care

Young Men Initiative

OBRAZOVNI PAKET

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

Poštovani nastavnici i nastavnice, školski radnici i radnice, edukatori i edukatorke,

Predstavljamo vam ovaj obrazovni alat kao vodič za realizaciju Programa Y - Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka.

CARE-ova inicijativa za obrazovanje o rodnoj transformaciji (školski program): **YMI – Inicijativa mladića Program Y**, predstavlja dokumentovani uspeh na Zapadnom Balkanu. Program je fokusiran na transformaciju školskog okruženja ka okruženju koje podržava i podstiče rodnu ravnopravnost i promoviše kulturu nenasilja. Naš program se zasniva na uverenju da ako učenici i učenice nauče da prepoznaju štetne rodne norme i ako im se obezbedi siguran prostor da preispituju ove konstrukte, postoji veća verovatnoća internalizacije novih ideja u podršci rodno ravnopravnijim, zdravijim, i nenasilnim ponašanjima.

i neguju vršnjačko okruženje koje favorizuje nenasilje, rodnu ravnopravnost, toleranciju i veći izbor.

Sa druge strane, naša inicijativa podržava nastavnike i nastavnice u srednjim školama koji traže efikasan obrazovni alat za sprečavanje rodno zasnovanog nasilja i drugih oblika nasilja među adolescentima. CARE-ov Program Y spaja akreditovani nastavni plan i program sa kampanjom društvenih normi koja dokazano smanjuje štetne rodne stereotipe i kulturu nasilja među adolescentima. Nastavnici i nastavnice najpre prolaze sertifikovanu obuku i dobijaju stručne bodove za svoj kontinuirani obrazovni razvoj. Osim toga, ova inicijativa nudi rešenja ministarstvima obrazovanja koja traže pristupačno, lako prilagodljivo, integrisano rešenje za problem adolescentskog nasilja koje je vezano za rodno neravnopravne norme i zavisnost.

Obrazovni paket se sastoji od nekoliko komponenti:

1. Priručnik: Program Y
2. Priručnik za sprovođenje kampanja za mlade
3. Vodič za monitoring i evaluaciju
4. Vodič za prikupljanje sredstava

U okviru ovog programa, mladići i devojke su inspirisani da postanu inovativni lideri i liderke u svojim školama za promociju nenasilja, zdravih životnih stilova i rodne ravnopravnosti među svojim vršnjacima. Kurikulum CARE-ovog Programa Y podučava mlade ljude kako da donose informisane odluke za svoje zdravlje i dobrobit, postanu uzori u svom društvenom miljeu,

CARE-ov Program Y nudi isprobani i široko implementirani obrazovni program koji je uspeo da do sada obuhvati 30.000 srednjoškolaca i više od 500 nastavnika i nastavnica na Balkanu, a sada je u Vašim rukama. Nadamo se da će biti koristan za Vas, Vaše učenike i učenice, Vašu školu i zajednicu! Želimo vam sreću u realizaciji i pozivamo Vas da se prijavite za sertifikovanu obuku a ako imate pitanja molimo Vas da kontaktirate:

Kontakt CARE:

CARE International Balkans
Petra Lekovića 59, Beograd, Srbija
Tel: + 381 11 3558 802
mstarcevic@care.rs
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiative.net

Kontakt partneri:

Centar E8
Gavrila Principa 43 (Nova Iskra), Beograd
+381 60 4088861
centar@e8.org.rs
www.e8.org.rs

Omladinski edukativni klub Sinergija
Knjaza Miloša bb, Kosovska Mitrovica
Tel: +381 64 04 77 505
oeksinergija@gmail.com
www.oek-sinergija.org

Naslov:
Obrazovni paket – Mladi - Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka

Prevod dela:
Educational Toolkit – Youth – Innovative Approaches in GBV Prevention and Healthy Lifestyle Promotion for Young Men and Women

Prevod:
Dragan Koprena

Priredila:
Marina Starčević Cviko

Dizajn:
SMART Kolektiv Beograd

Izdavač:
Predstavništvo CARE Serbia u Beogradu

Godina izdavanja i štampanja: 2018.

Štampa: ASHA SHPK Priština

Tiraž: 100

ISBN: 978-86-907747-4-6

Copyright© 2018 CARE kancelarija u Srbiji.
Sva prava zadržana.

Izradu publikacije podržali Austrijska razvojna agencija, Evropska mreža za globalno obrazovanje, Vlada Švajcarske i OAK Fondacija. Sadržaj i zaključci ove publikacije nisu nužno i stavovi gore navedenih organizacija koje su podržale štampanje ove publikacije.

PROGRAM Y

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

Program Y se sprovodi u okviru projekta „Dečaci i mladići kao saveznici u borbi protiv nasilja i promociji rodne ravnopravnosti i zdravih životnih stilova“, uz podršku: Ministarstva prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije; Ministarstva prosvjete i kulture Republike Srpske; Ministarstva obrazovanja, nauke, kulture i sporta Hercegovačko-Neretvanskog kantona i kantona Sarajevo Federacije Bosne i Hercegovine.

Objavljivanje ove publikacije podržali su Austrijska razvojna agencija, 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 u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka

Program Y

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

Priručnik za obuku edukatora/ki i omladinskih radnika/ca

care

Sadržaj

1. POGLAVLJE 1 – RODNO-TRANSFORMATIVNI PROGRAM · 07

Uvod · 08
Predgovor · 10
Istorija programa Inicijativa mladića · 12
Obrazovna osnova · 14
Zašto fokus na rodnim normama? · 18
Od mladića kao prepreka do mladića kao saveznika · 19
O priručniku · 19
Video kolekcija: "Bio jednom jedan dečak" i "Bila jednom jedna devojčica" · 22
Modaliteti implementacije časova/radionica · 22
Očekivani rezultati i ishodi učenja · 23

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

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

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

Radionica 1: Šta je to što zovemo rod? · 44
Radionica 2: Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena · 50
Radionica 3: Izražavanje vlastitih osećanja · 52
Radionica 4: Šta bih želeo/želela da uradim sa svojim životom? Kako na mene utiču drugi? · 55
Radionica 5: Ljubavna priča · 58

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

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

GODINA 2 – NASILJE JE OUT! · 100

Prvo polugodište: Od nasilja do mirne koegzistencije

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

Sadržaj

Drugo polugodište: Droge/alkohol i donošenje odluka

Radionica 19: Šta su droge? · 125

Radionica 20: Droge u našim životima i zajednicama · 129

Radionica 21: Zadovoljstva i rizici · 137

Radionica 22: Razgovor o alkoholu i alkoholizmu · 142

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

GODINA 3 - SEKSUALNOST I ZAŠTITA SEKSUALNOG I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA · 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: Tela muškaraca · 169

Radionica 27: Tela žena · 176

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

Radionica 29: Rizikujem kada... · 188

Radionica 30: Adolescentska trudnoća · 191

Drugo polugodište: Polno prenosive infekcije, kontracepcija i prava

Radionica 31: Zdravlje, SPI, HIV i AIDS · 200

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

Radionica 33: Kontracepcija · 210

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

Radionica 35: Seksualne različitosti · 219

GODINA 4 – RODITELJI 21. VEKA · 224

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

Radionica 36: Kako to misliš?· 232

Radionica 37: Muškarac kao staratelj · 233

Radionica 38: Trudnoća...da ili ne? Biti majka · 235

Radionica 39: Sve u isto vreme · 238

Radionica 40: Šta je posao žene?· 240

POGLAVLJE 3 - BUDI PROMENA KOJOJ TEŽIŠ! · 244

LITERATURA · 261

POGLAVLJE

1

RODNO TRANSFORMATIVNI PROGRAM

Uvod

Priručnik za edukatore/ke u srednjim školama i omladinske radnike/ce "Program Y - mladi" je alat kojeg su iz programa Inicijativa mladića razvili CARE International Balkan i njegovi partneri iz zemalja Zapadnog Balkana, koji se fokusira na rešavanje pitanja rodne nejednakosti, praksi štetnih po zdravlje i nasilja u svakodnevnom životu mladića i devojaka od 14 do 19 godina starosti u školama i zajednici.

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

Za dodatne primerke ovog priručnika, obratite se:
CARE International Balkan

Hasana Kaimije 11
Sarajevo 71000
Bosna i Hercegovina
Tel: +387 33 536 790
E-mail: jcrownover@carenwb.org
spetkovic@carenwb.org

Aleja Svetog Save 7A/17
Banja Luka 78000
Bosna i Hercegovina
Tel: +387 51 258 200
E-mail: care@carenwb.org

Petra Lekovića 59
Beograd 11030
Srbija
Tel: +381 11 3558 802
E-mail: mstarcevic@care.rs

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

Web stranice:
www.care-balkan.org
www.youngmeninitiaitive.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 sveta, sprovodeći 890 razvojnih projekata usmerenih na suzbijanje siromaštva i projekata humanitarne pomoći kojima je obuhvatio više od 65 miliona ljudi.

U našoj viziji težimo svetu nade, tolerancije i socijalne pravde, u kojem nema siromaštva a svi ljudi žive dostojanstveno i sigurno. Naša misija je spašavanje života, suzbijanje siromaštva i rad na postizanju društvene pravde. Stavljamo žene i devojčice u fokus našeg delovanja jer znamo da se siromaštvo ne može zaustaviti dok god svi ljudi nemaju jednaka prava i mogućnosti.

Nezavisni od svih političkih, komercijalnih, vojnih, etničkih ili religioznih ciljeva, CARE promoviše zaštitu humanitarnog prostora. Mi pružamo pomoć na osnovu potrebe, bez obzira na rasu, poreklo ili nacionalnost, baveći se pravima ranjivih grupa, naročito žena i devojčica.

CARE u svom delovanju u slučaju hitnih-kriznih situacija, oporavka kao i celokupnog dugoročnog razvojnog delovanja sledi određene principe koji su usklađeni s onima drugih humanitarnih organizacija, a oni su sledeći: promovisanje osnaživanja, rad u partnerstvu s drugima, osiguranje i promocija odgovornosti na svim nivoima i u svim oblicima, rad na suzbijanju diskriminacije, promocija nenasilnog rešavanja sukoba, rad na postizanju održivih rezultata.

CARE-ove partnerske organizacije u Srbiji

S obzirom da CARE radi sa i putem lokalnih nevladinih organizacija, dve ključne partnerske organizacije u ovom projektu u Srbiji su "Centar E8" iz Beograda (www.e8.org.rs) i Omladinski edukativni klub Sinergija iz Kosovske Mitrovice (www.oek-sinergija.org).

Centar E8 je omladinska organizacija usmerena na rad sa mladim ljudima širom Srbije. Inovativnim kampanjama, upotrebom društvenih mreža i raznovrsnim metodologima rada edukuju mlade na teme zdravih stilova života, rodne ravnopravnosti, prevencije nasilja i značaj aktiviranja u društvu. Tim čine mladi eksperti i ekspertkinje u procesima zagovaranja i lobiranja u oblasti omladinske politike, edukaciji, organizaciji kampanja od javnog značaja koji aktivno rade na polju ljudskih prava u Srbiji.

Omladinski edukativni klub Sinergija je nevladina organizacija koju čine omladinski radnici i volonteri čiji je cilj bolji život mladih ljudi u Kosovskoj Mitrovici.Oni sprovode programe koji pružaju podršku mladima u njihovim nastojanjima da unaprede svoja znanja, veštine i unaprede svoj položaj u društvu razvijajući svoj potencijal i aktivno učestvujući u društvu koje će ih ceniti i poštovati. Posebno su prepoznati u radu sa mladićima na razvoju njihovih zdravih životnih stilova, podršci rodne ravnopravnosti, borbi protiv nasilja, i razvijanju veština koje će im pomoći u procesu sazrevanja.

Autorska prava @ 2016 CARE International

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

Predgovor

Priručnik Y "Program mladi - Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka", priručnik za obuku za rad sa mladićima i devojkama od 14 do 19 godina starosti je razvio CARE-a International Balkan u saradnji sa Instituto Promundo, Rio de Janeiro, Brazil; Status: M, Zagreb; Centar E8, Beograd; Perpetuum Mobile, Banja Luka; Asocijacija XY, Sarajevo; NVO Youth Power/Snaga mladih, Mostar; PEN, Priština; Sinergija, Kosovska Mitrovica i Savetovalište za muškarce i dečake, Tirana. Priručnik Y je namenjen edukatorima/kama u srednjim školama, omladinskim radnicima/cama i drugim stručnjacima koji rade sa mladićima i devojkama i predstavlja važan doprinos onima koji rade na pružanju podrške zdravom razvoju mladih ljudi. Koristeći rodnu perspektivu, fokusirajući se na maskulinitet(e) i feminitet(e) nastojimo da dekonstruišemo neke od izazova sa kojima se mladići i devojke suočavaju u adolescenciji. Ovaj priručnik nastoji da izgradi veštine koje su potrebne mladićima i devojkama za razvijanje zdravih odnosa zasnovanih na rodnoj ravnopravnosti, za shvatanje svog fizičkog, seksualnog i emocionalnog razvoja i za rešavanje svih oblika nasilja u svakodnevnom životu. Ovaj priručnik predstavlja važan resurs za vlade i nevladine organizacije (uključujući i ministarstva koja se bave obrazovanjem i mladima) da shvate važnost toga kako rodne društvene konstrukcije maskuliniteta i feminiteta utiču na stavove i ponašanja dečaka i mladića i devojčica i devojaka. Ovaj priručnik nastoji da izgradi veštine i kompetencije mladića i devojaka da se suoče sa nekim od životnih izazova koji su obično deo prelaznog perioda adolescencije. Verujemo da upotrebom 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 Kosovu*.

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

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

*Prema Rezoluciji 12/44

idealizuju mršave devojke kao primer socijalno poželjnog, kod devojčica u pubertetu može i često dovodi do osećaja da devojčice moraju odgovoriti na ova društvena očekivanja, što za posledicu dovodi do povećanog broja devojaka koje se izlažu intenzivnim dijetama, što je u periodu puberteta vrlo nezdrava životna navika. Upravo zbog gore navedenih razloga, osnaživanjem mladih da prepoznaju štetne društvene norme i da im se efektivno suprotstave, razvijamo kritičnu masu mladih koji, koristeći stečeno znanje i veštine, donose odluke koje doprinose zdravlju, nenasilnom rešavanju problema u odnosima među njima i stvaramo društvo jednakih i ravnopravnih.

Mladi ljudi usvajaju svoj lični životni stil tokom tranzicije iz porodice i kuće ka zrelom dobu pod uticajem složene mešavine ekonomskih, društvenih, kulturoloških i obrazovnih procesa. Uticaj nejednakosti (rodnih, društvenih i/ili zdravstvenih) može biti neposredan, sa lošim ishodima koji su vidljivi u nizu pokazatelja i ponašanja tokom detinjstva i adolescencije. To može smanjiti sposobnost mladih ljudi da u potpunosti učestvuju u mnogim aspektima života i može uticati, na primer, na pohađanje škole i akademsko dostignuće, socijalno funkcionisanje, bavljenje sportom i prihvatanje mogućnosti zapošljavanja. To takođe može da utiče na kvalitet života i mentalno blagostanje. Edukacija o životnim veštinama može da predstavlja zaštitni faktor za neke od ovih izazova. U međuvremenu, tokom devet godina realizacije Programa M u srednjim školama u regionu zapadnog Balkana, partnerske organizacije, profesori, pedagozi, roditelji i odgovorna ministarstva prepoznali su potrebu uključivanja devojčica i devojaka u zajedničke napore u obrazovanju. Ovaj priručnik je pripremljen tokom trogodišnjeg participativnog procesa. Objavljen je na engleskom i hrvatskom/srpskom/bosanskom/albanskom jeziku kako bi se podstakla njegova široka upotreba u ovom regionu. Priručnik je osmišljen tako da se koristi uz kampanju o životnim stilovima u školi i zajednici, koja promoviše pozitivniju i zdraviju verziju toga šta znači biti muškarac i žena. Za informacije o kampanji obratite se lokalnom partneru(ima) u svakoj zemlji. CARE i njegovi partneri podstiču vladine i nevladine organizacije da usvoje ovaj priručnik kao deo svojih sveobuhvatnih napora vezanih za edukaciju o životnim veštinama. Bilo koji pristup mora da okupi škole, zajednicu, porodicu i druge važne aktere civilnog društva da pruže podršku mladim ljudima dok izrastaju u mlade odrasle osobe. Želimo vam uspeh u upotrebi ovog priručnika!

John Crownover, Saša Petković
i Feđa Mehmedović
CARE International Balkan

Istorijat programa Inicijativa mladića

Od 2007. godine do danas, program prevencije rodno zasnovanog nasilja na Zapadnom Balkanu - Inicijativa mladića (YMI) - radi na izgradnji rodno ravnopravnijih stavova i ponašanja kod mladića i smanjenju nasilja od strane mladića (nad devojkama) i vršnjačkog nasilja (nasilja mladića nad drugim mladićima) u Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj i Srbiji. Pored toga, od 2010. godine Inicijativa mladića se proširila na Kosovo* a od 2013. godine i na Albaniju. Predvođen CARE-om Balkan, uz tehničku podršku Promunda i Međunarodnog centra za istraživanje o ženama (ICRW) i finansijsku podršku Ministarstva spoljnih poslova Kraljevine Norveške, Austrijske razvojne agencije, Vlade Švajcarske, OAK Fondacije i CARE-a Nemačka-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 usmerene prema mladićima i devojkama u uzrastu od 14-19 godina.

Šta je Inicijativa mladića

Pristup Inicijative mladića se zasniva na rodno-transformativnom kurikulumu prilagođenom prema Programu H Instituta Promundo i osmišljenom da izazove kritičko razmišljanje o rodnim normama koje pokreću nasilje i druge nezdrave oblike ponašanja[1]. Visoke stope korišćenja alkohola u regionu takođe podstiču ovaj program da se fokusira na visokorizično konzumiranje alkohola, koje je povezano sa povećanom verovatnoćom izvršenja nasilja u mnogim situacijama. Inicijativa mladića se sprovodi u srednjim stručnim školama, što omogućava da se postigne visok nivo učešća dečaka i devojčica u uzrastu od 14 do 19 godina starosti. Fokus na mlade ljude je važan, jer adolescencija predstavlja ključni trenutak u procesu socijalizacije kada se još uvek razvijaju stavovi i ponašanja. U školama koje učestvuju u programu, sesije Inicijative mladića koje traju od osam do deset sati, a koje vode obučeni voditelji/ke, su integrisane u redovni raspored časova tokom školske godine, sa fokusom na četiri ključne programske oblasti: (1) rodna ravnopravnost; (2) prevencija nasilja; (3) seksualno i reproduktivno zdravlje; i (4) prevencija upotrebe alkohola i droga.

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

Inicijativa mladića se proteže i izvan učionica. Program obuhvata dodatni rezidencijalni trening gde voditelji/ke održavaju dodatne sesije i aktivnosti izgradnje tima u imerzivnijem okruženju. Pored toga, program obuhvata i "Budi muško" kampanju, koja ima za cilj da ojača ključne poruke Inicijative mladića i podstakne promene na nivou škole i izvan nje. Kampanja je podržana putem različitih edukativnih materijala, društvenih medija, i akcija koje organizuju i sprovode učenici/ce članovi/ce "Budi muško" klubova. Članovi "Budi muško" klubova su i mladići i i devojke. U 2015. godini ovi klubovi su okupljali nekoliko stotina aktivnih članova/ica, od čega u Bosni i Hercegovini 350 članova/ica, u Srbiji 241 član, na Kosovu* 636 članova/ica, u Hrvatskoj 35 članova/ica i u Albaniji 60 članova/ica.

Vodeća filozofija Inicijative mladića je da dečake ne bi trebalo shvatiti kao prepreku miru i rodnoj ravnopravnosti, nego kao ključne saveznike u promociji nenasilnih, zdravih odnosa i zajednica. Devojke kao aktivne članice zajednice bi trebalo da budu aktivne učesnice u društvima kao i nosioci promena. Svedoci smo ovih dana da devojke nisu samo žrtve nego takođe i počinioci nasilja u manjoj meri. I dečacima i devojčicama u adolescenciji potrebna je dodatna edukacija o zdravim životnim stilovima i prevenciji rodno zasnovanog nasilja kao vodilja prema rodnoj ravnopravnosti i rodno ravnopravnom društvu.

...dečake ne bi trebalo shvatiti kao prepreku miru i rodnoj ravnopravnosti, nego kao ključne saveznike...

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

Ovu putanju promena kojom dečaci i devojčice primenjuju i internalizuju nove ideje, učvrstilo je nekoliko struktura podrške, kao što su nenasilni uzori (npr. voditelji Inicijative mladića), društvene mreže podrške, kao i podsticajno školsko okruženje.

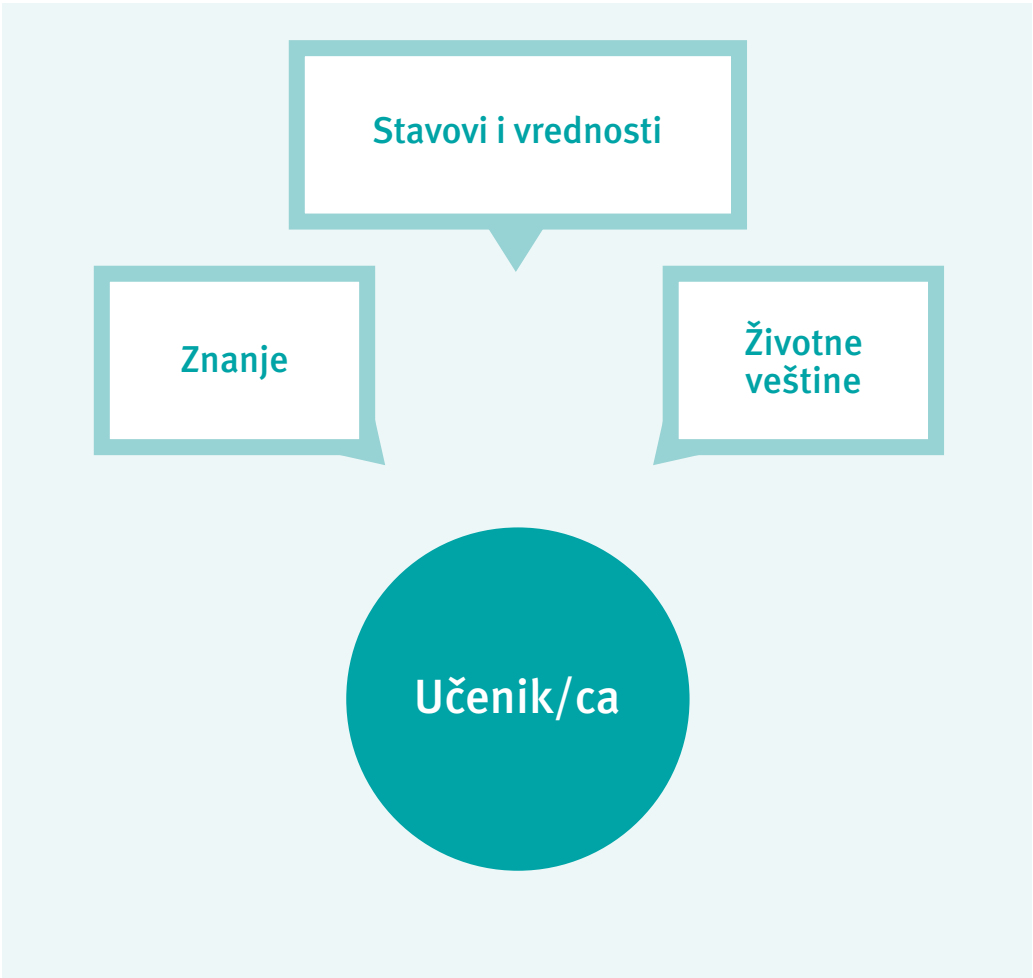
Razvoj Inicijative mladića

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

Obrazovna osnova

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

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



Zastareli pristupi učenju i proučavanju su predvideli da će uz adekvatno znanje mlada osoba imati dovoljno kompetencija da donese adekvatne i "zdravije" odluke. Novi pristup kojeg promoviše i zagovara Program Y je znatno složeniji od tradicionalnog "ex-katedra" pristupa i usklađen je sa najsavremenijim obrazovnim standardima koje predlažu vodeće međunarodne obrazovne instance.

Pored relevantnog znanja, Program Y podstiče usvajanje relevantnih stavova i vrednosti i motiviše mlade ljude da donose promišljene odluke i da se sa više samopouzdanja suoče sa izazovima na koje nailaze u adolescentnom uzrastu. Napravili smo ovaj priručnik i ponudili ga školama, organizacijama i pojedincima na besplatno korišćenje kako bi oni mogli da koriste nove i proverene principe kao značajan resurs za donošenje odgovornih, nenasilnih, rodno ravnopravnih i zdravijih odluka.

Zašto fokus na rodnim normama?

Već dugi niz godina, mi smo stvarali pretpostavke o zdravlju i razvoju mladića.[2] Najčešće, pretpostavljali smo da su dobro i da imaju manje potreba nego devojke. U nekim drugim prilikama pretpostavljali smo da je sa njima teško raditi, da su agresivni, i da ne brinu za svoje zdravlje. Često smo ih videli kao počinioce nasilja nad drugim mladićima, nad samim sobom i nad ženama – ne zastajući da shvatimo načine na koje društvo često prelazi preko upotrebe nasilja od strane mladića. Nova istraživanja i perspektive zahtevaju pažljivije razumevanje načina na koji se mladići socijalizuju, šta im je potrebno u pogledu zdravog razvoja i kako ih zdravstveni edukatori/ke i drugi mogu angažovati na adekvatniji i delotvorniji način.

Osim toga, iako su brojne inicijative kroz istoriju nastojale da isprave rodne nejednakosti osnaživanjem žena, postoji sve veći konsenzus o tome da promovisanje rodne ravnopravnosti i poboljšanje zdravlja i dobrobiti žena takođe zahteva i angažovanje muškaraca svih uzrasta. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju (ICDP) održana 1994. godine u Kairu i Četvrta konferencija o ženama održana 1995. godine u Pekingu pružili su osnovu za uključivanje muškaraca u napore za poboljšanje statusa žena i devojaka. Na primer, Program akcije Međunarodne konferencije o populaciji i razvoju (ICDP) nastoji da "promoviše rodnu ravnopravnost u svim sferama života, uključujući porodični život i život u okviru zajednice, i da podstakne i osposobi muškarce za preuzimanje odgovornosti za svoje seksualno i reproduktivno ponašanje i svoje društvene i porodične uloge."

Od konferencija u Kairu i Pekingu, brojne agencije UN-a, vlade i organizacije civilnog društva su potvrdile potrebu da se radi sa muškarcima i dečacima. Godine 1998. Svetska zdravstvena organizacija odlučila je da posveti posebnu pažnju potrebama maloletnih dečaka, prepoznavajući da su oni previše često bili zanemareni u zdravstvenim programima za maloletnike. Tokom 2000. i 2001. godine UNAIDS je posvetio Svetsku kampanju o AIDS-u muškarcima i dečacima, shvatajući da ponašanje mnogih muškaraca izlaže njih same kao i njihove partnere riziku, te da muškarci moraju da budu angažovani na mnogo bolje osmišljene načine kao partneri u prevenciji HIV/AIDS-a i u pružanju podrške osobama koje žive sa AIDS-om. U skorije vreme, vlade iz celog sveta su izrazile zvanično opredeljenje na 48. sednici Komisije za status žena (CSW) u 2004. godini za implementaciju niza aktivnosti za uključivanje muškaraca i dečaka u napore za postizanje rodne ravnopravnosti.

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

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

2 — Termin "mladići" se odnosi na muškarce u uzrastu između 15 i 24 godine, što odgovara starosnoj grupi "mladi" na način kako je to definisala Svetska zdravstvena organizacija (SZO).
3 — W.H. Courtenay, "Bolje je umreti nego plakati? Longitudinalno i konstruktivističko istraživanje maskuliniteta i ponašanja rizičnog po zdravlje mladih američkih muškaraca" (Doktorska disertacija, Berkeley Univerzitet u Kaliforniji, 1998.)

čaci". Međutim, koreni ponašanja mnogih dečaka i muškaraca uključujući i to da li se dogovaraju sa svojim partnerima o korišćenju kondoma, bilo da vode brigu o deci čiji su očevi ili da koriste nasilje protiv partnera, mogu se naći u načinu na koji su dečaci vaspitani. Nije lako promeniti način na koji odgajamo i posmatramo dečake. Međutim, on ima potencijal da transformiše rodne odnose, kao i da smanji brojne zdravstvene i socijalne ranjivosti sa kojima se suočavaju i žene i muškarci.

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

U pogledu njihovog ponašanja kada se radi o traženju zdravstvenih saveta, dečaci su često vaspitani na način da se oslanjaju na same sebe, da ne vode računa o svom zdravlju i da ne traže pomoć kada su suočeni sa stresom. Ali, sposobnost da se govori o svojim problemima i da se potraži podrška je zaštitni faktor protiv korišćenja supstanci, praktikovanja nezaštićenog seksa i učestvovanja u nasilju. Ovo bi moglo delimično da objasni zbog čega postoji veća verovatnoća da će dečaci, u poređenju sa devojčicama, biti uključeni u nasilje i korišćenje supstanci. Zaista, postoje mnogobrojna istraživanja koja potvrđuju da način na koji su dečaci vaspitani ima direktne posledice po njihovo zdravlje. Na primer, istraživanje sprovedeno na nacionalnom nivou u SAD među adolescentnim muškarcima starosnog uzrasta između 15 i 19 godina otkrilo je da su oni mladići koji su imali seksističke ili tradicionalne poglede na muškost bili skloniji korišćenju supstanci, uključenosti u nasilje i devezavenciji, i praktikovanju nezaštićenog seksa nego oni adolescentni muškarci sa fleksibilnijim pogledima o tome šta "pravi muškarci" mogu da rade.[3] Slični rezultati su takođe otkriveni u istraživanjima sprovedenim među mladićima u drugim različitim okruženjima, uključujući Brazil, Indiju, Južnu Afriku i Zapadni Balkan.

Dakle, primena rodne perspektive u radu sa mladićima podrazumeva dve glavne ideje:

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

(2) RODNA JEDNAKOST: Angažovanje dečaka u diskusiju i razmišljanje o rodnim nejednakostima, u razmišljanje o situacijama u kojima su devojke i žene često bile u nepovoljnom položaju i od njih se često očekivalo da na sebe preuzmu nesrazmerni deo brige o deci, o pitanjima seksualnog i reproduktivnog zdravlja i o kućnim poslovima.

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

Od mladića kao prepreka do mladića kao saveznika

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

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

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

Iz svih tih razloga i više, ovaj priručnik i aktivnosti sadržane u njemu su zasnovani na pretpostavci da bi mladiće trebalo posmatrati kao saveznike – potencijalne ili stvarne – a ne kao prepreke. Neki se mladići zaista ponašaju neodgovorno, pa čak i nasilno. Mi ne odobravamo njihovo ponašanje. Umesto toga, verujemo da je neophodno da krenemo od onih stvari koje mnogi mladići rade dobro i verujemo u potencijal drugih mladića da rade to isto.

O Priručniku

Priručnik se sastoji od četiri tematske celine:

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

Nasilje je OUT
- Od nasilja do mirne koegzistencije
- Od nasilja do poštovanja u intimnim vezama, samokontrole i upravljanja emocijama
- Psihoaktivne supstance

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

Roditelji 21. veka
- Očinstvo i majčinstvo

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

Uvod u svaku od navedenih tematskih oblasti pruža uvodne informacije koje su važne za pripremu radionica i kritički uvid na potrebe adolescenata u kontekstu pola, rodne perspektive i specifičnosti mladića i devojaka tokom odrastanja. Ove informacije su posebno važne u kontekstu razumevanja uticaja kojeg društvene norme imaju na usvajanje negativnih oblika ponašanja, kao i za razumevanje i vezu između društvenih normi i ranjivosti oba roda i u vezi sa temama koje program Y obrađuje. Razumevanje ove veze je osnova za razumevanje i prepoznavanje mogućih obrazovnih i drugih strategija koje se mogu preduzeti kako bi se smanjio uticaj štetnih normi i osnažili mladi ljudi da se suoče sa društvenim očekivanjima, svesni štetnih uticaja i sposobni da prepoznaju i da počnu primenjivati zdravije i nenasilne alternative sa više samopouzdanja.

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

- Vrednuju dijalog i pregovore, a ne silu i nasilje, kao osnovu za odnose i rešavanje sukoba, i da koriste dijalog i pregovore u svojim međuljudskim odnosima;
- Poštuju pojedince i grupe različitog porekla i stila života, kao i da dovedu u pitanje stavove onih koji ne pokazuju takvo poštovanje;
- Pokušaju da održe intimne odnose zasnovane na jednakosti i uzajamnom poštovanju;
- Razgovaraju sa svojim partnerima o sigurnom seksualnom ponašanju i da dele odgovornost za izbor i način zaštite bilo sa su seksualno aktivni ili ne;
- Zajednički donose odluke o reprodukciji sa svojim partnerima, uključujući i odgovornost za izbor i upotrebu sredstava za kontracepciju kako bi se sprečile neplanirane trudnoće;
- Odbace upotrebu nasilja nad intimnim partnerima i drugima; i
- Shvate da je vođenje brige takođe muška osobina i da nastoje da se brinu za druge, uključujući i prijatelje, rodbinu, partnere i vlastitu decu.

Korišćenje priručnika

Ovaj priručnik je namenjen za korišćenje od strane profesora/ki i profesionalnog osoblja za rad sa mladima, zdravstvenih radnika/ca, i/ili drugih stručnjaka, edukatora/ki, trenera/ica ili volontera/ki koji rade, ili bi želeli da rade, sa mladim ljudima. Svaka aktivnost je osmišljena tako da traje između 45 i 90 minuta, i može se sprovoditi u različitim okruženjima, od škola, omladinskih i sportskih klubova do parkova i vaspitno-popravnih domova za maloletnike. Takođe je neophodno za osobu koja planira i održava radionice da obezbedi sigurno okruženje za učenje i različite vežbe koje su deo ovog priručnika.

Aktivnosti su zasnovane na modelu iskustvenog učenja prema kojem se mladi ljudi podstiču da preispitaju i analiziraju svoja iskustva i život sa ciljem da shvate kako rod ponekad može održavati nejednake moći u vezama i tako učiniti ranjivim i mladiće i devojke. Ono što je najvažnije, aktivnosti angažuju učesnike/ce da razmišljaju o tome kako oni mogu da naprave pozitivne promene u svojim životima i zajednicama. Ovaj proces preispitivanja i promena zahteva vreme. Iskustvo u korišćenju ovog priručnika je pokazalo da je aktivnosti poželjno koristiti kao jednu celinu (ili odabranu grupu aktivnosti iz različitih celina), a ne da se koristi samo jedna ili dve aktivnosti. Mnoge aktivnosti se međusobno nadopunjuju i kada se koriste zajedno doprinose bogatijem i produktivinijem razmišljanju nego da se koriste same.

