usana, unutar nabora, nalazi se malo cilindrično tijelo koje se naziva klitoris. Klitoris se sastoji od istog tipa tkiva kao i glavić muškog spolnog uda i veoma je osjetljiv. Odgovoran je za seksualno zadovoljstvo žena. Njegova stimulacija može kod dovesti do intenzivnog osjećaja zadovoljstva koji se naziva orgazam. Mokraćna cijev (uretra) kratka je cijev koja provodi urin iz mjehura van tijela. Urin se izbacuje iz tijela žene kroz mokraćni ili urinarni otvor. Rodnica je mjesto odakle izlazi menstrualna krv žene i također može biti izvor zadovoljstva za žene. Mokraćni otvor i otvor rodnice čine područje koje se naziva predvorje rodnice (vestibulum vaginae). Svi zajedno, vanjski ženski spolni organi nazivaju se stidnica (vulva).

KLJUČNE RIJEČI:

Klitoris: Mali organ u gornjem dijelu usana koji je osjetljiv na podražaj.

Labia majora (vanjske usne): Dva kožna nabora (po jedan s obje strane vaginalnog otvora) koji prekrivaju i štite spolni organ, uključujući i predvorje rodnice.

Labia minora (unutarnje usne): Dva kožna nabora između velikih usana koja se protežu od klitorisa s obje strane mokraćnog i vaginalnog otvora.

Mokraćna cijev: Kratka cijev koja vodi urin iz mjehura van tijela (organ u kome se urin zadržava u tijelu).

Mokraćni (urinarni) otvor: Mjesto iz kojeg žena mokri.

Vaginalni otvor: Otvor u vagini odakle menstrualna krv izlazi iz tijela.

Predvorje rodnice: Područje vanjskih ženskih genitalija koje se sastoji od vaginalnog i mokraćnog otvora.

Stidnica: Vanjski spolni organi žene, a uključuje velike usne, male usne, klitoris i predvorje rodnice.

DODATNA GRAĐA 3G:

Uobičajena pitanja o ženskom reproduktivnom sustavu i genitalijama

P. **Koliko dugo menstruacija treba trajati?**
O. Menstruacija se događa kada zadebljana obloga maternice i dodatna krv izlaze kroz vaginalni kanal. Menstruacija obično traje od tri do pet dana, iako se svako trajanje između dva i sedam dana smatra normalnim. Kada žena prvi put dobije menstruaciju, njeno trajanje i učestalost mogu biti neredoviti. Ovo se također može dogoditi starijim ženama koje se približavaju menopauzi.

P. **Svijest o plodnosti - Kada su žene i muškarci plodni?**
O. Žene: Kada djevojka počne imati menstruaciju, to znači da su njeni reproduktivni organi počeli raditi i ona može zatrudnjeti ukoliko ima spolni odnos. Žena je u mogućnosti zatrudnjeti samo određenih dana svakog mjeseca. Žena je plodna kada ovulira. Ovulacija je periodično ispuštanje sazrelih jajašaca iz jajnika. Obično se događa sredinom menstrualnog ciklusa žene – otprilike 14 dana nakon što joj menstruacija počne. Međutim, zbog raznih čimbenika, uključujući stres, bolest i ishranu, ovulacija se može pojaviti u bilo koje vrijeme tijekom menstrualnog ciklusa. Muškarci: Počevši od svoje prve ejakulacije, muškarac je plodan svaki dan i ima sposobnost začeti dijete do kraja života.

P. **Mogu li djevojke koje nisu imale spolne odnose koristiti tampone?**
O. Mogu. Nasuprot onome što neki ljudi misle, nevina djevojka, djevojka je koja nije stupila u spolni odnos. Bilo koja ženska osoba može koristiti tampon, bez obzira na to je li ona djevica ili nije. Tampon je kompriminirani pamuk cilindričnog oblika. Umeće se u vaginu tijekom menstruacije kako bi upio krv koja ulazi u vaginu iz maternice. Žena ne može izgubiti nevinost korištenjem tampona.

P. **Kako žena zna ima li vaginalnu infekciju?**
O. Vaginalne infekcije veoma su česte, a većina žena dobije ih barem jednom u svom životu. Postoji mnogo mogućih znakova vaginalne infekcije. Neki uobičajeni simptomi su:

- vaginalna iritacija, kao što su svrbež, osip ili bol
- iscjedak neugodnog mirisa
- gusti, bijeli, grudvičasti iscjedak (slične strukture kao svježi sir)
- zeleni, žuti ili sivkasti iscjedak
- često mokrenje ili peckanje kože tijekom mokrenja.

Žene osjećaju ove simptome u različitoj mjeri. Ako imate bilo koji od ovih simptoma ili vaginalnu neugodnost ili ako niste sigurni imate li vaginalnu infekciju, trebate se posavjetovati sa zdravstvenim stručnjakom.

P. **Što je klitoris?**
O. Klitoris je mali organ u gornjem dijelu stidnih usana. Sastoji se od istog tipa tkiva kao i glavić spolnog uda. Veoma je osjetljiv na stimulaciju.

P. **Što je masturbacija?**
O. Masturbacija se definira kao trljanje, milovanje ili neka druga stimulacija spolnih organa – spolnog uda, vagine i grudi – kako bi se postiglo zadovoljstvo ili izrazili seksualni osjećaji. Masturbacija je normalna i jedan od načina upoznavanja svoga tijela. Mnogi ljudi, muškarci i žene, masturbiraju u nekom trenutku u svom životu. Ne postoji znanstveni dokaz da masturbacija uzrokuje ikakvo oštećenje tijela ili uma.. Odluka o tome treba li pojedinac masturbirati ili ne prepuštena je osobnom izboru. Neke kulture, religije i pojedinci protive se masturbaciji. Ukoliko imate pitanja ili nedoumice u vezi s masturbacijom, trebalo bi razgovarati s pouzdanom odraslom osobom kao što je roditelj, profesor, duhovni vođa ili medicinski djelatnik.

DODATNA GRAĐA 3H:

Priprema za posjet ginekologu:

Prije odlaska ginekologu ne morate obavljati nikakve posebne pripreme osim uobičajenih higijenskih navika. Ginekolog će vas pitati o vašoj posljednjoj menstruaciji pa ponesite svoju evidenciju o tome ako je vodite ili se barem pokušajte sjetiti kada ste posljednji put imali menstruaciju.

Obično imate mogućnost između dostupnih ginekologa izabrati onoga kod kojeg želite ići. Također, možete izabrati želite li ženskog ili muškog ginekologa.

Kada uđete u ordinaciju kod ginekologa on/ona će prvo razgovarati s vama. Postavit će vam nekoliko pitanja. To su osnovna pitanja, ne nužno ovim redoslijedom:

Vaše menstruacije. Kada ste ju imali prvi put, jesu li redovite, kada ste ju imali posljednji put. Jesu li bolne, koliko dugo traju... Imate li neke druge probleme.

Nevinost – jeste li imali vaginalni spolni odnos. Ako je odgovor negativan, a potrebno je obaviti pregled, on se može obaviti pažljivo, kroz anus, prstom, a ne vaginalno. To može biti neugodno, ali ne bi trebalo boljeti.

Ako ste seksualno aktivni ili planirate biti, a ne želite imati djecu u skorije vrijeme, možete razgovarati o tome koje metode kontracepcije i zaštite od SPB koristite (ili bi mogli početi koristiti).

Ukoliko planirate trudnoću, vaš ginekolog bi to svakako trebao znati, kako bi se što bolje pobrinuo za zdravlje vas i vaše bebe.

Ako ste trudni ili sumnjate u moguću trudnoću, morate reći svom ginekologu prije pregleda.

Kako izgleda pregled?
Reći će vam da odete iza paravana i skinete svu odjeću s donjeg dijela tijela (osim čarapa), uključujući i donji veš. Obucite papuče i idite do stolice koja nalikuje stolu. Lezite na rub stolice, podignite noge uvis i postavite stopala u držače za noge. Vaše noge bit će raširene, a vaši intimni dijelovi bit će okrenuti prema stolici na kojoj će sjediti Vaš liječnik.

Vidjet ćete neke instrumente različitih oblika i veličina. Liječnik će staviti rukavice i najprije ispitati vanjsko genitalno područje. On ili ona će pogledati ima li znakova infekcije, kao što su upale, diskoloracija i iscjedak.

Bimanualni pregled
Noseći rukavice, liječnik ili liječnica će ubaciti jedan ili dva prsta u vaginu. Koristeći drugu ruku, liječnik će pritiskati donji dio abdomena. On ili ona će provjeriti ima li bilo kakvih abnormalnosti u veličini i obliku unutarnjih organa. Neki će liječnici potom umetnuti prst u rektum i provjeriti ima li bilo kakvih abnormalnosti i provjere stanje mišića koji odvajaju rektum i vaginu. Liječnik može istovremeno umetnuti prst u vaginu kako bi to bolje provjerio. Važno je napomenuti kako žene imaju pravo pregleda ako se osjećaju neugodno. Isto tako, one imaju pravo zahtijevati uporabu sterilnih rukavica.

Liječnik će potom uvesti spekulum u vaginalni kanal kako bi razdvojio vaginalne zidove. On/ona će izabrati insturment koji vam najbolje odgovara, što je zapravo razlog zašto ih ima toliko mnogo. Instrumenti su tu kako bi liječnik dobio bolji pristup vašim unutranjim genitalijama – to omogućava liječniku vizualni pregled vagine i grlića maternice. Liječnik će pregledati ima li iritacija, izraslina ili pretjeranog cervikalnog iscjetka. U nekim slučajevima, liječnik će koristiti štapić s vatom kako bi uzeo uzorak cervikalne sluzi. Ovaj uzorak može se testirati na spolno prenosive infekcije ili infekcije. Ako želite da vaš liječnik napravi testiranje, svakako mu/joj to recite na početku pregleda.

Liječnici bi, također, periodično trebali obavljati PAPA testove. Koristeći špatulu ili četkicu, liječnik će nježno sastrugati grlić maternice kako bi prikupio stanice sa zida grlića. Ove će stanice potom biti testirane na prisustvo prekancerogenih ili kancerogenih stanica. Obično su potrebna tri tjedna za analizu uzorka. Žena može osjetiti blagu neugodnost ili malo krvarenje tijekom PAPA testa. Nakon što je liječnik obavio PAPA test, on ili ona će ukloniti spekulum i provjeriti je li došlo do iritacije vaginalnog kanala uzrokovane instrumentom.

Liječnik bi također trebao opipati vaše grudi, kako bi provjerio postojanje kvržica i i pokazati vam kako to i sami možete činiti. Nije svaka promjena ili kvržica na vašem tijelu nešto zbog čega bi se trebalo zabrinuti, ali potrebno ih je pregledati, jer ako su kancerogene, što se ranije otkriju, veće su mogućnosti za rješavanje problema bez komplikacija.

Redoslijed pregleda može se razlikovati, ali se rutinski sastoji od navedenih koraka. On ne bi trebao biti bolan, ali može biti neugodan. Ako ste napeti, naprezat ćete mišiće i , zbog čega ovaj pregled može biti bolan. Upravo stoga, pokušajte leći i opustiti sve svoje mišiće. Zapamtite, pregled traje samo nekoliko minuta. Dakle, trebalo bi posjetiti ginekologa ako ste imali menstruaciju, ako ste seksualno aktivni, ako sumnjate da ste u drugom stanju, ako planirate trudnoću, ili ako želite informacije o kontracepciji i SPB. Također, trebali biste posjetiti ginekologa kako biste se uvjerili u svoje zdravlje, nepostojanje SPB ili neke druge infekcije te radi prevencije raka jajnika, grlića maternice i dojke. Ako imate akne ili druge kožne probleme, , razlog tome mogu biti hormonalni poremećaji. Zbog toga , i svih ostalih dosad navedenih razloga, definitivno vrijedi posjetiti ginekologa!

Radionica 28:
Hoću, neću, hoću, neću

CILJ:
Razgovarati o izazovima s kojima se susrećemo tijekom pregovaranja o apstinenciji ili o spolnom odnosu u intimnim vezama.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, markeri i Dodatna građa

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Za vrijeme trajanja ove aktivnosti, neki dečki mogu odigrati ulogu žene i obratno. Ova aktivnost nije uvijek laka za mlade i trebala bi biti predstavljena kao jedna od mogućih aktivnosti (alternativna tijek: bila bi da se mladi uključe u raspravu, radije nego u igru uloga, a na osnovu prezentiranog scenarija). U slučaju igre uloga, vrlo vjerojatno će se pojedini sudionici smijati tijekom vježbe. Važno je shvatiti kako je smijeh dijelom posljedica nespretnosti ili čak nelagode, koju sudionici mogu osjećati igrajući ulogu suprotnog spola ili gledajući kako drugi sudionici igraju ulogu suprotnog spola. Trebate biti fleksibilni na ovakve reakcije i, ukoliko se ukaže pogodan trenutak, podsjetiti sudionike na raspravu koju ste vodili tijekom aktivnosti **"Što je to što zovemo rod?"** Važno je ohrabriti ih i poticati na razmišljanje o tome zbog čega bi mogli reagirati na određeni način kada vide muškarce kako preuzimaju tradicionalne uloge ili karakteristike žena, ili žene kako preuzimaju tradicionalne uloge ili karakteristike muškaraca.

Ukoliko to vrijeme dozvoli, ova aktivnost može poslužiti za igru uloga pregovaranja povezanog s korištenjem prezervativa u intimnoj vezi ili pregovaranja oko nekih drugih pitanja kao što je odlučivanje o broju djece ili o tome kako trošiti prihod domaćinstva.

TIJEK:

1. Podijelite sudionike u četiri skupine i dodijelite svakoj skupini temu za razgovor iz sljedeće tabele. Dvije skupine predstavljat će muškarce (M1 i M2), a dvije skupine predstavljat će žene (Ž1 i Ž2).

SKUPINA	TEME ZA RAZGOVOR
M1	Razlozi zbog kojih muškarci žele imati spolne odnose u intimnoj vezi
M2	Razlozi zbog kojih muškarci ne žele imati spolne odnose u intimnoj vezi
Ž1	Razlozi zbog kojih žene žele imati spolne odnose u intimnoj vezi
Ž2	Razlozi zbog kojih žene ne žele imati spolne odnose u intimnoj vezi

2. Objasnite kako će od skupina (ili volontera iz svake skupine) biti napravljeni parovi kako bi se mogli voditi pregovori o apstinenciji i spolnom odnosu. Dajte skupinama 5 do 10 minuta za razgovor i pripremu za pregovore.

3. Prvi pregovori:
   Skupina M1 (muškarci koji žele imati spolne odnose) pregovara sa **skupinom Ž2** (žene koje ne žele imati spolne odnose). Zamolite pojedince ili skupine da pregovaraju **zamišljajući da je riječ o intimnoj vezi** u kojoj muškarac želi intimne odnose, ali žena ne želi.

4. Drugi pregovori:
   Skupina M2 (muškarci koji ne žele imati spolne odnose) pregovara sa skupinom Ž1 (žene koje žele imati spolne odnose). Igra uloga trebala bi biti izvedena na isti način kao i prethodno opisana. Nakon pregovora, zamolite sudionike da vam kažu kako su se osjećali i što su naučili iz vježbe.

5. U oba slučaja voditelj bi trebao na flipchart papir zapisati najvažnije argumente, kako one ZA, tako i one PROTIV.

6. Otvorite raspravu s ostatkom skupine.

Pitanja za raspravu:

1. Na koji su način pregovori slični onome što se događa u stvarnom životu?
2. Što olakšava pregovore o apstinenciji s intimnim partnerom? Što ih otežava?
3. Što se dogodi kada do pregovora dođe u trenutku zanosa, a ne prije toga? Postaju li tada stvari lakše ili znatno teže?
4. Koji su razlozi zašto djevojke žele imati spolni odnos? A koji zašto ne žele? (vidjeti Dodatnu građu)
5. Koji su razlozi zašto mladići žele imati spolni odnos? A koji zašto ne žele? (vidjeti Dodatnu građu)
6. Kako mladići reagiraju ako djevojka preuzme inicijativu i zatraži spolni odnos?
7. Mogu li muškarci ikada odbiti spolni odnos? Zašto da i zašto ne?
8. Mogu li žene ikada odbiti spolni odnos? Zašto da i zašto ne?
9. Je li korektno vršiti pritisak na nekoga za spolni odnos? Zašto da i zašto ne?
10. Kako se dečki i djevojke mogu nositi s pritiskom vršnjaka i partnera u pogledu spolnog odnosa?
11. Što ste naučili iz ove vježbe? Kako to znanje možete primijeniti na vlastite odnose?

Zaključak:

Mnogi čimbenici utječu na donošenje odluke o spolnom odnosu ili suzdržavanju od spolnog odnosa. Kada je riječ o ženama, strah od gubitka partnera ili niska razina samopoštovanja može ih navesti na prihvaćanje spolnog odnosa. Među muškarcima, odluka o spolnom odnosu može doći kao posljedica pritiska vršnjaka ili društvene sredine za dokazivanje svoje muškosti. Nadalje, stilovi komunikacije, osjećaji, samopoštovanje i nejednaki odnosi moći, moći - sve to ulogu u pregovorima partnera o tome hoće li ili neće imati spolni odnos. Važno je biti savjestan i znati kako različiti čimbenici utječu na želje i odluke vas i vašeg partnera. Također je važno zapamtiti kako pregovori ne znače pobjedu po svaku cijenu, već pronalazak najboljeg rješenja za obje strane.

DODATNA GRAĐA[88]

RAZLOZI ZBOG KOJIH MLADIĆI I DJEVOJKE STUPAJU U SPOLNI ODNOS

- kako bi prekinuli pritisak koji dolazi od njihovih prijatelja/partnera
- kako bi iskazali ljubavne osjećaje u vezi
- kako bi izbjegli usamljenost
- kako bi dokazali svoju muževnost/ženstvenost
- kako bi dobili naklonost ili se osjećali voljenim/voljenom
- kako bi ostvarili i postigli zadovoljstvo
- stupaju u jer vjeruju da to svi rade
- kako bi pokazali neovisnost od roditelja i drugih odraslih osoba
- kako bi zadržali partnera
- ne znaju kako reći "ne"
- kako bi dokazali da su odrasli
- kako bi zatrudnjeli ili postali roditelji
- kako bi zadovoljili znatiželju
- nemaju ništa bolje raditi
- kako bi dobili novac ili darove
- medijske poruke čine spolni odnos glamuroznim
- misle kako će ih to izliječiti od HIV i AIDS-a

RAZLOZI ZBOG KOJIH MLADIĆI I DJEVOJKE NE STUPAJU U SPOLNI ODNOS

- zbog religioznih uvjerenja ili osobnih/obiteljskih vrijednosti
- kako bi izbjegli neželjenu trudnoću
- kako bi izbjegli SPB/HIV
- kako bi izbjegli povredu svog ugleda
- kako bi izbjegli osjećaj krivnje
- zato što plaše da će biti bolno
- zato što čekaju pravog partnera
- nisu spremni
- zato što žele pričekati brak
- kako ne bi razočarali svoje roditelje

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

Radionica 29:
Riskiram kad...

CILJ:
Razgovarati o situacijama u životu mladih koje ih izlažu riziku od SPB, HIV-a i AIDS-a i/ili neplanirane trudnoće i identificirati izvore podrške za smanjenje ovakvih rizika.

POTREBNI MATERIJAL:
Izbor fraza iz Dodatne građe ispisanih na komadićima papira

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Važno je saslušati mlade i razumjeti njihove potrebe. Mnogi mladi se dovode se u rizične situacije, osjećajući pritisak socijalnih i rodnih zahtjeva. Smatraju da biti "muževan" znači da ne mogu izraziti svoje iskrene emocije i osjećaje.

U osnovi mnogih ranjivosti mladih uopće leži politička posvećenost države zdravlju i edukaciji svojih ljudi. Dolazak do informacija i njihovo uključivanje u život pojedinca ne ovisi samo od pojedinaca, već i o čimbenicima kao što su pristup obrazovanju i zdravstvenim uslugama. To također ovisi i o tome imaju li ljudi moć utjecaja na političke odluke i mogućnost suprotstavljanja kulturnim preprekama. Kako bi mladi mogli napraviti pozitivne promjene u svojim životima, od presudnog je značaja kroz programe im pružati prilike da nauče i primjenjuju vještine neophodne za zaštitu. Što je država posvećenija pružanju kvalitetnih resursa i programa za prevenciju HIV-a, veća je mogućnost da će mladi biti osposobljeni donositi zdravije odluke i voditi odgovornije živote.

TIJEK:

1. Aktivnost neka razmišljanjem mladih o situacijama koje ih mogu dovesti u rizik od SPB ili HIV-a. Na primjer, ako osoba ne zna da upražnjavanje spolnog odnosa bez zaštite povećava rizik od HIV-a, ta osoba je osjetljivija na oboljenje nego netko tko to zna.

2. Zatim, neka se sudionici podijele u manje skupine. Dajte svakoj skupini (par ili manja skupina od četiri sudionika) list papira na kojemu je ispisana fraza iz Dodatne građe. Svaka skupina trebala bi imati različitu frazu. Svakom paru može se dati više od jedne fraze.

3. Neka svaki par pročita svoju frazu, razgovara o tome što to znači i onda odluči slaže li se s tom tvrdnjom ili ne i zašto.

4. Kada završe, svaka skupina trebala bi pročitati svoju frazu(e) naglas i podijeliti svoje odgovore s ostatkom skupine.

5. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli raspravu s mladim sudionicima.

Pitanja za raspravu:

1. Jesu li mladići posebno osjetljivi na neplaniranu trudnoću, SPB i HIV? Zašto da ili zašto ne?

2. Jesu li djevojke posebno osjetljive na neplaniranu trudnoću, SPB i HIV? Zašto da ili zašto ne?

3. Što u vezi osobu čini ranjivom na dobivanje SPB ili HIV-a?

4. Koja kulturna uvjerenja izlažu mladiće riziku od SPB i HIV-a? Koja kulturna uvjerenja izlažu djevojke riziku od SPB i HIV-a?

5. Kako su rodne norme povezane s rizikom? (podsjetite sudionike na raspravu iz aktivnosti **"Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena"** i kako pokušaj uklapanja u društvena očekivanja o tome što znači biti muškarac i žena (kalupi) može imati negativne posljedice na donošenje odluka i postupke).

6. Što bi jednom mladiću moglo pomoći da se osjeća i postupa manje rizično? Što bi jednoj djevojci moglo pomoći da se osjeća i postupa manje rizično?

7. Koje su alternative za neka najčešća rizična ponašanja mladih?

8. Kakvu podršku mladići i djevojke trebaju za zaštitu od SPB i HIV-a? Je li ova vrsta podrške dostupna u zajednici?

zaključak:

Korijeni mnogih rizičnih seksualnih ponašanja mladih su u velikoj su mjeri pronađeni u načinu na koji se djeca odgajaju i socijaliziraju. Ova ponašanja često izlažu mladiće i djevojke riziku.

Kao mladoj osobi, bitno je biti svjestan toga kako rodne norme utječu na vaše odluke i ponašanja i kritički razmišljati o utjecaju tih odluka i ponašanja.

Korelacija

Crtani filmovi "Bio jednom jedan dječak" ("Once upon a Boy") i "Bila jednom jedna djevojčica" ("Once upon a girl") mogu biti korisno sredstvo pomaganja sudionicima pri identifikaciji veze između načina na koji se mladi ljudi, dječaci i djevojčice, odgajaju i raznih rizika s kojima se oni mogu suočiti u svojim životima i vezama.

DODATNA GRAĐA:

RISKIRAM KAD...[86]

1. Riskiram kad mislim da se meni ništa neće dogoditi.
2. Riskiram kad želim dokazati da sam pravi muškarac/prava djevojka.
3. Riskiram kad nemam nikoga tko će mi pomoći kad mi zatreba.
4. Riskiram kad učinim nešto kako bih se nekome svidio/svidjela.
5. Riskiram kad ću učiniti bilo što kako bih imao spolni odnos.
6. Riskiram kad se plašim pokazati kako se osjećam.
7. Riskiram kad ne razmišljam o sebi.
8. Riskiram kad ne vodim računa o simptomima SPB.
9. Riskiram kad ne snosim odgovornost za vlastito seksualno ponašanje.
10. Riskiram kad sam pod utjecajem alkohola i droga.
11. Riskiram kad imam više seksualnih partnera.
12. Riskiram kad ne razgovaram s partnerom/partnericom o tome kako spriječiti neplaniranu trudnoću.
13. Riskiram kad imam spolni odnos s nekim tko se nije testirao na HIV i AIDS.
14. Riskiram kad ne koristim zaštitu dosljedno i ispravno.

86 — Fraze prilagođene iz Álbum Seriado Adolescência e Vulnerabilidade. Projeto Trance esta Rede. São Paulo: GTPOS, 1998.

Radionica 30:
Adolescentska trudnoća

CILJ:
Promovirati veću svijest o mogućim posljedicama, implikacijama i osjećajima mladih koji postaju očevi/majke u adolescentskoj dobi.

POTREBNI MATERIJAL:
Kemijske/obične olovke za sve sudionike i Dodatna građa A

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Uobičajeno je da se pitanje pobačaja pojavljuje kao dio rasprave o neplaniranoj trudnoći. Ovo može biti veoma uzbudljiva tema i voditelj ne bi trebao pokušavati nametnuti svoje stavove ili biti pristran, već se mora usredotočiti na kontekst zdravlja i ljudskih prava. Voditelj bi trebao biti spreman na bavljenje pitanjima i pogrešnim tumačenjima koja bi sudionici mogli imati o pobačaju i pružiti informacije o lokalnoj statistici, zakonima i službama.

TIJEK:

1. Ne otkrivajte naslov aktivnosti ili temu rasprave.
2. Naglas pročitajte priču u tri dijela (vidjeti Dodatnu građu). Objasnite kako ćete nakon svakog dijela postaviti nekoliko pitanja.
3. Nakon što završite priču, raspravite o sljedećim pitanjima.

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Proživljavaju li mladi u vašoj zajednici situacije slične Nikolinoj i Aninoj situaciji?
2. Što možete učiniti da se smanji broj broj neplaniranih trudnoća među mladim u vašoj zajednici?

ZAKLJUČAK:

U mnogim slučajevima, mladići, što zbog neznanja ili zbog nedostatka zainteresiranosti, ne sudjeluju u odlukama koje se tiču trudnoće. Djevojke, zbog neinformiranosti ili poteškoće u pristupu toj temi s mladićem (posebno ako je to prvi spolni odnos), mogu ostati trudne, a da to nisu prethodno planirale. Bitno je razmišljati o tome kako tradicionalne rodne uloge i odnosi moći vode k ovakvim situacijama, situacijama u kojima parovi ne razgovaraju o kontracepciji i onda se dogodi neplanirana trudnoća. Često, ako se i dogodi, razgovor o kontracepciji se odvija se u zanosu, kad kontracepcijska sredstva možda nisu lako dostupna.

Štoviše, kad partnerica zatrudni, neki dečki mogu očinstvo dovesti u pitanje. Ovakav stav može biti povezan sa strahom ili odbacivanjem vjerojatne promjene životnog stila kao rezultata neplaniranog očinstva. Ova promjena predstavljena je kao prijelaz iz mladosti u zrelo doba i povezana je s gubitkom slobode. Ovo također otkriva nepovjerenje prema ženama, pogotovo djevojkama koje su možda imale više od jednog seksualnog partnera. Važno je zapamtiti da, iako trudnoća možda i nije najbolja opcija za mladića ili djevojku, život ide dalje i najbolji je put uvijek tražiti podršku obitelji, vršnjaka i drugih u zajednici.

DODATNA GRAĐA A:

NIKOLINA PRIČA

Prvi dio

Nikola je sedamnaestogodišnji mladić koji živi s obitelji u Banja Luci. U školi marljivo uči, voli razgovarati s prijateljima i igra nogomet kada god može. Jedne subote, dok se družio s nekim prijateljima u gradu, Nikola je upoznao Anu, šesnaestogodišnju djevojku. Bila je to ljubav na prvi pogled. Tog su popodneva satima pričali. Prije nego što su se razišli, zagrlili su se i poljubili. Dogovorili su spoj na istom mjestu za tri dana. Nikola je bio zaljubljen! Nikada ranije nije se tako osjećao. Dok je te večeri hodao prema kući, Nikola nije mogao prestati misliti na Anu. Puna tri dana je mislio na nju. Nikola je konačno pronašao ljubav svog života.

› Što mislite, kako će završiti ova priča?

Drugi dio

Kada su se Nikola i Ana ponovno sastali bili su veoma sretni. Nakon toga, viđali su se gotovo svakog dana, a kada su bili razdvojeni, razgovarali su telefonom. Jednoga dana, Nikolini roditelji otišli su posjetiti bolesnu tetku u Beogradu. Nikola je mislio kako je to dobra prilika da pozove Anu k sebi kući. Tko zna što bi se moglo dogoditi, mislio je. Ana je stigla u dogovoreno vrijeme, ljepša nego ikada. Pričanje je ubrzo prešlo u ljubljenje koje je postajalo sve vatrenije.

- Tko u ovoj priči treba misliti o kontracepciji? Ana ili Nikola?
- Što je s prevencijom SPB i HIV-a?
- Je li ijedno od njih poduzelo mjere predostrožnosti? Zašto da ili zašto ne?
- Što mislite, kako će završiti ova priča?

Treći dio

Nikola i Ana imali su spolni odnos, ali nisu koristili nikakvu zaštitu. Na putu kući, Ana je počela brinuti o tome što su upravo učinili. Možda nije trebala dopustiti da se to dogodi. Što bi pomislila njena obitelj i prijatelji kada bi znali da više nije djevica? Nikola je također bio zabrinut. On se pitao što bi njegovi roditelji mislili kada bi znali da je doveo Anu kući. Sljedeća dva tjedna Nikola je pokušavao izbjegavati Anu. Ona ga je zvala svaki dan, ali on je uvijek nalazio izgovore izgovore da ne razgovara. Onda, mjesec dana, Ana je Nikolu nazvala plačući. Rekla mu je da je trudna i ne zna što učiniti.

- Što mislite, zašto su imali spolni odnos bez upotrebe prezervativa ili bilo koje druge metode kontracepcije?
- Što je Nikola osjećao kada je saznao za Aninu trudnoću?
- Što prolazi kroz glavu mladića kad otkrije da kako mu je djevojka trudna?
- Što prolazi kroz glavu djevojke kada otkrije da je trudna?
- Kakve izbore Nikola i Ana imaju?
- Kako će činjenica da će imati dijete promijeniti Nikolin život? Kako će promijeniti Anin život?
- Kako će reagirati Nikolini roditelji? Kako će reagirati Anini roditelji?
- Hoće li obitelji, vršnjaci i zajednice drugačije reagirati na mladića koji će postati otac ili na djevojku koja će postati majka? Zašto da ili zašto ne?
- Što mislite, kako će završiti ova priča?

Godina 3:

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava

Drugo polugodište:
Spolno prenosive bolesti, kontracepcija i prava

SEKSUALNA I REPRODUKTIVNA PRAVA I ZDRAVLJE – OPŠIRNIJE

Biti svjestan svojih seksualnih i reproduktivnih prava, važan je korak prema sigurnosti našeg seksualnog i reproduktivnog zdravlja i ravnopravnijih i ispunjenijih intimnih veza. Drugim riječima, žene koje smatraju da imaju pravo iskusiti zadovoljstvo s kim god to žele i vjeruju da su sposobne odrediti pravi trenutak kada treba imati djecu, imaju tendenciju biti zdravije i sretnije u vezi i, generalno, u životu.

Što su seksualna i reproduktivna prava?

Seksualno i reproduktivno zdravlje ne odnosi se samo na jednostavno odsustvo bolesti, već na potpuno fizičko, mentalno i društveno blagostanje u svim oblicima seksualnosti, uključujući i reproduktivni sistem i njegove funkcije. Seksualno i reproduktivno zdravlje uključuje sposobnost sigurnog i zadovoljavajućeg seksualnog života, slobode u pogledu reprodukcije i odlučivanja hoćemo li, kada i koliko puta to učiniti. Ono uključuje i posjedovanje svih potrebnih informacijama te pristup, sigurnim i odgovarajućim metodama planiranja obitelji. Iako su seksualna prava i reproduktivna prava međusobno povezana, važno je prepoznati i kako se razlikuju. Na primjer, spolni odnos nije uvijek vezan za reprodukciju - ljudi imaju pravo doživjeti seksualno zadovoljstvo bez ikakve namjere reprodukcije. Osim toga, rasprave o seksualnim i reproduktivnim pravima često su ograničene na reprodukciju i sigurniji spolni odnos, uključujući teme kao što su pobačaj, sigurno očinstvo i majčinstvo, i prevencija SPB-a, HIV-a i AIDS-a. Rijetko je pravo na seksualno zadovoljstvo prepoznato ili se o njemu razgovara, kao ni čimbenici potrebni za realizaciju seksualnog zadovoljstva, koji uključuju pozitivnu sliku tijela; sposobnost stvaranja veza koje se temelje na odgovornosti i poštovanju; praksa dobrog seksualnog zdravlja, od prevencije SPB i HIV-a do redovitih liječničkih pregleda. Isti čimbenici koji su potrebni za realizaciju seksualnog zadovoljstva su od osnovne su važnosti i za druga pitanja seksualnih i reproduktivnih prava, uključujući prevenciju seksualnog nasilja, smrtnost majki, a u nekim zemljama, posebno u Africi, sakaćivanje ženskih genitalija. Među ostalim čimbenicima , prezervativi mogu igrati važnu ulogu u stvaranju okolnosti tijekom kojih i muškarci i žene imaju pravo na zdrave i ugodne spolne odnose. Često nazivani "dvostruka zaštita", prezervativi istovremeno štite od neplanirane trudnoće i SPB/HIV infekcija. Iako prezervativi imaju različita značenja u različitim vezama (npr. bračni parovi u odnosu na povremene partnere), važno je da su uvijek povezani s dijalogom i brigom, kako za sebe, tako i za partnera. Pojedinci imaju pravo doživjeti zadovoljstvo na različite načine sve dok postoji suglasnost svih uključenih. Na ovaj način, poštivanje seksualnih različitosti osnova je garancije prava na seksualno zadovoljstvo. Istospolne veze zaista dobijaju sve više poštovanja u različitim okružjima. Međutim, potreban je mnogo veći napredak. U mnogim obiteljima, školama, na radnim mjestima i drugim društvenim okruženjima, homoseksualni i biseksualni muškarci i žene suočavaju se s gnušanjem, strahom i predrasudama. Ovakve reakcije obično se javljaju zbog nedostatka znanja i razumijevanja o homoseksualnosti. Promoviranje rasprave i razumijevanja homoseksualnosti ključ je za izgradnju raznovrsnijeg i jedinstvenog društva.

SEKSUALNA PRAVA I REPRODUKTIVNA PRAVA

Seksualna prava uključuju pravo doživljavanja svoje seksualnosti sa zadovoljstvom i bez osjećaja krivnje, srama, straha ili prisile, neovisno o našem građanskom statusu, starosnoj dobi ili fizičkom stanju. Svi ljudi imaju pravo živjeti svoje snove, sve dok ne štete drugima-drugima. Svi imaju pravo odlučiti hoće li ili neće biti seksualno aktivni, odlučiti kada će imati spolne odnose i izabrati načine koji im donose zadovoljstvo, sve dok postoji suglasnost obiju strana (kada su oboje odrasli). Seksualna prava uključuju i pravo na izražavanje seksualne orijentacije i slobodan izbor partnera bez diskriminacije. Uobičajena narušavanja seksualnih prava žena uključuju sakaćenje genitalija, seksualno uznemiravanje, zlostavljanje i iskorištavanje.

Reproduktivna prava odnose se na osnovno pravo svih ljudi na odlučivanje, slobodno i odgovorno, žele li imati djecu i, ako je tako, broj djece koju žele imati, kao i vrijeme rađanja djece i razmak između njih. Ova prava uključuju pravo na informacije i usluge i sredstva za donošenje odluke o reprodukciji i reproduktivnom zdravlju bez diskriminacije, prisile ili nasilja. Ravnopravna podjela odgovornosti između muškaraca i žena za podizanje djece, također je obuhvaćena ovim pravima. Primjer su roditeljski dopust za majke i očeve i zaštita od diskriminacije na radnom mjestu zbog trudnoće ili toga što imaju djecu.

Pokreti i konferencije: potraga za pravima

Način na koji se doživljava seksualnost prati transformacije koje se događaju u društvu. Ženski pokret doveo je u prvi plan koncepte kao što su osnaživanje i rodna ravnopravnost, što je zauzvrat pomoglo u skretanju pozornosti na potrebe seksualnog i reproduktivnog zdravlja žena i muškaraca. Pilule za kontracepciju također su odigrale važnu ulogu u promjeni percepcije ženske seksualnosti, otvarajući nove rasprave i debate na području reproduktivnog zdravlja u vezi s temama kao što su seksualne slobode, zadovoljstva, želje i seksualno nasilje. Prihvaćena je činjenica da je odnos liječnika i pacijenta ponekad uistinu izgledao nehumano i pretjerano autoritativno, što je dovelo do pojavljivanja pokreta koji su zahtijevali humanizaciju porođaja i drugih medicinskih usluga za žene. Pojava HIV-a i AIDS-a otvorila je nove rasprave o tome kako pristupiti seksualnosti, posebno među ranjivim skupinama, kao što su žene i mladi. Uvedene su teme kao što su briga o sebi, siguran spolni odnos i uporaba prezervativa, s posebnom pozornošću na najosjetljivije kategorije stanovništva. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju (1994.) i Četvrta konferencija o ženama (1995.) predstavljaju međunarodnu prekretnicu u priznavanju seksualnih i reproduktivnih prava, proširujući jezik ljudskih prava s namjerom uključivanja seksualnosti.

JE LI POBAČAJ PRAVO?

Jedna od najkontroverznijih tema u okviru seksualnih i reproduktivnih prava jest pobačaj. Kad se raspravlja o pravu na pobačaj, kao i o drugim seksualnim i reproduktivnim pravima, važno je imati na umu da su različitost i individualni izbor u srcu onoga na što se misli kada se kaže "pravo." Mi, autori ovog priručnika, smatramo kako je sekularna država odgovorna za osiguravanje i garanciju slobode izbora žene u vezi s pobačajem. Religije, naravno, imaju pravo ustanoviti vlastite doktrine i moral - ove doktrine i moral, međutim, ne bi trebalo kodificirati u zakone i na taj način nametati vjerska uvjerenja pravnim sredstvima. Reprodukcija je izbor. To nije samo biološki proces, nego proces koji oblikuju kulturne, društvene i političke sile i strukture moći, kao i osobne vrijednosti, iskustva i očekivanja. Vjerujemo da zakonska ograničenja o pobačaju uskraćuju ženama reproduktivno pravo odlučivanja hoće li i kada imati djecu. Međutim, mnogi pojedinci – i mnoge kulturne institucije – ne slažu se, tvrdeći kako nakon trenutka začeća, izbor o tome zadržati dijete ili ne, više ne bi trebao biti u rukama žene. To jest, to više nije njeno pravo.

Imaju li mladi seksualna i reproduktivna prava?

Seksualna i reproduktivna prava su ljudska prava, a samim tim i prava mladih. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju poseban je fokus stavila na odgovorno i zdravo seksualno ponašanje mladih i zalagala se za dostupnost odgovarajućih i prikladnih savjetovanja i usluga, kao i priznanje kako sama informacija nije dovoljna za transformaciju stavova i ponašanja. U nekim zemljama, sve veći broj trudnoća i HIV infekcija među djevojkama postao je primarni fokus većine programa i aktivnosti usmjerenih prema mladima, s informacijama o seksualnosti i spolnom odnosu. Međutim, zdravije seksualne veze, uključujući i izbor uopće imati i kada imati dijete na primjer, ne mogu biti garantirane bez prepoznavanja i razgovora o znanju, željama, odlukama i samostalnosti djevojaka.

MLADI I SEKSUALNO NASILJE I SEKSUALNO ISKORIŠTAVANJE

Važno pitanje u okviru seksualnih i reproduktivnih prava mladih seksualno je nasilje nad djecom i seksualno iskorištavanje djece. Seksualno nasilje je bilo koji oblik agresije ili seksualnog odnosa u kome ne postoji pristanak, a seksualno iskorištavanje uključuje prakse kao što su pornografija, prostitucija i seksualna trgovina. Pristanak se može dati samo ako je pojedinac u stanju shvatiti što je to na što pristaje i što pristanak znači. Generalno je prihvaćeno da djeca mlađa od 12 godina nikad nisu u stanju pristati na seksualnu aktivnost i da mladi u dobi od 12 do 18 godina nisu u stanju pristati na spolne odnose, osim pod određenim okolnostima koje uključuju seksualnu aktivnost s vršnjacima. Mladi, kao i odrasle osobe, nisu u stanju dati pristanak, ako žive u klimi zlostavljanja, seksualnog iskorištavanja, prisile ili nasilja, niti su mladi ispod osamnaest godina u stanju dati pristanak za bilo kakve seksualne aktivnosti sa starijim osobama na položajima autoriteta.

Kako možemo razgovarati s muškarcima o kontracepciji?

Dok se u većem dijelu svijeta kontracepcija još uvijek smatra "brigom žene", sve je veći broj muškaraca koji brinu o kontracepciji. Međutim, brojni muškarci i dalje imaju mnogo zabluda i nedoumica u vezi s upotrebom kontracepcijskih sredstava. Na primjer, iako su prezervativi često najbolji izbor za mušku kontracepciju, a služe i kao zaštita od SPB i kao kontracepcijsko sredstvo, mnogi muškarci osjećaju se nesigurno pri korištenju prezervativa, strahujući da će to umanjiti njihovo seksualno zadovoljstvo ili će izgubiti erekciju. Sve se više u raspravama o korištenju prezervativa koje vode s mladima, zdravstveni edukatori fokusiraju na njegove prednosti u smislu dvostruke zaštite – to jest, naglašavaju kako su prezervativi pogodni za izbjegavanje trudnoće i prevenciju SPB. Štoviše, većina edukativnih programa o spolnom odnosu također je uvidjela značaj promoviranja načina na koje se upotreba prezervativa može uključiti u seksualne igre ili predigru i, generalno, predstavljanja prezervativa kao erotičnog i zavodljivog stimulansa u seksualnom odnosu. I dok se u nekim zemljama sprječava otvorena rasprava o uporabi prezervativa, njegova povećana uporaba bila je presudna za smanjenje stope prenošenja HIV-a u mnogim zemljama.

Konačno, trebalo bi istaknuti kako je promoviranje veće uporabe kontracepcijskih sredstava kod mladića potrebno, ali ne i dovoljno. Pored toga, ili kao način na koji bi bili više uključeni u upotrebu kontracepcijskih sredstava, potrebno je razviti osjećaj mladića o njihovoj ulozi kao prokreativnih i reproduktivnih pojedinaca koji zajedno sa svojim partnerima trebaju odlučiti hoće li i na koji način imati djecu.

Šta kada je riječ o HIV-u i AIDS-u?

U zemljama Zapadnog Balkana, kao i u mnogim drugim sredinama, mladi su jedna od najugroženijih skupina, što se HIV infekcije tiče.[89] Rigidne rodne norme o seksualnosti i intimnim odnosima, kao i uporaba štetnih tvari i druga ponašanja u vezi sa zdravljem, mogu ugroziti mladiće i njihove partnere. Sociokulturološke norme o muškoj snazi i samopouzdanju, na primjer, mogu sputavati mladiće u traženju informacija ili priznavanju svojega neznanja o seksualnim pitanjima, i na taj način ih navesti u rizična ponašanja koja i njih i njihove partnere izlažu riziku.

Siromaštvo, uporaba štetnih tvari, obiteljski stres ili raspad obitelji zbog migracije, izolacija u zatvorenim institucijama poput zatvora ili vojske, također stavljaju mladiće u situaciju još veće ugroženosti. Rad s mladićima podrazumijeva razmišljanje o njihovim potrebama uz istovremeno prepoznavanje njihovog nevjerojatnog potencijala kao nositelja promjene. Uvjeravanje mladića da preispitaju idealiziranu ili stereotipnu predstavu muškosti može dovesti do promjena u stavu i ponašanju – čak i u slučajevima kada su dečki već usvojili ove ideje – pod uvjetom da radimo s mladićima kako bismo im pokazali koje prednosti oni i njihovi partneri mogu imati od promjene njihovog ponašanja. Ovim pitanjima detaljnije ćemo se posvetiti u dijelu o HIV-u i AIDS-u.

89 — Joana Godinho et al. “HIV/AIDS in the Western Balkans: Priorities for early prevention in a high-risk environment” ("HIV/AIDS na Zapadnom Balkanu: Prioriteti za ranu prevenciju u okruženju visokog rizika") World Bank Working Paper No. 68. (Washington D.C.:The International Bank for Reconstruction and Development/ The World Bank, 2005)

Radionica 31:
Zdravlje, SPB i HIV i AIDS

CILJ:
Povećati znanje o SPB i HIV i AIDS-u i značaju dijagnoze i liječenja.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir, markeri, komadići papira i dovoljan broj preslika Dodatne građe A i B za svakog sudionika.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Prije radionice, istražiti najnovije informacije o SPB-u i prijenosu HIV-a, lokalnim i/ili nacionalnim statističkim podacima o HIV-u i AIDS-u (broju zaraženih osoba, najčešćim načinima prenošenja, starosnoj dobi zaraženih osoba, očekivanom trajanju života, itd), razlici između toga što znači biti HIV pozitivan i imati uznapredovali AIDS i sadašnjem pristupu liječenju. To su teme koje se obično javljaju tijekom ove aktivnosti. Također se preporučuje pozvati nekoga od osoblja lokalne zdravstvene ustanove ili nevladine organizacije koja posjeduje znanja o ovim temama da odgovori na pitanja i zabrinutosti sudionika.

TIJEK:

1. Prije radionice, napravite preslike Dodatne građe A bez naziva SPB u prvom stupcu i napišite nazive SPB na listu papira.

2. Podijelite sudionike u manje skupine i dajte svakoj skupinu preslike Dodatne građe bez naziva SPB u prvom stupcu.

3. Sudionici bi trebali pročitati i porazgovarati o informacijama, o simptomima/posljedicama i liječenju seksualno prenosivih bolesti koje ste izlistali na flipchart papiru pokušati prepoznati odgovarajuće.

4. Kada završe, pregledajte točne odgovore zajedno s njima.

5. Pitajte sudionike što znaju o HIV-u i AIDS-u. Napravite zabilješke na flipchart papiru. Naglasite vezu između SPB i HIV-a (vidjeti tabelu ispod). Objasnite kako HIV i AIDS nemaju uvijek vidljive simptome i jedini način otkrivanja zaraze HIV-om je testiranje krvi. Pregledajte sadržaj Dodatne građe B.

6. Podijelite sudionike u dvije ili tri manje skupine. Neka skupine naprave igru uloga koja objašnjava koji su simptomi SPB-a, HIV-a i AIDS-a. Sugerirajte da se igra uloga može odigrati između dva prijatelja, roditelja

i sina, liječnika i pacijenta, svećenika i mladog člana crkve, profesora i učenika itd.

7. Nakon otprilike 20 minuta, recite skupinama da izvedu svoje igre uloga pred svim ostalim sudionicima.

8. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli raspravu.

Pitanja za raspravu:

1. Što bi mladi ljudi trebali učiniti kada misle da možda imaju SPB? S kim bi trebali razgovarati?

2. Kako bi mladić trebao obavijestiti svoju djevojku da ima SPB i da ju je možda i njoj prenio?

3. Kako bi djevojka trebala obavijestiti svog mladića da ima SPB i da ju je možda i njemu prenijela?

4. Kako bi mladić slučajnoj poznanici trebao reći da ima SPB i da ju je možda i njoj prenio?

5. Zašto je tako teško govoriti o SPB?

6. Zašto je tako teško govoriti o HIV-u i AIDS-u? Je li znanje o HIV-u i AIDS-u promijenilo seksualne navike mladih? Zašto da ili zašto ne?

7. Koji čimbenici otežavaju mladiću izbjegavanje zaraženosti HIV-om i AIDS-om? Koji čimbenici otežavaju djevojci izbjegavanje zaraženosti HIV-om i AIDS-om?

8. Kako se možete suočiti s ovim čimbenicima u svojim životima i vezama?

NAPOMENA: Ako vrijeme dozvoli, pregledajte i razgovarajte o nekim od uobičajenih mitova o SPB koji su navedeni u Tabeli resursa C.

Zaključak:

Zbog njihove uloge u povećavanju rizika od HIV infekcije, SPB zaslužuju posebnu pažnju. U raznim dijelovima svijeta mladi ljudi imaju povećanu stopu SPB i često ignoriraju takve infekcije ili se oslanjaju na domaće lijekove ili samoliječenje. Štoviše, mnoge SPB ne pokazuju simptome. Upravo stoga, vrlo je važno misliti, razgovarati i planirati kako najbolje zaštititi sebe i svoje partnere od SPB, bilo kroz apstinenciju, vjernost, smanjenje broja partnera i/ili pravilnu i dosljednu uporabu prezervativa. Ukoliko primijetite bilo koji simptom SPB, potrebno je odmah obratiti se zdravstvenom djelatniku. Važno je imati na umu etička pitanja uključena pri suočavanju sa SPB i HIV i AIDS-om i svoju odgovornost za komunikaciju s vašim seksualnim partnerom (ili partnerima) ukoliko imate SPB ili HIV i AIDS.

DODATNA GRAĐA A:

SPB – simptomi, posljedice i liječenje[90]

SPI	SIMPTOMI I POSLJEDICE	LIJEČENJE
KLAMIDIJA	Prouzrokovana bakterijom. Poznata kao "tiha" bolest, jer tri četvrtine zaraženih žena i polovica zaraženih muškaraca nemaju simptome. Infekcija se često ne dijagnosticira ili liječi dok se ne razviju komplikacije. U žena se često nalazi u grliću maternice i mokraćnom kanalu. Muškarci mogu imati iscjedak iz spolnog uda, osjećaj peckanja tijekom mokrenja, peckanje i svrbež oko spolnog uda, bol i oticanje testisa.	Lako se može tretirati i izliječiti antibioticima.
GENITALNA HPV INFEKCIJA HUMANI PAPILOMA VIRUS) – NAZIVA SE JOŠ I GENITALNE BRADAVICE	Naziv skupine virusa koja uključuje 100 različitih vrsta. Više od 30 ovih virusa spolno su prenosivi i mogu zaraziti genitalno područje muškaraca i žena. Većina ljudi koji postanu zaraženi neće imati simptome i očistit će infekciju sami. Neki od ovih virusa snazivaju se "visikorizičnim" tipovima i mogu dovesti do raka grlića maternice, stidnice, vagine, anusa ili spolnog uda. Drugi se nazivaju "niskorizični" tipovi i mogu prouzročiti blage abnormalnosti u Papa-testu ili genitalne bradavice. Genitalne bradavice pojedinačne su ili višestruke izrasline koje se pojavljuju u genitalnom području i izgledaju kao mala čvrsta kvržica ili skup kvržica. Počinju kao male bezbolne točke, ali toplina i vlažnost mogu ih učiniti većima. Neke se ne mogu vidjeti golim okom. Postoji test stvoren s ciljem pronalaska određenih tipova virusa na grliću maternice kod žena koji mogu prouzrokovati karcinom grlića maternice. Za sada ne postoji odobren test za muškarce. Znanstvenici i dalje istražuju kako najbolje snimiti analni tumor i tumor spolnog uda kod muškaraca koji su izloženi najvećem riziku od ovih bolesti.	Za viruse ne postoji tretman niti lijek. Dijagnoza genitalnih bradavica obično se pravi direktnim vizualnim pregledom. Postoji tijek: uvećavanja za lociranje bradavica na grliću maternice. Genitalne bradavice mogu se tretirati lijekovima, ukloniti (operacijom) ili zamrznuti. Tretiranje genitalnih bradavica možda neće nužno smanjiti mogućnost prenošenja HPV na seksualnog partnera. Ukoliko se ne tretiraju, genitalne bradavice mogu nestati, ostati iste veličine ili porasti (u veličini ili broju). Neće preći u tumor i prijetiti vašem zdravlju. Tumor spolnog uda i analni tumor mogu se liječiti novim oblicima operacije, terapijom zračenja ili kemoterapijom.
GONOREJA	Uzrokovana je bakterijom. Simptomi se javljaju dva dana do četiri tjedna nakon izlaganja. Uključuju bolno mokrenje, ispuštanje materije (iscjetka) u vidu gnoja, kvržice na grliću maternice, iritaciju i bolne pokrete crijeva. Kako oboljenje napreduje, javlja se bol u donjem abdomenu, povraćanje, temperatura i neredoviti menstrualni ciklusi. Kod žena može dovesti do zdjelične upale (PID), sekundarne infekcije koja može prouzrokovati sterilnost. Pronalazi se u grliću maternice, maternici i jajovodima kod žena, a u mokraćnom kanalu i kod žena i kod muškaraca. Bakterija se također može pronaći u ustima, grlu i anusu.	Liječi se antibioticima. Postoji dosta otpornih vrsta, što tretiranje čini težim. Ukoliko se simptomi zadrže i nakon liječenja, osoba bi se trebala vratiti liječniku ili u kliniku po druge antibiotike.
HEPATITIS A	Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, sjemenu i tjelesnoj tekućini. Može se prenijeti s jedne zaražene osobe na drugu tijekom seksualnog kontakta. Može prouzrokovati oticanje jetre, ali uobičajeno ne izaziva trajno oštećenje jetre.	Obično se stanje hepatitisa A poboljšava samo od sebe.

90 — Informacije preuzete sa web stranica: Advocates for Youth www.advocatesforyouth.org/youth/health/stis/; Centers for Disease Control and Prevention www.cdc.gov/std; and National Women's Health Information Center www.4woman.gov/

HEPATITIS B	Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, sjemenu i tjelesnoj tekućini. Može se prenijeti s jedne zaražene osobe na drugu tijekom seksualnog kontakta. Prouzrokuje oticanje jetre i može doći do oštećenja jetre. Većina ljudi će se riješiti virusa nakon nekoliko mjeseci. Neki se ljudi nisu u stanju riješiti virusa, što infekciju čini kroničnom ili doživotnom. To može dovesti do izobličenja jetre nazvanog cirozom, slabosti jestre pa čak i tumora jetre.	Akutni oblik se obično prođe sam od sebe. Većina ljudi razvije imunitet na virus i nakon oporavka ga ne mogu prenijeti drugim ljudima. Netko s kroničnim, (dugotrajnim) oblikom i dalje nosi virus i može ga prenijeti drugima.
HEPATITIS C	Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, sjemenu i tjelesnoj tekućini. Može se prenijeti s jedne zaražene osobe na drugu dijeljenjem prljavih igala, šprica i druge opreme za uzimanje droge. Prijenos spolnim putem je rijedak, ali možete biti izloženi riziku ako ste seksualni partner nekome tko ima hepatitis C ili nekome tko je drogu uzeo injekcijom. Mogu proći godine prije nego što netko pokaže bilo kakve znakove oboljenja. Izaziva oticanje i oštećenje jetre. Većina zaraženih ljudi razvija kroničnu infekciju. To može dovesti do izobličenja jetre nazvanog cirozom, , slabosti jestre pa čak i tumora jetre..	Ne postoji lijek, ali se može tretirati kako bi se virus kontrolirao.
GENITALNI HERPES	Prouzrokuje ga herpes simplex virusni tip 1 (HSV-1) i tip 2 (HSV-2). Većina ljudi ili nema nikakve ili ima minimalne znakove ili simptome HSV-1 i HSV-2 infekcije. Kada se znakovi pojave, pojave se kao jedan ili više mjehurića na genitalijama ili oko genitalija i rektuma. Mjehurići pucaju, ostavljajući smekšane čireve (ranice) kojima mogu trebati dva do četiri tjedna za zacjeljivanje nakon što se prvi put pojave. Tipično, ponovno izbijanje se može dogoditi tjednima ili mjesecima nakon prvog, ali gotovo uvijek je to manje ozbiljno i kraće je nego prvi put. Iako infekcija neprestano može ostati u tijelu, broj ponovnih izbijanja mjehurića najčešće se smanjuje nakon određenog broja godina.	Nema tretiranja koje može izliječiti herpes, ali antivirusni lijekovi mogu skratiti i spriječiti izbijanje mjehurića tijekom vremena u kojem osoba koristi lijekove.
SIFILIS	Prouzrokuje ga bakterija koja se može prenijeti s osobe na osobu izravnim kontaktom s ranicama koje se mogu naći uglavnom na vanjskim genitalijama, vagini, anusu ili rektumu. Ranice se mogu naći i na usnama i ustima. Trudnice ovo oboljenje mogu prenijeti bebama koje nose. Vrijeme između infekcije i početka prvog simptoma – obično samo jedna ranica (nazvana tvrdim čirom) – može se kretati u rasponu od 10 do 90 dana, ali mogu postojati i višestruke ranice. Tvrdi čirevi obično su čvrsti, okrugli, mali i bezbolni i pojavljuju se na mjestu na kom je bakterija ušla u tijelo. Ovi čirevi olakšavaju prenosivost i postizanje HIV infekcije spolnim putem. Čirevi traju od tri do šest tjedana i zacjeljuju bez liječenja. Međutim, ako se ne provede adekvatno liječenje, infekcija će napredovati u sekundarni stadij okarakteriziran osipom kože i povredom sluzne membrane. Drugi simptomi sekundarnog stadija mogu uključivati temperaturu, otečene limfne žlijezde, bolno grlo, gubitak kose u vidu pjega, glavobolje, gubitak tjelesne težine, bolove u mišićima i zamor. Ovi znakovi i simptomi nestat će s ili bez liječenja, ali bez liječenja će infekcija uznapredovati do latentnih i kasnih stadija bolesti tijekom kojih bolest posljedično može oštetiti unutarnje organe, uključujući i mozak, živce, oči, srce, krvne sudove, jetru, kosti i zglobove. Ova unutarnja šteta može se pojaviti nakon mnogo godina. Ona može biti dovoljno ozbiljna da prouzrokuje smrt.	Lako se liječi antibioticima u ranim fazama. Ljudima koji su alergični na penicilin dostupni su drugi antibiotici. Tretiranje će ubiti bakteriju i spriječiti daljnja oštećenja, ali neće popraviti već učinjenu štetu.

DODATNA GRAĐA B:

UČENJE O HIV-U I AIDS-U

Što je HIV?

H = humani; ljudski (pronalazi se samo kod ljudi)
I = imunodeficijencija; nedostatak imuniteta (oslabljuje imuni sustav)
V = virus (tip mikroba)

Što je AIDS?

A = stečen (steći nešto sa čim niste rođeni)
I = imunološki (tjelesni obrambeni sustav koji osigurava zaštitu od oboljenja)
D = nedostatak (mana ili slabost, nedostatak ili nedovoljnost nečega)
S = sindrom (skup bolesti, oboljenje)

Mnogi ljudi ne znaju razliku između HIV-a i AIDS-a. HIV i AIDS nisu isto. HIV je virus, a AIDS je rezultat zaraženosti HIV-om. AIDS je skup bolesti/oboljenja koja su rezultat oslabljenog imunog sustava. Osoba može imati HIV puno prije nego što razvije AIDS.

HIV živi u četiri tipa tjelesnih tekućina:

- krvi
- sjemenu – tekućina koju muškarci ejakuliraju kada su seksualno uzbuđeni
- vaginalnoj tekućini – tekućina koju žene izlučuju kada su seksualno uzbuđene
- majčinom mlijeku

Ove vrste tjelesnih tekućina omogućavaju širenje virusa s jedne osobe na drugu. Sve ove tekućine imaju bijela krvna zrnca, a to su tipovi stanica koje HIV napada ili zaražava. Kako bi se osoba zarazila HIV-om, virus mora ući u tijelo. Ako bilo koja od ove četiri tekućine dođe u kontakt s tijelom, osoba je u riziku od zaraze HIV-om. Ispod su navedeni primjeri na kojim sve mjestima virus može ući u tijelo.

- sluzokoža vagine
- koža spolnog uda
- sluzokoža rektuma (anusa)
- vene
- posjekotine, ozljede ili otvorene rane na tijelu
- usta (kroz posjekotine ili ranice)
- sluzokoža jednjaka (npr. kod novorođenčeta koje doji)

Vrste ponašanja koje bi mogle omogućiti četirima tekućinama ulazak u tijelo i dovođenje osobe u rizik od zaraze HIV-om, uključuju sljedeće:

Nezaštićeni spolni odnos

- vaginalni, analni ili oralni odnosi

Kontakt krvi s krvlju

- transfuzija krvi (na mjestima gdje krv nije testirana i gdje se zaražena krv može donirati)
- tradicionalno ukrašavanje tijela ožiljcima/skarifikacija (dijeljenjem nesteriliziranih britvica ili drugih instrumenata)
- obrezivanje (dijeljenjem nesteriliziranih britvica ili drugih instrumenata)
- intravenozna uporaba droga (dijeljenjem zatrovanih igala)

Prijenos s majke na dijete (naziva se vertikalna transmisija)

- tijekom trudnoće (u rijetkim slučajevima)
- kada se beba rodi, tj. tijekom porođaja
- tijekom dojenja, bez uporabe relevantne preporuke za sigurnije dojenje

Veza između SPB i HIV infekcije

Sve veći broj dokaza ukazuje na to da prisutnost SPB povećava podložnost na HIV. Konkretno, ulcerativne SPB, kao što su genitalni herpes i sifilis, povećavaju podložnost čovjeka na HIV, jer čirevi kidaju kožnu prepreku. Međutim, prisutnost drugih SPB također se dovodi u vezu s porastom rizika od prijenosa HIV-a. Štoviše, prisutnost SPB u HIV pozitivnoj osobi može povećati virusne duplikate u genitalnoj tekućini, olakšavajući prijenos virusa. Upravo zato, kontroliranje SPB ima potencijal odigrati važnu ulogu u prevenciji HIV-a. Neki programi koji se fokusiraju na kontroliranje SPB i njihovo liječenje, pokazali su smanjenu učestalost HIV-a. Također je bitno primijetiti kako prisutnost HIV-a mijenja kliničke manifestacije SPB, čineći ih često mnogo ozbiljnijim i težim za liječenje.

Postoji li lijek za HIV i AIDS?

Nažalost, ne postoji lijek za HIV/AIDS. Dosad su otkriveni samo lijekovi koji omogućavaju produženje i poboljšanje kvaliteta života osoba zaraženih ovim virusom. Antiretroviralna terapija (ART) je tretiranje HIV-a lijekovima – to nije lijek. Antiretrovirali (ARV) napadaju HIV direktno, tako smanjujući razinu virusa u krvi. Slijede neki primjeri bitnih stvari koje treba znati o ART:

- ART pomaže tijelu u jačanju imunog sustava i bori se protiv drugih infekcija.
- ARV se uzimaju u kombinaciji – obično se tri različita ARV-a uzimaju svaki dan. Apsolutno je neophodno svaki dan uzimati točnu dozu svake pilule, onako kako je liječnik propisao. Ovo nije kao s drugim lijekovima gdje, ako propustite uzimanje jednom ili dva puta, nije tako strašno. Ako osoba ne uzima odgovarajuće lijekove svaki dan u točno određeno vrijeme, terapija neće djelovati. Kada osoba uzima lijekove svaki dan u zakazano vrijeme, kažemo da je to suradnja ili pridržavanje.
- S ARV-om se ne bi trebalo počinjati dok osoba ne dobije AIDS (ovo treba odrediti kompetentni zdravstveni djelatnik/ca).
- Jednom kad počne, ARV se mora uzimati do kraja života.
- ARV može prouzrokovati neugodne nuspojave, kao npr. mučninu, anemiju, osipe i glavobolje.
- ART može spriječiti prijenos HIV-a s majke na dijete.