U osnovi, izgleda da aktivnosti najbolje funkcionišu sa manjim grupama (npr. 8 do 25 osoba), iako se takođe mogu koristiti i sa većim grupama. Međutim, prevelika grupa može smanjiti šanse da svi učesnici/ce daju svoj puni doprinos. U početku rada sa ovim Priručnikom, voditelj/ka bi takođe trebalo da bude svestan/svesna da će to verovatno za mnoge mlade ljude biti prvi put da učestvuju u edukativnom procesu koji uključuje grupnu diskusiju u kojoj će pojedinačno razgovarati o mladićima i devojkama. Iako bi neki učesnici/ce bi na početku možda mogli da kažu da je to neobično ili čudno, voditelj/ka bi trebalo da im pomogne da shvate zašto je važno da razgovaraju i o jednima i o drugima imajući u vidu bogatstvo različitosti, mogućnosti i specifičnih potreba. Iako su ove aktivnosti namenjene mladima ljudima starosnog uzrasta između 15 i 24 godine, svesni smo činjenice da postoji širok spektar problema i iskustava unutar ove grupe. I dok zajednički rad može da ponudi mnogo prednosti, takođe je važno osigurati da mladi ljudi na raspolaganju imaju neophodan prostor kako bi se mogli fokusirati na ona pitanja koja su najrelevantnija za

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

njihove živote i veze – sa tim ciljem, mnoge organizacije često rade sa mladim ljudima grupisanim prema starosnom uzrastu u grupama od 15 do 19 godina i od 20 do 24 godine.

Rad sa mladim ljudima nije uvek lak i predvidiv zadatak. Mnoge aktivnosti navedene u ovom Priručniku bave se složenim ličnim temama, kao što su seksualnost, mentalno zdravlje i iskustva sa nasiljem. Moglo bi da se desi da se neki od učesnika/ca „otvore“ i izraze svoja osećanja tokom ovog procesa, dok drugi jednostavno neće želeti da govore. Neke od tih aktivnosti nisu namenjene za upotrebu kao grupna terapija, ali bi ih trebalo koristiti da podstaknu dovoljan nivo samorefleksije među učesnicima/cama kako bi oni/one mogli/e da uče iz ličnih iskustava, da preispituju krute ideale roda i maskuliniteta i feminiteta, kao i da promene svoje stavove i ponašanje. Na voditelju/ki je da proceni i unapredi nivo prihvatljivosti tema kod učesnika/ca i da vodi aktivnosti na takav način da potpomogne iskrena razmišljanja, ali da to u isto vreme ne bude sesija grupne terapije. Istovremeno, voditelj/ka bi trebalo da bude spreman/spremna na mogućnost da je nekim pojedincima možda potrebno posvetiti posebnu pažnju, a u nekim slučajevima uputiti ih na profesionalne službe ili savetovanje.

Iskusni voditelji/ke su ključni deo grupnog obrazovnog procesa. Pre početka rada sa mladim ljudima, od ključne je važnosti da su voditelji/ke upoznati sa temama iz ovog Priručnika, da imaju iskustva u radu sa mladim ljudima i da imaju podršku od svojih institucija/organizacija i/ili drugih odraslih osoba za izvođenje ovih aktivnosti. Glavna uloga voditelja/ki je da kreiraju otvoreno i iskreno okruženje puno uzajamnog poštovanja, gde ne postoje a priori osude ili kritike stavova, jezika ili ponašanja mladih ljudi i gde se mladi ljudi neće osećati neprijatno ukoliko skrenu izvan "politički korektnog govora" kog u početku mogu da koriste. S obzirom na to da bi moglo da dođe do konfliktnih situacija neophodno je da voditelji/ke poseduju potrebne veštine da intervenišu u takvim situacijama i promovišu poštovanje različitih mišljenja. Konačno, aktivnosti bi trebalo da budu sprovedene u privatnom i prijatnom prostoru u kom mladi ljudi mogu slobodno da se kreću. Mnogi mladi ljudi vole kretanje a to može biti korisno za njihovu veću uključenost u aktivnosti. Isto tako, mladim ljudima je neophodan visok unos kalorija za njihov rast i razvoj i, kada je to moguće, preporučljivo je da se obezbedi užina za učesnike/ce.

Video kolekcija: "Bio jednom jedan dečak" i "Bila jednom jedna devojčica"

Uz ovaj Priručnik[4] dolaze dva crtana filma, bez reči, pod nazivom "Bio jednom jedan dečak" (eng. "Once Upon a Boy") i "Bila jednom jedna devojčica" ("Once Upon a Girl"). Ovi crtani filmovi prikazuju priče o jednom dečaku i jednoj devojčici i izazovima sa kojima se oni suočavaju tokom odrastanja. Oni se suočavaju sa društvenim normama, nasiljem u porodici, homofobijom, sumnjama u vezi njihove seksualnosti, svojim prvim seksualnim iskustvom, trudnoćom, polno prenosivim infekcijama (SPI) i roditeljstvom. Na zabavan i pažljiv način, ovi crtani filmovi uvode teme koje se obrađuju u aktivnostima opisanim u ovom Priručniku. Često smo smatrali korisnim da upotrebimo crtani film kao uvod u aktivnost – kako bismo probudili interesovanje kod mladih ljudi i procenili njihove prvobitne stavove u pogledu različitih pitanja koja se obrađuju u ovom Priručniku.

...suočavaju sa društvenim normama, nasiljem u porodici, homofobijom, sumnjama u vezi njihove seksualnosti...

Gore navedene crtane filmove možete pogledati/preuzeti sa sledećih web stranica:
http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-boy/
http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-girl/

Modaliteti realizacije časova/radionica

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

Iako svi moduli čine celinu, profesori/ke mogu kombinovati module iz različitih oblasti, pa čak i koristiti samo jedan, a to znači da professor/ka ima slobodu izbora modula, redosleda a na kraju i koncepta koji će se koristiti. Modularna i interaktivna nastava osigurava veće učešće učenika i učenica u procesu učenja a predloženi proces učenja se zasniva na principu "učenik/ca u centru" procesa učenja. Sve radionice integrisane u ovom Priručniku zasnivaju se na principu da je professor-ka/edukator-ka osoba koja vodi radionicu, ohrabruje i podstiče učešće učenika i učenica koristeći pedagogoške principe i standarde.

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

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

S obzirom da većina radionica ne zahteva specifične infrastrukture, veliki broj modula može da se primeni u vanškolskom okruženju (parkovi, izletišta), što dodatno unapređuje časove i pruža dodatnu slobodu profesorima/kama da osmisle okruženje koje može pozitivno da odgovori na temu, oblast i koncept koji primenjuju.

Maksimalno trajanje radionica je dva školska časa a minimalno jedan školski čas u zavisnosti od interesovanja učenika/ca. Za ljude koji planiraju realizaciju edukativnih radionica iz Programa Y obezbeđene su smernice u vezi trajanja radionica i neophodni materijali, tako da je važno da se pre izvođenja svake sesije konsultuju priložena uputstva a ona su deo svake radionice koja je deo ovog priručnika.

Određene sesije zahtevaju pripremu materijala za učenje i oni su priloženi uz odgovarajuće sesije. U tom smislu professor-ka/educator-ka bi pre početka tih sesija trebalo da kopira materijale jer su oni osnova za diskusiju, alat za učenje i resurs za analizu.

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

Očekivani rezultati i ishodi učenja

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

Razumevanje i poštovanje principa rodne ravnopravnosti, nulte tolerancije prema rodno zasnovanom nasilju, protivljenje upotrebi psihoaktivnih supstanci i usvajanje zdravih životnih stilova su zahtevni zadaci za učenike i učenice, kao i za profesore/ke ili edukatore/ke koji/e žele da podstaknu učenike i učenice da usvoje gore navedene oblike ponašanja.

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

Brojni problemi sa kojima se suočavaju adolescenti tokom odrastanja su rezultat internih i eksternih faktora. U kontekstu internih faktora moramo naglasiti sledeće: znanje, svest, obaveštenost i posedovanje važne veštine za donošenje odluka.

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

Stoga Program Y nije alat usmeren isključivo na obrazovanje i informisanje mladih ljudi, već je to takođe testirana i dokazana platforma koja nudi konkretne smernice za profesore-ke, edukatore-ke, trenere-ice i pedagoge o tome kako da pruže znanja i informacija i kako da ih koriste za razvoj životnih veština koje su ključne kompetencije u donošenju zdravih i nenasilnih odluka. Program Y, osim uputstava za implementaciju svake pojedinačne sesije, nudi prateće sadržaje koji omogućavaju učenicima i učenicama da dobiju sve potrebne informacije iz oblasti učenja što je važno za razumevanje i ostvarenje definisanih ishoda učenja. Različite vežbe, diskusije, edukativne igre i radionice pružaju učenicima i učenicama potrebna znanja o onoj životnoj veštini koja će im pomoći da donose promišljene odluke o svom zdravlju u budućnosti bez nasilja i nejednakosti na bilo koji način.

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

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

U širem kontekstu ulešće u aktivnostima definisanim u Programu Y pomažu učenicima i učenicama u razvoju:

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

Program Y je namenjen učenicima i učenicama srednjih škola i zbog toga je ceo taj proces učenja podeljen na četiri školske godine. Sesije međusobno nadopunjuju jedne druge i zbog toga smo definisali zajedničke ciljeve u sve četiri godine, za svaku godinu pojedinačno:

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

Prvo polugodište: Identitet, razum i osećanja

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

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

Radionica 06: Šta je nasilje?
Radionica 07: Živa budala ili mrtav heroj
Radionica 8: Shvatanje ciklusa nasilja
Radionica 9: Etiketiranje
Radionica 10: Šta je seksualno nasilje?
Radionica 11: Moć i odnosi

Kognitivni ishodi:

- Sticanje znanja o rodu, rodnim konstruktima i rodnoj neravnopravnosti
- Razumevanje maskuliniteta i feminiteta i njihov uticaj na razvoj identiteta, ponašanja i stavova
- Upoznavanje učenika i učenica sa osećanjima i različitim načinima da ih izraze
- Upoznavanje učenika i učenica sa značajem verbalizovanja osećanja kako bi bolje razumeli svoja vlastita osećanja kao i potrebe i očekivanja drugih ljudi
- Upoznavanje učenika i učenica sa stereotipima i predrasudama o nasilju
- Razumevanje društvenih uloga i odgovornosti zasnovanih na rodnim podelama
- Razumevanje uticaja rodne neravnopravnosti i krutih društvenih normi na živote ljudi
- Razumevanje termina nasilje i rodno zasnovano nasilje
- Razumevanje uticaja rodnih konstrukata maskuliniteta i faminiteta na nasilje
- Povećanje znanja učenika i učenica o različitim oblicima nasilja (vršnjačko, rodno, seksualno, porodično i sajber)
- Povećanje znanja učenika i učenica o uzrocima i posledicama različitih oblika nasilja
- Povećanje znanja učenika i učenica o uticaju društvenih normi na nasilju među mladim ljudima
- Shvatanje ciklusa nasilja

Afektivni ishodi:

- Razumevanje ličnih osećanja i osećanja drugih
- Razvijanje osećanja i potrebe za prijateljstvom
- Razvijanje osećanja pravednosti i socijalne pravde
- Razvijanje pozitivnih karakteristika ličnosti
- Razvijanje senzibiliteta prema drugima i prema drugačijim ljudima
- Usvajanje pozitivnih stavova i vrednosti o važnosti suprotstavljanja nasilju i pokazivanje nulte tolerancije prema njemu
- Razvijanje osećaja pravde u kontekstu podrške žrtvama nasilja
- Usvajanje stavova o nepostojanju blažih i bezopasnih oblika nasilja
- Razumevanje posledica koje nasilje ostavlja na žrtvu, nasilnika i društvo u celini
- Usvajanje stavova koji podstiču učenike i učenice da prijave nasilje i pomognu svojim vršnjacima koji su bili žrtve nasilja

Psihomotorni ishodi:

- Usvajanje veština kritičkog razmišljanja
- Usvajanje pregovaračkih veština
- Razvijanje veština za donošenje odluka
- Usvajanje pozitivnih stavova i vrednosti
- Razvijanje kritičkih načina razmišljanja o rodnim ulogama i hegemoničnom maskulinitetu i feminitetu
- Jačanje veština aktivnog slušanja
- Razvijanje empatije prema žrtvama nasilja
- Razvijanje kritičkog razmišljanja o ispravnosti korišćenja nasilja
- Razvijanje kritičkog razmišljanja i negativni oblici ponašanja koji doprinose ili sprečavaju nasilje
- Usvajanje veština suočavanja sa emocijama

GODINA 2 – Nasilje je OUT!

Prvo polugodište: Od nasilja do mirne koegzistencije

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

Drugo polugodište: Droge/alkohol i donošenje odluka (alkohol, droge, nasilje)

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

Kognitivni ishodi:

- Razumevanje pozicije žrtve, nasilnika i svedoka nasilja
- Povećanje znanja o prevenciji nasilja na ličnom i društvenom planu
- Upoznavanje učenika i učenica sa različitim konfliktnim situacijama i mogućim ishodima
- Upoznavanje učenika i učenica sa načinima za izbegavanje konfliktnih situacija putem nenasilne komunikacije
- Informisanje učenika i učenica o tome kako da razbiju stereotipe o nasilju i njegovom opravdanju
- Upoznavanje učenika i učenica sa psihoaktivnim supstancama
- Razumevanje uticaja psihoaktivnih supstanci na ponašanje i zdravlje uopšte
- Upoznavanje učenika i učenica sa pregovaračkim veštinama
- Razumevanje interpersonalnih odnosa između mladih ljudi
- Upoznavanje učenika i učenica sa značajem donošenja promišljenih odluka

Afektivni ishodi:

- Razvijanje osećaja lične odgovornosti za prevenciju nasilja i promovisanje nenasilne kulture i ponašanja
- Razvijanje kritičkog razmišljanja u kontekstu nasilja
- Razumevanje ličnih osećanja kao i osećanja drugih
- Usvajanje stavova koji podstiču toleranciju, poštovanje manjina i drugih, kao i drugačijih ljudi
- Razvijanje potrebe za uključivanje u rešavanje tuče ili svađe (svedoci nasilja)
- Razumevanje ličnih osećanja i osećanja drugih
- Razvijanje osećanja i potrebe za prijateljstvom
- Razvijanje osećanja pravednosti i socijalne pravde
- Razvijanje pozitivnih karakteristika ličnosti
- Razvijanje senzibiliteta prema drugima i prema drugačijim ljudima

Psihomotorni ishodi:

- Usvajanje veština mirnog i nenasilnog rešavanja konflikta ili problema među mladim ljudima
- Usvajanje veština samokontrole i upravljanja besom
- Kontrola emocija
- Uklonjene predrasude o nasilju i njegovoj opravdanosti ili pozitivnim ishodima
- Usvajanje veština kritičkog razmišljanja
- Usvajanje pregovaračkih veština
- Razvijanje veština za donošenje odluka
- Usvajanje pozitivnih stavova i vrednosti
- Razvijanje kritičkih načina razmišljanja o rodnim ulogama i hegemoničnom maskulinitetu i feminitetu
- Jačanje veština aktivnog slušanja

GODINA 3 - Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja

Prvo polugodište: Seksualno i reproduktivno zdravlje

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

Drugo polugodište:

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

Kognitivni ishodi:

- Upoznavanje sa zdravstvenim potrebama muškaraca i žena
- Upoznavanje učenika i učenica sa principima rizičnog ponašanja i faktorima ugroženosti adolescentana
- Sticanje znanja i razumevanja o odnosima rodnih normi i pristup zdravstvenim uslugama – korišćenje zdravstvenih usluga
- Upoznavanje učenika i učenica sa konceptom seksualnosti, seksualnog i rodnog identiteta
- Upoznavanje sa važnim temama iz oblasti zdravstva koje su relevantne za adolescente
- Sticanje znanja o strukturi tela i funkcijama različitih organa u telu
- Sticanje znanja o najčešćim problemima sa kojima se suočavaju adolescentni
- Upoznavanje učenika i učenica sa zdravstvenim, društvenim i obrazovnim izazovima sa kojima se sučavaju adolescentni roditelji/trudnice
- Upoznavanje sa zastupljenošću polno prenosivih infekcija
- Upoznavanje učenika i učenica sa mehanizmima polno prenosivih infekcija i njihovim simptomima
- Stečeno znanje o dostupnim metodama kontracepcije
- Učenici i učenice se upoznaju sa radnim mehanizmima kontraceptivnih tehnologija
- Sticanje znanja o prenosu HIV-a

Afektivni ishodi:

- Podizanje svesti o važnosti seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava
- Ukazivanje na uticaje društvenih normi na odnos prema seksualnom i reproduktivnom zdravlju
- Razvijanje osećanja o važnosti higijene i zdravlja
- Razvijanje osećanja o važnosti donošenja odluka
- Usvajanje pozitivnih stavova i vrednosti o seksualnosti
- Razumevanje rizičnog ponašanja i ranjivosti adolescenata
- Usvajanje stavova i vrednosti koji doprinose destigmatizaciji ljudi koji žive sa infekcijom

Psihomotorni ishodi:

- Razvijanje važnih veština u kontekstu seksualnog i reproduktivnog zdravlja
- Usvajanje veštine za suprotstavljanje uticajima vršnjaka i drugim društvenim uticajima
- Razvoj seksualnosti
- Usvajanje veština za seksualnu apstinenciju
- Usvajanje veština kritičkog razmišljanja
- Usvajanje pregovaračkih veština
- Razvijanje veština donošenja odluka
- Razvijanje kritičkog razmišljanja o društvenim normama i njihov uticaj na seksualnost mladih ljudi
- Razvijanje kritičkog razmišljanja o stigmatizaciji i diskriminaciji drugih i ljudi koji su drugačiji (seksualna orijentacija)

GODINA 4 - RODITELJI 21. VEKA

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

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

Kognitivni ishodi:

- Upoznavanje učenika i učenica sa roditeljstvom
- Upoznavanje učenika i učenica sa rodnom socijalizacijom
- Upoznavanje učenika i učenica sa jednakom odgovornošću koju mladići i devojke imaju u sprečavanju neplanirane trudnoće
- Povećanje znanja o važnosti toga da oba roditelja učestvuju u podizanju dece
- Povećanje znanja učenika i učenika o roditeljstvu u tinejdžerskom uzrastu
- Upoznavanje sa tradicionalnom podelom poslova u kući i brigom o deci
- Povećanje znanja o različitim društvenim očekivanjima sa kojima se suočavaju muškarci i žene
- Pružanje informacija o važnosti uključivanja očeva u kontekstu blagostanja deteta

Afektivni ishodi:

- Razvijanje osećanja o složenosti roditeljstva, a posebno roditeljstva u tinejdžerskom uzrastu
- Razvijanje kritičkog razmišljanja o tradicionalnoj podeli poslova i brizi o deci
- Razvijanje kritičkog stava o ulozi očeva i društvenoj percepciji iste
- Razvijanje kritičkog stava o ulozi majki i društvenoj percepciji iste
- Povećanje nivoa svesti i tradicionalna rodna podela u pogledu starateljstva i promovisanje većeg učešća mladih ljudi u starateljstvu u svojim domovima, vezama i zajednicama

Psihomotorni ishodi:

- Usvajanje stavova o ulozi očeva u podizanju dece
- Usvajanje pozitivnih stavova i jednako učešće u poslovima i odgovornosti
- Usvajanje veština kritičkog razmišljanja u kontekstu odgovornog roditeljstva
- Razvijanje veština za donošenje odluka
- Usvajanje pozitivnih stavova i vrednosti
- Razvijanje kritičkog mišljenja o rodnim ulogama u kontekstu roditeljstva i hegemoničnog maskuliniteta i feminiteta i njihovog uticaja na percepciju roditeljstva

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

- Ohrabruju se da aktivno razmišljaju o budućnosti;
- Samostalno donose odluke o svom telu, zdravlju i seksualnosti;
- Kontrolišu prihode i lične resurse;
- Samostalno donose odluke o obrazovanju;
- Imaju mogućnost da koriste svoje slobodno vreme;
- Koriste zdravstvene usluge;
- Pismene su;
- Govore u javnosti;
- Svesne su rodne neravnopravnosti i kako one utiču na živote žena i muškaraca;
- Znaju o ljudskim pravima;
- Mogu da identifikuju kulturološke i medijske uticaje koji potkopavaju osećaj žena o sebi samima;
- U stanju su da kažu "ne" neželjenom seksualnom odnosu;
- Prepoznaju svoje lične sposobnosti;
- Veruju da muškarac nema pravo da izvrši nasilje nad njima;
- Preduzimaju akciju ako muškarac izvrši nasilje nad njima;
- Prepoznaju i ispoljavaju potrebe i emocije;
- Svesne su posledica upotrebe i zloupotrebe droga;
- Dele kućne odgovornosti i odgovornosti vezane za brigu o deci sa svojim partnerima;
- Svesne su konkretnih zakona koji utiču na živote žena;
- Imaju grupe za podršku ženama;
- Imaju pristup pozitivnim ženskim uzorima.

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

Kognitivne veštine

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

zaključke koji su važan faktor u donošenju odluka. Dakle, mladi ljudi se prilagođavaju i proveravaju informacije putem Programa Y, podstiče se njihov pozitivan kognitivni razvoj, kako bi se mlada osoba obučila da se lakše suoči ili bori sa problemima svakodnevnog života. Kognitivne veštine pomažu mladim ljudima da razumeju koji oblici ponašanja mogu da dovedu do određenih problema i kako da ih prevaziđu. U kontekstu razvoja kognitivnih veština Program Y posebno doprinosi razvoju kritičkog razmišljanja kao osnove za donošenje odluka.

Afektivne veštine

One omogućavaju mladim ljudima da upoznaju sami sebe, da prepoznaju i razumeju probleme drugih ljudi i da pokazuju više saosećanja prema ljudima oko sebe. Adolescencija je doba emocionalnog sazrevanja tako da afektivne veštine pomažu u tom razvoju, pomažu mladim ljudima da lakše kontrolišu određena osećanja i razviju poverenje u svoje vlastite sposobnosti i odluke koje donose. Posebno je važno da veruju u vlastite odluke tokom perioda adolescencije, jer tokom ovog vremena mladi ljudi su posebno osetljivi na vršnjački i druge vrste pritiska koji mogu biti okidač za razvoj različitih oblika rizičnog ponašanja. Afektivne veštine jačaju mlade ljude da se adekvatno bore protiv njih.

Društvene veštine

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

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

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

Program Y podstiče mlade ljude da preispitaju vlastite stavove i vrednosti i da upoznaju svet u kom žive sa svim njegovim složenostima, mogućnostima i rizicima koji zavise od odluka koje su doneli ili će doneti u budućnosti kroz različite vežbe, diskusije, analize slučaja i druge interaktivne vežbe. Razvoj osećaja vlasništva nad vlastitom budućnosti podstiče osećaj odgovornosti i ako ponudimo mladim ljudima potrebne veštine i znanja sigurni smo da će odluke koje donose biti odgovorne i pozitivne.

POGLAVLJE

2

Program Y
Praktični alati

Godina 1:

Razvoj identiteta: Ko sam ja, ko si ti?

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

ROD, OSNAŽIVANJE I LJUDSKA PRAVA

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

Rod, društvena konstrukcija

Od ranog detinjstva, dečaci i devojčice razvijaju snažan osećaj za različite načine na koje se od njih očekuje da se ponašaju i odnose jedni prema drugima. Devojčice mogu naučiti da su cenjene prema svom izgledu i poslušnosti, a ne prema njihovom mišljenju ili nezavisnosti. Dečaci, sa druge strane, mogu naučiti da "pravi" muškarci uvek moraju da budu jaki i držati sve pod kontrolom. Ovi ideali o tome kako bi muškarci i žene trebalo da se ponašaju nazivaju se rodne norme i one se uče od muškaraca i žena, porodice, vršnjaka, medija i zajednice kroz proces koji se naziva socijalizacija.

Pitanje roda je ključno za razumevanje ranjivosti mladih ljudi, posebno u pogledu seksualnosti i zdravlja. U mnogim sredinama, stroge socio-kulturološke norme dominiraju u diskusijama o seksualnosti devojaka, posebno u vezi sa nevinošću pre braka i brojem seksualnih partnera (Weiss i Gupta, 1998). Pubertet može skrenuti značajnu pažnju na sposobnost devojaka za reprodukciju i, u nekim kulturama, može ukazivati na period veće socijalne isključenosti, veća pažnja se posvećuje kretanju izvan kuće i zaštiti od dečaka (Mensch et al., 1998). Kod mladića, s druge strane, seksualno iskustvo je često povezano sa inicijacijom u muškost i ono među vršnjacima može biti posmatrano kao primer 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 socijalnim resursima i njihovu moć odlučivanja širom sveta (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 deci i kućnim poslovima). Činjenica da žene uglavnom imaju slabiji pristup i manju kontrolu nad produktivnim resursima ograničava njihovu moć donošenja odluka u javnoj kao i u privatnoj sferi. Zaista, istraživanje je pokazalo da žene u situacijama ekonomske nemoći imaju manje šanse da uspešno pregovaraju o sigurnom seksu, prekinu vezu za koju smatraju da je rizična, ili se obrate zvaničnim službama podrške (Heise i Elia, 1995; Weiss i Gupta, 1998). Na ovaj način, šire društvene, političke i ekonomske nejednakosti između žena i muškaraca su neodvojive od ranjivosti sa kojima se žene suočavaju u svakodnevnom životu i intimnim vezama.

Osnovni pojmovi

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

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

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

Rod i devojke

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

Promovisanje osnaživanja, prava i zdravlja devojaka

Osnaživanje žena može se definisati kao proces u kojem žene stiču znanja, resurse, veštine i mogućnosti da donose odluke o svom telu, zdravlju, težnjama, seksualnosti, vremenu i interesovanjima. To je složen i višeslojan proces koji obično zahteva promene i podršku na različitim nivoima, od nivoa pojedinca i interpersonalnog nivoa, do makro nivoa javnih politika i društvenih normi. Ovaj proces uključuje tri dimenzije:

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

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

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

Individualno osnaživanje ne može da postoji bez kolektivnog rodnog osnaživanja u društvu kao celini. Grupne edukativne aktivnosti u ovom priručniku se posebno fokusiraju na individualni i interpersonalni nivo putem: podizanja svesti mladih ljudi o rodnim nejednakostima, pravima i zdravlju; podsticanja devojaka da aktivno razmišljaju o svojoj budućnosti; obezbeđivanja prostora da izgrade pozitivne vršnjačke mreže; promovisanja znanja o institucijama koje pružaju podršku i pristupa istima; obezbeđivanja prostora da izraze svoja mišljenja i da se čuje njihov glas; i pružanja pomoći da razviju veštine koje su potrebne da deluju na osnaženiji način. Dok su ovo svakako značajni koraci ka osnaživanju devojaka, oni nisu dovoljni ukoliko devojke nemaju objektivna sredstva – slobodu kretanja i pristup uslugama – da stvarno osporavaju restriktivne socio-kulturološke norme u njihovim životima, odnosima i zajednicama. Stoga je važno da se istovremeno sprovode široko rasprostranjeni napori, od mobilizacije na nivou zajednice do zagovaranja zakonodavstva zasnovanog na jednakosti, kako bi se prevazišli strukturalni i drugi faktori okruženja koji stvaraju ranjivost devojaka zasnovane na rodu i koji ometaju njihovo osnaživanje.

Diskusija o osnaživanju devojaka podrazumeva priznanje njihove moći i prava da donose odluke

u okviru svoje teritorije: njihovo telo; njihova seksualnost; njihovo vreme, posao, i resursi.

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

Prava žena

Pravo žena da glasaju se na različit način razvijalo u zemljama širom sveta – u nekim zemljama ono je na početku dato samo nekim ženama (u zavisnosti od njihove rase, bogatstva ili društvenog statusa...), u drugim univerzalno pravo glasa je dato muškarcima i ženama u isto vreme. Ono se takođe nije razvilo u isto vreme svugde – 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 veka kasnije.

Tokom 20. veka u većini zemalja sveta ostvareno je univerzalno pravo glasa za žene a sa ulaskom u 21. vek ova lista je kompletirana. Međutim, samo zato što je ženama pravno i formalno dozvoljeno da glasaju, ne znači da u svim zemljama žene imaju mogućnost da ostvare to pravo.

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

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

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

Međutim, u većem delu sveta, uključujući i balkanski region, žene se generalno još uvek ne tretiraju jednako. U celoj Evropi, statistike pokazuju da su žene još uvek slabije plaćene za iste poslove, da nemaju jednak pristup pozicijama moći i da imaju manje šanse za zaposlenje bilo zbog njihovog roda ili zato što imaju ili bi mogle da planiraju porodicu. Žene su još uvek ranjive na nasilje u porodici i zlostavljanje... Evolucija prava žena je dala ženama mogućnost da imaju zanimanje i da rade izvan kuće, ali nije dramatično promenila njihovu rodnu ulogu u kući u kojoj se još uvek očekuje da one urade većinu kućnih poslova, da kuhaju i da budu primarni staratelji dece. Da ne spominjemo da se žene još uvek često doživljavaju kao "slabiji" pol.

Rad sa mladićima na pružanju podrške osnaživanju devojaka

Projekat Inicijativa mladića je multi-komponentna intervencija koja je predstavljena u rigoroznim kvazi-eksperimentalnim studijama evaluacije da promoviše rodno-ravnopravnije stavove i ponašanja dečaka i mladića u različitim okruženjima. On uključuje obrazovni kurikulum namenjen za rad u grupi i aktivnosti društvene kampanje "Budi muško".

Konkretno, aktivnosti projekta Inicijativa mladića nastoje da podstaknu mladiće da deluju na sledeće načine:

- da teže vezama sa ženama zasnovanim na jednakosti i intimnosti, a ne na seksualnim osvajanjima. To uključuje verovanje da muškarci i žene imaju jednaka prava i da žene takođe imaju seksualnu želju i 'pravo' na seksualni izbor kao i muškarci;
- da teže ka tome da budu uključeni očevi, što znači da veruju da bi trebalo da preuzmu finansijsku odgovornost i barem neku odgovornost za brigu o deci;
- da preuzmu odgovornost za pitanja reproduktivnog zdravlja i prevenciju bolesti. To uključuje preuzimanje inicijative da se razgovara o reproduktivno-zdravstvenim pitanjima sa svojim

partnerom, koriste kondomi, ili pomaže svom partneru u nabavljanju ili korišćenju kontraceptivnih sredstava;

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

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

Integrisanjem dva priručnika: Rad sa mladićima i Rad sa devojkama, uspeli smo da kreiramo skup alata za uključivanje odnosnog pojma roda u programe namenjene za rad sa mladim ljudima i senzibilizaciju i osnaživanje mladih ljudi za postizanje rodne ravnopravnosti.

Prava žena i rodna ravnopravnost

Tokom istorije, mnoge žene i pokreti su osporavali nejednakosti između žena i muškaraca. Tokom više od 200 godina nakon što je aktivistkinja Olympe de Gouges pogubljena na giljotini zbog toga što je napisala Deklaraciju o pravima žene i građanke, svet je video brojne napretke u pravima žena, od prava da glasaju u većini zemalja do boljih uslova života i rada. Konvencija o eliminisanju svih oblika diskriminacije žena (CEDAW),

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

Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju, održana 1994. u Kairu i Četvrta svetska 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 promovišu zdravlje žena, dajući prioritet formalnim i neformalnim obrazovnim programima koji podržavaju žene i daju im priliku da steknu znanja, donose odluke i preuzmu odgovornost za svoje vlastito zdravlje.

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

Perspektiva muškaraca

Pregled

Diskusije o emocionalnom i mentalnom zdravlju mladića iz soci-kulturološke perspektive je teško pronaći. U stvari, generalni pristup emocionalnom i mentalnom zdravlju je iz biološkog ugla posmatranja sa fokusom na manji broj problema umesto primene sveobuhvatnog ili holističkog pristupa. Ovaj deo ćemo koristiti za diskusiju o načinu na koji socijalizacija dečaka utiče na njihovo ukupno emocionalno i mentalno zdravlje i za pregled pitanja vezanih za zloupotrebu supstanci i samoubistva.

OKVIR 1.

Okvir 1: Šta je emocionalno i mentalno zdravlje?

Prema Svetskoj zdravstvenoj organizaciji (SZO), mentalno zdravlje je "stanje blagostanja u kojem pojedinac/ka ostvaruje svoje vlastite sposobnosti, može da se nosi sa stresom svakodnevnog života, može da radi produktivno i može da doprinese svojoj zajednici." U svojoj suštini, ova definicija takođe obuhvata i emocionalno blagostanje – zaista, izražavanje vlastitih osećanja ne posmatra se samo kao znak dobrog mentalnog zdravlja, već se takođe veoma preporučuje u cilju promovisanja mentalnog zdravlja.

OKVIR 2.

Okvir 2: Osećanja, rod i mladići

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

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

OKVIR 3.

Okvir 3: Šta kada je reč o samoubistvu?

Samoubistvo je vodeći uzrok smrti u svetu, i jedan od tri vodeća uzroka smrti mladih ljudi ispod 25 godina starosti. Evropske zemlje se suočavaju sa nekim od najviših stopa samoubistava, koje su sve veće među mladićima. Među brojnim faktorima koji leže u osnovi ovako visokih stopa samoubistava su problemi mentalnog zdravlja poput depresije ili poremećaja nastalih zbog upotrebe alkohola koji igraju važnu ulogu u evropskim zemljama. Kada analiziramo podatke o samoubistvima prema rodu, vidimo da žene i devojke češće pokušavaju samoubistvo, ali muškarci češće umiru zbog samoubistva uglavnom zbog toga što su njihove metode smrtonosnije, kao što je upotreba vatrenog oružja. Drugo uverenje je da veća sklonost muškaraca ka agresiji i rizičnom ponašanju (što je usko povezano sa rodnim normama, kao što je prethodno objašnjeno) dovodi do veće "efikasnosti" u izvršenju samoubistava i pronalaženju načina da se to uradi.

OKVIR 4.

Okvir 4: Mitovi i činjenice o samoubistvu

Diskusija o samoubistvu može biti zastrašujuća za mnoge grupe mladih ljudi kao i za mnoge edukatore/ke ili stručne osobe koje rade sa mladima. Da bi diskusija započela, preporučujemo da stručna osoba koja radi sa mladima pregleda neke zajedničke mitove i činjenice o samoubistvu:

Mit: Ljudi koji prete da će počiniti samoubistvo nikada to ne učine.
Činjenica: Od 10 ljudi koji počine samoubistvo, 8 je davalo jasne znakove da će to uraditi.
Mit: Osoba koja pokuša da počini samoubistvo stvarno želi da umre
Činjenica: Većina suicidalnih ljudi su u nedoumici oko toga da li žele da žive ili da umru i otvoreni su za razgovor sa drugima o svojoj odluci.
Mit: Otvoren razgovor o samoubistvu i suicidalnim idejama može biti opasan.
Činjenica: Postavljanje pitanja i dopuštanje slobodnog izražavanja ovih ideja je najbolji način za izradu nacrta strategije za intervenciju i podršku osobama izloženim riziku od samoubistva.

OKVIR 5.

Okvir 5: Rezime

Kao i kod drugih aspekata njihovog života i zdravlja, rodne norme utiču na emocionalno i mentalno zdravlje mladića. Na primer, društvena očekivanja koja zastupaju ideju da "pravi muškarci" moraju biti "čvrsti" i "hrabri" mogu dovesti do toga da mladići skrivaju svoj strah, tugu, pa čak i ljubaznost, i da ne traže pomoć onda kada im je potrebna. Poricanje ili potiskivanje napetosti, kao i poteškoća da se razgovara o osećanjima koja su sa njima povezana, mogu zauzvrat da dovedu do upotrebe supstanci, uključujući i alkohol, kao odbrambeni mehanizam. Globalno, postoji veća verovatnoća da će mladići pušiti, piti i koristiti druge supstance nego devojke. Ovakva ponašanja, generalno, deo su konstelacije rizičnih ponašanja muškaraca, i povezana su sa raznim drugim problemima koji se takođe češće povezuju sa mladićima, od učestvovanja u saobraćajnim nezgodama do upotrebe nasilja.

Kada analiziramo podatke o samoubistvima prema rodu, vidimo da žene i devojke češće pokušavaju samoubistvo, ali muškarci češće umiru zato što su njihove metode samoubistva smrtonosnije, kao što je upotreba vatrenog oružja.