DODATNA GRAĐA C:

MIT	ČINJENICA
NAPRETKOM MEDICINE NEMA POTREBE ZA ZABRINUTOŠĆU ZBOG SPOLNO PRENOSIVIH BOLESTI (SPB). SAMO VAM JE POTREBNO LIJEČENJE ANTIBIOTICIMA, I SVAKAKO ĆETE BITI DOBRO!	Prilično je točno da se većina SPB može potpuno izliječiti ukoliko se otkriju u ranom stadiju i liječenje može biti jednostavno poput jednog tretmana antibioticima. To je jedan od razloga zašto biste se trebali redovno testirati i odmah obratiti zdravstvenim djelatnicima ako sumnjate na SPB. Međutim, ukoliko se ne tretiraju, SPB mogu dovesti do dugoročnog rizika za vaše zdravlje i plodnost. Infekcije klamidija i gonoreja mogu dovesti do upalne bolesti zdjelice ako se ne liječe. Ovo zauzvrat može dovesti do dugotrajnih bolova u zdjelici, začepljenja jajovoda, neplodnosti i vanmaternične trudnoće kod žena i bolova i upale testisa i žlijezde prostate kod muškaraca. Genitalne bradavice i genitalni herpesi dvije su česte virusne infekcije, tako da ih antibiotici ne mogu izliječiti. One se mogu tretirati antivirusnim lijekovima, ali oba stanja se mogu ponoviti.
PREZERVATIVI ŠTITE OD SVIH SPB.	Ispravno korištenje prezervativa za oralni, analni i vaginalni spolni odnos je dobra je zaštita od infekcija kao što su klamidija i gonoreja. Prezervativi su također važni za zaštitu od prijenosa HIV-a. Međutim, prema Udruženju za planiranje obitelji, malo je dokaza koji ukazuju na to da prezervativi štite od prijenosa genitalnih bradavica.
MOŽETE PREPOZNATI TIP OSOBE KOJA VJEROJATNO IMA SPB NA OSNOVU TOGA KAKO OSOBA IZGLEDA – TREBA SAMO DOBRO PROSUĐIVATI KARAKTER.	SPB su dovoljno učestale da pogode bilo koga tko je spolno aktivan. Ne morate imati veliki broj seksualnih partnera kako biste dobili SPB. "Intuitivni instinkt" nije pouzdan način prosuđivanja vjerojatnosti infekcije kod partnera. Siguran seks i medicinska testiranja jedino su pametno rješenje.
MOJA SPBRALA/PILULA ĆE ME DONEKLE ZAŠTITITI OD SPB.	Kontracepcijska sredstva bez "barijera" samo nude zaštitu od trudnoće. Ne nude nikakvu zaštitu protiv bilo koje SPB. Korištenje prezervativa za zaštititu od SPB uglavnom je najbolja opcija. Međutim, možete kombinirati prezervative s pilulama ili nekim drugim kontracepcijskim metodoma kako bi povećali zaštitu od neželjene trudnoće.

DODATNA GRAĐA C:

MIT	ČINJENICA
NE PRIJETI VAM NIKAKAV RIZIK OD SPB AKO STE U MONOGAMNOJ VEZI.	U prosjeku, ljudi u današnje vrijeme imaju više seksualnih partnera tijekom svog života nego što je to bio slučaj ranije i veća je vjerojatnost da će imati spolni odnos s više od jedne osobe paralelno. Također, veća je vjerojatnost da će platiti za spolni odnos nego što je to bio slučaj ranije. Mnogi od nas vjeruju kako će nas to što imamo samo jednog partnera zaštititi od seksualno prenošenje, lako je moguće da se baš vama "zalomi". Samo je nekoliko situacija gdje možete biti dovoljno sigurni u zaštitu od SPB ukoliko prestanete koristiti prezervativ. To su: - kada ni vi ni partner niste imali seksualnu vezu ranije - ili kada ste vi i vaš partner testirani na sve SPB otkad ste počeli vašu monogamnu vezu - kada ste sigurni da vam partner govori istinu kako nema spolne odnose izvan vaše veze.
SVATKO ZARAŽEN NEKOM OD SPB ĆE IMATI OČIGLEDNE SIMPTOME KAO ŠTO JE OSIP ILI ISCJEDAK.	Postoji mnogo potencijalnih znakova SPB. Oni uključuju: - svrab oko genitalija ili anusa - peckanje ili bol dok mokrite - krvarenje ili bol tijekom ili poslije spolnog odnosa - osipi, plikovi ili kvržice oko genitalija ili anusa - neobičan iscjedak iz spolnog uda ili vagine. Međutim, čak i kada osoba nema nijedan od ovih simptoma, ona ipak može biti zaražena i može prenijeti zarazu na nekog drugog.
LJUDI KOJI KORISTE USLUGE KLINIKA ZA SEKSUALNO ZDRAVLJE KAKO BI SE TESTIRALI SU PROMISKUITETNI. LJUDI ĆE SAZNATI DA SAM BIO/BILA TAMO!	Ljudi koji koriste usluge klinika za spolno zdravlje su ljudi s osjećajem za testiranje. Ukoliko ste se upustili u bilo kakvo seksualno ponašanje koje vas je moglo dovesti u rizik od spolno prenosivih bolesti (SPB), bilo bi mudro da im se pridružite. Klinike za spolno zdravlje u potpunosti su povjerljive i neće reći čak ni vašem liječniku opće prakse o vašem posjetu bez vaše dozvole. Ljudi bilo kojeg uzrasta i spolne orijentacije mogu posjetiti ove klinike. Svi testovi i tretmani su besplatni.

Radionica 32:
Prenošenje HIV-a i AIDS-a: u potrazi za potpisom[91]

CILJ:
Diskutovati o seksualnom prenošenju SPB i HIV-a.

POTREBNI MATERIJAL:
Kemijske/obične olovke za sve sudionike i komadići papira označenog na način koji je opisan u procedurama ispod.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

1. Prije početka radionice pripremite određeni broj malih listova papira jednak broju sudionika u skupini i označite ih na sljedeći način:
   - Napišite "H" i "Pratite sve moje upute" na jednoj kartici.
   - Napišite "C" i "Pratite sve moje upute" na tri kartice.
   - Napišite "Ne sudjelujte u aktivnosti i ne pratite moje upute sve dok ne sjednemo ponovo" na tri kartice.
   - Na preostale kartice samo napišite "Pratite sve moje upute".

2. Na početku aktivnosti, ne govorite sudionicima temu o kojoj će biti raspravljano. Nasumice podijelite kartice sudionicima. Neka pročitaju upute na kartici koju su primili i neka ne dijele te upute s ostalim sudionicima. Kažite im da prate upute ispisane na svojoj kartici.

3. Neka sudionici ustanu i izaberu tri osobe koje će se potpisati na poleđini njihovih kartica (poželjno je da to ne budu osobe koje se nalaze pored njih).

4. Kada su svi prikupili svoja tri potpisa neka sjednu.

5. Neka ustane osoba koja ima karticu označenu sa "H".

6. Neka ustanu i svi oni čiju je karticu potpisala ova osoba ili koji su potpisali karticu te osobe.

7. Zatim zamolite sve one koji imaju potpis ovih osoba neka ustanu. Nastavite ovako dok svi ne ustanu, osim onih od kojih je traženo da ne sudjeluju u aktivnosti.

8. Kažite dečkima kako je davanje ili primanje potpisa značilo da su imali spolni odnos s tom osobom. Neka zamisle da je osoba koja ima karticu

91 —Prilagođeno iz aktivnosti "In Search of Signatures" ("U potrazi za potpisima") sadržanoj u priručniku Adolescência: Administrando o futuro" kojeg su razvili Advocates for Youth i SEBRAE, 1992.

označenu sa "H" zaražena HIV-om ili nekom drugom SPB i da je ta osoba imala spolni odnos bez zaštite s tri osobe koje su potpisale njegovu karticu. Podsjetite ih kako oni samo glume i sudionici zapravo nisu zaraženi.

9. Neka skupina zamisli da su osobe koje nisu imale dijela u ovoj aktivnosti, tj. osobe koje su dobile kartice s natpisom "ne sudjelujte", apstinirale od spolnog odnosa, odnosno nisu imale spolni odnos ni s kim.

10. Završite aktivnost objašnjavajući sudionicima kako su oni koji imaju kartice označene s "C" koristile prezervativ i iz tog razloga su pod manjim rizikom. Ovi mladići također mogu sjesti.

11. Iskoristite sljedeća pitanja za početak rasprave o vježbi.

Pitanja za raspravu:

1. Kako se osjećala osoba "H"? Kakva je bila njezina reakcija kad je saznala za svoju "zarazu"?

2. Kako biste se vi osjećali da ste zaraženi HIV-om i AIDS-om?

3. Što su ostali sudionici osjećali prema osobi "H"?

4. Kako su se oni koji nisu sudjelovali u aktivnosti, tj. oni koji su apstinirali, osjećali na početku vježbe? Je li se ovaj osjećaj promijenio tijekom aktivnosti? Što je ostatak skupine osjećao prema onima koji nisu sudjelovali?

5. Je li lako ili teško ne sudjelovati u aktivnosti u kojoj svi sudjeluju? Zašto?

6. Kako su se osjećali oni koji su "koristili prezervativ"?

7. Kako bi seksualno aktivan pojedinac još mogao zaštititi sebe i svog partnera od SPB-a ili HIV-a? Istražite značenje riječi "biti vjeran" s dečkima.

8. Kakvi su bili osjećaji onih koji su otkrili kako su možda zaraženi HIV-om i AIDS-om? Kako su se osjećali oni koji su potpisali karticu nekog tko je "zaražen" SPB-om ili HIV-om?

9. Koji su drugi načini prenošenja HIV-a i AIDS-a? Što mislite, koji su najčešći načini prenošenja HIV-a i AIDS-a u vašoj zajednici?

10. Koja je najvažnija stvar koju ste danas naučili? Kako će vam ovo pomoći pri zaštiti sebe i svojih partnera od SPB-a, HIV-a i AIDS-a u budućnosti?

Zaključak:

Svaka odluka koju donesete u vezi s vašom seksualnošću neizmjerno je važna i može voditi dugotrajnim posljedicama. U razmišljanju o prevenciji SPB/HIV-a trebala bi postojati otvorena komunikacija između partnera o tome kada, kako i zašto će imati spolni odnos. Za neke parove, ovo može dovesti do apstinencije od spolnog odnosa. Za druge, ovo može dovesti do spolnih odnosa, a u tom je slučaju među partnerima bitan razgovor o rizicima HIV infekcije, testiranju i savjetovanju, kao i mjerama predostrožnosti koje će poduzeti kako bi se zaštitili od HIV infekcije uključujući i obvezivanje na vjernu vezu i/ili korištenje prezervativa. Važna je otvorenost mladića glede uvjerenja njihovih partnera i vrijednosti koje se odnose na ove odluke te njihovo poštivanje.

Radionica 33:
Kontracepcija

CILJ:
Upoznati sudionike s različitim metodama kontracepcije, uključujući hitnu kontracepciju, kao i s onima koje su im najprikladnije i najpristupačnije. Razbiti neke od najčešćih mitova i naglasiti koliko su nepouzdane takozvane "prirodne" metode kontracepcije.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart i markeri, preslika Dodatne građe 6.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

1. Osim ženskog i muškog prezervativa, nijedna druga metoda (osim apstinencije, naravno) ne pruža zaštitu od spolno prenosivih bolesti.
   Postoje mnoge metode kontracepcije koje služe za sprječavanje neželjene trudnoće i, ovisno o tome kako funkcioniraju, mogu se podijeliti na sljedeće kategorije:
   - BARIJERNE METODE,
   - HORMONALNE METODE,
   - HITNE METODE KONTRACEPCIJE,
   - INTRAUTERINE METODE,
   - PERMANENTNE METODE

   Objasnite razliku u 5 minuta.

2. Podijelite sudionike u skupine, dajte svakoj skupini list flipchart papira i listu postojećih metoda (Dodatna građa 6). Njihov zadatak je grupiranje metoda s liste u različite, navedene kategorije. Dajte im najviše 10 minuta za ovu aktivnost.

3. Neka cijela skupina izloži odgovore i dok zapisujete njihove odgovore na flipchart, ispravite ih i ukratko prođite kroz svaku metodu, kako ona izgleda i kako djeluje. Ako postoji vremensko ograničenje, važno je ne potrošiti puno vremena na metode koje sudionici vjerojatno neće koristiti ili početi koristiti u skorije vrijeme (npr. dijafragma ili spirala).

   Objasnite detaljno način na koji djeluju kontracepcijske pilule i objasnite uobičajene mitove. Pitajte ih o muškim prezervativima i, ako je potrebno, ponovite dijelove aktivnosti broj 3. Razgovarajte o hitnoj kontracepciji i u kojim situacijama bi se ona trebala koristiti i koliko često.

4. Pitajte skupinu znaju li za neke druge metode koje ne uključuju kupovinu bilo čega ili odlazak kod liječnika. Potaknite ih na navođenje svih "bapskih priča" o tome kako izbjeći trudnoću (npr. tuširanje nakon odnosa). Razgovarajte o "prirodnim" metodama – ritam metoda, metoda povlačenja i njihovoj efikasnosti i zašto se na njih ne treba oslanjati kao učinkovite metode kontracepcije, tj. upozoriti i osvjestiti sudionike da su oni korisniji kao metode.

   NAPOMENA: Tijekom svakog koraka pokušajte povezati ovu temu s dosadašnjim aktivnostima o reproduktivnim sustavima, SPB-u i prakticiranju sigurnog spolnog odnosa.

5. Iskoristite sljedeća pitanja za otvaranje rasprave.

Pitanja za raspravu:

1. Smatrate li da vi i vaši vršanjci imate sve potrebne informacije o kontracepciji? Zašto?
2. S kim obično razgovarate o kontracepciji?
3. Jesu li mitovi o kontracepciji rašireni?
4. Koji je najbolji izvor za informacija o kontracepciji?
5. Tko je odgovoran za razmišljanje o kontracepciji? Mladići ili devojke?
6. Bi li vam bilo neugodno kupovati neku vrstu kontracepcije? Zašto?
7. U kojem trenutku u vezi treba razgovarati o kontracepciji?
8. Ako žena koristi metodu koju njen partner ne može "vidjeti" ili osjetiti (kao što je pilula), bi li ona trebala svog partnera upozoriti na to? Zašto?
9. Poznato je da ne koriste svi kontracepciju niti prakticiraju siguran seks. Što mislite, zbog čega je tome tako? Kako bismo mogli to promijeniti?
10. Jeste li naučili nešto iz ove aktivnosti?

ZAKLJUČAK:

Vjerojatno jedno od najvažnijih dostignuća u borbi za ženska prava priznanje je da žena ima pravo željeti spolni odnos samo zato što joj pruža zadovoljstvo (bez namjere rađanja djece), kao i pravo odbijanja spolnog odnosa.

Dobiti dijete za mnoge je ljude najsretniji trenutak u njihovim životima, ali ponekad, žena osjeća kako nije spremna (zbog njenih godina, emotivno, fizički itd...) ili jednostavno ne želi imati djecu, ali želi spolni odnos s muškarcem. Pobačaj je opcija kada se dogodi neželjena trudnoća, međutim, to nije jednostavan izbor. On sa sobom nosi zdravstvene rizike, može predstavljati emocionalni i psihološki izazov i, na kraju krajeva, NIJE KONTRACEPCIJA, ne samo zato što se ne može koristiti redovito, već i zato što ne sprječava trudnoću, već je prekida. Srećom, postoje mnoge metode koje sprječavaju trudnoću. Apstinencija od spolnih aktivnosti jedina je metoda koja garantira zaštitu od neželjene trudnoće (i SPB), ali postoje mnoge sigurne metode, kao i hitna kontracepcija ako one zakažu. Dobro je da mladi budu informirani iz različitih izvora, ali na kraju, djevojka/dečko trebaju razgovarati o onome što je najbolje za nju/njega sa svojim ginekologom/medicinskim djelatnikom/savjetnikom. Važno je otkriti najbolji način za nju/njega, koji će odgovarati njihovim potrebama, životnom stilu i biti siguran za nju/njega. Ukoliko je ona u vezi, njen partner bi trebao

biti uključen, jer to je nešto što utječe na oboje, a žena bi trebala nastojati izgraditi iskrene i ravnopravne odnose. Zbog njihove rodne uloge, ženama je ponekad neugodno razgovarati o kontracepciji, ali njeno nekorištenje daleko je gore dugoročno promatrano i to treba uzeti u obzir, kao i to da nezaštićeni spolni odnos nosi rizik od trudnoće, kao i od SPB, što je razlog zbog čega je najbolje koristiti dvostruku zaštitu, kao što je prezervativ u kombinaciji s pilulama ili drugim metodama kontracepcije.

BARIJERNE METODE

Metode koje fizički zaustavljaju spajanje jajašca i spermija. Neki metode koriste spermicide koji uništavaju spermije. Potrebno je razlikovati spermicide od hormona. Spermicidi djeluju samo na imobilizaciji i uništavanju spremija - oni ne utječu na reproduktivne organe žene (osim u nekim slučajevima u kojima može doći do iritacije).

Muški kondomi nose se na spolnom udu tijekom odnosa. Obično su izrađeni od tankog lateksa. Prezervativi sprječavaju trudnoću prikupljanjem pre-ejakulata i sperme kada muškarac ejakulira.

Ženski kondom vrećica je koja se koristi tijekom spolnog odnosa za sprečavanje trudnoće i smanjenje rizika od spolno prenosivih bolesti. Ima fleksibilan prsten na svakom kraju. Neposredno prije vaginalnog odnosa, smješta se duboko u vaginu. Prsten na zatvorenom kraju drži vrećicu u vagini. Prsten na otvorenom kraju ostaje izvan vaginalnog otvora za vrijeme odnosa. Za vrijeme analnog odnosa, on se ubacuje u anus. Ženski kondomi sprječavaju trudnoću prekrivajući unutrašnjost vagine. Oni prikupljaju pre-ejakulat i spermu kada muškarac ejakulira. Ovo sprječava ulazak sperme u vaginu.

Kontraceptivna spužva napravljena je od plastične pjene i sadrži spermicide. Ona je meka i okrugla, s promjerom od 5 cm. Ima najlonsku nit pričvršćenu za dno koja služi za uklanjanje. Smješta se duboko u vaginu prije spolnog odnosa i sprječava neželjenu trudnoću.

Dijafragma je plitka gumena kapica u obliku kupole s fleksibilnim obručem. Izrađena je od silikona. Smješta se u vaginu. Kada je smještena, ona prekriva grlić. Dijafragme sprječavaju trudnoću sprječavajući spajanje spermija s jajašcem. Kako bi bile što učinkovitije, dijafragme se moraju koristiti sa spermicidnom kremom, gelom ili pjenom.

Cervikalna kapa mala je kapa napravljena od lateksa čiju veličinu mora odrediti liječnik. Prije odnosa, žena ju smješta na svoj grlić. Koristi se u kombinaciji sa spermicidom. Mora se ostaviti u vagini 6-8 sati kako bi ispravno djelovala, ali ne duže od 48 sati.

Spirala (Bakreni intrauterini uložak) i intrauterini ulošci (eng. Intrauterine device – IUD) mali su bakreni ulošci u obliku slova "T" koje liječnik smješta u maternicu žene, a koji sprječavaju neželjenu trudnoću tako što stvaraju barijeru između jajašca i spermija.

HORMONALNE METODE

Koristite hormone za zaustavljanje ovulacije i oplodnje.
Liječnik mora propisati ne samo pravi tip, već i točno odgovarajuću vrstu(e), jer doze variraju.

Liječnik mora utvrditi izostanak bilo kakvih zdravstvenih problema zbog kojih bi hormoni bili nesigurni za vas.

Kontracepcijske pilule. "Pilule" su hormonske pilule koje se moraju uzeti u isto vrijeme svaki dan kako bi se spriječila neželjena trudnoća. Ovisno o njihovoj vrsti, neke pilule se moraju uzimati svakodnevno bez prestanka, dok druge zahtijevaju tjedan dana pauze, jednom mjesečno, i to u periodu menstrualnog ciklusa. Postoje dva osnovna tipa pilula: kombinirane pilule (sadrže dva hormona, estrogen i progestin) i samo progestinske pilule. Kontracepcijske pilule ponekad se koriste iz drugih razloga, a ne samo kao kontracepcijske metode: za uravnoteženje hormona, regulaciju menstruacije, kod bolnih menstruacija, problema s kožom, itd. Čak ih i djevojke koje još nisu imale spolne odnose mogu koristiti. Efikasnost ovih pilula mogla bi biti ugrožena ne samo nepravilnom uporabom, već također i ukoliko se koriste istovremeno s drugim lijekovima, biljnim suplementima i drugim, zbog čega se treba su potrebne konzultacije s liječnikom.

Hormonske injekcije sprječavaju neželjenu trudnoću ubrizgavanjem progestina. Svaka injekcija sprječava trudnoću u naredna tri mjeseca.

Hormonski flaster ispušta hormone kroz kožu i sprječava trudnoću.

Vaginalni prsten je mali, fleksibilni prsten koji žena smješta u svoju vaginu jednom mjesečno za sprječavanje neželjenih trudnoća. Prsten ostaje u vagini tijekom tri tjedna, a potom se uklanja i ne koristi tijekom preostalog tjedna svakog mjeseca. Sprječava neželjene trudnoće otpuštanjem hormona.

Hormonalni intrauterini uložak – Poput bakrenog uloška, on se smješta u maternicu, ali ovaj otpušta progestin i djeluje pet godina.

PERMANENTNE METODE

Predviđeno je da ove metode budu permanentne (ako su dobro obavljene, uključujući i praćenje) i obično su ireverzibilne.

Sterilizacija je oblik kontrole rađanja. Svi postupci sterilizacije su predviđeni su kao trajna metoda kontracepcije. Za vrijeme postupka sterilizacije liječnik zatvara ili blokira jajovode žene. Zatvaranje jajovoda se može obaviti na nekoliko načina.

Vazektomija je oblik kontrole rađanja za muškarce koji je predviđen biti trajnim. Tijekom vazektomije liječnik zatvara ili blokira kanale koji nose spermu. Kada su kanali zatvoreni, sperma može se napustiti tijelo muškarca i izazvati trudnoću.

HITNA KONTRACEPCIJA

Što je hitna kontracepcija?
Hitna kontracepcija opcija je koja može spriječiti trudnoću ili uzimanjem tablete za hitnu kontracepciju u roku od 72 sata ili umetanjem intrauterinog uloška u roku od pet dana od nezaštićenog spolnog odnosa. Ovisno o tome kada se hitna kontracepcija koristi za vrijeme

menstrualnog ciklusa, ona može:
- zaustaviti ili odgoditi otpuštanje jajašca iz jajnika
- spriječiti dolazak spermija do jajašca ili
- spriječiti učvršćivanje oplođenog jajašce u maternici.

Može li hitna kontracepcija izazvati pobačaj?
Ne, uporaba hitne kontracepcije ne izaziva pobačaj. Početak trudnoće medicinski se definira kao implantacija oplođenog jajašca. Hitna kontracepcija djeluje prije implantacije i neće djelovati onda kada je trudnoća počela. Dakle, ne može se smatrati abortivnom. U stvari, s obzirom na to da hitna kontracepcija sprječava trudnoću, ona smanjuje potrebu za induciranim pobačajima.

Kako se hitna kontracepcija primjenjuje?
Najčešći metod hitne kontracepcije uključuje uzimanje povišene doze uobičajenih tableta za kontrolu rađanja (Yuzpe režim). Međutim, stoga, budući da tablete za kontrolu rađanja dolaze u različitim dozama, često je zbunjujuće i za liječnike i za pacijente shvatiti koliko tableta treba uzeti, jer to ovisi od proizvođača dostupnih tableta. Nedavno su neki, namjenski proizvodi, koji dolaze u pravilnim dozama za hitnu kontracepciju, postali dostupni na tržištu. Osim toga, u nekim zemljama uobičajene tablete za kontrolu rađanja dolaze posebno pakirane u odgovarajućim dozama u svrhu hitne kontracepcije.

Koliko je učinkovita hitna kontracepcija?
Kada se koriste u roku od tri dana od nezaštićenog spolnog odnosa, kombinirane tablete za hitnu kontracepciju (koje sadrže levonorgestrel i etinil estradiol) su oko 75% djelotvorne u smanjivanju mogućnosti za trudnoću. Najučinkovitije tablete za hitnu kontracepciju su one koje sadrže samo levonorgestrel. One mogu smanjiti mogućnost trudnoće za oko 85%. Bakreni intrauterini ulošci mogu smanjiti rizik od trudnoće za više od 99%. Međutim, oni su najpogodniji za žene koje ispunjavaju uvjete za redovitu uporabu intrauterinih uložaka i koje žele koristiti intrauterine uloške za dugotrajnu kontracepciju. Hitna kontracepcija nije metoda zaštite od spolno prenosivih infekcija (SPB) ili HIV/AIDS-a.

Koje su uobičajene nuspojave povezane s uporabom hitne kontracepcije?
Nema ozbiljnih nuspojava povezanih s tabletama za hitnu kontracepciju. Najčešće nuspojave tableta za hitnu kontracepciju su mučnina i povraćanje, iako mali broj žena može doživjeti povremeno krvarenje. Ostale nuspojave, koje se obično povlače u roku od 24 sata, mogu uključivati bol u trbuhu, osjetljivost grudi, glavobolju, vrtoglavicu i umor.
Tablete treba koristiti samo kao hitnu kontracepciju, budući da redovita upotreba može narušiti zdravlje žena.

Je li žena još u opasnosti od trudnoće ako ima spolni odnos nakon uzimanja hitne kontracepcije?
Jest. Hitna kontracepcija štiti od trudnoće samo kada je žena uzima nakon spolnog odnosa. To znači kako ona i dalje može ostati u drugom stanju ukoliko koristi hitnu kontracepciju, a zatim ponovno ima spolni odnos bez uporabe neke druge vrste kontracepcije ili ako njena metoda kontrole rađanja zakaže. Ako i dalje ne želi zatrudnjeti, ona će ponovo morati uzeti tablete za hitnu kontracepciju.

Dodatna građa:

- MUŠKI KONDOM
- PROGESTINSKE PILULE
- VAGINALNI PRSTEN
- ŽENSKI KONDOM
- TABLETE ZA HITNU KONTRACEPCIJU (tablete za "dan poslije")
- CERVIKALNA KAPA
- KONTRACEPCIJSKI FLASTER
- DIJAFRAGMA
- "SPIRALA" (IUD)
- KONTRACEPCIJSKA SPUŽVA
- KONTRACEPCIJSKA INJEKCIJA
- VAZEKTOMIJA
- STERILIZACIJA
- KOMBINIRANI ORALNI KONTRACEPTIVI ("Pilula")

Radionica 34:
Što su seksualna i reproduktivna prava?

CILJ:
Razgovarati o značenju seksualnih i reproduktivnih prava i njihovom značaju u životima žena i muškaraca.

POTREBNI MATERIJAL:
Kemijske i obične olovke, flipchart papir i preslik Dodatne građe 2 s navedenim pravima.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

1. Prije početka radionice: Načinite preslik Dodatne građe 2 i izrežite prava na trake i pripremite ih za podjelu. Nacrtajte četiri stupca na flipchart papiru i napišite sljedeća zaglavlja: Seksualno i reproduktivno pravo; A (za "Slažem se"); +/- (za "Donekle se slažem"); NE (za "Ne slažem se").

2. Objasnite skupini kako ćete razgovarati o seksualnim i reproduktivnim pravima, koji su dio ljudskih prava.

3. Podijelite sudionike u manje skupine i podijelite trake od papira po skupinama. Za skupine s niskom razinom pismenosti pročitajte naglas prava s traka od papira.

4. Objasnite svakoj skupini kako su dobili trake od papira s različitim seksualnim i reproduktivnim pravima i trebali bi razgovarati o tome kako oni razumiju svako od tih prava. Oni bi potom trebali razgovarati o tome slažu li se (A), donekle slažu (+/-) ili ne slažu (NE) s tim da se pravo navedeno na traci poštiva u njihovoj zajednici. Dajte im 10 minuta za ovaj razgovor.

5. Neka svaka skupina predstavi prava o kojima su razgovarali i iznesu slažu li se, donekle slažu ili ne slažu s tim da se to pravo poštiva u zajednici u kojoj žive. Unesite njihove odgovore u tabelu na flipchart papiru. Pitajte ostale sudionike slažu li se s odgovorom. Iskoristite sljedeća pitanja kako biste razgovarali o važnosti seksualnih i reproduktivnih prava u životima žena i muškaraca.

Pitanja za raspravu:

1. Poštuju li se seksualna i reproduktivna prava mladih ljudi u vašoj zajednici? Ako ne, koja se prava najčešće krše? Zašto se to događa?

2. Mislite li kako djevojke i odrasle žene imaju ista prava? Zašto da ili zašto ne?

3. Mislite li kako mladići i odrasli muškarci imaju ista prava? Zašto da ili zašto ne?

4. Mislite li kako žene i muškarci imaju ista seksualna i reproduktivna prava? Zašto da ili zašto ne?

5. Bi li djevojka trebala imati mogućnost pobačaja bez znanja i odobrenja njenih staratelja?

6. Poštuju li se seksualna i reproduktivna prava mladića u vašoj zajednici? Ako ne, koja seksualna i reproduktivna prava mladića se najčešće krše? Zašto se to događa?

7. Koje su najveće prepreke s kojima se žene suočavaju u zaštiti njihovih seksualnih i reproduktivnih prava?

8. Koje su najveće prepreke s kojima se muškarci suočavaju u zaštiti njihovih seksualnih i reproduktivnih prava?

9. Postoji li stigma o odlasku ginekologu/urologu? Je li ženama i muškarcima neugodno prilikom odlaska ginekologu/urologu? Zašto?

10. Kako žene i muškarci u intimnim vezama mogu uzajamno poštivati seksualna i reproduktivna prava?

11. Koja udruženja ili institucije u vašoj zajednici pružaju usluge zaštite seksualnih prava i reproduktivnih prava djevojaka?

12. Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete primijeniti u vašem životu i vezama?

Zaključak:

Seksualna prava i reproduktivna prava su od suštinskog značaja za ljudska prava i pripadaju i ženama i muškarcima svih uzrasta. Ova prava uključuju pravo na samostalno donošenje odluka o vlastitom seksualnom i reproduktivnom životu, bez prisile ili nasilja, i pravo na informacije i metode potrebne za donošenje sigurnih i zdravih odluka u ovoj oblasti. Imamo pravo donositi odluke o svom tijelu, a država je dužna osigurati potrebne uvjete koji omogućuju ostvarenje tih prava.

Djeca, adolescenti i erotika

Idealizacija mladih i ženskog tijela (često s erotskim konotacijama) prisutna je u svim medijima. Djevojke mogu osjećati da se moraju ponašati senzualno i/ili plesati erotično, ali nisu naučene braniti se kada se suoče sa seksualnim zlostavljanjem ili uznemiravanjem. Odgovorni za djecu moraju biti stalno na oprezu i učiti svoju djecu kako prepoznati kada su izložena eksploataciji i kako se braniti.

Dodatna građa:

Seksualna prava i reproduktivna prava

- Pravo ljudi na istraživanje svoje seksualnosti bez straha, srama, lažnog uvjerenja ili drugih prepreka za slobodno ostvarenje vlastitih želja. Ljudi svih uzrasta imaju pravo doživjeti i tražiti seksualno zadovoljstvo.
- Pravo na izražavanje punog seksualnog potencijala uz eliminaciju svih oblika seksualne prisile, eksploatacije i zlostavljanja u svakom trenutku i u svim situacijama u životu. Svatko ima pravo izraziti svoju seksualnost, bez nasilja ili prisile da uradi nešto što ne želi uraditi.
- Pravo na izbor seksualnih partnera bez diskriminacije. Svaka osoba ima pravo izabrati svog partnera, bez bilo kakve diskriminacije.
- Pravo na potpuno poštovanje tjelesnog integriteta. Pravo da se vaše tijelo i njegove granice poštuju i da vas drugi ne prisiljavaju raditi ili doživjeti nešto što ne želite, na primjer, dodirivanjem vaših genitalija.
- Pravo da budete seksualno aktivni ili ne, uključujući i pravo stupanja u dobrovoljne spolne odnose i stupanja u brak uz potpuni pristanak obiju strana. Pravo da ne budete prisiljeni na brak ili spolni odnos s nekim.
- Pravo slobodnog i samostalnog izražavanja seksualne orijentacije. Svaka osoba je muškarac ili žena na svoj način.
- Pravo na izražavanje seksualnosti neovisno o reprodukciji. Svaka osoba ima pravo na spolni odnos bez želje za djecom.
- Pravo na jednakost, uzajamno poštovanje i zajedničku odgovornost u seksualnim vezama. Muškarci i žene imaju jednaka prava i odgovornosti u seksualnim vezama.
- Pravo upornog ustrajanja na prakticiranju sigurnog spolnog odnosa kako bi se izbjegla trudnoća i spriječile spolno prenosive infekcije, uključujući HIV. Svaka osoba može zahtijevati uporabu prezervativa za sprječavanje spolno prenosivih infekcija ili za sprječavanje trudnoće.
- Pravo na slobodno i odgovorno odlučivanje o broju, razmaku i vremenu rađanja djece. Ljudi (parovi) mogu odlučiti hoće li i kada žele imati djecu i koliko djece žele imati.
- Pravo na informacije i sredstva za donošenje odluka. Ljudi bi trebali dobiti informacije kako bi odlučili što je najbolje za njih.
- Pravo na seksualno zdravlje, koje zahtijeva pristup svim vrstama kvalitetnih informacija o seksualnom zdravlju, obrazovanju i povjerljivim uslugama. Pravo na informacije i povjerljive usluge.

Radionica 35:
Seksualne različitosti

CILJ:
Razgovarati o seksualnim identitetima, seksualnoj orijentaciji, homofobiji i potrebi većeg prihvaćanja seksualnih različitosti.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart, markeri i samoljepljiva traka.

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Prije početka ove aktivnosti voditelj bi trebao ispitati svoja mišljenja i stavove prema seksualnim različitostima i seksualnoj orijentaciji. To je tabu tema u mnogim sredinama i sudionici mogu izraziti snažna mišljenja i stavove. Tijekom rasprave voditelj bi trebao zadržati poziciju zagovaranja poštovanja prema ljudima svih seksualnih orijentacija bez cenzuriranja sudionika. Važno je saslušati različite komentare – čak i kada su homofobični – i preispitati ih bez osuđivanja. Prije početka radionice voditelj bi trebao identificirati uobičajene mitove i pogrešna shvaćanja seksualne orijentacije koji se mogu uvesti i obraditi u raspravi. Također korisne bi bile i informacije o lokalnim zakonima i pokretima koji promoviraju prava homoseksualnog pojedinca i parove i resurse, kao što su lokalne organizacije ili web stranice o seksualnoj orijentaciji i pravima koje se mogu podijeliti sa sudionicima.

TIJEK:

1. Provesti aktivnost oluje mozgova sa sudionicima o tome kako bi oni definirali homofobiju. (Merriam Webster rječnik definira homofobiju kao iracionalni strah, averziju ili diskriminaciju prema osobama drugačije seksualne orijentacije.)

2. Podijelite sudionike u manje skupine i dajte svakoj skupini jedan od početaka priča navedenih u Tabeli resursa (ili drugih početaka priča koje bi voditelj mogao osmisliti).

3. Skupine će imati 15 minuta za čitanje i osmišljavanje nastavka priče.

4. Neka skupine prezentiraju svoje priče (početak i detalje koje su dodali) čitajući ih naglas, kroz dramatizaciju ili na drugi način po svom izboru.

5. Nakon prezentacije priče iskoristite sljedeća pitanja za početak razgovora.

Pitanja za raspravu:

1. Jesu li ove priče realne?

2. Zašto je mladim ljudima teško prihvatiti homoseksualnost ili homoseksualno ponašanje?

3. Koja je razlika između lezbijki, homoseksualaca i biseksualaca?

4. Može li osoba imati spolne odnose s osobom istog spola i biti heteroseksualna osoba?

5. Koji tip predrasuda prema i/ili nasilja nad homoseksualnim osobama ili lezbijkama ste vidjeli ili čuli? Koje su posljedice ovih predrasuda i/ili nasilja?

6. Koja imena se najčešće koriste za homoseksualne osobe? Ima li bilo koje od ovih imena negativno značenje?

7. Je li vas ikad netko od vaših prijatelja nazvao „gejom“ (pederom, homoseksualcem) zato što niste nešto uradili, kao što je sudjelovanje u tuči? Što mislite o tome? Zašto muškarce nazivaju „gejovima“ kada se ne ponašaju u skladu s dominantnim normama maskuliniteta?

8. Što ste naučili iz ove vježbe? Kako to možete primijeniti u svojim životima i vezama?

Zaključak:

Svatko ima seksualnu orijentaciju - to jest, vas romantično i seksualno privlače muškarci, žene ili i jedni i drugi. Iako ne znamo točno što određuje seksualnu orijentaciju neke osobe, znamo da se ona formira rano u životu, to nije izbor osobe i ne može se promijeniti iako zbog društvenih tabua i homofobije može biti skrivena. Takvi društveni tabui i homofobija mogu izložiti homoseksualne osobe i lezbijke posebnom riziku od nasilja, diskriminacije, depresije i autodestruktivnih ponašanja kao što su zlouporaba droge i alkohola ili samoubojstvo. Važno je djelovati na razbijanju mitova i promoviranju poštivanja prava žena i muškaraca pri izražavanju svoje seksualne orijentacije slobodno, bez diskriminacije.

Dodatna građa:

Priča #1
Kada je imao 18 godina Tomo je imao svoje prvo seksualno iskustvo s drugim muškarcem i od tada je znao da je homoseksualna osoba. Imao je mnogo partnera prije nego što je upoznao Jovu. Bili su zajedno dugo i na kraju su odlučili priopćiti to svojim obiteljima i početi živjeti zajedno...

Priča #2
Jedne noći Braco je izišao sa skupinom prijatelja, svi iz istog razreda. Jedan od njih, Robert, rekao je: "Idemo pretući neke pedere. Vidio sam neke transvestite na trgu. Idemo!"...

Priča #3
Jedne noći kada je bio na plaži kampirajući sa skupinom prijatelja, Luka se našao u istom šatoru s prijateljom Goranom. Popili su nekoliko piva prije odlaska u šator. Luka je uvijek sebe smatrao heteroseksualcem. Razmišljao je o spolnom odnosu sa svojom djevojkom i doživio uzbuđenje kada je ušao u šator. Kada je Goran vidio da se Luka uzbudio, počeo je...

Priča #4
Sa 17 godina Armin je mislio da je biseksualac. Sviđao mu se spolni odnos s djevojkama i dečkima. Jedne noći njegov otac ga je vidio kako grli drugog dečka i kada je Armin došao kući njegov otac je počeo vikati na njega...

Godina 4:

Roditelji 21. stoljeća

Prvo polugodište:
Očinstvo i majčinstvo

Rodna socijalizacija, skrb i očinstvo

U većini društava briga (za djecu, bolesne osobe, starije osobe itd.) promatra se kao "ženski posao". Zaista, studije provedene u različitim sredinama pokazale su kako očevi doprinose samo jednu trećinu do jedne četvrtine vremena za neposrednu brigu o svojoj djeci u odnosu na vrijeme koje žene doprinose.[92] Ovo nejednako sudjelovanje u staranju ukorijenjeno je u načinu na koji su djevojčice i dječaci odgojeni. Na primjer, u mnogim društvima djevojke provode većinu svoga vremena u kući gdje pomažu u kućanskim poslovima i brinu o mlađoj djeci. Čak i kada se djevojčice igraju, one često dobivaju igračke koje naglašavaju skrb i kućanske poslove (npr. lutke ili pribor za kuhanje). S druge strane, dečke često ohrabruju na igru na otvorenom, a odgovaraju ih od igre s lutkama ili sudjelovanja u drugim "ženskim" igrama. Kako odrastaju dečke sve više i više usmjeravaju prema onome što se generalno smatra "muškim" igrama, kao što su sport ili igranje automobilima ili oružjem, ili prema "muškim" kućanskim poslovima, kao što je pomaganje njihovim očevima u popravljanju stvari u kući. Dječake rijetko potiču na brigu o manjoj djecu na isti način kao djevojčice ili na sudjelovanje u kućanskim poslovima. Ako i kad muškarci postanu očevi, njihov najvažniji doprinos je često promatran više kroz njihovu ulogu hranitelja, u financijskom smislu, nego kao staratelja. Često se, zapravo, na muškarce gleda kao na nesposobne za vođenje brige o djeci i, u određenoj mjeri, ovlaštene od društva za nesudjelovanje u tome. Ukratko, žena vodi brigu, a muškarac donosi novac. Čak i kada muškarac želi igrati aktivnu ulogu u smislu brige o djeci, socijalne ustanove – od obitelji, škole, poslodavaca, zdravstvenih ustanova, nevladinih organizacija i vojske, pa do društva u cjelini – uskraćuju mu tu mogućnost.

Nedovoljna uključenost muškaraca u poslove staranja često znači da žene nose dvostruki teret, posebno one žene koje pokušavaju naći mjesto na tržištu rada i koje ponekad ne mogu prihvatiti određeni posao, jer se moraju brinuti o djeci ili drugim rođacima i prijateljima. Mnoge žene se suočavaju s onim što se često naziva "dupla smjena", kako ne bi bile obilježene kao "nemarne majke." Njih također potiču da budu supermame, često im se govori da se nakon rođenja njihovog djeteta od njih očekuje, istog trenutka, ostvarenje trenutne veze s novorođenčetom, razvijanje uha osjetljivog za plač djeteta i njuha kojem nimalo ne smeta miris izmeta itd.[93]

---

92 — Savjet za stanovništvo (Population Council), "Nedovršena tranzicija: rodna jednakost: Dijeljenje odgovornosti roditeljstva." Glasnik Savjeta za stanovništvo (Population Council Issues Paper), 2001.
93 — Elizabeth Badinter, Um Amor conquistado-o Mito Do Amor materno (Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1985); Ceneveve Parceval, a parte do Pai (Porto Alegre: L & PM, 1986.)

Otac, s druge strane, nakon uloge koju ima u začeću, pronalazi ogromnu prazninu kada je riječ o njegovoj ulozi u cjelokupnom procesu dobivajući malo prostora tek kada dijete dostigne predškolsku dob. U jaslicama i vrtićima situacija je još kompliciranija, gdje prisustvo muškarca često stvara zabrinutost i strepnju, iz straha da bi on mogao seksualno uznemiravati djecu ili imati seksualne probleme ili je osoba seksualno devijantnog ponašanja. Stoga, sam lik "brižnog muškarca" se često povezuje s slikom "ženskaste" osobe ili "napasnika". Oni muškarci koji žele sudjelovati u ovim poslovima često nađu malo prostora za to ili neizbježno moraju trpjeti komentare poput "u ovakvim situacijama muškarci samo smetaju."[94]

Konačno, šire promatrano, možemo vidjeti protezanje ove pretpostavljene "nesposobnosti" za brigu o djeci do (ili ima korijene u) drugih područja svakodnevnog života, jer se na muškarce obično gleda (čak i od njih samih) kao na osobe koje nisu sposobne voditi brigu o bolesnoj osobi, stvarima oko sebe, djetetu, kući, sebi samima i svojim tijelima.

Okvir 1.

Okvir 1: Jesu li djeca koja odrastaju bez oca izložena većem riziku?

Iako se obično pretpostavlja kako odsustvo oca predstavlja rizik za djecu, na primjer, vodi k agresivnijem ponašanju, ili teškoćama u školi, ili problemima s rodnim identitetom, pitanje odsustva oca je složeno. Postojeća istraživanja nisu nam na odgovarajući način pomogla u procjeni svih razloga za uspjeh ili neuspjeh u odgoju djece. Postoje određeni stručnjaci koji pokušavaju shvatiti moguće implikacije odsustva oca ili majke, ali nitko od njih nije otišao toliko daleko u svojim istraživanjima da bi mogao kategorički tvrditi kako su djeca koja su odrasla bez jednog od roditelja sama po sebi "problematičnija" od drugih. Postoji više izuzetaka nego pravila, jer nema svako dijete koje je odraslo bez oca (ili majke) očekivane probleme. Štoviše, obiteljska struktura koja se smatra "stabilnom" ne mora nužno osigurati djetetu savršenu emocionalnu ravnotežu.[95]

94 — Eliana Č.L. Saparol, "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.
95 — Michael E. Lamb (ed.), The Father´s role: applied perspectives (Uloga oca: primenjene perspektive) (New York: John Wiley, 1986)

Brinu li se muškarci o sebi?

Muškarci su kroz povijest zauzimali nezavidno prvo mjesto u različitim područjima statistike: broj jedan po broju ubojstava, samoubojstava, nezgoda sa smrtnim ishodom (pogotovo onih koje uključuju motorna vozila), uporabi alkoholnih pića i drugih supstancija, uključenosti u krađe i napade na druga lica i kao rezultat takvog ponašanja imaju i najveću stopu privođenja i zatvaranja, pored toga što su i glavni počinitelji fizičkih napada, kako u privatnom, tako i u javnom području života. Ove statistike se također ogledaju u još jednom konstantnom obrascu: nižoj stopi očekivanog životnog vijeka muškaraca u poređenju sa ženama i višoj stopi smrtnosti. Štoviše, analizirajući stopu smrtnosti prema spolu i starosnoj dobi, jasno se može vidjeti viša stopa smrtnosti kod muškaraca, izazvana vanjskim čimbenicima, u svim starosnim skupinama, naročito među adolescentima i mladima.

Pored toga, muškarci često oklijevaju priznati zdravstveni problem i tražiti pomoć. Takvo oklijevanje je stvorilo, na primjer, složene probleme u smislu širenja HIV-a i AIDS-a. Studije provedene u Africi i Aziji, kao i u drugim dijelovima svijeta, pokazuju da muškarci zaraženi HIV-om, generalno, dobivaju manje podrške jedni od drugih i rjeđe traže pomoć od obitelji i prijatelja nego žene.[96] Također, manje je vjerojatno da će se muškarci brinuti o drugim osobama zaraženim HIV-om, bilo da je riječ o intimnim ili obiteljskim vezama. Kao što je prethodno navedeno, studije provedene u Dominikanskoj Republici i Meksiku naglasile su činjenicu da se žene koje su HIV-pozitivne ponekad vraćaju u dom svojih roditelja, jer je mala vjerojatnost da će im njihovi muževi pružiti odgovarajuću pažnju.[97]

Način na koji su dečki odgojeni leži u pozadini ovih statističkih podataka i situacija. Gdje god se događa priča je često ista: dečke potiču na obranu i uzvraćanje udarca, na ustajanje odmah čim padnu s bicikla (po mogućnosti bez plača!), na ponovno penjanje na drvo nakon što su s njega pali, na hrabrost i neustrašivost. Uopćeno govoreći, muškarci su od najranije mladosti socijalizirani tako da na društvena očekivanja odgovore na proaktivan način, gdje rizik nije nešto što se izbjegava ili sprječava, već nešto s čime se suočava i što se prevazilazi na svakodnevnoj osnovi. Ideju vođenja brige o samom sebi istisnuli su štetni ili samoubilački stilovi života, u kojima se sklonost riziku vrednuje više od sigurnosti. Međutim, na isti način na koji muškarci uče ne voditi brigu o sebi ili o drugima, također mogu naučiti kako voditi brigu. Za realizaciju ovoga, ključno je da mi – kao profesori, zdravstveni edukatori, profesionalno osoblje za rad s mladima i roditelji – omogućimo dečkima razmišljanje o brizi i stjecanje iskustva u vođenju brige.

---

96 — UNAIDS, "Muškarci i AIDS: rodni pristup." (Ženeva: Zajednički program Ujedinjenih nacija za borbu protiv HIV/AIDS-a, 2000).
97 — K. Rivers & P. Aggelton, "Adolescenata seksualnost, rod i HIV epidemija." (New York: UNDP HIV i razvojni program, 2002) www.undp.org/hiv/publication/gender/adolesce.html

Što je s adolescentnim i mladim očevima?

Obično se adolescentska trudnoća miješa s adolescentskim majčinstvom, tj. kada govorimo o ranim godinama, gotovo uvijek govorimo o adolescentnim majkama. Vrlo često mladog oca vidimo kao odsutnog i neodgovornog: "Nema svrhe tražiti ga, on ništa ne želi znati o tome!" Zaista, vrlo je uobičajeno pretpostaviti kako su svi adolescentni ili mladi muškarci koji postanu očevi "nemarni". Njihovi roditelji, roditelji djetetove majke, sama majka, kao i odgovarajuće službe, često ih diskriminiraju i pretpostavljaju najgore o njima.

Iako mnogi dečki ne žele biti uključeni, ima mnogo adolescentnih i mladih očeva koji su jednako uključeni i posvećeni brizi o djeci, kao što su posvećeni majkama ove djece. U nekim slučajevima, međutim, adolescentni ili mladi očevi možda i žele biti uključeni u brigu o svojoj djeci, ali ih u tome sprječava djetetova majka ili njena obitelj. U drugim slučajevima adolescentni ili mladi očevi mogu osjećati kako, budući da su nezaposleni i ne mogu osigurati financijsku podršku za dijete, nemaju ni pravo na interakciju s njim ili njom. Na primjer, istraživanje je pokazalo da adolescentni i mladi muškarci u početku mogu odbijati odgovornost i očinstvo kada su suočeni s mogućom trudnoćom, zbog financijskog tereta kojeg podrazumijeva briga o djeci.[98]

Sveukupno gledano, međutim, činjenica je kako svaki adolescentni roditelj ima svoju priču ili realnost. Razumijevanje specifične realnosti ili pojedinačnog slučaja svakog adolescentnog roditelja ne znači poticanje adolescentske trudnoće – već to znači stvaranje uvjeta u kojima ovo adolescentno roditeljstvo neće predstavljati prepreku za razvoj i dobrobit adolescentnog roditelja ili roditeljâ ili njihove djece.

Briga za dijete nije jednostavan zadatak, naročito ako uzmemo u obzir ekonomske implikacije podizanja djeteta. I naravno, neki dečki (možda i većina!) nisu adekvatno pripremljeni na vođenje brige o djetetu. Za većinu adolescenata postati roditelj u tim godinama vjerojatno ne predstavlja najbolji izbor u njihovom životu. Međutim, trudnoća i očinstvo mogu pružiti nekim adolescentnim roditeljima značajne emocionalne prednosti.

Prvo, moramo priznati kako su se neki adolescentni parovi pokazali dobrima u školi, u obiteljskom životu i u brizi o djetetu. Istraživanja iz oblasti društvenih znanosti provedena u različitim državama ističu kako neki adolescenti trudnoću doživljavaju kao prijelaz u zrelo doba i kako im upravo trudnoća dodjeljuje taj status. Nekim mladim ljudima roditeljstvo omogućuje rekonstrukciju svojih života i ponekad potiče na prestanak s uzimanjem supstancija ili isključivanje iz delinkventnih aktivnosti.[99]

Zaista, širom svijeta postoci trudnoće su veći među mladim ljudima s nižim stupnjem obrazovanja ili kod onih koji imaju manje nade u bijeg iz siromaštva i kao posljedica toga mogu doprinijeti siromaštvu. Štoviše, mnogi mladi roditelji rano napuštaju školu zbog nedostatka ekonomskih sredstava njihovih obitelji za nastavak školovanja. Međutim, istraživanje pokazuje kako adolescentska trudnoća sama po sebi nije glavnim uzrokom napuštanja škole. Kada se trudnoća dogodi, većina adolescenata iz neprivilegiranih slojeva već je napustila školu ili se nikad nije ni upisala u školu. Štoviše, kada pregledamo literaturu, vidimo da adolescentsko roditeljstvo nije uzrok zdravstvenih rizika po majku ili po dijete. Glavni rizik je nedostatak prenatalne brige i odgovarajuće društvene podrške.[100]

Sve u svemu, analiza uzroka i posljedica rane trudnoće mora biti pažljivo provedena i zahtijeva preispitivanje naših predrasuda i stereotipa. Mi ne zagovaramo adolescentsku trudnoću. Mi zagovaramo uravnoteženiji stav obitelji, zajednice i stručnih lica po pitanju ovih problema – uzimajući u obzir specifične realnosti i potrebe samih mladih ljudi.

98 — Jose Olavarria, "Hombres: Identidades, Relaciones de Genero y Conflictos Entre trabajo y familia." Em: J. Olivarria i C. Cespedes, Trabajo y familia: Conciliación? Perspectivas de Žanr (Santiago: FLASCO-Čile, SERNAM y Centro de Estudios de La Mujer CEM, 2002.).

OKVIR 2.

Okvir 2: Muškarci i trudnoća

Generalno, kada govorimo o trudnoći, mi rijetko spominjemo oca. Muškarce, naročito dečke, bilo u bolnicama ili prenatalnim klinikama često vidimo kao autsajdere ili uljeze ili možda samo kao posjetitelje – rijetko kao partnere ili osobe koje koriste svoje pravo. Moramo zapamtiti da očevi imaju sljedeća prava:

- udjelovanja u prenatalnoj brizi
- traženja odgovora na svoje sumnje u vezi s trudnoćom, uključujući i sumnje koje mogu imati u svom odnosu s partnericom i o brizi za dijete. Kao otac, on nije samo pratitelj svoje partnerice, već također i otac djeteta koje se treba roditi.
- informiranja o tome kako trudnoća napreduje i o bilo kojem problemu koji se može pojaviti
- u trenutku poroda biti prepoznati kao OČEVI, a ne samo kao "posjetitelji" klinike ili bolnice.

Za oca je važna mogućnost sudjelovanja u brizi o novorođenčetu tijekom prvih trenutaka i dana nakon rođenja. Naravno, neke stvari on ne može raditi. Žena, također, ne može raditi druge stvari zbog vremena neophodnog za vlastiti oporavak. Međutim, oboje mogu naučiti kako davati podršku jedno drugom – pod pretpostavkom da njihov odnos dozvoljava takvu suradnju. Ukoliko su razdvojeni, oni se također moraju dogovoriti o podjeli ovih odgovornosti i aktivnosti.[101]

OKVIR 3.

Okvir 3: Rezime

- Širom svijeta žene se često doživljavaju kao prirodni staratelji. Međutim, ova asocijacija je više ukorijenjena u socijalnim konstrukcijama o muškim i ženskim ulogama nego u njihovim urođenim sposobnostima. Na primjer, od rane mladosti, djevojke provode većinu svog vremena u kući gdje pomažu u kućanskim poslovima i brinu o mlađoj djeci. S druge strane, dečke često ohrabruju na igru na otvorenom, a odgovaraju ih od igranja s lutkama ili sudjelovanja u drugim "ženskim" ili "kućanskim" igrama, stoga oni često imaju ograničene mogućnosti učenja i građenja samopouzdanja u svojim vještinama vođenja brige.
- Nedovoljna briga muškaraca o sebi samima, izražena kroz statističke podatke kao što su visoke stope ubojstava, samoubojstava, uporabe alkoholnih pića i drugih supstancija, uključenosti u nasilje, bilo kao počinitelji ili kao žrtve, povezana je s načinom na koji su oni odgajani. Često su dečki i muškarci potaknuti na rizično ponašanje kako bi se dokazali kao "pravi muškarci" i mogu promatrati traženje stručne pomoći kao "nemuževno" ili kao znak slabosti. Na taj način ideja vođenja brige o samom sebi je često istisnuta štetnim ili samoubilačkim stilovima života.

---

99 — Gary Barker, "Peace boys in war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro, Brazil" ("Miroljubivi dječaci u ratnoj zoni: Identitet i suočavanje među maloljetnim muškarcima u favelama u Rio de Žaneiru, Brazil"; neobjavljena doktorska disertacija, Erikson Institut, Loyola Univerzitet, Čikago, 2001.)
100 – Donald G. Unger & Lois Dall Wandersman, "Social support and Adolescent Mothers: Actions Research Contributions to theory and practice." ("Socijalna podrška i maloljetne majke: doprinosi aktivnosti istraživanja teoriji i praksi"); Journal od Social Issues 41 (1985.) 29-41.
101 — Tekst prilagođen iz publikacije: Gravidez saudavel e parto Seguro Sao direitos da mulher, produzido pela Sudbina Nacional de Feminista Saude e Direitos Reprodutivos (E-mail: redesaude@uol.com.br)

MAJČINSTVO I SKRB

Povijesno i kulturološki često povezujemo sliku žene sa slikom majke, kao da su ta dva identiteta nerazdvojna. Čak je uobičajeno i čuti izreku "žena bez djece je kao drvo bez ploda". Od malih nogu, kada se djevojčicama daju lutke za igru, one uvježbavaju društveno očekivane uloge za žene – majke i staratelja. Međutim, ne želi svaka žena biti majka i odluka o tome, hoće li i kada žena treba imati djecu mora se zasnivati na individualnim željama svake žene, a ne na društveno konstruiranim idealima o ženama i majčinstvu.

Trudnoća i majčinstvo u adolescenciji

Bez obzira na sve veću pozornost koja se posvećuje adolescentskoj trudnoći (trudnoći do 19 godina starosti) u posljednjih nekoliko desetljeća, to nije nova pojava. Umjesto toga, samo u posljednjih nekoliko desetljeća adolescentska je trudnoća klasificirana kao društveni problem. Ovaj pomak je došao kao rezultat promjene normi o iskustvu adolescencije i uloge žena. Već dugo starosna dob na koju smo mislili kada smo koristili izraz "adolescentska" ili "tinejdžerska" trudnoća se smatrala idealnom dobi za rađanje djece. Međutim, promjena očekivanja o obrazovnim i profesionalnim postignućima žena i dostupnost kontracepcije (npr. pilula, dijafragma i prezervativ) dovela je do promjena u stavovima o idealnoj dobi za rađanje djece. Adolescentska trudnoća se stoga najčešće povezuje s gubitkom obrazovnih i profesionalnih mogućnosti i općim gubitkom izbora u životu djevojke. Aktualne rasprave i zabrinutosti o adolescentskoj trudnoći također su povezane sa stvaranjem koncepta adolescencije, koji je nastao u drugoj polovini 20. stoljeća kao međufaza između djetinjstva i života odraslih, kada hormonalne promjene uzrokuju sazrijevanje tijela od djeteta do odrasle osobe. Ova nova klasifikacija faza ljudskog razvoja također je dovela do promjena u društvenim očekivanjima i normama za pojedince koji doživljavaju ovakve fizičke promjene. Iako adolescenti mogu imati mnoge od kognitivnih i emocionalnih sposobnosti, koje su im potrebne za ulazak u svijet odraslih, od njih se očekuje iskorištavanje ove faze života za što bolju pripremu (npr. akademski, socijalno) kako bi osigurali bolji uspjeh kao odrasle osobe. S uvođenjem perioda adolescencije prijelaz u zrelo doba postao je još složeniji, zahtijevajući duži period od ovisnosti od roditelja i obitelji i odgađanje uzrasta koji se smatra idealnim za reprodukciju. S adolescencijom, koja se sada definira kao prijelazni period između djetinjstva i odrasle dobi, istraživači su počeli opisivati ovaj period kao vrijeme pobune i impulzivnosti u životu i još konkretnije u spolnim odnosima (Bock 2001.). Kao rezultat toga adolescentska trudnoća je postala povezana s neodgovornošću, impulzivnošću, strukturama raspada obitelji, nedostatkom informacija i siromaštvom. Međutim, razlozi za adolescentsku trudnoću su raznovrsni i složeni. S jedne strane, postoje mnoge adolescentske trudnoće koje su planirane, najčešće među pojedincima čiji životni planovi i očekivanja možda neće uključivati visoko obrazovanje ili formalnu karijeru. S druge strane, neplanirane adolescentske

trudnoće mogu proizaći iz nedostatka informacija o seksualnosti, reproduktivnom zdravlju i metodama kontracepcije. Ove neplanirane trudnoće mogu se dogoditi kada su djevojke inhibirane, uplašene ili na drugi način ne mogu pregovarati o korištenju kontrole rađanja sa svojim partnerima. Kontracepcija, međutim, nije samo odgovornost žene: u svakoj vezi odluke o seksualnom i reproduktivnom zdravlju pripadaju partnerima. Iako je ovaj priručnik namijenjen za rad s mladim ženama (ili možda upravo iz tog razloga!), važno je napomenuti kako nije svaki adolescent ili mladi otac odsutan ili neodgovoran. Mnogi očevi (mladi ili odrasle osobe), koji imaju djecu s adolescentnom ženom, žele osporiti kulturološke norme koje kažu kako muškarac ne može i ne treba sudjelovati u odgajanju djeteta i drugim kućanskim poslovima. Bez obzira na okolnosti adolescentske trudnoće, važno je pružiti podršku adolescentnoj djevojci u drugom stanju i njenom partneru. To ne znači nužno ohrabrivanje trudnoća među adolescentima, već stvaranje uvjeta, kako ovaj proces ne bi doveo do bilo kakvih fizičkih, psihosocijalnih ili socijalnih problema. Ova podrška bi trebala uključiti obrazovnu podršku koja pruža adolescentnim i mladim majkama pristup i ostvarenje obrazovnih i drugih stručnih i društvenih mogućnosti.

Roditeljski dopust za majke i očeve

Izmijenjena uloga očeva se također prepoznaje u pravnom okviru. U sve većem broju zemalja očevi imaju pravo uzeti nekoliko tjedana ili mjeseci dopusta s posla kako bi se brinuli o svojim bebama. U nekim zemljama to je čak obvezno! Istraživanja pokazuju kako ova praksa jača vezu između djeteta i oca. Roditelji u nekim zemljama mogu izabrati i podijeliti roditeljsko odsustvo onako kako im najbolje odgovara.

Radionica 36:
Kako to misliš?

CILJ:
Istražiti kako dečki definiraju skrb i kako se nose s tim u svom svakodnevnom životu.

POTREBNI MATERIJAL:
Obične olovke, bijeli listovi papira, trake papira, ploča (kartonska ili flipchart)

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Sudionici koji imaju poteškoća u čitanju i pisanju, mogu jednostavno govoriti, bez korištenja papira ili ploče. Ipak, važno je održavati redoslijed: prvo, aktivnost oluje mozgova, a zatim priče iz njihovog djetinjstva.

TIJEK:

1. Podijelite list papira i olovku svakom sudioniku. Neka svaki od njih na papiru napiše riječ BRIGA.
2. Neka potom napišu sve riječi i fraze koje im padnu na pamet kada čuju riječ BRIGA.
3. Nakon pet minuta neka svaka osoba pročita što je zapisala i sastavite listu svih riječi i fraza koje se pojavljuju, kako biste utvrdili najčešće asocijacije.
4. Nakon toga podijelite tri komada papira svakom sudioniku, a ostatak stavite u sredinu kruga koji su formirali sudionici. Neka razmisle o svojim životima od vremena kada su bili djeca i potom se pokušaju prisjetiti situacija u kojima su svjedočili sceni staranja.
5. Nakon 20 minuta neka jedan od sudionika dobrovoljno pročita ono što je napisao. Pitajte ima li drugih sličnih priča i započnite raspravu.

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Je li moguće definirati brigu ili skrb na osnovu samo jedne ideje?
2. Je li dobro da se netko o vama brine? Zašto?
3. Je li dobro brinuti se o nekome? Zašto?

ZAKLJUČAK:

Prokomentirajte to što, kao što se može vidjeti iz raznih riječi koje je skupina navela, očigledno ne postoji samo jedna ili ispravna definicija brige i staranja, već ti termini imaju višestruko značenje.

Radionica 37:
Muškarci kao staratelji

CILJ:
Povećati razinu svjesnosti o tradicionalnim rodnim podjelama o staranju i promovirati veće sudjelovanje mladića u staranju u njihovim domovima, vezama i zajednicama.

POTREBNI MATERIJAL:
Nije potreban

PREPORUČENO VRIJEME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Ukoliko u skupini ima mladih očeva, neka se osvrnu na svoje sudjelovanje u brizi o djetetu i na koji način bi mogli biti aktivnije uključeni. Za one koji nisu očevi pitajte ih kako predviđaju svoje sudjelovanje u budućnosti.

TIJEK:

1. Prvo, neka se sudionici raširi i prošetaju po prostoriji.

2. Kada čuju odgovarajuće doba dana praćeno riječju "KIP", oni trebaju zauzeti položaj koji predstavlja aktivnost u kojoj bi oni bili angažirani u to doba dana. Na primjer, nakon što izgovorite riječi: "Podne, KIP!" sudionici bi trebali zauzeti položaj kipa koji predstavlja ono što oni inače rade u podne svakoga dana.

3. Zatim glasno recite drugo doba dana praćeno naredbom "KIP!" Nastavite ovako za sljedeća vremena:
   - 3:00 prije podne
   - 10:00 prije podne
   - podne
   - 3:00 poslije podne
   - 10:00 poslije podne

4. Neka sudionici zamisle što bi radili u ovo doba dana kada bi se trebali brinuti o djetetu i ponovite isti proces od koraka br. 3. Napomena: za mlađe sudionike, koji nisu imali neposrednog iskustva s brigom o djeci, potaknite ih na razmišljanje o odnosu otac-dijete zasnovanom na njihovim obiteljima, zajednici i medijima.

5. Sada, neka sudionici ponove ovu vježbu zamišljajući što bi radili da su oni žene s djecom.

6. Iskoristite sljedeća pitanja za raspravu kako biste istražili razlike između dviju situacija – prije i poslije djeteta – u životima mladića i razlike između rutine nekog mladog oca i mlade majke i identificirajte u koje je doba dana prisutnost djeteta značilo veću (manju) promjenu u rutini mladića.

   Mogućnost: *Umjesto izvođenja prethodne vježbe s različitim vremenima tijekom dana, eka sudionici provedu aktivnost oluje mozgova o različitim aktivnostima koje bi dečko koji je otac i djevojka koja je majka obavljali u različito doba dana. Napišite ove različite aktivnosti u dva stupca (jedna za mladiće i druga za djevojke) na flipchartu i neka sudionici identificiraju neke od sličnosti i razlika između ovih aktivnosti.*

Pitanja za raspravu:

1. Mijenja li se svakodnevni život kada mladić ima dijete o kojem mora brinuti? Na koji način? Zašto?
2. Mijenja li se svakodnevni život kada djevojka ima dijete o kojem mora brinuti? Na koji način? Zašto?
3. Kakve vrste staranja obavljaju žene, a kakve muškarci?
4. Tko je bolji u staranju, muškarci ili žene? Zašto? Je li to dio kulture ili biologije?
5. Koji čimbenici doprinose izostanak muške skrbi kod staranja o djeci?
6. Što mislite, kako vaše društvo gleda na sudjelovanje muškaraca u staranju o djeci?
7. Koji su izazovi očinstva? Kako se ti izazovi mogu riješiti?
8. Koja je pozitivna strana očinstva? Koje su prednosti očinstva?
9. Koje su prednosti za dijete koje ima aktivnog oca u svom životu?
10. Koje su prednosti kada mladić ima dobre odnose s majkom njegovog djeteta?
11. Postoje li pozitivni uzori očeva u vašoj zajednici? Što se od njih može naučiti?
12. Što ste naučili tijekom ove aktivnosti? Kako vam to može pomoći pri uvođenju promjena u vaše živote i veze?

Zaključak:

Je li i na koji način otac uključen u brigu o djetetu ovisi od toga kako su muškarci i žene odgojeni i od toga jesu li odgojeni s vjerom kako su i muškarci također sposobni za brigu o djeci. Na primjer, djevojčice se od rane mladosti potiču na igru s lutkama vježbajući na taj način ono što se pretpostavlja da ih čeka u budućnosti: život u kući i briga za članove obitelji. S druge strane, dečki se uglavnom odvraćaju od igranja s lutkama ili pomaganja u kućanskim poslovima. Iako su djevojčice i žene često od rane mladosti odgajane za brigu o djeci, muškarci također mogu naučiti brinuti o djeci – i naučiti to raditi dobro. Kada očevi nisu uključeni u skrb, to znači kako na kraju majke moraju nositi težak teret brige o djeci, a muškarci propuštaju mnoga zadovoljstva koja briga o djeci nosi sa sobom. I dok razmišljate o promoviranju pravednosti između muškaraca i žena u vašoj zajednici, važno je početi od vašeg doma i razmisliti o tome kako vi kao dečki možete početi više sudjelovati u zadacima staranja u vašoj obitelji, kao i o tome kako možete potaknuti druge dečke na činjenje istog u svojim domovima.

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

CILJ:
Razgovarati o ulogama i odgovornostima žena i muškaraca u prevenciji trudnoće. Razgovarati o majčinstvu – društvenim i kulturološkim očekivanjima u vezi s majčinstvom.

POTREBNI MATERIJAL:
Preslik Dodatne građe 7: Adrijanina priča.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

1. Podijelite (ili pročitajte naglas) Adrijaninu priču iz Dodatne građe 7.

2. Razgovarajte o mogućim završecima priče.

3. Započnite raspravu koristeći sljedeća pitanja.

Pitanja za raspravu:
- Je li ova priča realna? Zašto da ili zašto ne?
- Brinu li djevojke o neplaniranoj trudnoći? Zašto da ili zašto ne?
- Razgovaraju li djevojke sa svojim partnerima o prevenciji trudnoće? Zašto da ili zašto ne?
- Brinu li mladići o neplaniranoj trudnoći? Zašto da ili zašto ne? Razgovaraju li oni o tome sa svojim partnericama?
- Koju vrstu uloge bi muškarac trebao imati u odlukama o hitnoj kontracepciji?
- Kakve mogućnosti Adrijana ima na raspolaganju?

4. Adrijana saznaje da je trudna. Nastavite s raspravom koristeći pitanja:

- Što prolazi kroz um djevojke kada sazna za trudnoću? Kako neplanirana trudnoća može promijeniti njen život? Kakav izbor ona ima?
- Što prolazi kroz um mladića kada sazna da je njegova partnerica trudna? Kako neplanirana trudnoća može promijeniti njegov život? Kakav izbor on ima? Kako roditelji reagiraju kada se njihova kći ili sin suoče s neplaniranom trudnoćom?
- Kako se broj neplaniranih trudnoća u vašoj zajednici može smanjiti?
- Koje opcije žena ima kada se suoči s neplaniranom trudnoćom?

5. Razgovarajte o tome što znači biti majka u vašoj zajednici. Kako izgleda "tipična majka"? (njene godine, gdje živi, kako izgleda, što voli raditi, je li planirala biti majkom, koliko djece ima, radi li izvan kuće, je li udana...)

6. Započnite raspravu koristeći pitanja ispod za sažetak cijele aktivnosti.

Pitanja za raspravu:

1. Trebaju li sve žene biti majke? Zašto da ili zašto ne?

2. Kako zajednica promatra ženu koja nema djecu? Je li to drugačije kada je to njen izbor, nego kada je to stoga što ne može zatrudnjeti?

3. Kako bi muškarci trebali biti uključeni u odluke o majčinstvu? Kada žena postane majkom, što zajednica očekuje od nje?

4. Jesu li očekivanja od majke danas slična očekivanjima u prošlosti? Jesu li drugačija? Kako?

5. Jesu li očekivanja od majke drugačija od očekivanja od oca? Na koji način? Što mislite o tome?

6. Je li drugačije biti majkom u ruralnom okruženju nego u urbanom? Kako?

7. Na koji način možemo bolje prihvatiti i podržati odluke žena o majčinstvu?

8. Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što se može primijeniti na vaše živote i veze? Hoćete li napraviti ikakve promjene kao rezultat ove aktivnosti?

MOGUĆNOST ZA SKUPINE S VIŠE VREMENA – provedite ovu aktivnost odvojeno od aktivnosti "Biti majka"

- *Podijelite sudionike u manje skupine i dajte im 10 minuta za razgovor o mogućem završetku priče. Svaka skupina treba pripremiti igrokaz zasnovan na završetku koji su izabrali.*
- *Nakon što svaka skupina predstavi svoj igrokaz, pitajte postoje li neki drugi mogući završeci.*
- *Pitajte sudionike jesu li ikad čuli za hitnu kontracepciju (ukoliko to skupine već nisu spomenule). Prezentirajte informacije iz Dodatne građe 4B.*
- *Neka sudionici zamisle da je Adrijana saznala za svoju trudnoću. Neka se vrate u svoje skupine i razgovaraju o mogućim završecima te priče. Dajte im 10 minuta za tu raspravu.*
- *Neka svaka skupina prezentira završetke koje su osmislili i započnite raspravu o ulozi žena i muškaraca u prevenciji i suočavanju s neplaniranom trudnoćom.*

MOGUĆNOST: Podijelite sudionike u skupine i neka naprave igrokaze o tome kako izgleda tipični dan majke, uključujući i to kako ona izgleda.

ZAKLJUČAK:

Baš kao što bi trebalo razgovarati o odluci oko spolnih odnosa, tako bi trebalo razgovarati i o odluci o kontracepciji i prevenciji neplanirane trudnoće i važna je jednaka involviranost obaju partnera u taj razgovor. Uvijek je najbolje unaprijed planirati i prakticirati sigurne spolne odnose, ali ako i kada se suočite s rizikom od neplanirane trudnoće, tableta za hitnu kontracepciju nudi mogućnost, ukoliko se pravilno koristi, značajnog smanjenja tog rizika. U slučaju sumnje ili nesigurnosti, ne zaboravite tražiti informacije od zdravstvenih stručnjaka ili drugih stručnih osoba u zajednici.

Postoje određene mogućnosti u vezi s prekidom neplanirane trudnoće, ali čak i ako je neplanirana, žena može odlučiti zadržati bebu i postati majkom. Njena odluka može biti pod utjecajem onoga što društvo očekuje od majki te želi li ona i može li ispuniti ta očekivanja. Mnoge obitelji i kulture još vide majku kao središnji identitet i ostvarenje žene. Osim toga, određeni modeli majki – na primjer, one majke koje žrtvuju sve za svoju djecu i obitelj su idealizirani – a drugi – one majke koje rade izvan kuće – su često kritizirani. Za svaku je ženu bitna odluka hoće li i na koji način biti majkom, pritom ne zaboravljajući kako briga za druge može biti veoma ispunjavajuća, ali je jako važno brinuti prvenstveno o sebi.

DODATNA GRAĐA

Adrijanina priča

Adrijana ima 17 godina i pohađa završni razred srednje škole. Ona planira nastaviti školovanje i raditi nakon što diplomira. Ona sudjeluje u školskim aktivnostima uključujući i školske novine. Veoma je sretna, ekstrovertna, dinamična djevojka s puno prijatelja i ljubazna je prema svima, naročito prema Leu, njenom dečku. Oni vole vrijeme provoditi zajedno i dijele mnoge iste snove, uključujući i zajednički odlazak na dugo putovanje jednog dana. Nakon što su hodali nekoliko mjeseci, odlučili su imati spolni odnos prvi put. Adrijana se osjećala čudno jer nije bilo onoliko bolno koliko su njene prijateljice rekle da će biti, a nije osjećala ni nervozu tijekom razgovora s Leom o korištenju prezervativa. Međutim, jednom dok su imali spolni odnos, prezervativ je puknuo, a Adrijana nije koristila nikakvu drugu vrstu zaštite. Oboje su bili vrlo zabrinuti, posebno zato što je Adrijana bila u plodnom dijelu ciklusa. Milijun stvari prolazilo je kroz Adrijaninu glavu: "Što ako sam trudna? Što uraditi? ".

Radionica 39:
Sve u isto vrijeme

CILJ:
Razgovarati o višestrukim ulogama i odgovornostima koje žene često preuzimaju i o važnosti dijeljenja odgovornosti za brigu o djeci i kućanskim poslovima s muškarcima.

POTREBNI MATERIJAL:
Kemijske ili obične olovke.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Prije radionice voditelj bi trebao istražiti državne zakone i politike koje se odnose na roditeljski dopust za majke i očeve koje može podijeliti sa sudionicima.

TIJEK:

1. Uzmite list flipchart papira i podijelite ga na dva stupca. U jedan stupac napišite "majka", a u drugi "otac". Neka sudionici razmisle o svemu što im pada na pamet kada čuju ove riječi. Zapišite to u odgovarajuće stupce.

2. Sada zamijenite riječi "majka" i "otac" i prođite ponovno kroz stupce (isto kao u i aktivnosti "Što je to što zovemo rod"). Osim onih aktivnosti koje su uvjetovane biološkim razlikama (kao što je dojenje) sve ostalo je rezultat rodnih uloga.

MOGUĆNOST:
Možete dodatno provesti sljedeću aktivnost

- Podijelite sudionike u tri manje skupine. Neka jedna od skupina napusti prostoriju na nekoliko trenutaka. Od preostalih skupina jedna će predstavljati "muškarce s djecom", a druga će predstavljati "žene s djecom". Neka se treća skupina vrati u prostoriju te će oni biti "publika". Napomena: Važno je da skupina "publika" ne zna zadatke koje su druge dvije skupine dobile.
- Neka prve dvije skupine odu u suprotne kutove sobe. Objasnite im kako ćete izgovarati različita doba dana, a njihov je zadatak u tišini odglumiti aktivnost koju bi obavljali u tom konkretnom trenutku u ovisnosti od toga jesu li žene s djecom ili muškarci s djecom. Treća skupina će biti odgovorna za promatranje aktivnosti koje dvije skupine obavljaju u različito doba dana.
- Izgovorite različita doba dana, na primjer: 5 sati ujutro, 10 sati ujutro, podne, 3 sata poslije podne, 5 sati poslije podne i 10 sati uvečer. Kako izgovarate svako od ovih doba dana, prve dvije skupine bi trebale početi oponašati aktivnosti koje bi žene s djecom ili muškarci s djecom obavljali u to određeno doba dana. Dajte im nekoliko minuta za nastavak oponašanja aktivnosti povezanih s određenim dobima dana prije nego što izgovorite drugo doba dana. Voditelj može također izgovoriti i konkretnije vrijeme i dan u tjednu, na primjer: 6 sati ujutro na godišnjem odmoru, podne u subotu, 3 sata poslije podne u ponedjeljak. Podsjetite treću skupinu kako bi oni trebali promatrati obje skupine i identificirati sličnosti i razlike koje će komentirati po završetku aktivnosti.
- Neka treća skupina, ona kojoj je dodijeljena uloga "publike", s ostatkom skupine podijeli neke sličnosti i razlike koje su uočili. Pitajte ih što oni misle, jesu li predstavljene aktivnosti točno oponašale ono što se događa u njihovim domovima i zajednicama.

› Nakon kratke rasprave o ovom dijelu aktivnosti objasnite kako će skupina izvesti još jednu aktivnost kako bi naglasila razlike u sudjelovanju muškaraca i žena u brizi o djeci i kućanskim poslovima.

3. Započnite raspravu koristeći pitanja ispod.

Pitanja za raspravu:

1. Koje su razlike u sudjelovanju muškaraca i žena u brizi o djeci?
2. Kako se ove razlike odnose na različite uloge i mogućnosti muškaraca i žena izvan kuće (npr. škola, radno mjesto)?
3. Po vašem mišljenju, koje vrste prava bi žene trebale imati u pogledu majčinstva i posla? A koje vrste prava bi muškarci trebali imati u pogledu očinstva i posla? (Ako je moguće, voditelj bi trebao doprinijeti ovoj raspravi informacijama o državnim zakonima o roditeljskom dopustu za majke i očeve).
4. Može li djevojka biti majka, studirati i raditi? Kakva vrsta podrške joj je potrebna?
5. Jesu li neke odgovornosti važnije od drugih?
6. Što žene obično očekuju od muškaraca u pogledu njihovog sudjelovanja u brizi o djeci?
7. Jesu li muškarci sposobni brinuti se o djeci kao žene? Zašto da ili zašto ne?
8. Što žene obično očekuju od muškaraca u pogledu obavljanja kućanskih poslova?
9. Jesu li muškarci sposobni obavljati kućanske poslove kao žene? Zašto da ili zašto ne?
10. Je li važno za žene i njihove partnere dijeljenje brige o djeci i kućanskim poslovima? Zašto da ili zašto ne?
11. Kada je muškarac nezaposlen, doprinosi li on obavljanju kućanskih poslova?
12. Koje su prednosti ravnomjerne podjele odgovornosti za brigu o djeci i kućanskim poslovima između žena i muškaraca?
13. Kako žena može pronaći vremena za brigu o sebi pored svih svojih drugih odgovornosti?
14. Kako muškarac može pronaći vremena za brigu o sebe, djeci i drugim odgovornostima?
15. Što ste naučili tijekom ove rasprave? Kako to može utjecati na stvaranje promjena u vašem životu i vezama?

Zaključak:

Žene često usklađuju mnoge uloge i odgovornosti – kod kuće i izvan nje. Što se tiče djece, često su žene te koje preuzimaju primarne odgovornosti. Međutim, važno je zapamtiti, ukoliko je i otac uključen u brigu o djeci, to nije isključivo povezano s biološkim obilježjima, već više ovisi o tome kako su muškarci i žene odgojeni i jesu li odgojeni u vjeri kako muškarci također mogu brinuti o djeci. Iako se djevojčice i žene od malih nogu odgajaju s namjerom brige o djeci, muškarci također mogu naučiti brinuti se o djeci – i naučiti to dobro raditi. Kao majke, sestre i supruge možete pomoći u poticanju dječaka i muškaraca na sudjelovanje u brizi o braći i sestrama i drugoj djeci, tako da mogu vježbati vještine potrebne dobrim očevima i starateljima.

Radionica 40:
Šta je posao žene?

CILJ:
Razgovarati o tradicionalnim rodnim podjelama koje postoje u različitim vrstama poslova.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipchart papir i markeri.

PREPORUČENO VRIJEME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

TIJEK:

1. Objasnite sudionicima kako je svrha ove aktivnosti razgovarati o vrstama poslova koje tradicionalno obavljaju žene i muškarci.

2. Podijelite list papira i olovku svakom sudioniku. Neka svaki sudionik napravi listu svih različitih vrsta poslova koje obavljaju različiti pojedinci u njihovoj obitelji, uključujući i njih same. Neka sudionici razmisle o vrstama poslova koje obavljaju muški rođaci u usporedbi s vrstama poslova koje obavljaju ženski rođaci. Za skupine s niskom razinom pismenosti podijelite sudionike u parove ili male skupine te neka raspravljaju o ovim pitanjima.

3. Dajte sudionicima 10-15 minuta za pisanje i/ili raspravu.

4. Neka svaki sudionik podijeli nekoliko primjera sa svoje liste s ostatkom skupine. Oni bi trebali naglasiti obavljaju li pojedinu vrstu posla muškarci, žene ili i jedni i drugi.

5. Napišite navedene različite vrste poslova na flipchart papir. Napravite popis onih vrsta poslova koje obavljaju muškarci, popis onih koje obavljaju žene i popis onih koje obavljaju oba spola.

6. Nakon što su svi sudionici dali svoj doprinos, pregledajte popis koji ste napravili s pojedinim vrstama poslova koje obavljaju muškarci i onima koje obavljaju žene. Prođite kroz svaku stavku i pitajte sudionike mogu li tu vrstu posla također obavljati oba spola. Ukoliko dobijete niječan

odgovor neka sudionici dodatno razmisle o ovome i preispitaju svoje razmišljanje, sve dok skupina ne dođe do konačnog shvaćanja kako ovu vrstu posla vjerojatno mogu obavljati oba spola.

7. Uključite sudionike u raspravu o rodnoj podjeli posla koristeći pitanja za razgovor ispod.

MOGUĆNOST: Neka svaki sudionik napiše ili navede vrste poslova koje obavljaju različiti pojedinci u njihovoj obitelji, uključujući i njih same, pojedinačno, na malim papirima. Presavijte ove papire i stavite ih u korpicu. Podijelite skupinu u dvije ekipe. Jedan po jedan, neka jedan sudionik iz svake ekipe izvuče papir i odglumi ono što je napisano u tišini. Ekipa iz kojeg potječe glumac/glumica bi trebala pokušati pogoditi koju vrstu posla on/ona glumi. Ako ekipa ne može pogoditi, dajte drugoj ekipi mogućnost pogađanja. Ona ekipa koja točno pogodi vrstu posla dobiva jedan bod. Ova igra se može igrati sve dok se svi papirići s navedenim poslovima ne izvuku ili dok voditelj ne osjeti kako je skupina dovoljno animirana. Na flipchart papiru napišite popis aktivnosti koje su odglumljene i potom neka sudionici raspravljaju o navedenim pitanjima.

Pitanja za raspravu:

1. Da li postoje određene vrste poslova koje češće obavljaju muškarci? Da li postoje određene vrste poslova koje češće obavljaju žene? Koji su razlozi za te razlike?

2. Ako nije navdeno – da li se briga o deci i domaćinstvu smatra poslom? Zašto ili zašto ne? Ko je bolji u brizi o deci i domaćinstvu, muškarci ili žene? Zašto? Da li mislite da žene imaju instinkt za ovu vrstu posla? Objasnite.

3. Da li verujete da postoje određene vrste poslova koje žene nisu u stanju da obavljaju? Zašto? Koje su to vrste poslova?

4. Da li verujete da postoje određene vrste poslova koje muškarci nisu u stanju da obavljaju? Zašto? Koje su to vrste poslova?

5. Koja je uloga porodice u oblikovanju i reprodukciju normi o tome šta je posao muškaraca a šta je posao žena? (vidi okvir sa tekstom – Barbike, igračke kamioni i čemu nas oni uče o poslu)

6. Da li je ženama lakše da pronađu posao nego muškarcima? Objasnite.

7. Da li verujete da je u redu da poslodavac nezaposli ženu zato što bi mogla da ostane u drugom stanju ili već jeste?

8. Žene su slabije plaćene za obavljanje istih poslova kao muškarci. Zašto?

9. Postoji manje žena na višim rukovodećim pozicijama nego muškaraca, postoji manje izvršnih direktora i žena na poziciji moći uopšte, zašto?

10. Da li je ženi sa visokim obrazovanjem lakše da pronađe posao nego ženi sa nižim obrazovanjem ili bez obrazovanja? Za koje vrste posla vam treba viši nivo obrazovanja?

11. Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete primeniti u svom životu i vezama? Da li ćete napraviti bilo kakve promene kao rezultat ove aktivnosti?

ZAKLJUČAK:

Ideja kako određene vrste poslova trebaju obavljati žene, a druge muškarci utemeljena je na socijalizaciji, a ne biologiji. Intenzivnije sudjelovanje žena u poslovima koji zahtijevaju skrb i sposobnost vođenja domaćinstva je direktno povezana s činjenicom kako su djevojčice i djevojke često odgojene s namjerom pomaganja u ovoj vrsti poslova kod kuće, pripremajući ih na taj način za ovu vrstu plaćenog rada u budućnosti. Nažalost, one aktivnosti koje uglavnom obavljaju djevojke i žene, uključujući kućanske poslove, skrb i neformalne aktivnosti na tržištu, društvo, a ponekad i same žene podcjenjuju ili ignoriraju. Važno je prepoznati ogroman doprinos koji žene uvijek daju u kući i izvan kuće i znati kako je moguće da žene preuzmu aktivnosti koje tradicionalno obavljaju muškarci, baš kao što je moguće da muškarci, zauzvrat, preuzmu one aktivnosti koje tradicionalno obavljaju žene uključujući kućne poslove i brigu o djeci.

Barbike, igračke kamioni i čemu nas oni uče o poslu

Tijekom rasprave također bi moglo biti zanimljivo potaknuti sudionike na razmišljanje o različitim igračkama s kojima se igraju dječaci i djevojčice i mogućim vezama s vrstom posla koju muškarci i žene češće obavljaju. Na primjer, djevojčice se često igraju lutkama i takvim igračkama koje oponašaju uloge staranja i kućanskih poslova. Dječaci se često igraju autićima, kockama i drugim igračkama koje oponašaju agresivne i natjecateljske uloge. Razgovarajte o tome kako su ova rana iskustva dio socijalizacije u kojoj se i djevojčice i dječaci uče identificirati s određenim vrstama poslova i interesa.

Djevojke i sudjelovanje zajednice

Sudjelovanje zajednice se može definirati kao proces podizanja svijesti i mobilizacije koji omogućava pojedincima i skupinama identifikaciju i razumijevanje svojih potreba i traženje rješenja koja poboljšavaju njihove živote i zajednice (Nunes, 2006.). Ova rješenja mogu uključivati pomoć u brizi za djecu iz susjedstva, pomoć nekome pri odlasku do klinike ili bolnice, pozajmljivanje novca prijatelju ili susjedu ili druge aktivnosti kojim pojedinci i skupine mogu doprinijeti dobrobiti drugih i poboljšanju životnog standarda u zajednici.

Participacija zajednice i osnaživanje

Rad u okviru participacije zajednice olakšava djevojkama preispitivanje zakona i sociokulturološke norme koje stvaraju i održavaju nejednakosti. Djevojke moraju shvatiti kako su ove zakone i norme stvorile skupine ljudi – to jest, oni nisu urođeni i nepromjenjivi – i one same mogu predložiti i donijeti izmjene ovih zakona kroz političku mobilizaciju. Kroz ovo shvaćanje djevojke mogu početi razvijati kritičku svijest i prepoznavati svoju moć u oblikovanju svojih života i cjelokupne zajednice. U tom smislu participacija postaje osnovni alat i za učenje i za osnaživanje. Mi definiramo osnaživanje kao "povećanje moći i osobne i kolektivne samostalnosti pojedinaca i društvenih skupina u njihovim interpersonalnim i institucionalnim odnosima, prvenstveno onima koji se odnose na represiju, dominaciju i društvenu diskriminaciju" (Vasconcelos, 2003.). Osnaživanje ovisi o individualnoj i kolektivnoj participaciji u identifikaciji problema i radu na promjenama. U Pedagogiji i autonomiji (2005.) Paulo Freire naglašava kako možemo postati svjesni represije odnosa samo kroz samostalnu participaciju pojedinaca u procesu oslobađanja, a ne isključivo pružanjem informacija – to jest, kako bismo shvatili represiju, moramo sudjelovati u vlastitom oslobađanju. Upoznavanje svoje zajednice još je jedan važan korak u procesu osnaživanja. Smislenije interakcije sa zajednicom i dublje razumijevanje njenih resursa vode ka snažnijoj mobilizaciji i značajnijim promjenama.

Djevojke i participacija zajednice

Promoviranje participacije djevojaka u njihovim zajednicama može im pružiti priliku za korak dalje od razmišljanja i rasprava koje su sadržane u ovom priručniku i za poticanje aktivnosti u smjeru transformacije svoje lokalne realnosti. Razvoj individualnih i kritičkih točaka gledišta presudan je korak u prikupljanju kolektivnih glasova potrebnih za rješavanje hitnih društvenih pitanja (Fischer, 2002.). Osim toga, izgradnja osjećaja pripadnosti društvu i uključenosti u zajedničke aktivnosti mogu pomoći djevojkama pri izgradnji samopoštovanja i ostvarenju svojih težnji (Putnam, 2003.). Također je od ključne važnosti poticanje mladih i odraslih ljudi na komunikaciju jednih s drugima, posebno o temama koje se smatraju tabu temama ili teškim temama. Odrasli voditelji mogu ponuditi mladima informacije i podršku u otkrivanju svijeta odraslih. Uključivanje djevojaka u interaktivne aktivnosti s različitim liderima iz zajednice može proširiti njihove mreže i dati im pristup novim i važnim izvorima informacija. Koristeći analogiju iz prirode možemo reći kako su sudionici sposobni plesti mreže povezivanja i na taj način stvarati mreže koje postaju sve veće i veće. Studija provedena u SAD pokazala je kako su mladi iz urbanih područja s niskim prihodima, koji su stvorili partnerstvo s odraslima, češće tražili i dobivali podršku i mogućnosti (Costa, 2003.). Ovi mladi ljudi su također mogli bolje spoznati svijet odraslih i dobiti praktične informacije o temama, kao što su upisi na fakultet, norme i očekivano ponašanje na radnom mjestu.

Ove aktivnosti u vezi s participacijom zajednice imaju cilj potaknuti uključivanje djevojaka u proces individualnog i kolektivnog razmišljanja o svojim zajednicama i stvoriti okružje u kojem mogu raditi zajedno na rješavanju lokalnih problema. Tijekom ovog procesa djevojke ne samo da komuniciraju s drugim mladim ljudima koji se suočavaju sa sličnim problemima, već također i s pojedincima iz šire zajednice, kao što su lideri u zajednici, vjerske vođe i predstavnici lokalnih organizacija. Tematska razmišljanja predložena u ovom priručniku trebaju donijeti pomak prema individualnoj i kolektivnoj transformaciji okolnosti u zajednici. Osim toga, participacija u aktivnostima u zajednici je katalizator za individualne transformacije, kao što smo vidjeli ranije.

Razmišljanje o našim okolnostima i djelovanje na njih omogućava nam otkrivanje alata koji mogu dovesti do osobne promjene i doprinijeti transformaciji naših lokalnih stvarnosti, što je povezano s idejom osnaživanja. Ovo osnaživanje kroz participaciju povećava naše samopoštovanje i produbljuje naš osjećaj pripadnosti i naš osjećaj kontrole nad našim životima. Uključivanje mladih u zajedničke aktivnosti također je sredstvo mobilizacije. Izuzetno je važno identificirati i maksimizirati postojeće mreže, tako da intervencije mogu biti što je moguće učinkovitije, uz istovremeno prepoznavanje dokaza o ulozi koju participacija zajednice igra u dobrobiti i zdravlju mladih.

POGLAVLJE

3

Budi promjena
kojoj težiš!

Godina 1-4:

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

Budi promjena kojoj težiš!

Budi promjena koju želiš vidjeti!

Pored provođenja edukativnih radionica, važan segment u implementaciji Programa M (Program Y) su komplementarne kampanje koje se provode u školama, ali i lokalnim zajednicama. Primjer uspješne i prepoznatljive kampanje koju su provodile brojne lokalne i regionalne organizacije je "Budi Muško". Koncept "Budi Muško" je strategija koja je osmišljena na način da prati i podržava izvođenje edukativnih radionica. Putem ove kampanje mladima se šalju poruke u vezi s temama obuhvaćenim edukativnim radionicama. Na ovaj se način produžava "pozitivni" učinak radionica, čime se doprinosi kontinuitetu pozitivnog utjecaja na mlade. Također, kampanje potiču mobilizaciju mladih i razvoj pozitivnih društvenih i vršnjačkih skupina koji u određenoj školi ili lokalnoj zajednici, glasno i u skupinama, zastupaju ideologiju demokracije i tolerancije, kao i nulte tolerancije prema nasilju i predrasudama koji su osnova za pojavu različitih oblika nasilja.

Uz podršku domaćih stručnjaka u oblasti marketinga, Smart Kolektiv je za potrebe ovog projekta osmislio kampanju BUDI MUŠKO, čiji je cilj promoviranje vrijednosti nenasilnog ponašanja, rodne ravnopravnosti i razvijanje svijesti o odgovornom seksualnom ponašanju.

Projekt i kampanja se oslanjaju na iskustva partnerske organizacije Instituto Promundo Brasil, koja je razvila učinkovitu metodologiju participativnog pristupa u kreiranju kampanja za smanjenje nasilja među mladima u favelama Rio de Janeira.

Socijalna kampanja "Budi Muško" inovativni je pristup podizanja svijesti o postojećim problemima u društvu, a podrazumijeva aktivnu participaciju srednjoškolaca koji sudjeluju u izvođenju radionica ili su prisustvovali radionicama i žele aktivno doprinijeti pozitivnim društvenim promjenama. Škole mogu samostalno provoditi aktivnosti kampanje, a web stranica http://www.youngmeninitiative.net/ba/ pruža različite resurse, materijale i smjernice za njihovo planiranje, adaptaciju i realizaciju.

Upoznaj Program M!

Dosadašnje iskustvo u provođenju aktivnosti u okviru Programa M ukazuje na važnost "pripreme" učenika za njihovo aktivno sudjelovanje u edukativnim radionicama i drugim pratećim sadržajima, uvodna je, tzv. teaser kampanja. Teaser u prevodu znači zadirkivati, stoga su u kontekstu Programa M teaser kampanje vid komunikacije koji kod učenika pobuđuje zanimanje, ali ne nudi sve odgovore. Kampanje se provode prije početka realizacije edukativnih radionica i njihov cilj je "zagolicati" maštu učenika i pobuditi interes za aktivnosti koje slijede, a dio su Programa M.

1. Grafit ispred škole
   U dogovoru sa školom ispred škole je preko noći ispisan veliki grafit s porukom "Budi Muško". Ujutro, po dolasku učenika u školu, veliki broj njih je od nastavnika i drugog školskog osoblja tražio pojašnjenje o tome tko je i zašto napravio spomenuti grafit. Nastavnici i pedagozi su objasnili kako je riječ o iznenađenju, a učenici će sve odgovore dobiti tjedan dana od izrade grafita. Nakon tjedan dana u školi je organizirana prezentacija "Budi Muško – uključi se!" tijekom koje su predstavljene edukativne radionice i drugi prateći zanimljivi sadržaji.

2. Posteri u školi
   U suradnji s osobljem škole dogovoreno je postavljanje postera s porukom „Jeste li spremni za Budi Muško aktivnosti?“ na najprometnijim lokacijama u školi. Tijekom velikog odmora skupina učenika je u hodnike i prostore oko kantine postavila spomenute postere, no u dogovoru s osobljem škole učenicima nije objašnjeno o čemu se radi. Iako su učenici tražili pojašnjenje, pedagozi i nastavnici su objasnili kako je riječ iznenađenju, što je dodatno zaintrigiralo učenike i pobudilo intenzivno zanimanje. Tjedan dana kasnije, u glavnom hodniku škole organizirana je prezentacija "Budi Muško – uključi se!" tijekom koje su predstavljene edukativne radionice i drugi prateći zanimljivi sadržaji.

   Veliki odmor je najbolje vrijeme za izvođenje aktivnosti ovog tipa teaser kampanje, jer su svi učenici u glavnom hodniku pa je onda i akciju lakše izvesti na jednom središnjem mjestu.

3. Prepoznaj Program M
   Program Inicijativa mladića je prošao brojne evolucijske izmjene. Iako je u prvobitnom obliku program bio usmjeren na rad s dečkima, kasnije, shodno identificiranim potrebama škola i zajednica, program je proširen i na djevojke. Ono što je ostalo isto i prepoznatljivo je vizualni identitet programa i osnovna poruka "Budi Muško", jer ona ohrabruje dečke na suprotstavljanje rigidnim i štetnim društvenim normama, praksama i stavovima i preispitivanje svojih stavova te njihovu korelaciju s ponašanjem. Djevojke u tom procesu imaju svoje mjesto, jer pored individualne dobiti, koje djevojke ostvaruju sudjelovanjem u radionicama, kampanjama i kreativnim aktivnostima, posebnu ulogu imaju u formiranju pozitivnih vršnjačkih skupina koje dečke i djevojke uključuju u proces transformacije štetnih društvenih normi i praksi.

budi muško
Ne budi nasilnik!
powered by:
bmk

Kampanje na prometnim lokacijama

Mladi koji prolaze edukacije i kod kojih su uočene pozitivne promjene inicirane Programom M mogu biti sjajni saveznici u mobilizaciji šire lokalne zajednice i promociji pozitivnih društvenih vrijednosti i promjena. Primjere aktivnosti koje su članovi "Budi Muško" klubova realizirali u svojim gradovima nudimo vam u nastavku teksta.

1. BMK akcija ispisivanja poruka kredom po ulici ("chalk walk")

Članovi "Budi Muško" klubova mogu organizirati jednostavnu, ali efikasnu javnu akciju ispisivanja poruka kredom ("chalk walk"). Članovi klubova mogu prikupiti i koristiti šarene krede za pisanje i ostavljanje poruka i parola BMK-a na pločnicima na adekvatnim, frekventnim lokacijama (školska dvorišta, trgovi, pješačke zone i druga javna mjesta gdje su one uočljive) istovremeno pozivajući svoje vršnjake i prolaznike da im se pridruže. Zanimljivo je što se ponekad ovim akcijama pridruže i profesori u pisanju poruka. Neke od poruka koje mogu biti napisane su na primjer: "Muškarac nije lovac, žena nije trofej.", "Koristi silu argumenata, a ne silu kao argument.", "Ako 'NE' čuješ kao 'DA', nauči maternji jezik", "Ako ti pukne film – nisi muškarac nego fotoaparat" itd. Prednost ove akcije je to što poruke neko vrijeme ostaju na pločnicima i vidljive su praktično cijeloj školskoj populaciji, na primjer, kao i to što članovi kluba privlače veliku pozornost svojih vršnjaka prilikom provođenja ove akcije, što također predstavlja dobru priliku za verbalnu promociju vrijednosti Kluba i distribuciju materijala kao što su brošure, leci, naljepnice i simboli. Neophodni resursi su motivirani mladi članovi kluba (što više to bolje), dovoljno krede u boji i alternativno, tiskani promotivni i edukativni materijali, a također se mogu koristiti i štandovi, zastave Kluba i transparenti. Pripremni sastanak također bi trebao uključivati razmišljanje (oluja mozgova) i definiranje svih poruka za ovu akciju, uz navođenje primjera iz prethodnih kampanja. Ova akcija treba biti dobro pokrivena fotografijama/video-snimcima koje bi trebalo objaviti na društvenim mrežama gdje mogu doprijeti do velikog broja mladih.

2. BMK akcija "Instagram" okvir

Za ovu akciju potrebno je dizajnirati "Instagram" (ili "Facebook") okvir, veličine oko 1x1m, od lakog materijala koji je lako nositi, s prepoznatljivim "Budi Muško" vizualnim elementima i naslovima/sloganima, a također se mogu napisati i odgovarajući „hashtagovi“ (eng. hashtag). Članovi BMK-a trebaju otići na popularne lokacije na kojima se mogu susresti mladi ljudi (to može biti školsko dvorište ili gradski trg, park itd.), ponijeti okvir sa sobom i zamoliti mlade ljude za fotografiranje unutar okvira istovremeno im objašnjavajući cilj kampanje, npr. podizanje svijesti o prevenciji rodno zasnovanog nasilja, intervencije promatrača ili neke druge teme, uz promoviranje BMK-a i njegovih vrijednosti i poruka. Na taj način se mladi ljudi upoznaju s našim kampanjama, ciljevima i vrijednostima, a fotografiranjem pružaju podršku kampanji. Ovaj tip akcije je dobar za širenje na društvenim mrežama, jer mladi ljudi vole vidjeti svoje fotografije s određenih aktivnosti

i na taj način ona dopire do velikog broja mladih dijeljenjem i označavanjem (eng. tag). Osim "Instagram" okvira, ono što je potrebno je fotoaparat ili mobilni telefon s dobrom kamerom, promotivni/edukativni materijali za distribuciju i, kao i uvijek, dobar tim mladih aktivista. Ova akcija se također može realizirati zajedno s nekim drugim događajem, kao što je školski sportski turnir, akcija ispisivanja poruka kredom ("chalk walk"), crtanje BMK grafita, sajam mladih itd.

3. BMK akcija – obilježavanje Međunarodnog dana žena

BMK članovi proveli su akciju u okviru koje su dijelili male kutije povodom obilježavanja Međunarodnog dana žena. Akcija koja je izvedena u tržnom centru "Mepas Mall", pored isticanja vrijednosti i važnosti žena, pokušala je građankama i građanima približiti ideologiju i rad ovog kluba osnovanog 2009. godine.
U malim kutijama, koje su dijelili djevojke i dečki, članovi BMK-a, nalazio se slatkiš i kratka biografija žena koje su napravile i prave promjene u Bosni i Hercegovini danas. Sedamnaest djevojaka iz cijele Bosne i Hercegovine promovirano je kroz ovu akciju: sportašice, političarke, prvakinje u hip-hop plesu itd.
Pored provođenja ove akcije na javnim mjestima, ona je također provedena u školama i u kantonalnom Ministarstvu obrazovanja, dan poslije Međunarodnog dana žena (s obzirom na to da je Međunarodni dan žena bio u nedjelju). Članovi BMK-a su podijelili ove kutije svim zaposlenima u navedenim institucijama.
Ukupno 1000 kutija podijeljeno je ženama i muškarcima, s obzirom na to da je smisao ove akcije promoviranje žena i onoga što su one sposobne uraditi, a ne samo darivanje.
Pored ove kampanje, provedena je promotivna aktivnost prije početka kampanje. Članovi BMK-a koristili su Facebook stranicu Budi Muško kluba za promociju svih žena uključenih u ovu kampanju. Na ovaj način promovirali smo ovaj događaj, a istovremeno smo dodatno promovirali žene i njihove uspjehe.

4. BMK akcija – obilježavanje Međunarodnog tjedna zdravlja muškaraca

Članovi BMK-a proveli su akciju promocije zdravlja muškaraca u sklopu aktivnosti koje su implementirane širom svijeta tijekom Međunarodnog tjedna zdravlja muškaraca. Akcija provedena u Mostaru ima dva dijela:

- predstavljanje zdravih životnih stilova ljudima tako što su mladi ljudi vozili bicikle za vrijeme ove akcije
- podjela edukativnih materijala.

Za ovu akciju kreirane su dvije vrste promotivnih materijala, naljepnice i brošure.

Više od 200 ljudi je bilo direktno uključeno u ovu akciju dobivanjem informacija i materijala.

5. Valentinovo (Dan zaljubljenih)

Valentinovo je Dan zaljubljenih, ali za aktivne BMK članove ujedno i prilika za organizaciju aktivnosti promocije pozitivnih međuvršnjačkih odnosa na prometnim lokacijama u Sarajevu i Banjoj Luci, posebno u kontekstu veza koje mladi uspostavljaju sa svojim simpatijama. Nasilje u vezama nema opravdanje pa su mladi u okviru akcije razgovarali s prolaznicima o ljubavi, poštovanju, jednakosti i ravnopravnosti.

Potrebni materijal: baloni, lizala u obliku srca i info pult s promotivnim materijalima.

U okviru akcije prolaznicima je predstavljen Program M i aktivnosti koje mladi implementiraju s ciljem promocije zdravlja i prevencije nasilja. Osim informacija i pozitivne poruke o sigurnoj ljubavi, BMK momci su dijelili lizala u obliku srca mladim ljudima na ulici i ispred BBI centra.

Slučajni prolaznik, tj. dječak je rekao našem volonteru: "Zadovoljstvo je živjeti u gradu gdje postoji organizacija kao što je vaša, organizacija koja brine o mladim ljudima, koji šire ljubav i sve to rade za nas, bez ikakvih očekivanja (u vezi s besplatnim uslugama koje su dio našeg Prijateljskog centra za zdravlje mladih)".

6. Svjetski dan zdravlja

U okviru kampanje obilježavanja Svjetskog dana zdravlja skupina mladih je organizirala poseban vid edukacije po metodologiji "Uči gdje stigneš". Na prometnom mjestu je instalirana učionica za prolaznike. Građani su mogli slobodno doći na "sate", biti dio učionice i slušati i razgovarati o zdravlju, prevenciji

7. BMK-ovci na vrhu Trebevića

Potrebni materijal i resursi: Prva pomoć, skupina mladih i vrijednih ljudi i planina.

Učenje je cjeloživotni proces, učimo prije školovanja, tijekom školovanja i nakon školovanja. Upravo s namjerom podsjećanja vršnjaka na značaj učenja, predstavnici BMK Sarajevo su odlučili učiti na neobičnom mjestu, na vrhu planine Trebević, točnije 1629 metara iznad razine mora. U okviru pomenute aktivnosti članovi "Budi Muško Kluba" Sarajevo, organizirali su

na vrhu Trebevića edukativnu radionicu i na taj način pokazali kako mjesto i vrijeme ne mogu biti prepreka učenju.

8. BMK TV

IInicijativa mladića je iskoristila kreativne radionice za razvoj svojih kampanja i uključivanje mladih ljudi u ovaj projekt. Kako članovi "Budi Muško" klubova i mladi iz Foruma mladića sudjeluju u edukativnim radionicama, kampovima za mlade i drugim aktivnostima koje organiziraju partneri, oni otkrivaju raznovrsne načine za izražavanje onoga što su naučili, npr. o rodno ravnopravnim i nenasilnim praksama i za promoviranje ključnih poruka. Ovaj proces ih osnažuje i on predstavlja moćno sredstvo dopiranja do velikog broja mladih ljudi.

Kreativne radionice uče dečke i djevojke širokom spektru multimedijalnih tehnika, kao što su pravljenje filmova, fotografija, snimanje pjesama, puštanje glazbe, ples i razni oblici ulične umjetnosti. Tako je početkom 2012. godine "Budi Muško Klub" Sarajevo identificirao 11 aktivnih mladih ljudi, uključujući i jednog romskog tinejdžera, koji su redovito prisustvovali treninzima i organizirao za njih multimedijalne kreativne radionice za izradu videomaterijala i kratkih filmova. Ova skupina je od profesionalnog snimatelja naučila kako koristiti video-opremu. Oni su prošli obuku koju su im držali brojni drugi stručnjaci – novinar, radio-voditelj, redatelj i glazbeni urednik.

Radionice su praktične i uključuju stvarnu praksu izrade dokumentarnih i kratkih filmova. Skupina je morala naučiti kako intervjuirati slavne osobe i mlade ljude, što su i uspjeli tijekom šestomjesečne obuke. Za to vrijeme pojedinačni članovi tima razvili su svoje talente u pravcu njihovih preferencija, npr. snimatelj ili novinar. Učenici su imali privilegiju raditi s poznatim stručnjacima u svom poslu, kao što su Zoran Ćatić, novinar s reputacijom zaštitnika prava na slobodu govora, mlađeg djelatnika i direktora radio-postaje. Upravo je Ćatić predložio skupini ideju izrade radio-emisije. Kada je njihova prva radio-emisija emitirana uživo na EFM radiju (popularnoj radio-postaji koju vode učenici) u svibnju 2012. godine tim je bio oduševljen time što je više od pola milijuna ljudi imalo priliku čuti o BMK pokretu u Sarajevu. Ovo je otvorilo vrata za više radio i TV nastupa za BMK TV ekipu.

Na kraju ovog procesa dečki su snimili svoj prvi BMK TV dokumentarac. Oni su također napravili nekoliko vijesti i video-izvješća o svojim različitim aktivnostima:

- Što je BMK i Inicijativa mladića? - film o Inicijativi mladića i BMK Sarajevo
- Djevojke protiv nasilja – video o inicijativi djevojaka u promoviranju rodne ravnopravnosti i prevenciji nasilja
- intervju s direktorom Doma za djecu bez roditeljske skrbi
- otvaranje BMK u Domu za djecu bez roditeljske skrbi Bjelave – dokumentarac o otvaranju novog BMK-a za djecu bez roditeljske skrbi
- Milijarda ustaje (One billion rising) protiv nasilja - u suradnji s NVO Crvene, video o ovoj aktivnosti
- Budi muško, pomozi starijima - video-izvješće o humanitarnoj akciji u Gerontološkom centru

Mnoge od aktivnosti BMK-a, koje se reklamiraju putem njihovih multimedijalnih projekata, društvene su akcije koje ne predstavljaju tipične stvari koje mladi tinejdžeri rade. One predstavljaju vrste aktivnosti koje su promovirane kao one koje dolikuju "pravom muškarcu." Dom za djecu bez roditeljske skrbi posjetilo je 25 mladića i djevojaka, koji su, za potrebu izrade videa, donijeli igračke djeci, igrali se s njima, uključili neke od njih u nogometnu utakmicu i pozvali ih na pridruživanje BMK-u. Video prikazuje iskustva mladih ljudi koji nisu tamo bili samo radi intervja s direktorom za svoj dokumentarni film nego kako bi ostvarili interakciju s malom djecom koja nemaju roditelje i koja su usvojila nasilje kao odgovor na probleme u njihovim životima. Ali su također vidjeli kakvu radost je maloj djeci donijelo igranje s novim igračkama. Svi tinejdžeri su osjetili potrebu povratka u Dom kako bi otkrili što još mogu uraditi za njih.

BMK TV su potom svoju pozornost usmjerili na snimanje obrazovnih filmova. Nekoliko članova BMK TV pridružili su se filmskoj ekipi, uloga drugih je bila raditi na izradi scenarija za kratke filmove, dok su ostali bili glumci. Ukupno oko 25 učenika sudjelovalo je u procesu snimanja filma.

U 2013. godini BMK TV Sarajevo završio je komplet od pet filmova na sljedeće teme:

- Nasilje
- Pritisak vršnjaka
- Droge i alkohol
- Seksualno i reproduktivno zdravlje
- Asocijacija XY

9. Ulična kampanja – flash mob

Cilj ove aktivnosti je doprinos podizanju svijesti o zloupotrebi alkohola i vožnji pod utjecajem alkohola.

Za realizaciju ove kampanje potrebno vam je najmanje petero mladih ljudi koji su spremni sudjelovati u flash mob aktivnosti, prazne boce od piva ili nekog drugog alkoholnog pića (mogu biti napunjene lažnim alkoholom – sokom) i automobil.

Postupak aktivnosti se sastoji u tome da petero mladih ljudi, glumeći vidno pijane osobe, priđu automobilu s namjerom da ga voze. Oni bi zaista trebali odglumiti scenu na način da ljudi oko njih pomisle kako su pijani i u takvom stanju žele ući u automobil (oni mogu biti glasni, kako bi privukli pažnju drugih ljudi). Kada otvore vrata automobila počinju raspravljati o tome tko će voziti i navode svoje razloge za to. U tom trenutku (ali i od početka) trebalo bi gledati kako ih drugi ljudi promatraju i kakvi su njihovi stavovi prema tome. Kada im tihi promatrač priđe i želi ih zaustaviti, svi bi mu/joj trebali pljeskati. Nakon toga svih pet sudionika uzimaju transparente iz prtljažnika na kojima možete napisati neke poruke poput: "Kada piješ ne vozi" itd. Također bi bilo dobro snimiti ovu akciju kamerom.

Sredstva potrebna za implementaciju ove aktivnosti: automobil, barem petero mladih ljudi, jedan volonter koji će intervenirati ukoliko nitko drugi to ne učini, boce lažnog alkohola, kamera ili telefon za fotografiranje i/ili snimanje akcije.

Ova akcija pokazuje kako se ljudi još uvijek teško odlučuju intervenirati i na taj način spriječiti loše postupke. Tijekom ove akcije samo je jedan dečko, nakon dosta vremena, intervenirao iako je gradski trg na kojem se akcija događala bio prepun ljudi. Također, pripadnici privatne sigurnosne tvrtke promatrali su sve ovo i nisu ništa poduzeli (jednostavno su otišli). Transparenti su na kraju bili savršen način za dovršavanje ovog flash moba i ostavljanje dugotrajne poruke u glavama ljudi.

10. Ulična kampanja – flash mob

Promoviranje ideje prema kojoj promatrači ne bi trebali okretati glavu od nasilja i prema kojoj moraju reagirati, tj. pomoći, a pri tome ne dovesti sebe u opasnost, osnovni je cilj ove aktivnosti.

Koraci za implementaciju aktivnosti:

1. 30 mladih ljudi (može ih biti više ili manje, ovisno o prostoru) stanu u krug i stave povez preko svojih očiju.

2. Na svojim leđima imaju poruke na kojima piše: "Reagiraj ljudski, pomozi žrtvi".

3. U središtu kruga dvoje ili više ljudi glume scene nasilja (verbalno, fizičko...)

Sredstva potrebna za implementaciju ove aktivnosti: oko 30 mladih ljudi, povezi za oči za sve njih, majica s porukom ili napisana poruka na leđima ljudi (na papiru).

Dok izvodite scene nasilja ljudi nisu spremni intervenirati, jer vide da je to inscenirano zbog velikog kruga oko njih, ali im šalje snažnu poruku kako moramo reagirati u situacijama kada svjedočimo nasilju, pri tom ne dovodeći sebe u opasnu situaciju.

11. "RADIONICA SRIJEDOM"

Svake srijede pozivamo mlade ljude iz različitih škola na naše radionice gdje razgovoramo o različitim temama. Ponekad je riječ o prevenciji nasilja, rodnoj ravnopravnosti i slično, a ponekad samo razgovaramo o problemima s kojima se oni suočavaju. Razlog zbog kojeg je ova skupina veoma dobra je stoga što imamo mnoštvo mladih ljudi iz različitih škola, različite razine znanja, koji potječu iz različitih društvenih i kulturnih sredina i svi oni raz-

govaraju jedni s drugima na način kojim se rješavaju problemi. Radionice vode različiti edukatori, od veoma iskusnih do onih koji nikada nisu vodili radionice i na taj način razvijamo sposobnosti svih koji dolaze na ove radionice. Iskusni edukatori također pomažu manje iskusnima u osmišljavanju i provođenju skupnih radionica.

12. Naših 10 minuta pametnog razgovora

Kroz ovu aktivnost doprinosimo razvoju sposobnosti i potencijala mladih ljudi pružajući im priliku da uče jedni od drugih. Svatko ima svoje priče i iskustva i kroz njih učimo nove stvari. Stoga ova aktivnost daje priliku svim mladim ljudima koji žele sudjelovati da nam kažu na svakom sastanku u otprilike 10 minuta nešto o sebi i/ili nas nauče nečemu što smatraju korisnim za nas.

Što mladi kažu o aktivnostima koje promovira Program M:
Armin Ličina o uključivanju u "Budi Muško Klub" (BMK)

Pozornost su mi privukli neobični posteri. Odlučio sam se upisati i saznati o čemu se radi. U početku sam bio prilično nesklon prema svemu tome, ali kako je vrijeme odmicalo počeo sam voljeti BMK, aktivnosti koje su se događale i druženje s prijateljima. Želio sam postati drugačiji, postati dobar primjer drugima. Bio sam privučen pričama kako su momci iz BMK-a odlični momci i prijatelji te kako se uz dobru zabavu i druženje nešto može i naučiti, što može biti korisno za mene i moje prijatelje. Motivacijske aktivnosti su također bile dobar poticaj za pridruživanje. Ali te aktivnosti nisu ništa u usporedbi s izgradnjom mog karaktera, koju sam ostvario uz pomoć BMK-a i koju ću imati do kraja života. Neprocjenjivo!

Razlika je ogromna. Iskreno, ne mogu se zamisliti bez BMK-a. Moj život je išao u pogrešnom smjeru prije nego što se moj spasitelj, BMK, pojavio. Prije BMK-a trošio sam vrijeme uzalud. Kad sam se pridružio BMK-u kroz radionice sam naučio kako se pravi muškarac treba ponašati. Nešto sasvim suprotno balkanskom shvaćanju muškarca. Metode koje se koriste u edukaciji mladih su odlične, to je nešto potpuno drugačije od onoga na što smo navikli u svom obrazovanju do sada. Ako bi škola primjenjivala

te metode, vjerujem da bismo postali bolji mladi ljudi s puno više znanja nego što imamo sada. Kampovi za lidere su druga priča. To je nešto što se ne može zaboraviti. To je iskustvo života. Grupno obrazovanje s prijateljima je odlična metoda. To je najdjelotvornija metoda kojom se dopire do mladih ljudi.

Kroz ova iskustva stekao sam vještine liderstva i naučio kako prići ljudima koje sam sreo prvi put u životu. Ranije sam bio prilično zatvoren i zapravo nisam imao mnogo prijatelja. Prošao sam kroz jedan napredni kamp i primijetio sam razliku u tome kako sam se ponašao prije i poslije kampa. Popravio sam se. Shvatio sam mnoge stvari koje moji vršnjaci neće shvatiti dok ne postanu mnogo stariji. Moje komunikacijske vještine također su se poboljšale. Ljudi žele biti moji prijatelji zbog načina na koji se ponašam zahvaljujući BMK-u. Naučio sam uživati u godinama svoje mladosti na pravi način. BMK mi je također pomogao shvatiti kakav se muškarac sviđa djevojkama. Nije najvažnije to kako izgledate. Uživam u društvu djevojaka i moja reputacija među djevojkama je puno bolja. Također sam postao dečko koji je uzor svojim vršnjacima, a u budućnosti ću to isto biti svojoj djeci.

Denis Hadžović o uključivanju u "Budi Muško Klub" (BMK), Zagreb

Hodao sam po školi i ugledao neobičan štand u predvorju okružen brojnim učenicima. Prišao sam i upitao o čemu se radi. Momci iz BMK-a su mi objasnili i upitali me želim li im se pridružiti.

Prvo sam odbio, jer sam mislilo kako je to glupost i nisam se želio prijaviti. Nakon dva tjedna štand je opet bio u našoj školi i pitao sam kolegu iz razreda bi li htio ići sa mnom. Nakon kraćeg razgovora dogovorili smo se oko prijave.

Otišli smo se prijaviti i poslije škole smo otišli na naš prvi kamp "Budi Muško Kluba" za početnike i tamo je sve počelo. Jako mi se svidio BMK kamp i radionice na kojima sam sudjelovao i super smo se zabavljali u slobodno vrijeme.

Na prvom BMK kampu naučio sam neke stvari koje nisam znao o drogama, alkoholu i seksu. Kada smo se vratili iz kampa ostao sam aktivan u BMK-u, sudjelovao sam na mnogim radionicama i išao sam na mnoga mjesta s BMK-om. Sve više sam se mijenjao i učio još više.

Prije BMK bio sam samo arogantni klinac koji nije mislio o posljedicama koje će nastati nakon što uradiš nešto glupo. Ili, ako bi me netko počeo provocirati, odgovorio bih mu tri puta jače. Danas mnogo više razmišljam o nekim stvarima o kojima nikad prije nisam razmišljao i mnogo više kontroliram emocije i reakcije nego ranije.

BMK me je naučio mnogo korisnih stvari, ne samo o seksu, drogama, alkoholu i slično, već i mnogo stvari korisnih za život. Na primjer, vještine pregovaranja, kontrola bijesa i kontrola emocija, da su svi ljudi jednaki bez obzira na to jesu li crveni, žuti, crni, rozi ili bijeli, jesu li homoseksualne ili biseksualne orijentacije.

Da nema BMK-a, ja bih vjerojatno bio onaj isti arogantni klinac kome je stalo samo do tuče, provociranja i koji radi gluposti.

Uroš Radulović o uključivanju u "Budi Muško Klub" (BMK), Beograd

Moja priča o "Budi Muško Klubu" počela je početkom 2012. godine. Počele su radionice i privukle moju pažnju s temama koje se razlikuju od onih stvari koje obično radimo u školi i one izgledaju mnogo drugačije od uobičajenih sati koje imamo, stoga sam odlučio ostati i sudjelovati.

Vremenom su mi teme postale sve zanimljivije - sa svim ovim različitim temama, od rodne ravnopravnosti do radionica o nasilju i kako izbjeći i spriječiti nasilje na nenasilan način do droga, homofobije, zdravlja i sl. To je sve vrlo poučno i naučio sam mnogo stvari koje nisam znao prije. Također, počeo sam više poštovati djevojke i žene, kao i mišljenje drugih ljudi, njihove razlike i različitosti.

Kasnije sam sudjelovao u Rima-Roma radionicama sa skupinom "Grubb" mladih romskih dječaka i nekoliko drugih BMK članova. To su bile kreativne glazbene radionice koje su također imale cilj povećati toleranciju i poštovanje prema Romima i drugim manjinama. Za samo dva dana, u odličnoj i zabavnoj atmosferi, uz mnogo smijeha, napravili smo skladbu pod nazivom "Zvuk pali zvučnike" u kojoj promoviramo borbu protiv diskriminacije i nenasilje. Nekoliko mjeseci kasnije sudjelovali smo na uličnom festivalu aktivizma "Vreva" i izveli ovu skladbu. Uskoro ćemo više raditi na ovoj pjesmi, a možda i dodati neke nove stvari.

Također, ovoga ljeta sam bio na dva "Budi Muško" kampa gdje sam naučio mnogo o vještinama liderstva i o tome kako postati pravim liderom. Održan je regionalni kamp u Hrvatskoj, gdje sam upoznao mnogo različitih i sjajnih ljudi iz zemalja u regiji i vidio sam i doživio mnogo prekrasnih stvari. Također sam bio na državnom "Budi Muško" kampu na jezerima u Beloj Crkvi gdje smo naučili nove stvari i dobro se zabavili.

Uz pomoć BMK-a i kroz sve ove različite aktivnosti, shvatio sam neke važne stvari u životu, ljude ne bi trebali tretirati s diskriminacijom bilo koje vrste jer je normalno biti drugačiji. Također sam shvatio da bilo koji oblik nasilja može utjecati na osobu i ono nikada nije ispravno rješenje. Sve stvari koje sam doživio i naučio i sve vještine koje sam stekao su veoma korisne za moj život i moju budućnost.

Literatura

1. Addis, M. i Mahalik, J. (2003). Men, Masculinity, and the Contexts of Help Seeking. American Psychologist.

2. Arilha-Silva, M. (1999). Masculinidades egenero: discursos sobre responsabilidade na reprodução. Unpublished Master's dissertation. Pontiffcia Universidade Catolica/PUC.

3. Ávila, M.B. (1993). Direitos Reprodutivos: Uma Invencao Das Mulheres Reconhecendo A Cidadania. Recife: SosCorpo.

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

5. Badinter, E. (1985). Um amor conquistado-o mito do amor materno. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

6. Barker, G., Ricardo, C. i Nascimento, M. (2007). Engaging men and boys in changing gender inequity in health: Evidence from programme interventions.Geneva: World Health Organization.

7. Barker, G. (2007). Dying to be Men: youth, masculinity, and social exclusion. Routledge: Global Public Health.

8. Barker, G. (2006). Engaging boys and men to empower girls: Reflections from practice and evidence of impact. United Nations Expert Group Meeting on the Elimination of all forms of discrimination and violence against the girl child, Florence, Italy, 25-28. septembar 2006 .

9. Barker, G. (2001). Peace boys in a war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro. Unpublished doctoral dissertation, Erikson Institute, Loyola University: Chicago.

10. Barker, G. (2000). What about Boys?: A literature review on the health and development of adolescent boys. World Health Organization.

11. Bell, C. i Jenkins, E.J. (1991). Traumatic stress and children. Journal of Health Care for the Poor and Underserved, 2, str. 175-185.

12. Bertolote, JM i Fleischmann A. (2002). A Global Perspective in the Epidemiology of Suicide. Suicidologi. Arg. 7, br. 2

13. 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 International Balkans. (2007). PLA – Exploring dimensions of Masculinity and Violence. Sarajevo, Banja Luka: CARE International.

15. CEDPA. (1998). Choose a Future! Issues and Options for Adolescent Boys. Centre for Development and Population Activities: Washington, D.C.

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

17. Fondacaro. M.R. i Heller, K. (1990). Attributional style in aggressive adolescent boys. Journal of Abnormal Child Psychology, 18(1), str. 75-89;

18. Garcia-Moreno et al. (2005). Multi-country study on women's health and domestic violence. Geneva: World Health Organization.

19. Geronimus, A.T. (1991). Teenage Childbearing and Social and Reproductive Disadvantage: The Evolution of Complex Questions and the Demise of Simple Answers. Family Relations 40, str. 463 – 471.

20. Gilligan, J. (1996). Violence: Our deadly epidemic and its causes. New York: Putnam Publishing Group.

21. Godinho, J. et al. (2005). HIV/AIDS in the Western Balkans: Priorities for early prevention in a high-risk environmen. World Bank Working Paper No. 68. Washington D.C.: The International Bank for Reconstruction and Development/ The World BankKnebel, E. (2003). My Changing Body: Fertility Awareness for Young People. Institute for Reproductive Health and Family Health International.