Radionice

Radionica 1:
Šta je to što zovemo rod?

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

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, samolepljiva traka i markeri.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:

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

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

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

Na primer, odeća
Visoke potpetice – u nekim trenucima u istoriji nosili su ih muškarci koji su pripadali višim klasama, Luj XIV verovatno bio jedan od najvećih kolekcionara visokih potpetica.

Roze za devojčice i plavo za dečake je takođe rodna norma novijeg datuma – od početka 20. veka, kompanije koje su proizvodile odeću za bebe nametnule su razliku odeće za bebe (roze za devojčice, plavo za dečake), da bi mogle više da prodaju. Pre toga, u jednom trenutku u SAD-u je bilo čak obrnuto – roze boja je bila za dečake a plava za devojčice – jer je plava smatrana nežnijom bojom!!

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

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

PROCEDURA:

1. Nacrtajte dve kolone na flipčart papiru (ili koristite dva velika lista papira).

2. U prvoj koloni napišite "žena." U drugoj koloni napišite "muškarac."

3. Zamolite učesnike i učesnice da razmisle o rečima i frazama koje se povezuju sa pojmom "žene". Napišite ih u prvu kolonu onako kako ih oni navode. Odgovori mogu biti pozitivni ili negativni. Pomozite učesnicima da navedu i društvene i biološke karakteristike.

4. Ponovite isti korak za kolonu "muškarac."

5. Kratko pregledajte neke od karakteristika koje su navedene u svakoj koloni.

6. Zamenite naslove kolona stavljajući oznaku "žena" umesto "muškarac" i obrnuto. Pitajte učesnike da li bi se karakteristike navedene za žene mogle pripisati muškarcima i obrnuto.

7. Iskoritite sledeća pitanja kako biste započeli raspravu o karakteristikama za koje učesnici ne misle da se mogu pripisati i muškarcima i ženama, i zašto. Međutim, kao što je već rečeno, važno je da ove kategorije pola i roda nisu predstavljene kao krute ili strogo dihotomne.

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

PITANJA ZA DISKUSIJU:

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

ZAVRŠETAK:

Tokom svojih života žene i muškaraci dobijaju poruke od svojih porodica, medija i društva o tome kako bi trebalo da se ponašaju i kako bi trebalo da se odnose jedni prema drugima. Važno je razumeti da, iako postoje razlike između muškaraca i žena, mnoge od ovih razlika je konstruisalo samo društvo i one nisu sastavni deo njihove prirode ili biološkog sklopa. Uprkos tome, ove razlike mogu da imaju fundamentalan uticaj na svakodnevne živote muškaraca i žena i njihove odnose. Na primer, od muškarca se često očekuje da bude jak i dominantan u svojim odnosima sa drugima, uključujući tu i odnose sa njegovim intimnim partnerima. Istovremeno, od žene se često očekuje da bude pokorna autoritetu muškarca. Mnogi od ovih krutih rodnih stereotipa imaju posledice i po muškarce i po žene, o čemu ćemo diskutovati tokom ovih radionica. Kako postajemo sve više svesni toga na koji način rodni stereotipi mogu negativno da utiču na naše živote i zajednice, možemo konstruktivno da razmišljamo o tome kako da ih osporimo i promovišemo pozitivnije rodne uloge i odnose u našim životima i zajednicama.

VEZA

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

Gore navedene crtane filmove možete pogledati/preuzeti sa sledećih web stranica:
http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-boy/
http://promundoglobal.org/resources/once-upon-a-girl/

TABELA RESURSA:

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

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

Rod – Odnosi se na socijalno konstruisane razlike i nejednakosti između muškaraca i žena (na primer, kako bi oni trebalo da se oblače i ponašaju). Ove ideje i očekivanja su naučeni u porodicama, preko prijatelja, verskih i kulturnih institucija, škola, na radnim mestima i putem medija.

Dijagram predstavlja primere polnih i rodnih karakteristika muškaraca i žena:

MLADIĆ:
Testisi,
Penis
Brkovi

POL

DEVOJKA:
Vagina,
Grudi

MUŠKI IDENTITET

DRUŠTVENO ODREĐEN

Plava boja, pantalone, košulja;

Pištolji igračke, fudbal,

Jak, agresivan, sklon takmičenju

Formalno obrazovanje/škola (inteligentniji, lakši pristup)
Prirodne nauke, tehničke discipline

OTVOREN PROSTOR
(Javna sfera):
Piće, cigarete, seksualna sloboda, veća mobilnost u društvu

Produktivna uloga (staratelj, plaćen posao)

Dominantan, onaj koji kontroliše, moć, nasilje
DISKRIMINATOR
SUPERIORAN

ROD

Roze boja

Lutke

Slaba, nežna, krhka

Formalno obrazovanje/škola (manje inteligentna, slabiji pristup)
Umetnost, humanističke nauke...

ZATVOREN PROSTOR
(Privatna sfera):
Majka, supruga, manja mobilnost u društvu

Reproduktivna uloga (neplaćen posao)

Potčinjena, kontrolisana
Ograničena moć, ona nad kojom se vrši nasilje

DISKRIMINISANA
INFERIORNA

DRUŠTVENO ODREĐEN

ŽENSKI IDENTITET

ŠEMA RESURSA

MUŠKI POL (M)	ROD	ŽENSKI POL (Ž)

Radionica 2:
Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao žena[5]

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

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir i markeri

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

PROCEDURA:

1. Podsetite učesnike i učesnice da ste tokom prošle radionice razgovarali o razlikama između dva pola i rodu, ali takođe i o rodu kao skupu nepisanih društvenih pravila ili društveno očekivanih normi o ulogama, odgovornostima i ponašanju muškaraca i žena. Objasnite da će sledeća radionica otvoriti diskusiju o tome šta znači biti muškarac i šta znači biti žena i takođe kako naučiti i usvojiti ova pravila. Naglasite da postoji velika šansa da će se neki od učesnika i učesnica prepoznati u primerima koji predstavljaju osnovu ove radionice ali da to nije loša stvar, već naprotiv to je njen primarni cilj.

2. Pitajte učesnike i učesnice da li su im ikad rekli "ponašaj se kao muškarac". Zamolite ih da podele neka iskustva o tome kada im je neko rekao to ili nešto slično tome. Nakon što učesnik podeli svoje iskustvo, pitajte ga: Šta misliš zašto ti je ta osoba to rekla? Kako si se zbog toga osećao? Recite učesnicima da ćemo se detaljnije osvrnuti na ove dve fraze. Posmatrajući ih, možemo početi da uočavamo na koji način društvo može otežati da neko bude muškarac ili žena.

3. Velikim slovima napišite na komadu flipčart papira frazu "ponašaj se kao muškarac". Zamolite učesnike i učesnice da podele svoje ideje o tome šta ovo znači. Ovo su očekivanja društva o tome šta bi muškarci trebalo da budu, kako bi muškarci trebalo da se ponašaju, i šta bi muškarci trebalo da osećaju i govore. Nacrtajte okvir na papiru i napišite značenja fraze "ponašaj se kao muškarac" unutar ovog okvira. Neki od primera odgovora su "budi jak" ili "ne plači".

4. Zatim, velikim slovima napišite na komadu flipčart papira frazu "ponašaj se kao žena". Zamolite učesnice i učesnike da podele svoje ideje o tome šta ovo znači. Ovo su očekivanja društva o tome šta bi žene trebalo da budu, kako bi žene trebalo da se ponašaju i šta bi žene trebalo da osećaju i govore. Nacrtajte okvir na papiru i napišite značenja fraze "ponašaj se kao žena" unutar ovog okvira. Neki od odgovora mogu biti "budi dobra domaćica" ili "ne budi previše agresivna".

5. Kada završite aktivnost nabrajanja sa ovim dvema listama, započnite diskusiju koristeći sledeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koja od ovih poruka može biti potencijalno štetna? Zašto? (Napomena: Voditelj/ka bi trebalo da stavi zvezdicu pored svake poruke i da se diskutuje o svakoj poruci pojedinačno)

2. Kako život u kalupu utiče na zdravlje muškaraca? Kako život u kalupu utiče na zdravlje žena?

3. Kako život u kalupu ograničava živote i veze žena? Kako život u kalupu ograničava živote i veze muškaraca?

4. Šta se dešava muškarcima koji se ne pridržavaju rodnih pravila (npr. “živeći izvan kalupa”)? Šta se dešava ženama koje se ne pridržavaju rodnih pravila? Šta ljudi govore o njima? Kako se drugi prema njima ponašaju? Šta mi mislimo o njima? Da li ponekad smatramo da nam to daje opravdanje da se prema ovim ljudima ponašamo loše ili neprimereno?

5. Šta je neophodno učiniti da se olakša muškarcima i ženama da žive izvan kalupa? Kako mi možemo dati svoj doprinos?

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

ZAVRŠETAK:

Cilj ove aktivnosti je da nam pomogne da počnemo da shvatamo kako društvo stvara veoma različita pravila o tome kako bi muškarci a kako žene trebalo da se ponašaju. Ova pravila se ponekad nazivaju "rodne norme" zato što ona govore o tome šta je za muškarce "normalno" da misle, osećaju i kako da se ponašaju, a šta je "normalno"’ za žene. Međutim, ove norme, o čemu ćemo diskutovati tokom drugih aktivnosti, često mogu ograničavati muškarce i žene tako što ih pokušavaju zadržati u njihovim "Ponašaj se kao muškarac" ili "Ponašaj se kao žena/dama" kalupima, uz posledice po njihovo donošenje odluka, zdravlje i veze.

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

Radionica 3:
Izražavanje vlastitih osećanja

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

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

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

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

PROCEDURA:

1. Nacrtajte pet kolona na flipčart papiru i napišite sljedeća osećanja kao naslove: strah, ljubav, tuga, sreća i ljutnja (videti Tabelu resursa kao primer na koji način treba rasporediti rieči i kako ih rangirati prema objašnjenju koje sledi).

2. Objasnite učesnicima i učesnicama da su ovo osećanja[6] o kojima će se raspravljati tokom ove aktivnosti i da bi trebalo da razmisle o tome koliko je mladićima i devojkama lako ili teško da izraze ova različita osećanja.

3. Dajte svakom učesniku/ci komadić papira i zamolite ih da napišu ovih pet osećanja o kojima se raspravlja, onim redosledom kojim ste ih vi napisali na flipčart papiru. Zatim pročitajte sledeća uputstva:

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

4. Kada učesnici i učesnice završe rangiranje svojih osećanja, pokupite komadiće papira i napišite rangiranja u kolone na flipčartu (vidi primer).

5. Zajedno sa čitavom grupom razmislite o sličnostima i razlikama koje ste pronašli među učesnicima. Objasnite da:
   - Osećanja koja smo označili brojevima 1 i 2 su ona osećanja koja smo često navikli da izražavamo na preteran način;
   - Brojevi 4 i 5 predstavljaju osećanja koja smo navikli da izražavamo slabije ili možda čak i da ih potiskujemo ili skrivamo;
   - Broj 3 može predstavljati osećanje koje ne izražavamo ni na preteran način, niti ga potiskujemo, već je verovatno to ono osećanje sa kojim se suočavamo na prirodniji način.

6. Iskoristite sledeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

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

2. Zašto ljudi preterano pokazuju ili potiskuju određena osećanja? Kako nauče da ovo rade? Kakve su posledice preterivanja ili potiskivanja osećanja?

3. Postoje li sličnosti u načinu na koji muškarci izražavaju određena osećanja? Postoje li sličnosti u načinu na koji žene izražavaju određena osećanja?

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

5. Mislite li da žene izražavaju određena osećanja lakše od muškaraca? Zbog čega je to tako?

6. Zašto muškarci i žene na drugačije načine izražavaju svoja osećanja? Na koji način vršnjaci, porodica, zajednica, mediji, itd. utiču na to kako muškarci i žene izražavaju osećanja?

7. Kako način na koji izražavamo svoja osećanja utiče na naše odnose sa drugim ljudima (partnerima, porodicom, prijateljima, itd.)?

8. Da li je lakše ili teže izraziti određena osećanja prema vršnjacima? Prema porodici? Prema intimnim partnerima?

9. Zašto su osećanja važna? Navedite primere, ukoliko je to potrebno: Strah nam pomaže u opasnim situacijama; ljutnja nam pomaže da se branimo. Takođe, zamolite učesnike i učesnice da navedu neke primere.

10. Šta mislite, na koji način otvorenije izražavanje sopstvenih osećanja može uticati na vašu dobrobit ili na vaše odnose sa drugim ljudima (romantičnim partnerima, porodicom, prijateljima itd)?

11. Šta možete da uradite kako biste izrazili svoja osećanja otvorenije? Kako možete biti fleksibilniji u izražavanju onoga šta osećate?

NAPOMENA: Moglo bi biti interesantno da svi zajedno kao velika grupa sprovedete aktivnost izlistavanje ideja za definisanje različitih strategija za suočavanje sa osećanjima i da onda podstaknete svakog učesnika i učesnicu da napravi zabelešku svojih ličnih razmišljanja i da, ukoliko to želi, u manjim grupama podeli svoja razmišljanja sa drugima.

---

6 — U grupi se mogu pojaviti i drugi predlozi osećanja koji, uopšteno govoreći, odgovaraju ili su povezani sa nekim od onih koji su već spomenuti. Na primer, mržnja je u vezi sa ljutnjom. Jednom je jedan mladić predložio indiferentnost kao osećanje, ali dok ga je analizirao otkrio je da su prava osećanja koja stoje iza njegove indiferentnosti zapravo strah i tuga. Takođe se kao osećanja mogu pojaviti stid, krivica ili nasilje. Istražite sa učesnicima šta se nalazi iza ovih osećanja i ohrabrite ih da razmisle o ceni i posledicama takvih osećanja.

ZAVRŠETAK:

Osećanja se mogu posmatrati kao neki oblik energije koja vam omogućava da uočite šta vas muči ili šta vam smeta. Različita osećanja su jednostavno odraz različitih potreba i najbolje je da naučite kako da se nosite sa svim svojim osećanjima onako kako se ona javljaju u vašem životu. Sposobnost da izrazite svoja osećanja, a da ne povredite druge pomaže vam da postanete jači pojedinci i da uspostavite bolje odnose sa svetom oko vas. Način na koji svaka osoba izražava svoja osećanja se razlikuje. Međutim, važno je uočiti mnoge tendencije koje proizlaze, posebno one u vezi sa načinom na koji su dečaci vaspitani. Na primer, uobičajeno je da mladići skrivaju svoj strah, tugu, pa čak i svoju ljubaznost. Ali je takođe uobičajeno da izražavaju svoju ljutnju kroz nasilje. Iako niste odgovorni za to što imate određena osećanja, odgovorni ste za ono šta radite sa onim što osećate. Presudno je da pravimo razliku između "osećanja" i "delovanja" kako bismo pronašli oblike izražavanja koji ne štete ni nama, niti drugima.

VEZA

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

TABELA RESURSA:

Primer rangiranja osećanja na flipčart papiru

Ispod je dat primer kako organizovati kolone osećanja i odgovore učesnika i učesnica. Za vreme diskusije, voditelj/ka bi trebalo da pomogne učesnicima da identifikuju sličnosti i razlike u rangiranju. Na primer, dole navedena tabela pokazuje da postoji gotovo ravnomerna podela u broju učesnika/ca kojima je lako izraziti ljutnju i onih kojima je to teško. Ovo bi moglo dovesti do diskusije o tome zašto postoje ove razlike, i da li mladići generalno smatraju ili ne smatraju da je lako ili teško izraziti ljutnju. Još jedan interesantan obrazac u primeru ispod jeste da većina učesnika/ca smatra da je teško izraziti strah. Često se od muškaraca zaista očekuje da budu hrabri i neustrašivi i ovaj bi primer bilo interesantno iskoristiti kao osnovu za diskusiju o socijalizaciji i rodnim normama.

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

	STRAH	LJUBAV	TUGA	SREĆA	LJUTNJA
Učesnik/ca br. 1	5	4	3	2	1
Učesnik/ca br. 2	2	3	4	1	5
Učesnik/ca br. 3	4	1	3	2	5
Učesnik/ca br. 4	4	3	5	2	1
Učesnik/ca br. 5	5	1	3	2	4

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

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

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Važno je da je grupa utvrdila atmosferu poštovanja i smirenosti pre ove sesije. Zamolite učesnike i učesnice da budu što je moguće iskreniji u razmišljanju o svojim odgovorima i uverite ih da neće morati da podele svoje odgovore sa grupom ako se ne osećaju ugodno da to urade.

PROCEDURA:

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

1. Zapišite pitanja na flipčart papiru. Zamolite učesnike i učesnice da se smeste udobno i da, svako za sebe, razmisle o pitanjima i da odgovore ili zapišu ili nacrtaju. Imaju 10 minuta za ovaj deo.
   - Kakva osoba želim da budem za 10 godina?
   - Šta bih želeo/la da uradim sa svojim životom?
   - Da li ću studirati i/ili raditi?
   - Da li ću imati partnera/ku? Decu?
   - Da li ću biti deo neke grupe ili aktivnosti?

2. Zamolite učesnike i učesnice da podele svoje odgovore i iskoristite sledeća pitanja da započnete diskusiju.

   PITANJA ZA DISKUSIJU:
   - Da li je lako opisati ono što biste želeli u svojoj budućnost? Zašto ili zašto ne?
   - Mislite li da je vaša vizija sebe u budućnosti realna? Zašto?
   - Šta vam je potrebno da biste mogli ostvariti život koji ste zamislili za sebe?
   - Koje su prepreke sa kojima ćete morati da se suočite kako biste ostvarili svoje planove?
   - Na koji način ste slični drugim učesnicima? Na koji način ste drugačiji? Šta mislite, odakle potiču te sličnosti?

3. Zamolite učesnike i učesnice da zamisle tri osobe sa kojima imaju bliske odnose. Recite im da razmisle o mišljenjima koje te imaju o njima, fokusirajući se na sledeća pitanja zapisana na flipčart papiru. Dajte učesnicima 10 minuta da napišu svoja razmišljanja na listu papira.

› Šta oni misle o mojim uverenjima i stavovima?
› Šta oni misle o onome šta ja radim?
› Šta oni misle o mojim planovima u vezi toga da imam partnera/partnerku i decu?
› Šta oni misle o tome šta ja želim da budem?

4. Podsetite učesnike i učesnice na pitanja na koja su odgovarali u prethodnoj aktivnosti o tome kako vide sebe i svoju budućnost.

5. Nakon što ste im dali nekoliko minuta da razmisle o pitanjima, započnite grupnu diskusiju koristeći sledeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li se ljudi bliski vama slažu sa vašim uverenjima i stavovima? Koliko su oni uticali na njih?

2. Da li se slažu sa vašim planovima za budućnost? Da li vas podržavaju?

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

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

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

6. Kako možete izgraditi veze zasnovane na poštovanju?

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

8. Da li smatrate da su mediji uticali na vaša uverenja i kako vidite svoju budućnost?

9. Koji drugi faktori utiču na vaše odluke u životu?

10. Mislite li da bi vaši planovi biti drugačiji da ste suprotnog pola? Kako?

11. Da li je uobičajeno za žene da imaju prijatelje muškarce (odnosno, muške prijatelje sa kojima NEMAJU seksualnu ili romantičnu vezu)? Zašto ili zašto ne? Da li su ove vrste veza važne?

12. Jesu li vaši životni planovi "normalni" u vašoj zajednici? Šta bi se dogodilo ako biste odstupili od svih normi i pokušali da živite potpuno drugačiji život od većine?

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

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

ZAVRŠETAK:

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

Važno je biti svestan/svesna toga kako mišljenja drugih utiču na to kako vidite sebe i na odluke koje donosite. To uključuje sposobnost da prepoznate kako vam neka od tih mišljenja mogu pomoći da postanete snažniji i sa više samopouzdanja – i kako vas drugi mogu ograničavati ili učiniti mislite loše o sebi. U svom životu treba da težite vezama koje vam pomažu da se razvijete u osobu kakva želite da budete i koje čine da se osećate zadovoljni sobom. Takođe, trebalo bi da budete svesni toga kako vi utičete na druge i kako reciprocitet – tretiranje drugih na način kako biste želeli da vas tretiraju – predstavlja ključ za izgradnju ispunjujućih i ravnopravnih veza.

Radionica 5:
Ljubavna priča

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

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke. Opcionalno: Muzika

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Kao deo stvaranja i diskusije na temu ljubavnih priča u ovoj aktivnosti, učesnici i učesnice mogu doprineti ili razmisliti o elementima svojih ličnih priča. U nekim slučajevima (kao i u drugim aktivnostima), ovo bi moglo da izazove snažna osećanja i voditelj/ka bi trebalo da bude spreman da pomogne ili da uputi učesnika ili učesnicu na mesto gde se može obratiti za pomoć, ako je to potrebno.

PROCEDURA:

1. Podelite učesnike i učesnice u dve do četiri grupe (ako učestvuju i muškarci i žene, podelite ih u istopolne grupe).

2. Predstavite priču o Mariji i Petru koji su u klubu. Marija i Petar su zainteresovani jedno za drugo već neko vreme, ali nijedno od njih nije napravilo nikakav potez do sada; Marija koristi trenutak i prilazi mu – ona je odlučila da napravi prvi korak.

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

3. Zamolite svaku grupu da predstavi svoju priču.
   NAPOMENA: Voditelj/ka bi trebalo da naglasi da su nepotpune ili kratke priče prihvatljive i da bi grupe trebalo da daju sve od sebe da predstave ono što imaju.

4. Iskoristite sledeća pitanja da započnete diskusiju.

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

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

PITANJA ZA DISKUSIJU:

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

13. Da li je prihvatljivo da žena razgovara sa svojim partnerom o zadovoljstvu i svojim seksualnim željama? Ili u grupi? Zašto?

14. Šta znači za ženu i muškarca da imaju ravnopravnu vezu? Kako bi žena trebalo da se ponaša prema muškarcu? Kako bi muškarac trebalo da se ponaša prema ženi?

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

ZAVRŠETAK:

Postoje mnoge kulturološke norme, ili verovanja, o tome kakve bi različite uloge muškarci i žene trebalo da imaju u vezama. Neke od ovih normi, kao što su "muškarci treba da povlače sve poteze u vezi" mogu pojačati nejednaku dinamiku moći i stvoriti situacije ugroženosti i žena i muškaraca. Na primer, zbog ovih normi muškarci bi mogli pretpostaviti da oni treba da donose sve odluke o seksu i prevenciji, čak i onda kada ne poseduju adekvatno znanje o ovim pitanjima, a ženama bi moglo biti neprijatno da pokušaju da pregovaraju. Kao devojkama, važno je da identifikujete osobine koje su vam važne kod partnera, da budete svesne svojih prava i da znate kakvo ponašanje nećete tolerisati. Održavanje zdrave i ravnopravne veze zahteva saradnju oba partnera. Oba partnera moraju da komuniciraju svoja očekivanja, potrebe i želje i da razumeju i slušaju potrebe i želje drugog.

VEZA - CRTANI FILM

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

Godina 1:

Razvoj identiteta

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

Od nasilja do mirne koegzistencije, Šta i zašto?

Uvod

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

Perspektiva mladića

Šta je nasilje?

Svetska zdravstvena organizacija definiše nasilje kao "namerno korišćenje fizičke snage ili moći, pretnjom ili akcijom prema samom sebi, prema drugoj osobi ili prema grupi ljudi ili čitavoj zajednici, što bi moglo da rezultira ili rezultira povredom, smrću, psihološkim posledicama, nerazvijenošću ili deprivacijom".[7] Ovo uključivanje reči "moć" u definiciju širi konvencionalno razumevanje nasilja sa ciljem uključivanja takvog čina kao što je pretnja, zastrašivanje, i ugnjetavanje koji proizlazi iz odnosa moći između pojedinaca, između pojedinaca i grupa, ili između grupa. Za potrebe ovog priručnika, fokusiraćemo se na interpersonalno nasilje, ili nasilje počinjeno nad jednom osobom od strane druge osobe ili od strane male grupe pojedinaca.

Takođe je važno započeti sa priznanjem da nasilje nije slučajan čin. Ono se događa u konkretnim uslovima i situacijama. Nasilje se u nekim situacijama dešava češće nego u drugim, i širom sveta veća je verovatnoća da će ono biti počinjeno od strane muškaraca i protiv njih – najčešće mladića. U javnoj sferi, najveća je verovatnoća da će mladići biti počinioci 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 ispunjavaju tomove knjiga i tema su hiljada studija. Ali ono što se previše često izostavlja iz ovih diskusija je rodna priroda nasilja

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

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

– činjenica da muškarci, a naročito mladići češće pribegavaju nasilju nego bilo koja druga grupa. Kada govorimo o nasilju, moramo takođe govoriti i o miru i mirnoj koegzistenciji. Previše često slušamo o "udaru na nasilje" ili o novom programu "borbe protiv nasilja", ili čak "ratu protiv nasilja". Jezik kojim se često služimo kada govorimo o nasilju i prevenciji nasilja je sam po sebi opterećen nasiljem. Mi želimo da se borimo protiv njega i da kaznimo, često nasilno, one koji koriste nasilje. Na nivou škola i zajednica, često čujemo ljude da govore kako žele da kazne one mladiće koji su nasilni, da ih ograniče, dok se znatno manje pažnje posvećuje razmišljanju o tome šta bi zapravo sprečilo nasilje. Mi često nasilje kažnjavamo nasiljem i onda se pitamo odakle ono potiče. U naročito detaljnom pregledu nasilja u SAD, James Gilligan sa Univerziteta Harvard tvrdi da umesto da odvrati od nasilja, primena smrtne kazne i drugih surovih metoda u cilju sprečavanja nasilja u SAD zapravo doprinosi kulturi nasilja.[8]

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

OKVIR 1.

Okvir 1: Nasilje na globalnom nivou

- Svake godine, preko 1,6 miliona ljudi izgubi život zbog nasilja.[9]
- Nasilje je vodeći uzrok smrti kod ljudi u uzrastu od 15-44 godine, i čini 14% od ukupnog broja smrtnih slučajeva kod muškaraca i 7% kod žena.[10]
- Između 15 i 70% žena je doživelo fizičko ili seksualno nasilje od strane intimnih partnera.[11]
- Oko 815.000 ljudi svake godine izvrši samoubistvo.[12]

8 — J. Gilligan, Violence: Our deadly epidemic and its causes. (New York, New York: Putnam Publishing Group, 1996)
9 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Poslednji put pristupljeno 10.02.2011.
10 — Ibid.
11 — Garcia-Moreno i dr. ”Multi-country study on women’s health and domestic violence” ("Studija sprovedena u nekoliko zemalja o zdravlju žena i nasilju u porodici") Ženeva: Svetska zdravstvena organizacija, 2005
12 — http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Zadnji put pristupljeno 10.02.2011.

Nasilje muškaraca NIJE prirodno: Pronalaženje korena nasilja u socijalizaciji mladića

Istraživanje je potvrdilo da je nasilje uglavnom naučeno ponašanje.[13] Dečaci i mladići uče da budu nasilni posmatrajući svoje očeve i braću kako koriste nasilje. Ohrabrivanjem da se igraju sa puškama i pištoljima i nagrađivanjem kada se tuku. Govorenjem da je jedini način da budu "pravi muškarci" ako se potuku sa svakim ko ih uvredi. Bivajući tretirani na nasilan način ili podvrgnuti nasilju od strane svojih vršnjaka ili porodica. Bivajući naučeni da je ispoljavanje ljutnje i agresivnog ponašanja u redu, a da ispoljavanje tuge ili kajanja nije.

Činjenica da muškarci počine više nasilja od žena može takođe biti povezana sa biologijom ali u vrlo ograničenoj meri. Na primer, neka istraživanja pokazuju da postoje određene biološke razlike između dečaka i devojčica u pogledu temperamenta, prema kojima dečaci imaju višu stopu nedostatka kontrole nagona, nedostatka pažnje/poremećaja hiperaktivnosti (AD/HD) i druge osobine kao što su želja za uzbuđenjem, reagovanje "na prvu", razdražljivost – što su sve osobine koje mogu da prethode agresivnom ponašanju.[14] Istraživanja su pokazala da se već u uzrastu od četiri meseca starosti mogu primetiti razlike u temperamentu između dečaka i devojčica, gde dečaci pokazuju više stepene razdražljivosti i prilagodljivosti, faktore koji se u kasnijem uzrastu dovode u vezu sa hiperaktivnošću i agresivnim ponašanjem.[15] Međutim, neka istraživanja mogu pokazati i da su dečaci više razdražljivi iz razloga što istraživači od njih upravo i očekuju da budu više razdražljivi, ili zbog toga što roditelji, pokazujući rodne stereotipe, stimulišu dečake na razne načine ili je manje verovatno da će utišati ili smiriti mušku bebu u onoj meri u kojoj smiruju ženske bebe. Istraživači koji se bave pitanjem nasilja su gotovo jednoglasni u stavu da iako može postojati određena ograničena biološka osnova za agresivno ili rizično ponašanje muškaraca, nasilno ponašanje dečaka se u najvećem broju slučajeva može objasniti društvenim i faktorima okruženja za vreme njihovog detinjstva i adolescencije. Na kraju, možemo reći da mladići nisu rođeni nasilni. Oni su naučeni da budu nasilni.

Porodice i roditelji imaju glavnu ulogu u ohrabrivanju – ili obeshrabrivanju – nasilnog ponašanja dečaka ili mladića. U sredinama sa niskim primanjima gde su porodice izložene stresu, roditelji imaju manje mogućnosti da nadgledaju svoju decu, naročito sinove, i manje kontrolišu gde oni idu i sa kim se druže. Veća je verovatnoća da će roditelji koji su izloženi stresu koristiti metode prisile i fizičku disciplinu prema dečacima, što može dovesti do toga da se neki dečaci pobune protiv takvog tretmana. Sa druge strane, u porodicama koje imaju otvoren stil komunikacije, koje svoje sinove (i kćeri) tretiraju sa poštovanjem, koje imaju mogućnost da prate aktivnosti svojih sinova, da znaju s kim se oni druže i da im ponude različite opcije, manja je verovatnoća da će im sinovi biti nasilni. Manja je verovatnoća

13 — 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)

14 — M.Miedzian: "Boys will be boys: Breaking the link between masculinity and violence" ("Dečaci ostaju dečaci: 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 bihejvioralnoj pedijatriji"), Vol. 5 (New York: Plenum Press, 1991)

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

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

Veća je verovatnoća da će mladići koji su etiketirani kao "delinkventi" ili "nasilnici" ili "problematični" biti nasilni. Mladići u mnogim sredinama imaju više "problema" u ponašanju nego devojke – mogu biti nemirniji u razredu, manje su sposobni da sede mirnije od devojaka, ili pokazuju hiperaktivno ponašanje. Roditelji i profesori često etiketiraju ovakvo ponašanje kao problematično i reaguju na autoritativan način koji stvara lanac očekivanja. Profesori i roditelji veruju da će neki mladići biti nasilni ili delinkventni i ti isti dečaci često postanu delinkventni. Zašto? Zato što kada profesori i roditelji etiketiraju mladiće kao "agresivne" ili "problematične" oni često isključe ove dečake iz aktivnosti kao što je sport. Umesto da slušaju "problematične" mladiće, profesori i roditelji ih često stigmatizuju i isključuju, na taj način podstičući nasilno ponašanje umesto da ga sprečavaju.

Neka istraživanja takođe pokazuju da postoji veća verovatnoća da će mladići koji svedoče nasilju ili su žrtve nasilja i sami postati nasilni.[16] Svedočenje nasilju u njihovom okruženju je stresno i za mladiće i za devojke, ali se ovaj stres može pokazati na drugačiji način kod devojaka i mladića. Kod mladića je veća verovatnoća da će se trauma izazvana svedočenjem nasilja ispoljiti kao nasilje, nego kod devojaka.[17] Mnogi mladići su socijalizovani na način da veruju da je za njih neprimereno da izraze strah ili tugu ali da je primereno da izraze ljutnju ili agresivno ponašanje. Mladići koji dožive nasilje ili mu svedoče u domu ili izvan njega mogu posmatrati nasilje kao "normalan" način – naročito kao muški način – za rešavanje konflikata.

Lak pristup oružju takođe može da doprinese nasilju. Pristup oružju, naravno, ne uzrokuje nasilje ali ono povećava verovatnoću da će nasilje biti smrtonosnije. Veća je verovatnoća da će tuča zbog uvrede ili devojke dovesti do ubistva kada jedan od učesnika ima pištolj ili nož. U nekim sredinama, naučiti koristiti i igrati se sa oružjem – posebno sa noževima i pištoljima – može čak biti sastavni deo načina na koji se dečaci socijalizuju.

Mesto gde mladići žive takođe može biti glavni faktor vezan za njihovu upotrebu nasilja. Na primer, veća je verovatnoća da će dečaci koji su vaspitavani u naseljima u kojima postoje oružane bande ili gde sektaško nasilje uključuje muškarce i dečake koristiti nasilje i biti žrtve nasilja. Bande i slične grupe često se pojavljuju onda kada su druge institucije društva koje mogu pružiti podršku i zaštitu mladićima – vlada, porodica, organizacije društvene zajednice, škole – slabe. Više stope nasilja u nekim područjima mogu takođe

16 — C. Bell & E.J. Jenkins, “Traumatic stress and children” ("Traumatski stres i deca") 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 deca 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 lečenju 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 dece 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)

imati veze i sa lokalnom kulturom. U nekim sredinama, mladići mogu verovati da će ih njihovi vršnjaci ili lokalni običaji podržati kada koriste nasilje kao odgovor na uvredu ili povredu.

Još jedan važan faktor koji može doprineti nasilnom ponašanju mladića je vršnjačka grupa mladića. Studije sprovedene u SAD pokazuju da druženje sa delinkventnim ili nasilnim vršnjacima predstavlja jedan od najjačih faktora povezanih sa nasilnim ponašanjem mladića.[18] Međutim, bilo bi previše jednostavno zaključiti da nasilni vršnjaci "uzrokuju" da i drugi mladići budu nasilni. Mladi ljudi imaju tendenciju da traže druge mlade ljude slične sebi za svoje društvo. Veća je verovatnoća da će se nasilni mladići družiti sa drugim nasilnim mladićima. Ali, jasno, s kim se mladići druže i koga slušaju je faktor koji treba razmotriti. Neki istraživači ukazuju da zato što mladići generalno provode više vremena izvan kuće – često u grupi vršnjaka na ulici koja promoviše takmičenje, tučnjavu i delinkvenciju – postoji veća verovatnoća da će biti nasilni nego devojke, koje će verovatno biti socijalizovane u kući ili u blizini članova porodice.

Studije sprovedene u SAD su pokazale da će mladići koji su nasilni češće od svojih vršnjaka koji nisu nasilni videti neprijateljske namere kod drugih ili će pogrešno protumačiti ponašanje drugih kao neprijateljsko.[19] Izgleda da mladići koji koriste nasilje imaju poteškoće sa "emocionalnom inteligencijom" – tj. sposobnošću da "čitaju", razumeju i izraze svoja osećanja na odgovarajuće načine. Drugim rečima, veća je verovatnoća da će oni, u odnosu na mladiće koji su manje nasilni, "pogrešno pročitati" namere drugih, verujući da su nasilni i onda kada nisu. Pored toga, mladići koji su nasilni često opravdavaju svoje nasilje prebacujući krivicu na druge, koristeći ponižavajuća imena za svoje žrtve. Isto tako, verovatnije je da će mladići koji imaju preteran osećaj časti takođe koristiti nasilje. Neki slučajevi ubistava koje je počinio muškarac nad drugim muškarcem započinju relativno malom svađom, obično zbog neke uvrede, često u kafićima ili na drugim javnim mjestima i potom eskaliraju do smrtnog ishoda.