22. Hudley, C. i Friday, J. (1996). Atttributional 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. Olivarria & C. Cespedes, Trabajo y Familia: Conciliacion? Perspectivas de gênero. Santiago: FLASCO-Chile, SERNAM y Centro de Estudios de La Mujer CEM.

30. Paiva, V. (2000). Fazendo arte com a camisinha. Sao Paulo: Summus.

31. Parceval, C. (1986). A Parte do pai. Porto Alegre: L&PM.

32. Parsons, E.R. (1994). Inner city children of trauma: Urban violence traumatic stress syndrome (U-VTS) and therapists' responses. In J.Wilson & J.Lindy Eds. Center transference in the treatment of post-traumatic stress disorder. New York: Guilford Press.Pearson, s. (2007). Men's use of sexual health services. Journal of Family Planning and Reproductive Health Care .

33. Peacock, D. i Levack, A. (2004). The Men as Partners Program in South Africa: Reaching Men to End Gender-Based Violence and Promote Sexual and Reproductive Health. International Journal of Men's Health, 3, str. 173-188.

34. Peelek, H. i Andric-Ruzici, D.Eds. (1999). To Live With (out) Violence: A second look 2- Experts. Final Report Violence Against Women. Zenica: Bosnia Herezgovina & Medica Zenica, str. 54-55.

35. 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. Saparol, 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 Victimication.: NIJ Reserch Preveiw. (Washington, DC: National Institutes of Justice W.H. Courtenay. (1998). Better to die than cry? A longitudinal and constructionist study of masculinity and the health risk behavior of young American men. Unpublished doctoral dissertation. University of California at Berkeley.

45. Wilson, P. i Johnson, J. (1995). Fatherhood Development: A Curriculum for Young Fathers. Public Private Ventures.

46. Wellings, K. et al. (2006). Sexual Behaviour in Context: A Global Perspective. The Lancet, Volume 368, Issue 9548, stranice 1706-1728

47. WHO. (1996). Global Consultation on Violence and Health. Violence: a public health priority. Geneva: World Health Organization.

Web izvori:

48. http://unstats.un.org UN Statistics division (Odjeljenje za statistiku UN-a)
49. http://data.un.org , 2006
50. http://www.msb.gov.ba/dokumenti/strateski/?id=3441
51. https://www.parlament.ba/sadrzaj/ostali_akti/informacije/default.aspx?id=29435&langTag=bs-BA
52. www.hzjz.hr
53. www.plivazdrvlje.hr, pristupljeno 10.11.2015.
54. Advocates for Youth www.advocatesforyouth.org/youth/health/stis/;
55. Centers for Disease Control and Prevention www.cdc.gov/std;
56. National Women's Health Information Center www.4woman.gov/
57. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Posljednji put pristupljeno 10.02.2011.
58. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Posljednji put pristupljeno 10.02.2011.
59. http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/index.html. Posljednji put pristupljeno 11.02.2011

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]

IZDAJE:

care

PROGRAM PODRŽALI:

WITH FUNDING FROM
AUSTRIAN DEVELOPMENT COOPERATION

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

OAK FOUNDATION

ORGANIZACIJE KOJE IMPLEMENTIRAJU YMI PROGRAM:

ASOCIJACIJA XY

YOUTH POWER

PERPETUUM MOBILE
Институт за развој младих и заједнице

smart KOLEKTIV

Young Men Initiative

ISBN 978-9926-8168-0-3

9 789926 816803

Program Y

Priručnik za provođenje kampanja za mlade

Program Y

Priručnik za provođenje kampanja za mlade

Lipanj 2018

Sadržaj

05 · Predgovor
05 · O autorima
08 · Uvod
09 · O priručniku

10 · **Poglavlje 1: Malo teorije, ali one zanimljive**
"Inicijativa mladića": prevencija rodno uvjetovanog nasilja na zapadnom Balkanu
13 · Kako je nastala kampanja „Budi Muško"
16 · Budi muško klubovi: Od projekta do životnog stila
17 · Priče pozitivnih promjena iz regije
20 · Što su to kampanje
22 · Zašto je važno utjecati na stavove, vrijednosti i uvjerenja kroz kampanje za mlade
24 · Uspješne i neuspješne kampanje
26 · Transformacija kulture i normativa na razini škola
27 · Prijavljivanje nasilja
28 · Adolescencija, identiteti i podrška zdravoj individualnosti
30 · Kampanje i sveobuhvatni pristup u radu s mladima
34 · Sudjelovanje mladih u osmišljavanju kampanja i transformaciji mikro normativa

38 · **Poglavlje 2: Sad praktično, ali sa stvarnim primjerima**
Što je grupa i zašto raditi s grupom mladih?
41 · Faze razvoja grupe
45 · Metode neformalnog rada s grupom
48 · Koraci u formiranju grupe – kluba
50 · Brendiranje vašeg kluba mladih: „Budi muško klub"
52 · Sastanci kluba/grupe mladih: prijedlozi za aktivnosti

Implementacija kampanja za mlade u školama: Školski model
66 · Godina 1 - Razvoj identiteta – tko sam ja, tko si ti?
68 · Kampanje kluba mladih: Prijedlozi

70 · Godina 2 – Nasilje je out!
72 · Kampanje kluba mladih: Prijedlozi

74 · Godina 3 - Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava
76 · Kampanje kluba mladih: Prijedlozi

78 · Godina 4 – Roditelji 21. stoljeća
80 · Kampanje kluba mladih: Prijedlozi

82 · Poglavlje 3: I za kraj, univerzalno
82 · Kampanja: Budi muško – mijenjaj pravila
84 · Univerzalni materijali
86 · Kampanja: Reagiraj ljudski
90 · Kampanja: PaziSex

93 · Prilozi
93 · Prilog 1: Rječnik bitnih pojmova
95 · Prilog 2: Važniji datumi u godini
100 · Prilog 3: Izgradnja uspješnih timova
103 · Prilog 4: Kako podići grupnu energiju: Energizers

106 · Literatura/Izvori

Predgovor

Desetljeće iskustva u radu s mladima na teme rodne ravnopravnosti, nenasilja i zdravih životnih stilova doprinijela je tome da koordinatori "Inicijative mladića" osmisle ovaj priručnik, priručnik namijenjen prosvjetnim radnicima i radnicama s ciljem što uspješnijeg provođenja „Programa Y" u svojim školama. Također, ovaj je priručnik namijenjen svim edukatorima i edukatoricama koji obučavaju mlade ljude o ovim temama u svojim zajednicama. Mnogo korisnih alata, konkretnih uputstava i savjeta zasigurno će doprinijeti uspješnoj realizaciji „Programa Y" koju vam od sveg srca želimo.

„CARE International Balkans" ovom se prilikom zahvaljuje svima koji su svojim radom i znanjem doprinijeli da mladima na Balkanu bude bolje, kao i svim mladima na njihovom aktivnom sudjelovanju, pozitivnoj energiji i posvećenosti realizaciji aktivnosti kampanja.

Posebno hvala Feđi Mehmedoviću iz „Asocijacije XY", Nedimu Mičijeviću iz „Snage Mladih" i Aleksandru Slijepčeviću iz „Instituta Perpetuum Mobile" koji su svoje ogromno iskustvo pretočili u ovaj priručnik i bili spremni podijeliti svoje znanje i umijeće sa svima onima kojima će ovaj priručnik biti nit vodilja u osmišljavanju i realizaciji, nadamo se, brojnih kampanji za mlade.

O autorima

Feđa Mehmedović, Master Trainer, *Asocijacija "XY", Sarajevo*

Feđa Mehmedović rođen je u Sarajevu 24. veljače,. 1982. godine. Nakon završene srednje medicinske škole u Sarajevu, upisao je Fakultet zdravstvenih studija pri Sveučilištu u Sarajevu. Od 2002 godine, započinje raditi kao vršnjački edukator u nevladinoj organizaciji „Asocijacija XY". Već sljedeće godine dobiva titulu trenera vršnjačke edukacije i terenskog rada u radu sa marginaliziranim, teško dostupnim i generalnim populacijskim grupama i pojedincima. Njegov doprinos izradi brojnih edukativnih programa u radu s različitim grupama (MSM, LGBTQ, Romi, korisnici droga, mladi, roditelji, zdravstveni radnici, profesionalci, nastavnici i sl.), osigurao mu je 2004. godine titulu master trainera edukativnih programa. Od 2002. do 2015. godine, dizajnirao je i implementirao nekoliko stotina edukativnih radionica, prezentacija i treninga, što mu je osiguralo kompetencije potrebne za osmišljavanje, dizajniranje, kreiranje i implementaciju različitih edukativnih pristupa i metodoloških okvira utemeljenih na interaktivnim tehnikama i modernim pedagoškim pristupima.

Autor je brojnih edukativnih modula, edukativnih alata i priručnika namijenjenih zdravstvenim radnicima, socijalnim radnicima, roditeljima, psiholozima i drugim profesionalcima, organizacijama i pojedincima koji rade na polju promocije i zaštite zdravlja, promociji rodne ravnopravnosti, promociji i zaštiti seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava, prevenciji trgovine ljudima, prevenciji upotrebe i zloupotrebe psihoaktivnih tvari i prevencije nasilja. Tijekom 2013. godine, u okviru projekta „Asocijacije XY“ i Ministarstva za obrazovanje, nauku i mlade KS, angažiran je kao autor i koautor vodiča za učenike, nastavnog plana i programa i priručnika za nastavnike predmeta „Zdravi životni stilovi“ koji se od 2013. godine provodi u osnovnim školama na području Kantona Sarajevo.

Direktan rad s različitim populacijskim skupinama u BiH i regiji, omogućio mu je poseban senzibilitet prema specifičnim zdravstvenim, obrazovnim i socio-kulturološkim potrebama različitih grupa, što mu je pak omogućilo da svoj rad i pristupe prilagođava krajnjim korisnicima tj. onima kojima su njegovi pristupi, moduli i priručnici namijenjeni. Više od 10 000 mladih i odraslih obuhvaćeno je edukativnim i drugim aktivnostima koje je vodio.

Kao pobjednik kampanje Ujedinjenih Naroda „Muškarci ujedinjeni u borbi protiv nasilja nad ženama i djevojkama“, dao je značajan doprinos podizanju javne svijesti o rodno uvjetovanom nasilju u Bosni i Hercegovini. Feđa je i zagovaratelj za područje Bosne i Hercegovine u globalnoj međunarodnoj kampanji „HeForShe“ koju vodi Generalni tajnik Ujedinjenih Naroda Ban Ki-moon. Od 2016. godine, član je ekspertne grupe za obrazovanje o seksualnosti Europskog društva za kontracepciju.

More information on:
http://beijing20.unwomen.org/en/voices-and-profiles/champions#sthash.oN2dwRhI.dpuf

Aleksandar Slijepčević, Projektni koordinator, NVO „Perpetuum mobile – Institut za razvoj mladih i zajednice“, Banja Luka

Aleksandar Slijepčević rođen je u Sisku, 02. srpnja 1991. godine. Osnovnu i srednju ekonomsku školu je završio u Banjoj Luci, nakon čega upisuje Ekonomski fakultet Sveučilišta u Banjoj Luci gdje je i diplomirao na smjeru „Menadžment i poduzetništvo“.

Svoj put u nevladinim sektoru započeo je 2009. godine, aktivnim angažmanom na projektima prevencije nasilja u NVO „Perpetuum mobile“ kao vršnjački edukator za programe neformalnog obrazovanja mladih.

Koordinirao je brojnim projektima neformalnog obrazovanja mladih i u svom radu obučio preko 1000 mladih o načinima vođenja edukacija i kampanji, kao vid preventivnog djelovanja protiv nasilja i promocije zdravih životnih stilova. Posjeduje veliko iskustvo u radu na rodno transformativnim programima za prevenciju nasilja i osnaživanja rodne ravnopravnosti, kao i veliku posvećenost promjeni ponašanja, stavova i normi mladih s ciljem smanjenju stope nasilja, kroz preventivno djelovanje.

Dio je međunarodne mreže “Learn2Change – Global Network of Educational Activists”, koja okuplja aktiviste civilnog sektora iz cijelog svijeta koji se bave formalnim i neformalnim obrazovanjem. Također, dio je edukativne mreže voditeljstva „LEAD“ čiji je cilj promocija i izgradnja voditeljskih kompetencija mladih prenošenjem međunarodnih iskustava na lokalnu razinu.

Nedim Mičijević, *Youth Power / Snaga Mladih, Mostar*

Nedim Mičijević rođen je ,,pod sretnom zvijezdom magičnom, ali nad ovom zemljom

generalno tragičnom", 15. svibnja 1995. u Mostaru. Osnovnu i srednju prometno-strojarsku školu završava u Mostaru, nakon čega, poslije neuspješne epizode studija na Strojarskom fakultetu, upisuje Nastavnički fakultet Sveučilišta Džemal Bijedić u Mostaru. Trenutno je, pored aktivnog rada u nevladinom sektoru, student psihologije i sociologije.

Prve korake u nevladinom sektoru napravio je 2011. godine. Bio je jedan od prvih mladića koji su se uključili u Program "Inicijative mladića" (YMI) u Mostaru. Nakon što je prošao prvi trening i shvatio čime se ovaj program bavi, zavolio ga je i do danas ostao njegov dio. Prvo je radio kao volonter, zatim kao edukator mladih, a potom kao koordinator aktivnosti. Od dana osnivanja organizacije „Youth Power" njen je član, a danas je program menadžer organizacije. Također, Nedim je član upravnog odbora „Youth Power Slovenia".

Fokus svog rada stavlja na vršnjačku edukaciju, kreiranje mreža vršnjačkih edukatora te formiranje podrške za ovakve mreže. Posebno cijeni i naglasak stavlja na peer-to-peer metodu, smatrajući da neformalna edukacija, ukoliko želi postići određeni cilj i dovesti do ishoda učenja, mora biti dobro osmišljena i strukturirana. Za njega je učenje proces u kojem svi trebaju uživati - i oni koji prenose znanje i oni koji ga primaju.

Dosad je uspješno koordinirao 10 projekta koji se bave angažmanom mladih i prevencijom rodno uvjetovanog nasilja te direktno radio s preko 500 mladih, od BiH i zemljama EU. Aktivno sudjeluje u kreiranju aktivnosti i programa Youth Powera. Kroz svoj rad je implementirao više od 40 edukativnih treninga za mlade, vršnjačke edukatore, nastavnike, profesore i pedagoge. Kreator je metodologije stručnog usavršavanja za pedagoge srednjih škola u sklopu akreditacije „Programa Y" u Hercegovačko-neretvanskom kantonu. Aktivno surađuje s organizacijama i centrima mladih iz zemalja regije i EU na projektima Erasmus+ programa. Kreator je 6 trening tečajeva za osobe koje rade s mladima s ciljem usavršavanja njihovih vještina za rad s vršnjačkim grupama i vršnjačkim edukatorima. Licencirani je trener za projekte u sklopu Erasmus+ programa Europske unije, a njegov je profil dostupan i na SALTO YOUTH online bazi podataka trenera.

Uvod

U okviru „Program Y - priručnika za kampanje“ predstavili smo konkretno znanje, alate i primjere za efikasno djelovanje na razini vaše škole s ciljem promjene ponašanja i stavova mladih po pitanju nasilja, zdravih životnih stilova, droga i zloupotrebe psihoaktivnih tvari, rodnog identiteta i roditeljstva. Svi primjeri dati u ovom priručniku predstavljaju primjere i znanja stečena dugogodišnjim iskustvom u radu na ovim temama.

U prvom je poglavlju dan teorijski prikaz koji postavlja podlogu za primjenu praktičnih mjera djelovanja i rada s mladima, koristeći kampanje kao efikasan alat. Najprije smo pokušali objasniti što su to kampanje i zašto je važno koristiti ih kao nadopunu edukativnim modelima rada s mladima. Također, u ovom se dijelu govori o određenim kulturnim normativima koji postoje na razini škola načinima na koje se mladi trebaju uključiti u osmišljavanje kampanja kako bi doveli do transformacije određenih normativa. Za kraj teorijskog dijela detaljno su prezentirani izvori našeg znanja i predstavljenih informacija, tj. dugogodišnji projekt koji se provodi u zemljama na sjeverozapadnom Balkanu naziva „Inicijativa mladića” i kampanja „Budi muško“. To su dva ključna elementa koja su dovela, a i dalje dovode, do promjene života mladih. U teorijskom dijelu nalaze se i zanimljive priče pozitivnih promjena, gdje vam prenosimo riječi mladih koji su prošli kroz projekte i kampanje koje smo godinama implementirali.

U sljedećem poglavlju naglasak je na praksi te se predstavljaju konkretni primjeri rada s grupama, savjeti za formiranje grupa mladih i efikasno provođenje kampanje u vašim školama. Kad kažemo praksa, to stvarno i mislimo. Daju se detaljna uputstva za provođenje sastanaka kluba mladih, s konkretnim smjernicama i vježbama. Kao najvažniji dio ovog poglavlja izdvajamo dio implementacije kampanja za mlade u vašim školama, u kojem vam dajemo prijedloge kampanja kluba mladih koje smo mi dosad implementirali. Dajemo i praktične savjete za povezivanje kampanja i edukacija prema „Programu Y“.

Na kraju ovog priručnika dan je prikaz univerzalnih kampanja koje i danas postoje i implementiraju se u preko 30 škola u regiji. U tom se dijelu možete pobliže upoznati sa kampanjama kao što su „Budi muško – mijenjaj pravila“, „Reagiraj ljudski“ i „Pazi sex“. Također, ovdje ćete pronaći i daljnja uputstva, informacije i savjete za upotrebu i implementaciju univerzalnih materijala u vašim kampanjama.

O priručniku

Ovaj priručnik kreiran je za potrebe nastavnog i stručnog osoblja škola na sjeverozapadnom Balkanu, kao komplementarni dokument edukativnom priručniku „Program Y – Mladi – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka“.

Priručnik je kreiran na način da pruža konkretne smjernice, znanja i uputstva o provođenju kampanji za mlade, kao jednog od alata preventivnog djelovanja po pitanju nasilja, promocije zdravih životnih stilova, prevencije upotrebe droga i zloupotrebe psihoaktivnih tvari, promocije rodne ravnopravnosti i aktivnog sudjelovanja roditelja u životima svoje djece.

Priručnik se sastoji od praktičnih i teorijskih resursa koji nastavnom i stručnom osoblju škola omogućavaju da na efikasan način kreiraju i organiziraju klubove/grupe mladih i kampanje na razini škole i uključe ih u promociju pozitivnih stavova i vrijednosti. Efikasno korištenje ovog priručnika zasigurno će utjecati na kreiranje pozitivnijeg i povoljnijeg okruženja za mlade u školama koje će omogućiti njihov jači društveni utjecaj, poboljšati kvalitetu života i znatno utjecati na razvoj njihovih životnih vještina.

Nadalje, ovaj vam priručnik otvara prostor za kreativnost i omogućuje da sami utječete na kreiranje pozitivnog okruženja za mlade. Za sve ideje, pitanja i dodatne informacije možete se obratiti nekoj od partnerskih organizacija:

ACT for SOCIETY Center
Rruga "Blv. Zhanë D'ark" Nd.61,
H.5, aP 24, Tirana
+355 44507447
actfsociety@gmail.com
Website: https://www.actforsocietycenter.org/

Association XY
Danijela Ozme 12, Sarajevo
+ 387 33 260 761
bhfpa.xy@bih.net.ba
www.xy.com.ba

Centar E8
Gavrila Principa 43 (Nova Iskra), Beograd
+381 60 4088861
centar@e8.org.rs
www.e8.org.rs

Peer Educators Network - PEN
"Behije Dashi" No. 5/A, Prishtina
+383 (0) 38 223 942
info@ngo-pen.com
www.ngo-pen.com

Perpetuum Mobile
- Institute for youth and community development
Ravnogorska 5, Banja Luka
+ 387 51 303 310
perpetuum-mobile@blic.net
www.pm.rs.ba

Status M
Ulica Hrvatskog proljeća 28, Zagreb
+385 1 2300 447
info@status-m.hr
www.status-m.hr

Youth Educational Club Synergy
Knjaz Milos Street, no number,
Kosovska Mitrovica / North Mitrovica
+381 64 04 77 505
oeksinergija@gmail.com
www.oek-sinergija.org

Youth Power
Dr Ante Starčevića 32a, Mostar
+387/36 835 028
info@youth-power.org
www.youth-power.org

Smart Kolektiv
Svetozara Markovica 42, Belgrade
+381 11 2659 700
office@smartkolektiv.org
www.smartkolektiv.org

Poglavlje 1

Malo teorije, ali one zanimljive

Inicijativa mladića: prevencija rodno uvjetovanog nasilja na zapadnom Balkanu

Od 2006. godine do danas, program prevencije rodno uvjetovanog nasilja na zapadnom Balkanu - "Inicijativa mladića" (YMI) - radi na izgradnji rodno ravnopravnijih stavova i ponašanja mladića i smanjenju nasilja od strane mladića (nad djevojkama) i vršnjačkog nasilja (nasilja mladića nad drugim mladićima) u Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj i Srbiji. Pored toga, od 2010. godine, "Inicijativa mladića" proširila se na Kosovo*1, a od 2013. godine i na Albaniju. CARE International Balkans, uz tehničku podršku organizacije Instituto Promundo, Rio de Janeiro, Brazil, i Međunarodnog centra za istraživanje o ženama (ICRW), Washington, Sjedinjene Američke Države, kao i financijsku podršku Ministarstva vanjskih poslova Norveške, Austrijske razvojne kooperacije (ADC), Vlade Švicarske, OAK Fondacije i CARE-a Njemačka - Luksemburg, vodi ovaj program koji edukativnim radionicama i kampanjama usmjerenima mladićima i djevojkama uzrasta od 14 do 19 godina ispituje društvene norme koje se odnose na maskulinitet i nasilje.

Pristup "Inicijative mladića" temelji se na rodno-transformativnom kurikulumu adaptiranom prema „Programu H" organizacije Instituto Promundo2, osmišljenom na način da izazove kritičko razmišljanje o rodnim normama koje pokreću nasilje i druge nezdrave oblike ponašanja. Visokorizično konzumiranje alkohola, karakteristično za ovu regiju, povezano je s povećanom vjerojatnošću vršenja nasilja u mnogim situacijama, stoga se „Program Y" bavi i ovom temom. „Inicijativa mladića" provodi se u srednjim školama, što joj omogućava velik broj direktnih sudionika uzrasta 14 do 19 godina. Adolescencija je ključni trenutak u procesu socijalizacije. Upravo stoga, fokus je „Inicijative mladića" rad s adolescentima. U školama koje sudjeluju u programu, radionice "Inicijative mladića" vode obučeni edukatori, a one su integrirane u redovni raspored nastave tijekom školske godine, s fokusom na četiri ključne programske oblasti: (1) rodni stavovi, (2) nasilje, (3) seks, zdravlje i dobrobit, i (4) upotreba alkohola i droga. "Inicijativa mladića" proteže se i izvan učionica. Program obuhvaća dodatni rezidencijalni trening gdje voditelji održavaju dodatne radionice i aktivnosti izgradnje tima u

Young Men Initiative

1 · Prema UN Rezoluciji 1244
2 · https://promundoglobal.org/

imerzivnijem okruženju. Pored toga, program obuhvaća i "Budi muško" kampanju o zdravim životnim stilovima, čiji je cilj poslati ključne poruke "Inicijative mladića" i potaknuti promjene na razini škole i izvan nje. Kampanja je podržana različitim edukativnim materijalima, društvenim medijima i javnim akcijama koje su organizirali i proveli učenici/e članovi/ce "Budi muško" klubova (skraćeno BMK). Članovi "Budi muško" klubova su i mladići i djevojke. U regiji „Budi muško" klubovi okupljaju nekoliko stotina aktivnih članova/ica. Na Balkanu trenutno postoji 40-ak aktivnih „Budi muško" klubova s preko 1500 aktivnih članova/ica. Vodeća filozofija "Inicijative mladića" je da dječake, mladiće i muškarce ne treba shvatiti kao prepreku miru i rodnoj ravnopravnosti, već kao ključne saveznike u promociji nenasilnih, zdravih odnosa i zajednica. Djevojke, kao aktivni članice zajednice, trebaju biti aktivne sudionice u društvu i nositeljice promjena. I mladićima i djevojkama u adolescenciji potrebna je dodatna edukacija o zdravim životnim stilovima i prevenciji rodno uvjetovanog nasilja kao nit vodilja prema rodnoj ravnopravnosti i rodno ravnopravnom društvu. "Inicijativa mladića" smatra da će učenici/e koji uče o nasilju i preispituju dominantne rodne norme, a istovremeno imaju priliku primjenjivati novostečena znanja, ideje i vještine u sigurnom prostoru, uspješnije internalizirati ova znanja i vještine koje će, tijekom vremena, rezultirati rodno ravnopravnijim, zdravijim i nenasilnim životnim stilovima. Štoviše, kako se grupne norme počinju mijenjati, program pomaže u stvaranju tolerantnije i prihvatljivije sredine na razini škole. Ovu putanju promjena kojom dječaci i djevojčice primjenjuju i internaliziraju nove ideje, učvrstilo je nekoliko struktura podrške, kao što su nenasilni uzori (npr. voditelji "Inicijative mladića"), društvene mreže podrške te poticajno školsko okruženje.

Više informacija o programu „Inicijativa mladića" i fazama njegove implementacije, možete pronaći na službenoj web stranici programa: www.youngmeninitiative.net

Nagrada/priznanje - Global Education Network Europe

Projekt „Inicijativa mladića" 2017. je godine osvojio prestižnu nagradu za inovacije u obrazovanju koju dodjeljuje Europska mreža za globalno obrazovanje GENE (Global Education Network Europe, www.gene.eu), i to kao jedini dobitnik ove prestižne nagrade izvan Europske unije. Ova se nagrada prvi put dodjeljivala 2017. godine, a organizatori su između 80 prijava iz 26 zemalja odabrali program „Inicijativa mladića" kao jedan od 12 dobitnika nagrade. Cilj je ove nagrade pomoći projektima globalnog obrazovanja koji donose pozitivne promjene i otvaraju oči i umove ljudi prema stvarnostima svijeta, lokalno i globalno. Ona promovira inicijative globalnog obrazovanja koje mogu dovesti do pozitivnih promjena kroz kreativnost, sudjelovanje, direktne aktivnosti, sinergije i inovacije i, na kraju, inspirirati javne politike.

GENE
Global Education
Innovation
Award

Kako je nastala kampanja „Budi Muško“

Da bismo vam pobliže objasnili početak jedne od najboljih kampanja protiv nasilja na Balkanu, prvo ćemo vas podsjetiti na jednu od najčešćih „odgojnih“ fraza u našem društvu, a to je: „budi muško“. Pokušajte se prisjetiti gdje i kad ste ju zadnji put čuli ili izgovorili, kao i konteksta u kojem se to dogodilo.

Biti muško na Balkanu, pogotovo za adolescente, nije nimalo lako. Dosad ste se zasigurno sjetili da ste frazu „budi muško“ posljednji put čuli u nekom negativnom kontekstu poput: „Budi muško, pokaži da si pravi muškarac. Razbij ga!“, „Zašto plačeš, ti si muško!?“, „Tebi će žena govoriti kako da se ponašaš!? Hajde, budi muško!“, „Kakav si to ti muškarac!? Muškarci su jaki, a ne slabići!“ ili pak „Tko je muško u ovoj kući!? Daj budi muško!“. Pokušajte razmisliti kakav utjecaj ova fraza ima na mladiće u adolescenciji, ali i djevojke koje su , nažalost, također pod direktnim utjecajem njene težine, negativnih aspekata i djela koja iz nje proizađu.

Upravo zbog negativnih okvira, ali i težine riječi i djela s kojima su suočeni mladići i djevojke u svom odrastanju, partneri iz projekta „Inicijativa mladića" pokrenuli su kampanju ,,Budi muško". Kampanju je razvila organizacija „Smart kolektiv" iz Beograda, organizacija s bogatim iskustvom u području javnih akcija i društveno angažirajućih kampanji. Kampanja je razvijena tzv. participativnom metodom – aktivnim sudjelovanjem mladih iz regije u svim fazama njena razvoja. Pokrenuta je u srednjim školama u Srbiji, Hrvatskoj i Bosni i Hercegovini 2008. godine, i to s nekoliko ciljeva: da promovira edukativne radionice u srednjim školama, privuče mlade da sudjeluju u programu i prenese edukativne poruke projekta na što veći broj mladih na sjeverozapadnom Balkanu. Ključne poruke kampanje usmjerene su na promjenu negativnih stavova mladih po pitanju vršnjačkog nasilja i nasilja generalno, kao i na izgradnju životnih vještina mladih te promociju zdravijih životnih stilova.

Kampanja je osmišljena na način da se realizira i implementira angažmanom mladih, potičući ih da na sebe i svoju okolinu utječu promičući zdrave životne stilove, nenasilno ponašanje i rješavanje konflikata na pravi, pozitivni način. Fokus je prvenstveno stavljen na mladiće, budući da je svako dotad provedeno istraživanje pokazalo da su oni ti koji čine najviše nasilja prema drugim mladićima i djevojkama, skloniji su rizičnim ponašanjima i mnogo rjeđe se bilo kome obraćaju za pomoć. Jedan od ciljeva kampanje također je bio utjecati i mijenjati krute i štetne stavove uzrokovane normama hegemonijskog maskuliniteta i na taj način smanjiti stopu nasilja nad djevojkama i ženama, a posebice rodno uvjetovanog nasilja.

Kampanju su pratile brojne poruke čiji je cilj promijeniti pravila i potaknuti mlade na drugačije razmišljanje i percepciju svijeta i muškosti u njemu. Neki od slogana korišteni u kampanjama jesu "Budi muško, zaljubi se", "Budi muško, bildaj mozak, a ne samo mišiće", „Budi muško pokaži osjećaje", „Budi muško, budi protiv nasilja", „Budi muško, ne budi nasilnik" i mnogi drugi. Jasne poruke, čiji je cilj bio zainteresirati i potaknuti na razmišljanje, iznimno su važne u osporavanju stereotipa i pružanje adekvatnih, alternativnih modela ponašanja.

"Budi muško, zaljubi se", "Budi muško, bildaj mozak, a ne samo mišiće", „Budi muško pokaži osjećaje"

Od njena početka, u sklopu „Budi muško“ kampanje realizirano je preko 2 000 aktivnosti u više od 30 gradova i općina u regiji, uključujući preko 30 srednjih škola. U kampanju i njene aktivnosti dosad je direktno bilo uključeno preko 30 000 mladih.

Budi muško klubovi: Od projekta do životnog stila

Budi muško klubovi osnovani su kao klubovi srednjoškolaca koji se na kreativan način angažiraju u osmišljavanju i provođenju kampanje „Budi muško“, i predstavljaju njen najznačajniji dio. Prvi klubovi osnovani su u svibnju 2009. godine u Zagrebu, Pokuplju, Sarajevu, Banjoj Luci i Beogradu. Danas je taj broj mnogo veći i uključuje mlade iz preko 30 gradova i općina na sjeverozapadnom Balkanu. Članovi kluba predstavljaju aktivne sudionike i promotere/ke kampanje „Budi muško“, budući da su mladi ti koji razvijaju i organiziraju aktivnosti kampanje u svojim školama i potiču druge da se uključe u promociju tih vrijednosti. Pored toga, mladi sudjeluju u motivacijskim aktivnostima kao što su filmske večeri, kazališta, koncerti, sportske igre, izleti i upoznaju druge mlade ljude te s njima razmjenjuju iskustva različitim vrstama kampova i drugim aktivnostima.

„Budi muško“ klubovi nisu klubovi koji uključuju samo mladiće, iako njihov naziv dovodi do takva zaključka. Ovi klubovi ravnopravno uključuju i mladiće i djevojke, sve s ciljem izgradnje zdravih životnih vještina i jednih i drugih. Razlog perpetuacije tog imena to je što su „Budi muško“ klubovi u regiji dosegli visok stadij prepoznatljivost, kao vid pozitivnog životnog stila za mlade. Ovi klubovi imaju snažan utjecaj na promjenu stavova prema nasilju i podučavanje mladih o temama o kojima ne uče dovoljno u školama. Oni im omogućavaju da izgrade sebe, istovremeno potičući druge da budu bolji, osiguravajući sigurna okruženja u kojima ne postoji osuđivanje, osporavanje mišljenja, a potiče se dijalog i samokritičko mišljenje. U nekim gradovima postoje posebni klubovi za djevojke koji imaju drugačije ime. Iako postoje odvojeni klubovi, grupe se najčešće sastaju zajedno, a tako i osmišljavaju i provode svoje aktivnosti.

„Budi muško“ klubovi uključuju mlade ljude različitih vjerovanja, osobina, obrazovanja i mišljenja. Oni predstavljaju sinergiju raznovrsnosti i različitosti koja i čini suštinu promjena koje ovaj klub predstavlja. Sudjelovanje u aktivnostima može pomoći učenicima/ama u razvoju: identiteta, emocionalne inteligencije, interpersonalnih komunikacijskih vještina, vještina pregovaranja, organizacijskih vještina i drugih životnih vještina s fokusom na kritičko razmišljanje i donošenje odluka, sposobnosti logičkog rješavanja problema, vještina za uspješno rješavanje kritičnih situacija, pro-socijalnih i socijalnih kompetencija, rodno ravnopravnih stavova i vrijednosti, zdravih životnih stilova, posebice u kontekstu seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Vjerujemo da se bavljenjem pitanjima rodne nejednakosti i promoviranjem zdrave verzije maskuliniteta

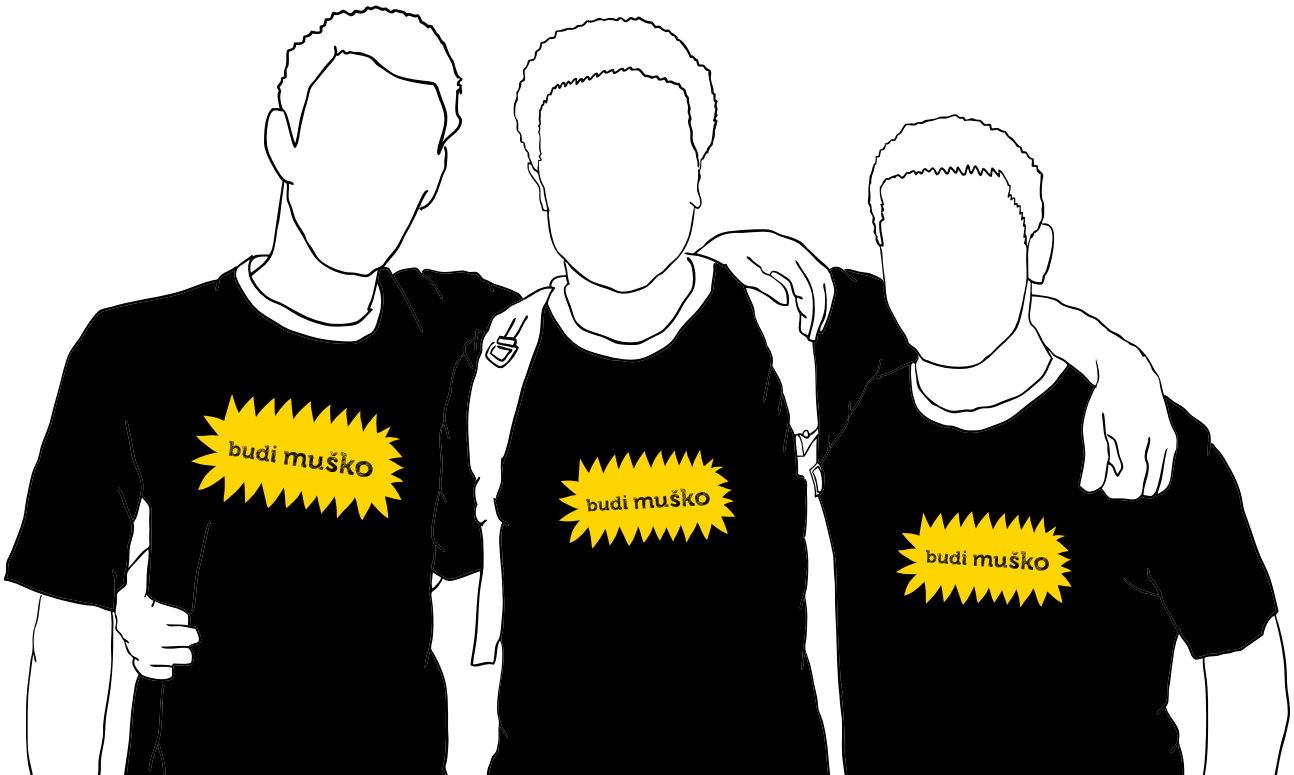
i muškosti mladićima pruža prilika za ostvarenje svog punog potencijala. U društvima gdje je rodna ravnopravnost najviše rasprostranjena, prednosti za muškarce i za žene očituju se kroz ravnopravnije, zdravije i sretnije interpersonalne odnose, bolje zdravlje muškaraca i žena i veće uživanje ljudska prava svih građana.

Priče pozitivnih promjena iz regije

„Nisam bio komunikativan i pričljiv. Sve probleme sam rješavao burno i bez pregovaranja. Često sam bio nasilan.“ Ovako svoju priču započinje Branko Bujić, aktivni član i edukator „Budi muško“ kluba iz Banja Luke. U ovom dijelu predstavit ćemo samo neke od priča pozitivnih promjena koje su se dogodile tijekom provedbe ovog projekta te izjave mladih o tome kako je sudjelovanje u edukacijama, kampanjama i radu kluba utjecalo na njih i njihov život.

Branko je jedan od najaktivnijih članova i promotora kluba, a svoju priču završava riječima: „Odrastao sam s takvim ljudima i u takvom naselju gdje je „muškost“ važna i ispoljava se jedino kroz snagu i dokazivanje. Često sam se tukao protiv drugih naselja, iako nikada nisam upadao u neke veće probleme... Sada brzo nalazim rješenje kad imam neki problem, budući da sam razvio jednu širu svijest o sebi i ljudima oko sebe. „Izbacio“ sam loše ljude iz svog života i izašao iz nekih „voda“ u kojima nisam trebao biti. Naravno, danas me i obitelj podržava, pogotovo poslije 25. studenog, odnosno obilježavanja "Narančastog dana" nakon čega mi je otac, koji me dotad nije podržavao u tome što radim, prišao, poslije javne akcije na trgu, pružio ruku, zagrlio i rekao: "Sine, svaka čast, samo tako nastavi".

"Ovo je samo jedan od brojnih primjera. Ovdje podsjećamo na priču o Draganu, momku iz Banja Luke koji je svoj život okrenuo naglavačke i



svoju priču ispričao na jedan jako emotivan način. Ovdje ga nećemo citirati, već ćemo vas zamoliti da ovaj priručnik ostavite po strani na desetak minuta, upalite internet i na YouTube-u ukucate: „Post war machismo – Story of Dragan Kisin“.

Mnoštvo je ovakvih priča ispričano za vrijeme trajanja ovog projekta. U nastavku ćemo dati prikaz najvažnijih izjava i prikupljenih priča o pozitivnim promjenama iz cijele regije.

Ishak, Mostar

„Danas se dosta drugačije odnosim prema svojim vršnjacima. Prije sam ih omalovažavao i vrijeđao, i to mi se često dešavalo. Jako mi je važno da i moji roditelji vide pozitivnu promjenu na meni. Mnogo se trudim oko „Budi muško kluba“ jer mi je stalo da ove priče i do ljudi koji su u njemu... Tu je mnogo mojih dobrih prijatelja.“

Ružica, Mostar

„Prije nego sam se učlanila, prva pomisao na izraz „Budi muško“ bila je nemoj plakati i nemoj dati da te netko zeza. Sad razumijem da biti muško ne znači biti najjači na svijetu i sakrivati svoje emocije, već da muškarci trebaju biti ono što jesu bez stida i straha. Nije sramotno pokazati svoje osjećaje i biti ono što jesi. Klub vidim kao jednu malu obitelj koja si međusobno pomaže i tu je kao potpora u bilo kojoj situaciji. Tu sam upoznala toliko pozitivnih ljudi koji su imali velik utjecaj na mene, ali nisu to samo ljudi iz drugih mjesta... To su ljudi iz mog grada koje bez ovog kluba ne bih imala priliku upoznati. Kroz klub sam se riješila straha od javnog govora, otvorenija sam i smirenija te znam kako se nositi sa svojim emocijama na zdrav i produktivan način.“
Dženis, Sarajevo

„Pomaganjem drugima shvatio sam da sam ja jedan od onih kojima je potrebna pomoć. Svakog dana dolaze novi problemi dolaze, a njihovo rješavanje često ostavljamo sa strane, odakle je izlaz na kraju iznimno težak... Nekada sam klub „Budi muško“ smatrao dosadnim klubom, jer nisam znao ni što je to ni tko su ti ljudi, a danas su oni ti koji su moja obitelj. Oni su ti koji su omogućili da budem ovo što sam danas, a to je osoba koja pomaže drugima, sluša i daje savjete i educira druge u borbi protiv nasilja“.
Amer, Sarajevo

„Bilo je sasvim normalno gledati u školsko dvorište na dogovorene tuče, gledati tuđa lica u blatu prekrivena modricama. Također, bilo je normalno ne raditi ništa povodom toga i snimati sve telefonom... Nekoliko godina kasnije, nakon što sam počeo da educirati druge protiv loših stvari u kojima sam ja sudjelovao, shvatio sam da postoji i drugi život, bolji život, u kojem sam ja osoba koja pomaže i pokazuje bolji put.“Nikola, Beograd

„Nije mi bio problem zakačiti se, potući i pobjeći. Kad me netko zezao, prišao bih mu i udario ga, bez razmišljanja. Nekako sam naučio kontrolirati svoj bijes, ljutnju i aroganciju koju ponekad imam. Kad uletim u neki problem, onda to pokušam riješiti mirnim putem, riječima, i izbjeći bilo kakvu tuču, vrijeđanje ili štogod. Uspio sam odrasti i promijeniti način razmišljanja, a „Budi muško“ klub mi je to omogućio“
Miomir, Beograd

„Najveću promjenu koju vidim na sebi je da ne koristim nasilje protiv drugih kako bih obranio sebe i svoju neku „čast“. Često sam se rugao drugima, ismijavao ih, bez ikakvog razloga. Sad mi je cilj da utječem na druge oko sebe, promijenim druge i zaustavim nasilje koje se dešava u našem društvu.“
Alban, Priština

„Počeo sam mnogo više pomagati u kućanskim poslovima i općenito pomagati roditeljima. Shvatio sam da trebamo promijeniti stav po pitanju muških i ženskih poslova. Ono što mi je ostalo od „Budi muško“ kluba je borba za ravnopravnost i poštovanje različitosti.“
Valentin, Priština

„Često sam zlostavljao druge i sudio im po tome kako izgledaju i kako su obučeni. Sad se osjećam loše zbog toga što sam radio i pokušavam utjecati na prijatelje da ne rade takve stvari... Jako mi je važno što je moju promjenu nabolje prepoznala moja majka koja je iznimno ponosna na mene i muškarca koji sam danas.“

Što su to kampanje

Prevencija nasilja i promocija zdravih životnih stilova mladih važan su dio šire komunikacijske strategije unapređenja i zaštite zdravlja mladih gotovo svake moderne zemlje. Bez obzira radi li se o nasilju, prevenciji upotrebe psihoaktivnih tvari ili prevenciji spolno prenosivih infekcija, moderni obrazovni sustavi kombiniraju formalno i neformalno obrazovanje sa zdravstvenim kampanjama, a sve s ciljem eliminacije faktora rizika koji su identificirani kao važne determinante zdravlja. Ne samo da kampanje imaju snagu utjecati na faktore rizika, one mogu biti pokretačka snaga i mobilizirati mlade i odrasle da se aktivno uključe u transformaciju okruženja u kojem žive ili se školuju, a sve s ciljem postizanja sveobuhvatnijih i kompleksnijih zdravstvenih ishoda.

Javne i zdravstvene kampanje mogu, ako se kreiraju na strateški način i integriraju principe i teorije efektivne komunikacije, biti uspješne u prenošenju pozitivnih poruka na veće populacijske grupe na razini zajednice, škole ili čitave države (Fox i sur., 2014). Kao takve, kampanje mogu biti korisno i efektivno sredstvo promocije zdravlja i prevencije nasilja i danas su identificirane kao veoma značajan aspekt prevencije i kontrole ponašanja koja želimo mijenjati (Fox i sur., 2014).

Javne kampanje i kampanje u školama trebaju uključivati širok spektar komunikacijskih strategija i aktivnosti s ciljem diseminacije relevantnih, motivirajućih i uzrastu prilagođenih informacija s ciljem mobiliziranja određene grupe na preuzimanje pozitivnih stavova u odnosu na problem koji određena kampanja adresira.

Kampanje mogu biti kreirane s ciljem podizanja svijesti mladih o važnim društvenim i zdravstvenim pitanjima, no u kombinaciji s edukacijom, mogu osnažiti mlade da prepoznaju rizike, kritički promišljaju o odlukama koje donose, prepoznaju nezdrave odnose s okolinom i donose odluke koje su najbolje za njih i njihovo okruženje. Kampanje mogu biti dizajnirane na način da jasno definiranim porukama i informacijama pozitivno utječu na znanje, stavove, vrijednosti, uvjerenja i ponašanja. No, ovako kompleksan utjecaj nije moguće postići ukoliko se radi o kratkim intervencijama ili aktivnostima koje se ne temelje na strateškom pristupu koji adresira važna pitanja koja su preduvjet za postizanje željenog utjecaja.

Kampanjama možemo mijenjati razinu informiranosti, pozitivno utjecati na znanje o određenim temama, utjecati na stavove, vrijednosti i uvjer-

enja i u konačnici, utjecati na ponašanje. Također, kampanjama možemo utjecati na „klimu“ i tako stvoriti preduvjete za lakše prakticiranje određenih uvjerenja, stavova i pozitivnih oblika ponašanja.

Primjer:
Nasilje se hrani pažnjom. Osobe koje se ponašaju nasilno, najčešće to rade pred drugima. Na taj način, demonstriraju moć i superiornost u odnosu na žrtvu, a ujedno, ukoliko društvo „odobrava“ takvo ponašanje, nasilnik, zbog pažnje i indolentnog odnosa okoline, može smatrati da nasilje koje vrši doprinosi njegovom ili njenom socijalnom statusu u toj grupi. Svjedoci nasilja u tom slučaju predstavljaju publiku, a od reakcije publike često ovisi hoće li osoba nastaviti s nasiljem ili prestati.

Kampanja **„Reagiraj ljudski“** i komplementarne radionice upoznaju mlade s ovim principima, mijenjaju njihove stavove o „pozitivnim ishodima nasilja“, transformiraju uvjerenja o nasilju kao bezazlenoj pojavi, posebno kada se radi o vrstama koje su u društvu identificirane kao „manje štetne“ ili se skrivaju iza termina „zezanje“. Svako nasilje proizvodi negativna osjećaje onih koji su mu izloženi, a mladima je potrebno pokazati da svako nasilje proizvodi patnju, bol, tugu i nezadovoljstvo. Kampanja „Reagiraj ljudski“ osmišljena je s ciljem ohrabrivanja mladih da reagiraju na pozitivan način u situacijama nasilja. One im pomažu naučiti što kao aktivni svjedoci mogu poduzeti da spriječe nasilje, zaustave ga ukoliko mu svjedoče i ohrabre proaktivno i prosocijalno ponašanje vršnjaka kao važne preventivne strategije. Kampanja „Reagiraj ljudski“ potiče i ohrabruje mlade na promjenu kulture ponašanja, šalje jasnu poruku da je reagiranje poželjno ponašanje, ali i daje korisne strategije i savjete za reagiranje u različitim situacijama, na način kojim neće ugroziti vlastito zdravlje. Upravo djelovanje na širu vršnjačku grupu, promoviranje poželjnih obrazaca ponašanja i kulturološko djelovanje moguće je kroz kampanje. Radionice imaju za cilj educirati mlade i pripremiti ih da shvate i žive poruke kampanje.

Zašto je važno utjecati na stavove, vrijednosti i uvjerenja kroz kampanje za mlade

Mladi svoje stavove, vrijednosti i mišljenja usklađuju s različitim sociokulturalnim utjecajima, a u odnosu na znanje, osobna iskustva i informacije koje posjeduju. Ponašanje i donošenje odluka u direktnoj su vezi s uvjerenjima, stavovima i vrijednostima.

Uvjerenja predstavljaju unutrašnji osjećaj da je nešto točno, iako to nužno ne mora biti točno tj. znanstveno utemeljeno. Primjer može biti uvjerenje da crna mačka koja prelazi ulicu donosi nesreću. Osoba koja prakticira ovo uvjerenje osjeća nelagodu prilikom prelaska ulice kojom je prethodno prešla crna mačka i ponekad, zbog tog svog uvjerenja, odabire drugi put/cestu u strahu od „posljedica“. Iz ovog primjera lako je zaključiti da uvjerenja ne moraju biti nužno točna. Uvjerenje može egzistirati bez znanstvene osnove koja bi potvrdila da je ono točno. Ovaj primjer pokazuje i odnos uvjerenja (nesreća koja se može dogoditi zbog crne mačke) i ponašanja (osoba bira drugu cestu).

Vrijednosti možemo objasniti kao mjeru značaja personalnog povezivanja s nečim. Vrijednosti možemo objasniti kao principe, standarde ili kvalitete koje osoba ili određena grupa vidi kao iznimno značajne. Stoga vrijednosti imaju direktan utjecaj i usmjeravaju naš način života i utječu na odluke koje donosimo. Vrijednost se najčešće formira u skladu s određenim uvjerenjem. Netko može prepoznati iznimne vrijednosti u zaštiti šuma i rijeka, dok za osobu koja eksploatira šume i rijeke te vrijednosti izgledaju drugačije. Vrijednosti mogu utjecati na način kako osoba prosuđuje, njene zaključke, a onda i ponašanja.

Na primjer, ljudi percipiraju obitelj kao osnovnu ćeliju društva i u tom kontekstu reflektiraju to uvjerenje na odnos prema obitelji. Rigidne društvene norma koje postoje na Balkanu doprinose razvoju vrijednosti koje se dovode u vezu s rodnom nejednakošću i neravnopravnosti. Ne samo da će dječaci i djevojčice vrednovati određene karakteristike na različite načine, već, šire promatrano, djevojčice i dječaci neće biti vrednovani na isti način. U pojedinim zajednicama, muška su djeca „poželjnija“ od ženske i dječacima se nudi više mogućnosti za školovanje, sport i zabavu nego je to slučaj s djevojčicama. Rodne uloge muškaraca i žena vrijednosno se razlikuju. Na primjer, u zajednicama u kojima se posebna vrijednost daje ulozi žene kao majke ili domaćice, žene ili djevojčice koje ne planiraju obitelj i žele se posvetiti daljnjem školovanju ili karijeri mogu biti stigmatizirane (obilježene) od strane članova obitelji,

prijatelja i drugih osoba u njenoj neposrednoj blizini. Dječaci su tijekom svog odrastanja su također pod izraženim pritiskom društvenih očekivanja. Karakteristike muškosti kao što su snaga, dominacija, superiornost, hrabrost, branjenje časti i agresivnost često su percipirane kao pozitive karakteristike i poželjne osobine muškosti pa mladići često takve karakteristike percipiraju kao ključne i prilagođavaju ponašanje društveno očekivanim vrijednostima, umjesto vlastitim sposobnostima, mogućnostima i željama. Sve to navodi nas na zaključak da kampanje i edukacija mogu biti snažni promotori pozitivnih vrijednosti koje doprinose jednakosti među mladima, promoviraju individualnost i potiču razvoj identiteta mladih koji se temelji na pozitivnim, rodno ravnopravnim vrijednostima koje su u skladu s osnovnim principima ljudskih prava i sloboda.

Vrijednosti: set uvjerenja koja su odgovorna za ono kako ljudi gledaju na to što je dobro, a što loše. Vrijednosti se razlikuju širom svijeta, unutar obitelj, kultura. Međutim, neke vrijednosti su u potpunosti univerzalno prihvaćene kao karakteristike moralnog ljudskog ponašanja. Vrijednosti nastaju u odnosu na brojne faktore, a neki od njih uključuju:

- **obitelj,**
- **prijatelje,**
- **vršnjake (širi kontekst),**
- **religiju,**
- **školu,**
- **muziku,**
- **medije,**
- **kulturu i društveni kontekst,**
- **tecnologije,**
- **historiju**

Stav: način na koji osoba ispoljava ili primjenjuje vlastita uvjerenja i vrijednosti i ispoljava ih u formi riječi ili ponašanja. Primjer: Uznemiri me informacija da određeni učenik u školi svakodnevno proživljava nasilje od strane vršnjaka.

No, kad govorimo o djeci i adolescentima i u obzir moramo uzeti njihovu ranjivost u kontekstu podložnosti vršnjačkim utjecajima. Stoga je lako zaključiti da su njihove vrijednosti, uvjerenja i stavovi podložni utjecajima koji mogu biti pozitivni ili negativni.

Mlade je potrebno poučiti razumijevanju odnosa vlastitih uvjerenja, vrijednosti i stavova u odnosu na ponašanje i odluke koje donose. Vršnjaci mogu ohrabriti pozitivne promjene kroz transformaciju postojećih stavova, vrijednosti i uvjerenja, što u konačnici može voditi do boljih ishoda za mladu osobu. Kampanje su dokazano utjecajan alat za promjenu svega gore navedenog.

Uspješne i neuspješne kampanje

Da bi kampanja bila uspješna, potrebno je da adresira pitanja koja su relevantna za grupu kojoj se obraćamo porukama kampanje, kao i da je usklađena s lokalnim kontekstom (širok dijapazon socio-kulturalnih faktora). Na primjer, ukoliko naša kampanja treba adresirati pitanja nasilja u školi, potrebno je razumjeti najzastupljeniju vrstu nasilja, razloge njene zastupljenosti, potencijalne posljedice nasilja koje egzistira na određenom prostoru, stavove mladih o nasilju kojem svjedoče ili su mu izloženi, potencijalnost percepcije određene vrste nasilja kao „zezanja“ i sl. Odgovori na prethodno postavljena pitanja pomažu kreatorima kampanje (škole i mladi u školi) da poruke kampanje usklade s realnostima na terenu, a u skladu s postavljenim ciljevima kampanje.

Ukoliko škola planira kreirati kampanju, važno je da prethodno **definira ishode kampanje.** Želite li kampanjom mlade informirati o određenom pitanju ili pak želite utjecati na stavove mladih o tom pitanju? Bez obzira na to što govorimo o istoj temi, pristupi kampanje bit će različiti s obzirom na to da je informiranje najjednostavniji ishod kampanje, a promjena stava kompleksan cilj koji zahtjeva primjenu različitih komunikacijskih strategija.

Ne postoji direktna i jasna veza između poruka koje šaljemo određenim grupama i njihove reakcije na poruke. Važno je razumjeti da neće svi mladi na istu poruku reagirati jednako. Ukoliko kampanjom želimo adresirati pitanje nasilja, tri su ciljane grupe kojima se škola može obraćati porukama kampanje:

1. Mladi koji su izloženi nasilju
2. Mladi koji vrše nasilje
3. Mladi koji svjedoče nasilju

Sveobuhvatnije kampanje obuhvatit će i roditelje i nastavnike. Mnogi roditelji ohrabruju djecu da na nasilje odgovore nasiljem, što također predstavlja važan faktor perpetuacije nasilja. Pojedini roditelji opravdavaju upotrebu alkohola, vođeni stavom da je alkohol društveno prihvaćena pojava. Možda će nekim roditeljima biti neugodno da im djeca sudjeluju u radionicama o seksualnom i reproduktivnom zdravlju. Istraživanja pokazuju da kampanje koje uključuju roditelje mogu doprinijeti mobilizaciji roditelja i većoj posvećenosti i podršci koju roditelji pružaju mladima i školi u zajedničkim nastojanjima da život učine zdravijim, sigurnijim

i kvalitetnijim. Kampanjama možemo adresirati sve navedeno i stvoriti osjećaj da se sve aktivnosti koje se rade, rade u najboljem interesu učenika/ca, što može biti važan dio poruka kampanje.

S druge strane, istraživanja pokazuju da u školama u kojima jedan ili više nastavnika pojedine forme nasilja (ogovaranje, etiketiranje i zadirkivanje) percipira kao bezazleno i prirodno ponašanje mladih (nasilje percipirano kao ,,zezanje"), efekti su prevencije u takvim školama znatno slabiji u usporedbi sa školama u kojima niti jedan nastavnik nema pozitivan stav prema pojavi određenih oblika nasilja. U tom slučaju, kampanje i politika škole trebaju poslati jasnu poruku da ne postoji tolerancija prema ijednom obliku nasilja te takve poruke usmjeriti prema zaposlenicima, roditeljima i mladima. Edukacija roditelja i nastavnika o nasilju može biti važan segment kampanje koju škola planira ili već realizira.

No, vratimo se učenicima i kampanjama kojima želimo prevenirati nasilje među mladima. Koliko je kompleksan odnos poruka i željenog utjecaja možete vidjeti iz sljedećeg primjera:

Ukoliko se obraćamo mladima koji svjedoče nasilju, to populacijsku grupu možemo razdvojiti na mlade koji svjedoče nasilju i reagiraju na način koji je afirmativan za pojavu nasilja (smiju se, dobacuju ili ohrabruju osobu koja vrši nasilje), mlade koji svjedoče nasilju i reagiraju na indolentan način (izostaje reakcija na nasilje) ili pak mlade koji se suprotstavljaju nasilju kojem svjedoče (obeshrabruju osobu ili grupu da vrši nasilje, ohrabruju žrtvu da potraži pomoć, pozivaju odrasle autoritete da zaustave nasilje kojem svjedoče). Sasvim je jasno da jednom porukom ne možemo komunicirati sa sve tri grupe svjedoka nasilja jer očekivana promjena nije jednaka kod svake od spomenutih grupa. Možda kampanjom želimo utjecati na svijest i stavove mladih koji ohrabruju nasilje ili pak želimo podržati mlade koji se suprotstavljaju nasilju u njihovom pozitivnom i prosocijalnom ponašanju. Iz ovih je primjera jasno da poruke kampanje moraju adresirati specifičnost grupe kojoj se obraćamo i biti kreirane u skladu s očekivanom promjenom. Ipak, moguće je kreirati set poruka koje su dio šire kampanje koja obuhvaća sve grupe. Primjer je kampanja „Reagiraj ljudski" koja je usmjerena na kreiranje okruženja u kojem svjedoci nasilja postaju aktivni agenti promjene u suprotstavljanju nasilja.

Transformacija kulture i normativa na razini škola

Nezdravi životni stilovi i nasilje često koegzistiraju jer u okruženju mladih postoje normativi ili kulturološke predispozicije za pojavu nezdravih oblika ponašanja i nasilja. Društveni kontekst na razini zajednice i mikro sredina kao što su škole, često je identificiran kao važan faktor koji treba transformirati, a s ciljem efikasne prevencije i eliminacije ponašanja koja ne vode k zdravim ishodima. Ukoliko među mladima postoji kolektivni stav da svi mladi piju alkohol u određenom uzrastu (npr. 1. razred srednje), takav kolektivni stav i uvjerenje mogu biti ohrabrujući za inicijaciju mladih kad je u pitanju upotreba alkohola. Isto vrijedi za cigarete, psihokativne supstance i druge nezdrave pojave koje se mogu javiti kao posljedica postojećih normativa. Normativi čak mogu obeshrabriti mlade da traže pomoć onda kada im je ona zaista potrebna. Primjer može biti nasilje i prijavljivanje nasilja. Ukoliko razgovarate s mladima i pitate ih kako bi okarakterizirali osobu koja prijavi nasilje, mnogi će takvu osobu nazvati ,,izdajicom" ili „slabićem". Takav grupni normativ često obeshrabruje mlade da traže pomoć, a oni koji to urade, slijedom kolektivnog normativa, budu socijalno izolirani, stigmatizirani ili odbačeni. Svjesni takvih normativa, mladi se odlučuju samostalno rješavati određene probleme, a bez stručne podrške ne uspijevaju riješiti ih. Istraživanja pokazuju da su normativi složeni negativni faktor za zdravlje mladih jer često ohrabruju mladiće u negativnim izborima vlastita ponašanja. Posljedica toga je da mnogi mladi do kasne životne dobi ne traže liječničku pomoć, ne koriste zdravstvene usluge važne za očuvanje zdravlja i eliminaciju faktora rizika koji mogu ugroziti zdravlje.

Ukoliko u određenoj školi postoji kritična masa mladih koji određene forme nasilja (etiketiranje, ogovaranje, zadirkivanje i sl.) percipiraju kao normalne vrste ponašanja koje nisu štetne za one koji su izloženi takvim ponašanjima, kampanja u tom slučaju treba potaknuti promjenu stava mladih na način da takve vrste ponašanja prepoznaju kao štetne i aktivno se suprotstave takvim pojavama u svojoj neposrednoj blizini.

Prijavljivanje nasilja

Primarni cilj kampanje je da utječe na način na koji publika gleda na određeni problem. Na primjer, ukoliko ciljana grupa već vjeruje da je nasilje veoma ozbiljan društveni problem, tada kreatori kampanje trebaju razviti poruke koje podržavaju takve pretpostavke i uvjerenja publike. Poruke mogu biti proširene dodatnim porukama koje će mobilizirati grupu da se dodatno suprotstavi tom problemu na način koji je definiran porukama kampanje. Međutim, ukoliko članovi publike kojoj se obraćamo kampanjom ne vide nasilje kao prisutan i ozbiljan problem ili nisu zabrinuti u vezi nasilja, kreatori kampanje trebaju kreirati komunikacijsku strategiju koja će pozitivno utjecati na svijest publike i zabrinutost po tom pitanju (Schement, 2002).

Da bi **kampanja bila efikasna**, ista mora biti dizajnirana na način kojim će utjecati na promjenu uvjerenja, vrijednosti, stavova i ponašanja pojedinaca i grupe. Tek onda kad komunikacijska kampanja promijeni svijest ciljane grupe o određenom pitanju, moguće je adaptirati stavove i ponašanje grupe u skladu s porukama i preporukama kampanje. Kampanja treba motivirati ciljanu grupu na promjenu kojom se teži porukama kampanje.

Kampanje koje planiraju ili realiziraju škole, mogu uključiti širok spektar medija putem kojih prenose poruke do ciljane grupe – učenika. Škola može koristiti širok spektar komunikacijskih alata: posteri, poruke distribuirane putem školskih razglasa, letci i brošure, web stranica škole profili na socijalnim mrežama, mediji i sl. No, kampanja može obuhvaćati i druge komplementarne aktivnosti kao što su radionice, sastanci, debate, okrugli stolovi, javne rasprave, postavljanje info pultova i organizacija kampanjskih aktivnosti u školi i van škole. Kombiniranjem gore spomenutih strategija, povećava se vjerojatnost da će kampanja biti uspješna i efektivna. Također, upotrebom šireg spektra aktivnosti povećava se vjerojatnost da će veći broj mladih biti dosegnut porukama kampanje, kao i da će iste osobe biti izložene porukama iz više različitih izvora.

S obzirom na multidimenzionalnu pozadinu nasilja i zdravlja, efikasne kampanje razvijaju poruke koje obuhvaćaju više dimenzija problema, a poruke se distribuiraju koristeći raznovrsne kanale ljudske komunikacije. U tom kontekstu, nezaobilazan pošiljatelj poruka kampanje trebaju biti i mladi. Niti jedan komunikacijski alat nema ekvivalentnu snagu utjecaju mladih samih. Mladi su kreatori vršnjačkog okruženja i normativa koji egzistiraju na određenom prostoru, stoga imaju i snagu da takve normative transformiraju.