Za neke mladiće, biti nasilan predstavlja način da definišu ko su. Adolescencija je doba života kada obično definišemo ko smo. Za neke mladiće ovo bi moglo biti definisanje sebe kao dobrog učenika, ili kao religioznog, ili kao sportiste, ili kao vrednog radnika, kao umetnika, ili kao stručnjaka za kompjutere. Ali, ovo bi takođe moglo biti i definisanje sebe kao nasilnika ili razbojnika. Za neke mladiće, učešće u organizovanim vršnjačkim grupama kao što su bande može pružiti osećaj identiteta i pripadanja kojeg ne mogu

17 — U.S. Department of Justice “The Prevalence and Consequences of Child Victimication.: NIJ Reserch Preveiw” (Ministarstvo pravde SAD: "Prevalencija i posledice viktimizacije dece:. NIJ reserch Preveiw"). (Washington, DC. National Institutes of Justice, 1997)
18 — Michael B. Green “Implications of Research Showing Harmful Effects of Group Activities with Anti-Social Adolescents” ("Implikacije istraživanje koje pokazuje štetne efekte grupne aktivnosti sa antisocijalnom omladinom"), rad predstavljen na Persistently Safe Schools: The National Conference of the Hamilton Fish Institute on School and Community Violence, dostupan na http://gwired. gwu. edu/hamfish/merlin-cgi/p/downloadFile/d/16823/n/off/other/1/name/07Greenepdf /
19 — MR Fondacaro i K Heller “Attributional style in aggressive adolescent boys” ("Atributivni stil kod agresivnih adolescentnih dečaka") 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

da pronađu na drugom mestu. Za neke mladiće, biti deo nasilne vršnjačke grupe može predstavljati način da prežive ili sredstvo samozaštite. Za mladiće u nekim siromašnim urbanim sredinama u regionu, od kojih mnogi nemaju mnogo toga što im daje smisao i jasne uloge u društvu, nasilje može biti način za sticanje statusa. Sa druge strane, kada mladići pronađu identitet u nečemu drugom – kao učenici, vredni radnici, očevi, muževi ili u muzici, sportu, politici (naravno, zavisno kojoj politici), religiji (opet, zavisno kojoj religiji) ili nekoj kombinaciji ovih – oni generalno ostaju van bandi ili nasilnih vršnjačkih grupa. Studija sprovedena među mladićima čiji su vršnjaci bili uključeni u bande u Čikagu i Rio de Žaneiru pokazala je da je veća verovatnoća da će oni mladići koji su iskusili cenu nasilja, koji se plaše nasilja i koji su pronašli alternativne identitete i alternativne vršnjačke grupe, ostati izvan bandi.[20]

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

Imaju li mediji ikakav uticaj na nasilje mladića? Neke studije su otkrile da gledanje scena nasilja u medijima može biti povezano za izvršenjem nasilja, ali je uzročna veza nejasna.[21] Gledanje nasilja na televiziji ili na filmovima verovatno ne "uzrokuje" nasilje kod mladića, ali ono nesumnjivo doprinosi nekim uverenjima mladića – i našem opštem verovanju kao društva – da je nasilje muškaraca normalno, pa čak i cool.

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

Šta je rodno zasnovano nasilje?

Rodno zasnovano nasilje (RZN) je široko priznato kao međunarodni javnozdravstveni problem i pitanje koje spada u domen ljudskih prava. RZN može imati razarajuće efekte na fizičko i duševno zdravlje žena, kao i na dobrobit porodica i zajednica, te šireg društva. Koncept RZN pokušava da napravi razliku između nasilja koje se zasniva na rodnim očekivanjima i/ili na polnom ili rodnom identitetu druge osobe i drugih oblika nasilja. Iako se RZN može primeniti na žene i na muškarce, devojčice i dečake, fokus većine RZN napora je na okončanju nasilja nad ženama i devojkama, jer su one te koje su u najvećem broju slučajeva pogođene ovom vrstom nasilja.[22] Tokom protekle decenije, međunarodna zajednica je počela da koristi izraz "rodno zasnovano nasilje", umesto "nasilje nad ženama" sa namerom da prebaci fokus sa žena kao žrtava i da naglasi kako uloga rodnih normi, nejednakost i odnosi moći povećavaju osetljivost žena na nasilje. U okviru ovog diskursa, veći značaj se takođe daje razumevanju maskuliniteta i uloge koju muška socijalizacija igra u prihvatanju upotrebe nasilja od strane muškaraca. Neki muškarci i dečaci su odgajani da veruju da imaju "pravo" da očekuju neke stvari od žena, i pravo na korišćenje fizičkog ili verbalnog zlostavljanja kao oblika "kazne" ako žena ne pruža ove stvari (ukoliko ne odgovori adekvatno na seksualne zahteve muškarca, na primer). Seksualno nasilje je takođe prilično ukorenjeno u nepravičnim rodnim normama – naročito onim koje definišu mušku seksualnost kao nekontrolisanu i agresivnu a žensku seksualnost kao pasivnu. Uspešna intervencija u radu sa muškarcima na dekonstrukciji hegemoničnih muških identiteta i pružanju podrške promenama u zajednici i institucionalnim promenama je pokazala pozitivan doprinos koji muškarci mogu da daju kao saveznici i aktivisti u borbi protiv nasilja.[23 24]

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

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

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

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

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

24 — 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 sa ciljem zaustavljanja rodno uslovljenog nasilja i promovisanje seksualnog i reproduktivnog zdravlja"), International Journal of Men’s Health 3 (2004) 173-188.

OKVIR 2.

Okvir 2: Rodno zasnovano nasilje na Zapadnom Balkanu

— U Srbiji, istraživanje sprovedeno na reprezentativnom uzorku žena je utvrdilo da je 30,6% žena tokom svog života pretrpelo fizičko nasilje, 46,1% je pretrpelo psihološko nasilje a 8,7% je pretrpelo seksualno zlostavljanje. Drugo istraživanje sprovedeno 2003. godine je potvrdilo ova saznanja.[25]

— U Crnoj Gori, istraživanje sprovedeno na reprezentativnom uzorku žena je utvrdilo da je 25% žena bilo pretučeno od strane njihovih partnera, 25% njih je takođe bio prisiljeno na seksualni odnos od strane njihovih partnera, a 14% ih je bilo pod pretnjom otimanja njihove dece.[26]

— U Hrvatskoj, istraživanje sprovedeno na reprezentativnom uzorku žena je utvrdilo da je 21% žena iskusilo fizičko nasilje od strane njihovog sadašnjeg ili bivšeg muškog partnera, a 34% njih je prijavilo da su doživele prinudni seks.[27]

— U Bosni i Hercegovini, istraživanje je pokazalo da je 23% žena bilo pretučeno od strane njihovih partnera, dok je 29% njih poznavalo ženu koja je bila pretučena.[28]

25 — AŽC, 2005
26 — Radulović, 2003
27 — Otročak, 2005
28 — H. Peele i D. Andrić-Ružić EDS. "To Live With (out) Violence: A second look 2- Experts." ("Živeti sa nasiljem (bez nasilja): drugi pogled 2 - Stručnjaci.") Završni izveštaj o nasilju nad ženama (Zenica: Bosna Herezgovina i Medica Zenica, 1999) 54-55.

Nasilje između muškaraca[29]

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

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

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

Bande

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

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

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

Jasno je da za neke mladiće nasilje predstavlja način formiranja identiteta. Za mnoge od njih, adolescencija je doba života kada razmišljaju o pitanju: ko sam ja? Mladić može da definiše sebe kao nekog ko je dobar đak, religiozan, sportista, vredan radnik, umetnik, stručnjak za kompjutere, ili na razne druge načine. Ali on takođe sebe može definisati i kao bandit. Istraživanja sprovedena među mladićima koji su uključeni u ove nasilne grupe u SAD i Brazilu su dovela do zaključka da oni imaju osjećaj pripadnosti i identiteta koji ne mogu naći nigde drugo.[30]

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

Fleksibilnost, mladići i prevencija nasilja

Kako možemo da objasnimo da neki mladi ljudi određenog porekla bivaju uključeni u nasilne aktivnosti kao što su bande, dok drugi mladi ljudi koji dolaze iz iste sredine to ne čine? Nedavno istraživanje je identifikovalo individualne i porodične karakteristike mladih koji žive u siromašnim područjima i u okolnostima visokog rizika, a koji postanu uspešni u školi i na poslu, i ne postanu članovi bandi i drugih nasilnih grupa.[31] Ova istraživanja često se pozivaju na koncept fleksibilnosti, što podrazumeva "uspešno prilagođavanje, uprkos riziku i različitostima". Fleksibilnost je koncept koji nam pomaže da shvatimo subjektivne stvarnosti i individualne razlike kojima su mladi ljudi izloženi, i nudi uvid u to kako da stimulišeno pozitivne načine za prevazilaženje nevolja u posebno teškim okolnostima. Drugim rečima, fleksibilnost znači da neki mladići, čak i u teškim okolnostima, pronalaze pozitivne alternative za prevazilaženje rizika koji ih okružuju. U komparativnoj studiji sprovedenoj među muškim maloletnim delinkventima iz Rio de Janeira i njihovim rođacima i braćom koji to nisu, autor je uočio niz zaštitnih faktora koji favorizuju nedelinkvenciju među mladićima. U ovoj studiji mladi ljudi koji nisu bili delinkventni ili fleksibilni: 1) pokazivali su veći optimizam u pogledu svoje životne stvarnosti, 2) bili su sposobniji da se verbalno izraze, 3) bili su najstarije ili najmlađe dete u porodici, 4) imali su blag temperament, i 5) pokazivali su jaku, prisnu, vezu sa svojim roditeljima ili učiteljima (Assis, 1999). Slično, drugo istraživanje sprovedeno u Brazilu među mladićima iz područja u kojem su „komandosi“ imali jak uticaj, identifikovalo je

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

značaj alternativnih modela, sposobnost da se stvore pozitivna razmišljanja uprkos različitostima, kao i značaj nenasilnih vršnjačkih grupa u nastojanju da se siromašna omladina udalji od nasilnih grupa.[32]

Mladi predstavljaju ključnu priliku za izgradnju alternativne definicije maskuliniteta i smanjenje rodno zasnovanog nasilja. lako na mladiće utiču snažne sile da usvoje tradicionalni koncept maskuliniteta tokom njihove rodne socijalizacije, moguće je promeniti ovaj put. Doba adolescencije je ključna razvojna faza tokom koje se rodni identiteti izgrađuju i tokom koje oni mogu i da se preoblikuju. Tokom ovog perioda u njihovim životima, ponašanje prema ženama ili partnerima se uvežbava i prenosi u zrelo doba, a dopiranje do mladića je put da se promeni način interakcije muškaraca sa ženama. U kontekstu napora koji se čine na razvoju mladih, rad na pružanju podrške rodno pravičnim konstrukcijama među mladima takođe može da ojača razvoj liderstva kod njih, uključujući i njihovu sposobnost da se šire uključe kao akteri u zagovaranju rodne ravnopravnosti.

Okvir 3: Rezime

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

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

Perspektiva devojaka

Šta je nasilje?

Ujedinjene nacije definišu nasilje kao bilo kakav akt koji izaziva, ili bi mogao da izazove telesnu, seksualnu, ili dušvnu štetu ili bol, uključujući i pretnje ovakvim aktima, zastrašivanje, ili namerno ograničavanje slobode i to u javnom ili privatnom životu. Širom sveta, žene najčešće doživljavaju nasilje od strane intimnog muškog partnera (SZO 2002). Upravo oni muškarci koje poznaju, a vrlo često i oni koje najviše vole i kojima veruju, su oni muškarci od kojih im preti najveći rizik. Istraživanje u različitim zemljama je utvrdilo da je između 15% i 71% onih žena koje su ikada bile u vezi doživelo fizičko ili seksualno nasilje, ili i jedno i drugo, od strane intimnog partnera (SZO 2005). Često, ove razne vrste nasilja koegzistiraju u vezi; fizičko nasilje je često praćeno psihološkim nasiljem, a u mnogim slučajevima i seksualnim nasiljem (SZO 2002). Dok se većina nasilja nad ženama dešava u ovim privatnim kontekstima, žene doživljavaju nasilje i izvan kuće u javnim prostorima kao što su škole i radna mesta.

Šta je rodno zasnovano nasilje?

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

Veliki deo upotrebe nasilja nad ženama od strane muškaraca počinje kada su žene i muškarci još uvek mladi, i često oblikuje prirodu njihovih kasnijih intimnih odnosa. Činjenica da muškarci, posebno mladići, češće koriste nasilje nego žene, ukazuje na potrebu da se preispita kako su dečaci i mladići odgajani, i da se preispitaju krute norme maskuliniteta koje povezuju muškarce sa čvrstinom ili dominacijom i dozvoljavaju i podstiču njihovu upotrebu agresije (fizičke, psihološke i/ili seksualne) da bi dokazali maskulinitet. Ove krute norme maskuliniteta koje povezuju muškarce sa dominacijom su dodatno osnažene normama koje povezuju žene sa pasivnošću. Iako tradicionalne rodne uloge i dinamika moći vrše značajan uticaj na prisustvo nasilja u intimnim vezama, uzroci nasilja su višestruki i proizlaze iz složenih interakcija između faktora koji se odnose na pojedince, veze, zajednicu i društvo. Nasilje se ne događa samo određenoj vrsti žena – ono prelazi društveno-ekonomske, verske, rasne i kulturne granice. Međutim, određene grupe žena, uključujući devojke i žene koje žive u siromaštvu, imaju tendenciju da doživljavaju nesrazmerno veći nivo nasilja od

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

Seksualno nasilje

Seksualno nasilje je svaki neželjeni seksualni čin ili pokušaj uključivanja u seksualni čin putem fizičkog, psihološkog ili emocionalnog zastrašivanja, npr. govoreći "da me voliš, imala bi seks sa mnom". Kao i kod drugih oblika nasilja nad ženama, osnovni faktor seksualnog nasilja je često izražavanje muške moći i dominacije nad ženama. Širom sveta, mnoge devojke i odrasle žene, posebno one koje žive u siromaštvu, podložne su seksualnom iskorišćavanju i trgovini ljudima. Ne postoje precizne brojke, ali nedavna istraživanja ukazuju na to da se procenjuje da se oko 4 miliona žena i devojaka kupi i proda širom sveta, bilo u svrhu prisilnog seksualnog rada, ropstva, ili braka. Ove žene i devojke su izložene mnogim vrstama nasilja, uključujući psihološko zastrašivanje, fizičku silu i seksualno iskorišćavanje.

Krug nasilja je veoma složen. Nasilje je model učenja i način na koji se moć distribuiše u vezi. Kao što je već navedeno, muškarci su u većini slučajeva počinioci nasilja nad ženama u vezi, u mnogim porodicama batine se koriste kao pedagoška metoda za decu, a deca, s druge strane, doživljavaju nasilje kao model ponašanja koje oni koriste da "obrazuju" drugu decu oko njih i da preuzmu kontrolu i moć nad drugom decom ili životinjama. U većini slučajeva oni koriste nasilje kao model ponašanja kao i odrasli u njihovim porodicama. Ova tema je vrlo osetljiva, imajući u vidu statistike porodičnog nasilja postoji mogućnost da će u grupi, među učesnicima biti žrtava ili svedoka nasilja. Može da bude teško nositi se sa ovom situacijom, tako da bi trebalo da im pokušate pomoći i da ih uputite na osobu ili organizaciju kojoj mogu da se obrate.

Seksualno nasilje i pristup hitnoj kontracepciji

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

36 — Julie A. Mertus and Nancy Flowers “Local Action/Global Change: A Handbook on Women's Human Rights”, 2008

Percepcija rodno zasnovanog nasilja

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

Razbijanje tišine

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

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

Socijalna podrška za sprečavanje i odgovor na nasilje

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

Muškarci i kampanja Bela traka

Kampanja Bela traka je međunarodna kampanja za podizanje svesti muškaraca koja nastoji da zaustavi nasilje muškaraca nad ženama. Ova kampanja je započeta 1991. godine od strane nekoliko kanadskih muškaraca, i do sada se proširila na najmanje trideset zemalja širom sveta. Bela traka je simbol obećanja muškarca da nikada neće počiniti, odobravati, ili ćutati o nasilju nad ženama (www.whiteribbon.ca).

Radionica 6:
Šta je nasilje?

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

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

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

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

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

Preporučuje se korišćenje ceremonijalne palice za govor za ovu aktivnost. Ipak, voditelj/ka bi trebalo da razmisli da li je to potrebno ili pogodno.

Flipčart papir sa značenjima nasilja o kojima se diskutuje u dole navedenom Prvom delu će takođe biti korisno za sledeću aktivnost, "Shvatanje ciklusa nasilja."

PROCEDURA:

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

1. Zamolite grupu da sednu u krug i da u tišini razmisle nekoliko trenutaka šta za njih znači nasilje.

2. Koristeći ceremonijalnu palicu za govor, zamolite svakog učesnika i učesnicu da sa ostatkom grupe podeli mišljenje o tome šta za njih znači nasilje. Napišite odgovore na flipčart papir. Alternativni korak: Zamolite učesnike i učesnice da napišu ili nacrtaju šta za njih znači nasilje.

3. Razgovarajte sa učesnicima i učesnicama o nekim od zajedničkih elemenata u njihovim odgovorima, kao i o nekim jedinstvenim stavovima. Pregledajte navedene definicije nasilja i recite učesnicima i učesnicama da često nema jasne ili jednostavne definicije nasilja te da ćete u drugom delu vežbe pročitati serije studija slučaja da biste im pomogli da razmisle o različitim značenjima i tipovima nasilja.

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

   Nasilje se takođe često kategoriše i prema odnosu između žrtve i počinioca[33]:
   › **Nasilje usmereno prema sebi** se odnosi na nasilje u kojem su počinilac i žrtva jedna te ista osoba, i deli se na samozloupotrebu i samoubistvo.
   › **Interpersonalno nasilje** se odnosi na nasilje između pojedinaca.
   › **Kolektivno nasilje** se odnosi na nasilje počinjeno od strane većih grupa i deli se na socijalno, političko i ekonomsko nasilje.

Drugi deo – Diskusija o različitim tipovima nasilja (60 min)

4. Pročitajte svaku studiju slučaja o nasilju i koristite ceremonijalnu palicu za govor kako biste započeli diskusiju sa pitanjima koja slede posle svake studije slučaja.

5. Nakon što pročitate sve slučajeve, diskutujte o sledećim pitanjima.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koje vrste nasilja se najčešće dešavaju u intimnim vezama između muškaraca i žena? Šta prouzrokuje ovo nasilje? (Primeri mogu uključivati fizičko, emocionalno i/ili seksualno nasilje koje muškarci koriste nad devojkama ili suprugama, kao i nasilje koje žene mogu koristiti nad svojim momcima ili muževima).

2. Koje vrste nasilja se najčešće dešavaju u porodicama? Šta prouzrokuje ovo nasilje? *(Primeri mogu uključivati roditeljsku upotrebu fizičkog, emocionalnog ili seksualnog nasilja nad decom ili druge tipove nasilja među članovima porodice).*

33 — Tekst preuzet iz http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/index.html. Poslednji put pristupljeno 11.02.2011.

3. Koje vrste nasilja se najčešće dešavaju izvan intimnih odnosa i porodica? Šta prouzrokuje ovo nasilje? *(Primeri mogu uključivati fizičko nasilje među muškarcima, nasilje u vezi sa bandama ili ratovima, silovanje od strane nepoznate osobe i emocionalno nasilje ili stigmu naspram nekih pojedinaca ili grupa u zajednici)*.

4. Postoje li drugi tipovi nasilja koji se odnose na pol neke osobe? Koji je najuobičajeniji tip nasilja koji se primenjuje nad ženama? (pogledajte deo Tabele resursa B – Šta je rodno zasnovano nasilje?) A koji nad muškarcima?

5. Da li su samo muškarci nasilni ili su i žene takođe nasilne? Koji je najuobičajeniji tip nasilja koji muškarci koriste nad drugima? Koji je najuobičajeniji tip nasilja koji žene koriste nad drugima?

6. Da li neka osoba – muškarac ili žena – ikada "zaslužuje" da bude udarena ili da bude žrtva nekog tipa nasilja?

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

8. Šta možete vi i drugi mladići uraditi da zaustavite nasilje u vašoj zajednici?

ZAVRŠETAK:

Na svom osnovnom nivou nasilje se može definisati kao upotreba sile (ili pretnja silom) jednog pojedinca nad drugim. Nasilje se često koristi kao način kontrole druge osobe, kako bi se imala moć nad njom. Ono se dešava svugde u svetu i često potiče od načina na koji su pojedinci, posebno muškarci, odgajani da se nose sa ljutnjom i konfliktom. Obično se pretpostavlja da je nasilje "prirodan" ili "normalan" deo muškarca. Međutim, nasilje je naučeno ponašanje i u tom smislu može da se oduči ili spreči. Kao što je bilo diskutovano u drugim sesijama, muškarci su često socijalizovani na način da potiskuju svoje emocije i ljutnja je ponekad jedan od retkih društveno prihvatljivih načina za muškarce da iskažu svoja osećanja. Štaviše, muškarci su nekad odgajani da veruju da imaju "pravo" da očekuju neke stvari od žena (kućni poslovi ili seks, na primer) i pravo da koriste fizičko ili verbalno zlostavljanje ako žene ne pruže ove stvari. Važno je razmisliti o tome na koji način su ove krute rodne uloge, koje se odnose na to kako bi muškarci trebalo da izraze svoja osećanja i kako bi trebalo da se odnose prema ženama, štetne i za muškarce kao pojedince i za njihove odnose. U vašim svakodnevnim životima od fundamentalnog je značaja da vi, kao mladići, razmislite o tome šta vi možete da uradite da se javno izjasnite protiv upotrebe nasilja od strane drugih muškaraca.

VEZA

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

TABELA RESURSA A:

STUDIJE SLUČAJA O NASILJU

Studija slučaja br. 1
Mirko i Lidija su mladi bračni par. Mirkova porodica dolazi u njihov dom na večeru. On je vrlo zabrinut time da li će se oni lepo provesti i želi da im pokaže kako je njegova supruga izvrsna kuvarica. Ali, kad se te noći vratio kući ništa nije bilo spremljeno. Lidija se nije osećala dobro i još nije bila počela sa pravljenjem večere. Mirko je veoma uznemiren. On ne želi da njegova porodica misli da on ne može kontrolisati svoju ženu. Počinju da se svađaju i da viču jedno na drugo. Sukob brzo eskalira i Mirko je udara.

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

Studija slučaja br. 2
Vi plešete sa grupom prijatelja u disko klubu. Na odlasku zapazite jedan par (mladić i devojka, očigledno u vezi) koji se svađa na ulazu. On je naziva kučkom i pita je zašto je flertovala sa drugim momkom. Ona kaže: "Nisam ga gledala… a i da jesam, zar nisam sa tobom?" On opet viče na nju. Konačno, ona kaže: "Nemaš pravo da me tako tretiraš." On je naziva bezvrednom i govori joj da mu se skloni s očiju – ne može da podnese da je gleda. Onda je udara i ona pada. Ona vrišti na njega, govoreći da nema pravo da to uradi.

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

Studija slučaja br. 3
Mihajlo je stariji momak koji potiče iz bogate porodice. Jednog dana sreće Petru kako ide kući iz škole i njih dvoje kratko razgovaraju. Sledećeg dana on se opet sreće s njom i to se nastavlja do onoga dana kada on odluči da pozove Petru da izađu na večeru. Kada su izašli na večeru on saopštava Petri koliko mu se ona sviđa i potom je poziva da odu do njegove kuće. U njegovoj kući oni počinju da se ljube i Mihajlo počinje da dodiruje Petru ispod bluze. Ali, Petra onda prestaje da se ljubi i kaže da ne želi da ide dalje. Mihajlo je besan. Kaže joj da je proveo dosta vremena sa njom i kaže: "Šta će da kažu moji prijatelji?" On vrši pritisak na nju da promeni svoje mišljenje. Prvo pokušava da bude zavodljiv, a zatim počinje da viče na nju u ljutnji. Onda počinje da je vuče na silu i da je gura. Zatim je prisiljava na seks, iako ona nastavlja da govori: "Ne, stani!"

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

Studija slučaja br. 4
Oliver je imao težak dan u školi. Ima problema sa svojom majkom zbog ocena u školi i ona mu kaže da to veče ne može da izađe napolje. Na času on ne može da odgovori na pitanje profesora. Na igralištu, nakon časa, Renata, devojka iz Oliverovog razreda, mu se smeje jer nije mogao da odgovori na jednostavno pitanje. "Bilo je tako lako. Zar si zaista toliko glup?" Oliver joj kaže da ućuti i gura je uza zid. Renata je besna i govori: "Ako me opet dirneš, videćeš…" Oliver odgovara: "Ne, ti ćeš videti…" On je ošamari, okrene se i ode.

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

Studija slučaja br. 5
Grupa prijatelja ide na ples. Jedan od njih, Borko, primećuje da neki momak zuri u njegovu devojku. Borko mu prilazi, gurne ga i počinje tuča.

- Zašto je Borko reagovao na ovakav način? Mislite li da je bio u pravu kada je gurnuo drugog momka?
- Da li je mogao da reaguje drugačije?
- Šta su njegovi prijatelji trebali da urade?

Studija slučaja br. 6
U mnogim zajednicama ljudi koji žive sa HIV i

AIDS-om su odbačeni. Vređaju ih. Nekad se njihovoj deci ne dozvoljava da idu u školu.

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

Studija slučaja br. 7

Monika je devetnaestogodišnja studentkinja koja se nedavno, zajedno sa kolegenicom sa fakulteta, uselila u jednosoban iznajmljeni stan u blizini fakulteta. Monika je HIV pozitivna od svoje 17. godine. Ona uzima lekove za HIV koje mora stalno da čuva u frižideru. Jednoga dana njena cimerka je pita za šta su ti lekovi. Monika odlučuje da bude iskrena i odgovara svojoj cimerki da je HIV pozitivna. Njena cimerka je potresena i besna. Ona govori Moniki da mora odmah da napusti stan pre nego što prenese infekciju na nju.

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

Studija slučaja br. 8

Vlada i Anita su mladi par koji je upravo dobio svoje drugo dete. Pre nego što su se odlučili da imaju decu, oni su se dogovorili da će Anita biti ta koja će ostajati kod kuće i brinuti o deci, dok će Vlada raditi i zarađivati novac. Međutim, u poslednje vreme Vlada je počeo da daje Aniti sve manje i manje novca. U početku, ona je morala da otkaže časove nemačkog jezika, zatim nije imala dovoljno novca da sebi kupuje odeću, niti da ode na kafu sa svojim prijateljicama. Kada bi spomenula ovo pitanje Vladi, on bi samo rekao: "Nemamo dovoljno novca. Ti ionako previše tražiš, a ne zarađuješ ništa." Kada Anita spomene da on izlazi skoro svako veče sa svojim prijateljima i da bi jedno veče za promenu ona mogla izaći sa svojim prijateljicama, on odgovara: "Da, ja mnogo izlazim, ali ja se moram odmoriti od posla. Ti provodiš ceo dan kod kuće ne radeći ništa."

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

Studija slučaja br. 9

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

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

Studija slučaja br. 10

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

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

TABELA RESURSA B:

ŠTA JE RODNO ZASNOVANO NASILJE?

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

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

> *... bilo koji čin koji dovodi, ili za koji je verovatno da će dovesti do fizičke, seksualne ili psihološke štete ili patnje žena zbog toga što su žene ili muškaraca zbog toga što su muškarci, uključujući pretnje od takvih činova, prinudu ili proizvoljno lišavanje slobode, bez obzira na to da li se pojavljuje* ***u javnom ili privatnom životu.***
>
> *... treba biti shvaćeno da obuhvati, ali da se ne ograniči na sledeće:*

- Fizičko, seksualno i psihološko nasilje koje se javlja **u porodici,** uključujući zlostavljanje, seksualnu eksploataciju, seksualno zlostavljanje dece u domaćinstvu, nasilje zasnovano na mirazu, bračno silovanje, sakaćenje ženskih genitalija i druge tradicionalne prakse štetne za žene, nesupružničko nasilje i nasilje u vezi sa eksploatacijom

- Fizičko, seksualno i psihološko nasilje koje se javlja **u okviru celokupne zajednice,** uključujući silovanje, seksualno zlostavljanje, seksualno uznemiravanje i zastrašivanje na poslu, u obrazovnim institucijama i na drugim mestima, trgovinu ženama i prisilnu prostituciju

- Fizičko, seksualno i psihološko nasilje **počinjeno ili zanemareno od strane države ili institucije,** kad god se pojavi.

DODATNA TABELA RESURSA

Studije slučaja za diskusiju

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

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

ISIDORA je sa svojim momkom već skoro godinu dana. Nedavno je počeo da joj govori da ima višak kilograma i da mu je previše neprijatno da ide bilo gde sa njom. Svo vreme komentariše tela drugih žena i koliko bi Isidora izgledala više seksi ako bi izgubila na težini. Jedva da joj dopušta da jede. Kaže joj da, kada smrša, oni mogu da se vere.

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

MAJA ima 21 godinu i živi u turističkom gradu. Prošle godine je upoznala stranca, bankara, s kojim je počela da izlazi. Nije rekla svojoj porodici o toj vezi. Iako je on bio stariji, ona je volela da izlazi sa njim, posebno kada su izlazili u skupe restorane i popularne klubove. Neposredno pre nego što je morao da se vrati u svoju zemlju, muškarac je pozvao Maju da se vrati sa njim. Obećao joj je da će joj biti lako da nađe tamo posao i ona je prihvatila njegov poziv. Nakon što su došli u njegovu zemlju, on joj je oduzeo pasoš i počeo izuzetno da je kontroliše, pa čak i da je povremeno fizički zlostavlja. Ona je takođe otkrila da on nije bio bankar i da nema mnogo novca. Osećala se veoma izolovano i usamljeno. Bila je daleko od svojih prijatelja i porodice i nije govorila lokalni jezik. Muškarac ju je prisilo da počne da radi kao striptizeta, što se plaćalo prilično dobro, ali je to bio naporan posao i često uključivao navođenje na seks.

SOFIJA je otišla na ples sa svojim momkom Pavlom i nekim prijateljima. Dok su svi plesali, Sofija je primetila da druga devojka pleše u blizini Pavla i da mu se sve bliže približava. Sofija je otišla da ih razdvoji i stavi jasno do znanja toj devojci da je Pavle njen momak. Devojka se povukla. Nakon nekog vremena, Sofija je otišla sa prijateljicom po piće, a kada se vratila

Foto ©Branko Birač

vidjela je da ista devojka ponovo pleše pored Pavla, ali ovaj put na vrlo zavodljiv način. Sofija se naljutila, nazvala je droljom, i napala devojku, počupala je za kosu i ošamarila.

MIRA ima sina Mirka, koji ima 11 godina i veoma je kreativan i energičan. Međutim, on stalno upada u nevolje u školi. Mirin suprug Stevan često je krivi zbog Mirkovog lošeg ponašanja, govoreći joj da provodi previše vremena na poslu umesto da više da bude kod kuće, da pazi na Mirka. Jednog dana Mira i njen suprug su se jako posvađali i on je udario. Povređena i ljuta, Mira napada Mirka, govoreći mu da je on nezahvalan sin i da joj samo donosi probleme.

SINIŠA je bio popularan i zgodan i, u početku, Mina nije mogla da veruje kada je on počeo da pokazuje interes za nju. Ona nikada nije imala momka i uvek je bila svesna svog izgleda, pogotovo svoje težine. Siniša je počeo da šalje Mini poruke svo vreme, često komentarišući kako on misli da je ona lepa. Jednoga dana, Siniša je zatražio od Mine da mu pošalje svoje fotografije. U početku, ona je bila stidljiva ali je na kraju poslala neke fotografije. Siniša je rekao divne stvari o njima i Mina je počela da se oseća lepom prvi put u životu. Siniša je potom pitao Minu da mu pošalje drugu vrstu fotografija, nje u kupaćem kostimu i u kratkoj suknji, a potom, on ju je zamolio da mu pošalje njenu sliku u toplesu. Ona se nije sasvim prijatno osećala praveći takvu vrstu fotografije, ali nije želela da ga odbije. Nakon što je poslala Siniši fotografiju, međutim, on je odgovorio samo sa tri reči - "ti ružna svinjo." Mina je bio šokirana i povređena. Ubrzo nakon toga počela je da dobija tekstualne poruke od drugih mladića u njenoj školi, mladića sa kojima nikada nije razgovarala, koji su je takođe nazivali užasnim imenima. Ona je saznala da je Siniša poslao njenu fotografiju u toplesu gotovo svima u školi. Mina je bila ponižena. Nije želela da se ikada više vrati u školu.

Radionica 7:
Živa budala ili mrtav heroj: muška čast

CILJ:
Diskutovati o tome na koji način je "muška čast" povezana sa nasiljem i razmisliti o alternativama nasilju koje mladići mogu da koriste kada se osećaju uvređeni.

POTREBNI MATERIJAL:
Kopije Tabele resursa A.

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

1. Podelite učesnike i učesnice u male grupe i podelite studiju slučaja iz Tabele resursa A svakoj grupi.

2. Objasnite da bi svaka grupa trebalo da osmisli i prezentuje kratki skeč (3-5 minuta) zasnovan na studiji slučaja. Recite im da studiji slučaja slobodno mogu da dodaju još detalja ukoliko žele.

3. Dajte grupama oko 20 minuta da diskutuju o studiji slučaja i napišu skeč.

4. Pozovite grupe da izvedu svoje skečeve. Nakon svakog skeča dajte im vremena za komentare i diskusiju zasnovanu na sledećim pitanjima:
   - Da li su ove situacije realistične?
   - Zašto ponekad reagujemo na ovakav način?
   - Kada ste suočeni sa sličnom situacijom, prilikom koje ste bili uvređeni, kako inače reagujete?
   - Kako možete smanjiti tenziju ili agresiju u ovakvoj situaciji?
   - Može li pravi muškarac da pobegne od tuče?

5. Pročitajte naglas Tabelu resursa B "Odakle dolazi muška čast?" i diskutujte o njoj, a onda iskoristite sledeća pitanja da rezimirate sesiju.

Pitanja za diskusiju

1. Šta muškarcima znači "muška čast"?

2. Šta to znači devojkama?

3. Da li "muška čast" još uvek postoji?

4. Šta možemo da učinimo da promenimo ovu kulturu "časti"?

5. Mogu li devojke, i na koji način, da pomognu da se promeni kultura "časti"?

6. Kada znamo odakle ovo dolazi, da li nam to pomaže da ovo promenimo?

7. Šta ste naučili iz ove vežbe? Kako možete ovo da primenite u sopstvenim životima i vezama?

ZAVRŠETAK:

Ideja "muške časti" je još jaka u mnogim sredinama. Da budu doživljeni kao opasni – kao neko ko ne beži od tuče – mnogi mladići često vide kao način da osiguraju poštovanje i da ih drugi ne maltretiraju. Međutim, kao što smo već diskutovali u ovoj aktivnosti, ova ideja "časti" često sa sobom donosi i brojne rizike i posledice. I, dok postoji velika verovatnoća da ćete se osetiti uvređenim više nego jednom u svom životu, veoma je važno da naučite kako da se nosite sa ovakvim situacijama i sa sopstvenim osećanjima na način koji vas a ni druge osobe neće dovesti u opasnost.

ŠEMA RESURSA A:

Studija slučaja br.1
Milan i Filip se svađaju na odmoru zbog školskog zadatka. Jedan drugog optužuju za prevaru. Milan kaže da će ga čekati napolju da razjasne ovu stvar. Kad se čas

Studija slučaja br.2
Grupa prijatelja se nalazi na fudbalskoj utakmici. Oni su navijači istog tima. Počinje tuča kada jedan navijač protivničkog tima dođe i ...