Kampanja može i treba obuhvatiti i roditelje, nastavno osoblje i sve druge sudionike u nastavnom procesu. Na taj način kreatori kampanje potiču širu kontekstualnu promjenu, a najveću korist imaju mladi.

Adolescencija, identiteti i podrška zdravoj individualnosti

Adolescencija predstavlja period izraženih psihofizičkih promjena. Mladi u ovom razdoblju eksperimentiraju s različitim identitetima. Propitivanje vlastite individualnosti kroz prizmu socijalnih očekivanja, važan je preduvjet za formiranje identiteta, a rodni identitet u ovoj životnoj dobi mladi usklađuju s rodnim normama i percipiranim rodnim ulogama. Eksperimentiranje s identitetima je prirodno i pozitivno, s obzirom da adolescencija sama po sebi jest transformacija djeteta u odraslu osobu. Taj je proces prirodno dinamičan i mladima je potrebna podrška odraslih, ali i njihovih vršnjaka, što pak predstavlja osnovu socijalizacije i odrastanja. Pomoći mladima da razumiju međuodnos individualnosti i društvenih utjecaja, važan je preduvjet u suprotstavljanju štetnim i rigidnim normativima koji mogu ohrabriti nezdrave i nasilne oblike ponašanja.

Tijekom adolescencije, interakcijom s vršnjacima, svaka mlada osoba razvija vlastitu individualnost i u konačnici, identitet. Romantične veze, prijateljstva, poznanstva i odnosi u sferi virtualnog prostora, ključan su razvojni resurs svake osobe. Nažalost, za neke mlade ovakve interakcije mogu biti kontraproduktivne, posebno ukoliko su njihove veze, prijateljske, romantične i druge, nezdrave i temeljene na nejednakoj moći odlučivanja.

Tijekom prve godine provedbe „Programa Y“, nastojimo osnažiti mlade da prepoznaju štetne i stereotipne normative, utjecati na njihove stavove i ponuditi im kognitivne i psihosocijalne resurse za efikasno suprotstavljanje takvim normativima. Ne samo da želimo utjecati na stavove i svijest o normama, kroz aktivnosti kampanje i radionica želimo ih uključiti u transformaciju normativa u uspostavu novog sustava vrijednosti koji doprinosi zdravlju i općem blagostanju svakog adolescenta.

Mnogi mladići i djevojke odrastaju u uvjerenju da su svi njihovi vršnjaci seksualno aktivni, da većina koristi alkohol ili druge psihoaktivne supstance, da postoje blage forme nasilja koje ne ostavljaju posljedice, a s takvim uvjerenjima često su u riziku od razvijanja veće podložnosti vršnjačkim utjecajima i preuzimanju nezdravih oblika ponašanja. Upravo zato, prvo polugodište s pripadajućim modulima i aktivnostima kampanje upoznaje sudionike s normativima koji egzistiraju u društvu, posvećujući posebnu pažnju prividnim normama, apostrofirajući individualnost kao važan preduvjet u suprotstavljanju takvim utjecajima.

S druge strane, osjećaj pripadnosti i prihvaćanja važan su ishod za svakog adolescenta. Upravo zbog želje da pripadaju i budu prihvaćeni, mladi jesu ranjivi na društvene utjecaje i mikro i makro normative koji egzistiraju u njihovoj neposrednoj okolini.

Iskustva u provedbi „Programa Y” su pozitivna, a evaluacijom efikasnosti programa istraživači su identificirali direktnu vezu između kampanja, radionica i razvoja pozitivne kulture koja doprinosi transformaciji nezdravih navika i promociji zdravih oblika ponašanja među mladima.

Ukoliko obratite pažnju na definirane ishode prve godine koje možete pronaći u priručniku „Programa Y”, značajan prostor je rezerviran za promjenu stavova kao preduvjeta za usvajanje i očuvanje zdravih navika i ponašanja.

Kampanje i sveobuhvatni pristup u radu s mladima

Sveobuhvatni pristupi u radu s mladima obuhvaćaju daleko složeniji pristup učenju od uobičajenih metoda koje su zastupljene u našem obrazovnom sistemu. Pored informacija i znanja te razvoja vještina, **sveobuhvatni programi teže razvoju pozitivne kulture među učenicima, što pak usložnjava efekte edukacije i u značajnoj mjeri doprinosi kvalitetnijim zdravstvenim ishodima.**

Sveobuhvatnost se može odnositi na širok dijapazon znanstveno utemeljenih informacija sadržanih u određenom kurikulumu, no može obuhvaćati i različite komunikacijske pristupe koji se koriste kao dopuna nastavnom i obrazovnom procesu. Sveobuhvatnost može uključivati individualizirano planiranje nastave, prilagodbe kurikuluma trenutnim trendovima ili potrebama učenika, uvođenje specifičnih sistema podrške za učenike i roditelje, edukacije roditelja, strukturiran pristup podučavanju i uvođenju sistema podrške pozitivnim oblicima ponašanja (kampanja „Reagiraj ljudski“). Sve navedeno zahtijeva dodatna ulaganja i napore da se određeni program sa svim pratećim aktivnostima učini cjelinom i time osigura kvalitetniji i sistematičniji odgovor škole na specifične potrebe učenika.

Brojni neformalni edukativni programi koji su kombinirali edukativne aktivnosti s ciljanim kampanjama koje su provođene u školama pokazali su da ovaj kompleksni pristup ne samo da učenicima daje potrebno znanje i vještine, već kroz seriju kampanja koje vode učenici, dovodi do formiranja mikro trendova specifičnih za tu školu ili lokalnu zajednicu u kojoj se provode (CARE International, 2011).

Kampanje u školama ne treba ograničiti na upotrebu postera koje učenici izrađuju, a zatim prezentiraju kroz dodatne aktivnosti u školama. Kampanje mogu obuhvatiti i aktivnosti van škole, posjete određenim zdravstvenim institucijama, organizaciju javnih događaja koje osmišljavaju učenici i nastavnici, a s ciljem podizanja javne ili stručne svijesti o određenom problemu. **Aktivizam mladih može i treba biti generator pozitivnih promjena.**

Kampanje u školama i kampanje koje vode škole postale su veoma popularne širom svijeta. Istraživanja koja su mjerila efekte ovih kampanja, ponudila su zanimljive i raznovrsne zaključke koji pokazuju da kampanje u školama kao suplement nastavnom procesu imaju snažan potencijal

da pozitivno doprinesu odgojno obrazovnom procesu. Studija HEALTHY obuhvatila je trogodišnji program intervencija koje su bile usmjerene na promjenu ponašanja učenika s ciljem smanjenja rizika za razvoj dijabetes melitusa tip 2 (Schneider i sur., 2013). Studija je mjerila povezanost izlaganja učenika komunikacijskim materijalima (letci, brošure i posteri) kampanje i promjene ponašanja učenika koji su izloženi aktivnostima kampanje. Istraživanje je pokazalo iznimnu povezanost između upotrebe prilagođenih materijala i pozitivnih promjena u ponašanju učenika. U zaključku studije naglašeno je da u kontekstu višeslojnih zdravstveno promotivnih intervencija (sinergija edukacije i kampanja), škole koje uspiju izložiti veći broj učenika komunikacijskim materijalima i komplementarnim aktivnostima, mogu stimulirati izraženije zdravstvene promjene u ponašanju učenika.

Prema nalazima istraživanja koje je proveo CARE International - ured u BiH, kampanje organizirane u suradnji sa školama u kojima je realiziran program vršnjačke edukacije baziran na metodologiji „Program Y" imale su važan udio u **transformaciji stavova i promjeni ponašanja mladih** (Dušanić, 2017). Ne samo da su kampanje promovirale nenasilne stavove i vrijednosti, već postoje indicije da su dovele do **poboljšanja stavova koji se odnose na rodnu ravnopravnost, zdravlje i zdrave životne stilove.** Istraživač u svom evaluacijskom izvještaju navodi da su veće **sudjelovanje u radu BMK** (kampanja promocije pozitivnih karakteristika muškosti i ženskosti), **izloženost kampanji i sudjelovanje u radionicama u korelaciji s većim sudjelovanjem u kućanskim poslovima, ravnopravnijim rodnim stavovima, većim znanjem o seksualnom i reproduktivnom zdravlju, nižom stopom vršnjačkog nasilja i nasilja prema intimnim partnerima te manjom konzumacijom alkohola**. Svi ovi podaci pokazuju da su svi aspekti rada (sudjelovanje u radu "Budi muško" kluba, kampanjama, radionicama) doprinijeli poboljšanju u stavovima i ponašanju mladića i djevojaka u različitim sferama njihovog života. Značajniji utjecaj ostvaren je na one učenike/ce koji su sudjelovali u „Budi muško" klubu. Ovo nije nikakvo iznenađenje jer su svi sudionici iz „Budi muško" kluba bili aktivniji i posvećeniji većini programskih aktivnosti. Lako je stoga zaključiti da direktno uključivanje mladih u kreiranje kampanja kao suplementa edukativnim aktivnostima doprinosi njihovoj uključenosti u promociju nenasilne komunikacije i zdravih životnih stilova, a konačan rezultat su bolji i kvalitetniji ishodi u kontekstu usvajanja i prakticiranja pozitivnih stavova i vrijednosti i promjene ponašanja u skladu sa stečenim i usvojenim znanjem i vještinama. Istraživanja pokazuju da su mladi koji su sudjelovali u kampanjama i bili obuhvaćeni aktivnostima kampanja u većoj mjeri usvojili nove informacije, korigirali stavove u odnosu na informacije koje su dobivali tim putem, prijavili više samopouzdanja i povišenu svijest o važnosti rodne ravnopravnosti i zdravih životnih stilova.

O realiziranim kampanjama:

Kampanje su koncentrirane na škole koje su sudjelovale u projektu i zajednice predvođene "Budi muško" klubovima. Aktivnosti i materijali iz kampanje fokusirane su na iste teme koje su obrađene u okviru implementiranih radionica, uključujući seksualno i reproduktivno zdravlje, prevenciju nasilja i promociju rodne ravnopravnosti. Aktivnosti su bile otvorene za sve mladiće i djevojke u školama, a njihovo sudjelovanje u kreiranju kampanja prepoznato je kao važan faktor u postizanju rezultata koji su analizirani evaluacijskim izvještajem.

Često su organizirane edukativne i zabavne aktivnosti povodom obilježavanja značajnih datuma (Međunarodni dan žena, 16 dana aktivizma protiv nasilja nad ženama, Međunarodni dan obitelji, Dan očeva, Međunarodni dan borbe protiv HIV/AIDS-a, itd). Ove kampanje su uključivale regionalne kampanje „Stop nasilju - Reagiraj ljudski“, „Super tata“ kampanja koja je promovirala rodno ravnopravno roditeljstvo, „Pazi seks“ kampanja koja je promovirala zdrave odnose i seksualno i reproduktivno zdravlje (koja je trajala tijekom čitave projektne godine). Pored ovih regionalnih kampanja, lokalni partneri su organizirali različite događaje u svakom gradu, obično jedan mjesečno. Neki od njih su: "Kutijice koje promoviraju žene", "Stop etiketiranju!", "Međunarodni tjedan zdravlja muškaraca", "Obilježavanje Međunarodnog dana mladih", "Bystander kampanje", "Petodnevni kamp mladih voditelja", itd.

Rezultati radionica i kampanja

Rezultati završnog istraživanja i evaluacije efekata radionica i kampanje dokazuju pozitivne efekte kombiniranog pristupa u radu s mladima. Na području rodnih odnosa ostvaren je napredak u svim gradovima koji su sudjelovali u programu. U završnom istraživanju i mladići i djevojke pokazali su tolerantnije stavove prema rodnim ulogama, rodnim normama i osobama drugačijih seksualnih orijentacija. Posebno je važno naglasiti da su psihičko i fizičko nasilje u većini gradova manje izraženi u završnom istraživanju u odnosu na nalaze početnog istraživanja provedenog prije implementacije „Programa Y" i pratećih kampanja. Indeks negativnih stavova prema rodno uvjetovanom nasilju je veći u završnom istraživanju i kreće se (u svim gradovima) između 66% i 73% (kod mladića) i 81-85% (kod djevojaka). Dakle, vidimo da većina mladića i djevojaka osuđuju rodno uvjetovano nasilje, što je važan ishod programa. Indeks znanja o reproduktivnom zdravlju, spolno prenosivim infekcijama i kontracepciji u svim gradovima u završnom istraživanju znatno je bolji nakon sudjelovanje mladih u programu. Rezultati o znanju o SRZ nesumnjivo ukazuju na pozitivan utjecaj i vrijednost implementiranih programa.

Svi ovi podaci pokazuju da su sudjelovanje u kampanjama, izloženost kampanji i sudjelovanje u radionicama doprinijeli poboljšanjima u stavovima i ponašanju mladića u različitim sferama njihovog života.

Na osnovu izračunate korelacije utvrdili smo da postoji značajna korelacija između većeg sudjelovanja u kampanjama, manjeg konzumiranja alkohola i većeg sudjelovanja u kućnim poslovima. Osim toga, sudionici koji su više sudjelovali u radionicama posjedovali su veće znanje o SRZ.

Iako je u svakoj školi formiran „Budi muško" klub, djevojke su više sudjelovale u projektnim aktivnostima (u nekima čak 63%). Mladići i djevojke su intenzivno koristili Facebook stranicu koja je kreirana kao dio kampanje. Veliki postotak (59-79%) smatra da su radionice doprinijele rješavanju nekih njihovih problema. Djevojke koje su bile izložene kampanji imale su rodno ravnopravnije stavove.

Svi ovi podaci pokazuju da su svi aspekti rada (sudjelovanje u radu "Budi muško kluba", kampanjama, radionicama) doprinijeli poboljšanjima u stavovima i ponašanju mladića i djevojaka u različitim sferama života.

Ako vidimo koliko je pozitivnih korelacija ostvareno između projektnih aktivnosti i različitih sfera života, možemo zaključiti da su sva tri aspekta rada doprinijela ostvarenju ciljeva projekta, a nešto jači utjecaj ostvaren je na one koji su sudjelovali u „Budi muško" klubu. Ovo nije nikakvo iznenađenje jer su svi sudionici iz „Budi muško" kluba imali aktivniju i posvećeniju ulogu u većini programskih aktivnosti.

Što kažu učenici uključeni u realizaciju radionica i kampanja u svojoj školi?

S obzirom da su mladi dobili priliku da samostalno kreiraju i realiziraju kampanje i komplementarne aktivnosti, u završnoj evaluaciji su istaknuli stvaranje osjećaja vlasništva nad edukativnim procesom, što ih je dodatno motiviralo da vjeruju u ideje koje zastupaju i aktivnije doprinesu njihovoj realizaciji. Ovakav participativan pristup doprinio je većoj motivaciji mladih i većoj poistovjećenosti s projektnim porukama i vrijednostima.

Povezivanje radionica s kampanjama također se pokazalo kao sjajna metoda. Pokazalo se da je integrirani pristup koji uključuje stjecanje znanja o radionicama, aktivnosti na polju teme radionice i medijska promocija metoda koja je ostvarila najveći utjecaj na mlade.

Sudjelovanje mladih u osmišljavanju kampanja i transformaciji mikro normativa

Kampanje su posebno značajne jer zahtijevaju grupno sudjelovanje učenika u procesu planiranja, organizacije i izvođenja. U tom smislu, učenici mogu razviti osjećaj vlasništva nad procesom, što može dovesti do pojačane inercije usvajanja pozitivnih stavova i obrane vrijednosti na kojima se kampanja temelji. Grupni rad podrazumijeva formiranje vršnjačkih grupa, a sasvim je jasno, i to je višestruko dokazano, da sudjelovanje i izlaganje pozitivnim vršnjačkim grupama dovodi do bržeg i efikasnijeg usvajanja pozitivnih stavova i vrijednosti. Sudjelovanje mladih u ovakvim aktivnostima ujedno je i snažan motivator jer mladi promoviraju ono u što vjeruju, a ono u što vjeruju, može biti određeno nastavnim planom i programom, posebno ukoliko je taj program participativnog karaktera i doprinosi usvajanju pozitivnih stavova i vrijednosti. Campaigns have particular importance in changing trends or raising public awareness of the presence of potentially dangerous and harmful trends or habits.

Kampanje imaju poseban značaj u mijenjanju trendova ili podizanju javne svijesti o zastupljenosti potencijalno opasnih i štetnih trendova ili navika. U kontekstu socijalnih utjecaja, važno je spomenuti da socijalne determinante zdravlja predstavljaju jedan od najvažnijih zaštitnih/rizičnih faktora na zdravlje. Ogroman broj dokaza akumuliran u posljednjih 20 godina, govori da socijalni faktori utječu na zdravstvene prilike populacija na koje se odnose. Primjer je pušenje koje je u nekim zemljama društveno prihvatljivo ponašanje što predstavlja snažan socijalni faktor koji doprinosi sveprisutnosti pušenja u toj zemlji. Nasilje nije izuzetak. Brojna društvena pravila i postojeći normativi „opravdavaju“ pojavu određenih oblika nasilja među mladima. Isto možemo primijetiti i kod upotrebe alkohola. Brojne studije pokazuju da zdravstvena briga i zaštita mogu imati limitirajuće efekte ukoliko su negativne socijalne

determinante izražene i zastupljene (Braveman i sur., 2011; Adler i sur. 1999; Stewart, Adler, 2010; Braveman i sur., 2011; McGinnis, Foege, 1993). Upravo kampanje predstavljaju alat koji osigurava djelomično suprotstavljanje određenim socijalnim utjecajima. Naravno da kampanje u školi ne mogu odgovoriti na socio-ekonomske utjecaje, ali mogu umanjiti njihov utjecaj na one koji su im izloženi.

Sve gore navedeno doprinosi zaključku da kampanje koje vode škole imaju izniman potencijal da pozitivno doprinesu zdravlju mladih. Upravo kampanje u školama omogućavaju mladima aktivno sudjelovanje u aktivnostima škole, da kroz sudjelovanje u kampanji koju vodi škola, osjete bolju povezanost sa školom te da vlastiti doprinos realizaciji aktivnosti kampanje percipiraju kao osobni i kolektivni uspjeh i time osjete pripadnost grupi ili školi. Upravo je pripadnost važan faktor razvoja adolescenata, posebno u kontekstu formiranja njihovog identiteta, pa nalazi gore predstavljenih studija zasigurno impliciraju da proaktivnim djelovanjem škola, što podrazumijeva uključivanje učenika, možemo potaknuti širu i kompleksniju promjenu u kontekstu promjene stavova i ponašanja, a u konačnici i boljeg zdravlja adolescenata.

No, kampanje ne smiju biti svrha same sebi. Često svjedočimo posterima koji su zalijepljeni na zidove hodnika u školama koji nemaju apsolutno nikakav utjecaj na učenike, što su dokazale brojne studije.

Posteri u školama

Sjećate li se postera koji su krasili zidove naših škola kojima smo nastojali utjecati na percepciju mladih o štetnosti alkohola i droga. Ovi posteri sadržavali su slike oštećenih organa te informacije o utjecaju psihoaktivnih tvari na organizam mladih. Iako atraktivni i informativni, ovi posteri nisu postigli svoju svrhu jer smo i godinama nakon njihove upotrebe bilježili porast broja mladih koji koriste neke od ovih tvari.

Što je nedostajalo?

Mladi i odrasli ne razmišljaju niti donose odluke na isti način1. Razlog tome je biokemijska, fiziološka i anatomska razlika mozga mladih u odnosu na zreli i formiran mozak odraslih.

Poruka da pušenje dovodi do opstipacije pluća neće djelovati na isti način kao informacija da od pušenja žute zubi. Postoje različiti percepcijski filteri koji određenu poruku propuštaju ili blokiraju. Za adolescenta žuti zubi mogu predstavljati daleko veći problem od masnoća u krvi i oštećenih krvnih žila. Informacija da alkohol dovodi do oštećenja sluznice želuca i opterećenja jetre najčešće neće utjecati na mlade kao informacija da zbog alkohola mogu ispasti smiješni i napraviti odluke koje će ih koštati njihovog društvenog statusa. Koliko god ovo izgledalo kao banalan pristup razumijevanju adolescenata, ne smijemo zaboraviti da je adolescencija period iznimne socijalizacije u kojoj mladi identificiraju sebe u odnosu na okruženje, a odnosi s vršnjacima važniji su im od svake druge društvene pojave i zdravstvenog problema. Upravo je njihova emocionalna refleksija na odluke koje odnose, utemeljena na očekivanjima društva i vršnjaka, a ne na principima logike i logičkog razmišljanja.

Mladi odluke donose na temelju emocija, a odrasli na temelju logičnih izbora i odluka. Ono što odraslom izgleda logično, mladi ne moraju i često ne promatraju tako. S druge strane, informacije koje nudimo mladima, trebaju biti prilagođene ovim razlikama, kako bi ih mladi mogli razumjeti i u konačnici iskoristiti u procesu donošenja odluka.

S druge strane, kampanje mogu ohrabriti dijalog učenika i roditelja o nasilju, psihoaktivnim tvarima, odrastanju, seksualnosti i drugim za adolescente važnim temama. No, takve kampanje neće imati učinka ukoliko roditelji nemaju naviku otvoreno razgovarati s djecom o ovim temama. Sveobuhvatni pristup podrazumijeva edukaciju roditelja i učenika, a zatim promotivne aktivnosti kampanje koje ohrabruju takav dijalog. Stoga predlažemo organizaciju pratećih edukativnih aktivnosti i s roditeljima, a „Program Y" nudi savjete za izvođenje takvih aktivnosti. Brojne socio-kulturne norme utječu na stavove i odluke mladih da prijave određeno nasilje ili problem s kojim se suočavaju. Npr., mladići koji bi se odlučili prijaviti nasilje kojem su izloženi od strane vršnjaka, najčešće odustaju od takve odluke u strahu od reakcije drugih vršnjaka, smatrajući da prijavljivanje nije odlika muškosti. Takvi mladići, mladići koji se odluče prijaviti drugog učenika razrednici, najčešće budu percipirani kao

„slabići“. U ovom kontekstu, kampanje ne samo da trebaju promovirati izbore kome se mlada osoba može javiti u slučaju određenog problema, već i sadržavati aktivnosti koje mijenjaju normativ koji određuje da je prijavljivanje odlika slabih. Samim time, aktivnosti moraju potaknuti promjenu negativnih normativa koji su identificirani kao prepreka prijavljivanju.

S druge strane, djevojke koje imaju potrebu ili želju da posjete prvi put ginekologa, često će odustati od takve odluke jer se posjet ginekološkoj ordinaciji najčešće dovodi u vezu sa seksualno aktivnim osobama. Preventivni kontekst ginekoloških usluga potpuno je zanemaren i nevidljiv pa mnoge djevojke u strahu da ne budu viđene i na taj način stigmatizirane kao seksualno aktivne, odustaju od odluke odlaska ginekologu. Kampanjama se može utjecati na ove percepcije daleko kvalitetnije nego kroz neke druge aktivnosti.

Ne samo da kampanje mogu pozitivno utjecati na mlade, one mogu biti veoma značajne i za kvalitetu obrazovnog procesa. Mnogi nastavnici osjećaju nelagodu priliko otvorenog razgovara o određenim temama (promjene u pubertetu, seksualno nasilje, nasilje, seksualno i reproduktivno zdravlje, upotreba droga i alkohola i sl.). Kampanje imaju moć razvoja podražavajućeg okruženja koje će osigurati nesmetan rad nastavnicima i olakšati otvoreniju, slobodniju komunikaciju s učenicima.

Škole mogu napraviti iskorak u kontekstu stvaranja podržavajućeg okruženja koje će osigurati neometanu komunikaciju nastavnicima, bez straha od reakcije roditelja ili nekih drugih sudionika odgojno obrazovnog procesa. U nekim europskim zemljama, škole su uvele specifične politike koje definiraju značaj učenja o nasilju, drogama i seksualnom i reproduktivnom zdravlju, a s kojima su upoznali i roditelje i druge nastavnike. Ukoliko škola želi odgovoriti na potrebe učenika te učiniti školski prostor podržavajućim okruženjem za učenje i podučavanje, napori moraju biti usmjereni na demistifikaciju onih oblasti koje među nastavnim i drugim osobljem škole mogu biti percipirane kao potencijalno osjetljive za razgovor s učenicima. Kampanje mogu i trebaju biti korištene za informiranje roditelja i javnosti i slanje jasne poruke da se radi o programima od kojeg će najveću dobit imati upravo djeca i roditelji, što pak može stvoriti uvjete za izvođenje kvalitetne nastave.

Poglavlje 2

Sad praktično, sa stvarnim primjerima

Što je grupa i zašto raditi s grupom mladih ljudi

U prethodnom poglavlju imali smo priliku upoznati se s terminima kampanje, kampanje mladih i za mlade te saznati više o povijesti kampanje i grupa/klubova mladih. Kroz dosadašnji rad, grupe/klubove mladih uspostavljali smo pod imenom „Budi muško“ klub. Sada kad škole počinju formirati svoje grupe/klubove mladih, dajemo im slobodu odabira imena. Cilj formiranja i uspostavljanja grupe mladih je da ti mladi za svoju školu rade na formiranju kampanja i popratnih aktivnosti koji su važan dio edukativnog procesa koji se dešava.

Kako bismo se upustili u proces formiranja kluba mladih za našu školu pod jedinstvenim imenom, ili formiranja kluba mladih u pod imenom BUDI MUŠKO KLUB, potrebno je znati što je to grupa mladih te zašto na ovakav način želimo i trebamo raditi s mladima. Shvaćanje termina ,,grupa” ili ,,klub mladih” te poznavanje procesa koji se odvijaju u grupi dozvoljava nam odabrati najefikasnije metode rada i učenja te organizirati grupu na što bolji i efikasniji način.

Na početku ćemo pokušati na što jednostavniji način objasniti dva termina koja su često povezana: grupa i tim.

Tim je mala grupa ljudi koji se svojim znanjem i vještinama nadopunjavaju. Svi u timu su posvećeni zajedničkom cilju te koriste iste ili slične metode za izvršenje zadataka (Katzenbach, Smith, 2015).

Grupa se definira kao povezana skupina osoba koji su upoznati jedni s drugima te percipiraju sebe kao jednu grupu (Buchanan, 1997).

Kao što je vidljivo iz ove dvije definicije, i grupa i tim predstavljaju određenu kombinaciju ljudi. Mladi koji čine tim stavljaju više napora u ostvarivanje zajedničkog cilja. Više su usmjereni na raspravu o detaljima zajedničke kampanje ili aktivnosti koju će realizirati na razini škole te načinima ostvarivanja određenog cilj i slanja poruke svojim vršnjacima.

Važnu ulogu u postojanju kluba ili grupe mladih na razini škole ima **voditelj/ica.** Voditelj/ica je osoba koja pomaže grupi ostvariti interakciju te prati događaje u grupi u svakom trenutku. Zadatak voditelja/ice je da promatra i organizira procese u grupi te potom te procese koristi za učenje unutar grupe. **Voditelj/ica** grupe trebao bi biti **učenik/ca** škole, netko tko će zajedno s pedagogom škole, a uz pomoć partnerske organizacije pažljivo raditi na podizanju svojih kapaciteta s ciljem formiranja i razvijanja grupe/kluba mladih na razini škole. Voditelj/ica pažljivo poduzima sve korake u grupnom procesu te ih koristi za edukativne svrhe. Bez obzira na više ili manje aktivan angažman voditelja/ice u grupnim procesima, faze razvoja grupe će se zasigurno odvijati, o čemu govorimo u sljedećoj sekciji.

Cilj našeg rada s mladima, u sklopu kluba mladih kojeg uspostavimo na razini škole, nije da od njih formiramo tim, tj. da radimo s mladima isključivo s ciljem da imamo formiran tim, pa čak i po cijenu toga da taj tim u stvarnosti nije funkcionalan i ne postoji povezanost između članova tima. **Cilj nam je osnažiti povezanost između djevojaka i mladića koji čine dio naše grupe te kroz naš rad dovesti do toga da oni uče jedni druge i jedni od drugih.** To čini jednu od osnovnih vrijednosti postojanja kluba mladih na razini škole:

„Mladići i djevojke imaju priliku kroz angažman u grupi mladih na razini škole dobivati dodatna znanja i vještine, osposobljavati jedni druge te kreirati aktivnosti s ciljem poticanja vršnjaka na aktivizam u borbi protiv nasilja te promociji zdravih životnih stilova."

Faze razvoja grupe

Da bismo znali što se događa s našim klubom/grupom mladih u školi, potrebno je razumjeti različite faze kroz koje grupa prolazi. U nekom trenutku može se doimati da je svaki dalji rad s grupom uzaludan ili besmislen zbog trenutnih problema kroz koje grupa prolazi. Upravo zbog toga smo u ovom priručniku iskoristili priliku da predstavimo različite faze razvoja grupe kako bi i škola i voditelj grupe razumjeli što se događa u svakom pojedinom trenutku te znali kako reagirati.

Prepoznavanje faza i procesa u grupi je jedna od najvažnijih vještina koju voditelj treba posjedovati. Vještina voditelja da osjeti procese koji se odvijaju unutar grupe, treba stalno biti nadograđivana i poboljšavana. Dobro razvijena vještina voditelja da prepozna procese koji se odvijaju unutar grupe omogućava povremene intervencije voditelja s ciljem usmjeravanja grupe da koriste svoje vještine u svrhu daljnjeg unapređivanja i kreiranja novih aktivnosti u školi. Ove vještina treba biti nadograđivana tijekom rada s grupom.

Svaka grupa prolazi kroz sljedećih pet faza:

1. FORMIRANJE
2. POBUNA
3. NORMIRANJE
4. UČINAK
5. POSLJEDNJA FAZA

Brzinu prelazaka iz jedne u drugu fazu i duljina ostanka grupe u nekoj od faza ovisi o dinamici unutar grupe te uloga koju voditelj preuzme u određenoj fazi.

1. FORMIRANJE

Na početku formiranja grupe, imamo mlade ljudi koji se vjerojatno po prvi put nalaze u toj grupi te kroz njihovu glavu prolaze brojna pitanja. Zašto se nalazim ovdje? Što je sljedeće što će se dogoditi? Tko su drugi ljudi u grupi? Što će se dogoditi s ovom grupom?

Važno je shvatiti da članovi našeg kluba/grupe u ovom trenutku razmišljaju o mnogo stvari i suočavaju se s nesigurnostima i strahovima da ih vršnjaci u grupi neće shvatiti ili prihvatiti. Mladići i djevojke su po prvi put dio ovakve grupe i mnogo toga predstavlja nepoznanicu. Ova faza se odvija za vrijeme prvog ili čak par prvih sastanaka grupe.

Članovi u grupi nalaze se na određenoj distanci jedni od drugih kako bi se osjećali sigurnima. U ovoj su fazi članovi pristojni jedni prema drugima čak i ako ne dijele iste vrijednosti i stavove. S druge strane, u ovoj fazi može se dogoditi da određeni članovi grupe/kluba ponižavaju druge i njihove stavove kako bi se na taj način izdigli iznad ostalih. U ovoj fazi grupa očekuje i treba jasne upute voditelja grupe.

Voditelj tijekom ove faze treba aktivno preuzeti svoju ulogu, pripremiti plan aktivnosti i pružiti jasnu strukturu. Voditelj treba ohrabriti članove da se bolje upoznaju i raditi na eliminaciji njihovih zabrinutosti i strahova pružanjem pozitivnog iskustva grupi. Važno je napomenuti da voditelj **ne smije** davati svoje ideje, odgovore i zamisli i na taj način grupu prilagođavati svojim očekivanjima.

2. POBUNA

U ovoj fazi mladi postavljaju pitanja: ,,Gdje je moje mjesto? Koga trebam slušati? Zašto mi naređuješ? Što se događa u grupi?"

Nakon što su se članovi grupe upoznali, osjećaju smirenost, znaju imena drugih osoba te se slobodnije izražavaju. Grupa počinje raditi zajedno. Članovi grupe sada su slobodniji iznijeti svoje mišljenje makar se znatno razlikovalo od mišljenja drugih članova grupe. U ovoj fazi postoji potreba za razjašnjavanjem odnosa između članova grupe, donošenja odluka i aspekta voditeljstva.

Članovi grupe će češće iznositi svoje nezadovoljstvo radom grupe, kritizirat ponašanje ostalih članova te se voditelj može naći između dvije vatre u situacijama iznošenja kritika. Osobe koje su sposobne donositi odluke sada se ističu u grupi te ih se prepoznaje kao neformalne voditelje unutar grupe.

Svatko od članova grupe ima utjecaj na razvoj grupe. Mogu se pojaviti sumnje vezano za to što je dosad postignuto, sumnje glede narednih koraka te strukture i pravila ponašanja u grupi. Grupa u ovoj fazi treba odlučiti nastaviti biti zajedno te zajednički provoditi aktivnosti.

U ovoj je fazi važno da voditelj obrati pažnju na to što se dešava u grupi te pomogne članovima identificirati faktore koji ih drže na okupu. Voditelj treba s grupom diskutirati o svojoj ulozi te o tome kako grupa vidi šta voditelj treba raditi u budućnosti.

3. NORMIRANJE

Grupa je sada fokusirana na svoje mogućnosti: ,, DA, mi to možemo učiniti! Što se sljedeće događa s našom grupom?"

Članovi grupe/kluba se sada raduju svakom sastanku. Osjećaj da je unutar grupe sada sve moguće uraditi se povećava. Komunikacija između

članova je pojačana i svi otvorenije komuniciraju. Članovi grupe će u ovoj fazi žrtvovati veliki dio svog vremena kako bi neki zadatak ili zamisao koju grupa ima bio urađen.

Samopouzdanje grupe raste. U ovoj atmosferi, potrebe i različita mišljenja članova se slobodnije iznose pred cijelu grupu/klub. Ponekad će se dogoditi da određene ideje za neke kampanje i aktivnosti jednostavno iščeznu budući da su članovi grupe više fokusirani na odnose unutar grupe i prijateljstvo na koje je stavljen veći dio fokusa.

Voditelj u ovoj fazi ima više opcija.

- Voditelj se može povući u sjenku i pustiti grupu. Članovi grupe uživaju biti zajedno pa je jedna od opcija ne intervenirati.
- Voditelj se može priključiti grupi i sam/a iskusiti proces izgradnje samopouzdanja grupe.
- Voditelj može poboljšati proces izgradnje samopouzdanja grupe tako što će ponuditi radne metode koje pospješuju samopouzdanje među članovima. Metode koje voditelj nudi trebaju biti usmjerene na izgradnju i zadržavanje samopouzdanja grupe.

Bez obzira na odabranu opciju, voditelj treba nadgledati grupu i brinuti o sigurnosti članova. Ideje rastu i moguće je da se izađe iz okvira onoga što je misija grupe/kluba. Voditelj s vremena na vrijeme treba da intervenirati i usmjeriti grupu na pravi put.

4. UČINAK

„Uspjeli smo prethodni put! Hoćemo li to ponoviti?!"

Želja grupe da nastavi s aktivnostima je nezaustavljiva. Grupa/klub u isto vrijeme se uključuje i u manje i veće aktivnosti. Ukoliko se pojave neki problemi, grupa zajednički traži rješenje. Uspjeh tjera grupu da ide dalje, ali ju ni neuspjeh ne obeshrabruje. Svaki član grupe pronalazi svoje mjesto u grupi. Članovi shvaćaju da je svatko od njih jedinstveni set vještina koje se zajedno nadopunjuju na razini grupe. Svatko može doprinijeti grupi. Grupa komunicira tečno, a osobni i grupni interesi jednako su bitni. Članovi grupe/kluba preuzimaju odgovornost za dio zadataka te je vidljiva samoorganizacija.

Voditelj u ovoj fazi treba pratiti sljedeći princip: Ono što grupa može učiniti sama treba činiti sama. Voditelj se nalazi u ulozi savjetnika grupe. On/ona stvara prostor za refleksije, daje povratne informacije, pomaže u rješavanju konfliktnih situacija te daje savjete koji će pomoći u postizanju zajedničkih ciljeva.

5. POSLJEDNJA FAZA

Prije ili kasnije, u svakoj grupi dođe vrijeme za kraj. To nije loša stvar. Treba biti svjestan toga da mladi koji su uključeni u grupu/klub nakon određenog vremena nemaju istu želju za radom kao na početku. Ključno je prepoznati ovu fazu, ***dovesti nove mlade ljude te dopustiti novoj grupi da prođe kroz sve faze.***

U ovoj se fazi čini kao da članovi grupe/kluba više nemaju što reći jedni drugima. Raste razina nezadovoljstva, ne postižu se rezultati te se krivica prebacuje na pojedince. Neki članovi uskoro će napustiti grupu/klub.

Više je razloga zašto dolazi do kraja grupe. Članovi su zainteresirani za druge aktivnosti te im grupa/klub na razini škole više nije prioritet. Možda za neke od njih klub više nema isto značenje. Također, kako učenici odrastaju i prelaze u više razrede, dolazi do promjene u interesima vezanima za akademsku karijeru i put koji žele odabrati nakon školovanja.

Raspad grupe emocionalno je težak jer dovodi do osjećaja tuge među članovima. Svi osjećaju da se kraj bliži i uskoro dolazi jedan od zadnjih sastanak grupe u ovom obliku.

Voditelj u ovim okolnostima treba stvoriti uvjete u kojima grupa ima priliku osvrnuti se sve postignuto. Zajedno s grupom treba istaknuti očito: grupa kao takva više ne funkcionira kao prije i vrijeme je da se uvedu neke promjene. Voditelj treba raditi na dovođenju novih članova u grupu i samim time na formiranju nove grupe koja će proći kroz sve prethodne faze. Poželjno je da par članova stare grupe/kluba ostane dio nove grupe te svojim iskustvom i vještinama ohrabri nove članove.

Metode neformalnog rada s grupom

U nastavku ćemo predstaviti neke od metoda neformalnog rada koje se mogu koristiti s grupom/klubom mladih u školi.

Metoda	Karakteristike	Opis	Kada koristiti	Ograničenja
Predavanje	Pričanje grupi iz prethodno pripremljenih materijala ili bilješki.	Voditelj predstavlja temu grupi/klubu.	Kad su sudionici već unaprijed upoznati s temom i grupa je velika (10-15 članova). Također, kada je potrebno prenijeti veliku količinu informacija u kratkom vremenu.	Ova metoda je najmanje efikasna jer slušatelji najmanje pamte informacije i njihove primjene u praksi. Također, mogu brzo izgubiti pažnju.
Rasprava	Diskusija nekog zajedničkog problema. Zaključci trebaju biti u skladu s pitanjima postavljenima na početku rasprave.	Voditelj iznosi provokativne izjave ili pitanja, po mogućnosti unaprijed pripremljene, koje će sudionike potaknuti da se uključe u diskusiju i iznesu svoje stavove.	Ova metoda se primjenjuje kad su sudionici već unaprijed upoznati s temom i imaju prethodno znanje o njoj.	Postoji mogućnost da svi članovi neće jednako uključivati u raspravu, posebice u novim grupama.
Probijanje leda / Ice breaker	Kratka aktivnost sa sudionicima čiji je cilj kreirati neformalnu atmosferu u grupi te približiti sudionike jedne drugima.	Voditelj vodi najčešće fizičke aktivnosti tijekom kojih su sudionici u direktnom kontaktu (fizičkom, verbalnom..) Može, ali i ne mora imati povezanost s temom.	Cilj je nadilaženje komunikacijskih barijera i time doprinijeti uspješnijoj i ugodnijoj neformalnoj atmosferi. Izabrana aktivnost treba odražavati sve specifičnosti u grupi.	Postoji mogućnost da će sudionici odbiti sudjelovati u „dječjim igrama“. Odbijanje se zapravo događa zbog straha od fizičkog kontakta s nepoznatim ljudima.
Oluja mozgova / Brainstorming Rad u grupi	Cilj je pronaći što više alternativnih rješenja ili odgovora na zadani problem ili temu.	Kvantitativna metoda. Ne procjenjujemo dobivene ideje. One se kasnije analiziraju i dodatno razvijaju.	Da biste kreirali kreativne ideje, najbolje je koristiti rad u manjim grupama (5-6 sudionika). Isto se koristi kad počinjemo s novom temom.	Ishodi mogu biti različiti. Mnogo energije je usmjereno na analizu i stvaranje novih ideja.

Metoda	Karakteristika	Opis	When to use	Limitations
Rad u grupi	Sudionici su podijeljeni u više manjih grupa u kojima raspravljaju na jednu ili više zadanih tema.	Grupe raspravljaju i rade zajedno na zadanoj temi i nakon zadatog vremenskog roka imaju zadatak prezentirati grupni rad ostalim sudionicima. Podjela u grupe treba biti nasumična. Izuzetak je kada kreiraju grupe prema prethodnom iskustvu sudionika. Ako se podjela u grupe vrši po nekim kriterijima, sudionicima ti kriteriji trebaju biti predstavljeni.	Daje priliku za bolju diskusiju, interakciju i uspješniju razmjenu mišljenja unutar grupe. Također, daje veći prostor "tihim" sudionicima. Jedna je od najčešćih metoda grupnog rada.	Obično se ne facilitira pa postoji mogućnost da metoda neće biti uspješna. Jedno od ograničenja može biti i to da prostor za izražavanje mišljenja zauzmu dominantniji sudionici, a oni tiši ostanu po strani.
Igra uloga	Članovi grupe imaju priliku ponašati se u skladu sa zadanom simuliranom situacijom tijekom određenog vremena.	Naglasak je na učenju potencijalnih ponašanja, a ne na zaključcima. Mogu biti uključene realne uloge iz života. Promatrajte grupe. Nakon aktivnosti sudionici zajedno analiziraju stavove i ponašanja određenih uloga.	Igru uloga koristite kada postoje različiti pogledi i mišljenja o istoj situaciji. Ovo omogućava jasno percipiranje kontradiktornog ponašanja i otvara priliku za analizu s minimalnim rizikom. Igre uloga pokazuju važnost tolerancije na različita mišljenja.	Igra uloga zahtjeva da se sudionici osjećaju ugodno i sigurno. Korištenje ove metode na samom početku može izazvati odbijanje sudionika prema samom treningu ili treneru. Ova metoda uključuje mnogo emocija, nakon čega slijedi presjek koji je uvod u temu u kojoj je riječ o emocijama. Sudionici trebaju izaći iz svojih uloga prije razmatranja i analize.
Analiza slučaja	Članovi analiziraju pripremljeni opis problemske situacije. Uobičajeno je koristiti unaprijed pripremljenu situaciju.	Individualni ili grupni rad kada sudionici traže odgovore vezane za određenu situaciju. Situacija bi trebala biti realna (nešto što se dogodilo ili bi se potencijalno moglo dogoditi).	Teorijsko znanje stječemo preko praktičnog, preko posebnih primjera koje analiziramo.	Ograničenje može biti nedovoljno vremena za dobro razumijevanje i analizu slučaja. Teško je napraviti dobru studiju slučaja (dovoljno činjenica, ažurirane informacije i sl.)

Metoda	Karakteristika	Opis	Kada se koristi	Ograničenja
Igre simulacije	Sudionici su dio kreirane situacije gdje svaki sudionik ima određeni zadatak. Ovo je složenija igra uloga s većim udjelom prethodno dizajniranog sadržaja situacije.	Sudionici u grupama donose odluku o daljnjim aktivnostima za konkretne, specifične i kritične situacije.	Često se koristi simulacija procesa koji se odvijaju dugoročno na različitim mjestima (kao simulacija pripreme mladih za razmjene). Simulacijske igre mogu biti pripremljene za trajanje od nekoliko minuta, preko nekoliko sati do onih koje traju jedan ili više dana.	Isti rizici kao i kod igre uloga.
Grupe za diskusiju	Manje grupe za diskusiju unutar kojih sudionici dijele svoja mišljenje na danu temu, bez prisustva voditelja.	Ova metoda dozvoljava otvaranje diskusije gdje sudionici vode proces rasprave. Osnovno pravilo je da se informacije ne iznose izvan grupe bez odobrenja svih članova.	Po završetku aktivnosti sudionici mogu iznijeti svoja mišljenja i osjećaje te procijeniti metode i pristupe članova tima i same grupe.	Ograničenja mogu biti prelazak s teme na temu te komunikacijski kaos kada voditelj ne nadgleda grupe.
Otvoreni prostor	Sudionici predlažu teme za diskusiju i radionice te sami sudjeluju u aktivnostima. Ova metoda zahtjeva visoku razinu odgovornosti od sudionika.	Sudionici sugeriraju teme za radionice koje bi rado uvrstili u program. Na osnovu toga stvara se raspored radionica. Radionice predvode sudionici, a diskusija se odvija slobodno. Sudionici mogu mijenjati radionice ili predlagati nove teme. Na kraju se predstavljaju zaključci rasprava.	Metoda relevantna za rad s grupama koje nezavisno rade. To podržava odgovornost volontera u stvaranju zajedničkih aktivnosti i rezultata.	Prilikom rada sa sudionicima koji imaju nisku motivaciju ili sa slabom povezanošću sa temom, postoji rizik da će se diskusija i razgovor voditi previše generalizirano i razvodniti, bez donošenja specifičnih zaključaka.
Refleksija samog sebe	Vrijeme za refleksiju vlastitog učenja i rada nakon određenog perioda sastanaka, aktivnosti i sl.	Sudionici pojedinačno procjenjuju situaciju koja se dogodila. Procjenjuju prethodne aktivnosti i ponašanja kao i potencijalna ponašanja u budućnosti.	Dobra metoda je ona u kojoj sudionici pišu “pismo sebi”. Cilj je da izraze vlastite vrijednosti i stavove i osobne stvari, zapišu ih na papir i stave u kovertu. Voditelj im potom pisma šalje nakon nekog vremena (1 mjesec, 3 mjeseca...)	Važna točka za samoprocjenu je da voditelj istakne detalje na koje je potrebno posebno obratiti pažnju tijekom samoprocjene. Bez dodatnog znanja i poznavanja, ova metoda može biti beskorisna.

Metod	Karakteristika	Opis	Kada se koristi	Ograničenja
Izlet	Planirani izlet za članove grupe koji može biti povezan s određenom temom kojom se grupa/klub u tom trenutku bavi.	Mjesto izleta planira voditelj (organizator) , a ono mora biti povezano s temom edukacije. Obično je to praktična prezentacija praćena temom koja se može dodatno istražiti.	Prednost je mogućnost da se tema iskusi u praksi. Daje mogućnost lakšeg i boljeg pamćenja teorije te bolju motivaciju i inspiraciju za rad u budućnosti.	Loše pripremljene i organizirane posjete institucijama i organizacijama mogu izazvati nezadovoljstvo i neuspjeh te lošu povezanost i razumijevanje teme.

Koraci u formiranju grupe – kluba

U ovom dijelu predstavljamo konkretne korake koje pedagog, profesori i budući voditelj/i trebaju poduzeti kako bi klub/grupa na razini škole bio formiran.

1. VODITELJ(I)

Za sami početak formiranja grupe/kluba na razini škole potrebno je da pedagog škole, zajedno s timom profesora koji su uključeni u aktivnosti „Programa Y", identificira mladi koji bi mogli biti voditelji kluba. Svakako je poželjno da se na početku identificira više mladih koji bi mogli biti voditelji kluba/grupe te se potom s njima obave razgovori i objasne odgovornosti koje bi trebali preuzeti u slučaju prihvaćanja vodstva nad grupom. Tek nakon razgovora i pristanka mladih, moguće je izabrati jednog ili više voditelja.

U idealnim situacijama, **škola će imati jednog voditelja i jednu voditeljicu** (mladićima je lakše identificirati se s voditeljem, a djevojkama s voditeljicom, voditeljima će biti lakše kreirati i implementirati aktivnosti kada rade u timu, a u slučaju odustajanja jednog od voditelja klub/grupa uvijek može da se osloni na drugog voditelja)

Kako identificirati voditelja

U proces identifikacije voditelja potrebno je ući bez predrasuda. Često pomislimo da mladići i djevojke s odličnim uspjehom koji redovito izvršavaju sve zadane im zadatke mogu i trebaju biti voditelji. U praksi se pokazalo da to nije najsretnije rješenje. Ponekad uloga voditelja/ice kluba/grupe, mladoj osobi može dati priliku da se aktivnije uključi

u aktivnosti i razvije svoje vještine pa na kraju značajno popravi slabiji uspjeh u učenju.

Zbog svega rečenog, prilikom identificiranja voditelja obratite pažnju na sljedeće:

1. Voditelj je osoba koja je tolerantna (razumije druge i prihvaća mišljenje vršnjaka iako se možda ponekad i ne slaže s istim),
2. Voditelj/ica je malo stariji (preporučljivo je da prilikom identifikacije voditelja razmišljate o učenicima drugih i trećih razreda, i to iz dva razloga: imaju više utjecaja na svoje vršnjake te će ih grupa pozitivnije percipirati; voditelj/ica će ostati u školi tijekom sljedeće jedne do dvije školske godine, što pruža priliku za organizaciju više aktivnosti),
3. Voditelj je dobar organizator, umije improvizirati, medijator je (poželjno je identificirati mlade koji su sposobni vješto iskoristiti prethodno znanje kako ne bi dobili lošu ocjenu, aktivno su uključeni u organizaciju raznih aktivnosti u svom razredu, u konfliktnim situacijama pokušavaju pomiriti posvađane strane, itd.),
4. Voditelj treba imati autoritet nad svojim vršnjacima, ali ga istovremeno ne koristiti u negativne svrhe,
5. Voditelj je spreman da kritizirati, ali i primiti kritiku,
6. Voditelj ima razvijen smisao za humor
7. Voditelj poznaje mnogo učenika i učenica škole,
8. Voditelj je spreman preuzeti odgovornost, spreman je pomoći i uzor je vršnjacima
9. Voditelj je sposoban preuzeti raspravu i daje korisne doprinose raspravi (promatrajte mlade koji u svom razredu aktivno doprinose razgovorima između vršnjaka na odmorima, nemojte biti fokusirani samo na nastavu),
10. Voditelj ne vlada grupom, on vodi grupu.

Ovo su samo neke od karakteristika mogućeg voditelja školskog kluba/grupe. Nemojte tražiti mladića i/ili djevojku koja ima sve od pobrojanih karakteristika jer je takve osobe vrlo teško, a nekad i nemoguće pronaći. Fokusirajte na identifikaciju mladih koji imaju većinu pobrojanih karakteristika.

PRVI RAZGOVOR S VODITELJEM/VODITELJIMA

2.

Nakon što je pedagog zajedno s par profesora, identificirao voditelje te napravio prve razgovore i odabrao jednog voditelja ili voditelja i voditeljicu budućeg kluba, potrebno je obaviti prvi razgovor s voditeljem. U tom je razgovoru potrebno osvrnuti se na planirane aktivnosti (kampanje i sastanke), objasniti mladiću i djevojci njihove obaveze i očekivanja od njih, upoznati ih s metodama rada i ovim priručnikom koji im treba služiti kao radni materijal. Preporučujemo da pedagog u ovom koraku kontaktira partnersku organizaciju koja implementira aktivnosti u lokalnoj zajednici kako bi zajedno formirali tijek prvog razgovora i što bolje predstavili voditelju njegove zadatke, ali i pomogli u implementaciji istih.

3. PLAN AKTIVNOSTI

U ovom koraku našem voditelju školskog kluba/grupe dajemo prve konkretne zadatke. Pedagog se povlači ,,u sjenu" i nastavlja savjetovati voditelja. Međutim, aktivnu ulogu **prepušta voditelju.** Voditelj dobiva zadatak da, uz korištenje ovog priručnika, kreira aktivnosti budućeg kluba/grupe za tekuću školsku godinu. Kroz plan će proći s pedagogom škole te nakon toga krenuti u daljnje korake koji su objašnjeni u nastavku ovog priručnika.

4. FORMIRANJE GRUPE

Zadnji korak koji voditelj treba napraviti, prije nego što krene raditi s grupom, jest da kreira klub/grupu mladih. U budući klub trebali bi biti uključeni mladići i djevojke svih razreda škole. **Ovisno o veličini i kapacitetu škole, klub/grupa trebao bi imati između 12 i 20 članova.** Nakon što su odabrani učenici koji će biti dio kluba/grupe, voditelj s njima održava prvi sastanak

Brendiranje vašeg kluba mladih: „Budi muško klub"

„Budi muško" predstavlja danas mnogo više od naziva kluba. To je **klub mladića i djevojaka koji zajednički djeluju i promoviraju zdrave stilove života.** Samim tim što to nije klub samo za mladiće, već i za djevojke, prilikom brendiranja vašeg kluba i davanja imena razmislite o ovom nazivu, budući da on već ima **prepoznatljivost u regiji kao klub mladih koji promoviraju pozitivne vrijednosti i bore se protiv svih oblika nasilja.** Nadalje, odabirom ovog imena **postajete dio velikog broj klubova koji postoje i aktivno djeluju na prostoru sjeverozapadnog Balkana.** Ne manje bitno, „Budi muško" klubovi imaju svoj grafički identitet, gdje postoji veliki broj različitih materijala koje možete koristiti ako se odlučite za ovaj naziv. Tu su razni posteri, naljepnice, bedževi, olovke, fascikle, zastave, roll-up baneri, ...

budi muško
SING
JUMP
COOL
DANCE

budi muško

budi muško
ne budi nasilnik!
powered by:
bmk

budi muško
menjaj pravila!
powered by
bmk

budi muško
bilduj mozak!
powered by
bmk

Sastanci kluba/grupe mladih: prijedlozi za aktivnosti

U ovom dijelu donosimo prijedloge za sastanke vašeg kluba. Svaki od prijedloga možete prilagoditi sebi načinom i vremenom kako vam odgovara. U dijelu Što su to kampanje imali ste priliku upoznati se s znanstveno utemeljenim razlozima zbog kojih biste trebali koristiti kombinaciju edukacija i kampanje. Pokušajte **temeljiti svoje sastanke i kampanje oko tema edukacija „Programa Y“**, kako bi njihov efekt bio znatno veći. Prijedlog je da sastanke planirajte u dogovoru s mladima i pokušate održavati kontinuitet u obliku **tjednih sastanaka** koji će se održavati u istom terminu i na istoj lokaciji (ako je to naravno moguće). Ispod se nalaze prijedlozi sastanaka. Potičemo vas da budete **kreativni u osmišljavanju svojih sastanaka kluba mladih. Neka uvijek budu fleksibilni, opušteni i oslikavaju jednu neformalnu i prijateljsku atmosferu.**

Aktivnost 01

Naziv sastanaka: "Mi smo ... (Brendiranje kluba)"
Preporučeno vrijeme trajanja: 60 minuta
Cilj sastanka: Postaviti početna očekivanja i dati naziv vašem klubu mladih.

› **1. Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.

1. *Opcionalno:* Sastanke možete započeti i nekim kratkim izlaganjem o mladima, zanimljivoj temi. Mi smo koristili „3 minute pametne priče". Svaki sastanak druga je osoba zadužena za započinjanje sastanka nekom pričom kojom će sudionike zainteresirati za neku temu, ili poučiti nečemu vezanom uz temu sastanka.

2. Pripremite praznu kovertu i napišite na njoj „Želje i očekivanja za sebe, druge i vaš klub" i na nju zapišite datum zatvaranja koverte. Svi bi sudionici trebali napisati po 3 želje i/ili očekivanja za sebe, druge i za vaš klub. Otvorite kovertu za (recimo) 3 mjeseca i usporedite zapisano s tadašnjim stanjem - koja su očekivanja ispunjenja, na čemu treba raditi dodatno, itd.

3. Recite svim sudionicima/cama da sjednu u krug i postavite stolicu u sredinu. Recite sudionicima/cama da je to „Stolica znanja" i da svatko tko sjedne na nju treba u roku 30 sekundi ostatak grupe poučiti nečemu. Svi sudionici/ce neka prođu ovu aktivnost.

4. Podijelite sudionike/ce u manje grupe i dajte im 20 minuta da razgovaraju o potencijalnom nazivu kluba. Poslušajte sve ideje i prodiskutirajte ih. Predložite sudionicima/ama „Budi muško klub" kao jedan od potencijalnih naslova.

5. Organizirajte glasovanje za najbolji naziv. Nakon glasovanja prodiskutirajte izabrani naziv. Važno je da naziv bude takav da se nitko od sudionika/ca se ne osjeća nelagodno zbog njega, budući da je to naziv koji će oni predstavljati, ali i naziv koji će njih predstavljati u školi i zajednici.

6. Završite sastanak nekom igrom i/ili igrom „ponosan/na sam na..." u kojoj više osoba i/ili cijela grupa može reći čime se ponosi. To mogu biti razne stvari - od hobija, uspjeha u školi, sportu, glazbi, itd.

Važno je da dogovorite idući sastanak ili definirate svima prihvatljivo vrijeme i lokaciju održavanja sastanaka.

Primjer iz Sarajeva – FAKAT cure

FAKAT cure (FKT cure) su dio „Budi Muško Kluba Sarajevo" (BMK Sarajevo). Djevojke sudjeluju u aktivnostima s mladićima, dok je naziv ,,FKT cure" inovacija kojom su mladi željeli skrenuti pažnju da u BMK Sarajevo imaju veliki broj članica. Prilikom osnivanja BMK Sarajevo, osim muških članova, klubu se priključilo mnogo djevojaka. U jednom je trenutku bilo više članica nego članova kluba.

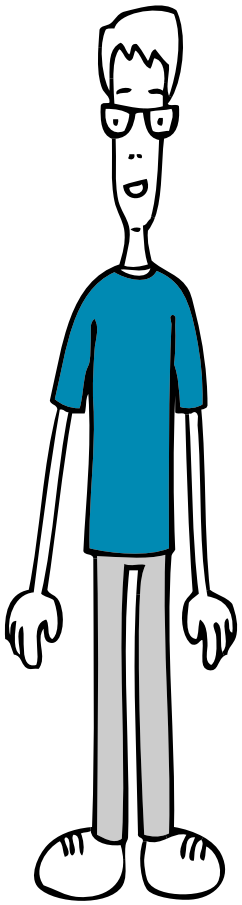
,,Budući da se svi zajedno borimo i zalažemo za prave vrijednosti, gradnju sredine u kojoj ćemo sretno i bezbrižno odrastati, družiti se i zdravo razmišljati, van kutije, željele smo biti uključene u sam naziv kluba. Također, ne smijemo zaboraviti i na naše muške članove koji su to i predložili i zalagali se da se FKT cure osnuju. Na njihov prijedlog, nas nekoliko je sjelo i počelo smišljati savršeno ime po kojem će nas svako prepoznati, ali i znati da i djevojke mogu postati članice „Budi Muško Kluba Sarajevo". Puno imena palo nam je na pamet, ali nijedno nije bilo dovoljno dobro i zvučno. Onda se netko dosjetio imena „FKT cure" i to je bilo to. Prva ideja bila je da skraćenica FKT predstavlja Feminem klub tražene, međutim, shvatili smo da je bolje i efektnije da ime ostane „FKT cure", budući da živimo u svijetu društvenih mreža gdje mladi koriste skraćenice. Mi smo FAKAT cure, djevojke koje se zalažu za prave stvari, čine svoju sredinu zdravijom za odrastanje i pomažu muškarcima da budu pravi muškarci."

Jedna od članica FKT cure Sarajevo

Aktivnost 02

Naziv sastanaka: "Vaša prva kampanja"
Preporučeno vrijeme trajanja: 90 minuta
Cilj sastanka: Isplanirati prvu kampanju u školama koja će zainteresirati druge mlade da se uključe

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu..
2. Podsjetiti sudionike/ce u kratkom izlaganju što je to kampanja i koji je cilj realizacije kampanje.
3. Podijelite sudionike/ce u 2 do 4 grupe, ovisno o broju sudionika/ca i dajte im flipcharte i markere da isplaniraju aktivnosti koje će promovirati rad vašeg kluba i potaknuti mlade na razmišljanje o nekoj o izabranih tema (Predlažemo da koristite neke od tema edukacija koje ste krenuli provoditi u školi. Ako niste krenuli s edukacijama, izaberite neke od početnih tema „Programa Y“, kao što su rod, rodne norme, rodna ravnopravnost ...)
4. Svaka grupa neka predstavi isplanirano i izabere aktivnost koja bi se mogla realizirati. Postavite datum realizacije, mjesto, vrijeme, i odredite odgovorne osobe koje će sudjelovati (uvijek potaknite što više članova da se uključi u aktivnosti grupe). Ostatak vremena na sastanku posvetite detaljnom planiranju kampanje u pogledu logistike koja je potencijalno potrebna (materijal, priprema, lokacija, dozvole...)
5. Zatvorite sastanak nekom igrom.



Aktivnost 03

Naziv sastanka: „Sajam ideja“
Preporučeno vrijeme trajanja: 75 minuta
Cilj sastanka: Na kreativan način ohrabriti članove da sudjeluju u predlaganju ideja za aktivnosti kluba.

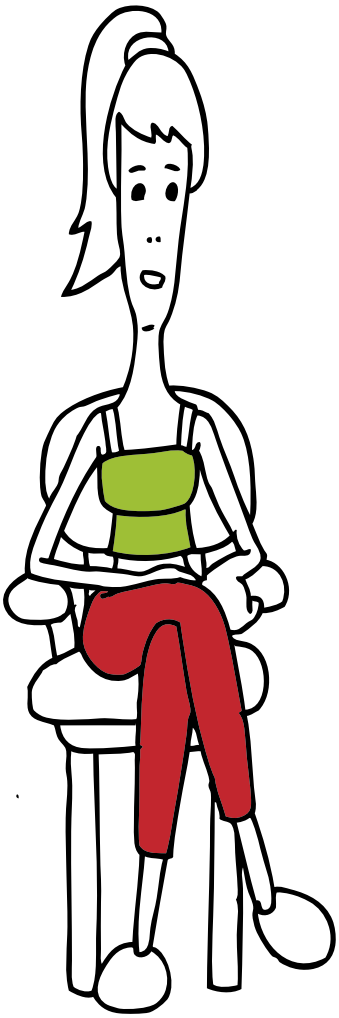
1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.

2. S članovima razgovarajte o pojmovima metoda rada s grupom kao što su „brainstorming“ i „timski rad“. Pojasniti zašto je brainstorming važan i kakav utjecaj može imati na grupu i/ili pojedinca unutar grupe. Može li uz pomoć ovih vještina, grupa može biti efikasnija, a aktivnosti raznovrsnije? Razgovarajte s članovima 10-ak min.

3. Pojasnite sudionicima/cama da otvarate „Sajam ideja“ u kojem su sve ideje dobro došle te ih podijelite u 2 do 4 grupe, ovisno o broju sudionika/ca i dajte im flipcharte i markere. Prije rada u grupama jako je važno objasniti pravila „Sajma ideja“. Svaka grupa treba kreirati 2 do 3 ideje (broj ideja ovisi o broju sudionika/ca - što je veći broj grupa, manji je broj ideja. Idealno je 4 grupe po 2 ideje). Grupa za kreiranje ideja ima na raspolaganju 20 minuta. Potrebno je da na flipchart papiru napišu prijedlog 3 aktivnosti/ideje koje bi željeli realizirati kroz klub. Naglasite im da budu maštoviti, kreativni i slobodni u izražavanju ideja.

4. Svaka grupa odabrat će jednu osobu koja će predstaviti svoje ideje. Nakon predstavljanja jedne grupe slijedi glasanje za ideju. Važno je napomenuti da članovi grupe koja predstavlja ideju u tom trenutku ne mogu glasati. Ideja s najviše glasova je pobjednička i bit će realizirana. Važno je napomenuti da članovi koji mogu glasati prije glasanja razmisle o ideji (mogućnost izvedbe, moguće komplikacije u realizaciji i sl.). Odredite voditelja pobjedničke ideje koji će zajedno s koordinatorom kluba provesti aktivnost u kojoj će sudjelovati svi članovi.

5. Zatvorite sastanak nekom igrom.



Aktivnost 04

Naziv sastanka: „Naš pravilnik kluba“
Preporučeno vrijeme trajanja: 45 minuta
Cilj sastanka: Kreirati pravilnik kluba zajedno s članovima/cama kluba. Pravilnik mora biti prilagođen njima i stajati na vidljivom mjestu na kojem se sastajete sa članovima/icama.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu..
2. Članove grupe zamolite da kreiraju pravilnik kluba koji će olakšati rad i funkcioniranje grupe. Naglasite da pravilnik uvodite isključivo zbog novih članova, a nikako zbog toga da bi ih ograničili u nečemu.
3. Svima podijelite po jedan (ili više) post-it papir, kako bi svaki sudionik/ca napisao/la jedno pravilo kojeg se ostali trebaju pridržavati (npr. ne kasniti na sastanke, poštovati druge ...)
4. Nakon što svatko završi s pisanjem pravila, potrebno je grupi dati flipchart papir, markere, flomastere i bojice. Kad je pravilnik završen, neka se svi članovi kluba potpišu na njega kao simbolični znak slaganja s određenim pravilima i znak obveze pridržavanja istih.
5. Pravilnik postavite na vidljivo mjesto. Ukoliko se svaki put sastajete na drugoj lokaciji ili u drugoj učionici, poželjno je da pravilnik ponesete sa sobom na svaki sastanak.
6. Zatvorite sastanak nekom igrom.

Aktivnost 05

Naziv sastanka: „Video kampanja“
Preporučeno vrijeme trajanja: 75 minuta
Cilj sastanka: Kreirati kratak video o vašem klubu i aktivnostima.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.

2. S članovima/cama grupe razgovarajte o video kampanjama. Razgovarajte o njihovoj važnosti i efektu na druge mlade. Zamolite ih da osmisle koncept kratkog video uratka kroz koji će predstaviti aktivnosti i/ili ciljeve kluba, ali i pozvati druge da se uključe u klub. Odredite kakav video želite.

3. Podijelite sudionike/ce u 2 do 4 grupe i dajte im 20 minuta vremena da razmisle o konceptu videa.

4. Nakon rada u grupama, svaka grupa treba snimiti kratki video sadržaj i isti predstaviti ostalim grupama. Nakon predstavljanja, potrebno je odrediti voditelja grupe koji će izvršiti uređivanje videa (ubacivanje glazbe, logotipa kluba, poruke i sl.). Video materijale će sudionici/ce početi izrađivati na sastanku ili nakon njega, ako za to ostane vremena. Zamolite ih da završe do idućeg sastanka, kad će svi predstaviti svoj video, a potom ga postaviti ga online (YouTube, Facebook ...).

5. Zatvorite sastanak nekom igrom.

Aktivnost 06

Naziv sastanka: „Utjecaj medija na mlade“
Preporučeno vrijeme trajanja: 45 do 60 minuta
Cilj sastanka: Stvoriti svijest o utjecajima medija na mlade u suvremenom svijetu

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu. Opcionalno, možete zamoliti nekoga da pripremi energizer prije susreta te ga onda ta osoba vodi na početku susreta.

2. Potrebno je unaprijed pripremiti biografske podatke nekoliko osoba koje su sudionicima/ama poznate za igru „Pogodi tko sam?“.

3. Zamolite jednog sudionika/cu da izađe i uzme jednu biografiju. Sudionici/ce mu/joj postavljaju pitanja o toj osobi, a odgovor na pitanja može biti samo „da“, „ne“ ili „nije važno“. Nakon svakog odgovora na pitanje, osoba pročita rečenicu iz biografije. Ostali pogađaju o kome se radi.

4. Otvorite diskusiju o igri i nadovežite se na temu kroz pitanja za diskusiju:
   - Kakva vam je bila ova igra? O čemu je bila ova igra?
   - Imaju li mediji utjecaj na naše viđenje ljudi i događaja? Na koji način?
   - Je li sve što nam prikažu mediji istina? Je li potpuna istina? Objasnite.
   - Kad saznamo neke stvari koje nismo znali, mijenja li se cijela slika? Na koji način?
   - Zašto su neki detalji medijski zanimljiviji od nekih drugih? Koji su to detalji? Na koji način baš ti detalji djeluju na nas?

5. Zaključak će ići prema tome da mediji imaju utjecaja u formiranju naše slike o nekome te to rade s određenim ciljem. Upravo zato, važno je kritički primati informacije i ne vjerovati svemu što vidimo.

6. Ako ostane vremena, zaključiti sastanak igrom ili pričom.

Aktivnost 07

Naziv sastanka: „Javna akcija kluba“
Preporučeno vrijeme trajanja: 45 do 60 minuta
Cilj sastanka: Isplanirati i organizirati javnu akciju s ciljem promoviranja kluba i podizanja svijesti o određenoj temi.

1. **Energizer:** zaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.

2. Odredite temu i datum javne akcije na temelju teme edukacija koje mladi prolaze kroz „Program Y” ili na temelju nekog od važnijih datuma u godini.

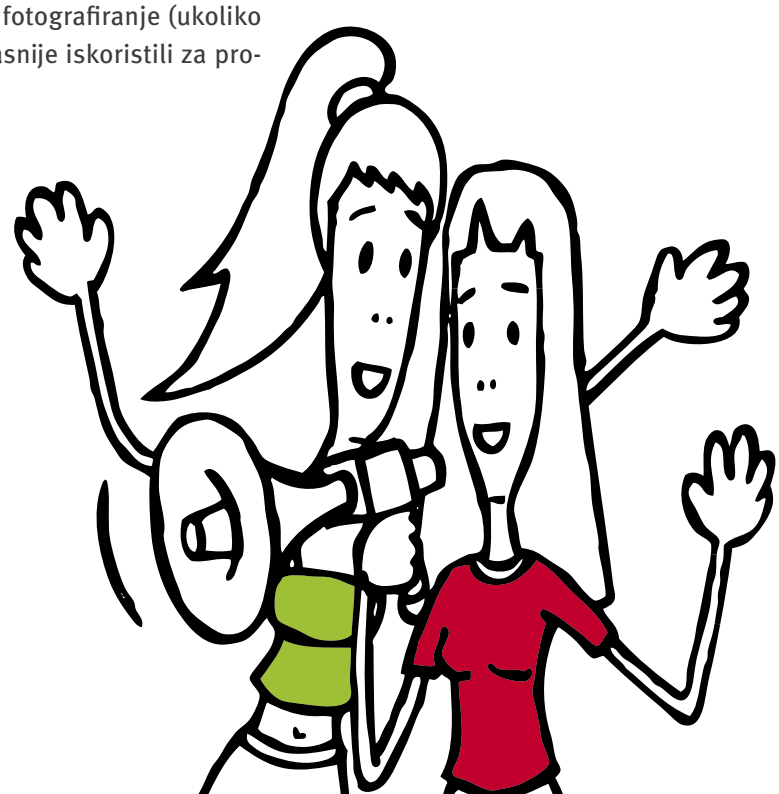
3. Odredite budžet koji vam je raspoloživ prije samog sastanka kako bi usmjerili sudionike/ce prema stvarima i materijalima koji su vam ili vam mogu biti na raspolaganju.

4. Napravite kratki brainstorming o odabranoj temi: kako će se akcija izvesti, koji materijali su potrebni, gdje je smještena, koja je ciljana grupa, hoće li akcija biti medijski pokrivena...

5. Dogovorite zaduženja članova: planiranje, materijali, pravljenje rekvizita, promocija kampanje ... Nekad kampanju nećete moći isplanirati za vrijeme jednog sastanka, posebice ukoliko je potrebno uvježbavanje koreografije ili aktivnosti. Izdvojite više sastanaka za planiranje i dogovor oko realizacije.

6. Zaključite sastanak nekom igrom, pričom i/ili pohvalom sudionicima/cama. Dozvolite im da podjele s grupom svoja razmišljanja, iskustva, dogodovštine i sl. ako to žele.

Napomena: Ne zaboravite tražiti dozvole za korištenje javne površine (ukoliko je potrebno zakonski), ali i dozvole za fotografiranje (ukoliko javnu akciju planirate fotografirati kako bi ju kasnije iskoristili za promotivne i druge aktivnosti) od roditelja.



Aktivnost 08

Naziv sastanka: "Izgradnja timskog duha mladih u klubu"
Preporučeno vrijeme trajanja: neodređeno
Cilj sastanka: Jačanje povezanosti između članova, stvaranje timskog duha i promoviranje kluba na zabavan način.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.
2. Unaprijed pripremite neke od prijedloga za timske igre za sudionike te ih predstavite sudionicima/ama u vidu kratkih igara na sastanku.
3. Ideje možete potražiti na internetu pretraživanjem pojmova „igre izgradnje timskog duha“ ili, na engleskom, „team building games“. Odredite aktivnosti kojima biste se mogli baviti (sportske ili glazbene aktivnosti, odlazak u kino ili kazalište, izlet i sl.).
4. Dogovorite datum, vrijeme i mjesto realizacije aktivnosti.
5. Ostatak sastanka raspravite o nekoj trenutno aktualnoj temi.
6. Zatvorite sastanak nekom igrom i/ili sa igrom „ponosan/na sam na...“ u kojoj više osoba i/ili cijela može reći čime se ponosi. To mogu da biti razne stvari, od hobija, uspjeha u školi, sportu, glazbi, itd.

Aktivnost 09

Naziv sastanka: "Debata"
Preporučeno vrijeme trajanja: 60 minuta
Cilj sastanka: Ojačati pregovaračke sposobnosti mladih, naučiti braniti stavove činjenicama te steći nova znanja o odabranim temama.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.

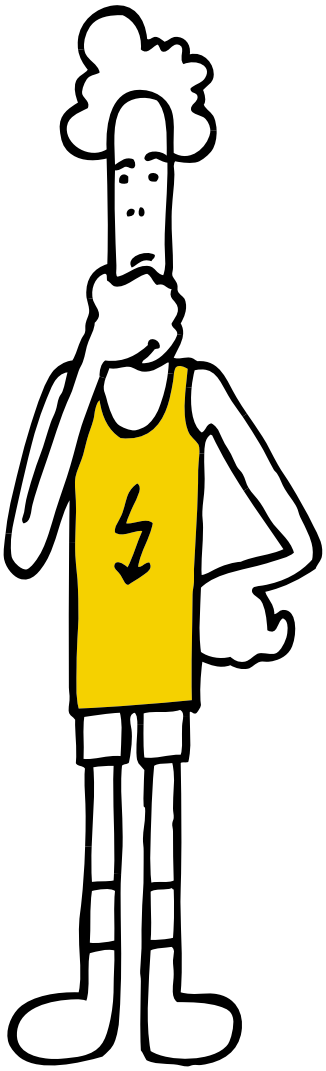
2. Prethodno odredite teme o kojima će se raspravljati. Možete koristiti radionice, prikaze i studije slučaja iz „Programu Y" ukoliko nemate ideja za raspravu.

3. Razgovarajte o pravilima i načinima debate kako se rasprave ne bi pretvorile u neproduktivne svađe. Važno je znati sudjelovati u njima te na pravi način diskutirati. Svatko tko sudjeluje treba poštovati dogovorena pravila rasprave, raspored i vrijeme govora. Kod diskusije se traži kritičnost prema sebi i drugima, pristojnost i korektnost. Uvijek treba postojati afirmacijska i negacijska grupa.

4. Podijelite sudionike/ce u dvije grupe od kojih će jedna biti afirmacijska, druga negacijska. Izaberite 2 do 3 teme koje će se debatirati. Važno je da teme budu aktualne za mlade.

5. Dogovorite vremensko trajanje debate.

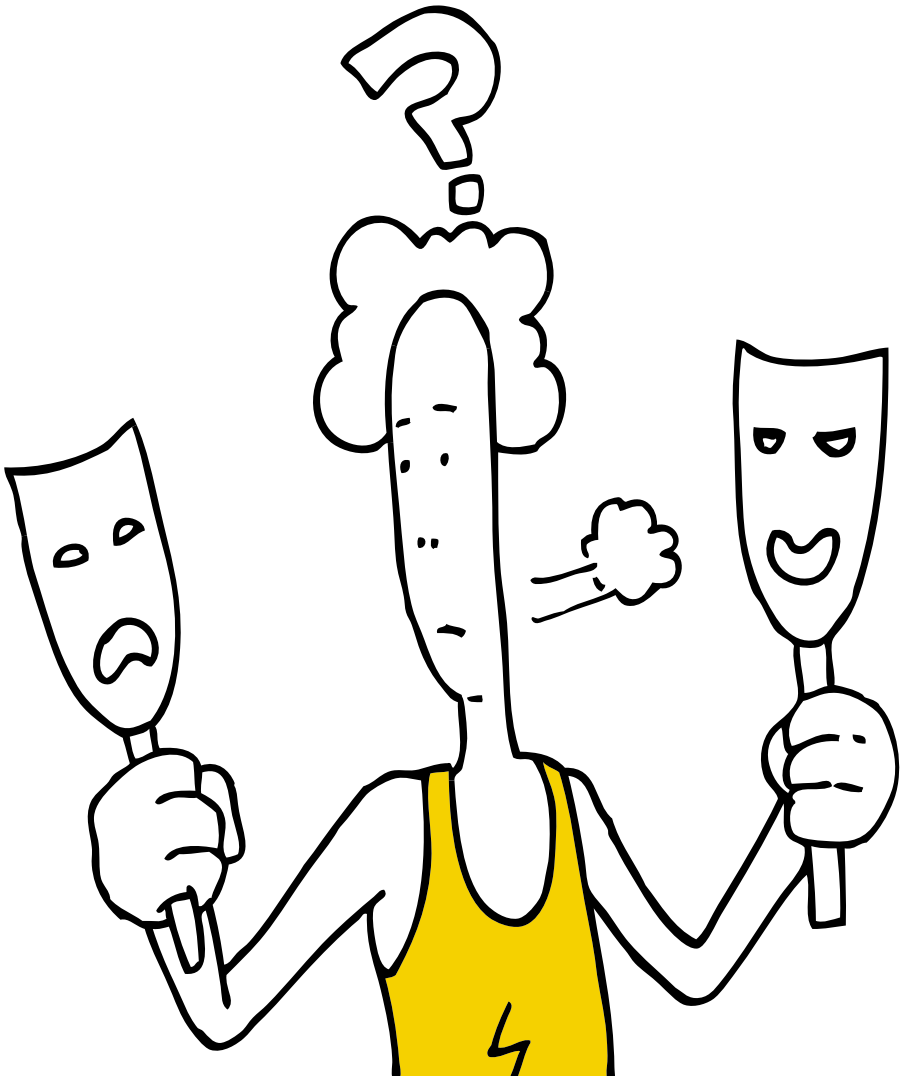
6. Zatvorite sastanak nekom timskom igrom.



Aktivnost 10

Naziv sastanka: „Filmska večer“
Preporučeno vrijeme trajanja: neodređeno
Cilj sastanka: Ojačati povezanost grupe te raspravljati o nekoj aktualnoj temi koristeći film kao temelj za raspravu

1. Odredite vrijeme održavanja aktivnosti i film za gledanje na prethodnim sastancima
2. Pozovite članove/ice i/ili mlade koji su zainteresirani da se pridruže i sudjeluju u gledanju filma.
3. Ako je moguće, raspravite o važnim segmentima filma neposredno nakon ili na sljedećem sastanku kluba mladih.



Aktivnost 11

Naziv sastanka: „Naš kreativni turnir“
Preporučeno vrijeme trajanja: neodređeno
Cilj sastanka: Povezivanje mladih u klubu i regrutacija novih članova.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.

2. Podijelite sudionike/ce u 2 do 4 grupe i zamolite ih da isplaniraju kreativni turnir kluba. Poželjno je odabrati neku svima poznatu sportsku aktivnost i izmijeniti ju.
› Primjer: Turnir mladih u odbojci s mješovitim timovima gdje su pravila izmijenjena te svaka ekipa mora imati minimalno 2 do 3 ženska ili 2 do 3 muška člana u ekipi u svakom trenutku dok igra traje. Ovaj turnir možete povezati s temom rodne ravnopravnosti.

3. Cilj turnira se ne bi trebao ogledati u rivalitetu već zabavi i stjecanju i jačanju prijateljstava te promociji pozitivnih vrijednosti.

4. Nakon što sudionici daju svoje prijedloge, glasajte za najbolji i nakon toga ga zajednički isplanirajte u detalje.

5. Definirajte način prijave sudionika/ca vrijeme, mjesto i način održavanja turnira, nagrade i osvježenja za sudionike/ce. Podijelite zaduženja glede organizacije turnira.
› Napomena: Nakon turnira pozovite sve nove sudionike/ce da se pridruže klubu.

6. Zatvorite sastanak nekom igrom.

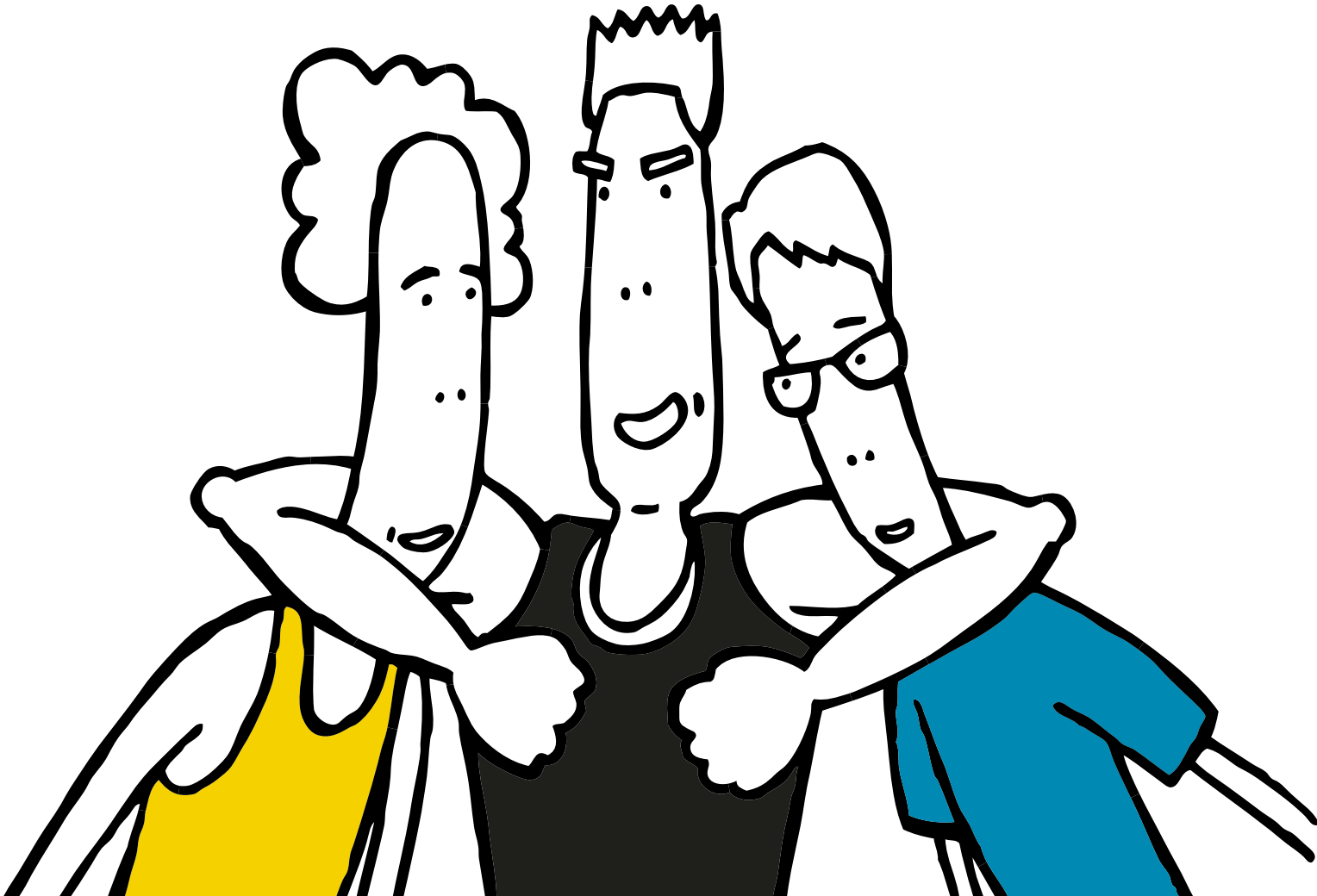
Aktivnost 12

Naziv sastanka: „Uključivanje kluba u izvannastavne i izvanškolske aktivnosti "
Preporučeno vrijeme trajanja: neodređeno
Cilj sastanka: Promoviranje kluba kroz školske sekcije i izvannastavne i izvanškolske aktivnosti u svrhu njegove popularizacije i pridobivanja novih članova/ica.

1. U dogovoru sa školom, uključite tim u izvannastavne i izvanškolske aktivnosti.

2. Ovisno o mogućnostima, potrudite se da klub bude stalni sudionik školskih događanja, posebice u nadmetanju različitih školskih sekcija. Time dolazi do popularizacije kluba u školi i dolaska novih članova.

3. Sve aktivnosti isplanirajte na sastanku kluba koristeći se raspravom.



Aktivnost 13

Naziv sastanka: „Radionica fotografije“
Preporučeno vrijeme trajanja: 2 do 3 sata
Cilj sastanka: Popularizacija kluba i pridobivanje novih članova kroz radionicu fotografije i fotografiranja.

1. Angažirajte nekog fotografa ili osobu koja poznajte tehnike fotografije u klubu te na sastanku kluba napravite radionicu fotografije.

2. Nakon radionice fotografije definirajte kampanju koju članovi/ce kluba mogu uraditi kako bi promovirali neku od tema edukacija.

3. Sve fotografije koje nastanu objavite na Facebook stranici kluba ili stranici škole.

GODINA 1

Razvoj identiteta - tko sam ja, tko si ti?

Implementacija kampanja za mlade u školama: *Školski model*

*U ovom dijelu podsjećamo vas na teme iz „Program Y“ priručnika podijeljene po ciklusima po polugodištima i dajemo konkretne **ideje i prijedloge kampanja** vašeg školskog kluba mladi koje se tiču teme **razvoja identiteta i rodno uvjetovanog nasilja**.*

Prvo polugodište ove školske godine obuhvaća teme **identiteta, razuma, osjećaja, roda i rodnih normi.** U ovom polugodištu, tijekom edukativnih radionica, razgovara se o tome što je to rod, a što spol, uključujući i razlike među njima. Dalje, radi se na uočavanju načina na koje rodne norme utječu na živote muškaraca i žena, prepoznavanju teškoća s kojima se mladi suočavaju prilikom izražavanja određenih osjećaja i posljedica po njih i njihove odnose te raspravlja o očekivanjima žena i muškaraca u romantičnom vezama i onome čemu nas društvo uči o njima.

Drugo polugodište ove školske godine obuhvaća temu **nasilja i mirne koegzistencije.** U ovom polugodištu, tijekom edukativnih radionica, razgovara se o različitim tipovima nasilja koji se mogu pojaviti u intimnim odnosima, obiteljima i zajednicama. Dalje, analizira se kako je "muška čast” povezana s nasiljem, analiziraju se alternative nasilju kada se mladi osjećanju uvrijeđenim, a radi se i na razumijevanju ciklusa nasilja koji se formira u društvu, načinima njegova prekidanja, prepoznavanjima utjecaja etiketiranja na ograničavanje individualnog potencijala mladih i veze među mladima. Ne manje važno, definira se pojam moći, sagledavaju načini pozitivnog i negativnog iskazivanja moći te utjecaja koji moć ima u međuljudskim odnosima.

KAMPANJE KLUBA MLADIH: PRIJEDLOZI

Primjeri koji se nalaze navedeni ispod su primjeri iz prakse „Budi muško“ klubova iz regije u proteklih pet godina. Ovo su primjeri kampanja implementiranih na razini lokalnih zajednica i škola. Primjeri ne trebaju nužno biti implementirani na isti način u školama, već imaju svrhu motivacije i poticanja na razmišljanje o kampanjama koje se mogu implementirati u školi.

1. Muški i ženski poslovi

Kampanja je za cilj imala potaknuti mlade da razmišljaju o značenju termina ,,muški poslovi" i ,,ženski poslovi" i na taj način promoviraju rodnu ravnopravnost u društvu. To su postigli kratkom, ali efektivnom aktivnošću koja je imala veliki odjek među učenicima srednjih škola u kojima je kampanja realizirana.

KORAK 1: PLANIRANJE

Na kreativnom sastanku, koristeći metodu brainstorminga, članovi kluba su razgovarali o tome kako potaknuti vršnjake na razmišljanje o ulogama muškaraca i žena. Zaključak sastanka bio je da će se realizirati kampanja u školama koja će mlade potaknuti da se slikaju obavljajući poslove koje se tradicionalno percipiraju kao poslovi za suprotni spol (npr. mladići se slikaju perući suđe, a djevojke popravljajući automobil).

KORAK 2: REALIZACIJA

Pripremljeni su plakati koji su polijepljeni po školama. Na plakatima su učenici pozvani poslati fotografiju sebe kako obavljaju neki posao koji obično smatraju karakterističnim za suprotni spol. Svi željni sudjelovanja, svoje su fotografije trebali poslati na Facebook stranicu „Budi muško" kluba.

Nakon što su počele pristizati fotografije, vlasnici su trebali dati svoju suglasnost da fotografije budu objavljene na stranici. Objašnjeno im je da će vlasnici fotografija koje prikupe najviše lajkova, dobiti nagradu u obliku „Budi muško" majice. U razdoblju od dva tjedna, pratio se broj lajkova na svakoj pojedinačnoj fotografiji.

Vlasnici fotografija s najviše prikupljenih lajkova dobili su svoje nagrade..

KORAK 3: EVALUACIJA

Dva tjedna nakon kampanje, voditelj kluba razgovarao je sa svima koji su bili uključeni u realizaciju kampanje, ali i sudionicima u kampanji, o tome kako im se svidjela kampanja, što su novo naučili, a što im se nije svidjelo. Važan dio razgovora predstavljale su informacije o tome što se članovima nije svidjelo u kampanji. Te povratne informacije iskorištene su za unapređenje narednih aktivnosti i kampanja.

2. Etiketiranje

Članovi „Budi muško“ kluba su nakon održane radionice ,,Etiketiranje“ odlučili poslati poruku protiv etiketiranja. Akcija je održana na ulicama grada i imala za cilj podići svijest mladih o etiketiranju i njene štetnosti te utjecaju koji ima na pojedinca.

KORAK 1: PLANIRANJE

Tijekom kreativnog sastanka, kroz diskusiju i brainstorming, članovi kluba osmislili su izgled ove kampanje.

Na velikim komadima kartona izrađene su etikete. Etikete su s jedne strane imale pogrdne nazive koje čujemo u školama, a s druge poruku ,,Ne lupaj mi etiketu”. Ove etikete su osmišljene tako da se prva strana etikete nosi s prednje strane, dok se druga strana etikete nalazi na leđima. Prva i druga strana povezane su trakom.

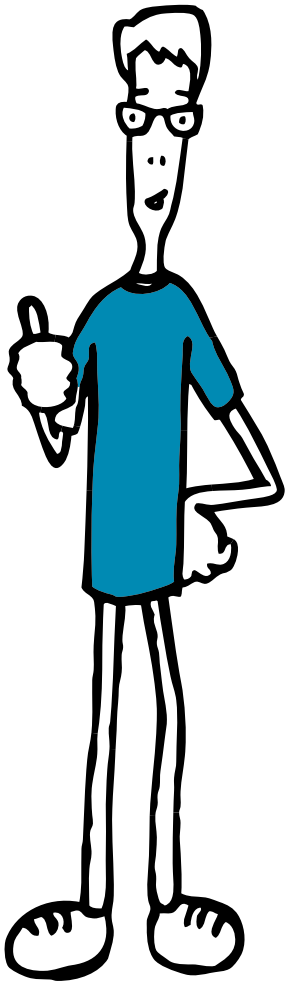
KORAK 2: REALIZACIJA

Djevojke i mladići prošetali su gradom noseći etikete. Sugrađanima su dijelili informacije o tome zašto rade ovu aktivnost te predstavili cilj kampanje.

U medije je poslan dopis o održanoj kampanji zajedno s fotografijama. *Ovaj je korak važan jer mediji ovakve aktivnosti rado poprate, a ukoliko sličnu aktivnost realiziramo na razini škole, to doprinosi vidljivosti škole u lokalnim medijima.*

KORAK 3: EVALUACIJA

Na sljedećem sastanku „Budi muško“ kluba, članovi su razgovarali o tome kako je akcija prošla, reakcijama sugrađana te osobnom zadovoljstvu ostvarenošću zacrtanih ciljeva.



GODINA 2

Nasilje je out!

Implementacija kampanja za mlade u školama: *Školski model*

*U ovom dijelu podsjećamo vas na teme iz „Program Y“ priručnika podijeljene po ciklusima po polugodištima i dajemo konkretne **ideje i prijedloge kampanja** vašeg školskog kluba mladi koje se tiču teme **nasilja i droga**.*

Prvo polugodište ove školske godine predstavlja nastavak teme iz prethodnog polugodišta u kojem ste razgovarali *o različitim manifestacijama nasilja u životima i zajednicama i uključivali rod, rodne norme i rodna pitanja kao jedan od bitnih društvenih faktora pojave određenih vrsta nasilja*, naročito nasilja muškaraca nad ženama i nasilja između muškaraca. Tijekom ovog polugodišta, edukativne radionice vam pružaju efikasne i dokazane alate za mijenjanje stavova i mišljenja mladih o upotrebi nasilja u intimnim vezama i pronalazak načina za stvaranje intimne veze utemeljene na poštovanju. Nadalje, analiziraju se strategije stvaranja i održavanja zdravih i kvalitetnih međuljudskih odnosa, analiziraju se karakteristike kvalitetne, uspješne komunikacije te grade vještine za efikasno i pozitivno rješavanje konflikata. Konačno, govori se i o promjeni negativne kulture šutnje o nasilju među mladima o nasilju i izražavanju ljutnje na pozitivan, konstruktivan način.

Drugo polugodište ove školske godine obuhvaća temu **droga.** U ovom polugodištu, tijekom edukativnih radionica razgovara se o tome što su droge, njihovim vrstama te percepciji droga i korisnika droga u društvu. Raspravlja se i o rizicima korištenja droga te mitovima povezanima s upotrebom droga i alkohola. Konačno, raspravlja se i o ovisnosti i alkoholizma, analizirajući utjecaj društva, društvenih normi i vršnjačkog pritiska na zlouporabu droga, alkohola i psihoaktivnih tvari.

Kampanje kluba mladih: Prijedlozi

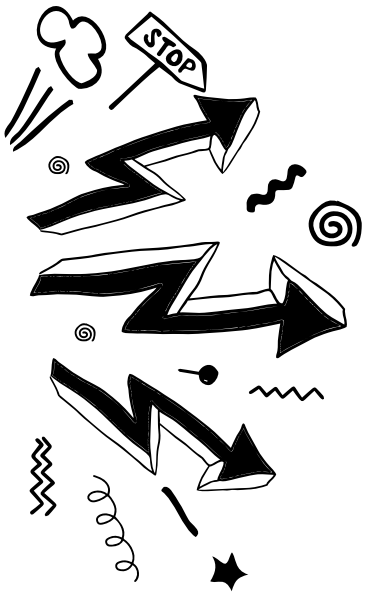
Primjeri koji se nalaze navedeni ispod su primjeri iz prakse „Budi muško“ klubova iz regije u proteklih pet godina. Ovo su primjeri kampanja implementiranih na razini lokalnih zajednica i škola. Primjeri ne trebaju nužno biti implementirani na isti način u školama, već imaju svrhu motivacije i poticanja na razmišljanje o kampanjama koje se mogu implementirati u školi.

REAGIRAJ LJUDSKI, POMOZI ŽRTVI

Nakon edukacija o nasilju, i razgovora na sastancima kluba „Budi muško“, sudionici su došli na ideju da organiziraju flash mob aktivnost na glavnom trgu kako bi javnosti ukazali na problem nereagiranja na nasilje i nasilne scene koje se svakodnevno odvijaju u školama.

Korak 1: Planiranje

Sudionike sastanka Kluba podijelili smo u grupe i dali im temu koja se zvala „Reagiraj ljudski, pomozi žrtvi“, u okviru koje su trebali isplanirati izgled, ciljeve i ishode kampanje. Svaka je grupa nakon 20 minuta planiranja dala konkretne prijedloge kampanja, nakon čega su sudionici odabrali kampanju koja će se realizirati. *(Nerijetko se dogodi da na sastancima planiranja kampanja imate mnogo više od jedne kvalitetne ideje. U tom slučaju, odaberite onu koja će se prva realizirati, a druge, također zanimljive, zapišite kako biste ih se mogli prisjetiti u idućem razdoblju)*.



Korak 2: Realizacija

Sudionici su tijekom sastanka definirali sve potrebne materijale za realizaciju te sudionike u kampanji. Dogovoreno je da se kampanja održi na glavnom trgu. Svi sudionici stali su u veliki krug, noseći poveze na očima. Povezi su simulirali situaciju u kojoj mi ne reagiramo na nasilje, tj. najčešće smo „slijepi“ na nasilje kad mu svjedočimo. U centru kruga stajali su mladić i djevojka koji su simulirali nasilnu scenu kroz više različitih vrsti nasilja (fizičko, psihičko, emocionalno, rodno uvjetovano nasilje), a svi u krugu mirno su ih promatrali ne radeći ništa. Nakon nekoliko minuta simuliranja scene nasilja, svi su skinuli poveze s očiju i uzviknuli „Stop nasilju“ i „Reagiraj ljudski, pomozi žrtvi“.

Korak 3: Evaluacija

Neposredno nakon realizacije kampanje s prisutnim smo građanima raspravili o problemu ne reagiranja na nasilje. Na sljedećem sastanku kluba podijelili smo dojmove i iskustva s kampanje, analizirajući stupanj ispunjavanja zacrtanih ciljeva te moguće načine unaprjeđivanja javne akcije.

REAGIRAJ LJUDSKI, PROTIV NASILJA

Cilj je kampanje bio podići svijest mladih o važnosti reagiranja na nasilje i sprječavanja da do nasilja uopće dođe, kao i ukazivanje na negativne dugotrajne posljedice koje nasilje može izazvati.

Korak 1: Planiranje
Tijekom sastanka kluba, sudionici su izrazili želju osmisliti i provesti kampanju koja će biti distribuirana online, u obliku videa. Zajednički smo odredili naslov videa, tematiku te karakteristike koje će video imati. Također svi sudionici grupe su trebali sudjelovati u izradi i glumiti u videu. Sva pravila sudionici su odredili sami. Prilikom planiranja, sudionici su definirali radne grupe te osmislili scenarij.

Korak 2: Realizacija
Potom su krenuli kreirati promotivni film. Za ovaj su zadatak su imali 7 dana. Nakon što su grupe međusobno predstavile filmove na jednom od sastanaka, isti su objavljeni na Facebook i YouTube stranicama kluba.

Primjer jednog od video materijala možete pronaći na YouTubeu pod nazivom: **Reagiraj ljudski // POMOZI ŽRTVI**

Korak 3: Evaluacija
Na sljedećem sastanku kluba podijelili smo dojmove i iskustva sa snimanja videa, analizirajući stupanj ispunjavanja zacrtanih ciljeva te moguće načine unaprjeđivanja javne akcije. Raspravljalo se i o mogućim načinima dosezanja većeg broja pregleda te, samim time, većeg broja članova ciljanih grupa.

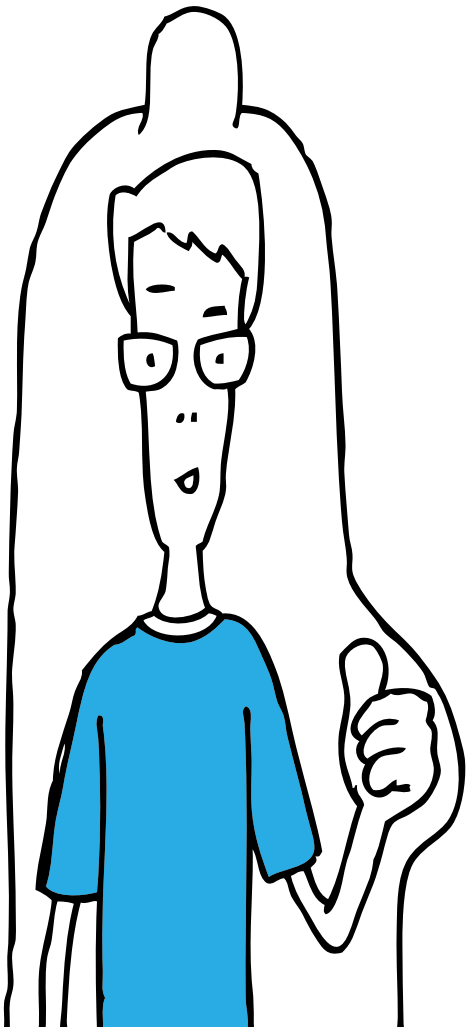
GODINA 3

Seksualnost i zaštita seksulanog i reproduktivnog zdravlja i prava

*U ovom dijelu podsjećamo vas na teme iz „Program Y“ priručnika podijeljene po ciklusima po polugodištima i dajemo konkretne i**deje i prijedloge kampanja** vašeg školskog kluba mladi koje se tiču teme **seksualnosti i zaštite seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava**.*

Prvo polugodište ove školske godine obuhvaća teme **seksualnog i reproduktivnog zdravlja.** U ovom polugodištu, tijekom edukativnih radionica, razgovara se o povezanosti odgoja i rizika zdravlja s kojima se suočavaju mladi, utjecaju rodnih normi na zdravstvene probleme mladića i održavanje osobne higijene, podiže se nivo svijesti i znanja o muškom i ženskom reproduktivnom sustavu i genitalijama, kao i izazovima i rizicima s kojima se mladi susreću u intimnim vezama u adolescentskom dobu.

Drugo polugodište ove školske godine obuhvaća teme **spolno prenosivih infekcija, kontracepcije i prava.** U ovom polugodištu, tijekom edukativnih sesija, razgovara se o SPI, HIV i AIDS (SIDA) i značaju dijagnoze i liječenja, različitim metodama kontracepcije i mitovima povezanih s kontracepcijom, značenju seksualnih i reproduktivnih prava i njihovom značaju u životima žena i muškaraca. Poseban je naglasak stavljen na razgovor o seksualnim različitostima.



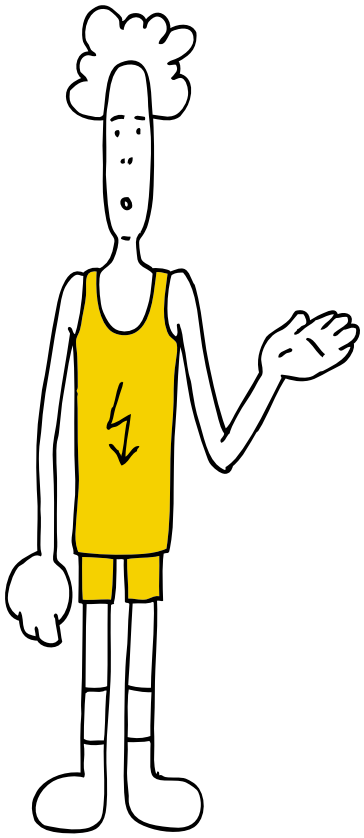
1. Obilježavanje Međunarodnog tjedna zdravlja muškaraca

Članovi BMK-a proveli su akciju za promociju zdravlja muškaraca u sklopu aktivnosti koje su implementirane širom svijeta tijekom Međunarodnog tjedna zdravlja muškaraca. Cilj je bio ukazati na važnost redovitih pregleda i brige o svom zdravlju.

Korak 1: Planiranje
Na sastanku kluba mladi su razgovarali o tome na koji način bi se mogli uključiti u promociju Međunarodnog tjedna zdravlja muškaraca. Sudionici su se podijelili u dvije grupe od kojih je jedna analizirala načine na koje se može informirati mlade, a druga definirala aktivnost koja će se realizirati s mladima.

Korak 2: Realizacija
Na glavnom trgu u gradu odrađene su dvije aktivnosti. Jedna je grupa bila zadužena za predstavljanje zdravih životnih stilova ljudima vozeći bicikle za vrijeme javne akcije i informirajući druge pozivajući ih da se priključe u vožnji i promociji drugima. Druga grupa je dijelila naljepnice i brošure o tome kako brinuti o svom zdravlju. Više od 200 ljudi bilo je direktno uključeno u ovu akciju dobivanjem informacija i materijala.

Korak 3: Evaluacija
Na sljedećem sastanku kluba podijelili smo dojmove i iskustva sa snimanja videa, analizirajući stupanj ispunjavanja zacrtanih ciljeva te moguće načine unaprjeđivanja kampanje u budućnosti.



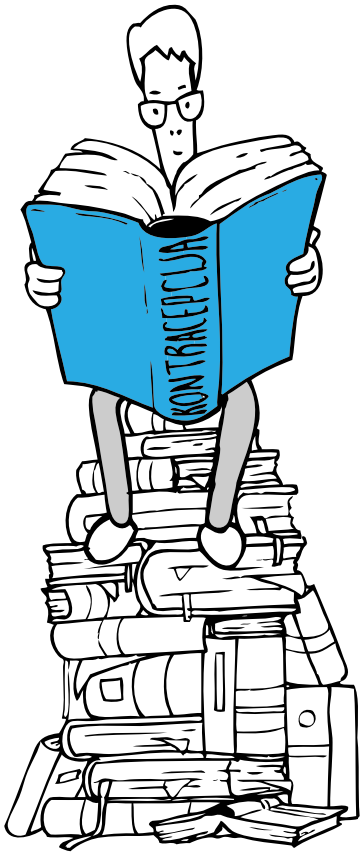
Uči gdje stigneš – međunarodni dan zdravlja

U okviru kampanje obilježavanja Svjetskog dana zdravlja, grupa mladih organizirala je poseban vid edukacije po metodologiji "Uči gdje stigneš".

Korak 1: Planiranje
Na jednom od kreativnih sastanaka kluba, koristeći metodu brainstorminga, članovi/ce kluba su osmišljavali načine poticanja vršnjaka/inja na razmišljanje o ulogama muškarca i žene. Zaključak sastanka bio je da će se realizirati kampanja na glavnom trgu koja će za cilj imati građanima dati informacije i potrebna znanja o zdravlju, prevenciji nasilja, zdravim stilovima života i HIV/AIDS-u.

Korak 2: Realizacija
Na prometnom mjestu na glavnom trgu postavljena je „učionica“ za prolaznike. Građani su mogli slobodno doći na "nastavu", biti dio učionice i slušati i diskutirati o zdravlju, prevenciji nasilja, zdravim stilovima života i HIV/AIDS-u. Volonteri/ke kluba su pozivali građane da se uključe u aktivnosti koje su trajale po 30 minuta.

Korak 3: Evaluacija
Na sljedećem sastanku kluba podijelili smo dojmove i iskustva sa snimanja videa, analizirajući stupanj ispunjavanja zacrtanih ciljeva te moguće načine unaprjeđivanja kampanje u budućnosti.



GODINA 4

Roditelji 21. stoljeća

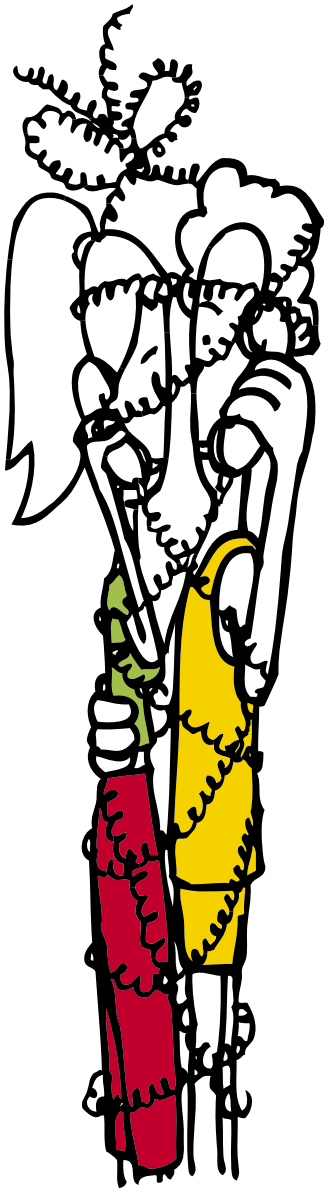
*U ovom dijelu podsjećamo vas na teme iz „Program Y“ priručnika podijeljene po ciklusima po polugodištima i dajemo konkretne **ideje i prijedloge kampanja** vašeg školskog kluba mladi koje se tiču teme **roditeljstva**..*

Prvo polugodište ove školske godine obuhvaća teme **očinstva i majčinstva.** U ovom polugodištu, tijekom edukativnih radionica, razgovara se o tome kako mladići definiraju brigu i kako se nose s tim u svom svakodnevnom životu, kako tradicionalne rodne podjele utiču na očinstvo i majčinstvo te se fokus prebacuje na promoviranje većeg sudjelovanja mladića u brizi u njihovim domovima, vezama i zajednicama. Dalje, nastavlja se s diskusijom o višestrukim ulogama i odgovornostima koje žene preuzimaju u obiteljskim obavezama i važnosti dijeljenja odgovornosti za brigu o djeci i kućanskim poslovima sa muškarcima.

Drugo polugodište ove školske godine ne provode se edukativne radionice. Tijekom ovog polugodišta provodi se **završno istraživanje** svih sudionika/ca edukativnih sesija i kampanja s početka realizacije projekta i **evaluacija svih aktivnosti** kako bi se dobio uvid u promjene u stavovima i mišljenjima tijekom realizacija aktivnosti.

Kampanje kluba mladih: Prijedlozi

Primjeri navedeni za 4. godinu su primjeri kampanja koje su realizirali „Budi muško“ klub Banja Luka i „Budi muško“ klub Mostar, te predstavljaju aktivnosti koje je lako realizirati na razini školskog kluba budući da ne zahtijevaju mnogo materijala i pripreme.



Pismo sebi kao budućem roditelju

Članovi „Budi muško“ kluba su u suradnji s jednom od srednjih škola u kojima se projekt implementirao došli na ideju da organiziraju kampanju u koju će aktivno biti uključeni svi razredi u školi. Cilj kampanje bio je potaknuti mlade da razmisle o budućem sebi u ulozi oca ili majke.

Korak 1: Planiranje
Članovi kluba svakom su razrednu škole predstavili kampanju s ciljem poticanja mladih da napišu pismo budućem sebi koji je upravo postao otac ili budućoj sebi koja je upravo postala majka.

Korak 2: Realizacija
U svim razredima škole su uređene kratke prezentacije kampanje te su učenici zamoljeni da sastave pismo budućem sebi kao roditelju. Pisma su nakon toga sakupljena i stavljena na velike papire koji su tijekom idućih mjesec dana bili izloženi u hodniku škole.

Korak 3: Evaluacija
U razgovoru s nekim od učenika koji su bili dio kampanje, saznali smo da su mladi uslijed kampanje počeli razmišljati o sebi kao roditelju te posljedicama svojih recentnih ponašanja na njihovo roditeljstvo.

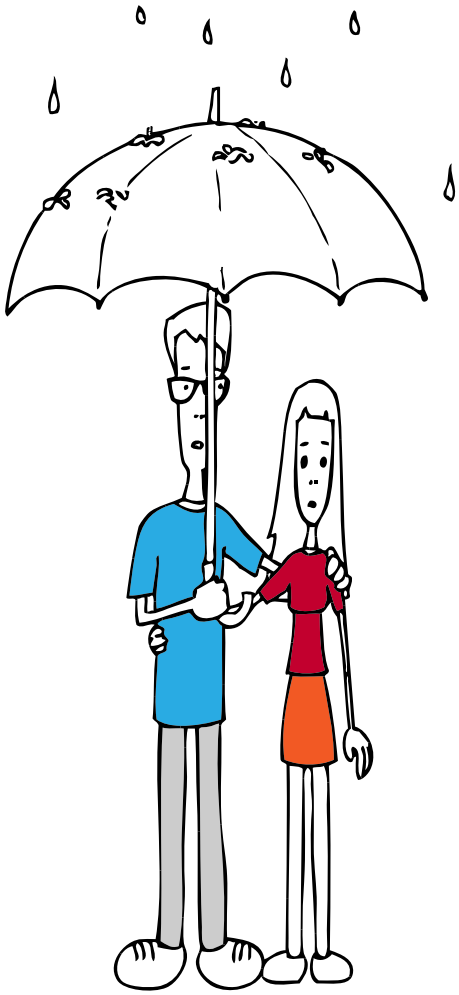
Posjeta očevima u porodilištu

Članovi „Budi muško“ kluba su s ciljem promocije pozitivnih slika očeva organizirali kampanju ispred banjalučkog porodilišta. Za cilj su imali poslati pozitivne poruke o važnosti odgovornog očinstva u lokalnoj zajednici, medijima i na društvenim mrežama.

Korak 1: Planiranje
Tijekom sastanka, kroz diskusiju i brainstorming, članovi su kreirali kampanju. Saznali su dane i vrijeme kada se trudnice otpuštaju iz bolnice te u tom razdoblju odlučili realizirati kampanju. Pripremili su natpise i okvire za slikanje s novim očevima.

Korak 2: Realizacija
Na dan akcije, članovi kluba su se okupili ispred rodilišta. Zamolili su mlade očeve da se fotografiraju s članovima kluba, držeći pozitivne poruke koje promoviraju očinstvo. Fotografije su objavili na profilima i stranicama kluba na društvenim mrežama. Zajedno su pripremili članak koji promovira pozitivno očinstvo te ga poslali u lokalne medije.

Korak 3: Evaluacija
Na sljedećem sastanku kluba podijelili smo dojmove i iskustva sa snimanja videa, analizirajući stupanj ispunjavanja zacrtanih ciljeva te moguće načine unaprjeđivanja kampanje u budućnosti.



Poglavlje 3

I za kraj univerzalno

Univerzalni materijali

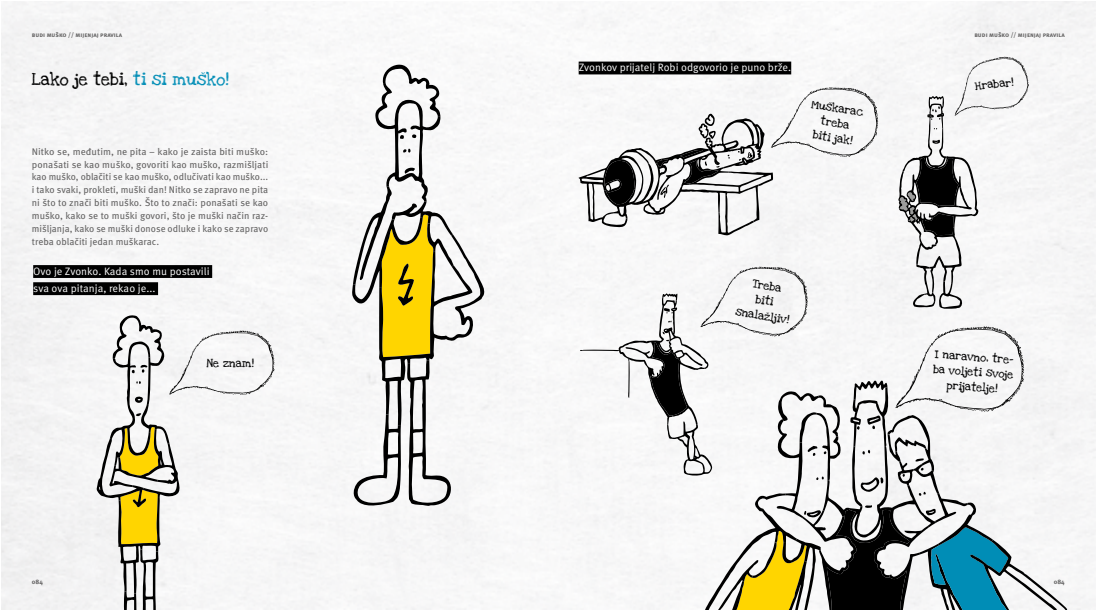
Univerzalni materijali su materijali koje možete koristiti u raznim aktivnostima i događajima i prilagoditi specifičnim potrebama i događajima dodavanjem odgovarajućih slogana i poruka, datuma događaja i/ili mjesta događaja. Materijali su razvijeni od strane mladih i stručnjaka iz „Smart kolektiva“ iz Beograda i dizajnera iz Banja Luke, Branislava Slijepčevića, u okviru kampanje „Budi muško“ za potrebe članova/ca „Budi muško“ klubova iz regije. Sve dizajn materijale možete preuzeti na trajnom wetransfer linku u otvorenim, open source datotekama i pripremama za tisak. Ako nikad niste radili s ovakvim materijalima tiskara će imati odgovore na nedoumice koje budete imali. Također, tu smo i mi

Na wetransfer linku nalaze se materijali kampanja „Budi muško“, ali i kampanja „Reagiraj ljudski“ i „Pazisex“, koje će biti detaljnije predstavljene i objašnjene u nastavku.

Lista raspoloživih resursa: Sve raspoložive resurse možete pronaći na web stranici www.programy.net

Prilozi

BUDI MUŠKO // MIJENJAJ PRAVILA
Zašto moram dokazivati da sam muško?!
Odlično pitanje. Pogledaj samo svoje prijateljice iz razreda! Dokazuju li one jedne drugima da su žensko?
Hajde, plači! Plači! Razmaži tu maskaru! Dokaži da si žensko, kokoš jedna!
Ne. One svoju ženstvenost jednostavno žive na način koji im se svida.
Tko je taj koji je odredio
što je muškost?
Ako se ženstvenost podrazumijeva - zašto se muškost mora dokazati? I konačno, tko je taj koji je odredio što je muškost i gdje je napisan zakon o tome što je muški, a što nije?! Postoji isto onoliko načina kako biti muško, koliko ima i muškaraca!
I baš zato nije lako biti muško. Kako bi bio muško, nije dovoljno poštovati neka unaprijed napisana pravila. Potrebno je takva pravila izmisliti! Znat češ da su tvoj pravila OK, sve dok si ti OK s njima.
Ja sam O.K. sa svojim pravilima!
... dok ona nisu štetna za tvoje zdravlje i dok nikoga ne ugrožavaju.
084


BUDI MUŠKO // MIJENJAJ PRAVILA
Lako je tebi, ti si muško!
Nitko se, međutim, ne pita – kako je zaista biti muško: ponašati se kao muško, govoriti kao muško, razmišljati kao muško, oblačiti se kao muško, odlučivati kao muško... i tako svaki, prokleti, muški dan! Nitko se zapravo ne pita ni što to znači biti muško. Što to znači: ponašati se kao muško, kako se to muški govori, što je muški način razmišljanja, kako se muški donose odluke i kako se zapravo treba oblačiti jedan muškarac.
Ovo je Zvonko. Kada smo mu postavili sva ova pitanja, rekao je...
Ne znam!
Zvonkov prijatelj Robi odgovorio je puno brže.
Muškarac treba biti jak!
Hrabar!
Treba biti snalažljiv!
I naravno, treba voljeti svoje prijatelje!
084

budi muško
mijenjaj pravila!
powered by
bmk

budi muško
bilduj mozak!
powered by
bmk

Prilozi

budi muško
mijenjaj pravila!

budi muško
mijenjaj pravila!
bmk

bmk
Budi
Muško
Klub

Kampanja: Reagiraj ljudski

Reagiraj ljudski kampanja predstavlja kampanju fokusiranu na intervenciji promatrača. **Intervencija promatrača filozofija je i strategija za prevenciju različitih oblika nasilja, uključujući maltretiranje, seksualno uznemiravanje, seksualno zlostavljanje i nasilje intimnog partnera.**

Tko su promatrači?

Promatrači su pojedinci koji promatraju nasilje ili svjedoče uvjetima koji održavaju nasilje. Oni nisu direktno uključeni u nasilje, ali imaju mogućnost intervenirati, progovoriti i učiniti nešto da bi ga zaustavili ili spriječili. Oni su netko tko je prisutan i na taj način u položaju da obeshrabri, spriječi ili prekine incident.

Promatrači su prisutni/svjedoci nasilnih situacija – oni su prijatelji žrtve i/ili nasilnika, drugi učenici, članovi tima, susjedi, itd.

Promatrači su "publika" – nasilnici često koriste svoje žrtve i nasilne situacije da pokažu svoju snagu i superiornost u grupi. Zato se vršnjačko nasilje najčešće događa pred publikom – uživo ili na internetu (offline ili online).

Kako promatrači reagiraju?

Većina njih ne učini ništa. Oni pasivno prihvaćaju maltretiranje promatrajući i ne čineći ništa. Oni su publika nasilniku, a njihovo prešutno prihvaćanje omogućava nasilniku da nastavi svoje nasilničko ponašanje. Oni se osjećaju nemoćno da urade bilo što u strahu da i sami ne postanu žrtve.

Neki podržavaju nasilnike – oni potiču ili ohrabruju maltretiranje kroz smijeh, navijanje ili komentare. Neki se čak i pridružuju maltretiranju. Žele zadržati svoju poziciju u hijerarhiji grupe i biti na pobjedničkoj strani. Međutim, oni generalno ne vole niti podržavaju nasilje i osjećaju se loše zbog svog ponašanja.

Neki pak promatrači igraju ključnu ulogu u prevenciji ili zaustavljanju maltretiranja – oni direktno interveniraju odvraćanjem pažnje nasilniku, pozivanjem pomoći ili pomaganjem žrtvi. Njih pokreće osjećaj odgovornosti da nešto poduzmu.

Slogan i poruke kampanje

Glavni slogan ili naslov kampanje je **REAGIRAJ LJUDSKI.**

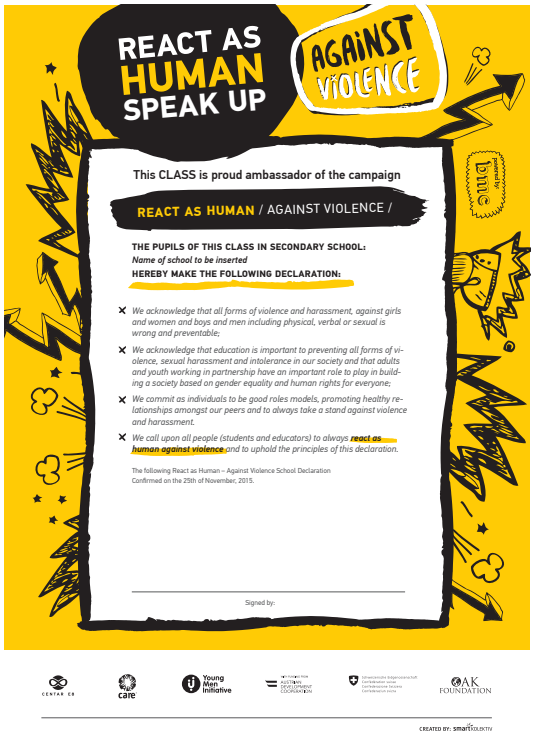
Kampanja predstavlja poziv promatračima da reagiraju – da se zauzmu, progovore i nešto poduzmu.

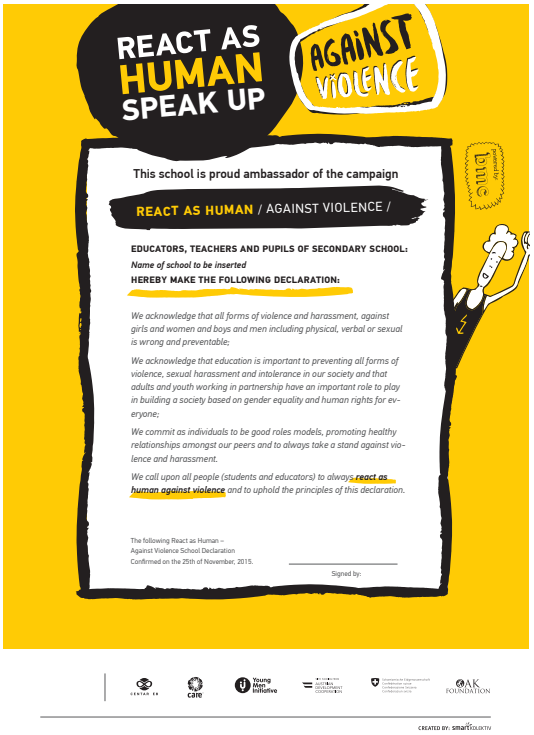
Ovim pozivom želimo pozvati i motivirati promatrače da reagiraju onako kako bi reagiralo svako ljudsko biće - da pomognu nekome. Želimo se pozvati na osnovne i univerzalne ljudske vrijednosti poštovanja, sigurnosti, ljubavi, pravde, jednakosti i samog života. Svi smo mi ljudi, bez obzira na rod, rasu, vjeru, nacionalnost ili seksualnost.

Neke od slogana/poruka koje koristimo su:

- **Reagiraj ljudski...**
- ...progovori
- ...pomozi žrtvi
- ...ustani
- ... protiv nasilja
- ... traži pomoć
- ... odvrati nasilnika

Dodavanjem savjeta i ideja reakcije u svakoj datoj situaciji u glavni slogan želimo ohrabriti i osnažiti promatrače da odigraju ključnu ulogu. prevenciji ili zaustavljanju maltretiranja, tj. da direktno interveniraju, a pritom ne ugroze sami sebe.





Kroz kampanju se obraćamo dvjema bitnim skupinama, a to su:

› Mladići i djevojke, uzrasta 14-19 godina

Prije svega, želimo privući pažnju mladića i djevojaka, uzrasta 14-19 godina.

› Odrasli

Želimo privući odrasle zaposlene u školama, sveučilišne profesore, učenike i širu vršnjačku grupu.

Kroz kampanju želimo:

1. Podići svijest o tome da je nereagiranje način odobravanja nasilja, tako što ćemo **pozivati promatrače da reagiraju!**

2. Motivirati promatrače da preuzmu aktivniju ulogu u borbi protiv nasilja, tako što ćemo **ih motivirati da reagiraju!**

3. Educirati mlade da prepoznaju nasilje i **podignemo svijest o različitim oblicima nasilja!**

4. Dati mladima savjete o tome kako da reagiraju u danim situacijama, **osnažimo ih i ohrabrimo da reagiraju!**

Reagiraj ljudski kampanje se provode u okviru „Inicijative mladića“ organizacije „Care International Balkans“, u zemljama sjeverozapadnog Balkana kroz aktivnosti partnerskih „Budi muško“ klubova od 2015. godine.

REACT AS
HUMAN

AGAINST
VIOLENCE

REACT AS
HUMAN
AGAINST
VIOLENCE
If a girl says NO, I will repeat it to you
in case you didn't hear it good!

REACT AS
HUMAN
AGAINST
VIOLENCE
If someone raises a hand on a girl,
I raise the alarm!

Kampanja: PaziSex

PaziSex kampanja (*PaziSeks* i *KujdeSex* na lokalnim jezicima) i web stranica (*možete ih pronaći u nastavku teksta*) su razvijeni s ciljem da mladima pruže atraktivan i prijateljski edukativni materijal u kojem mogu pronaći informacije o seksualnosti, seksualnom razvoju i orijentaciji, prvim seksualnim iskustvima, različitim oblicima vršnjačkog pritiska, kontracepciji, PPI, itd.

Web stranica i kampanja podijeljeni su u 5 dijelova, koji predstavljaju različite faze u seksualnom razvoju tinejdžera. Svaki dio se otvara jedan za drugim, što nam omogućava da svaku od tema stavimo u zaseban fokus.