Studija slučaja br.3
Grupa prijatelja je u baru. Počinje tuča između jednog mladića i stranca (takođe mladića) ...

Studija slučaja br.4
Grupa prijatelja ide na ples. Jedan od njih, Leo, vidi da neki momak zuri u njegovu devojku. Tuča počinje kada Leo ...

Studija slučaja br.5
Darko je zaustavljen u svom automobilu zbog gužve u saobraćaju. Kada je pokušao da skrene udesno, drugi automobil s njegove leve strane mu je presekao put tako da on mora naglo da zakoči. Darko odlučuje da ...

Studija slučaja br.6
Grupa mladića sedi u parku. Jedan mladić romske nacionalnosti prolazi pored njih i tuča izbija kada ....

Studija slučaja br.7
Luka i Jovan su uključeni u žestoku raspravu. Luka podiže ton svoga glasa i ....

Studija slučaja br.8
Grupa mladića iz malog grada obilazi glavni grad. Na osnovu njihovog dijalekta lako može da se zaključi da oni dolaze iz druge sredine što ih dovodi u sukob sa mladićima iz grada kada....

TABELA RESURSA B:

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

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

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

Radionica 8:
Shvatanje ciklusa nasilja?

CILJ:
Diskutovati o posledicama nasilja i odnosu između nasilja koje devojke doživljavaju i nasilja kojeg one koriste nad drugima.

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

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Ako učesnica illi učesnik kaže da je doživjela bilo koju vrstu nasilja ili da je nedavno doživela bilo kakvu vrstu zlostavljanja – uključujući seksualno zlostavljanje ili sistematsko fizičko zlostavljanje kod kuće – i ako mlađa od 18 godina, u nekim zemljama voditelj/ka bi morala da prijavi ovu činjenicu instituciji za zaštitu dece i adolescenata. Pre sprovođenja bilo kakvog zadatka iz ovog priručnika, voditelj/ka bi trebalo da konsultuje svoju organizaciju da razjasni relevantne etičke i pravne zahteve vezane za nasilje nad osobama mlađim od 18 godina.

PROCEDURA:

1. Pre početka sesije zalepite pet komada flipčart papira na zid. Na svaki papir napišite jednu od pet dole navedenih kategorija:
   - Nasilje korišćeno protiv mene;
   - Nasilje koje koristim nad drugima;
   - Nasilje kojem sam bila/bio svedok;
   - Kako se osećam kada koristim nasilje;
   - Kako se osećam kada se nasilje koristi protiv mene.

2. Na početku sesije objasnite učesnicima i učesnicama da je svrha ove aktivnosti da se razgovara o nasilju koje oni doživljavaju u svojim životima i zajednicama. Pregledajte flipčart iz prethodne aktivnosti sa značenjima nasilja.

3. Dajte svakom učesniku i učesnici kopiju Tabele resursa ili pet komadića papira na kojima mogu napisati gore navedene kategorije.

4. Pregledajte pet gore navedenih kategorija i zamolite učesnike i učesnice da razmisle o njima, a zatim da napišu kratak odgovor za svaku kategoriju u odgovarajućim poljima na Tabeli resursa ili na papirićima koje su dobili. Oni bi trebalo da napišu jedan odgovor u svakom polju ili na papiru, i ne bi trebalo da pišu svoja imena.

5. Dajte 10 minuta za ovaj zadatak. Objasnite im da ne treba da pišu mnogo, samo nekoliko reči ili fraza, a zatim ih zalepite na odgovarajuće flipčart papire.

6. Nakon lepljenja njihovih papira na flipčart, glasno pročitajte neke odgovore iz svake kategorije.

7. Započnite diskusiju koristeći sledeća pitanja.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

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

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

3. Kako se osećate kad koristite nasilje nad drugima?

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

5. Da li je neka vrsta nasilja gora od druge?

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

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

8. Neki istraživači/ce kažu da je nasilje kao ciklus, tj. verovatnije je da će neko ko je bio žrtva nasilja kasnije i sam počiniti čin nasilja. Mislite li da je to istina? Ako je ovo istinito, kako možete da pomognete da se prekine ovaj ciklus nasilja?

9. Mislite li da muškarci imaju ulogu u prevenciji nasilja nad ženama? Objasnite.

10. Šta ste naučili u ovoj aktivnosti da pomognete suzbijanju nasilja? Jeste li naučili nešto što biste mogli da primenite u vašem životu i vezama?

ZAVRŠETAK:

Previše mladića i devojaka je doživelo nasilje ili svedočilo nasilju u nekom trenutku u njihovom životu, često od ruke muškaraca. Obično se pretpostavlja da je nasilje "prirodan" ili "normalan" deo muškarca. Međutim, nasilje je naučeno ponašanje – dečaci i muškarci su često odgajani da misle da je nasilje prihvatljiv način za održavanje kontrole, posebno nad ženama, rešavanje konflikata ili izražavanje ljutnje. I baš kao što je nasilje naučeno, ono se može odučiti i sprečiti. Na taj način, odgovornost je svih pojedinaca, žena i muškaraca, da nastoje da odgajaju dečake i muškarce, kao i devojčice i žene, da shvate kako nasilje, bilo da se radi o nasilju muškaraca nad ženama ili upotrebi nasilja roditelja nad detetom, sprečava pojedince da izgrade pozitivne odnose i odnose pune ljubavi.

ŠEMA RESURSA:

- **NASILJE KORIŠĆENO PROTIV MENE:**
- **NASILJE KOJE JA KORISTIM NAD DRUGIMA:**
- **NASILJE KOM SAM SVEDOČIO:**
- **KAKO SE OSEĆAM KADA KORISTIM NASILJE:**
- **KAKO SE OSEĆAM KADA SE NASILJE KORISTI PROTIV MENE:**

Da li mediji uče dečake da budu nasilni?

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

Radionica 9:
Etiketiranje

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

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

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Važno je da se pobrinete da nijedan učesnik ili učesnic ne postanu agresivni/ne ili uvređeni bilo kojom upotrebljenom etiketom.

PROCEDURA:

1. Aktivnošću izlistavanja ideja izdvojite pozitivne i negativne etikete ili stereotipe koji se često koriste u zajednici u kojoj mladi žive. Ovo može da uključuje i etikete poput: pametan/na, lenj/lenja, stidljiv/stidljiva, nasilan/nasilna, itd. Pokušajte da se prisetite barem onolikog broja različitih etiketa koliko ima učesnika i učesnica u grupi.

2. Napišite ove etikete na komadiće papira i zatim samolepljivom trakom zalepite te komadiće papira na leđa svakog učesnika/ce. Napomena: S ciljem da ova aktivnost bude delotvorna, veoma je važno da učesnici/ce ne vide etikete koje su zalepljene na njihovim leđima; trebalo bi da oni mogu da vide samo etikete zalepljene na leđima drugih.

3. Nasumično zamolite dva ili tri učesnika/ce da izvedu kratku igru uloga u kojoj će se odnositi jedni prema drugima u skladu sa etiketama koje su im dodeljene.

4. Zamolite svakog učesnika/cu da u toku trajanja igre uloga pokušaju da pogode šta piše na njihovoj etiketi na osnovu toga kako su tretirani tokom predstave, a zatim da razmisle o sledećim pitanjima:
   - Kakav je osećaj kada vas neko tretira prema etiketi?
   - Kakav je osećaj tretirati nekog drugog prema etiketi?

   Nakon što volonteri/ke odgovore na ova pitanja, zamolite ostatak grupe da iznesu svoje reakcije na igru uloga.

5. Zamolite i ostale volontere/ke da izvedu svoje kratke igre uloga, dajući im dovoljno vremena da posle svake igre uloga pokušaju da pogode šta piše na njihovim etiketama, kao i da se osvrnu na to kako su se osećali.

6. Otvorite diskusiju sa ostatkom grupe.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Kako reagujete kada vas neko tretira prema određenoj etiketi?

2. Kako reagujete kada vi ili neko drugi tretira drugu osobu prema etiketi?

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

4. Zašto ljudi etiketiraju druge ljude?

5. Koje su posledice etiketiranja pojedinaca? Koje su posledice po veze? Razmišljajući o prethodnoj aktivnosti o moći i odnosima, šta mislite kakva veza postoji između etiketiranja i moći?

6. Šta ste naučili ovde, a šta možete da primenite u sopstvenim životima i da ponesete sa sobom nazad u svoje zajednice?

7. Kako možete da izbegnete etiketiranje drugih?

8. Kako možete da ohrabrite druge mlade ljude da ne etiketiraju druge?

ZAVRŠETAK:

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

- Osuđujete nekoga pre nego što ga upoznate;
- Koristite etikete ili pogrdne nadimke;
- Diskriminišete nekoga na osnovu pola, religije, etničke pripadnosti ili socioekonomske klase;
- Pravite od nekoga u porodici i/ili zajednici žrtvenog jarca;
- Budete nefleksibilni ili tvrdoglavi u svojim stavovima;
- Pokazujete ravnodušnost, ćutanje ili inat.

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

Radionica 10:
Šta je seksualno nasilje?

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

POTREBNI MATERIJAL:
Dve-tri kopije Tabele resursa

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

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

PROCEDURA:

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

2. Sprovedite aktivnost izlistavanja ideja sa grupom o značenju seksualnog nasilja i različitim situacijama u kojima se ono može desiti. Pregledajte definiciju seksualnog nasilja koja se nalazi u uvodnoj aktivnosti o nasilju – Šta je nasilje?

3. U zavisnosti od broja učesnika/ca, podelite ih u dve ili tri manje grupe i dajte svakoj grupi primerak Andrejeve priče. Alternativno, priču možete naglas pročitati učesnicima.

4. Nakon čitanja priče započnite otvorenu diskusiju o sledećim stvarima, ohrabrujući mlade da razmisle o priči i o tome koje je druge korake Andrej mogao da preduzme:
   - Da li je priča realistična?
   - Šta mislite o Andrejevom ponašanju?
   - Može li se ono smatrati nasiljem? Zašto ili zašto ne?
   - Šta mislite, zašto je on reagovao na ovakav način?
   - Kakve bi mogle biti posledice Andrejevog ponašanja po njega samog?

A kakve po devojku?
- Da Andrej nije popustio pod pritiskom, šta mislite kako bi ga njegovi prijatelji tretirali?
- A šta sa Andrejom, šta mislite kako bi se on osećao?

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

6. Nakon diskusije o ove dve priče, rezimirajte diskusiju koristeći sledeća pitanja.

Pitanja za diskusiju:

1. Koje su posledice seksualnog nasilja?

2. Može li seksualno nasilje takođe biti počinjeno nad muškarcima? Koje vrste? A kako muškarci generalno reaguju?

3. Šta možete da uradite da pomognete da se spreče situacije seksualnog nasilja u vašim sopstvenim vezama? U vašoj zajednici?

ZAVRŠETAK:

Za mnoge mlade ljude pritisak vršnjaka ili osećaj da moraju da imaju seksualne odnose kako bi dokazali svoju zrelost može da ih podstakne da posmatraju svoje partnere kao seksualne objekte. Ove vrste stavova mogu da dovedu do situacija u kojima mladići mogu da ne poštuju želje žena i da upotrebljavaju emocionalnu i/ili fizičku prisilu kako bi dobili seks. U ovom smislu seksualno nasilje, kao što je slučaj i sa ostalim vrstama nasilja, može biti shvaćeno kao rezultat toga da jedna osoba ima moć nad drugom. Kao mlada osoba, važno je da razmišljate o tome kako da promovišete zdravije i prijatnije dobrovoljne seksualne odnose u svojim životima, kao i da razmišljate kako da podignete nivo svesti među ostalim mladim ljudima o tome šta je seksualno nasilje. Iznad svega, osnovno je da svi mladići razumeju da kada devojka kaže “ne” ona upravo to i misli.

TABELA RESURSA:

ANDREJEVA PRIČA

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

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

Andrej: Stani, čoveče…

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

Andrej je mogao da vidi da se devojka srušila u fotelju. Mora da je popila previše, mislio je. A kako su ga prijatelji pritiskali, Andrej je otišao do mesta gde je Adrijana sedela.

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

Radionica 11:
Moć i odnosi

CILJ:
Povećati svest 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 VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

PROCEDURA:

Prvi deo – Aktivnost "odraz u ogledalu"

1. Zamolite učesnike i učesnice da ustanu i grupišu se u parove. Svaki par bi potom trebalo da odluči ko će od njih biti "osoba", a ko "odraz". Objasnite da, unutar svakog para, "odraz" mora da imitira svaki pokret koji je uradila "osoba". Dajte im dva-tri minuta da ovo urade.

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

3. Iskoristite sledeća pitanja kako biste započeli diskusiju o tome šta se dogodilo:
   - Kako ste se osećali kada ste bili "osoba"?
   - Kako ste se osećali kada ste bili "odraz"?
   - U vašem životu postoje li trenuci kada se osećate kao onda kada ste bili u ulozi "osobe"? Kada?
   - U vašem životu postoje li trenuci kada se osećate kao onda kada ste bili u ulozi "odraza"? Kada?

Drugi deo – Moć u odnosima

1. Dajte parovima učesnika/ca zadatak da napišu jedan kratki skeč koji oslikava dinamiku moći koja postoji u sledećim odnosima. Voditelj/ka bi trebalo da doda i bilo koji drugi tip veze relevantan za lokalno okruženje i iskustva ljudi.
   - Učitelj/ica i učenik/ica.
   - Roditelj i dete.
   - Muž i žena.
   - Šef i radnik.

2. Posle skečeva iskoristite sledeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

Pitanja za diskusiju:

1. Da li su ovi skečevi realistični?

2. U vašem svakodnevnom životu da li drugi ljudi koriste svoju moć na negativan način? Ko? Zašto?

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

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

5. Kakve su posledice odnosa u kojem jedna osoba može da tretira drugu osobu kao "predmet"?

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

7. Da li postoje razlike u moći i odnosima među mladima?

8. Kako vam ova aktivnost može pomoći da razmislite o vašim sopstvenim odnosima, a možda i da napravite neke promene u njima?

Završetak:

Postoji mnogo različitih tipova odnosa u kojima jedna osoba može imati više moći nad drugom osobom. Kao što ćete i sami imati priliku da diskutujete kroz mnoge druge aktivnosti u ovom priručniku, neravnomerna raspodela moći između muškaraca i žena u intimnim vezama može imati ozbiljne posledice za rizik od SPI, HIV i AIDS-a, i neplanirane trudnoće. Na primer, žene često nemaju moć da kažu da li će se, kako i kada desiti seksualni odnos, uključujući i to da li će biti korišćen kondom, upravo zbog dugogodišnjeg verovanja da bi, kada je reč o seksu, muškarci trebali biti aktivni a žene pasivne (ili, da žene "duguju" seks muškarcima). U drugim slučajevima, žene koje su finansijski zavisne od svog muškog partnera mogu da osećaju da nemaju dovoljno moći da kažu "ne" seksu. U slučajevima međugeneracijskog seksa, starosne i klasne razlike između muškaraca i žena mogu još više stvoriti nejednake odnose moći koji zauzvrat mogu dovesti do rizičnih situacija.

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

Foto ©Branko Birač

Godina 2:

Nasilje je “out”!

Prvo polugodište:
Od nasilja do mirne koegzistencije

Radionica 12:
Od nasilja do poštovanja u intimnim vezama

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

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri i samolepljiva traka

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Važno je shvatiti da mladi ljudi mogu da osete neku vrstu bespomoćnosti u reagovanju na nasilje koje druge osobe čine. Mnogi veruju da ne bi trebalo da se mešaju u stvari drugih ljudi. Kroz ovu aktivnost bitno je da se istraži bespomoćnost koju mnogi mladi ljudi mogu da osećaju kada prisustvuju situaciji u kojoj druga osoba vrši nasilje u porodici.

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

PROCEDURA:

1. Objasnite učesnicima i učesnicama da je cilj ove aktivnosti diskutovati i analizirati razne tipove nasilja koje nekad koristimo u našim intimnim odnosima te diskutovati o načinima pokazivanja i doživljavanja intimnih odnosa zasnovanih na poštovanju.

2. Podelite učesnike i učesnice u male grupe i zamolite ih da smisle kratku igru uloga ili skeč.

3. Zamolite dve grupe da prezentuju jednu intimnu vezu – momak/devojka ili muž/žena – koja pokazuje scene nasilja. Podsetite učesnike i učesnice na diskusije iz aktivnosti “Šta je nasilje” i naglasite da nasilje opisano u skečevima može biti fizičko, ali i da ne mora. Tražite od njih da pokušaju da budu realistični, koristeći primere osoba ili incidenata kojima su oni svedočili ili o kojima su čuli u svojim zajednicama.

4. Zamolite ostale grupe da takođe prezentuju jednu intimnu vezu, ali koja je zasnovana na uzajamnom poštovanju. Mogu postojati sukobi ili razlike u mišljenju, ali bi prezentacija trebalo da pokaže kako poštovanje izgleda u jednoj vezi i ne bi trebalo da uključuje nasilje.

5. Dajte grupama od 15 do 20 minuta da napišu svoje priče i skečeve. Recite grupama da skečevi ne bi trebalo da budu duži od pet minuta svaki.

6. Zamolite grupe da prezentuju svoje skečeve. Nakon svakog skeča, zamolite druge učesnike i učesnice da postave pitanja o onome šta su videli.

7. Nakon što sve grupe prezentuju svoje skečeve, otvorite raspravu koristeći sledeća pitanja.

Pitanja za diskusiju:

1. Da li su primeri nasilja u skečevima bili realistični? Da li viđate slične situacije u vašoj zajednici?

2. Koje su karakteristike nasilne veze?

3. Šta mislite šta su uzroci nasilja u intimnim vezama?

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

5. Da li samo muškarci koriste nasilje nad ženama ili i žene koriste nasilje nad muškarcima? Kako su nasilne? Kako bi muškarci trebalo da reaguju na ovo nasilje?

6. Kada vidite parove koji koriste nasilje, šta obično radite? Šta biste mogli uraditi? Gdje možete otići da zatražite pomoć?

7. Kakvu ulogu alkohol i ostale droge igraju kod nasilja u vezama?

8. Koje su posledice nasilja u intimnim vezama?

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

10. Kako izgleda zdrava intimna veza? Vidimo li primere veza zasnovanih na poštovanju u našim porodicama i zajednicama?

11. Šta pojedinačno možemo uraditi da stvorimo zdrave intimne veze?

12. Šta možemo uraditi kao zajednica?

Završetak:

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

Veza

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

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

Radionica 13:
Muškarci i nasilje[34]

CILJ:
Osvrnuti se na to šta su učesnici i učesnice naučili o rodu, maskulinitetu i nasilju, i diskutovati o vizijama i mogućnostima za promenu.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart, markeri, samolepljivi papirići (stikeri), dvostrana samoljepliva traka

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

PROCEDURA:

Deo 1

1. Objasnite cilj aktivnosti i započnite diskusiju sa učesnicima i učesnicama koristeći sledeća pitanja:
› Šta ste naučili o maskulinitetu i nasilju tokom proteklih nekoliko nedelja?
› Koje aspekte ideja koje društvo ima o maskulinitetu biste želeli da zadržite ili da pojačate? Zašto? Koje aspekte biste želeli da promenite? Zašto? Napravite beleške o odgovorima učesnika i učesnica na flipčartu.

Deo 2

2. Podelite učesnike i učesnice u male grupe i recite im da bi svaka grupa trebalo da nacrta dva crteža ili slike. Prvi bi trebalo da prikazuje kako porodice, škole i druge društvene institucije trenutno podržavaju (ili ne podržavaju) mladiće u rešavanju problema vezanih za krute norme maskuliniteta i nasilja. Drugi bi trebalo da prikazuje kako se mladići nadaju da će porodice, škole i druge društvene institucije podržavati mladiće u rešavanju ovih problema za pet godina od sada.

3. Zamolite svaku grupu da ukratko predstavi svoje crteže ostatku grupe i objasni svoje sadašnje i buduće vizije podrške mladićima u rešavanju pitanja vezanih za maskulinitet i nasilje.

4. Na flipčart papiru, napravite dve kolone: jednu označite sa "faktori podrške" a drugu sa "potencijalne prepreke".

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

5. Zamolite učesnike i učesnice da kroz aktivnost izlistavanja ideja sastave listu faktora podrške koji će promovisati potrebne promene i zapišite ih u odgovarajuću kolonu. Potrudite se da daju odgovarajuće objašnjenje svakog faktora.

6. Zamolite učesnike i učesnice da sprovedu aktivnost izlistavanja ideja o potencijalnim preprekama i zapišite ih u odgovarajuću kolonu. Potrudite se da daju odgovarajuće objašnjenje svake potencijalne prepreke.

Deo 3

7. Podelite učesnike i učesnice ponovo u grupe i zamolite ih da osmisle strategije i rešenja koje oni sami mogu da pokrenu kako bi ostvarili vizije koje su postavili za pet godina od sada. Dajte grupama 15 minuta da to urade, postavljajući im sledeća pitanja kako biste im pomogli da usmere svoju diskusiju:
   - Koje su tri konkretne stvari koje mladići mogu da urade kako bi doprineli toj promeni?
   - Na koji način omladinske organizacije mogu da daju podršku mladićima u ostvarivanju i održavanju ove promene?
   - Pored omladinskih organizacija, koji će pojedinci i organizacije u vašoj zajednici biti najvažniji za ostvarivanje i održavanje ove promene?

8. Zamolite grupe da predstave svoje odgovore.

9. Rezimirajte aktivnost identifikacijom i razmatranjem sličnosti i razlika u odgovoru grupa.

ZAVRŠETAK:

Postoji mnogo različitih tipova odnosa u kojima jedna osoba može imati više moći nad drugom osobom. Kao što ćete i sami imati priliku da diskutujete kroz mnoge druge aktivnosti u ovom priručniku, neravnomerna raspodela moći između muškaraca i žena u intimnim vezama može imati ozbiljne posledice za rizik od SPI, HIV, AIDS i neplanirane trudnoće. Na primer, žene često nemaju moć da kažu da li će se, kako i kada desiti seksualni odnos, uključujući i to da li će biti korišćen kondom, upravo zbog dugogodišnjeg verovanja da bi, kada je reč o seksu, muškarci trebalo da budu aktivni, a žene pasivne (ili, da žene „duguju“ seks muškarcima). U drugim slučajevima, žene koje su finansijski zavisne od svog muškog partnera mogu da osećaju da nemaju dovoljno veliku moć da kažu „ne“ seksu. U slučajevima međugeneracijskog seksa, starosne i klasne razlike između muškaraca i žena mogu još više da stvore nejednake odnose moći koji zauzvrat mogu dovesti do rizičnih situacija.

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

Radionica 14:
Prizori zabavljanja[35]

CILJ:
Identifikovati karakteristike zdravog odnosa.

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

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

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

PROCEDURA:

1. Na flipčart papiru nacrtajte dve kolone. Jednu kolonu označite sa "zdravi odnosi" a drugu sa "nezdravi odnosi".

2. Podelite učesnike i učesnice u tri ili četiri manje grupe i dajte svakoj grupi kopiju Tabele resursa – Situacije u zabavljanju.

3. Zamolite svaku grupu da izreže, sortira i zalepi trakom situacije u zabavljanju ili ispod kolone "zdravi odnosi" ili ispod kolone "nezdravi odnosi". Dajte grupama 15 minuta da ovo urade. Recite grupama da, ukoliko to vreme bude dozvolilo, da mogu da koriste prazna polja na dnu Tabele resursa da osmisle svoja sopstvena scenarija i da ih klasifikuju ili kao zdrave ili kao nezdrave.

4. Pregledajte Situacije u zabavljanju i zamolite svaku grupu da objasni zašto su određene situacije klasifikovali kao "zdrave" ili "nezdrave".

5. Iskoristite sledeća pitanja da rezimirate diskusiju.

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

Pitanja za diskusiju:

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

Završetak:

Zdrav odnos se zasniva na obostranom poštovanju i oslobođen je fizičke i emotivne manipulacije, kontrole ili zloupotrebe. Važno je znati šta cenite u romantičnim vezama i znati kako da budete asertivni (suprotno agresivnom ili dominantnom) kao i da znate kako da slušate druge. Sve što se dešava u vezi, bilo da je reč o izboru šta raditi na sastanku ili u koju vrstu fizičkih odnosa se upuštati ili ne upuštati, je stvar obostranog razgovora, poštovanja i pristanka.

Foto ©Branko Birač

TABELA RESURSA

Situacije u zabavljanju

Napravili ste neke planove sa vašim partnerom/kom, ali on/ona otkaže u poslednjem trenutku jer misli da vaši planovi ne bi bili mnogo zabavni	On joj kaže da je glupa ---- tokom jedne rasprave.	Naizmenično birate muziku koju ćete slušati ili televizijske emisije koje ćete gledati.	Vaš partner je kritičan prema vašim prijateljima.
On je zgrabio za ruku za vreme jedne rasprave.	On vozi brzo, a ona kaže da se zbog toga oseća neprijatno. On usporava i izvinjava joj se zbog toga.	On govori svojim prijateljima da je "dobio" od nje prošlu noć, a u stvari su samo razgovarali.	On vrši pritisak na nju da imaju seks.
On je zgrabio za ruku za vreme jedne rasprave.	Čak i ako imate različita uverenja i stavove, možete poštovati uzajamne stavove.	On misli da ona želi seks ako je obučena u kratku majicu i mini suknju.	Kada jedno od vas ima dobru vest zajedno to proslavljate.
Ona ne želi da on izlazi sa svojim prijateljima. Kaže da ne može da mu veruje čim joj nije ispred očiju.	Zajednički delite račun za večeru i ulaznice za kino.	Kada izlaze zajedno on uvek gleda u tela drugih žena. Ponekad daje komentare o tome kako su one "dobre".	Naljutite se zbog nečega, ali uvek razgovarate o tome i saslušate mišljenje svakog od vas.
Kad god ona ima poteškoća u čitanju mape, on koluta očima i kaže: "Oh, pretpostavljam da je devojkama urođeno da nemaju nikakvog osećaja za prostor".	On je zove sledećeg dana, nakon važnog izlaska da joj kaže kako se odlično proveo to veče i da se nada da se ona dobro naspavala.	Ona odlučuje da ga prevari kako bi ga učinila ljubomornim.	Ona ga vara. On joj napravi modricu na oku.
Oni idu na kampovanje, a pre nego što krenu, prave listu stvari koje su im potrebne, idu u kupovinu i zajedno se spremaju.	Ona mu kaže da bi mu dobrodošla pomoć u izboru njegove odeće. Takođe mu kaže da bi trebalo bolje da se ljubi.	Kada ona sazna da je on prevario, on kaže da je bio pijan i da to nije bila njegova krivica.	On vrši pritisak na nju da mu dozvoli da je slika golu. On planira da postavi slike na Internet, govoreći joj "O draga, ti jednostavno izgledaš tako dobro i ja želim da te čitav svet vidi."
Noć uoči važnog eseja, on zahteva da ona napiše esej za njega jer on nije imao vremena.	Oni kažu jedno drugom kada prolaze kroz težak period kod kuće ili u školi.	On smatra da uvek mora da bude jak u njenom prisustvu.	Kada je ona ljuta na njega on pažljivo sluša šta ona govori.

Radionica 15:
Agresivan/na, pasivan/na ili asertivan/na[36]

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

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

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

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

PROCEDURA:

1. Pregledajte primere različitih tipova komunikacije predstavljene u Tabeli resursa A. Obavezno pregledajte definicije termina agresivno, pasivno i asertivno i koncepte komunikatora, primaoca i posmatrača.

2. Podelite učesnike i učesnice u tri grupe i podelite im primerke Tabele resursa B.

3. Recite grupama da bi trebalo da popune Tabelu resursa B bilo korišćenjem neposrednih primera iz svojih života ili stvarajući izmišljene scenarije. Dajte grupama 15 minuta da popune Tabelu resursa.

4. Zamolite grupe da izaberu jedan o svojih primera koji će predstaviti drugim grupama u vidu skeča. U svakoj grupi jedan učesnik/ca će preuzeti ulogu Komunikatora/ke, jedan će biti Slušalac/teljka, a ostali će biti Posmatrači/ce. Dajte grupama 10 minuta da uvežbaju svoje skečeve.

5. Nakon predstavljanja skečeva, započnite diskusiju koristeći sledeća pitanja.

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

Pitanja za diskusiju:

1. Koji su tipovi komunikacije predstavljeni u skečevima?
2. Da li su ovi skečevi realni?
3. Koje su prednosti asertivne komunikacije?
4. Šta se tokom vremena dešava ljudima koji komuniciraju pasivno?
5. Koje tipove komunikacije mladići najviše koriste u komunikaciji jedni s drugima? Zašto?
6. Koje tipove komunikacije mladići najviše koriste u svojim intimnim odnosima sa ženama? Zašto? A žene sa muškarcima? Zašto?
7. Kako je agresivno ponašanje povezano sa nasiljem?
8. Koji se tipovi komunikacije vezuju za zdrave odnose?
9. Koji se tipovi komunikacije vezuju za nezdrave odnose?
10. Šta se dešava kada se izbegava suočavanje sa agresivnim ponašanjem?
11. Da li su u vašoj zajednici mladići ikad posmatrači? Kada? Zašto?
12. Šta je sa devojkama? Kada i zašto*
13. Šta ste naučili iz ove vežbe? Kako možete ovo da primenite u vašim životima i odnosima?

Završetak:

Asertivnost je veština jasnog prezentovanja vaših misli i osećanja uz obostrano poštovanje koja se ne koristi krivicom, ne narušava prava drugih niti se koristi emocionalnim ucenjivanjem. S druge strane, agresivno ponašanje može ućutkati ljude. Važno je da znate kako prepoznati i kako se snaći u situacijama kada je ponašanje u romantičnim vezama i međuljudskim odnosima nezdravo.

Veza

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

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

TABELA RESURSA A

TIP KOMUNIKACIJE	SCENARIO	KAKO SE KOMUNIKATOR PONAŠA?	KAKO SE PRIMALAC PONAŠA?	ŠTA POSMATRAČ MOŽE DA URADI/ KAŽE?
ASERTIVAN/NA Asertivno: skloni da hrabro ili sa dosta samopouzdanja izraze svoja mišljenja i osećanja	Direktor škole (Komunikator) govorio mi je (Primalac) u hodniku kako sam dobro uradio/la svoj projekat iz prirodnih nauka.	Odnosi se prema meni s poštovanjem. Priznaje moj naporni rad. Obratio je pažnju na ono što sam govorio/la i na ono što se sad dešavalo u hodniku.	Srećan. Želi da kaže direktoru koliko voli časove prirodnih nauka i kako sve vreme želi da studira prirodne nauke.	Sluša. Ne prekida. Ponudi reči ohrabrenja Primaocu.
AGRESIVAN/NA Agresivno: skloni i spremni da pokazuju neprijateljsko, snažno ili destruktivno ponašanje	Jelena i Ranko zabavljali su se oko tri meseca. Ranko se naljutio kada je Jelena morala na čas bez njega jer misli da drugi mladići žele da budu sa Jelenom. Jednog dana Jelena dolazi do svog ormara sa Acom, Rankom (stojeći sa prekrštenim rukama i ljutitog glasa) kaže "Šta zapravo vas dvoje mislite da radite?"	On se ponaša nadmoćno i upravljački. On misli da posjeduje Jelenu. On ne veruje i ne poštuje Jelenu.	Uplašena, nesigurna. Ućutkana. Ljuta. Uhvaćena nespremna. Nesigurna u ono što bi rekla ali želi da ga zaustavi da ne pravi scenu.	Da proceni da li je sigurno suprotstaviti se Ranku. Da se suprotstavi Ranku koristeći "ja" izjave, poput "ja mislim da se loše odnosiš prema Jeleni." Da za vreme ili posle incidenta kaže Jeleni i Aci da smatra da se Ranko agresivno ponašao prema njima.
PASIVAN/NA Pasivan/na: primanje ili podnošenje nečega bez aktivnog, otvorenog ili neposrednog učešća	Lidija (komunikator) je član odbora za školski godišnjak. Ona uvek radi na projektima nakon nastave i za vreme svake pauze za ručak. Anđela se nudi da joj pomogne jer zna da bi trebalo da i ona radi na tom projektu sa Lidijom. Međutim, Lidija se drži povučeno i samo sleže ramenima kada Anđela razgovara s njom o tome.	Nejasna, nesigurna u sebe, čini se pomalo stidljivom. Anđela se zbog toga oseća kao da mora da pogađa šta Lidiji treba.	Nije sigurna šta Lidija želi. Anđela traži pojašnjenje, ali Lidija to nerado čini. Sve to frustrira Anđelu i ona želi da skrati razgovor. Anđela oseća da je Lidija nekompetentna.	Sluša. Pokušava da pogodi u čemu bi mogao da bude problem. Kaže Lidiji da ne mora sve to da radi sama.

TABELA RESURSA B

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

Radionica 16:
Pregovaračke veštine[37]

CILJ:
Diskutovati i vežbati pregovaračke veštine i veštine za rešavanje sukoba.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart, papir, olovke, samolepljiva traka i dovoljan broj primeraka Tabela resursa za svakog učesnika i učesnicu

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

Deo 1

1. Pre početka sesije pripremite dva flipčart papira sa podacima iz Tabele resursa.

2. Sprovedite aktivnost izlistavanja ideja sa učesnicima i učesnicama o uobičajenim scenarijima konflikta sa kojima se suočavaju u svojim vezama i zajednici. Podstaknite učesnike i učesnice da razmisle o različitim vrstama odnosa, npr. devojka/momak, roditelj/dete, šef/radnik i komšije.

3. Podelite učesnike i učesnice u manje grupe i svakoj grupi dodelite jedan od scenarija konflikta.

4. Pregledajte flipčart sa naslovom "Načini rešavanja konflikata" i objasnite da bi svaka grupa trebalo da napiše jedan kratki skeč da pokažu kako bi konflikt mogao da se reši koristeći se jednim od metoda sa flipčarta.

5. Pozovite grupe da prezentuju svoje skečeve i zamolite učesnike i učesnice da identifikuju različite metode rešavanja konflikta.

6. Započnite diskusiju o prednostima i nedostacima različitih metoda.

37 — Adapted from: CEDPA "Choose a Future! Issues and Options for Adolescent Boys", 1998, Centre for Development and Population Activities in Washington, D.C.

Deo 2

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

PITANJA ZA DISKUSIJU:

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

ZAVRŠETAK:

Pregovaranje je životna stvarnost, ali ono nije uvek lako. Učenje i vežbanje pregovaračkih veština može da vam pomogne da rešite konflikte u različitim sferama vašeg života i da izgradite zdravije i pravičnije odnose.

VEZA

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

TABELA RESURSA:

Načini rešavanja konflikta (Prvi deo)

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

Četiri koraka uspešnog pregovaranja sa pozitivnim ishodom za obe strane (Win-Win) (Drugi deo)

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

Radionica 17:
Razbijanje tišine i traženje pomoći

CILJ:
Diskutovati o kulturi ćutnje koja postoji u vezi sa nasiljem u porodici i vezama i razmisliti o tome šta devojke mogu da urade kada se one ili neko koga one znaju nađe u nasilnoj vezi.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir i markeri.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

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

PROCEDURA:

1. Pregledajte sa učesnicima i učesnicama neke od znakova upozorenja da je neko možda u vezi koja je nasilna, ili potencijalno nasilna (pogledajte uvodni deo, ako je potrebno).

2. Zamolite učesnike i učesnice da zamisle neku osobu koja doživljava nasilje u intimnoj vezi ili u njegovoj/njenoj porodici i razmišlja da razgovora sa nekim o tome. Recite im da razmisle o sumnjama ili zabrinutostima koje bi ova osoba mogla da ima zbog "razbijanja tišine."
   Zamolite ih da zamisle izazove dopiranja do nekoga ko doživljava nasilje i pružanja podrške toj osobi. Recite im da razmisle o sumnjama ili zabrinutostima koje bi neko mogao da ima vezano za dopiranje do te osobe i pružanja podrške toj osobi, bilo da se radi o prijatelju/prijateljici, članu porodice, kolegi/nici sa posla ili komšiji/komšinici.

3. Otvoriti diskusiju koristeći sledeća pitanja.

4. Nakon diskusije, zamolite grupu da nabroje sve resurse u zajednici za koje znaju da su namenjene ženama koje su u nasilnoj vezi. Možete postaviti pitanje: "Ako mislite da je vaša prijateljica u nasilnoj vezi, šta biste joj preporučili kome ili gde da se obrati za pomoć? Dok učesnici i učesnice navode imena resursa, zapisujte ih na tabli. Voditelj/ka bi trebalo takođe

da spomene mesta gde se devojke mogu obratiti za pomoć i da podeli letke koji sadrže ove lokacije.

5. Koristite pitanja ispod da započnete diskusiju o teškoćama da se govoriti o nasilju i mogućim rešenjima.

OPCIONALNI KORAK: *For groups with more time you can go more in to more depth in the topic by using Šema resursa 17. Read the "Fact Sheet" as an introduction, and then give them printed copies of the "Test" to do in private to understand if they are in an abusive relationship. Later, go on to discuss the rest of the fact sheet. This is an extremely sensitive exercise. A variation could be to, rather than suggesting they do the test, use the test as a guideline to discuss the signs of violence.*

Pitanja za diskusiju:

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

Završetak:

Može biti vrlo teško ženama koje trpe nasilje da govore i traže pomoć. Neke žene se možda boje da će se njihov partner osvetiti ako traže pomoć ili pokušaju da odu. Drugi možda osećaju obavezu da ostanu u nasilnoj vezi, ako su u braku i/ili ako su uključena deca. Za neke žene, ekonomske posledice napuštanja intimnog muškog partnera nadmašuju emocionalne ili fizičke patnje. Sve u svemu, postoje različiti faktori koji utiču na odgovor žene na nasilje. Važno je da ne osuđujete žene koje ne napuštaju veze u kojima doživljavaju nasilje, već da razmislite o tome kako možete pomoći ovim žene, kao i muškarcima da shvate posledice nasilja i važnost stvaranja zajednica u kojima žene mogu da žive svoje živote bez nasilja.

Tabela resursa:

TABELA SA ČINJENICAMA:

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

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

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

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

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

KAKO MUŠKARAC OSTVARUJE DUGOROČNO NASILJA NAD ŽENAMA ?

IZOLACIJA

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

TRENUCI "NEŽNOSTI"

Muškarac koji zlostavlja žena ima trenutke kada je ljubazan i nežan do sledećeg čina nasilja. On joj kupuje cveće, parfem, idu u šetnju, kupuje poklone deci, ljubi je... Ova pozitivna ponašanja i obećanja daju ženi nadu za promenu. Vremenom, ti trenuci postaju sve ređi.

POTPUNA KONTROLA

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

ZASTRAŠIVANJE

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

ZAŠTO ŽENA OSTAJE SA SVOJIM NASILNIM PARTNEROM?

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

DEVOJKE I RAD

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

Značaj zapošljavanja devojaka

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

Radionica 18:
Šta da radim kad sam ljut/a?

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

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, olovke, samolepljiva traka i dovoljan broj kopija Tabele resursa za svakog učesnika i učesnicu.

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

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

2. Objasnite grupi da je svrha ove aktivnosti da se diskutuje o tome kako mladi izražavaju ljutnju.

3. Podelite kopije Tabele resursa. Pročitajte svako pitanje i zamolite učesnike i učesnice da odgovore na pitanja pojedinačno, dajući im dva ili tri minuta za svako pitanje. Za grupe koje su slabo pismene pročitajte pitanja naglas i neka učesnici i učesnice diskutuju u parovima ili naprave sliku.

4. Nakon što popune dobijenu Tabelu resursa, podelite grupu u male grupe od najviše četiri ili pet učesnika/ca. Zamolite ih da podele svoje odgovore jedni sa drugima. Dajte 20 minuta za ovaj grupni rad.

5. Dok su učesnici i učesnice još u malim grupama, podelite komadiće flipčart papira svakoj grupi i zamolite ih da naprave listu:
   - Negativnih načina reagovanja kada smo ljuti
   - Pozitivnih načina reagovanja kada smo ljuti

6. Dajte grupama 15 minuta da naprave svoje liste, a onda zamolite svaku grupu da predstavi svoje odgovore celoj grupi.

7. Vrlo je verovatno da će na listi "Pozitivnih načina" učesnici i učesnice navesti: (1) udahni duboko svež vazduh ili broji do 10; i (2) koristi reči da izraziš šta osećaš bez vređanja. Važno je istaći da "udahni duboko svež vazduh" ne znači da se izađe napolje i uskoči u automobil (ako je takav slučaj) i brzo vozi izlažući se riziku odlaska u bar i napijanja. Ako ove dve taktike predložene ovde nisu niti na jednoj prezentovanoj listi, objasnite ih grupi.

   Ukratko: Udahnuti duboko svež vazduh jednostavno znači povući se iz situacije sukoba i ljutnje, udaljiti se od osobe prema kojoj osećamo ljutnju. Neko može da broji do 10, da udahne duboko, da prošeta okolo ili da uradi neku drugu vrstu fizičke aktivnosti, nastojeći da se ohladi i malo smiri. Uopšteno, važno je za osobu koja je ljuta da objasni drugome da će duboko da udahne svež vazduh zato što je ljut, nešto poput: "Dosta mi je tebe i stvarno moram da udahnem svež vazduh. Moram nešto da uradim, da prošetam, kako se ne bih osećao/la nasilnim ili počeo/la da vičem. Kad se ohladim, smireniji/a sam, i onda možemo da razgovaramo o svemu."

   Drugi primer za taktiku suočavanja sa ljutnjom je da pokušate da izrazite svoja osećanja ne vređajući druge. Ovo podrazumeva objašnjavanje zašto ste uznemireni i na koji način se nadate da ćete rešiti ovu situaciju, bez napadanja i vređanja drugih. Dajte primer grupi: Ako vaša devojka kasni na sastanak, mogli biste reagovati vičući: "Ti si kučka, uvek je isto, ja stojim ovde čekajući tebe."

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

   primer: *Vidi, ljut sam na tebe jer kasniš. Sledeći put, ako misliš da nećeš da stigneš na vreme, samo mi javi – nazovi me na mobilni – umesto što me ostavljaš da čekam.*

8. Diskutujte o sledećim pitanjima.

OPCIONALNI KORAK: Ukoliko to vreme dozvoli, pozovite učesnike i učesnice da osmisle neke igre uloga ili da razmisle o drugim primerima situacija ili fraza koje ilustruju razliku između vikanja/korišćenja uvredljivih reči i korišćenja reči koje ne vređaju.

Pitanja za diskusiju:

1. Generalno govoreći, da li je za muškarce teško da izraze svoju ljutnju bez upotrebe nasilja? Zašto?

2. Šta je sa devojkama? Da li one jednako lako ispoljavaju ljutnju?

3. Ko su generalno naši uzori za učenje, kako da izrazimo svoje emocije, uključujući i ljutnju?

4. Vrlo često znamo kako da izbegnemo sukob ili tuču, bez upotrebe nasilja, ali ne postupamo tako. Zašto?

5. Da li je moguće "udahnuti malo svežeg vazduha" kako bi se smanjio broj sukoba? Imate li iskustva sa korišćenjem ove strategije? Kako je to prošlo?

6. Da li je moguće "koristiti reči bez vređanja"?

7. Šta ste naučili iz ove aktivnosti? Kako ovo možete da primenite u svojim životima i vezama?

ZAVRŠETAK:

Ljutnja je normalna emocija koju svako ljudsko biće oseća u nekom trenutku svog života. Problem je, međutim, što neki ljudi mogu da pomešaju ljutnju i nasilje, misleći da su to iste stvari i mogu da misle da je nasilje prihvatljiv način izražavanja ljutnje. Ipak, postoji mnogo drugih načina izražavanja ljutnje – produktivnijih i pozitivnijih načina – nego što je to nasilje. Ako naučimo da izrazimo svoju ljutnju kad je osećamo, to može da bude bolje nego da je zadržavamo duboko u sebi, jer mnogo puta kada dozvolimo da se ljutnja nagomila u nama, imamo tendenciju da eksplodiramo.

TABELA RESURSA:

Tabela za razmišljanje: Šta da radim kad sam ljut/a

1. Razmislite o situaciji koja vam se nedavno desila kada ste bili ljuti. Šta se desilo? Ukratko opišite tu situaciju (jedna ili dve rečenice):

2. Sada, razmišljajući o ovoj situaciji, pokušajte da se setite šta ste mislili i osećali. Pokušajte ovde da navedete jedno ili dva osećanja koja ste osetili:

3. Vrlo često, kada osetimo ljutnju reagujemo nasilno. Ovo čak može da se desi i pre nego što shvatimo da smo ljuti. Neki ljudi reaguju odmah, vičući, bacajući stvari na pod, udarajući nešto ili nekoga. Ponekad čak možemo da postanemo depresivni, tihi i introspektivni. Razmišljajući o situaciji kada ste bili ljuti, kako ste pokazali tu ljutnju? Kako ste se ponašali? (Napišite rečenicu ili nekoliko reči o tome kako ste reagovali, šta ste uradili ili kako ste se ponašali).

Godina 2:

Nasilje je “out”!

Drugo polugodište:
Droge/alkohol i
donošenje odluka

Uvod: DROGE

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

Definicije droga

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

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

Droge, zadovoljstvo i prevencija

Pojedinci svih uzrasta, socio-ekonomskih klasa, kultura i nivoa obrazovanja koriste različite droge iz raznih motiva. Društvene norme o tome kako bi muškarci i žene trebalo da izgledaju i ponašaju se često predstavljaju osnovu njihove upotrebe droga, uključujući i vrstu droge. Na primer, mnoge žene se odlučuju za korišćenje lekova za mršavljenja kao odgovor na "kult za savršeno žensko telo", koja se promoviše i naglašava u ženskim časopisima i medijima generalno (Nappo 2006). Neki muškarci, s druge strane, koriste steroide da im pomognu da postignu mišićav ili "nabildovan" stas koji se obično povezuje sa "muževnošću". Postoji opšti strah da, ako govorimo o drogama, naročito sa adolescentima i mladima, mi ćemo podstaknuti njihovu radoznalost da koriste droge. Međutim, mladi su već izloženi porukama o alkoholu i drugim droge na dnevnoj bazi i ove poruke često zanemaruju ili umanjuju negativne efekte upotrebe. Na primer, pojedinci koji piju alkohol u filmovima, TV emisijama i medijskim reklamama su često prikazani kao sofisticirani, popularni i izgledaju zdravo. S druge strane, postoji i uverenje da ako su mladi informisani o drogama i negativnim posledicama koje se odnose na njihovu upotrebu, oni će izbegavati da ih koristite. Međutim, pokazalo se da ni tišina o tom pitanju, ni same informacije nisu dovoljni da spreče upotrebu ili zloupotrebu droga. Ono što je potrebno su preventivne aktivnosti koje pomažu mladim ljudima da prepoznaju i prevaziđu emocionalne, porodične i društvene konflikte i pronađu načine da uživaju u životu koji ne uključuje upotrebu supstanci. Imajući to na umu, droge često pružaju neposredan izvor zadovoljstva ili olakšanja, bilo da je ono emocionalno ili fizičko, i stoga nije realno očekivati da će svi odlučiti da se u potpunosti uzdržavaju od upotrebe droga ili da će biti u stanju da to urade. U tom smislu, obrazovni napori bi trebalo da uključe rasprave o smanjenju štete koje se odnosi na upotrebu droga. Na primer, unositi velike količine vode prilikom konzumiranja alkohola, ne voziti u pijanom stanju i uvek koristiti igle za jednokratnu upotrebu prilikom ubrizgavanja droga, su sve strategije koje mogu da umanje negativne posledice upotrebe droga. Na kraju krajeva, rad na prevenciji i obrazovanju vezan za droge zahteva neosuđujući pristup u kojem se mladi i drugi mogu osećati prijatno da dele svoja mišljenja i iskustva. Takođe može da bude korisno da se preventivne aktivnosti uvedu u šire rasprave o sukobu između slobode izbora da se koriste droge i posledica korišćenja droga, što se ne odnosi samo na pojedinca već i na partnere, porodicu i zajednicu (npr. nasilje u čitavoj zajednici vezano za trgovinu drogom, saobraćajne nesreće vezane za upotrebu droge). Na širem nivou, neophodno je da se zagovaraju ugodne i zdrave alternative upotrebi droga, uključujući i provođenje slobodnog vremena i mogućnosti za rad, što može da osnaži mlade ljude da kreiraju vlastite životne stilove i promovišu vlastiti zdravi razvoj.

Radionica 19:
Šta su droge?

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

POTREBNI MATERIJAL:
Četiri flipčart papira, samolepljiva traka i markeri

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

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

PROCEDURA:

1. Pre početka sesije zapišite svako od sledećih pitanja na poseban flipčart papir:
   - Na šta pomislite kada čujete reč "droge"?
   - Ko koristi droge?
   - Koji su to primeri droga i gde su one dostupne?
   - Koji se rizici vežu za korišćenje droga?

2. Postavite ova četiri flipčart papira u različite delove sobe.

3. Na početku sesije podelite učesnike i učesnice u četiri grupe.

4. Svakoj grupi dodelite jedno od četiri pitanja. Objasnite da svaka grupa ima po 10 minuta da razgovara o postavljenom pitanju i zapiše svoje odgovore na flipčart papir. Za manje pismene grupe pročitajte pitanja naglas i tražite od njih da ih međusobno prodiskutuju.

5. Nakon 10 minuta kažite svim grupama da se smenjuju u smeru kazaljke na satu. Dajte im još 10 minuta da razgovaraju o novom pitanju i zapišu svoje odgovore.

6. Ponovite korake 4 i 5 dok sve grupe ne dobiju priliku da razgovaraju i odgovore na sva četiri pitanja.

7. Čitajte naglas i rezimirajte odgovore date na flipčart papirima. Ukoliko grupe nisu zapisale svoje odgovore zamolite ih da sa ostatkom grupe podele ono o čemu su razgovarali.

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

Pitanja za diskusiju

1. Da li sve grupe imaju iste ideje o tome šta su droge, ko ih koristi i o rizicima u vezi sa njihovom upotrebom? (pregledati sadržaj Tabele resursa sa grupom).

2. Da li ljudi u vašoj zajednici imaju lak pristup alkoholu i cigaretama? (Da li je to zabranjeno maloletnicima ispod 18 godina starosti? Da li se ovi zakoni sprovode?)

3. Da li ljudi imaju lak pristup drugim vrstama droga?

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

5. Da li su reklame za cigarete i alkohol dopuštene u novinama, časopisima ili na televiziji? Kako ove reklame pokušavaju da promoviše upotrebu tih supstanci? Šta mislite o tome?

6. Kako ove medijske reklame prikazuju žene koje koriste njihove proizvode? Kako ove medijske reklame prikazuju muškarce koji koriste njihove proizvode? Smatrate li da su ovi prikazi tačni? Kako ove medijske reklame utiču na stavove žena i muškaraca o cigaretama i alkoholu?

7. Postoje li, tamo gde vi živite, kampanje koje pokušavaju smanjiti upotrebu droga? Šta mislite o ovakvim kampanjama?

8. Na koji način biste vi omogućili ljudima u vašoj zajednici da dobiju tačne informacije o posledicama upotrebe droga?

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

10. Koliko često vršnjaci ohrabruju upotrebu određenih supstanci?

11. Da li društvene norme podstiču upotrebu određenih droga ili supstanci?

12. Možemo li da kažemo da određeni mladići misle da će ih upotreba određenih supstanci učiniti "superiornim muškarcima" u odnosu na one koji se suprotstavljaju njihovoj upotrebi

ZAVRŠETAK:

Droge dotiču živote mnogih žena i muškaraca. Postoji mnogo različitih vrsta droga, neke su zakonite, neke nisu, neke češće koriste muškarci, neke žene, itd. Važno je razmišljati o različitim ličnim i socijalnim pritiscima koji mogu navesti devojke i mladiće na upotrebu različitih vrsta droga i biti svestan posljedica koje upotreba droga može imati na individualne živote, veze i zajednice. U sledećoj aktivnosti malo detaljnije ćemo diskutovati o nekim od ovih posledica.

TABELA RESURSA:

Šta su droge? [38]

Droga se može definisati kao bilo koja supstanca koja može da dovede do promene funkcionisanja živih organizama, bilo da je ta promena fiziološka ili promena ponašanja. Postoje posebne kategorije droga, nazvane psihoaktivne ili psihotropne, koje menjaju raspoloženje, percepcije, osećaje i ponašanje korisnika/ca u skladu sa vrstom i količinom konzumirane droge, fizičkim i psihološkim karakteristikama korisnika/ca, trenutkom i kontekstom upotrebe i očekivanjima koja ta osobe ima u vezi sa drogom. Ove psihoaktivne ili psihotropne droge se mogu klasifikovati u tri grupe u skladu sa posledicama koje imaju na moždanu aktivnost:

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

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

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

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

38 — 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 (Odeljenje za psihobiologiju, Federalni univerzitet u Sao Paolu).

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

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

Radionica 20:
Droge u našim životima i zajednicama

CILJ:
Razmotriti razne situacije u kojima bi muškarci i žene mogli da koriste droge i posledice korišćenja u njihovim životima i vezama.

POTREBNI MATERIJAL:
Kopije studija slučaja iz Tabele resursa A

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

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

PROCEDURA:

1. Podelite učesnike i učesnice u četiri manje grupe. Dajte svakoj grupi kopiju jedne od studija slučaja iz Tabele resursa A. Objasnite im da bi svaka grupa trebalo da razmotri i analizira studiju slučaja i smisli mogući završetak. Za manje pismene grupe možete situacije pročitati naglas.

2. Dajte grupama 10 minuta da prodiskutuju studije slučaja.

3. Zamolite grupe da prezentuju studije slučaja i završetke koje su osmislili. Ove prezentacije se mogu održati u vidu priče ili skeča. Grupe bi u svojim prezentacijama trebalo da daju odgovore na sledeća pitanja:

   - Da li je ovo realna situacija? Zašto ili zašto ne?
   - Koji su faktori uticali na odluku glavnog lika da uzme drogu?
   - Koje su neke od mogućih posledica sa kojima bi se glavni lik mogao suočiti (videti Tabelu resursa B)
   - Koje druge opcije su imali na raspolaganju? (osim uzimanja droga?)

4. Nakon prezentacije studija slučaja, iskoristite sledeća pitanja kako biste započeli diskusiju o različitim kontekstima u kojima mladi ljudi upotrebljavaju droge i posledicama ove upotrebe.

Pitanja za diskusiju

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

2. Postoje li različiti stepeni, ili nivoi, do kojih pojedinci koriste drogu? Koji su to različiti stepeni? (videti Tabelu resursa C).

3. Koje su kulturološke norme u vezi sa upotrebom alkohola u vašoj zajednici/državi?

4. Kakvo dejstvo alkohol i druge supstance imaju na donošenje odluka i na ponašanje u vezi sa seksom? (videti Tabelu resursa C)

5. Kako konzumiranje alkohola ili upotreba drugih supstanci može nekoga učiniti podložnijim neželjenoj trudnoći i SPI, uključujući HIV/AIDS?

6. Kako korišćenje droga utiče na veze među ljudima? Porodice? Zajednice?

7. Kakve mere vi možete preduzeti ukoliko vaš prijatelj zloupotrebljava alkohol ili druge supstance? (Sprovedite aktivnost izlistavanja ideja sa učesnicima i učesnicama, a zatim koristite Tabelu resursa D da proširite/dopunite njihove ideje).

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

ZAVRŠETAK:

Teško je generalizovati motive koji osobu vode ka uzimanju droga. Svaka osoba ima svoje motive i ponekad ti motivi nisu jasni ni samom pojedincu. U većini slučajeva mogu postojati brojni faktori, ne samo jedan, koji pojedinca vode ka uptrebi droga, na primer: radoznalost, vršnjački pritisak, želja da se zaborave problemi, pokušaj da se savlada stidljivost ili nesigurnost, nezadovoljstvo sopstvenim fizičkim izgledom, itd. Mladići često koriste alkohol u većoj meri od devojaka, iz razloga što veruju da im alkohol pomaže u dokazivanju muškosti ili da im pomaže da se bolje uklope u grupu svojih muških vršnjaka. Potrebno je ispitati norme u vezi sa upotrebom alkohola i razmisliti o tome kako vi i drugi možete osmisliti i drugačije oblike opuštanja i zabave a koji ne podrazumevaju da alkohol bude u centru zbivanja. Važno je da porodica, prijatelji i vršnjaci pruže svoju podršku, bez okrivljavanja i osuđivanja, da pomognu pojedincu da razmisli o štetnosti korišćenja droga i da prepozna zdrave alternative i, kada je to potrebno, da potraži kompetentnu stručnu pomoć.

TABELA RESURSA A:

STUDIJE SLUČAJA O UPOTREBI DROGA

Studija slučaja br.1
Damir je tih dečak koji voli da se druži sa prijateljima i igra fudbal. U subotu su ga neki prijatelji pozvali u kafić da piju i da se druže. Kada je došao tamo osećao se stidljivo i nesigurno i popustio je prijateljima koji su ga gnjavili i nagovarali ga da pije. Završio je popivši četiri flaše piva u veoma kratkom vremenu.

Studija slučaja br.2
Ivan voli fudbal i pozvan je da učestvuje na međuškolskom takmičenju. Trenirao je naporno. U želji da što više poboljša svoju igru odlučio je da uzme steroide koje je njegov prijatelj kupio u teretani.

Studija slučaja br.3
Sara i Filip se viđaju već nekoliko meseci. Na Filipov rođendan Sara je priredila zabavu iznenađenja za njega. Pozvala je sve njihove prijatelje i čak poslala starijeg brata da kupi pivo za zabavu. Filip je zaista bio iznenađen i on i Sara su mnogo pili i plesali. Te noći su imali seks bez kondoma.

Studija slučaja br.4
Novogodišnje je veče. Svi se zabavljaju i piju pomalo. Neko je doneo ekstazi. Marijana, kao i većina njenih prijatelja na zabavi, misli: "Zašto ne razbiti malo atmosferu jednim ekstazijem? Jedan ne može da škodi, zar ne?"

Studija slučaja br.5
Kosta je imao loš dan u školi; dobio je loše ocene iz fizike i književnosti. Odlučuje da se opusti u parku sa prijateljima. Jedan od njegovih prijatelja je doneo travu, marihuanu. Kosta odlučuje da proba travu i da se sam uveri da li trava zaista pomaže da se opustiš kao što svi govore.

Studija slučaja br.6
Petak je veče i grupa prijatelja izlazi u diskoteku da se sastanu sa devojkama koje im se sviđaju. Zabava je vrlo dobra, muzika odlična, a i devojke su tu. Darko vidi kako neki njegovi prijatelji uzimaju pilule i shvata da se radi o ekstaziju. Jedna od devojaka, Marija, dolazi do Darka i nudi mu malo. Darko odbija, ali Marija nastavlja da navaljuje: "Uzmi malo, pomoći će ti da se opustiš i uživaš! Budi muško, ne plaši se!" Darko uzima pilulu i guta je.

TABELA RESURSA B:

DELOVANJE RAZLIČITIH SUPSTANCI

ALKOHOL

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

Jedno piće može biti prijatno na sastanku, zabavi ili za vreme druženja sa prijateljima. Jednim pićem[39] smatra se sledeće: jedna konzerva piva (±300 ml) ili jedna čaša vina (120 ml) ili jedna čašica žestokog alkoholnog pića (36 ml). Generalno se smatra da dva pića na dan za muškarce i jedno piće na dan za žene i starije osobe nisu štetni. Međutim, za neke ljude čak i male količine alkohola mogu da budu izuzetno štetne. Uopšte posmatrano, žene imaju manju toleranciju na alkohol nego muškarci, delom zbog toga što imaju veću proporciju masti i manju proporciju vode u svojim telima nego muškarci: stoga, žena će imati veći procenat alkohola u krvi nego muškarac iste težine koji je popio istu količinu alkohola. Dalje, žene imaju niži nivo enzima koji razgrađuju alkohol u želucu te tako apsorbuju veću količinu alkohola nego muškarac koji popije istu količinu alkohola.

Žena koja pije alkohol u trudnoći rizikuje zdravlje svog nerođenog deteta. Alkohol neometano prolazi kroz posteljicu, stvarajući nivo u fetusu gotovo isti kao onaj u majci. Bebe čije su majke često ili puno pile tokom trudnoće mogu se roditi sa ozbiljnim urođenim manama, uključujući nisku telesnu težinu prilikom poroda, fizičke deformitete, deformitete zglobova i udova, srčane mane, malformacije zglobova i udova, mentalnu zaostalost.

LEKOVI NA RECEPT

Svrha lekova je lečenje oboljenja, olakšanje bolova i patnji i unapređenje blagostanja. Međutim, ukoliko ih koriste ljudi kojima ne trebaju ili ukoliko se koriste u visokim i neadekvatnim dozama, lekovi mogu naneti štetu zdravlju čoveka.

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

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

39 — 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.

ŠEMA RESURSA B:

MARIHUANA

Marihuana je jedna od najčešće korišćenih ilegalnih droga današnjice. Njeni najčešći efekti su osećaj bagostanja i opuštenosti. Ponekad korisnici/ce mogu postati veoma govorljivi, anksiozni ili mogu da haluciniraju. Iako mlada osoba koja eksperimentiše sa ovom drogom ne može da postane zavisna, čak i najmanji eksperimenti mogu da imaju štetne posledice po zdravlje kao što su problemi sa pamćenjem, jasnim razmišljanjem, koordinacijom i pojačanim srčanim ritmom, ili mogu rezultovati problemima sa zakonom, budući da je to ilegalna supstanca. Kod korisnika/ca koji puše marihuanu duže vreme postoji veća verovatnoća da dođe do razvoja respiratornih bolesti, kao što su stalni kašalj ili rak pluća. Korisnici/ce takođe mogu da pate od poremećaja ličnosti kao što su depresija ili anksioznost. Droga, najčešće, izaziva najveći rizik tokom samog perioda intoksikacije jer korisnik/ca može da izgubi sposobnost da obavlja radnje kao što su vožnja motocikla ili automobila.

KOKAIN

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

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

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

TABELA RESURSA B:

STEROIDI

Steroidi se najčešće koriste za ubrzavanje izgradnje mišića. Obično se uzimaju oralno u obliku tableta ili se ubrizgavaju injekcijom. Steroidi su veštačka verzija "testosterona", hormona koji se prirodno proizvodi u telu. U nekim slučajevima ljudi koriste steroide koji nisu namenjeni za ljudsku upotrebu. Na primer, postoje medicinski izveštaji o mladim ljudima koji su koristili steroide namenjene za veterinarsku upotrebu, s ciljem ubrzanog povećanja svoje mišićne mase.

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

Steroidi mogu imati i polno specifične posledice. Kada je reč o ženama, to podrazumeva: poremećaj menstrualnog ciklusa, produbljavanje glasa, smanjenje veličine grudi, pojačan rast kose, promene u raspoloženju, uključujući agresivnost i ljutnju. Česte posledice po muškarce podrazumevaju: rast grudi, smanjenu seksualnu funkciju i sterilitet i atrofiju testisa.

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

DUVAN[40]

Duvanski proizvodi su proizvodi napravljeni u potpunosti ili delimično od lista duvana kao sirovine, namenjeni za pušenje, sisanje, žvakanje ili šmrkanje. Svi sadrže nikotin, psihoaktivni sastojak koji izaziva visok nivo zavisnosti. Upotreba duvana je jedan od glavnih faktora rizika za veliki broj hroničnih bolesti, uključujući rak, bolesti pluća i kardiovaskularne bolesti. U današnje vreme je odgovoran za smrt jednog od deset odraslih ljudi širom sveta (oko pet miliona smrtnih slučajeva svake godine). Uprkos tome, čest je u svetu iako brojne države imaju zakonske propise koji zabranjuju reklamiranje duvana i regulišu ko može kupiti i koristiti duvanske proizvode, i gde ljudi mogu da puše.

40 — Izvor: Web stranica Svetske zdravstvene organizacije www.who.int

TABELA RESURSA C:

Tipovi korisnika/ca supstanci

Ujedinjene nacije razlikuju četiri tipa korisnika/ca supstanci:

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

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

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

Zavisnik/ca ili "disfunkcionalni" korisnik/ca - Živi kroz upotrebu supstance i za upotrebu supstance, gotovo isključivo. Kao posledica toga, sve društvene veze su pokidane što dovodi do izolacije i marginalizacije.

Upotreba supstanci i seksualno ponašanje

Mnogi ljudi veruju da određene supstance mogu da poboljšaju seksualne performanse ili zadovoljstvo. U stvarnosti, efekat korišćenja supstanci varira od osobe do osobe u zavisnosti od mnogih faktora uključujući i: biološki (metabolizam ljudskog tela), učestalost upotrebe, sredinu i kulturu, te psihološke aspekte. Veoma često, pozitivni efekti korišćenja supstanci tokom seksualnih odnosa imaju više veze sa onim u šta ljudi veruju da će se desiti nego sa njihovim farmakološkim svojstvima. Na primer, suprotno onome što mnogi ljudi veruju, alkohol u početku čini da se ljudi osećaju manje uplašeno ali, kao što je dramski pisac William Shakespeare jednom rekao: ”Alkohol izaziva želju, ali oduzima izvršenje”. Zapravo, može da spreči erekciju. Na isti način marihuana smanjuje proizvodnju muškog hormona testosterona i može privremeno da dovede do smanjenja proizvodnje sperme. Kokain smanjuje želju i uzbuđenje budući da su korisnici/ce više zainteresovani za uzimanje supstance nego za seks. Štaviše, kada ljudi uzimaju droge, teže je uspostaviti komunikaciju i pregovaranje za vreme seksualnih odnosa, jer je osoba tada više zabrinuta za vlastita trenutna osećanja nego za osećanja njihovih partnera/ki ili za moguće rizike od neželjene trudnoće, SPI ili HIV i /AIDS-a. Prema različitim istraživanjima, vrlo je verovatno da osoba koja je pod uticajem bilo koje supstance neće biti u stanju da koristi kondom jer je njegova ili njena sposobnost rasuđivanja i refleksa smanjena. Takođe je važno zapamtiti da čak i retka ili povremena upotreba alkohola ili supstanci i dalje dovodi pojedince/ke u opasnost jer dovoljan je samo jedan slučaj prekomernog konzumiranja alkohola ili seks bez zaštite da se dese neželjena trudnoća i/ili SPI / HIV i AIDS infekcija.

TABELA RESURSA D:

Kako pomoći prijatelju ili prijateljici koji/a ima problem sa zloupotrebom alkohola ili supstanci

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

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

- Profesor-ka, školski pedagog ili školski psiholog ili savetnik-ca
- Doktor-ka, medicinska sestra ili savetnik-ca
- Verski vođa
- Lokalni omladinski vođa
- Lokalne nevladine organizacije
- Roditelji, ujna/strina/tetka, ujak/stric/teča, ili bake i deke.

Radionica 21:
Zadovoljstva i rizici[41]

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

POTREBNI MATERIJAL:
Časopisi, novine; makaze; lepak; flipčart papir

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Diskusija za ovu aktivnost, kao što je ovde napisano, je fokusirana na rizike korišćenja droga. Međutim, pitanja se lako mogu prilagoditi za diskusiju o rizicima i zaštitinim faktorima vezano sa drugim stvarima, uključujući i seks.

PROCEDURA:

1. Podelite učesnike i učesnice u dve do tri manje grupe.

2. Dajte svakoj grupi list flipčart papira i objasnite da bi trebalo da naprave kolaž stvari u kojima uživaju. Recite im da to mogu da urade pisanjem, crtanjem i/ili lepljenjem slika koje izrežu iz časopisa i novina.

3. Dajte grupama 15 minuta da naprave svoje kolaže.

4. Dajte svakoj grupi drugi list papira i zamolite ih da ga podele u tri kolone. Recite im da napišu sledeće reči kao zaglavlja kolona: **Rizici/Štetnost; Zadovoljstva; Faktori zaštite.** Grupe bi u srednju kolonu trebalo da upišu do pet stvari u kojima uživaju. U levoj koloni bi trebalo da opišu rizike/štetnost vezano za taj užitak. U desnoj koloni grupe bi trebalo da upišu faktore zaštite, tj. stvari koje oni mogu da obezbede da im to u čemu uživaju ne bi naškodilo ili stvari koje minimalizuju štetu. Videti Tabelu resursa A za primer kako organizovati i popuniti tabelu. Za manje pismene grupe, učesnici i učesnice mogu da koriste crteže/kolaže da identifikuju rizike/štetnosti i faktore zaštite povezane sa užitkom koji su identifikovali.

5. Dajte grupama 20 minuta da ispune tabelu.

6. Zamolite svaku grupu da prezentuje svoj kolaž i tabelu drugim grupama.

7. Iskoristite sledeća pitanja da započnete diskusiju o užicima i smanenju rizika i štetnosti.

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

Pitanja za diskusiju

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

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

3. Koja je veza između droga i zadovoljstva?

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

5. Koja je veza između droga i faktora zaštite?

6. Kada bi ljudi trebalo da razmišljaju o rizicima ili faktorima zaštite vezanim za dato zadovoljstvo? Kada bi TREBALO da razmišljaju o njima?

7. Da li neki ljudi rade određene stvari zbog rizika koji su uključeni? (Povezati sa prethodnim diskusijama o tome kako je rizik svojstvo koje je često povezano sa maskulinitetom i kako bi mladići mogli raditi neke stvari koje se smatraju rizičnim da bi dokazali da su "pravi" muškarci.)

8. Da li ste čuli za smanjivanje štetnosti? Šta ste čuli? (Objasnite da smanjivanje štetnosti uključuje i usvajanje strategija za smanjivanje štetnosti povezane sa određenim ponašanjem. Za više informacija pogledajte Tabelu resursa B.)

9. Kakve informacije i podršku, prema vašem mišljenju, mladi ljudi bi trebalo da imaju u sopstvenim životima da bi primenjivali smanjivanje rizika?

10. Kako možete da podstaknete druge mlade ljude u vašoj zajednici da razmišljaju o smanjenju rizika?

Završetak:

Mnoge odluke u vašim životima dolaze sa zadovoljstvima i rizicima. U pogledu droga, možete da donesete odluku da pijete alkohol ili ne. Odluka da pijete ili pušite može da vam donese neka momentalna zadovoljstva, ali ona takođe može i uključiti rizike. Na primer, alkohol može da smanji vaše rasuđivanje i snagu, povećavajući na taj način rizik od nesreća i povreda i vašu ranjivost na nasilje i HIV/SPI dok njegova dugotrajna ili konstantna upotreba može dovesti do ozbiljnih zdravstvenih problema. Iako možda i nije realno misliti da će mladići i devojke u potpunosti prestati da koriste droge – važno je da ste svesni rizika vezanih za upotrebu droga i da ste u stanju da smanjite štetnost koju bi to moglo da ima po vaše živote i veze.