Ciljevi kampanje, ciljane grupe i poruke

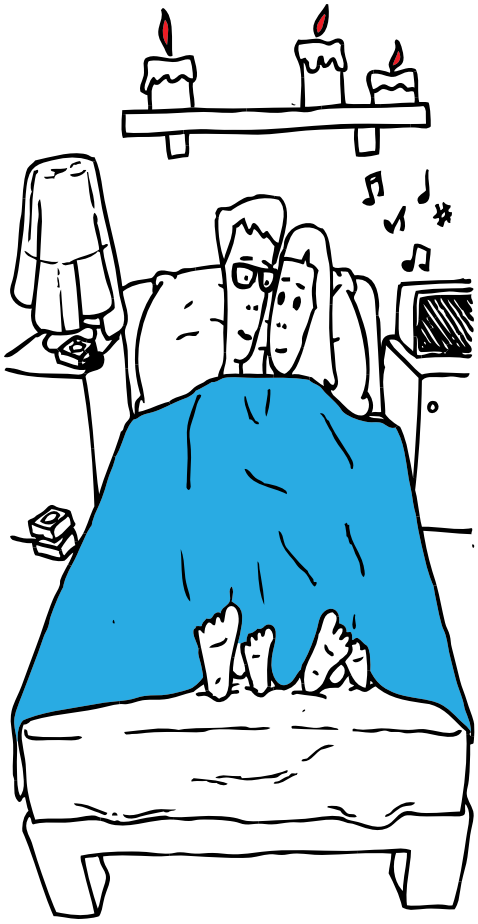
Tko je naša ciljana grupa:
Svi – mladi, roditelji, profesori, socijalni radnici i osobe koje rade s mladima.

Što je naša poruka:
Edukacija na temu seksualnog i reproduktivnog zdravlja je od neizmjerne važnosti.

Što želimo postići:

1. Informirati učenike o web stranici www.pazisex.net
2. Informirati učenike o glavnoj svrsi ove stranice
3. Podići svijest o važnosti edukacije iz oblasti seksualnog i reproduktivnog zdravlja mladih

pazi seX.net
kujdes seX.net



Ključne poruke kampanje:

CILJANA GRUPA	PORUKE – Što želimo da kažemo
Mladi od 14-19 godina	› Važno je biti informiran o seksualnom zdravlju › Sve je to normalno – normalno je imati puno pitanja, normalno je da se događaju silne promjene na tvom tijelu, pubertet je normalna pojava... › Misli svojom glavom
Roditelji, profesori i osobe koje rade s mladima	› Edukacija o seksualnom i reproduktivnom zdravlju je važna › Ne postoji mnogo mjesta na kojima se mladi mogu informirati › www.pazisex.net je koristan alat koji vam može pomoći u vašem radu
Šira javnost	› Porazno je da edukacija na ovu temu nije sustavno organizirana › Edukacija o seksualnom i reproduktivnom zdravlju je neizmjerno važna › Web stranica je prilagođena mladima i na jednom mjestu nudi sve odgovore koji im mogu biti potrebnie

Glavni komunikacijski alat:

www.pazisex.net ili www.kudjesex.net

Web stranica razvijena je na inicijativu i u suradnji s „Budi muško“ članovima/cama iz regije, kao i uz podršku stručnjaka i stručnjaka za rad s mladima.

Prilozi

Svi moji drugari gledaju pornice, a ja ne gledam. Da li sam normalan?
Nekoliko puta mi je pukao kondom. Šta radim pogrešno?
Svi kažu da je to super, a meni boli. Zašto se to samo meni dešava?
Mislim ima da se ždimam u svlačionici. Je l to normalno?
Sve su čule nešto, a ja nišam. Je l sam ja nenormalna?
pazi sex.net
Normalan sajt za sva „NENORMALNA" pitanja
powered by bmk

pazi sex.net
Jedini seksi sajt koji ne treba brisati iz historije.
www.pazisex.net
zašto kneš ljubav, a mišliš na
pazi sex.net
Seks je važniji od matematike: ako ne naučiš na vreme, nema popravnog!
pazi sex.net
To što o seksu ne znaš dovoljno, nije bitan. To je OGROMAN bitan!
pazi sex.net
GOOGL-ate
pazi sex.net
pazi sex.net
SVE o onome o čemu svi želimo da znamo SVE.
www.pazisex.net

ZNATE da svom detetu želite sve najbolje.
ZNATE da vaše dete ne može zauvek ostati malo.
ZNATE da svaki čovek vredi onoliko koliko zna.
PORNO GRAFIJA
18+
???
EROTIKA
INTERNET
SEKSUALNOST
DA LI ZNATE da više od dve trećine interneta čini pornografija?
DA LI ZNATE da je erotika najmoćnije oružje marketinga?
DA LI ZNATE kako da svojoj deci objasnite razliku između erotike, pornografije i seksualnosti?
pazisex.net
Pazisex.net je edukativni sajt, prilagođen svim uzrastima. To nije sajt o seksu, već o biologiji, psihologiji, prevenciji infekcija, kontracepciji i zdravlju. Možete ga preporučiti svoj deci koju volite, a možete ga čitati i sami: da proverite svoje znanje, da se zabavite i da se uverite da na svako neprijatno pitanje, postoji zanimljiv i tačan odgovor.
POUČNO, POUZDANO, PROVEREN0, NEPOSREDNO, VRŠNJAČKI I DUHOVITO!
LOGOBOX

www.pazisex.net
PAZI KAD SVE ZNAM!
www.pazisex.net
ONLINE REVOLUCIJA
www.pazisex.net
Anti-tabu pilula
www.pazisex.net
PUBERT(N)ET
www.pazisex.net
ZIPA OVO
www.pazisex.net
PAZI ONO
www.pazisex.net

Kampanja: JESI OK

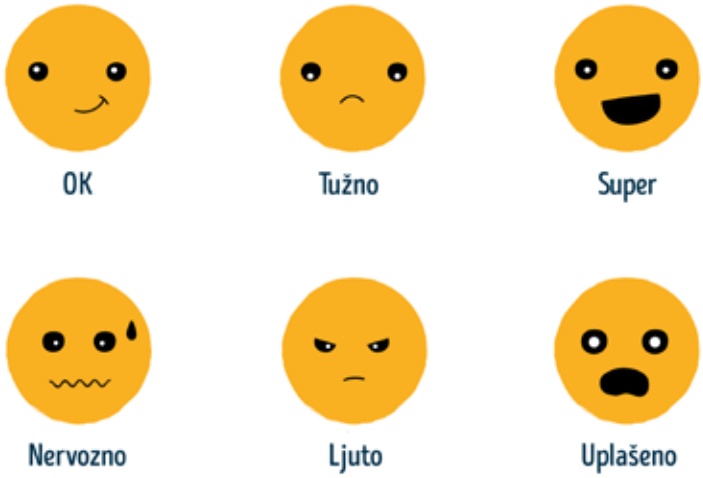
Kampanja JESI OK bavi se temom mentalnog zdravlja mladih. Cilj kampanje je promidžba prosocijalnog ponašanja među mladima u dobi od 14 do 20 godina i vrijednosti kao što su prijateljstvo, povjerenje i potpora. Kroz kampanju želimo osnažiti mlade da prepoznaju kada netko ima problem, da ne osuđuju i da budu OK s traženjem pomoći i savjeta od osoba u svom okruženju – BMK, prijatelji, roditelji, osoblje u školi, organizacije za mlade i slično.

MENTALNO ZDRAVLJE I PROBLEMI MLADIH

Mladi se danas suočavaju s velikim brojem problema kao što su manjak samopouzdanja, povjerenja i iskrenih odnosa s vršnjacima i roditeljima, koji često uključuju depresiju, etiketiranje, nasilje, podsmijeh, itd. Pritisak vršnjaka, roditelja, profesora, medija, društvenih mreža i drugih često dovodi do manjka samopouzdanja kod mladih. Dodatno, veliki broj mladih se osjeća usamljeno jer misle da u svom okruženju nemaju osobe od povjerenja s kojima mogu razgovarati o problemima koji ih muče i obratiti im se za potporu.

ŠTO ŽELIMO POSTIĆI?

Kroz kampanju želimo promicati vrijednosti kao što su **prijateljstvo, povjerenje i potpora**. Nastojimo potaknuti mlade da razgovaraju o mentalnom zdravlju i prihvate kako su problemi nešto što se može svima dogoditi, kako ih oni mogu prevladati i kako trebaju podržati osobu koja je u problemu.



Ciljevi kampanje JESI OK su osnažiti mlade ljude da:

- prepoznaju kada netko ima problem;
- pruže savjet i potporu prijateljima/poznanicima koji su im se požalili;
- prepoznaju kada imaju problem i traže pomoć.

SLOGAN I PORUKE KAMPANJE

Glavni slogan kampanje je **JESI OK?**

Univerzalno, kratko pitanje dio je kolokvijalnog jezika i blisko jeziku mladih.

Materijali kampanje osmišljeni su tako da imitiraju online komunikaciju koja čini bitan dio svakodnevice mladih i tijekom koje su često slobodniji iskazati svoja mišljenja i osjećaje. Slogani i poruke komuniciraju se kroz forme koje izgledaju kao poruke na društvenim mrežama, a osjećaji se predstavljaju putem emojija, koje mladi svakodnevno koriste u online komunikaciji kako bi prenijeli svoju emociju sugovorniku. Sve poruke treba komunicirati na optimističan, topao i jednostavan način, bez previše detalja.

MATERIJALI KOJE MOŽETE KORISTITI U KAMPANJI

Materijali koje smo kreirali prenose ključne poruke kampanje:
- Promidžba pozitivnih i poželjnih načina ponašanja;
- Ukazivanje na negativna ponašanja i njihova prevencija;
- Sve emocije su OK i normalne, uz potporu i savjet probleme je moguće prevladati.

U paketu materijala se nalaze posteri, majice, bedževi i naljepnice.

JesiOK?
Ako primijetiš da netko nije OK
1.
Pridi i započni razgovor
2.
Saslušaj bez osuđivanja
3.
Poštuj to što ti se netko povjerio
4.
Pruži podršku kao pravi prijatelj
Za sve ostalo tu je BMK!
#jesiOK

KakoSi?
OK
Tužno
Super
Nervozno
Ljuto
Uplašeno

JesiOK?

AKTIVNOSTI U ŠKOLI I ZAJEDNICI:

1. **Promidžbeni timovi** – U školi, promidžbeni tim upoznaje mlade s kampanjom, ciljevima i porukama, dijeleći im promidžbene materijale kao što su baloni sa sloganom kampanje, bedževi, kartonske maske različitih osjećaja, naljepnice za telefon, itd.

2. **Kutak za priču** – Mladi postavljaju kutak za priču u školi, s vrećama za sjedenje ili drugim udobnim stolicama, u kojem se mogu upoznati s kampanjom, dobiti promidžbeni materijal i razgovarati o tome kako mogu pomoći prijatelju/prijateljici koji/a ima problem. Odgovaraju na pitanja koja se nalaze u govornim oblačićima (eng. speech bubble) o prijateljstvu, potpori i povjerenju u okviru svojih vršnjačkih krugova. Cilj je ukazati mladima na važnost otvorene komunikacije o svojim osjećajima i problemima te da su sve emocije OK i normalne.

3. **SUPER OK prijatelj/prijateljica** – Kako bi se promicale vrijednosti kao što su prijateljstvo, povjerenje, potpora, u školi se organizira natjecanje za SUPER OK prijatelja ili prijateljicu. Srednjoškolci nominiraju osobe za koje misle da bi trebale nositi ovu titulu, zatim tajno glasuju ubacujući papiriće s imenom u kutiju. Akcija je najavljena i promicana na posterima u školi, a nakon odabira slijedi ceremonija uručenja nagrade SUPER OK prijatelj/prijateljica.

DIGITALNA KAMPANJA – NA DRUŠTVENIM MREŽAMA

Vizuali na društvenim mrežama prate postere i druge materijale **kampanje JESI OK.**

U nastavku su prijedlozi za sadržaj objava na društvenim mrežama poput Facebooka i Instagrama:

- Kako se osjećaš danas – ljuto, iznenađeno ili tužno? Klikni na odgovarajući emoji jer svi osjećaji su ok.
- Budi muško klub u suradnji s IME ORGANIZACIJE I CARE International Balkans pokrenuo je kampanju koja ima za cilj tematizirati mentalno zdravlje mladih. Otvorimo temu jednim sasvim jednostavnim pitanjem #jesiOK?
- Ako primijetiš da je tvoja prijateljica ili prijatelj u problemu, evo kako im možeš pomoći! #jesiOK
- Priđi i započni razgovor. Saslušaj bez osuđivanja. Poštuj to što ti se netko povjerio. Pruži potporu kao pravi prijatelj/prijateljica.
- Ponekad je dovoljno nekoga saslušati. Često smo se imali prilike u to i sami uvjeriti. Postavi pitanje #jesiOK i pretvori se u uho!

Kako si?

Ok
OK
Nervozno

Savjeti za promidžbu na društvenim mrežama:

1. U promidžbi na društvenim mrežama bitno je voditi računa da se poruke i materijali s vizualima podudaraju s onim koje se koriste u offline aktivnostima.

2. Sve aktivnosti kao što su radionice i događaji u školi ili na drugima mjestima koje su u vezi s kampanjom treba promicati na društvenim mrežama, uz korištenje #JesiOK #AreUok hashtagova.

3. Sadržaji na društvenim mrežama trebaju uključivati mlade u razgovor o mentalnom zdravlju i nasilju, kroz rasprave, interakciju i pokretanje ovih tema.

4. Sadržaji istovremeno trebaju biti resurs koji mladi koriste za proširivanje znanje o mentalnom zdravlju, za prepoznavanje simptoma te za pomoć sebi i drugima.

5. Sadržaji na društvenim mrežama trebaju ohrabriti mlade na reakciju i pomoć njihovim prijateljima kada su u problemu ili se ne osjećaju dobro, nudeći im i konkretne taktike kako to uraditi.

Kampanja:
Uključi znanje. Isključi hejt.

Nova kampanja **Uključi znanje. Isključi hejt** ima za cilj prevenciju radikalizma i ekstremizma kod mladih na Zapadnom Balkanu.

Ciljne skupine kampanje

- Mladi u srednjim školama;
- Mladi izvan srednjih škola;
- Mladi koji su u riziku da lakše i brže budu radikalizirani u stavovima i ponašanju: mladi pripadnici navijačkih skupina, mladi koji su rano ispali iz obrazovnog sustava, mladi s obiteljskim problemima, mladi koji žive u siromaštvu, Romi, mladi koji zlouporabljuju alkohol i narkotike.

U potencijalnom riziku od ekstremizma u ponašanju i stavovima mogu biti svi oni koji se osjećaju obespravljeno, koji sebe vide kao žrtvu ili vjeruju u nasilje kao način rješavanja problema ili uspostavljanja dominacije nad drugima.

Ekstremizam možemo definirati kao svako odstupanje od umjerenosti, koje se odnosi na ideje i/ili postupke i obuhvaća isključivanje, zastrašivanje i/ili nasilje prema onima koji odudaraju od tih ideja. Ekstremizam može biti društveni, politički i/ili kulturni i praćen je jasnom podjelom na „nas“ – koji dijelimo iste stavove i „njih“ – koji su različiti po uvjerenijima, boji kože, seksualnom opredjeljenju, spolu/rodu, nacionalnoj i/ili vjerskoj pripadnosti i slično. Radikalizam se odnosi na želju za činjenjem korjenitih promjena, tj. prekidanje određenog stanja i uspostavljanje novog. Iako ni radikalizam, ni ekstremizam nužno ne vode u nasilje, veoma su prisutni u svim sferama života.

Grupe koje su u regiji najčešće meta ovakvih stavova i ponašanja:

- Nacionalne skupine
- Religijske skupine
- Navijačke skupine
- LGBT osobe
- Romi

CILJEVI KAMPANJE

Kampanja Uključi znanje. Isključi hejt. nastoji podići svijest o ovom problemu i biti dio aktivnosti za prevenciju ovakvog ponašanja. Kroz kampanju želimo:

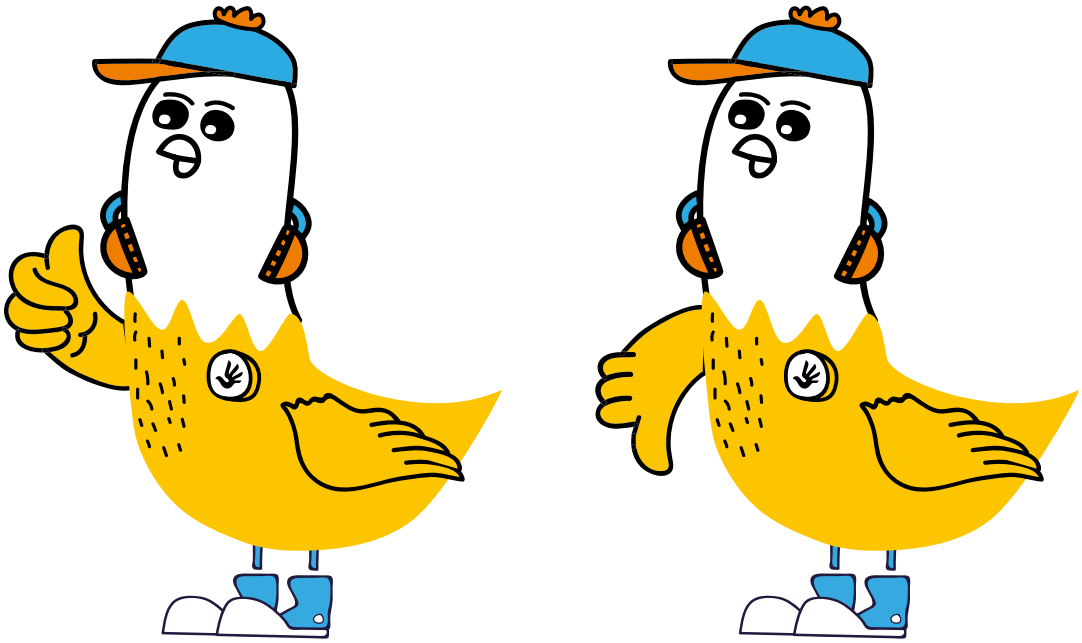
- Promicati prosocijalno ponašanje među mladima u srednjim školama;
- Promicati pozitivne vrijednosti i ponašanje među mladima;
- Razbiti stereotipe koji izazivaju ekstremna ponašanja;
- Kreirati prostore u kojima se mladi ljudi osjećaju sigurno i prihvaćeno.

SLOGAN I PORUKE KAMPANJE

Glavna poruka kampanje glasi **Uključi znanje. Isključi hejt.**

Glavne poruke kampanje su usmjerene na promidžbu poželjnih ponašanja, pozitivnih vrijednosti i znanja, kao glavnim taktikama u prevenciji radikalizma i ekstremizma kod mladih.

Glavni simbol u kampanji je strip junak – bijeli golub kao međunarodni simbol mira. Sve poruke kampanje komuniciraju se kroz njegovu perspektivu, na prijateljski i neposredan način i jezikom koji je blizak mladima. Pored ove simbolike golub u svojim „rukama“ drži dva znaka – *like i dislike* – **usvojene simbole za odobravanje ili neodobravanje u svakodnevnoj komunikaciji na društvenim mrežama.**



MATERIJALI U KAMPANJI

U kampanji možete koristiti nekoliko materijala s različitim porukama i prilagoditi ih lokalnom kontekstu. Materijali: posteri, naljepnice, promidžbene majice i vizuali za digitalne kanale.

Uključi pamet.

Isključi hejt.

PRIJEDLOG AKTIVNOSTI KOJE SE MOGU ORGANIZIRATI TIJEKOM KAMPANJE

Aktivnosti u školi i zajednici

1. **Kvizovi znanja sa srednjoškolcima u školi ili na mjestima gdje se okupljaju mladi**

› Učenici reagiraju na tvrdnje o poželjnom/nepoželjnom ponašanju, etiketiranju, diskriminaciji, itd. dižući znakove *like* ili *dislike*. Druga varijanta je da kada se kviz provodi izvan škole, na primjer u parku, ispitivač prilazi mladima, postavlja im pitanja i reagira na odgovor mlade osobe podižući znak like ili dislike u ovisnosti o sadržaju odgovora.

› Kvizovi se koriste kako bi se mladima ponudile činjenice, znanje i ispravne informacije umjesto predrasuda i stereotipa o različitim skupinama i njihovim karakteristikama.

2. **Radionice dizajniranja različitih materijala koji se koriste u kampanji** mimovi (eng. meme) čiji je cilj na zabavan način kroz sliku ili GIF prenijeti neku društvenu poruku, koristeći humor i/ili ironiju, naljepnice, personalizirani posteri s maskotom, itd. Koristeći osnovnu poruku i vizual kampanje, mladi kreiraju nove sadržaje i uče kroz praksu.

› Tijekom ove aktivnosti vršnjački edukatori predstavljaju kampanju u školi upoznajući mlade s ciljevima i porukama kampanje, dijele im naljepnice, tagove, postere i pozivaju ih na neki od događaja.

AKTIVNOSTI NA DIGITALNIM KANALIMA I DRUŠTVENIM MREŽAMA

1. Promidžba kampanje na društvenim mrežama – Facebook i Instagram objave i priče

2. Mimovi i GIF-ovi: koristeći maskotu i glavne poruke kampanje, mladi mogu sami napraviti neki od ovih formata pomoću online alata kao što su **giphy.com** i **kapwing.com**

3. Kreiranje ukrasnih okvira za FB profilnu sliku koristeći maskotu i glavne poruke kampanje uz pomoć FB alata **camera effects;** jedan ukrasni okvir može preuzeti i koristiti neograničen broj osoba za svoje profilne slike, bez potrebe da svatko pojedinačno kreira svoj ukrasni okvir.

Poruke kampanje koje mladi mogu koristiti za kreiranje ovih online sadržaja:
Uključi pamet. Isključi hejt.
Uključi toleranciju. Isključi predrasude.
Uključi poštovanje. Isključi mržnju.
Uključi uvažavanje. Isključi strah.
Uključi ljubav. Isključi povređivanje.
Uključi dobrotu. Isključi diskriminaciju.
Uključi solidarnost. Isključi predrasude.
Uključi pamet. Isključi lažne vijesti.

Prilog 1

Rječnik važnih pojmova

Feminitet - Način na koji se žene socijaliziraju, razumijevanje i praksa povezani s različitim značenjima i tumačenjima toga 'što znači biti žena'.

Feminizam - Vjerovanje da žene i muškarci trebaju imati jednaka politička, društvena, seksualna, intelektualna i ekonomska prava. Feminizam se temelji na principu jednakopravnosti žena i muškaraca. I jedni i drugi trebali bi imati jednaku razinu moći i utjecaja u društvu kao i slobodu da za sebe izaberu onakav život kakav žele. Feminizam priznaje postojanje bioloških razlika između žena i muškaraca ali drži kako one ne bi trebale biti temelj za nejednak/nepravedan tretman žena ili pripadnika/ca LGBT populacije.

Maskulinitet - Način na koji se muškarci socijaliziraju, razumijevanje i praksa povezani s različitim značenjima i tumačenjima toga 'što znači biti muškarac'.

Spol - Odnosi se na biološke značajke žena i muškaraca i razlike u reproduktivnim organima i funkciji (genitalije, kromosomi i hormoni).

Rod - Odnos moći i društveno konstruirane uloge, ponašanja, aktivnosti i karakteristike koje određeno društvo smatra primjerenima za žene i muškarce.

Rodno uvjetovano nasilje (GBV) - Bilo koji oblik sile/prisile koji ima negativan učinak na fizičko i psihološko zdravlje, razvoj i identitet osobe, a koji je rezultat postojanja nejednakosti u odnosima moći temeljene na rodu (razlike između žena i muškaraca kao i među ženama i muškarcima). Termin se uglavnom koristi kako bi opisao nasilje muškaraca/dječaka nad ženama/djevojčicama.

Rodna jednakost - Pojam podrazumijeva pravičnost i pravdu u raspodjeli odgovornosti i prednosti između žena i muškaraca. Koncept prepoznaje da žene i muškarci imaju različite potrebe i razine moći, kao i to da se te razlike moraju prepoznati kako bi se njima bavilo na način koji onemogućava daljnje produbljivanje razlika među njima, što pak podrazumijeva tretman koji je prilagođen specifičnim potrebama u smislu ostvarivanja prava, prednosti, obaveza i mogućnosti.

Rodna ravnopravnost- Pojam ne znači da su žene i muškarci isti, već da jednako vrijede i da ih se treba jednako tretirati. Rodna ravnopravnost teži tome da žene i muškarci uživaju jednaka prava i pristup pravima, kako u privatnom tako i u društvenom okruženju, uključujući, ali ne i ograničavajući to na sudjelovanje u ekonomskom i političkom životu, mjestima donošenja odluka te područjima koja se tiču obrazovanja i zdravlja.

Rodno osviještena politika - Sustavno praćenje razlika u uvjetima, situacijama i potrebama žena i muškaraca u svim politikama i aktivnostima. Rodno osviještena politika podrazumijeva (re)organizaciju, poboljšanje, razvoj i procjenu procesa izrade i primjene javnih politika tako da se osigura primjena ili uvođenje rodne perspektive u sve politike i mjere na svim razinama i u svim fazama od strane odgovornih.

Rodno transformativni programi/kreiranje takvih programa - Odnosi se na politike i programe koji teže promjeni/transformaciji rodnih odnosa s ciljem postizanja ravnopravnosti. Ovakav pristup promovira rodnu ravnopravnost na sljedeće načine: 1) poticanjem i kritičkim propitivanjem neravnopravnosti i rodnih uloga, normi i dinamike među rodovima/spolovima, 2) priznavanjem i osnaživanjem pozitivnih normi koje podržavaju ravnopravnost stvaranjem prihvaćajućeg i stimulirajućeg okruženja, 3) naglašavanjem mjesta u društvu koje imaju/zauzimaju žene i djevojčice, marginalizirane skupine ljudi te promjenom/transformacijom društvenih struktura, politika i opće prihvaćenih normi koji stoje u podlozi neravnopravnosti i stalno je iznova potiču.

Transformativne promjene - Intervencije usmjerene na strukturne uzroke kao i simptome rodne nejednakosti koje vode trajnim promjenama u odnosu na izbore koje žene imaju na raspolaganju i moć koju imaju nad svojim životima, a ne samo kratkoročna dostupnost ili povećanje mogućnosti.

Seksizam - Seksizam ili rodna diskriminacija označava predrasude ili diskriminaciju na osnovu nečijeg spola ili roda. Iako se odnosi na oba roda/spola, dokazi upućuju na veću izloženost žena

Prilog 2

Važniji datumi u godini

U nastavku se nalazi pregled nekih od važnijih datuma povezanih sa svakom od godina implementacije edukativnih radionica. Ovaj prilog služi za ideje za razvijanje kampanja koje će biti povezane s edukativnim radionicama implementiranim u tom razdoblju.

PRVA GODINA – RAZVOJ IDENTITETA – TKO SAM JA, TKO SI TI?

Prvo polugodište: Identiteti, razum, osjećaji, rod i rodne norme

- *Međunarodni dan žena – 8. ožujka* – praznik koji je posvećen ženama i isticanju njihovih prava i sloboda u sjećanju na proteste žena iz tekstilne industrije 8. ožujka 1957. u New Yorku. Protestima su postigle da njihovi zahtjevi budu ispunjeni (kraće radno vrijeme, veće plaće i pravo glasa). Kampanje se obično temelje na promociji uspješnih žena (u svim oblastima).

- *Međunarodni dan muškaraca – 19. studeni* – fokus je na zdravlju muškaraca i dječaka, poboljšavanju rodnih odnosa, promicanju rodne ravnopravnosti te isticanju pozitivnih muških uzora. Poznata je kampanja pod nazivom "Movember", kad muškarci s namjerom da ukažu na važnost preventivnih pregleda zbog ranog otkrivanja karcinoma prostate simbolično puštaju bradu i brkove.

- *Međunarodni dan djevojčica – 11. listopad* – cilj je potaknuti svjetski entuzijazam u stvaranju boljeg života mladim djevojkama pružajući im priliku da postignu svoj puni potencijal. Na ovaj datum provode se kampanje tijekom kojih uspješne žene svoja radna mjesta zamijene školskim klupama i u "speed dating" sastancima s djevojčicama predstave svoje profesije, izazove s kojima se susreću, ali i da ih motiviraju na zalaganje u budućnosti.

Drugo polugodište: NASILJE JE OUT! Od nasilja do mirnog suživota

- *Međunarodni dan borbe protiv vršnjačkog nasilja - 22. veljača (Pink Shirt Day) je praznik koji se obilježava od 2007. godine kada je jedan dječak u Kanadi bio izložen vršnjačkom nasilju zbog dolaska u školu u majici roze boje. Kasnije se ispostavilo da je njegova majica simbolizirala podršku majci koja je bolovala od karcinoma dojke. Prijatelji iz škole solidarizirali su se s dječakom i sutradan svi pojavili u rozim*

Godina 1

majicama. Od tada sve kampanje za ovaj dan podrazumijevaju nošenje rozih majica.

› *Međunarodni dan borbe protiv nasilja nad ženama – 25. studeni* – obilježava se u znak sjećanja na sestre Mirabel koje su 25. studenog 1960. u Dominikanskoj Republici stradale naređenjem diktatora Rafaela Trujilla zbog aktivizma i borbe za demokraciju i pravdu. Cilj obilježavanja ovog praznika jest osvještavanje i senzibiliziranje javnosti o činjenici da se nasilje ne događa drugome, već je prisutno u našoj neposrednoj okolini. Kampanje podrazumijevaju izvještavanje javnosti o slučajevima nasilja nad ženama, preventivnim kampanjama, podizanjem svijesti o važnosti ove teme, promotivnim spotovima i fotografijama (sa simuliranim povredama).

› *Globalna kampanja „16 dana aktivizma u borbi protiv rodno uvjetovanog nasilja" - obilježava se u razdoblju od 25. studenog (Međunarodni dan borbe protiv nasilja nad ženama) do 10. prosinca. (Međunarodni dan ljudskih prava).* Ova je kampanja globalni događaj i pokret čiji je cilj ukazati na nužnost prevencije svih oblika nasilja nad ženama. Kampanja se implementira u razdoblju od 16 dana između 2 veća datuma – Međunarodnog dana borbe protiv nasilja nad ženama i Međunarodnog dana ljudskih prava. Aktivnosti su usmjerene na ukazivanje potrebe za prevencijom nasilja raznih oblika nasilja nad ženama. Kampanja se svake godine obilježava pod drugim motom, obično povezanim s jednim od oblika nasilja nad ženama. Ciljevi provođenja ove kampanje su: podizanje svijesti o rodno uvjetovanom nasilju, podizanje svijesti o problemima ljudskih prava na lokalnim, nacionalnim, regionalnim i internacionalnim nivoima, jačanje lokalnog rada s ciljem sprječavanja nasilja nad ženama, stvaranje alata kojima se vrši pritisak na lokalne vlasti s ciljem prevencije i sprječavanja nasilja nad ženama.

Godina 2

DRUGA GODINA – NASILJE JE OUT!

Prvo polugodište: Od nasilja do mirnog suživota

› *Međunarodni dan nenasilja – 2. listopada* – ovaj dan obilježava se u čast Mahatme Gandhija, jednog od vođa pokreta za nezavisnost Indije i začetnika filozofije i strategije nenasilnog otpora, svake godine na njegov rođendan. Kampanja podrazumijeva izvještavanje javnosti i edukaciju mladih o važnostima ranog prepoznavanja svih oblika nasilja.

› *Međunarodni dan tolerancije – 16. studenog* – ovim danom se podsjeća na poštovanje i uvažavanje drugih i drugačijih u skladu s Deklaracijom o principima tolerancije. Kampanje koje se obično provode na ovaj dan sadrže radionice za mlade na kojima se educiraju o različitostima te

posebne kampanje kao što su koalicije mladih iz različitih zajednica koje imaju zajedničke aktivnosti.

Godina 2

Drugo polugodište: Droge/ alkohol i donošenje odluka

- *Međunarodni dan borbe protiv zloupotrebe droga - 26. siječnja* – obilježavanje ovog dana čiji je cilj upozoriti svjetsku javnost na sveprisutni problem zloupotrebe droga te pozvati sve aktere na svjetskoj i nacionalnoj razini da se aktivno uključe u postizanje zajedničkog cilja. Kampanja obično podrazumijeva predavanja i edukaciju o štetnosti narkotika, ali i promoviranje zdravih životnih stilova, sportskih aktivnosti itd.

- *Međunarodni dan borbe protiv alkoholizma – 1. travnja* - cilj obilježavanja ovog datuma jeste preventivno educirati građane o štetnosti alkohola i tako utjecati na smanjenje broja ovisnika i recidivista. Kampanje obično podrazumijevaju da se na taj dan na prometnim mjestima u gradovima postave štandovi s promotivnim materijalima, i dovedu stručnjaci iz područja medicine koji će građanima odgovarati na sva pitanja i davati im sve potrebne informacije.

- *Međunarodni dan borbe protiv pušenja – 31. svibnja* – Svjetska zdravstvena organizacija svrstala je ovisnost o pušenju među bolesti. Cilj obilježavanja ovog dana jest podizanje svijesti o štetnosti duhanskih proizvoda, posljedicama konzumacije itd. Kampanje koje se održavaju na ovaj dan podrazumijevaju promociju institucija javnog zdravstva koje nude programe i terapije za odvikavanje od duhanskog dima.

TREĆA GODINA – SEKSUALNOST I ZAŠTITA SEKSUALNOG I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA I PRAVA

Godina 3

Prvo polugodište: Seksualno i reproduktivno zdravlje

- *Međunarodni dan seksualnog i reproduktivnog zdravlja – 12. veljače* – cilj obilježavanja ovog dana jest uvođenje preventivnih mjera i aktivnosti kojima se sprječava obolijevanje od seksualno prenosivih bolesti i infekcija. Kampanje sadrže edukaciju mladih po pitanju reprodukcije i seksualnosti, savjetovanja po pitanju porodice, prevenciju i liječenja spolno prenosivih bolesti, zaštitu o seksualnom nasilju i brigu o žrtvama.

- *Međunarodni dan zdravlja – 7. travnja* – obilježava se od 1950. godine kada ga je Svjetska zdravstvena organizacija usvojila kao službenim. Cilj obilježavanja ovog dana jest na globalnoj razini ukazati na važnost određenog zdravstvenog problema, te skrenuti pažnju šire društvene zajednice na prioritetna područja važna za očuvanje zdravlja i sprječavanje pojave bolesti. Svake godine se izabere jedna posebna tema kojoj se daje poseban značaj pri obilježavanju međunarodnog

dana. Kampanje sadrže postavljanje info pultova na javnim mjestima, podjelu promotivnih materijala, besplatnog mjerenja šećera u krvi, krvnog pritiska, savjetovanje sa stručnjacima iz područja medicine itd.

Godina 3

Drugo polugodište: Spolno prenosive bolesti, kontracepcija i prava

- *Međunarodni dan borbe protiv AIDS-a – 1. prosinca* – praznik koji se obilježava pod pokroviteljstvom Svjetske zdravstvene organizacije. Svake godine izabere se jedna tema o kojoj se dodatno educira javnost i predstavljaju joj se najnovije informacije. Cilj obilježavanja ovog dana nije samo podizanje svijesti o infekciji HIV-om i AIDS-om, nego i isticanje dostignuća koja su postignuta u prevenciji zaraze HIV-om, ali i dostupnosti terapije kojom se postiže gotovo normalno, očekivano trajanje života kao u nezaraženoj populaciji. Međunarodni simbol podrške jest crvena vrpca. Kampanje koje se organiziraju na ovaj dan sadrže edukacije za mlade po pitanju reproduktivnog zdravlja i spolno prenosivih bolesti, a dijele se i spomenute crvene vrpce.

- *Međunarodni dan kontracepcije – 26. rujna* – cilj obilježavanja ovog dana jest podizanje svijesti javnosti o važnosti planiranja obitelji i različitim kontracepcijskim sredstvima koje ženama i muškarcima omogućavaju da budu odgovorni prema svom tijelu i životu u cjelini. Aktivnosti koje se provode tijekom trajanja kampanje su anketiranje mladih o pitanjima vezanima za kontracepciju, edukacije i predavanja čiji je cilj rušenje oznake tabua sa seksualnosti, kontracepcije i seksualnih odnosa.

ČETVRTA GODINA – RODITELJI 21. STOLJEĆA

Godina 4

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

- *Majčin dan – 12. svibnja* – Osnivačica ovog dana smatra se Anna Marie Jarvis. Ona je u Graftonu 12. svibnja 1907. u nedjelju nakon druge godišnjice smrti svoje majke osnovala Memorial Mothers Day Meeting. S 500 bijelih karanfila izrazila je svoju ljubav prema preminuloj majci i u mjesnoj ih je crkvi dijelila drugim majkama. Od 1914. godine, ovaj praznik proglašen je nacionalnim, a kasnije i međunarodnim. Kampanje obilježavanja ovog dana sadrže razne kulturne manifestacije čiji je cilj promociju obiteljskog života.

- *Međunarodni dan očeva –19. ožujka* – cilj obilježavanja ovog dana jest skrenuti pažnju na ravnopravnost oba roditelja u procesu odgajanja djece. Institucije, ali i javnost, obično su naklonjeni majkama, gdje nerijetko dolazi do kršenja prava drugog roditelja. Kampanje prilikom obilježavanja ovog međunarodnog dana podrazumijevaju podizanje svijesti javnosti o ulozi očeva u obitelji te rušenju tradicionalnih podjela poslova na “muške” i “ženske”.

Međunarodni dan obitelji – 15. lipnja – Cilj obilježavanja ovog praznika jest skrenuti pažnju na važnost obitelji te javnost potaknuti na pružanje podrške obiteljima koje su suočene s problemima u socijalnom, kulturnom i ekonomskom smislu. Kampanje obično podrazumijevaju podizanje svijesti o preventivnom djelovanju protiv nasilja u obitelji te nasilja između partnera i fizičkog nasilja nad djecom.

Prilog 3

Izgradnja uspješnih timova

Ovdje ćemo vam dati neke od primjera jednostavnih igara izgradnje timskog duha i uspješnih timova koje možete koristiti tijekom svojih aktivnosti ili na sastancima kluba kako bi **osnažili povjerenje i odnose između članova/ica.** Budite slobodni potražite ih i na internetu, gdje su dostupne pod nazivima „Izgradnja timskog duha“ ili na engleskom, jer u tom slučaju ih ima mnogo više dostupnih: „Team building games“.

2 istine i 1 laž

Dajte sudionicima/cama 3 mala papirića i zamolite ih da napišu 3 stvari o sebi za koje su sigurni da nitko od sudionika/ca ne zna, od kojih su 2 istinite, a 1 je laž. Kad svi sudionici/ce napišu tvrdnje o sebi, neka ih pročitaju, jedno po jedno, naglas, dok ostali pokušaju razlučiti istine od laži.

Tko je voditelj?

Zamolite sudionike/ce da sjednu u krug. Jedna osoba dobrovoljno napušta prostoriju. Kad ta osoba izađe ostatak grupe bira "voditelja". Voditelj mora izvršiti seriju radnji, kao što su pljeskanje, tapkanje stopala, skakanje u mjestu itd., koje kopira cijela grupa. Dobrovoljac/ka se vraća u prostoriju i treba stati u sredinu i pogoditi tko je voditelj. Grupa treba štititi voditelja kako osoba ne bi pogodila o kome se radi. Voditelj treba često mijenjati radnje u redovnim intervalima, ali ne biti uhvaćen. Kada volonter prepozna voditelja, pridruži se krugu, a osoba koja je bila voditelj napušta prostoriju kako bi grupa izabrala novog voditelja.

Brojimo zajedno

Zamolite sudionike/ce da broje od 1 pa do broja koliko sudionika/ca ima u grupi dok su im oči zatvorene (poželjno je da sudionike/ce razdvojite u prostoriji). Cilj igre je da izbroje nasumično do posljednjeg broja, a da se pri tom nijedan broj ne kaže dva puta u glas ili ponovi. Također, jedan sudionik ne smije reći dva broja zaredom. Ako se to dogodi, ponavlja se igra i kreće se ponovo od broja 1. Nema pravila tko počinje i tko završava, sudionici/ce sami nasumično trebaju krenuti s brojanjem.

Kod koga je predmet

Sudionice/ce trebaju stati jedno do drugog u krug, s tim da jedna osoba treba biti u sredini. Ruke sudionika/ca trebaju biti iza leđa. Uzmite neki predmet i stavite ga jednom od sudionika/ca u ruke iza leđa. Predmet neka kruži okolo Osoba koja je u sredini treba pogoditi kod koga je predmet. Kada pogodi, osoba kod koje je bio predmet ide u centar kruga i igra se ponavlja.

Paukova mreža

Zamolite sudionike/ce da hodaju slobodno po prostoriji u što manjem razmaku jedni između drugih. Kada im kažete „stop“, trebaju stati i iz te se pozicije uhvatiti za ruku (kao da se rukuju) s bilo kojim članom grupe. Svaki sudionik/ce može uhvatiti bilo koga i nitko se ne smije s obje ruke držati s istom osobom. Kad su svi to napravili, zamolite ih da bez puštanja ruku naprave veliki krug, držeći se i dalje za ruke. Grupa sama treba pronaći način kako se odmrsiti iz „paukove mreže“.

Prenesi energiju

Zamolite sudionike/ce da sjednu u krugu na podu, uhvate se za ruke i dobro koncentriraju. Facilitator treba poslati „puls“ sudioniku/ci do sebe tako što će mu/joj nježno stisnu ruku. Kada osjetite „puls“ ili stisak trebate ga prenijeti dalje i tako aktivirati grupu. Objasnite sudionicima/ama da na ovaj način jedni drugima prenosite energiju.

Poljubi zeku

Zamolite sudionike da svi stanu u krug. Vi, kao facilitator, objasnite sudionicima/ama da u rukama imate zamišljenog zeku. Tog zeku trebate poljubiti i recite prisutnima u koji dio tijela ste ga poljubili (obraz, glava, uši ...). Zeku potom prenesete na osobu do vas koja treba ponoviti isto, ali zeku poljubiti u neki drugi dio tijela. Kada „zeko“ obiđe cijelu krug i opet dođe do vas, objasnite grupi da zeko predstavlja poštovanje i da na način na koji ste poljubili zeku trebate poljubiti osobu do vas. U ovom trenutku može doći do pojave nelagode. Ako nekome bude previše nelagodno, ne mora uraditi istu stvar već ono u čemu se osjeća lagodno i komforno. Ovom igrom stvarate dublju povezanost vašeg tima.

Masaža

Zamolite sudionike/ce da stanu u krugu jedni iza drugih. Svako treba nježno masirati osobu ispred sebe kroz 2-3 minute. Nakon toga, zamolite grupu da se okrene i to isto ponovi s osobom koja je njih masirala.

Povjerenje je važno

Zamolite sudionike/ce da stanu u parove s osobama su približne visine i konstitucije njima. Jedna osoba treba se okrenuti leđima i lagano se pustiti kao da pada (ravno, bez savijanja, zbog lakoće hvatanja), dok druga osoba u paru treba biti iza nje i uhvatiti ju u pokušaju pada (ispod ruku, oko struka). Ponovite aktivnost više puta dok se svatko ne osjeća dovoljno komforno da ju uradi. Budite pažljivi da se netko ne povrijedi. Ova igra potiče izgradnju povjerenja u grupi.

„Minsko polje“

Na sredini prostorije zalijepite trake na pod u obliku kvadrata od oko 2-3m. U kvadrat stavite papire, olovke ili neke druge predmete kao prepreke. Jedan volonter treba staviti povez preko očiju kako ne bi vidio što se nalazi u krugu. Kad osoba stavi povez na oči, rasporedite predmete u kvadratu i definirajte onaj koji treba podignuti (poželjno je da se razlikuje od ostalih). Svi sudionici/ce trebaju stati okolo kvadrata i usmjeravati osobu kako bi pokupila jedan od predmeta koji ste definirali kao siguran. Svi su ostali predmeti „mine“ ili prepreke i na njih se ne smije stati. U tom slučaju, igra kreće ispočetka i cijeli kvadrat se preraspoređuje. Sudionici/e usmjeravaju osobu, ali ne smiju reći uputstva kao što su „desno“, „lijevo“, „gore“, „dolje“, „ravno“ i „natrag“.

Prilog 4

Kako podići grupnu energiju: Energizers
Ovdje ćemo vam dati samo neke od primjera jednostavnih igara koje utječu na podizanje grupne energije i pomažu u dizanju interesa grupe s kojima radite. Igre možete koristiti na svojim aktivnostima ili sastancima kluba kako bi **podigli razinu energije i entuzijazma u grupi ili potaknuli grupu na razmišljanje.**

Lančana poruka

Zamolite sudionike/ce da stanu jedni pored drugih. Voditelj/ica prvoj osobi u redu šapne početak rečenice (npr., sedam visokih ljudi ušlo je u bar) a osoba prenosi poruku sljedećoj u nizu i dodaje još jednu rečenicu koja je povezana s prethodnom. Sljedeća osoba mora dodati rečenicu na prethodnu i sve šapnuti osobi do nje. Ovaj redoslijed se nastavlja sa svakim dodatnim sudionikom/com sve do posljednje osobe koja mora prepričati cijelu priču.

Zagrljaji

Sudionici/ce stoje u krugu. Kad voditelj/ica izgovara "Idi", moraju zagrliti što više ljudi sljedećih 30 sekundi. Igra se može igrati kao natjecanje u kojem oni koji najviše ljudi zagrle - pobjeđuju. Tijekom igre reproducirajte veselu glazbu. Varijacija: Sudionici/ce moraju brzo zagrliti sve ostale sudionike, a zatim sjesti.

Ogledalo

Sudionici/ce su u parovima. Jedna osoba je "glumac/ioca", a druga "ogledalo". "Glumac/ica" i "ogledalo" moraju se suočiti jedni s drugima. "Ogledalo" čini sve što čini glumac/ica. Nakon nekog vremena, zamijenite uloge.

Tko sam ja?

Na post-it papiriće napišite imena poznatih osoba i zalijepite ih sudionicima na čelo, tako da ih ne mogu vidjeti. Zamolite sudionike/ce da hodaju po sobi, postavljajući pitanja o identitetu zadane im osobe. Na pitanja se može odgovoriti samo s „da“ ili „ne“. Igra se nastavlja dok svi ne pogode tko su.

Voćna salata

Podijelite sudionike/ce na 3 vrste voća (npr. banane, ananas i jabuke). Neka stoje u krugu, a broj stolica neka bude za jedan manje od broja sudionika. Kad voditelj/ica kaže “Jabuke” tada ustaju samo sudionici/ce koji su pri podjeli dobili naziv jabuke, i trebaju pronaći slobodno

mjesto. Kada voditelj/ica kaže “Voćna salata” tada ustaju svi sudionici/ce, i cilj je pronaći slobodnu stolicu. Onaj tko ne pronađe stolicu ispada.

Dodirni nešto plavo

Zamolite sudionike/ce da ustanu. Ideja je da svatko od njih pronađe nešto plavo (ili neka druga boja) te se za to uhvate. To može biti bilo koji predmet zadane boje u prostoriji. Svaki sljedeći put, predmet mora biti drugačiji. Svaka se osoba može primiti za samo jedan predmet te boje.

Što je promijenjeno?

Sudionici/ce su podijeljeni u parove. Partneri/ce promatraju jedni druge i pokušavaju zapamtiti što više detalja. Onda jedan okreće leđa, a druga tri mu pomažu promijeniti svoj izgled, na primjer, stavljajući sat na drugi zglob, skidajući naočale, zavrćući rukave... Drugi se igrač okreće i mora otkriti promjene. Igrači zatim mijenjaju uloge.

Rođendan

Cilj je ove igre da se sudionici/ce u poredaju u jednu liniju, bez riječi, po datumu rođenja. Npr. na početku reda stoji neko tko je rođen u siječnju, zatim veljača, ožujak, pazeći pritom na datum i vrijeme rođenja.

Ne odgovaraj!

Sudionici/ce su u krugu. Jedna osoba počinje odlaskom do nekoga i postavlja pitanje poput "Što je tvoja najgora navika? "Međutim, oni ne smiju sami odgovoriti na pitanje, već osoba s lijeve strane mora odgovoriti za njih. Učinite njihove odgovore što maštovitijim.

Volim te zbog...

Sudionici/ce sjede u krugu, a voditelj/ica počinje igru tako što za osobu sa svoje desne strane mora reći neku lijepu osobinu. Igra ide u krug dok svi sudionici ne dobiju priliku da kažu bar jednu osobinu.

Tko si ti?

Jedan/na od sudionika/ca napušta prostoriju. Dok je on/ona odsutan/tna, ostatak sudionika/ca odlučuje o zanimanju za njega/nju, kao što je vozač/ica ili kuhar/ica... Kada se dobrovoljac/ka vrati, ostatak sudionika/ca priprema aktivnosti. Dobrovoljac/ka mora pogoditi koje je njegovo/njeno zanimanje.

Ispiši svoje ime

Sudionici/ce stoje u krugu, i moraju izabrati jedan dio tijela. Nakon što su svi izabrali, cilj je igre da tim dijelom tijela ispišu svoje ime, bilo u zraku ili na papiru.

Najduža linija

Ova igra zahtjeva mnogo prostora. Sudionike/ce treba podijeliti u timove od po 8-10. Svaki tim mora imati isti broj članova. Objasnite da je zadatak stvaranje najduže linije koristeći tijela sudionika/ca, odjeću ili stvari u

džepovima članova. Sudionicima/ca nije dozvoljeno sakupljati druge stvari iz sobe / izvana. Dajte signal za početak igre i postavite vremensko ograničenje, kao što su recimo dvije do tri minute, ovisno o veličini grupe. Tim s najdužom linijom je pobjednički.

Ustani, sjedni!

Dajte svakom sudioniku/cu neki broj. Nakon toga, pričajte priču koja u sebi ima mnogo brojeva. Svaki put kada spomenete neki broj, sudionik/ca sa tim brojem mora ustati.

O Kabita!

Kada voditelj/ica kaže “START”, svako od sudionika/ca mora da kaže “O Kabita!”, ali na različite načine – tužno, sretno, ljutito...

Literatura/Izvori

› Inicijativa mladića - Studija slučaja; Uključivanje mladića na zapadnom Balkanu u promociju rodne ravnopravnosti i prevenciju nasilja, CARE, 2012
› www.youngmeninitiative.net
› Priručnik za provođenje kampanja za mlade: Promocija rodne ravnopravnosti i zdravih stilova života, , SMART Kolektiv i CARE, 2017

Rječnik bitnih pojmova:

Svi pojmovi preuzeti su iz Rječnika Men Engage Alliance Glossary, ukoliko nije drugačije navedeno

1. http://menengage.org/wp-content/uploads/2014/12/MenEngage-Accountability-Toolkit-Nov.-5_draf.pdf

2. https://trainingcentre.unwomen.org/mod/glossary/view.php

3. Adler, N.E., Marmot, M., McEwen, B.S., Stewart, J., editors, (1999). Socioeconomic status and health in industrial nations: social, psychological, and biological pathways. New York: New York Academy of Sciences

4. Braveman, P., Egerter, S., & Williams, D. R. (2011). The social determinants of health: coming of age. Annual review of public health, 32, 381-398.

5. Braveman, P. A., Egerter, S. A., Woolf, S. H., & Marks, J. S. (2011). When do we know enough to recommend action on the social determinants of health?. American journal of preventive medicine, 40(1), S58-S66.

6. Buchanan, D. A. (1997). Organizational behaviour: Integrated readings. Prentice Hall.

7. CARE International, (2011). M priručnik: priručnik za obuku. Banja Luka, BiH: CARE International.

8. Crownover, J., Mehmedović, F., Petković. (2017). Program Y Mladi – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka. Banja Luka, BiH: Glavni ured CARE Deutschland-Luxemburg e.V. u BiH.

9. DFID PPA Gender Learning Partnership, (2015). What works to achieve gender equality and women's and girls' empowerment?.

10. Dušanić, S. (2017). Završna evaluacija projekta Promovisanje zdravijih životnih stilova među mladima u Bosni i Hercegovini osporavanjem rodnih stereotipa – projekat Inicijativa mladića (YMI)

11. European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Health Communication Overview. ECDC, 2005-2009 [28-10-2011], Dostupno na:

12. ‹http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/health_communication/basic_facts/Pages/overview.aspx›. Pristupljeno 8. juna 2018.

13. Fox, K. A., Sixsmith, J., Doyle, P., & Barry, M. M. (2014). A literature review on health communication campaign evaluation with regard to the prevention and control of communicable diseases in Europe.

14. Gailius, Ž., Malinauskas, A., Petkauskas, D., & Ragauskas, L. (2013). Darbo su jaunimo grupėmis vadovas. Neformaliojo ugdymo praktika Lietuvoje.

15. Interagency Gender Networking Group (2018) ‹https://www.igwg.org/›. Pristupljeno 8. Juna 2018.

16. Katzenbach, J. R., & Smith, D. K. (2015). The wisdom of teams: Creating the high-performance organization. Harvard Business Review Press.

17. McGinnis, J. M., & Foege, W. H. (1993). Actual causes of death in the United States. Jama, 270(18), 2207-2212.

18. Schement, J. R. (2002). Encyclopedia of Communication and Information: Por-Zoo. Index (Vol. 3). MacMillan Reference Library.

19. Schneider, M., DeBar, L., Calingo, A., Hall, W., Hindes, K., Sleigh, A., ... & Steckler, A. (2013). The effect of a communications campaign on middle school students' nutrition and physical activity: results of the HEALTHY study. Journal of health communication, 18(6), 649-667.

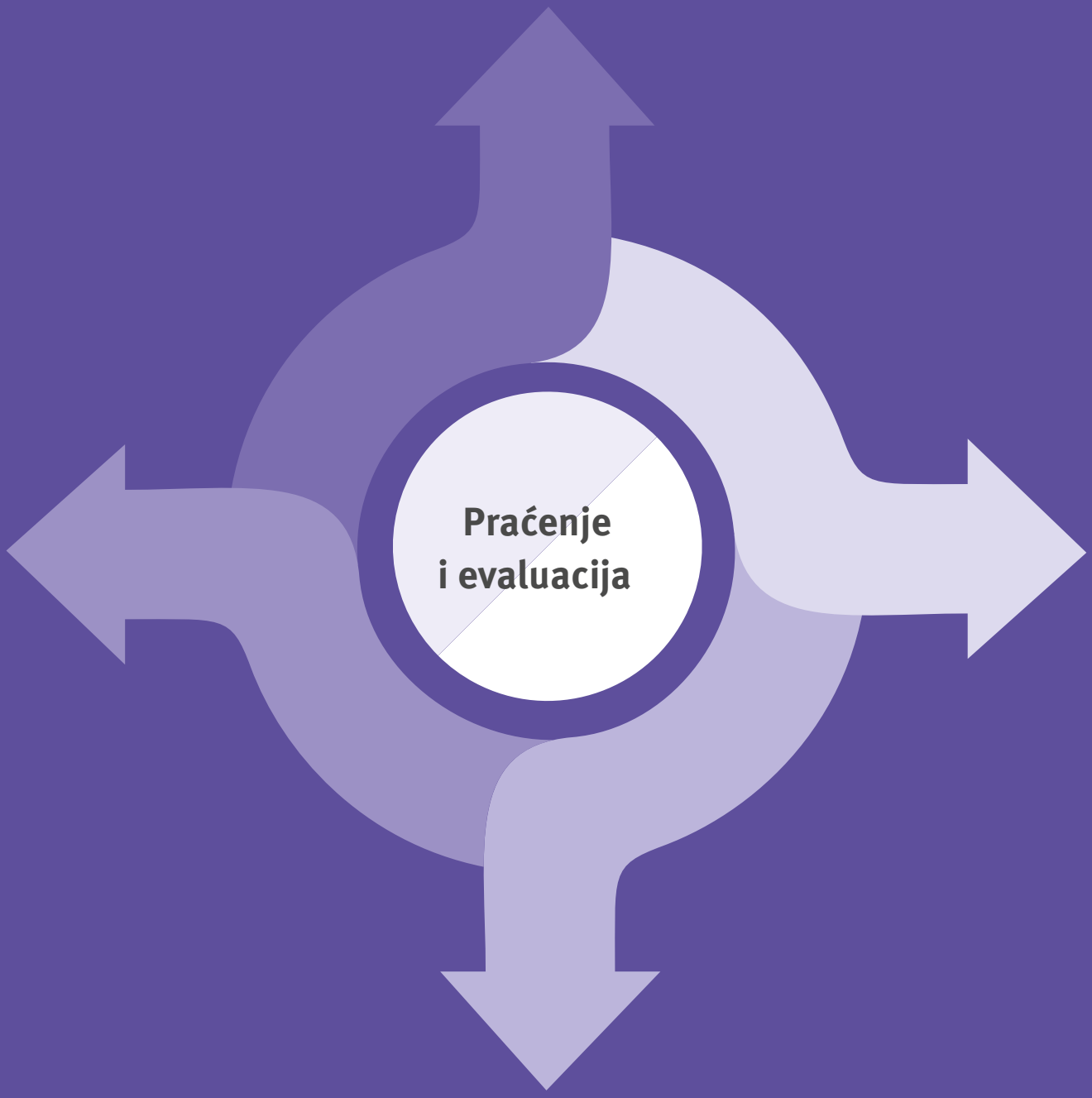
20. "Sexism". New Oxford American Dictionary (3rd ed.). (2010). Oxford University Press.

21. Stewart, J., & Adler, N. E. (2010). biology of disadvantage. Published by Blackwell Pub. on behalf of the New York Academy of Sciences.

Program Y

PRAĆENJE I EVALUACIJA

u školama


Praćenje
i evaluacija

Program Y Praćenje i evaluacija u školama

Da bi se osigurali visoki standardi implementacije, objektivna analiza, kontinuirane povratne informacije te poboljšane mogućnosti učenja i dalji razvoj „Programa Y“ u srednjim školama, preporučuje se da se praćenje i evaluacija provode na redovitoj bazi.

Praćenje i evaluacija sastavni su dijelovi programa i preporučuje se da školsko osoblje imenuje jednog od svojih članova za praćenje i evaluaciju programa tijekom čitavog njegovog trajanja, počevši od samog početka.

Praćenje se treba provoditi na redovitoj bazi. Praćenje treba uključivati i redoviti pregled kratkih narativnih izvještaja s radionica i kampanji pripremljenih od strane profesora i vršnjačkih edukatora, praćenje broja sudionika uključenih u program (uključujući podatke razvrstane prema rodu sudionika), potpisne liste sudionika, uključujući i one koji su prisustvovali radionicama i kampanjama i drugim relevantnim događajima u školi.

Evaluaciju treba provoditi kroz:

1. Uspoređivanje rezultata početne procjene i rezultata završnog istraživanja (mjerenje promjene koja se može pripisati Programu Y)

2. Predtestiranje i post-testiranje (znanje i stavovi)

3. Prikupljanje povratnih informacija (usmeno ili pismeno, od učenika, profesora, roditelja i drugih uključenih aktera)

4. Audio i video snimanje sudionika tijekom radionica, kampanja i drugih predviđenih aktivnosti

Mogući pokazatelji za mjerenje napretka su navedeni u nastavku:

a) **Izlazna razina** (kao rezultat direktnog ulaza ili implementiranih aktivnosti)
- Broj profesora obučenih za implementaciju Programa Y
- Broj radionica implementiranih od strane profesora i školskog osoblja
- Broj učenika (djevojke/mladići) koji su prisustvovali radionicama koje su vodili profesori
- Broj aktivnosti kampanje koje su implementirali učenici i profesori
- Broj javnih akcija u zajednici koje su implementirali učenici i profesori

b) **Razina ostvarenog rezultata:**
- Postotak (%) ciljanih učenika (djevojke/mladići) pokazuje poboljšano znanje i stavove o rodnoj ravnopravnosti i zdravim životnim stilovima, a interpersonalno nasilje među njima je smanjeno.
- Postotak (%) profesora (žene/muškarci) koji navode promijenjene stavove u pogledu rodne ravnopravnosti kao direktan rezultat sudjelovanja u realizaciji Programa Y.

Preporuke za početno i završno istraživanje:

Početno istraživanje – Sveukupni cilj početnog istraživanja jest opisati stanje prije početka intervencije kako bi se mogla utvrditi osnova za praćenje napretka projekta tijekom njegove realizacije, kao i prikupiti podatke koji će se koristiti u implementaciji programa u školama. Početna procjena daje ulazne podatke za adekvatan razvoj programa i upravo zbog toga nju treba provesti prije bilo kakve intervencije. Dobiveni rezultati ukazuju na što bi program trebalo fokusirati (na primjer, ako početno istraživanje pokazuje nisku razinu znanja o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i visoku razinu razumijevanja rodne ravnopravnosti, tim za implementaciju može prilagoditi program i intervenciju, prebacivanjem fokusa na reproduktivno zdravlje te uključivanjem jednostavnijih i složenijih aktivnosti u pogledu seksualnog i reproduktivnog zdravlja, a mnogo manje u pogledu rodne ravnopravnosti).

...cilj početnog istraživanja jest opisati stanje prije početka intervencije...

Završno istraživanje – Glavni cilj završnog istraživanja jest da doprinese sveobuhvatnom razumijevanju sveukupnog napretka programa, kao i promjenama znanja, stavova i ponašanja u vezi s nasiljem i rodno uvjetovanim nasiljem, rodnom ravnopravnošću i zdravim životnim stilovima mladića i djevojaka, ali i profesora i roditelja.

Procjenu razine znanja, stavova i ponašanja gore navedenih ciljnih grupa treba obaviti **provođenjem istraživanja putem samo-administriranih upitnika** prije implementacije programa u školi, tako da se **uspoređivanje i procjena svrhe programa može obaviti** u završnoj procjeni koju treba provesti nakon implementacije programa.

...treba obaviti provođenjem istraživanja putem samo-administriranih upitnika prije implementacije programa u školi...

U ovom dokumentu možete pronaći dokumente dobivene tijekom istraživanja koji se odnose na učenike i profesore, a koji dokazano pružaju neophodne informacije koje se odnose na programske ciljeve.

Opis procesa

- Polazno istraživanje - počinje prije bilo kakve programske aktivnosti. Njega treba provesti u rujnu/listopadu, na početku školske godine.
- Veličina uzorka – početno istraživanje treba provesti s učenicima prvog razreda (mladićima i djevojkama) i ako je moguće, istraživanje treba provesti sa svim učenicima prvog razreda. Ako to nije moguće, školsko osoblje može odlučiti o veličini reprezentativnog uzorka za svoju školu.
- Testiranje/pilotiranje upitnika – prije početnog istraživanja: testiranje upitnika treba obaviti pilotirajući upitnik na 5-10 učenika kao dio provjere stvarnosti. Ako postoje pitanja koja oni ne razumiju ili ih tema zbunjuje, školsko osoblje trebalo bi izvršiti neophodno prilagođavanje i finalizirati upitnik nakon dobivanja povratne informacije.
- Kodiranje – služi sveobuhvatnom mjerenju promjene. Preporučuje se da svaki učenik kao sudionik u istraživanju dobije svoj kod. Imenovani član školskog osoblja trebao bi osigurati da su kodovi povezani s popisom učenika, ali je još važnije da se poštuje povjerljivost svakog ispitanika nakon provedenog istraživanja.
- Obrazac za pristanak – osoba zadužena za istraživanje treba osigurati da svi učesnici u istraživanju (ili njihovi roditelji) potpišu obrazac za pristanak kojim potvrđuju svoju spremnost za sudjelovanje u istraživanju. Učenici koji ne žele sudjelovati ne trebaju potpisati obrazac za pristanak.
- Popis mehanizama za upućivanje – školsko osoblje treba osmisliti i objaviti popis postojećih mehanizma za podršku, savjetovanje ili upućivanje na mjestu koje je dostupno u njihovoj školi i lokalnoj zajednici i pobrinuti se da su sudionici u istraživanju upoznati s tim mehanizmima.