TABELA RESURSA A:

Primer tabele sa zadovoljstvima i povezanim rizicima i štetnosti i zaštitnim faktorima

U nastavku sledi primer kako bi grupe trebalo da organizuju svoje tabele. On takođe uključuje i opis rizika i zaštitnih faktora povezanih sa nekim zajedničkim zadovoljstvima. Ako je od pomoći, voditelj/ka može ove tabele da podeli učesnicima i učesnicama pre nego što oni kreiraju svoje sopstvene tabele.

RIZICI/ŠTETNOST	ZADOVOLJSTVA	ZAŠTITNI FAKTORI
Preveliki problemi sa težinom i zdravljem zbog slatkiša ili brze hrane. Oboljenja zbog nepranja hrane koja je prljava ili konzumiranje hrane čiji je rok trajanja istekao	Jelo	Dobro prati hranu Izbalansirano se hraniti. Dobro konzervirati hranu. Proveriti datum isteka roka trajanja.
Vožnja u pijanom stanju. Povreda u nesreći. Prekoračenje dozvoljene brzine. Biti učesnik u sudaru.	Vožnja automobila	Ne piti alkohol pre vožnje. Koristiti zaštitni pojas. Pridržavati se saobraćajnih propisa.
Preterano pušenje cigareta. Loš zadah. Odeća koja smrdi na dim. Zdravstveni problemi sa plućima	Pušenje	Pušiti par cigareta dnevno/ nedeljno. Prestati sa pušenjem.

TABELA RESURSA B:

Šta je smanjivanje štetnosti?[42]

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

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

Inicijative smanjivanja štetnosti se kreću od široko prihvaćenih ideja, kao što je kampanja namenjena vozačima, do kontraverznijih inicijativa kao što je obezbeđivanje kondoma u državnim školama, programi razmene igala ili sigurnija injekciona područja za intravenozne korisnike droga, legalizacija droga ili programi za rukovanje heroinom.

Neki konkretni primeri uključuju:

Program razmene šprica i slični programi

Upotreba heroina i određenih drugih nedozvoljenih droga može da obuhvata potkožne špriceve (uglavnom zbog visokih cena, ograničenog kvaliteta te stoga i ograničene dostupnosti kao mere štednje). U nekim područjima (naročito u mnogim delovima Sjedinjenih Država), one su dostupne samo na recept. Tamo gde je dostupnost ograničena, korisnici/ce heroina i drugih droga često dele špriceve i koriste ih više puta. Kao rezultat toga, infekcija jednog korisnika/ce (poput HIV-a ili hepatitisa C) može da se prenese na druge korisnike/ce ponovnim korišćenjem šprica zatrovanog zaraženom krvlju i ponovna upotreba nesterilizovanog šprica od strane jednog korisnika/ce takođe nosi značajan rizik od infekcije. Principi smanjenja štetnosti nalažu da bi špricevi trebalo da budu lako dostupni (tj. bez recepta). Tamo gde su špricevi dostupniji srazmere HIV-a su mnogo niže nego u mestima sa ograničenom dostupnošću. Zagovornici/ce smanjenja štetnosti takođe ističu argument po kojem bi korisnici/ce trebalo da budu snabdeveni špricevima u ustanovama osnovanim upravo za ovu svrhu: tzv. program razmene igala.

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

Postoji veliki broj medijskih reportaža koje informišu korisnike/ce o opasnostima vožnje u alkoholisanom stanju. Većina korisnika/ca alkohola je sada svesna ovih opasnosti a tehnike sigurne vožnje kao što su "dodeljeni vozači" i besplatni taksi programi smanjuju broj nesreća prilikom vožnje u alkoholisanom stanju. Mnogi gradovi imaju programe besplatnog prevoza kući tokom

42 — Tekst preuzet iz: “Harm reduction: Pragmatic strategies for managing high-risk behaviors” edited by G.Alan Marlatt, 1998.

praznika kada je zloupotreba alkohola najveća, a neki barovi i klubovi će vidno pijanom klijentu/klijentkinji obezbediti besplatnu vožnju taksijem.

Sigurnija mesta za upotrebu injekcija

"Sigurne sobe za injektiranje" su zakonski odobrene, nadgledane prostorije napravljene sa ciljem da se smanje zdravstveni problemi i problemi sa javnim redom i mirom koji su povezani sa nelegalnim injekcionim korišćenjem droga.

Sigurne sobe za injektiranje obezbeđuju sterilnu injekcionu opremu, informacije o drogama i zdravstvenoj nezi i pristupu medicinskom osoblju. Neke nude savetovanje, higijenske i druge usluge koje mogu koristiti siromašni pojedinci i lutalice. Većina programa zabranjuje prodaju i kupovinu ilegalnih droga. Mnogi zahtevaju lične karte. Neki ograničavaju pristup samo na lokalno stanovništvo i primenjuju druge kriterije pristupa.

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

Programi za sigurniji seks

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

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

Smanjivanje štetnosti:

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

Radionica 22:
Razgovor o alkoholu i alkoholizmu

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

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

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

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

- Alkohol nije droga...
- Imati visoku toleranciju na alkohol znači da osoba neće postati alkoholičar ...
- Ako mešate pića možete da se napijete ...
- Od piva ne možete da se napijete ...
- Alkohol deluje seksualno stimulativno ...
- Alkoholizam je bolest koja pogađa starije osobe ...
- Alkoholičari su oni koji piju svakodnevno ...
- Kafa ili pranje lica hladnom vodom smanjuju uticaj alkohola ...
- Alkohol je dobar za druženje ...
- Zabave nisu zabave bez alkohola ...

PROCEDURA:

1. Zamolite učesnike i učesnice da vam pomognu da prilagodite učionicu konceptu radionice. Pomerite stolove u uglove učionice i iskoristite stolice da formirate krug. Zamolite grupu da sednu u krug. U sredini, poredajte listove kartona u obliku kruga, tako da svaka osoba može uzeti jedan list kada je njegov/njen red

2. Objasnite da će svaki učesnik i učesnica pročitati jednu frazu i odgovoriti da li se slaže ili ne sa tom tvrdnjom i objasniti zašto. Ostali učesnici i učesnice će moći da iznesu svoje mišljenje u toku diskusije o tvrdnjama.

3. Bacite loptu jednoj osobi u grupi i zamolite ih da započnu aktivnost odabirom jednog od listova kartona. Zapišite njihova mišljenja na flipčart papiru, pitajte da li se ostali učesnici i učesnice saglasni ili ne i zašto, a zatim pročitajte tekst izrađen na osnovu naučih informacija (Odgovori na uobičajene mitove o upotrebi alkohola). Pitajte da li ima bilo kakvih drugih komentara.

4. Nakon diskusije, osoba koja je pročitala prvu tvrdnju baca loptu drugoj osobi u grupi i tako dalje, sve dok se sve tvrdnje ne prodiskutuju.

ZAVRŠETAK:

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

Odgovori na uobičajene mitove o upotrebi alkohola

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

Radionica 23:
Donošenje odluka i (zlo)upotreba supstanci

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

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

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno

PROCEDURA:

Prvi deo

1. Dajte svakom učesniku i učesnici kopiju Tabele resursa i zamolite ih da završe za pet minuta. Za manje pismene grupe pročitajte pitanja naglas i zamolite ih da diskutuju u parovima.

2. Pozovite učesnike i učesnice da podele svoje odgovore jedni sa drugima. Ako je grupa brojna učesnici i učesnice mogu da budu podeljeni u manje grupe kako bi razmenili svoje odgovore.

3. Nakon što su učesnici i učesnici razmenili svoje odgovore sa ostalima, iskoristite sledeća pitanja da započnete diskusiju.

   › Da li je pritisak vršnjaka veliki faktor zašto muškarci uzimaju supstance?
   › Da li i žene takođe doživljavaju pritisak vršnjaka da koriste supstance?
   › Na koji način je ovaj pritisak vršnjaka sličan? Na koji način je različit?
   › Kako alkohol utiče na seks i odluke o seksu? Da li pomaže/škodi?
   › Na koje druge odluke ili ponašanja alkohol ili druge droge mogu uticati? (npr. vožnja, posao, veze, nasilje)?
   › Na koji način se možete boriti protiv pritiska vršnjaka za korišćenje supstanci sa kojim se muškarci mogu suočiti? Na koji način se možete boriti protiv pritiska vršnjaka za korišćenje supstanci sa kojim se žene mogu suočiti?

Drugi deo

4. Sprovedite aktivnost izlistavanja ideja sa učesnicima i učesnicama o značenju reči zavisnost i ovisnost. Objasnite da zavisnost i ovisnost nemaju veze samo sa upotrebom supstanci nego i sa raznim načinima ponašanja

kao što je konzumiranje određene vrste hrane (npr. brza hrana, čokolada), gledanje televizije i igranje video-igrica. Sprovedite aktivnost izlistavanja ideja sa učesnicima i učesnicama o stvarima, supstancama i aktivnostima o kojima ljudi mogu postati zavisni ili ovisni.

5. Zamolite učesnike i učesnice da identifikuju od koje od pomenutih stvari, supstanci i aktivnosti mladići i devojke najčešće postaju zavisni ili ovisni. Zamolite svaku grupu da pokuša i da napravi/razume razliku između mladića i devojaka i da razmisli o tim razlikama.

6. Podelite učesnike i učesnice u grupe od po tri ili četiri učesnika/ce. Zamolite ih da odaberu jednu od pomenutih stvari od kojih mladići/devojke najčešće postaju zavisni ili ovisni i neka prodiskutuju o razlozima zbog kojih bi se to moglo desiti.

7. Zamolite svaku grupu da predstavi glavne tačke svoje diskusije i pozovite ostale grupe da dodaju svoje komentare.

8. Iskoristite dole navedena pitanja da rezimirate diskusiju o zavisnosti i ovisnosti.

Pitanja za diskusiju

1. Koji su najčešći razlozi zbog kojih mladi ljudi postaju zavisni od nečega ili ovisni o nečemu?

2. Kako zavisnost ili ovisnost utiču na pojedinca/ku? Kako to pogađa njegove ili njene veze sa drugim ljudima?

3. Koja je veza između dostupnosti supstance i rizika od zloupotrebe ili ovisnosti?

4. Da li postoji razlika između muškaraca i žena?

5. Koje su moguće prednosti zavisnosti ili ovisnosti?

6. Šta ste naučili iz ove vežbe? Kako ovo možete da primenite na sopstvene živote i veze?

ZAVRŠETAK:

U mnogim sredinama česta je pojava da muškarci i žene uzimaju supstance (npr. alkohol) kao deo svojih društvenih interakcija i okupljanja. Važno je za pojedince/ke da znaju kako da uspostave granice u pogledu korišćenja supstanci i poštuju granice drugih. Na primer, neke strategije odgovornog pijenja uključuju pijenje male količine i nemešanje pića sa drugim supstancama. Takođe je neophodno stvoriti druge načine zabave gde alkohol i druge supstance nisu u centru pažnje i ne vrše pritisak na one koji ne žele da konzumiraju supstance. Biti svestan anksioznosti i tenzija u svakodnevnom životu pomaže vam da razvijete razne oblike njihovog pozitivnog kanalisanja i da izbegavate ponašanje koje može da dovede do zavisnosti ili ovisnosti. Zavisnost ili ovisnost je nekada posledica nepronalaženja izlaza i/ili rešenja problema; međutim, biti ovisan o nečemu samo doprinosi odlaganju pronalaženja rešenja. Često, biti ovisan je povezano sa emocionalnim problemima koji počinju da stvaraju prazninu u našim životima, vodeći ka sve većem nedostatku zainteresovanosti, motivacije i/ili značenja samog života. Važno je da naučite da čak i kada se osećate potišteno, uvek se nešto može učiniti i nikada nije suviše kasno da se zatraži pomoć.

Tabela resursa:

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

Godina 3:

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava

Prvo polugodište:
Seksualno i reproduktivno zdravlje

Pregled

Iako je naš pol određen našom biološkom prirodom, naši stavovi i ponašanje u smislu seksualnosti i reproduktivnog zdravlja (SRZ) u velikoj meri su pod uticajem složenog skupa nebioloških faktora, uključujući kulturu, rodne norme i socio-ekonomske uslove, između ostalih. Na primer, u većini mesta širom sveta, muškarci su socijalizovani na način da povezuju "muževnost" sa posedovanjem odgovarajućeg znanja i iskustva u seksualnim pitanjima. Kao rezultat toga, mnogi muškarci veruju da ne mogu izraziti sumnju u pogledu svojih tela, seksualnosti ili reproduktivnog zdravlja. Međutim, kada pogledamo izbliza vidimo da, nasuprot preovlađujućim mitovima, mnogi mlađi i stariji ljudi često ne poseduju osnovno znanje o svojim vlastitim telima, seksualnosti i pitanjima reproduktivnog zdravlja. Štaviše, u većem delu sveta postoji tek nekoliko programa koji se bave seksualnim obrazovanjem i reproduktivnim zdravljem usmerenih ka adolescentima i adolescentkinjama, a još manje onih koji se bave specifičnim problemima i potrebama mladih ljudi.

U ovom delu, istražujemo neka od glavnih pitanja koja se odnose na mladiće, seksualnost i reproduktivno zdravlje.

Šta je reproduktivno zdravlje?

Definicija reproduktivnog zdravlja proizilazi iz definicije zdravlja Svetske zdravstvene organizacije prema kojoj je zdravlje stanje ukupnog telesnog, duševnog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsustvo bolesti ili slabosti. "Reproduktivno zdravlje objedinjuje reproduktivne procese, funkcije i sistem u svim fazama života. Reproduktivno zdravlje, dakle, podrazumeva da su ljudi u mogućnosti da imaju odgovoran, zadovoljavajući i bezbedan seksualni život i sposobnost da imaju potomstvo kao i slobodu da odluče da li će ga imati, kada i koliko često. Iz ovoga proizilazi i pravo muškaraca i žena da budu informisani i da imaju pristup bezbednim, efektivnim, pristupačnim i prihvatljivim metodama planiranja porodice po svom izboru, i pravo na pristup odgovarajućim službama zdravstvene zaštite koje će omogućiti ženama bezbednu trudnoću i porođaj i pružiti parovima najbolje šanse da dobiju zdravo dete."[43]

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

Šta je seksualnost i kakve veze ona ima sa rodom?

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

Muškarci i rod

U većini kultura, seksualni kodeks za muškarce i žene navodi na pomisao da muška seksualnost jeste ili bi trebalo da bude impulsivna i nekontrolisana i da, biološki, muškarci imaju jači seksualni nagon od žena. Istraživanja sprovedena u različitim sredinama, na primer, su otkrila da muškarci ranije stupaju u seksualne odnose nego žene, kao i da imaju više seksualnih partnera/ki, kako u braku tako i izvan njega.[44] Mnogi seksualni kodeksi takođe nalažu da bi muškarci trebalo da podele svoja seksualna osvajanja sa svojim vršnjacima, istovremeno skrivajući od svojih vršnjaka bilo kakve seksualne neadekvatnosti. U skoro svim kulturama, biti viđen kao "pravi muškarac" znači održavati heteroseksualne odnose (često posmatrane i kao obred prelaska u muškarca) i dokazivati svoju plodnost tako što će imati decu.

Mnogi muškarci i žene, su odgojeni da veruju da su ovi seksualni kodeksi nesporne istine koje su deo naše prirode ili biološkog sklopa. Međutim, ovi modeli i obrasci muškog ponašanja – u većoj meri nego što su biološki programirani – su rezultat toga kako su dečaci i muškarci socijalizovani. Istraživači/ce su pokazali kako određeni model maskuliniteta, dominantan u zapadnim društvima, zahteva od muškaraca da se distanciraju od svega što se smatra ženskim i da stalno dokazuju svoju "muževnost" u društvu drugih muškaraca.[45] Zaista, pokazivanje svoje muževnosti, ili sposobnost za osvajanje i održavanje seksualnih odnosa sa velikim brojem žena (pri čemu se računa samo seks sa penetracijom), su centralni aspekti socijalizacije mladića u mnogim sredinama.

Međutim, ovi preovlađujući seksualni kodeksi predstavljaju izvor sumnji i uznemirenosti za mnoge mladiće koji su konstantno zabrinuti oko normalnosti svog tela kao i o svojoj seksualnoj "izvedbi". Na primer, mladići su često naučeni da je veličina njihovog penisa važna, tako da veličina penisa postaje

---

44 — Gary Barker, "A šta je sa dečacima?: pregled literature o zdravlju i razvoju maloletnih dečaka." Svetska zdravstvena organizacija, 2000.
45 – V. J. Seidler, (ur.) "Men, Sex & Relationships" ("Muškarci, pol i veze"). Routledge: London i New York, 1992.

izvor preokupacije za mnoge dečake i muškarce. I, s obzirom da za većinu dečaka i mladića seks predstavlja pitanje veličine i izvedbe, masturbacija i ejakulacija (ponekad i u grupama) su često društveno prihvaćeniji za njih nego za devojčice i devojke.

Dečaci obično prolaze kroz pubertet u dobi od 10-13 godina, kada hormonske promene dovode do fizičkih promena, uključujući i proizvodnju sperme. Većina dečaka imaju prve noćne ejakulacije ili "mokre snove" u ovom periodu. Ove promene i seksualna energija su prirodni deo života, ali takođe dovode do zbunjenosti i sumnje. Dečaci generalno nisu ohrabreni da govore o pubertetskim promenama.[46] U nekim slučajevima dečaci mogu dobiti više informacija o ženskom telu nego o svom vlastitom. Kada obeshrabrimo dečake da govore o svom telu i seksualnom zdravlju u ranom uzrastu, možda za čitav život stvaramo teškoće muškarcima da razgovoraju o seksu.

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

Za mnoge mladiće, razgovor o seksu sa članovima njihovih porodica, njihovim profesorima, zdravstvenim radnicima i vršnjacima – kada i ako se desi – obično se odnosi na diskusije o seksualnim osvajanjima ili pritisku vršnjaka da dokažu svoje seksualno umeće. Traženje informacija ili pokazivanje sumnji ili strahova, generalno, nije nešto što će oni izneti u javnosti. Na kraju krajeva, prema ustaljenom shvatanju, "pravi muškarci" nemaju dilema o seksu niti razgovaraju o seksu, osim da govore o svojim osvajanjima.

Zabrinutost zbog svoje muževnosti i pokazivanja svojih kapaciteta za seksualno osvajanje često vodi mnoge mladiće ka tome da u seksualnim vezama teže kvantitetu umesto kvalitetu. Biti "pastuv" ili "ženskaroš" ili "povaliti" kad god možeš – ili bar navesti svoje vršnjake da veruju da radiš te stvari – predstavlja način na koji mnogi mladići stiču status među svojim vršnjacima. Još uvek je uobičajena pojava među mnogim mladićima da razgovaraju o intimnoj vezi kao o mogućnosti "da nešto povale" u odnosu na mogućnost da ostvare emocionalnu vezu. Osim toga, mladići mogu osećati pritisak da "naprave potez" – da preuzmu incijativu sa ženama – i da se kasnije pohvale (ili izmisle priče o) ovim podvizima.

---

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

Zašto bi trebalo da razgovaramo sa mladićima o seksualnosti?

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

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

Žene, rod i njihova tela

Iako svaka žena ima pravo da donosi odluke o svom telu, percepcija koju ona ima o svom telu i moć koju ona ima da donosi odluke o njemu su često definisane krutim socio-kulturološkim normama. Društvo posebno igra ključnu ulogu u razvoju naše slike tela – šta da sakrijemo, šta da pokažemo, šta možemo da dodirnemo, šta se smatra odvratnim ili svetim, način na koji sedimo i pozicioniramo svoje noge, sve ovo je pod uticajem kulturoloških normi, i uglavnom se razlikuje za muškarce i žene. U mnogim sredinama, na primer, postoje stroge sankcije protiv toga da žene upoznaju svoje telo, da se dodiruju ili pokazuju svoje telo ili donose odluke o svojoj seksualnosti. Mnoge žene se uče od malih nogu da osećaju nezadovoljstvo svojim telom ili krivicu zbog svog tela i seksualnosti, često kroz socio-kulturološke norme poput "Žene bi trebalo da drže skupljene noge i zakopčane pantalone!", "Menstruacija je prljava!", "Zadovoljstvo je greh!", " Žene bez dece nisu prave žene!" Ove i druge norme koje zabranjuju devojkama i ženama da se dodiruju i upoznaju svoje telo mogu otežati ženama da kasnije donose osnovne odluke o tome kada i sa kim će imati seksualne odnose, da li i kada će ostati u drugom stanju, i o upotrebi kondoma i kontraceptivnih sredstava.

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

Žene i seksualnost

Odnosi žena prema njihovom telu direktno utiče na nači na koji one doživljavaju i izražavaju svoju seksualnost. Seksualnost nije samo biološki fenomen – ona takođe ima kulturološke i psihološke elemente i ona se različito doživljava od strane različitih pojedinaca u različitim faza života. Nije potrebno imati vezu sa drugom osobom da bi se doživela seksualnost, a seksualnost i zadovoljstvo se mogu doživeti na mnogo načina, uključujući fizički, emocionalni, duhovni i intelektualni. Seksualnost takođe može da bude izvor energije i inspiracije za različite aktivnosti i iskustva. Socio-kulturološke norme o telu i seksualnosti se veoma često razlikuju za muškarce i žene. U mnogim društvima, muška seksualnost se doživljava kao impulsivna

i nekontrolisana. Imati mnogo seksualnih odnosa pre braka smatra se obred prelaska u muškarca. Nasuprot tome, od žena se očekuje da budu stidljive i suzdržane u svojim seksualnim željama. Ove društvene norme mogu generisati sumnju i anksioznost o našim telima i ponašanju, i ometati slobodno i zdravo izražavanje seksualnosti. Još jedan primer suprotstavljenih socio-kulturoloških normi za muškarce i žene koje mogu uticati na izražavanje seksualnosti se odnosi na masturbaciju, također poznatu kao samostimulaciju ili samozadovoljavanje. Dok su društvene norme obično popustljive prema ovakvom ponašanju muškaraca, one često ograničavaju ili osuđuju ovakvo ponašanje žena. Biti u mogućnosti da dodirujemo svoje telo i saznamo o njegovoj suptilnosti, željama, zadovoljstvu i bolovima je važan način na koji možemo u potpunosti upoznati svoje telo i izraziti svoju seksualnost i uživati u njoj. Naša seksualnost se ispoljava različito u različitim trenucima našeg života. Adolescencija, naročito, je doba fizičkih i fizioloških transformacija i intenziviranja želja. To je takođe i faza samospoznaje i samoafirmacije, kada devojke uče da donose odluke i istražuju svoje želje. Zabrinutost o težini i izgledu takođe postaje izraženija tokom adolescencije, pre svega kada se odnosi na estetiku, a ne zdravlje. Stoga je izuzetno važno da ohrabrimo devojke da razmisle o tome kako mediji oblikuju ponašanje i standarde koji se odnose na lepotu i, s druge strane, kako one doživljavaju svoje telo i seksualnost. Važno je da se žene osećaju sposobne da prepoznaju i odbace negativne poruke o svom telu. Bavljenje sportom ili druge fizičke aktivnosti mogu pomoći devojkama da imaju osećaj samostalnosti i veće mobilnosti i mogu im pomoći da se osećaju prijatnije u svojim telima (Green, 2004). Kada smo fizički aktivni, možemo početi da cenimo ono što je naše telo u stanju da uradi, umesto da se fokusiramo samo na njegov oblik i izgled. Može biti teško da se prevaziđu standardi lepote i savršenstva koje vidimo u medijima; međutim, odnosi poštovanja među ljudima različitih etničkih ili rasnih grupa, starosnog uzrasta, težine, sposobnosti i seksualne orijentacije mogu pomoći da promenimo naše ograničene pojmove o lepoti i telu i da bolje cenimo različitost.

Šta kada je reč o seksualnoj orijentaciji?

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

U nekim, ali jasno ne u svim državama, seksualna različitost u sve većoj meri gubi svoj ilegalni status i postaje pravo. U mnogim sredinama, homoerotične veze muškaraca i žena su priznate u kontekstu društvenih i kulturnih promena. Ovo je nastalo kao rezultat sve glasnijeg zagovaranja od strane društvenih pokreta (feministički, gej i lezbejski), koji su pokrenuli javne debate o individualnim slobodama, seksualnim i reproduktivnim pravima i ljudskim pravima[47]. Različite države uključujući Dansku, Švedsku, Norvešku, Francusku, Holandiju i Sjedinjene Američke Države su usvojile zakone i politike koji garanuju homoseksualnim partnerima važna prava poput prava na nasleđe, penziono i invalidsko osiguranje, zajednički povrat poreza na dohodak i zajedničko zdravstveno osiguranje, između ostalih.

Naravno, promena društvenih i kulturnih normi je spor proces. Činjenica je da su homoerotične i biseksualne navike kod mladića još uvek mnogo manje društveno prihvaćene nego reproduktivne

47 — 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) ; takođe videti Parker, Richard. Corpos, prazeres e paixoes. Sao Paulo, Best Seller, 1991.

heteroseksualne veze. U mnogim sredinama netolerantnost prema istopolnoj privlačnosti je takva da su mladići koji su imali istopolna seksualna iskustva ili koji se samoidentifikuju kao gej ili biseksualci podvrgnuti diskriminaciji i isključivanju a ponekad i nasilju. Homofobična uverenja i uvrede se takođe koriste kao način da se heteroseksualni mladići održe "na pravom putu". Nazvati mladića "gej" ili "peder" širom sveta, na primer, je način da se kritikuje njegovo ponašanje i umanji njegov društveni status.

Krutost rodne socijalizacije i netolerantnost prema seksualnim različitostima znači da je neophodno predočiti mladićima da su oni seksualni subjekti – što znači da oni maju neodvojivo pravo i da su "sposobni da razviju svesnu i dogovornu vezu..., umesto da je prihvate kao nešto što im je dosuđeno; da razviju svesnu i dogovornu vezu sa porodičnim vrednostima i vrednostima svojih vršnjaka i prijatelja; da istražuju (ili ne) svoju seksualnost, nezavisno od inicijative partnera; da mogu i imaju pravo da kažu ne i poštuju druge koji tako postupe; da mogu da se dogovore oko načina na koji praktikuju seksualne odnose i uživanje u istima pod uslovom da oko toga postoji dogovor i da su prihvatljive partneru; da mogu da pregovaraju o sigurnom i zaštićenom seksu te da poznaju i imaju pristup materijalnim uslovima neophodnim da naprave reproduktivne i seksualne izbore." [48]

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

U socijalizaciji dečaka i mladića, reprodukcija se ne smatra toliko važnom kao seksualnost. Dobar primer 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 kćerki o transformaciji tela devojčice i njihovoj plodnosti. Tišina je, međutim, još veća između očeva i njihovih sinova kada je reč o semenarhu. Iskustvo semenarha može generisati vrlo različite reakcije kod mladića uključujući iznenađenje, zbunjenost, znatiželju i zadovoljstvo. Neki dečaci nisu ni svesni šta je semena tečnost i misle da je to urin. Važno je da dečaci dobiju smernice za vreme puberteta, tako da mogu da se osećaju sigurnijim kada dođe do telesnih promena, i da razumeju sopstvena tela kao reproduktivna.

Čak i nakon prve ejakulacije, većina mladića svoju seksualnost posmatra na način kao da plodnost ne postoji. Ovo znači da edukatori/ke moraju raditi sa mladićima tako da oni shvate da su plodnost i reprodukcija pitanja koja se tiču i uključuju i muškarce i žene. Na primer, mladići bi trebalo da budu svesni da je većina mladića plodna pri svakom penis-vaginalnom seksualnom odnosu, a neki čak i pre prve ejakulacije. Naučiti mladiće o njihovim telima i preispitati određene mitove pomaže im da bolje razumeju svoje vlastite želje kao i vlastite odgovornosti u smislu reprodukcije.

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

Šta kada je reč o pitanju adolescentske trudnoće?

O adolescentskoj trudnoći se mnogo raspravljalo proteklih godina i sve veći procenat porođaja kod devojaka u nekim zemljama je razlog za uzbunu. Iako neki istraživači/ce u prvi plan ističu biološke rizike rane trudnoće (niža težina deteta na porođaju, veća stopa komplikacija po majku, itd.), osnovna zabrinutost je generalno društvenog karaktera.[49] Ideja o riziku koji je povezan sa adolescentskom trudnoćom oslikava široko rasprostranjenu uznemirenost u pogledu seksualnosti mladih ljudi a samim tim i adolescentskog očinstva i majčinstva.

Osim toga, iako se na ranu trudnoću često gleda kao na "promašaj" ili "problem", slušanje onoga što mladi ljudi govore ponekad sugeriše drugačije. Kvalitativno istraživanje sprovedeno među mladim ljudima u mnogim zemljama otkrilo je da mnoge adolescentne majke i očevi vide roditeljstvo kao način sticanja statusa (postajući roditelji stiču status odrasle osobe). Za neke mlade ljude, dete predstavlja način da organizuju svoj život i identitet i da se posvete nečemu (ili nekome) a ne samo sebi samima[50]. Naravno, ukoliko neki mladi ljudi ne doživljavaju trudnoću kao teret, mnoge porodice adolescentnih roditelja sa niskim primanjima suočene su sa odgovornošću vođenja brige za dodatnu decu. U mnogim sredinama sa niskim primanjima, adolescentne očeve često ignorišu ili obeshrabruju njihovi vlastiti roditelji kao i roditelji majke, da održavaju veze sa decom čiji su oni očevi, ili zbog toga što nemaju finansijskih sredstava za izdržavanje dece oni možda neće ni na kakav način biti uključeni u brigu o deci.

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

---

49 — 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

50 – Margaret Arilha-Silva. “Masculinidades egenero: discursos sobre responsabilidade na reprodução” (Master 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 odojčadi 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	Prevalenca kontracepcije		Stopa prevalence HIV-a (%) (15-49) M/Ž
									Bilo koja metoda	Moderne metode	
JUŽNA EVROPA (13)	7	75.5 / 81.9						12	68	46	
ALBANIJA	24	71.3 / 77.0	55	105 / 102		81 / 81	1 / 2	16	75	8	
BOSNA I HERCEGOVINA	13	71.7 / 77.1	31				2 / 9	23	48	16	
HRVATSKA	7	71.8 / 78.8	8	97 / 96		89 / 91	1 / 3	15			
GRČKA	6	75.8 / 81.1	9	101 / 101	100 / 100	98 / 97	6 / 12	9			0.3 / 0.1
ITALIJA	5	77.2 / 83.3	5	102 / 101	96 / 97	100 / 99		7	60	39	0.7 / 0.3
MAKEDONIJA (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	
ŠPANIJA	4	76.2 / 83.5	4	109 / 107		114 / 121		10	81	67	1.0 / 0.3

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

Da li je abortus pitanje koje uključuje muškarce?

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

Da li bi trebalo da govorimo o seksualnim i reproduktivnim pravima mladih ljudi?

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

Konačno, trebalo bi da istaknemo da su se reproduktivna prava često fokusirala samo na pristup kontracepciji ili samo na plodnost, tj. na broj dece koji svaka žena ima ili želi da ima. U ovom kontekstu, pozivanje na reproduktivna prava mladih ljudi je uglavnom u drugom planu, minimizirajući pritom značaj seksualnosti i ističući odnose moći u reprodukciji. I uprkos rastućim potrebama za preispitivanje politika i društvene prakse vezane za reprodukciju, nema jasnog odgovora od strane mladih/odraslih muškaraca i žena o aktivnijem učešću u reproduktivnim procesima. Štaviše, postoji jak otpor kod zdravstvenih i obrazovnih stručnjaka, istraživača-ica i aktivista-kinja da povežu reproduktivna prava sa mladim ljudima.

Kako bi se stvorila veća svest u oblasti seksualnih i reproduktivnih prava potrebno je uključiti same mlade ljude, kao i roditelje, profesore, zdravstvene edukatore i zdravstvene stručnjake. Iznad svega, to zahteva konceptualni okvir za razumevanje značenja reprodukcije i uključenosti mladih ljudi u nju, kao i verovanje da mladi ljudi imaju potencijal za promenu prema pozitivnoj uključenosti u reproduktivno i seksualno zdravlje.

Okvir 2: Seksualna i reproduktivna prava

Kako bi se obezbedilo da svaka osoba razvije zdravu seksualnost, trebalo bi priznati, promovisati, poštovati i braniti sledeća seksualna i reproduktivna prava.

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

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

OKVIR 2.

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

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

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

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

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

S druge strane, reproduktivna prava "odnose se na mogućnost muškaraca i žena da donose odluke o svojoj seksualnosti, plodnosti i svom zdravlju vezano za reproduktivni ciklus i podizanje svoje dece. Kada zagovaramo korišćenje mogućnosti izbora, ova prava podrazumevaju potpuni pristup informacijama o reprodukciji, kao i pristup neophodnim resursima kako bi izbor mogli napraviti efikasno i sigurno.[52]

OKVIR 3.

PAZI SEX & ASTRA YOUTH

PAZI SEX - www.pazisex.net je obrazovni internet portal dizajniran za adolescente i adolescentkinje, gde se nalaze sve informacije u vezi sa seksualnim i reproduktivnim zdravljem.

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

Koja je uloga zdravstvenih službi u promovisanju seksualnog i reproduktivnog zdravlja (SRZ) mladih ljudi[53]

Pružanje zdravstvenih usluga po meri mladića i devojaka je važan element u promovisanju pristupa i korišćenja informacija, usluga i podrške vezanih za SRZ od strane mladih ljudi. Nažalost, i u regionu i u svetu, postoji nedostatak zdravstvenih usluga po meri mladih, posebno onih koje se odnose na seksualno i reproduktivno zdravlje. U nekim sredinama, gde su seksualnost mladih i reproduktivno zdravlje tabu teme, zakoni i politike mogu da ograniče mlade ljude da dobiju pristup zdravstvenim uslugama iz oblasti seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Kada su ove usluge dostupne, često se zahteva prisustvo ili odobrenje roditelja ili staratelja, zabranjujući ili ograničavajući na taj način mogućnosti za mlade ljude da imaju pristup poverljivim uslugama. Od zdravstvenih usluga po meri mladih još su manje dostupne usluge koje uključuju rodnu perspektivu, to jest razumevanje toga kako rodne uloge i dinamika moći oblikuju stavove i ponašanja vezane za seksualno i reproduktivno zdravlje mladića i devojaka. I mladići i devojke imaju specifične potrebe u pogledu njihovog zdravlja i razvoja zbog načina na koji su socijalizovani. Stoga je važno da usluge reflektuju i odgovaraju na njihove specificne potrebe.

52 — Maria Bethania Ávila, Direitos Reprodutivos: Uma Invencao Das Mulheres Reconhecendo A Cidadania. (Recife: SosCorpo, 1993)
53 – Delovi ovog teksta su preuzeti od Ricardo, C., Barker, G., Nascimento, M., i Segundo, M. (2007) Engaging young men in HIV prevention: A toolkit for action (Uključivanje mladića u prevenciju HIV-a: Priručnik za akciju); New York UNFPA

Kao što je objašnjeno ranije, mladići mogu da osećaju pritisak da se uključe u određena rizična ponašanja, uključujući i upotrebu supstanci i nezaštićeni seksualni odnos, kako bi se dokazali kao "pravi muškarci." Pored toga, oni mogu posmatrati traženje stručne pomoći kao "nemuževno" ili kao znak slabosti. U mnogim sredinama, mladići mogu da traže zdravstvene usluge samo u hitnim situacijama ili kada im trebaju kondomi.[54] Mnogi će radije potražiti pomoć i informacije među svojim vršnjacima i u apotekama, nego u zvaničnim zdravstvenim ustanovama. Oni se takođe mogu opirati korišćenju zdravstvenih usluga, jer zdravstvene ustanove posmatraju kao mesta na koja odlaze samo žene i deca i/ili zato što ne očekuju da će osoblje imati razumevanje za njihove potrebe. Zaista, ovakva shvatanja često podupiru čekaonice i službe koje su uglavnom usmerene na žene i osoblje koje nije upoznato sa ili obučeno za pitanja seksualnog i reproduktivnog zdravlja specifična za mladiće. U tom kontekstu, promovisanje zdravstvenih usluga po meri mladića zahteva dvostruki pristup: razvijanje zdravstvenih usluga koje više odgovaraju i koje su atraktivnije za mladiće KAO i rad sa mladićima na promeni njihovog ponašanja kada je reč o traženju saveta o zdravlju.