POLAZNO ISTRAŽIVANJE

VELIČINA UZORKA

TESTIRANJE/ PILOTIRANJE UPITNIKA

KODIRANJE

OBRAZAC ZA PRISTANAK

POPIS MEHANIZAMA ZA UPUĆIVANJE

PRIKUPLJANJE PODATAKA

- Prikupljanje podataka – prikupljanje podataka treba obavljati iskusno školsko osoblje kao što su školski pedagozi ili psiholozi. Također, moguće je da školsko osoblje obuči učenike viših razreda za sakupljanje podataka i provođenje testiranja. Prikupljanje podataka se može obaviti u 45 minuta pomoću sastavljenog upitnika koji je predstavljen u ovom dokumentu (molimo pogledajte ispod), pri čemu je 10 minuta rezervirano za uvod o svrsi istraživanja, potpisivanje obrazaca za pristanak, dijeljenje popisa mehanizama za upućivanje i upitnika. Učenicima je obično potrebno 30-35 minuta da popune upitnike, što bi trebalo biti učinjeno u tišini i bez ikakvih prekida.

ANALIZA PODATAKA

- Analiza podataka – podrazumijeva statističku obradu podataka koja se može obaviti korištenjem različitih statističkih programa. Najpogodniji programi kreirani za tu svrhu su SPSS, R i drugi. Alternativno, može se koristiti i Microsoft Excel ili neki drugi program. Obrada statističkih podataka najčešće podrazumijeva kalkulaciju jednostavnih deskriptivnih mjerenja, kao što su postoci ili potencijalne aritmetičke sredine. Neophodno je da se razdvoje obrada podataka mladića i djevojaka. Predlažemo da ovaj posao obavljaju stručni suradnici, jer oni već imaju određena statistička znanja. Treba izračunati podatke o karakteristikama uzorka (rod, obrazovanje i zaposlenost roditelja, itd) i podatke o konkretnim pojavama koje se ocjenjuju (tvrdnje i pitanja o rodnoj ravnopravnosti, nasilju, seksualnom i reproduktivnom zdravlju, itd.)

IZVEŠTAJ O ISTRAŽIVANJU

- Izvještaj o istraživanju – nakon analize podataka; školsko osoblje treba osmisliti kratak i jednostavan izvještaj o nalazima podijeliti ga sa školskim odborom, ali i koristiti za planiranje budućih radionica i aktivnosti u školi.

IMPLEMEN-TACIJA PROGRAMA

- Implementacija programa – nakon završetka početnog istraživanja, implementacija programa može početi. Prvo, važno je obučiti profesore i vršnjačke edukatore. Kao prilog ovog dokumenta, možete pronaći prijedloge za predtestove i post-testove za profesore i vršnjačke edukatore koji služe za mjerenje promjene njihovog znanja, stavova i ponašanja.

ZAVRŠNO ISTRAŽIVANJE

- Završno istraživanje – treba se obaviti s učenicima završnih razreda (3. ili 4. razred) koje uključuje iste učenike iz osnovnog istraživanja (kada su bili 1. razred). Trebalo bi ponoviti korake vezane za kodiranje, pristanak, mehanizme za upućivanje i moguću obuku za prikupljanje podataka. Ovdje je vrlo je važno da se kodovi mogu povezati s učenicima kako bi se identificirali učenici koji su učestvovali u početnom istraživanju.

› Analiza podataka – uspoređivanje početnog i završnog istraživanja. Ovaj proces podrazumijeva uspoređivanje podataka iz početnog i završnog istraživanja. Koriste se slične statističke analize kao analize podataka iz početnog istraživanja. Osim toga, bilo bi korisno da se izračunaju tzv. zbirni rezultati za pojedine pojave kao što su rodna ravnopravnost, počinjeno nasilje, znanje o seksualnom i reproduktivnom zdravlju, itd. Korisno je vidjeti postoje li statistički značajne razlike u zastupljenosti ovih pojava u početnom i završnom istraživanju. Za ovo se koriste neparametarski statistički testovi za dva povezana uzorka. Ako se koristi SPSS, oni se nazivaju Wilcoxon test i McNemar test. Ove dodatne analize podrazumijevaju složenije statističko znanje tako da preporučujemo da potražite pomoć od stručnjaka za statistiku.

ANALIZA PODATAKA

› Izvještaj o istraživanju – sastoji se od nekoliko dijelova. Sadržaj dolazi odmah nakon naslovne strane izvještaja, a zatim slijedi poglavlje Uvod. Ono opisuje probleme u zajednici koji se odnose na temu projekta, opisuje zašto je ovaj projekt neophodan, osnovne komponente projekta i ciljeve istraživanja. Poglavlje pod nazivom Metode opisuje: uzorak, odnosno broj mladića i djevojaka, glavne karakteristike njihovih obitelji (npr. obrazovanje, materijalni status, itd.), upitnik, proces istraživanja, program intervencije i način na koji su statistički podaci obrađeni. Sljedeće poglavlje Rezultati sadrži tabele i kratka opisna tumačenja dobivenih rezultata. Preporučujemo da se rezultati grupiraju po tematskim područjima. Dio Završne napomene" ili Diskusija sadrži složenije tumačenje dobivenih rezultata. Određene preporuke za budući rad, kao i zaključak, također se navode u ovom poglavlju. Na kraju se eventualno navodi popis korištene literature, ukoliko se spominje u tekstu.

IZVEŠTAJ O ISTRAŽIVANJU

Kvalitativno prikupljanje podataka – ako i kada je to moguće, možete pokušati organizirati intervjue s korisnicima programa (učenici) i njihovim profesorima i roditeljima. Za vrijeme ovih intervjua možete dobiti mnogo podataka koji mogu pokazati moguću promjenu i utjecaj projekta iz kojih se mogu kreirati studije slučaja i uspješne priče koje se mogu koristiti za dalje promoviranje programa ili prikupljanje sredstava.

...možete pokušati organizirati intervjue s korisnicima programa (učenici) i njihovim profesorima i roditeljima....

Predlažemo vam da slijedite ovaj proces kao što je to ovdje opisano i koristite ponuđene alate tako da se utjecaj programa može mjeriti na isti način u svim školama širom regije Balkana u kojima je program implementiran. U tom smislu, ministarstva obrazovanja mogu pratiti i koristiti postojeće podatke i istražiti mogućnosti za uvođenje „Programa Y „u nastavni plan i program. Ako vam je potrebna pomoć, obratite se lokalnim partnerskim organizacijama u vašoj zemlji. Sretno!

Prilog 1
Upitnik za učenike iz početnog/završnog istraživanja (pred i post-testovi)

Prilog 2
Primjer obrasca za pristanak

Prilog 3
Primjer spiska mehanizama za upućivanje

Prilog 4
Predtest i post-test za profesore

Prilog 5
Predtest i post-test za vršnjačke edukatore

Prilog 6
Intervju za roditelje u sklopu kvalitativnog istraživanja

Prilog 7
Obrazac izvještaja za radionice i aktivnosti kampanje

Prilog 8
Primjer baze podataka učenika i profesora

Prilog 1 Upitnik za učenike iz početnog/završnog istraživanja(pred i post-testova)

PROGRAM Y – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka

UPITNIK ZA UČENIKE/CE

Upitnik sadrži pitanja o različitim sferama života srednjoškolaca, kao što su zdravlje, nasilje, obitelj, rodni odnosi, itd. Važno je da daš iskrene odgovore na sva pitanja. Ovo nije test znanja i nema netočnih odgovora. Upitnik se popunjava tako da zaokružiš ili upišeš odgovarajući odgovor. **Upitnik ne treba potpisivati.**

P 1. Spol? a) Ženski b) Muški

P 2. koliko imaš godina? _____

RODNI ODNOSI

P 3. Molim te da pažljivo pročitaš sljedeće tvrdnje. Izrazi koliko si suglasan/na sa svakom tvrdnjom tako da upišeš X u odgovarajuće polje (potpuno netočno – uglavnom netočno - ni točno ni netočno - uglavnom točno - potpuno točno).

	TVRDNJA	Potpuno notačno	Uglavnom notačno	Ni točno ni netoč-no	Uglavnom točno	Potpuno točno
1	Ženina najvažnija uloga je briga o domu i djeci.					
2	Mijenjanje pelena, kupanje i hranjenje djece majčina je dužnost.					
3	Ako žena prevari muškarca, opravdano je da ju on udari.					
4	Šamar predstavlja vrstu nasilja.					
5	Prihvatljivije je da dječak pobjegne s nastave nego djevojčica.					
6	Muškarac treba imati posljednju riječ u odlukama u kućanstvu.					
7	Prihvatio bih LGBT prijatelja.					
8	U redu je da muškarac udari svoju suprugu ako ona ne želi spolni odnos s njim.					
9	Stidio/la bih se da mi je sin pripadnik LGBT populacije.					
10	Žena treba prihvaćati nasilje da zadrži obitelj na okupu.					
11	Muškarac i žena zajedno trebaju odlučiti koju metodu kontracepcije koristiti.					
12	U redu je da muškarci plaču i pokažu svoje emocije pred drugima.					
13	U redu je udariti LGBT osobu ako flertuje sa mnom.					
14	Kada je žena seksualno uznemiravana, to je najčešće zbog toga kako je ona obučena.					
15	Prihvatljivo je da roditelji tuku svoju djecu kad se ona ne ponašaju kako treba.					
16	Najznačajnije osobine muškarca su fizička snaga i moć.					
17	Verbalne uvrede predstavljaju vrstu nasilja.					

ZDRAVLJE

P 4. Konzumiraš li cigarete/duhan (zaokruži)? a) Ne b) Da

P 5. Koliko često piješ alkohol (zaokruži)?

a) Nikada
b) Nekoliko puta godišnje
c) Nekoliko puta mjesečno
d) Nekoliko puta tjedno
e) Skoro svaki dan

P 6. U posljednja tri mjeseca, koliko često si popio/la pet (5) ili više pića jednom prilikom?

a) Nikada
b) Manje od jednom mjesečno
c) Otprilike jednom mjesečno
d) Otprilike jednom tjedno
e) Više puta tjedno

P 7. U posljednja tri mjeseca, koliko često si koristio/la drogu (upiši X u odgovarajuće polje)?

		Nikada	Jednom ili dva puta	Više od dva puta
1	Marihuana			
2	Neka druga (molimo navedi)			

P 8. Konzumiraju li tvoji bliski prijatelji povremeno ili često marihuanu ili neku drugu drogu (zaokruži)?

a) Ne
b) Da

P 9. Molimo da pročitaš svako pitanje i da staviš znak "X" ispod odgovora koji najbolje opisuje kako si se osjećao/la tijekom proteklih mjesec dana.

		Svo vrijeme	Većinu vremena	Ponekad	Rijetko	Nikad
1	Koliko si se često, tijekom proteklih mjesec dana, osjećao/la nervozno?					
2	Koliko si se često, tijekom proteklih mjesec dana, osjećao/la nesretno i tužno?					
3	Koliko si se često, tijekom proteklih mjesec dana, osjećao/la mirno i spokojno?					
4	Koliko si se često, tijekom proteklih mjesec dana, osjećao/la toliko depresivno da te ništa nije razveselilo?					
5	Koliko si se često, tijekom proteklih mjesec dana, osjećao/la sretno?					

P 10. Ako si imao/la seksualni odnos (ovo se odnosi na posljednji seksualni odnos koji si imao/la), jeste li ste koristili kondom ili bilo koji drugi oblik kontracepcije (zaokruži)?

a) Još uvijek nisam imao/la seksualni odnos

b) Nismo koristili kontracepciju

c) Koristili smo kontracepciju

P 11. Koliko često ideš doktoru da bi prekontrolirao/la svoje seksualno i reproduktivno zdravlje (zaokruži)?

a) Nikada

b) Jednom godišnje

c) Nekoliko puta godišnje

d) Jednom ili više puta mjesečno

NASILJE

P 12. Ispod su opisane situacije nasilja u kojima se mladi mogu naći sa svojim vršnjacima/vršnjakinjama. Stavi „X“ u odgovarajuće polje i odgovori u kojoj mjeri si sudjelovao/la u takvim situacijama u POSLJEDNJA TRI MJESECA.

TVRDNJA		Nikad	Jednom	Dva ili više
1	Vršnjaci/kinje su me nazivali pogrdnim imenima, ismijavali me, vrijeđali ili prijetili.			
2	Vršnjaci/kinje su me ošamarili ili udarili na neki drugi način.			
3	Slali/e su mi prijeteće ili uvredljive poruke SMS-om, mailom ili preko društvenih mreža.			
4	Vršnjaci/kinje su me, protiv moje volje, seksualno uznemiravali ili dodirivali/e na način koji mi je bio jako neprijatan.			
5	Grupa vršnjaka/inja me je napala i bila nasilna prema meni.			
6	Nazivao/la sam druge vršnjake/inje pogrdnim imenima, ismijavao/la ih ili vrijeđao/la			
7	Ošamario/la sam, ili udario/la na neki drugi način druge vršnjake/inje.			
8	Slao/la sam vršnjacima/kinjama prijeteće ili uvredljive poruke SMS-om, mailom ili preko društvenih mreža.			
9	Seksualno sam uznemiravao/la ili dodirivao/la druge osobe protiv njihove volje.			
10	Učestvovao/la sam u nasilnom činu kao dio grupe mladih.			
11	Verbalno sam uvrijedio/la ili udario/la nekoga za koga sam mislio/la da je pripadnik LGBT populacije.			

P 13. Šta bi učinio/la da vidiš fizički sukob osobe koju poznaješ i neke druge osobe (zaokruži 1 odgovor)?

a) Pokušao/la bih zaustaviti sukob

b) Uključio/la bih se u sukob i pomogao/la osobi koju poznajem

c) Pozvao/la bih pomoć

d) Ne bih ništa učinio/la

P 14. U sljedećoj tabeli su pitanja koja se odnose na tvoja iskustva s nasiljem u ljubavnoj/emocionalnoj vezi koju si eventualno imao/la sa svojim partnerom/icom, tj. mladićem ili djevojkom. Ako do sada nisi imao/la djevojku ili momka, preskoči ovu tabelu i pređi na sljedeće pitanje.

PITANJA		Nikad	Jednom	Dva ili više puta
1	Jesi li ikada vrijeđao/la ili omalovažavao/la djevojku/momka?			
2	Jesi li djevojci/momku ograničavao/la ili zabranjivao/la komunikaciju s prijateljima, izlazak u grad, način na koji se oblači i slično?			
3	Jesi li ikada ošamario/la ili udario djevojku/momka?			
4	Jesi li ikada imao/la seks sa djevojkom/momkom protiv njene/njegove volje?			
5	Je li te djevojka/momak ikada vrijeđala/o ili omalovažavala/o?			
6	Je li ti momak/djevojka ograničavao/la ili zabranjivao/la komunikaciju s prijateljima, izlazak u grad, način kako na koji se oblačiš i sl.?			
7	Je li te djevojka/momak ikada ošamarila/o ili udarila/o?			
8	Je li tvoja djevojka/momak ikada imala/o seksualni odnos s tobom protiv tvoje volje?			

P 15. Ako si doživio/la nasilje u intimnoj vezi, kako si reagirao/la u toj situaciji (zaokruži)?

a) Uspješno sam riješio/la situaciju tako što sam se obranio/la ili izbjegao/la nasilje

b) Nisam uspio/la spriječiti nasilje, bio/la sam žrtva nasilja.

c) Nisam doživio/la nasilje u vezi pa nisam ni reagirao/la.

Došli smo do kraja upitnika. Hvala na suradnji i izdvojenom vremenu!

Prilog 2
Primjer obrasca za pristanak

Obrazac pristanka na sudjelovanje u anketi Programa Inicijativa mladića

Svrha
Provodimo istraživanje kako bismo bolje shvatili što mladići i djevojke misle i kako se ponašaju u pogledu zdravih životnih stilova, nasilja, rodne ravnopravnosti te seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Također, želimo saznati više o problemima s kojima se suočavaju mladići i djevojke na Balkanu, kao i što oni misle o svom životu i životnom stilu.

Ovo istraživanje provodi se u svim školama i sredinama u kojima se implementira Program Y uz podršku Ministarstva obrazovanja.

Ako želite sudjelovati u ovom istraživanju, kreirali smo kratku anketu o ovim temama. Anketu popunjavate sami, a anketa neće uključivati vaše ime. Na anketi se nalazi samo identifikacijski broj, a poseban obrazac korist će se da se Vaše ime poveže s identifikacijskim brojem ankete.

Anketni list na ispunjavanje se daje samo onima koji daju svoj pristanak za sudjelovanje. Stojim vam na raspolaganju za odgovaranje na sva vaša pitanja. Anketa će trajati oko sat vremena. Ako odlučite ne sudjelovati, molim vas da ostanete u prostoriji i čitate ili radite u tišini. Ili, ako vam je tako draže, na raspolaganju vam je druga prostorija u kojoj možete čitati ili raditi druge školske zadatke.

Dobrovoljno sudjelovanje
Ako želite biti dio ove ankete, ona je u potpunosti dobrovoljna. Ako se slažete s popunjavanjem ankete, možete s popunjavanjem u bilo kojem trenutku, bez potrebe da mi dajete bilo kakvo objašnjenje i bez ikakvih negativnih posljedica. Pored toga, ne morate odgovarati ni na jedno pitanje koje vam izaziva neugodu, ne morate objašnjavati zašto ne želite odgovoriti na isto jer neće biti nikakvih negativnih posljedica zbog toga što niste odgovorili. Cijelo vrijeme predviđeno za popunjavanje ankete, bit ću prisutan, tako da mi možete postaviti bilo kakvo pitanje, u slučaju da vam potrebno više informacija o bilo kojem pitanju.

Povjerljivost
Informacije koje dijelite s nama u ovoj anketi neće biti dostupne ili komentirane u javnosti gledajući ispitanike individualno. Na anketnim listovima neće biti nikakvih identifikacijskih informacija. Poseban obrazac će se koristiti da se Vaše ime poveže s identifikacijskim brojem ankete. Prikupljamo ove informacije, tako da možemo usporediti ovu anketu s

anketom koju ćete možda popunjavati na kraju školske godine. Samo će istraživački tim imati informacije koje povezuju Vaš identifikacijski broj ankete s Vašim imenom. Ankete će se čuvati na zaključanom mjestu i na kraju uništiti. Povjerljivost također ovisi o tome da vi ne dijelite svoje informacije ni s kim osim sa pouzdanim osobama. U svakom trenutku možete tražiti uništavanje vašeg anketnog listića te svih obrazaca i/ili dokumentacije koju ste ispunili sudjelovanjem u ovom anketnom listu, , a na kojima se nalaze vaši osobni podaci, sukladno odredbama GDPR, donesenom 2018. godine.

Rizici
Neka pitanja u upitniku mogu biti neugodna, izazvati osjećaj neugode ili pak prizvati loša iskustva ili sjećanja. Ne moraš odgovoriti ni na jedno pitanje na koje ne želiš. Prije popunjavanja ankete, dat ću vam popis imena i kontakt podatke ljudi ili organizacija u vašoj zajednici koji vam mogu pomoći ako to želite. To su ljudi s kojima možete razgovarati o tome kako ste se osjećali prilikom čitanja pitanja.

Pravo na odbijanje ili povlačenje
Možete izabrati želite li ili ne biti dio ovog istraživanja. Nema kazne ako odlučite ne sudjelovati. Opet, ako želite sudjelovati, možete odlučiti ne odgovoriti na neka pitanja ili čak odlučiti povući se u bilo kojem trenutku.

Ako ste zainteresirani za sudjelovanje, molim Vas da potpišete ovaj obrazac. Možete zadržati primjerak istog, ako to želite.

Sporazum o sudjelovanju
Pročitao/la sam / objašnjen mi je cijeli ovaj obrazac za pristanak i dobio/la sam zadovoljavajuće odgovore na sva svoja pitanja.

Slažem se sudjelovati u istraživanju Da Ne

Potpis ispitanika ..... Datum .....

Potpis istraživača ..... Datum.....

Želim kopiju Obrasca za pristanak. Da Ne

t**Izjava istraživača:**
Ja, dolje potpisani, sam objasnio/la sudioniku/ci istraživanja na jeziku koji on/ona razumije procedure koje treba slijediti u ovom istraživanju kao i rizike i koristi koje ono uključuje. On/ona je pristao/la sudjelovati u ovom istraživanju.

Potpis istraživača ..... Datum.....

Prilog 3
Popis mehanizama za upućivanje

1. **SOS telefon za žrtve nasilja**
2. **Dom zdravlja**
3. **Centar za socijalni rad**
4. **Centar za HIV/AIDS**
5. **Klubovi za podršku mladima**
6. **Korisni linkovi**

Prilog 4
Predtest i post-test za profesore

PROGRAM Y – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka

UPITNIK ZA PROFESORE/ICE

Upitnik sadrži pitanja o različitim sferama života kao što su zdravlje, nasilje, rodni odnosi, odnosi u školi itd. Važno je da se daju iskreni odgovori na sva pitanja. Ovo nije test znanja i nema netočnih odgovora. Upitnik se popunjava tako što samostalno zaokružite ili upišete odgovarajući odgovor. **Upitnik ne treba potpisivati.**

P 1. Spol? a) Ženski b) Muški

P 2. Koliko imate godina? _____

P 3. Koliko godina radite kao profesor/ice ili član osoblja škole? _____

P 4. Molimo Vas da pažljivo pročitate sljedeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste suglasni sa svakom tvrdnjom tako što ćete upisati X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netočno	Uglav-nom netočno	Ni točno ni netoč-no	Uglav-nom točnoww toč-nowwww	Potpuno točno
1	Najvažnija uloga žene je da brine o kući i kuha za svoju obitelj.					
2	Mijenjanje pelena, kupanje i hranjenje djece su obaveze majke.					
3	Ako žena prevari muškarca, opravdano je da ju on udari.					
4	Jedan šamar predstavlja vrstu nasilja.					
5	Prihvatljivije je da dječak pobjegne s nastave nego dje-vojčica.					
6	Muškarac treba donositi odluke u svojoj kući.					
7	Prihvatio/la bih LGBT prijatelja.					
8	U redu je da muškarac udari svoju ženu ako ona ne želi s njim imati spolni odnos.					
9	Stidio/la bih se da mi je sin homoseksualac.					
10	Žena treba tolerirati nasilje da bi održala obitelj na okupu.					
11	Zajednička je odgovornost muškarca i žene brinuti o sprječavanju trudnoće.					
12	U redu je da muškarci plaču i pokažu svoje emocije pred drugima.					
13	U redu je udariti ili šutnuti LGBT osobu ako flertuje sa mnom.					
14	Kad je žena seksualno uznemiravana, to je najčešće zbog toga kako je ona obučena.					
15	Prihvatljivo je da roditelji tuku svoju djecu kad se ona ne ponašaju kako treba.					
16	Najznačajnije osobine muškarca su fizička snaga i moć.					
17	Verbalne uvrede predstavljaju vrstu nasilja.					

P 5. Upišite X u odgovarajuće polje, označavajući što mislite ili osjećate o svakoj od navedenih tvrdnji:

	TVRDNJA	Ne slažem se/Nije istina	Slažem se / Istina je	Nisam siguran/ ne znam
1	Žena ima veće šanse da zatrudni polovicom menstrualnog ciklusa			
2	Testosteron je hormon koji utječe na razvoj muških sekundarnih karakteristika (kao što su dlake na licu, dubina glasa itd.)			
3	Ljudi se mogu zaraziti HIV virusom kada dijele hranu s osobom koja ima HIV.			
4	Sve seksualno prenosive infekcije imaju neke simptome vidljive golim okom.			
5	Prekid seksualnog odnosa je pouzdan način da se spriječi trudnoća.			
6	Hitne kontracepcijske pilule ne treba koristiti kao uobičajenu kontracepcijsku metodu, već samo u izvanrednim situacijama.			
7	Organizam žena apsorbira veću količinu alkohola nego organizam muškarca koji popije istu količinu alkoholnog pića.			
8	Alkohol spada u droge.			
9	Halucinogeni su vrsta droge koja snižava aktivnost mozga uzrokujući lijenost i nezainteresiranost.			
10	Kod osoba koje puše marihuanu duže vrijeme postoji veća vjerojatnost da dođe do razvoja bolesti, kao što su stalni kašalj ili rak pluća.			

P 6. Molimo Vas da pažljivo pročitate sljedeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste suglasni sa svakom tvrdnjom tako što ćete upisati X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netočno	Uglavnom netočno	Ni točno ni netočno	Uglavnom točno	Potpuno točno
1	Nasilje je ponekad jedini način da se riješe neki problemi.					
2	Nasilje je kada netko slučajno udari nekoga ramenom tako da ta osoba osjeća bol.					
3	Vrijeđanje i ponižavanje nekoga spada u nasilje.					
4	Ne možemo reći da je muškarac nasilan ako samo ošamari ženu.					
5	U nekim slučajevima nasilja nad ženama, žene su krive za to jer su to same "tražile".					
6	Nasilje nad homoseksualcima je ponekad opravdano.					
7	Normalno je da srednjoškolac ponekad popije alkoholno piće.					
8	Podržavam mlade osobe da probaju marihuanu.					

P 7. Jeste li u posljednjih šest mjeseci vidjeli neku od sljedećih pojava u Vašoj školi? Upišite X u odgovarajuće polje za svaku opisanu pojavu.

	TVRDNJA	Nikad se nije desilo	Desilo se jednom	Desilo se dva ili više puta
1	Mladić je ponižavao ili vrijeđao drugog mladića.			
2	Mladić je udario ili tukao drugog mladića.			
3	Mladić je ponižavao ili vrijeđao djevojku.			
4	Mladić je udario ili tukao djevojku.			
5	Djevojka je ponižavala ili vrijeđala drugu djevojku ili mladića.			
6	Djevojka je udarila ili tukla drugu djevojku ili mladića.			
7	Fizička tuča između dvije ili više grupa učenika.			
8	Učenik/ca je verbalno ili fizički zlostavljao/la nekoga za koga je mislio/la da je pripadnik LGBT populacije.			
9	Profesor/ica je verbalno vrijeđao/la učenika/cu.			
10	Profesor/ica je fizički napao/la učenika/cu.			
11	Učenik/ca je verbalno vrijeđao/la profesora/icu.			
12	Učenik/ca je fizički napao/la profesora/icu.			

P 8. Kakvo je Vaše generalno mišljenje o prisustvu nasilja među učenicima u Vašoj školi (zaokružite samo jedan odgovor)?

a) Nema nasilja u našoj školi
b) Nasilje se događa veoma rijetko
c) Nasilje se događa ponekad
d) Nasilje se događa često
e) Nasilje se događa gotovo redovno

P 9. Imaju li učenici i učenice jednake mogućnosti u Vašoj školi (zaokružite samo jedan odgovor)?

a) Profesori jednako tretiraju učenike i učenice
b) Djevojke se ohrabruju da razmotre bavljenje profesijom kojom dominiraju muškarci
c) Mladići se ohrabruju da razmotre bavljenje profesijom kojom dominiraju žene

P 10. Kakvo je Vaše mišljenje o potrebi i ideji da u osnovnim i srednjim školama učenici uče o zdravim životnim vještinama i stilovima (zaokružite samo jedan odgovor)?

a) Nije posao škole i školskog osoblja da provodi edukaciju iz područja životnih vještina.
b) Škole imaju djelomičnu odgovornost za provođenje edukacija iz područja životnih vještina.
c) U školama treba postojati edukacija učenika o važnim životnim vještinama.

P 11. U kojoj ste mjeri suglasni s ponuđenim izjavama koje se odnose na Vašu sposobnost provođenja programa životnih vještina u školi? Upišite X u odgovarajuće polje za svaku opisanu pojavu.

OSJEĆAM SE SPOSOBNO DA SA SVOJIM UČENICIMA PROVODIM PROGRAME KOJI SE ODNOSE NA...		Potpuno netočno	Uglavnom netočno	Ni točno ni netočno	Uglavnom točno	Potpuno točno
1	Prevenciju nasilja					
2	Seksualno i reproduktivno zdravlje					
3	Rodnu ravnopravnost					
4	Prevenciju konzumiranja psihoaktivnih tvari (alkohol, droga, itd.)					

Došli smo do kraja upitnika. Hvala Vam na suradnji i izdvojenom vremenu!

Prilog 5
Predtest i post-test za vršnjačke edukatore

PROGRAM Y – Inovativni pristupi prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i djevojaka

UPITNIK ZA OMLADINSKE EDUKATORE

Upitnik sadrži pitanja o različitim oblastima života kao što su zdravlje, nasilje, rodni odnosi, odnosi u školi itd. Važno je da se daju iskreni odgovori na sva pitanja. Ovo nije test znanja i nema netočnih odgovora. Upitnik se popunjava tako što samostalno zaokružite ili upišete odgovarajući odgovor. **Upitnik ne treba potpisivati.**

P 1. Spol? a) Ženski b) Muški

P 2. Koliko imate godina? _____

P 3. Molimo Vas da pažljivo pročitate sljedeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste suglasni sa svakom tvrdnjom tako da upišete X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netočno	Uglavnom netočno	Ni točno ni netočno	Uglavnom točno	Potpuno točno
1	Ženina najvažnija uloga je briga o domu i djeci.					
2	Mijenjanje pelena, kupanje i hranjenje djece majčina je dužnost.					
3	Ako žena prevari muškarca, opravdano je da ju on udari.					
4	Šamar predstavlja vrstu nasilja.					
5	Prihvatljivije je da dječak pobjegne s nastave nego djevojčica.					
6	Muškarac treba imati posljednju riječ u odlukama u kućanstvu.					
7	Prihvatio bih LGBT prijatelja.					
8	U redu je da muškarac udari svoju suprugu ako ona ne želi spolni odnos s njim.					
9	Stidio/la bih se da mi je sin pripadnik LGBT populacije.					
10	Žena treba prihvaćati nasilje da zadrži obitelj na okupu.					
11	Muškarac i žena zajedno trebaju odlučiti koju metodu kontracepcije koristiti.					
12	U redu je da muškarci plaču i pokažu svoje emocije pred drugima.					
13	U redu je udariti LGBT osobu ako flertuje sa mnom.					
14	Kada je žena seksualno uznemiravana, to je najčešće zbog toga kako je ona obučena.					
15	Prihvatljivo je da roditelji tuku svoju djecu kad se ona ne ponašaju kako treba.					
16	Najznačajnije osobine muškarca su fizička snaga i moć.					
17	Verbalne uvrede predstavljaju vrstu nasilja.					

P 4. Upišite X u odgovarajuće polje, označavajući šta mislite ili osjećate o svakoj od navedenih tvrdnji:

	STVRDNJA	Ne slažem se /Nije istina	Slažem se / Istina je	Nisam siguran/ ne znam
1	Žena ima veće šanse da zatrudni polovicom menstrualnog ciklusa			
2	Testosteron je hormon koji utječe na razvoj muških sekundarnih karakteristika (kao što su dlake na licu, dubina glasa itd.)			
3	Ljudi se mogu zaraziti HIV virusom kada dijele hranu s osobom koja ima HIV.			
4	Sve seksualno prenosive infekcije imaju neke simptome vidljive golim okom.			
5	Prekid seksualnog odnosa je pouzdan način da se spriječi trudnoća.			
6	Hitne kontracepcijske pilule ne treba koristiti kao uobičajenu kontracepcijsku metodu, već samo u izvanrednim situacijama.			
7	Organizam žena apsorbira veću količinu alkohola nego organizam muškarca koji popije istu količinu alkoholnog pića.			
8	Alkohol spada u droge.			
9	Halucinogeni su vrsta droge koja snižava aktivnost mozga uzrokujući lijenost i nezainteresiranost.			
10	Kod osoba koje puše marihuanu duže vrijeme postoji veća vjerojatnost da dođe do razvoja bolesti, kao što su stalni kašalj ili rak pluća.			

P 5. Molimo Vas da pažljivo pročitate sljedeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste suglasni sa svakom tvrdnjom tako što ćete upisati X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netočno	Uglavnom netočno	Ni točno ni netočno	Uglavnom točno	Potpuno točno
1	Nasilje je ponekad jedini način da se riješe neki problemi.					
2	Nasilje je kada netko slučajno udari nekoga ramenom tako da ta osoba osjeća bol.					
3	Vrijeđanje i ponižavanje nekoga spada u nasilje.					
4	Ne možemo reći da je muškarac nasilan ako samo ošamari ženu.					
5	U nekim slučajevima nasilja nad ženama, žene su krive za to jer su to same "tražile".					
6	Nasilje nad homoseksualcima je ponekad opravdano.					
7	Normalno je da srednjoškolac ponekad popije alkoholno piće.					
8	Podržavam mlade osobe da probaju marihuanu.					

P 6. U kojoj mjeri ste suglasni s ponuđenim izjavama koje se odnose na Vašu sposobnost provođenja programa životnih vještina u školi? Upišite X u odgovarajuće polje za svaku opisanu pojavu.

OSJEĆAM SE SPOSOBNO DA SA SVOJIM UČENICIMA PROVODIM PROGRAME KOJI SE ODNOSE NA...		Potpuno netočno	Uglavnom netočno	Ni točno ni netočno	Uglavnom točno	Potpuno točno
1	Prevenciju nasilja					
2	Seksualno i reproduktivno zdravlje					
3	Rodnu ravnopravnost					
4	Prevenciju konzumiranja psihoaktivnih tvari (alkohol, droga, itd.)					

Došli smo do kraja upitnika. Hvala na suradnji i izdvojenom vremenu!

Prilog 6
Intervju za roditelje u sklopu kvalitativnog istraživanja

Vodič za intervju sa profesorima — Program Y

1. Možete li mi reći nešto o Vašem iskustvu sa školskim sustavom u kojem radite?

2. Koliko dugo živite u ovoj konkretnoj zajednici/području?

3. Koji su neki od glavnih izazova s kojima se obitelji (vaših učenika) u ovom području suočavaju?

4. Kada ste Vi osobno počeli raditi u ovoj školi?

5. Koji su glavni izazovi s kojima se suočavate kao profesor u ovoj školi?

6. Što ste primijetili/uočili kod mladih u ovoj školi? Potpitanja:
› a. njihovi školski/obrazovni rezultati
› b. njihovi ciljevi/težnje
› c. glavni izazovi/problemi s kojima se suočavaju
› d. karakteristike mladića koje im pomažu da savladaju izazove
› e. osobine njihovog okruženja koje im pomažu ili sprečavaju u postizanju ciljeva

7. Koji su neki od ključnih odnosa ili utjecaja koje mladi ovdje imaju?
› a. Vršnjački odnosi
› b. Odrasli uzori
› c. Podrška/utjecaj obitelji
› d. Odnosi s profesorima
› e. Odnosi s djevojkama

8. Koji su neki od izazova s kojima se mladići suočavaju u ovoj školi? U široj zajednici? U svojim domovima?
› a. a. Seksualno i reproduktivno zdravlje mladića učenika
› b. Odnosi s djevojkama
› c. Vršnjačko nasilje
› d. Nasilje u zajednici (i nasilje u obitelji?)
› e. Različiti izazovi za mlađe učenike? Starije učenike?

9. Što ste uočili kod djevojaka u ovoj školi? Koji su neki od izazova s kojima se djevojke suočavaju u ovoj školi? U široj zajednici? U svojim domovima? Potpitanja:
› a. Seksualno i reproduktivno zdravlje
› b. Odnosi s mladićima

10. „Program Y“ nastoji izgraditi rodno ravnopravnije stavove i ponašanja mladića i djevojaka u nadi da će to dovesti do poboljšanja reproduktivnog zdravlja i smanjenja nasilja. Što mislite o ovoj ideji? Smatrate li da ovaj tip projekta može biti od pomoći? Zašto ili zašto ne?What concerns do you have about the program?

11. Jeste li zbog nečeg zabrinuti u vezi s ovim programom?

12. Koje druge aktivnosti biste željeli da ovaj program uključi?

13. Postoje li drugi akteri (npr. roditelji, ministarstva) za koje mislite da bi bilo dobro da se uključe u program?

14. Postoje li bilo kakve aktivnosti u kojima biste željeli sudjelovati ili koje biste možda željeli voditi sa drugima?

Prilog 7
Obrazac izvještaja za radionice i aktivnosti kampanje

Educational workshops report and timesheet

Date of implementation	
Name and Surname of educator	
Name and Surname of educator	

Educational workshops report				Number of participants			Relevant conclusions / inputs from workshop implementation (problems, challenges, ...):
No.	Time schedule	Minutes	Topic of workshop	Class	Male	Female	Total	
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								

Signature of Educator 1:	Signature of Educator 2:

MOLIM TOCAN PREVOD

Prilog 8
Primjer baze podataka učenika i profesora

Program Y – popis sudionika/ca

Br	Ime i prezime	Profesor	Učenik	Razred	Kontakt	Prisustvo na radionicama	Prisustvo na aktivnosti-ma kampanje
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							

PRIKUPLJANJE
sredstava za škole

Prikupljanje sredstava za škole

Prikupljanje sredstava za škole

Uvod

Prikupljanje sredstava (eng. fundraising) može se definirati kao prikupljanje novčanih sredstava/roba/usluga za realizaciju naših ideja i aktivnosti koje doprinose njihovom ispunjenju. Ovdje se ne radi samo o novcu i kako do njega doći, već se odnosi i na uspostavljanje dugoročnih partnerskih odnosa s potencijalnim donatorima jer na taj način osiguravamo održivost sredstva za sadašnjost i budućnost.

U današnje vrijeme prikupljanje sredstava postalo je čista znanost s vrlo sveobuhvatnom metodologijom i konkretnim smjernicama koje Vas mogu naučiti kako da postanete uspješni u prikupljanju sredstava. Međutim, što učiniti ako ste profesor u školi s velikom motivacijom za uspjeh, no uključen u školske projekte bez budžeta za izvannastavne aktivnosti? Ovaj kratki alat može Vam pomoći u Vašoj misiji.

Prikupljanje sredstava za škole

Ograničeni budžeti i mala ulaganja vlade mogu otežati život školama i prisiliti ih da istražuju i druge mogućnosti za prikupljanje sredstava. Za one koji se po prvi put hvataju u koštac s prikupljanjem sredstava, kao i za iskusne fundraisere koji se upuštaju u nove projekte, prikupljanje sredstava u školama može biti izazovan zadatak. Dobra vijest je da to ne mora biti tako. Uz promišljen i organiziran pristup, svatko svoje napore može pretvoriti u uspješnu kampanju za prikupljanje sredstava.

Uz promišljen i organiziran pristup, svatko svoje napore može pretvoriti u uspješnu kampanju za prikupljanje sredstava.

Prikupljanje sredstava može biti odličan način za povezivanje sa zajednicom učenika, roditelja i profesora u školi i izvan nje. To također može biti prilika za Vas da se direktno uključite u prikupljanje novca za školu i njene programe i pokažete svoju podršku školi.

Koraci u prikupljanju sredstava

Sljedeći koraci mogu Vam olakšati upoznavanje s najefikasnijim načinom pristupa ovoj temi i započinjanjem aktivnosti prikupljanja sredstava kroz praksu.

1. **Uspostavite školski tim za prikupljanje sredstava**

Tim za prikupljanje sredstava treba biti sastavljen od predstavnika školskog odbora i uprave, profesora, roditelja i učenika. Taj tim ne mora biti veliki, ali bitno je da su svi zainteresirani dionici odgojno-obrazovnog procesa zastupljeni. Pokretači tima za prikupljanje sredstava mogli bi predstaviti ideju na sastancima odbora i uprave ili na sastancima profesora, vijeća roditelja i vijeća učenika, ako oni postoje, a onda se može pristupiti izglasavanju i imenovanju predstavnika svakog od dionika. Izabrani predstavnici moraju biti intrinzično motivirani za bavljenje ovim poslom, tj. veoma je važno da su spremni sudjelovati u ovom poslu na dobrovoljnoj osnovi. Kada se tim uspostavi, možete objaviti imena članova i članica tima na školskoj oglasnoj ploči ili web adresi, zajedno s njihovim kontakt podacima, tako da im se učenici, roditelji, profesori i druge zainteresirane osobe mogu javiti kada zatrebaju.

Taj tim ne mora biti veliki, ali bitno je da su svi zainteresirani dionici odgojno-obrazovnog procesa zastupljeni.

2. Razvijte strategiju za prikupljanje sredstava

Uspostavljeni tim treba razviti strategiju škole za prikupljanje sredstava. To nije jednostavan proces i može se provesti na različite načine. Ako je timu potrebna podrška, oni mogu identificirati stručnjaka (možda uz pomoć roditelja, tvrtke u kojoj je roditelj zaposlen ili preko nevladine organizacije) koji je spreman dati svoj pro bono doprinos razvijanjem strategije ili obučavanjem članova tima kako da to urade. Druga mogućnost je da škola osigura određena sredstva za angažman takvog stručnjaka. Ako ništa od ovoga nije moguće, u nastavku se nalaze neki savjeti i smjernice koji bi mogla pomoći timu:

- Definirajte problem ✓
- Definirajte viziju ✓
- Definirajte aktivnosti ✓
- Definirajte ljude ✓
- Definirajte rokove ✓
- Definirajte troškove ✓
- Definirajte procedure ✓

DEFINIRAJTE PROBLEM

› 1) Definirajte problem – koji su to problemi s kojima se škola suočava? Nemojte se fokusirati na nedostatak novca, već radije napravite akcijski plan koji će vas voditi rješavanju prethodno utvrđenog problema. Orijentirajte se na korake i alate koji su pri ruci, a koji bi se mogli realizirati prikupljanjem i ulaganjem novca u rješavanje problema.

DEFINIRAJTE VIZIJU

› 2) Definirajte viziju – bilo bi sjajno da osmislite viziju škole. Kako će vaša škola izgledati u budućnosti, za 10 godina? Hoće li ona postati prepoznatljiva kao škola sa sjajnim pozitivnim okruženjem za učenike i profesore? Hoće li već tada biti lider u implementaciji Programa Y (obrazovanje o životnim vještinama) u vašoj zajednici, gradu, regiji?

DEFINIRAJTE AKTIVNOSTI

› 3) Definirajte aktivnosti – navedite sve aktivnosti koje je potrebno provesti da bi se vaši problemi riješili, a vizija ispunila. Nemojte se bojati - ova lista može biti dugačka. Važno je navesti sve što vam padne na pamet kao neophodno, sve što je potrebno uraditi (od redovnih sastanaka tima za prikupljanje sredstava, logistike vezano za aktivnosti prikupljanja sredstava do proslave kada se sredstva prikupe). Izradite iscrpan plan aktivnosti koji će vam pomoći da pravovremeno ispunite sve vaše zahtjeve.

DEFINIRAJTE LJUDE

› 4) Definirajte one koji vas podržavaju – zajedno sa zadacima navedenim u planu aktivnosti, pokušajte identificirati ljude koji vam mogu pomoći da implementirati te zadatke (npr. učenici, profesori, roditelji, ali i lokalni/nacionalni poduzetnici, mediji i sl). U ovom dijelu, sastavite adremu, tj. listu kontakata koja sadrži sva imena, e-mail adrese, brojeve telefona i slično, jer će vam te informacije biti potrebne i vrlo korisne u kasnijim fazama.

DEFINIRAJTE ROKOVE

› 5) Definirajte logički okvir, tj. vremenski okvir, uloge i odgovornosti – u ovom dijelu definirajte datum početka, trajanje svake vaše aktivnosti, kao i očekivani rok završetka. U sljedećoj koloni odredite tko će biti odgovoran za svaku aktivnost i/ili njene pojedine dijelove.

DEFINIRAJTE TROŠKOVE

› 6) Definirajte troškove – iako se cijeli ovaj proces odnosi na prikupljanje sredstava, neophodno predvidjeti i osigurati iznos troškova za operativne aktivnosti. To je odlučujući trenutak u kojem odlučujete koliko će vam novca biti potrebno za implementaciju akcija i tko su vaši potencijalni donatori.

U nastavku se nalazi primjer tabele strategije za prikupljanje sredstava. Možete kreirati ovu tabelu za svaki od problema na koji se fokusirate.

	AKTIVNOST	VREMENSKI OKVIR	PODRŠKA	TROŠAK	ODGOVORNOST
1					
2					

DEFINIRAJTE PROCEDURU

› 7) Definirajte procedure za upravljanje sredstvima – budite veoma precizni s uspostavljanjem protokola i procedura za upravljanje prikupljenim sredstvima. Pobrinite se da se poštuju važeći državni zakoni, ali i smjernice škole koje se odnose na troškove, računovodstvo, nabavku i druge pravne procedure.

3. Provedite istraživanje

Prikupljanje podataka veoma je važan korak za razvoj vaše strategije, a ono bi trebalo postati i sastavni dio cjelokupnog procesa (važno je provoditi ga kontinuirano, tj. prije, za vrijeme i nakon inicijative za prikupljanje sredstava). Prikupljanje podataka pružit će vam širok spektar korisnih podataka: od identifikacije onoga što je potrebno i ideja o tome kako bi se to moglo obaviti do identifikacije uspješnih i manje uspješnih koraka i rezultata. Možete prikupljati podatke na različite načine: organizacijom diskusija u fokus grupama, individualnim razgovorima s učenicima, roditeljima i profesorima ili postavljanjem info-pulta koji će poslužiti kao mjesto gdje učenici, roditelji, nastavnici i svi drugi dionici mogu dobiti dodatne informacije te podijeliti svoje prijedloge i ideje. Također, jedan dio istraživanja može se obaviti online ili razgovorom s kolegama. Pokušajte saznati kako druge škole rješavaju probleme slične vašima. Kada prikupite sve informacije, možete ih analizirati i započeti proces planiranja.

Prikupljanje podataka veoma je važan korak za razvoj vaše strategije.

4. Posavjetujte se sa svojom zajednicom – ne bojte se pitati

Nemojte zaboraviti da vaša škola proizlazi iz zajednice i pripada zajednici. U njoj je mnogo ljudi koji vam mogu pomoći i podržati vas. Upoznajte se s predstavnicima općine, lokalnih medija, sportskih klubova, strukovnih udruga, umjetničkih i kulturnih organizacija i svim drugim dionicima koje ste identificirali kao zainteresirane dionike koji bi mogli dati svoj doprinos tom procesu. Pružite im priliku i osigurajte prostor kako bi se mogli aktivno uključiti u sve procese. Postoji mnogo načina na koje možete dobiti pomoć - financijska pomoć samo je jedan od načina.

5. Organizirajte i provedite aktivnosti

Kad ste završili s planiranjem i jasno definirali naredne korake, vrijeme je da DJELUJETE! Počnite sa svojom prvom aktivnošću i pratite proces. Ne zaboravite biti fleksibilni i spremni prilagoditi se. Ako se pojave izazovi, a hoće, uvijek se pojave, najvažnije je da ostanete fokusirani na ono što želite ostvariti i uvijek gledate širu sliku.

Kad ste završili s planiranjem i jasno definirali naredne korake, vrijeme je da DJELUJETE!

6. Učite iz vlastitog iskustva i usavršavajte se

Kad ste završili s procesom, provedite praćenje svih dobivenih podataka, analizirajte ih i učite iz njih. Ako ste razvili jasan skup pokazatelja za mjerenje vašeg napretka, koristite ih kako biste procijenili razinu ostvarenosti ciljeva. Organizirajte sastanak za procjenu rada tima za prikupljanje sredstava i razgovarajte o rezultatima, uspjehu i izazovima i učite iz toga. To će biti možda najvažnije i najkorisnije spoznaje koje ćete steći, a onda i znati uspješno implementirati promjene u budućim procesima.

Stilovi prikupljanja sredstava

1. Prikupljanje sredstava u školama

Uvek bi trebalo da jasno definišete zašto se događaj organizuje i za šta će se koristiti prikupljena sredstva.

Prikupljanje sredstava u školama praksa je prikupljanja financijskih sredstava od strane škola ili školskih grupa za podršku programima obogaćivanja obrazovanja. Postoji mnogo načina za prikupljanje sredstava u školama i ovaj vodič predstavit će samo neke od njih.

Za početak, važno je jasno definirati svrhu organizacije nekog događaja, kao i svrhu prikupljanja sredstava. Ako budete transparentni, ljudi će vam vjerovati i, što je još važnije, biti sigurni u ono za što daju svoj doprinos. Na posebnijim prilikama možete uručiti zahvalnice, priznanja, plakete i na taj način izraziti svoju zahvalnost ljudima koji su pružili podršku.

Recikliranje – nabava i/ili izrada kutija za odlaganje papira i plastike za reciklažu koje se postavljaju po cijeloj školi može dugoročno akumulirati mnogo sredstava. Naime, škola može dobiti povrat od javnih komunalnih tvrtki. Pokušajte se povezati s nekom od njih, dobiti informacije i uspostaviti suradnju. Sakupljanje plastike i papira trebaju obavljati i profesori i učenici. Najprije organizirajte neki promotivni događaj, kampanju ili javnu akciju, koji će najaviti početak ovog procesa. Nakon postavljanja kutija za tu namjenu, učenici i profesori mogu da početi s recikliranjem. Možete čak i napraviti neku vrstu natjecanja među razredima s ciljem reciklaže čim više otpada, a na kraju svake školske godine proglasiti pobjednike, uručiti im prigodne nagrade i priznanja te objaviti koliko sredstava je prikupljeno. Ovo može postati redovna aktivnost i stalni, održivi način prikupljanja financijskih sredstava.

Školski sajam – može se organizirati jednom ili više puta godišnje, a cilj je da učenici i nastavnici proizvedu i/ili doniraju neku robu za prodaju na školskom sajmu. To je mjesto gdje možete prodavati kolačiće i limunadu, ali i stvari i predmete koje su nekom možda nepotrebne. Školski sajam najbolja je aktivnost kojom možete uključiti roditelje i profesore. Ovaj se događaj može koristiti i za predstavljanje školskih inicijativa donatorima i zainteresiranim dionicima u zajednici. Sajam stoga možete organizirati povodom obilježavanja dana škole ili slično.

Sportska natjecanja – sjajna aktivnost na otvorenom u kojoj timovi mogu platiti neku malu naknadu za sudjelovanje. To može uključivati različite sportske aktivnosti, ali i različite timove: timove roditelja, timove profesora, timove učenika, ali i timove drugih dionika iz zajednice: poduzetnici, tvrtke, predstavnici javne vlasti, organizacija civilnog društva, sportske, kulturne i druge udruge i sl. Na ovakve događaje možete pozvati poznate sportaše ili sportašice koji/e mogu sudjelovati u događaju te na taj način privući veliku pažnju lokalne zajednice, pa čak i šire.

Eko-dan – organizirajte događaj na koji će svi učenici i profesori doći obučeni u zeleno i dogovorite čišćenje škole i školskog dvorišta ili pak sadnju cvijeća i drveća. Možete pokušati osigurati besplatno cvijeće, sjeme i zemlju za sadnju od lokalnih poduzetnika ili lokalnih vlasti. Naravno, sudjelovanje je "zelena naknada".

Ručak – možete pozvati kuhare iz lokalnih restorana da pripreme ručak ili zakusku za sve učenike i učenice te profesore i profesorice u školama koji mogu kupiti svoj ručak. Od prikupljenih sredstava ćete platiti namirnice potrebne za ovaj događaj, ali i prikupiti dodatna sredstva.

Školska zabava – s naplatom ulaznica na kojoj se učenici mogu zabaviti uz ples i druženje. Uz to, ovo je odlična prilika za promociju zdravih stilova života i promociju bezalkoholnih pića koje možete pokušati osigurati od kompanija koje ih prodaju.

Dan igara – neka učenici donesu igračke i društvene igre sa kojima se mogu igrati poslednji dan polugodišta i tražiti zauzvrat donaciju.

Kviz – organizirajte svoju verziju kviza „Tko želi biti milijunaš?“ ili „Najslabija karika“. Ukoliko to nije moguće, prilagodite postojeće društvene igre za veći broj sudionika i sudionica, nagrade neka budu donirane.

Karaoke – organizirajte svoje vlastito natjecanje poput „Zvijezde“, „Hrvatska traži zvijezdu“ ili „Supertalent“.

Bacanje spužve – zamolite učenike da daju donacije u zamjenu za priliku da bacaju spužve natopljene sapunicom na profesore. Ovo je najbolje raditi po sunčanom vremenu.

Takmičenje talenata – održite natjecanje u različitim talentima za učenike i učenice pri čemu će oni pokazivati svoje vještine. Možete ga napraviti u stilu TV emisije tako što ćete imenovati suce koji će izabrati pobjednike.

Lov na blago – organizirajte lov na blago, podijelite učenike u parove ili ekipe i neka detektivski posao počne. Zamolite lokalnog poduzetnika da donira nagradu za pobjednički par/ekipu i odredite predloženi iznos donacije za sudjelovanje.

Svjetski dan kulture – neka se učenici obuku tematski za ovaj dan. Dodijelite svakom razredu različitu državu prema kojoj će temeljiti svoj tematski dan. Ovime ćete i razviti interkulturnu kompetenciju učenika i učenica.

Dobrotvorna utakmica profesora – izazovite uzbuđenje među učenicima sudjelovanjem u posebnoj sportskoj igri u kojoj su ekipe sastavljene od njihovih profesora! Organizirajte prodaju ulaznica za gledanje utakmice

i razmislite o postavljanju štanda za prodaju hrane i pića. To može biti ozbiljna igra ili pak nešto komično.

Dobrotvorni koncert profesora – okupite svoje profesore na glazbenom koncertu za učenike! Organizirajte prodaju ulaznica kako bi učenici i učenice, njihovi roditelji ali i lokalna zajednica mogli prisustvovati koncertu profesora. Profesori mogu biti kreativni i pozvati poznate izvođače da im se pridruže ili pak pokušati osigurati sponzore iz zajednice.

Trening sesije – zamolite profesore tjelesnog odgoja iz lokalnih srednjih škola da krenu održavati tjedne edukacije i treninge iz različitih sportova, a zatim ponudite zajednici da uz plaćanje adekvatne naknade prisustvuju tim treninzima.

Humanitarna večera – na koju možete pozvati lokalne firme i institucije i predstaviti im svoje ideje (kompanije koje proizvode ili prodaju pića i hranu te restorani mogu donirati hranu i piće). Ovo je mjesto gdje možete zamoliti za sve vrste podrške za svoje ideje.

2. Prikupljanje sredstava u zajednici

Morate biti vrlo jasni i precizni u vezi toga što želite i kako biste htjeli da vam pomognu...

U vašoj zajednici postoji mnogo materijalnih i nematerijalnih resursa koji se mogu koristiti kao podrška školskim programima i aktivnostima. Prije svega, pokušajte identificirati sve postojeće službe, trgovine, restorane, tvrtke, veće kompanije itd., istražite njihov djelokrug rada, a zatim pokušajte pronaći povezanost s vašom aktivnošću ili programom te pronaći zajednički interes. Drugo, sastanite se s njima i razgovarate o mogućoj suradnji, predstavljajući im svoju viziju i ideje. Definirajte i jasno prezentirajte što vaša škola treba. Morate biti vrlo jasni i precizni u vezi toga što želite i kako biste htjeli da vam pomognu (bilo da se radi o donaciji sredstava, doniranju njihova vremena, roba ili usluga). Objasnite im da će njihov angažman i podrška biti javno objavljivani (putem priopćenja za medije, interneta, TV emisija i sl.) te će to biti odlična prilika za reklamu i promociju i za njih.

Dobar početak mogao bi biti jasno im razjasniti da svojim uključivanjem čine nešto dobro, pozitivno i korisno za zajednicu. Postoje brojne aktivnosti koje se mogu učiniti poput čišćenja lokalnog parka, sadnje cvijeća, uređenja klupa, renoviranja starog javnog prostora ili pak organizacije glazbenog festivala koji će okupiti sve predstavnike zajednice. Posljednje je odlična prilika da svi dionici iz vaše lokalne zajednice posjete vašu školu i upoznaju se s vašim planovima za program poboljšanja škole. Imajte na umu da ovo lokalno partnerstvo tretirate kao dugoročno opredjeljenje, a ne kao jednokratni angažman. Na taj način, ljudi bi se mogli povezati s vašom školom, biti motivirani i inspirirani da daju svoj doprinos i podrže vas u nekom duljem vremenskom periodu.

3. Domaće i međunarodno prikupljanje sredstava

Prikupljanje sredstava se može organizirati s domaćim i međunarodnim donatorima, a iskusniji zaposlenici i zaposlenice škola mogu se okušati u osiguravanju sredstava iz EU fondova. Domaći i međunarodni donatori obično imaju otvorene pozive s konkretnom temom/temama koje bi željeli podržati i rok do kojeg biste trebali poslati prijedlog svoje ideje, odnosno razradu projekta. U svom prijedlogu, morate definirati, objasniti i opravdati problem koji biste željeli riješiti te ponuditi konkretnu metodologiju i načine na koje ćete ga riješiti upravo svojim projektom. Naravno, važno je jasno definirati ishode realizacije vašeg projekta. Ovaj proces ponekad je veoma zahtjevan jer prvo trebate provjeriti ispunjavate li kao škola uopće uvjete da se prijavite na neke pozive, a zatim provjeriti sva pravna pitanja vezana za prijavu. Tek tada može početi proces razvoja ideje. Od izuzetnog je značaja dobro objasniti i raspisati projekt u obrascima i dokumentima prijedloga projekta, uključujući izradu logičkog okvira, budžeta i plana aktivnosti. Logički okvir, budžet i plan aktivnosti osiguravaju donatoru jasan uvid u način i vremenski tijek iskorištavanja doniranih financijskih sredstava, ali i jednostavnije praćenje iskorištavanja istih sredstava. Sva financijska sredstva morat ćete iskoristiti kako ste naveli u vašoj projektnoj prijavi, strogo se pridržavajući svih pravila iz ugovora. Upravo stoga, važno je projekt precizno i jasno razraditi te tijekom osmišljavanja i izrade projektne prijave misliti na sve detalje i potencijalne situacije i probleme koji mogu iskrsnuti. Možda postoji lokalni stručnjak ili roditelj koji ima iskustava u izradi projektnih prijedloga, analizi dokumentacije i sličnim poslovima. Pokušajte ih identificirati i zatražite pomoć! Što je još važnije, nevladine organizacije koje vam pomažu u implementaciji Programa Y mogu vam pomoći u izradi projektnih prijedloga i pružiti vam resurse koji mogu vam pomoći u tom procesu (poput specijaliziranih web stranica koje nude neke opcije financiranja, edukacija o pripremi projektnih prijedloga, itd.).

4. Prikupljanje sredstava putem interneta

Prikupljanje sredstava putem interneta danas je veoma popularno i, zapravo, poprilično jednostavno. Ispod su navedeni neki načini koji će vas možda zanimati:

Donirajte sada dugme na web stranici škole, gdje zainteresirani ljudi, organizacije, donatori mogu direktno donirati određeni odabrani iznos školi. Možete zamoliti kreatora i/ili održavatelja vaše web stranice da ga doda na vašu web stranicu. Važno je prezentirati svoju viziju i ponuditi potencijalnim donatorima aktivnosti za koje će se sredstva onda i iskori-

stiti, kao i dati sve potrebne tehničke informacije za donaciju. Isto tako, ovo je mjesto gdje možete navesti sve prethodne ili sadašnjih donatore i javno im izraziti svoju zahvalnost.

Crowdfunding je praksa financiranja projekta ili poduhvata prikupljanjem malih novčanih iznosa od velikog broja ljudi, obično putem interneta. Izaberite platformu na internetu, objavite svoju ideju (putem dokumenta, video snimka ili infografike). Crowfunding je danas veoma popularan, a više informacija možete pronaći na www.crowdfunding.com

Primjeri uspješnog prikupljanja sredstava

1. Dani sporta

Nekoliko škola u regiji je osnovalo dane sporta ili natjecanja koji služe za prikupljanje sredstava za škole. Škole zajedno s učenicima organiziraju različite igre i sportove kako bi se svim učenicima omogućilo sudjelovanje.

Sredstva se prikupljaju na nekoliko načina: naplaćuje se prijem roditeljima i ostalim gledateljima, traže se sponzori natjecanja, prodaje se roba, hrana i piće, itd. Ponekad se sredstva prikupljaju za ciljane prigode i svi su sudionici pozvani da doniraju dodatni novac za navedenu prigodu.

2. Prikupljanje sredstava za opremanje kuhinje Ugostiteljske škole u Banja Luci

Učenici i profesori Ugostiteljske škole u Banja Luci, budući kuhari, odlučili su zajedno sa profesorom Predragom Tošićem da organizuju Donatorsko veče, kako bi renovirali kuhinju u kojoj “peku” zanat. Cilj donatorske večeri je bio da se proda što više ulaznica kako bi se obezbjedila novčana sredstva od kojih će biti kupljena oprema i inventar sa kojom će oni i njihove kolege raditi kada budu pohađali časove praktične nastave. Cijena jedne ulaznice je bila 50 KM i u cijenu je uračunato piće dobrodošlice i večera od četiri slijeda koju pripremaju i poslužuju učenici Ugostiteljske škole.

Ulaznice su se mogle kupiti direktno u restoranu škole svaki radni dan ili naručiti na broj telefona, te su iste bile dostavljene na adresu.

Za pet ili više kupljenih ulaznica je dodijeljivana zahvalnica i objava na sajtu ove škole kao zlatni donator.

Savjeti i trikovi!

Ovdje su neki savjeti za uspješno prikupljanje sredstava, savjeti koji će vam omogućiti da uspješno prikupite novac koji vam je potreban, održavajući pritom dobre odnose sa školskom zajednicom.

1. **Uključite učenike, roditelje, profesore i sve ostale članove i dionike zajednice u sve faze prikupljanja sredstava; od definiranja misije i vizije do realizacije aktivnosti kojima će se one ostvariti.**
2. **Pokušajte organizirati motivacijske i zabavne aktivnosti u kojima će ljudi željeti sudjelovati.**
3. **Budite proaktivni kada je riječ o održavanju kontakta s vašim pristalicama i donatorima. Ipak, pazite da ne pretjerate u tome.**
4. **Razmišljajte drugačije – uobičajene i tradicionalne aktivnosti za prikupljanje sredstava su sjajne, ali što možete učiniti drugačije? Inovacija osvaja ljude.**
5. **Fokusirajte se na krajnji cilj – budite veoma jasni u navođenju razloga i obrazloženjima istih za prikupljanje novaca.**
6. **Unesite notu osobnog – učenici mogu biti sjajni u prikupljanju sredstava (fundraiseri) ako ispričaju svoju priču, iz vlastite perspektive, o tome koliko im je i za što novac potreban. Ohrabrite ih da pričaju i traže pomoć!**

Korisne web stranice:

www.easy-fundraising-ideas.com

https://blog.fundly.com/fundraising-ideas-for-schools-and-education/

http://schoolaid.co.nz/7-awesome-fundraising-ideas/

https://www.groundwork.org.uk/school-az

http://www.coolfundraisingideas.net/school-fund-raising-idea

https://www.opencolleges.edu.au/informed/other/school-fundraising-ideas/

https://www.youcaring.com/c/school-fundraising

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 osoba koje rade s mladima u srednjim školama / [autori Feđa Mehmedović, Saša Petković, John Crownover]. - Sarajevo : Glavni ured CARE Deutschland-Luxemburg e. V. u BiH, 2018. - 420 str. s razl. pag. : ilustr. ; 30 cm

Tekst na hrv. jeziku. - Bibliografija i druge bilješke uz tekst.

ISBN 978-9926-8168-3-4

1. Petković, Saša 2. Crownover, John

COBISS.BH-ID 26680582

www.care-balkan.org

www.youngmeninitiative.net

PROGRAM PODRŽALI:

AUSTRIAN DEVELOPMENT COOPERATION

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

OAK FOUNDATION

GENE Global Education Innovation Award

ORGANIZACIJE KOJE IMPLEMENTIRAJU YMI PROGRAM:

ASOCIJACIJA XY

YOUTH POWER

PERPETUUM MOBILE

STATUS M

smart KOLEKTIV