Okvir 4.

OKVIR 4. REZIME

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

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

Radionica 24:
Briga o sebi: Muškarci, rod i zdravlje[55]

CILJ:
Podići nivo svesti u pogledu veza između toga kako su mladići/devojke vaspitani i rizika po zdravlje sa kojima se suočavaju.

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

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Tabela resursa B uključuje statističke podatke o muškarcima/ženama i različitim zdravstvenim ishodima. Moglo bi biti korisno da voditelj/ka dopuni ove statističke podatke sa podacima na lokalnom i/ili nacionalnom nivou, što bi moglo pomoći učesnicima i učesnicama da bolje razumeju neke od rizika po zdravlje sa kojima se mladi suočavaju u svojim zajednicama.

PROCEDURA:

1. Pre početka sesije, napišite svako od pitanja iz Tabele resursa A na komadić papira ili kartona. Za grupe koje imaju problema sa čitanjem, voditelj/ka može da pročita pitanja naglas umesto da im dâ papire s pitanjima.

2. Podelite učesnike i učesnice u dve do tri manje grupe i podelite im pitanja.

3. Objasnite svakoj grupi da postoje tri moguća odgovora na svako pitanje: muškarci, žene ili i jedni i drugi. Zamolite ih da rasprave o svakom pitanju koje su dobili i da kao grupa pokušaju da odgovore na njih.

4. Dajte grupama 20 minuta da diskutuju o pitanjima i odgovorima na njih.

5. Napišite pitanja na flipčartu i potom naglas pročitajte svako pitanje; pitajte kako su grupe odgovorile i napišite odgovore na flipčartu.

6. Prođite kroz odgovore grupa i zamolite ih da objasne svoje odgovore.

7. Kada grupe završe sa prezentacijama svih svojih odgovora, objasnite im da je tačan odgovor na svako pitanje "Muškarci". Prođite kroz svako pi-

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

tanje pojedinačno i prezentujte neke od statističkih podataka koji su dati u Tabeli resursa B i koristeći sledeća pitanja započnite diskusiju:

- Da li ste znali da su muškarci više izloženi riziku od ovog zdravstvenog problema?
- Šta mislite zbog čega je tako?
- Da li je moguće da muškarci izbegnu ovaj zdravstveni problem? Kako? (**Napomena**: Voditelj/ka bi trebalo da podstakne učesnike i učesnice da razmisle o oblicima ponašanja i životnog stila koji se vezuju za zdravstvene probleme i o načinima kako bi se oni mogli da se spreče ili promene).

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

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

Pitanja za diskusiju:

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

Završetak:

Većina uzroka smrti kod muškaraca povezana je sa samodestruktivnim načinom života kakvim mnogi muškarci žive. Širom sveta na muškarce se vrši pritisak da se ponašaju na određene načine. Na primer, muškarci često više rizikuju, imaju više partnerki, agresivniji su ili su više skloni nasilju u svojim odnosima sa drugima – sve ovo izlaže njih i njihove partnerke riziku. Mladićima je važno da se kritički odnose prema svom životnom stilu i načinima na koje se izlažu riziku. Možda ste vaspitani da imate samopouzdanje, da ne brinete o svom zdravlju, i/ili da ne tražite pomoć kad ste pod stresom. Ali, sposobnost da govorite o svojim problemima i traženje podrške predstavljaju važne načine da se zaštitite od različitih negativnih ishoda po zdravlje – kao što su upotreba supstanci, rizično seksualno ponašanje i sklonost nasilju. Kroz kritičko razmišljanje o ovim normama, možete da naučite da zdravlje nije samo pitanje za žene, već takođe nešto o čemu i muškarci treba da brinu, i možete da naučite kako da bolje vodite računa o sebi.

Rizično ponašanje dečaka i mladića različito utiče na zdravlje njihovih partnerki. Muškarac koji ne koristi zaštitu i koji je sklon promiskuitetnom ponašanju dovodi svoju devojku ili suprugu u situaciju u kojoj postoji veći rizik da obole od jedne ili više polno prenosivih bolesti. Osim toga, SPI i neželjena/neplanirana trudnoća su često posledice nekorišćenja kontracepcije. Važno je napomenuti da rizično ponašanje u seksualnim odnosima može dovesti do neželjene trudnoće, ali isto tako može dovesti do prenošenja određene infekcije ili više njih.

TABELA RESURSA A:

ROD I ZDRAVLJE - PITANJA

Odgovorite na svako sledeće pitanje sa: "Muškarci", "Žene" ili "I jedni i drugi".

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

TABELA RESURSA B:

ROD I ZDRAVLJE - ODGOVORI

Ko ima kraći životni vek?

- Globalno posmatrano, očekivani životni vek za muškarce je 65 godina, a za žene 69.[56]
- U Bosni i Hercegovini, očekivani životni vek za muškarce je 66 godina, a za žene 72.[57]
- U Hrvatskoj, očekivani životni vek za muškarce je 72,9 godina, a za žene 79,6.[58]
- U Srbiji, očekivani životni vek za muškarce je 72 godine, a za žene 77 godina.[59]
- U Crnoj Gori, očekivani životni vek za muškarce je 73 godine, a za žene 77.[60]

Ko više umire kao žrtva ubistva?

- Globalno posmatrano, otprilike 8 od svakih 100 smrtnih slučajeva kod muškaraca svih uzrasta su posledica ubistva. Kod žena, 2 od svakih 100 smrtnih slučajeva su posledica ubistva.[61]
- U Hrvatskoj, u 2006. godini, stopa namernih ubistava na 100.000 stanovnika iznosila je 1,66.[62]
- U Crnoj Gori, 2005. godine ubijeno je 18 muškaraca i 6 žena.[63]
- U Bosni i Hercegovini bilo je 67 ubistava u 2005. godini.[64] Novi podaci iz 2010. godine pokazuju da se desilo 49 ubistava.[65]

Ko više umire u saobraćajnim nesrećama?

- Globalno posmatrano, 28 od svakih 100.000 muškaraca i 11 od svakih 100.000 žena umre u saobraćajnim nesrećama. Drugim rečima, gotovo tri puta više muškaraca u odnosu na žene umire od posledica povreda zadobijenih u saobraćajnim nesrećama.[66]
- U Hrvatskoj muškarci imaju 50% veće šanse da budu povređeni u saobraćajnim nesrećama nego žene.[67]

Ko više umire od samoubistva?

Globalno posmatrano, muškarci počine samoubistvo gotovo 4 puta više nego žene.[68]

- U Hrvatskoj, muškarci počine samoubistvo 3 puta više nego žene.[69]
- U Crnoj Gori, u 2005. godini, zabeleženo je 156 slučajeva samoubistva, od kojih su 3/4 počinili muškarci.[70]
- U Bosni i Hercegovini, u 2005. godini, 467 osoba je počinilo samoubistvo; od toga su 332 muškarca i 135 žena.[71]

Ko konzumira više alkohola i ko se više opija?

- Globalno posmatrano, muškarci zauzimaju veći procenat od žena kada je reč o povremenom opijanju i pijankama.[72]
- U Hrvatskoj, prema istraživanju ESPAD-a iz 1999. godine (ukupna veličina uzorka n=3.602; muškarci n=1.961 i žene n=1.641; starosna grupa između 15 i 16 godina), stopa opijanja iznosila je 12% (ukupno), od čega su 15% bili muškarci i 7% žene. Opijanje se definiše kao konzumiranje 5 ili više pića zaredom 3 ili više puta u poslednjih 30 dana.[73]

---

56 — World Population Datasheet. Population Reference Bureau, 2006
57 — Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine
58 — Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske, 2011.
59 — http://unstats.un.org- UN Statistics division
60 — http://unstats.un.org- UN Statistics division
61 — WHO World Report on Violence and Health, 2002
62 — http://data.un.org,2006
63 — Zavod za statistiku Crne Gore, 2005
64 — http://www.msb.gov.ba/dokumenti/strateski/?id=3441
65 — https://www.parlament.ba/sadrzaj/ostali_akti/informacije/default.aspx?id=29435&langTag=bs-BA
66 — WHO World Report on Violence and Health, 2002
67 — Central Bureau for Statistic of Republic of Croatia, 2011
68 — Bertolote JM and Fleischmann A. 2002. "A Global Perspective in the Epidemiology of Suicide". Suicidologi. Arg. 7, no. 2
69 — Central Bureau for Statistic of Republic of Croatia 2011
70 — Department of Criminal Investigations, Republic of Monte Negro
71 — Agency for Statistics of Bosnia and Herzegovina
72 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004
73 – 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.
74 – Institute for Mental Health, Republic of Serbia

TABELA RESURSA B:

- U Srbiji 45% mladih u uzrastu od 13 do 17 godina konzumira alkohol.[74]
- U Crnoj Gori, istraživanje koje je urađeno na uzorku od 3.964 mlade osobe pokazalo je da 77,6% učenika koji su eksperimentisali sa drogama su bili srednjoškolci, od kojih je najveći procenat pohađao drugi razred (30,6%).[75]

Ko više umire od predoziranja (preterane upotrebe supstanci)?

- Globalno posmatrano, u uzrastu između 15 i 29 godina, veća je verovatnoća da će muškarci u odnosu na žene umreti od preterane upotrebe alkohola.[76]
- U Hrvatskoj, istraživanje sprovedeno među mladom populacijom je pokazalo da je 21% mladića i 18% devojaka konzumiralo alkohol u poslednjih 30 dana.[77]

Ko ima više SPI?

- Globalno posmatrano, muškarci čine veći broj slučajeva obolelih od gonoreje i sifilisa, a žene čine veći broj slučajeva obolelih od trihomonas infekcije (Trichomoniasis) i klamidije.[78]
- U Hrvatskoj, muškarci čine veći broj slučajeva obolelih od gonoreje, a žene čine veći broj slučajeva obolelih od klamidije i HPV (Humani papilloma virus).[79]

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

- Globalno posmatrano, muškarci češće prijavljuju veze sa više seksualnih partnera nego žene, osim u nekim razvijenim industrijskim zemljama.[80]

Za koga je manje verovatno da će tražiti lekarsku pomoć?

- Globalno posmatrano, manja je verovatnoća da će muškarci potražiti lekarsku pomoć u odnosu na žene.[81]

---

75 — Institut za javno zdravlje Crne Gore
76 — WHO Global Status Report on Alcohol, 2004
77 — www.hzjz.hr
78 — WHO Global Prevalence and Incidence of Selected Curable Sexually Transmitted Infections, 2001
79 — www.plivazdrvlje.hr, Pristupljeno 10.11.2015.
80 — Wellings, K. et al. 2006. "Sexual Behaviour in Context: A Global Perspective. The Lancet, Volume 368, Issue 9548, Pages 1706-1728
81 – Addis, M and Mahalik, J. 2003. "Men, Masculinity, and the Contexts of Help Seeking." American Psychologist, January 2003

Radionica 25:
Zdravlje mladića

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

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

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

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

PROCEDURA:

1. Dajte svakom učesniku i učesnici dva komadića papira i zamolite ih da (u tišini i samostalno) napišu dve tipične karakteristike koje su u vezi sa muškarcima i dve tipične sa ženama (neka napišu po jednu na svakom komadiću papira). Zamolite ih da zadrže te papire za kasniju fazu vežbe.

2. Zalepite dva ili tri lista flipčart papira i zamolite nekog od učesnika ili učesnicu da bude volonter/ka za model prema kome će se nacrtati kontura tela.

3. Kada završe crtanje konture, zamolite ih da popune crtež detaljima kako bi ličio na mladića / devojku – da mu/joj nacrtaju lice, odeću i da mu daju ličnost. Na primer, šta radi kad želi da se zabavi ili šta radi vikendom? Svi bi trebalo da učestvuju u ovoj vežbi sa crtežom. Zamolite učesnike i učesnice da daju ime mladiću / devojci koju/ kojeg su nacrtali.

4. Zatim, nacrtajte još jednu skicu tela na dva ili tri nova lista flipčart papira. Zamolite nekog/neku učesnika/cu da bude volonter/ka i da nacrta genitalije na skici tela. Ukoliko je učesnicima/cama previše neprijatno da ovo urade, to može uraditi i voditelj/ka.

5. Kada završite ove dve skice, dajte svakom učesniku/ci dva komadića papira i zamolite ih da napišu dva uobičajena zdravstvena problema/potrebe sa kojima se muškarci/žene suočavaju (treba da napišu po jedno na svaki komadić papira).

6. Kada završe sa pisanjem, zamolite svakog učesnika/cu da naglas pročita zdravstvene probleme/potrebe, i da ih pričvrsti na onaj deo tela gde se taj zdravstveni problem javlja. Nije bitno ukoliko se neki problemi ponavljaju.

7. Zatim, zamolite učesnike i učesnice da naglas pročitaju karakteristike muškaraca i žena koje su napisali na početku ove aktivnosti. Nakon čitanja karakteristika, svaki učesnik/ca bi trebalo da pričvrsti komadić papira na telo pored onog zdravstvenog problema/potrebe sa kojim se ta karakteristika može povezati. Podsetite ih na prethodnu aktivnost i diskusiju koju su vodili o socijalizaciji i zdravstvenim rizicima sa kojima se muškarci i žene suočavaju. Na primer, karakteristika muškaraca da ima puno seksualnih partnera mogla bi se na telu pričvrstiti pored područja prepona kako bi se označila povezanost ove karakteristike sa rizikom od polno prenosivih infekcija.

8. Istražite da li učesnici/ce prepoznaju alkoholizam, nasilje, samoubistvo, HIV i AIDS i korišćenje štetnih supstanci kao zdravstvene probleme. Ukoliko ih nisu spomenuli, pitajte da li su ovo problemi sa kojima se suočavaju mladići i devojke u njihovoj zajednici.

9. Iskoristite sledeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

Pitanja za diskusiju:

1. Kakve zdravstvene probleme/potrebe imaju muškarci a kakve žene?
2. Šta su uzroci ovih zdravstvenih problema? Šta su posledice ovih zdravstvenih problema?
3. Postoji li veza između zdravstvenih potreba muškaraca i žena i karakteristika muškaraca i žena koje smo identifikovali?
4. Kako uloga muškarca/žene u njegovoj/njenoj porodici ili zajednici utiče na njegovo zdravlje?
5. Da li muškarci i žene vode računa o svojim telima i zdravlju na isti način? Kako mladići/devojke vode računa o svom zdravlju?
6. Kada su muškarci bolesni, šta tada rade? Da li obično traže pomoć čim se počnu da se osećaju loše, ili čekaju? Kada su žene bolesne, šta one rade?
7. Šta je higijena? Na koji način bi muškarci trebalo da održavaju ličnu higijenu? Na koji način žene bi trebalo da održavaju ličnu higijenu? (Pregledati Tabelu resursa).
8. Gde mladi u vašoj zajednici mogu dobiti informacije o svom zdravlju ili tražiti pomoć za zdravstvene probleme?
9. Šta vi možete učiniti u svojim sopstvenim životima kako biste bolje vodili računa o svom zdravlju? Šta možemo učiniti da podstaknemo druge mlade da bolje vode računa o svom zdravlju?

ZAVRŠETAK:

Kao što smo raspravljali u ovoj i prethodnoj sesiji, postoji jasna veza između toga kako su muškarci vaspitani i toga da li i na koji način brinu o svom zdravlju. Mnogi muškarci, pokazujući tako svoju muževnost, ne brinu o svom zdravlju i možda veruju da su briga o zdravlju ili preterana zaokupljenost zdravljem odlike žena. Ovakve vrste stavova i ponašanja naučeni su u ranom uzrastu, ali imaju uticaj na zdravlje muškaraca tokom celog njihovog života. Zbog ovoga je važno da kao mladići shvatite koliko je važno da vodite računa o sebi samima, uključujući i održavanje osnovne higijene. Čineći to imaćete koristi i vi i vaše partnerke, o čemu će biti reči u narednim aktivnostima.

TABELA RESURSA:[82]

DOBRE HIGIJENSKE NAVIKE ZA MLADE LJUDE

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

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

Kosa
Redovno perite kosu kako bi uvek bila čista. Svaki dan ili svaka dva ili tri dana ili jednom sedmično će biti dovoljno.

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

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

Područje genitalija
Važno je da se penis pere i čisti svaki dan.
Za sve muškarce je važno da peru I čiste penis i područje oko anusa svaki dan. Operite sapunom i vodom svaki dan mošnice, područje između mošnica i butina, središnji deo zadnjice i anus. Za neobrezane muškarce, važno je da prevlačite kožicu i nežno perete ovo područje. Neobrezanost nije sama po sebi nehigijenska ali neobrezani muškarci bi trebalo da posvete 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:
Tela muškaraca

CILJ:
Podići nivo svesti i znanja o muškom reproduktivnom sistemu i genitalijama.

POTREBNI MATERIJAL:
Komadići papira ili kartona, obične/hemijske olovke, po jedan primerak Tabele resursa A i B i dovoljan broj kopija Tabela resursa C, D i E za sve učesnike i učesnice.

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

PLANIRANJE:
Važno je da se voditelj/ka upozna sa ovom temom pre početka sesije ili da pozove nekog ko ima iskustva u radu sa mladima na ovu temu. Voditelj/ka bi takođe trebalo da odredi nivo adekvatan za grupu do kojeg će se ići u detalje. Za neke učesnike i učesnice ova sesija će poslužiti kao brzo ponavljanje. Međutim, mnoge ove informacija mogu biti novitet mladićima i devojkama. Takođe, mnogi učesnici i učesnice možda poseduju osnovno razumevanje anatomije i fiziologije, ali možda nikad nisu imali priliku da postave određena pitanja. Ukoliko su informacije previše jednostavne za neke učesnika i učesnice, podstaknite ih da podele činjenice koje znaju sa drugim učesnicima/cama koji su slabije upoznati sa ovim materijalom. Važno je znati da će nekim učesnicima/cama možda biti neprijatno da postavljaju pitanja o muškom telu i genitalijama. Ukoliko se to desi, moglo bi biti od pomoći da ih zamolite da napišu svoja pitanja na komadiće papira koja ćete pokupiti i naglas pročitati za diskusiju. Voditelj/ka bi takođe trebalo da stvori otvorenu i ugodnu atmosferu za vreme ove aktivnosti i diskusije.

Tabela resursa G sadrži listu web stranica i izvora koji nude informacije ili detalje vezane za muški reproduktivni sistem i zdravlje. Preporučuje se da voditelj/ka doda bilo koju relevantnu web stranicu ili izvor i učesnicima/cama obezbedi primerke na kojima su oni navedeni.

PROCEDURA

1. Pre početka sesije, napišite sledeće reči na komadićima papira ili karticama: vans deferens (semenovod), penis, ureta (mokraćna cev), dosemenik (epididymis), testis (semenik), mošnica, prostata, semeni mehurić i mehur. Na istom listu papira napišite opis/objašnjenje za svaku od reč kao što je predstavljeno u Tabeli resursa C – Muški reproduktivni sistem i genitalije.

2. Na početku sesije, podelite učesnike i učesnice u dve grupe. Jednoj grupi dajte primerak Tabele resursa A i set papira sa imenima i objašnjenjima za Muški reproduktivni sistem.

3. Objasnite svakoj grupi da će morati da pročita reči i opise koje su dobili i onda pokušati da označe različite delove na crtežima muškog i ženskog reproduktivnog sistema i genitalija.

4. Dajte grupama 10 minuta da se dogovore i označe crteže.

5. Zamolite grupe da predstave svoje slike i objasne svoje odgovore. Kada obe grupe završe prezentaciju svojih slika, pozovite učesnike i učesnice da postave pitanja i naprave ispravke.

6. Podelite učesnicima/cama kopije Tabele resursa C i zajedno pregledajte sadržaj tabele.

7. Pregledajte Tabelu resursa F – Uobičajena pitanja o muškom reproduktivnom sistemu i genitalijama. Čak i ako učesnici/ce ne postave sami ova pitanja, važno je da dobiju ove podatke.

8. Rezimirajte diskusiju sledećim pitanjima.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Koje polne organe je bilo najteže prepoznati? Zašto?

2. Da li mislite da je mladićima važno da znaju naziv i funkciju muških polnih organa? Zašto?

3. Da li mislite da je mladićima važno da znaju naziv i funkciju ženskih polnih organa? Zašto?

4. Da li mladići obično poseduju informacije o ovim temama? Zašto ili zašto ne?

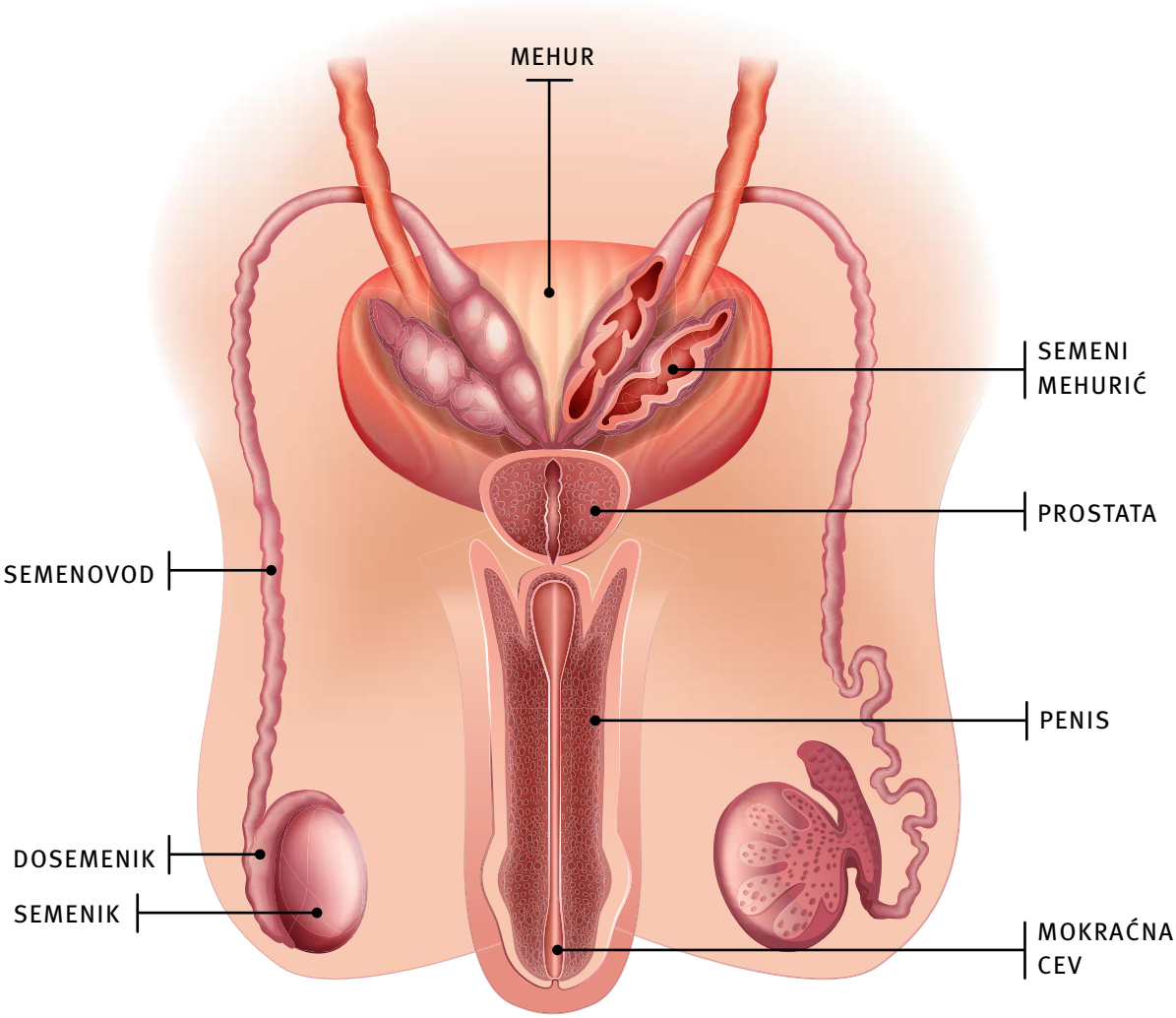
5. Šta možete učiniti kako biste obezbedili da mladi ljudi u vašoj zajednici dobiju preciznije podatke o ovim temama?

ZAVRŠETAK:

Mnogi muškarci i žene ne znaju mnogo o svojim telima, niti veruju da je potrebno posvetiti vreme kako bi ih bolje razumeli. Kao što ćete videti u diskusijama tokom drugih radionica, ovo nepoznavanje svog tela i načina njegovog funkcionisanja često ima negativne posledice na higijenu i zdravlje. Takođe je važno poznavati ženski reproduktivni sistem kako biste bili što više uključeni u razgovor i odluku o planiranju porodice i srodnim pitanjima.

TABELA RESURSA A:

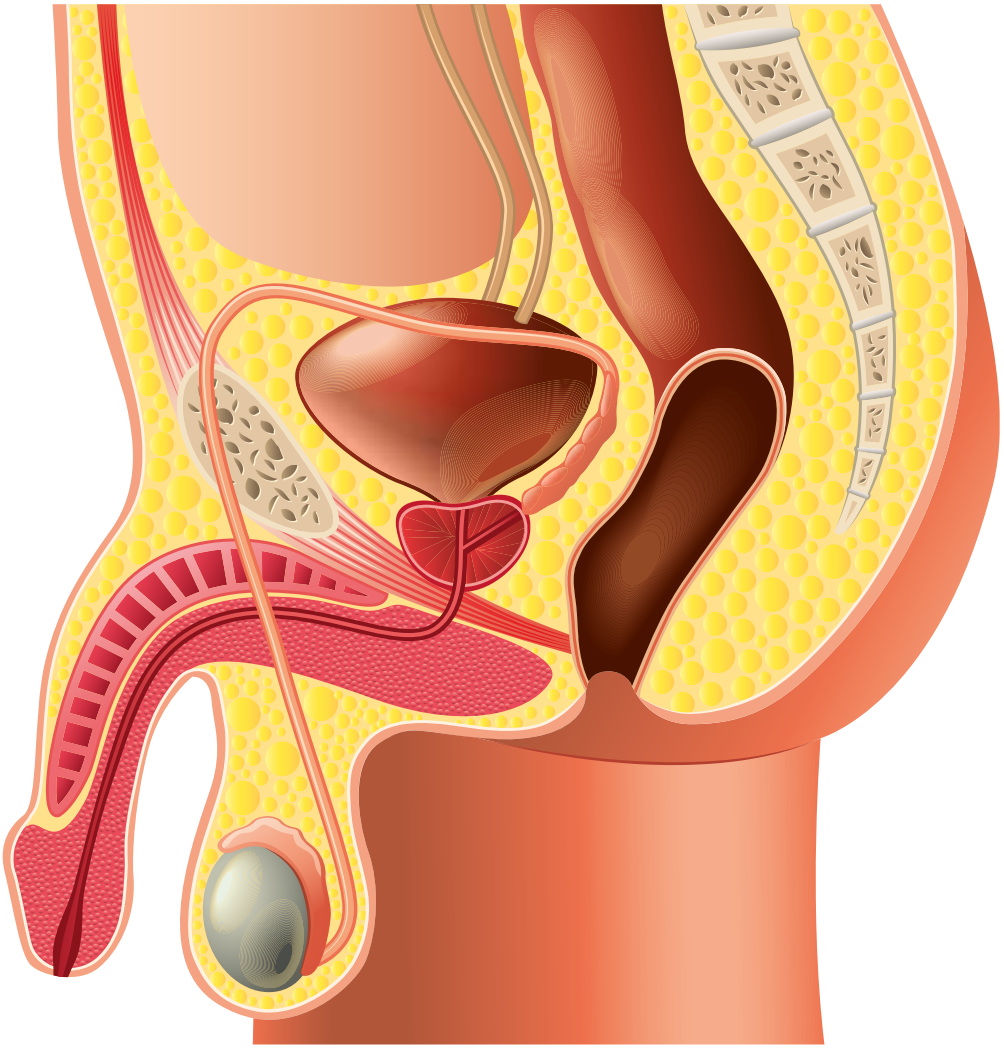
Muški reproduktivni sistem



1. Bladder - mehur
2. Seminal vesicles - semeni mehurić
3. Vas deferens - semenovod
4. Penis - penis
5. Urethra - mokraćna cev
6. Epididymis - dosemenik
7. Testicle - semenik
8. Scrotum – mošnica
9. Prostate - prostata

ŠEMA RESURSA B:[87]

Muški reproduktivni sistem i genitalije



Od puberteta nadalje, sperma se neprekidno proizvodi u testisima (semenicima), koji se nalaze u mošnicama. Dok se sperma razvija, ona dolazi u dosemenik, gde ostaje oko dve nedelje da sazrije. Sperma zatim kreće iz dosemenika u semenovod. Ove cevčice spermu sprovode do semenih mehurića i prostate, koja proizvodi tečnost koja se meša sa spermom kako bi nastalo seme. Za vreme ejakulacije, seme prolazi kroz penis i izlučuje se iz tela kroz mokraćnu cev, istu cev kroz koju se izlučuje urin. Mokraćni otvor je mesto kroz koje muškarac mokri ili ejakulira.

83 — Preuzeto od Instituta za reproduktivno zdravlje, organizacije Family Health International i knjige E. Knebela (2003) "My Changing Body: Fertilty Awareness for Young People"

KLJUČNE REČI:

Ejakulacija: Snažno izlučivanje semene tečnosti iz penisa.

Dosemenik: Organ gde sperma sazreva nakon što nastane u testisima.

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

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

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

Prostata: Žljezda koja proizvodi retku mlečnu tečnost koja omogućava spermatozoidima pokretljivost i da postanu deo semena.

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

Seme: Tečnost koju muškarac izbacuje kroz penis kada ejakulira.

Semeni mehurići: Male žljezde koje proizvode gustu, viskoznu tečnost koja osigurava energiju za spermatozoide.

Spermatozoid: Muška polna ćelija. Put spermatozoida: Spermatozoidi putuju od testisa do dosemenika, gde ostaju oko 14 dana i u tom periodu sazrevaju. Odatle spermatozoidi dolaze u semenovode koji ih sprovode do mokraćne cevi. U toj fazi, semeni mehurići proizvode hranjivu tečnost koja spermatozoidima daje energiju. Prostata takođe proizvodi tečnost koja pomaže spermatozoidima da plivaju. Mešavina spermatozoida i ove dve tečnosti se naziva seme. Tokom seksualnog uzbuđenja, Kuperova žlezda luči providni sekret u mokraćnu cev. Ova tečnost, poznata kao pre-ejakulat ili pre-cum, deluje kao lubrikant za spermatozoide i oblaže mokraćnu cev. Za vreme seksualnog uzbuđenja, može se desiti izbacivanje semena. Mala količina semena koja se izbaci (jedna ili dve kafene kašike) može sadžati i do 400 miliona spermatozoida.

Testisi: Muške polne žlezde koje su smeštene u mošnicama i stvaraju spermatozoide. Jedan od hormona koji nastaje u testisima je testosteron, odgovoran za sekundarne seksualne karakteristike muškarca, kao što su nijansa kože, dlake na licu, boja glasa i mišići. Testisi imaju oblik dva jajeta i da bi ih osetili, morate samo opipati mošnice. Oni su smešteni izvan tela jer se sperma može jedino proizvesti na temperaturi nižoj od normalne telesne temperature. Mošnice se zapravo opuštaju i odvajaju od tela kada je toplo a skupljaju se prema telu kada je hladno kako bi regulisale optimalnu temperaturu za proizvodnju sperme. Levi testis obično je spušten niže nego desni. Samopregled testisa jednom mesečno je važan za očuvanje zdravlja. Kružnim pokretima pređite prstima preko testisa. Ukoliko osetite bilo kakav čvor, otok ili bol trebalo bi da odmah odete na pregled.

Mokraćna cev: Kanal koji nosi urin iz mehura (organ u kome se urin zadržava u telu) do mokraćnog otvora. Kod muškaraca, mokraćna cev takođe nosi seme.

Mokraćni otvor: Mesto iz kojeg muškarac mokri. Semenovod: Dugi, uski kanali koji odvode spermatozoide iz dosemenika.

TABELA RESURSA C:[84]

Uobičajena pitanja o muškom reproduktivnom sistemu i genitalijama

P. **Šta je masturbacija?**
O. Masturbacija je trljanje, milovanje ili neka druga stimulacija polnih organa – penisa, vagine i grudi – kako bi se postiglo zadovoljstvo ili izrazila seksualna osećanja. I muškarci i žene mogu otkriti seksualna osećanja i osetiti seksualno zadovoljstvo putem masturbacije. Ne postoji naučni dokaz da masturbacija uzrokuje ikakvo oštećenje na telu ili umu. Masturbacija je jedino medicinski problem kada ne dopušta osobi da funkcioniše kako treba ili kada se izvodi u javnosti. Međutim, postoje mnoge verske i kulturološke prepreke masturbaciji. Odluka o tome da li da pojedinac/ka masturbira ili ne prepuštena je ličnom izboru.

P. **Mogu li seme i urin istovremeno izlaziti iz tela?**
O. Neki mladići brinu o ovome jer se isti prolaz koristi i za urin i za seme. Valvula (ventil) u dnu mokraćne cevi onemogućava da urin i seme prolaze kroz ovu cev istovremeno.

P. **Koja je prava dužine penisa?**
O. Prosečan penis je dug između 11 i 18 centimetara kada je u erekciji. Ne postoji standardna veličina, oblik i dužina penisa. Neki su debeli i kratki. Drugi su dugački i tanki. Nema istine u tvrdnji da je veći penis bolji penis.

P. **Da li je normalno kada je jedan testis niže spušten od drugog?**
O. Da. Kod većine muškaraca testisi vise nejednako.

P. **Da li je problem ako je penis malo zakrivljen?**
O. Normalno je da muškarac ima zakrivljen penis. On se ispravi za vreme erekcije.

P. **Kakva su ono ispupčenja na glaviću penisa?**
O. Ta ispupčenja su žlezde koje proizvode belu mlečnu supstancu. Ova supstanca pomaže da se kožica glatko povlači nazad preko glavića. Međutim, ako se nakupi ispod kožice može prouzrokovati neugodan miris ili infekciju. Važno je da svo vreme održavate ovo područje ispod kožice čistim.

P. **Kako se može sprečiti erekcija u javnosti?**
O. To je normalno. Iako možda mislite da je to neugodno, pokušajte da se setite da većina ljudi neće ni primetiti erekciju osim ako vi ne skrenete pažnju na to.

P. **Da li će zbog vlažnih snova ili ejakulacije mladić izgubiti svu svoju spermu?**
O. Ne. Muško telo neprestano proizvodi spermu tokom celog života.

---

84 — Preuzeto od Instituta za reproduktivno zdravlje, organizacije Family Health International i knjige E. Knebela (2003) "My Changing Body: Fertilty Awareness for Young People"

TABELA RESURSA D:

Za više informacija o ovoj temi, posetite sledeće web stranice:

1. http://pazisex.net/
2. http://www.youngmeninitiative.net
3. www.xy.com.ba
4. http://www.pm.rs.ba/
5. https://www.facebook.com/NGOYouthPower/
6. www.sezamweb.net
7. http://www.who.int
8. http://www.zdravlje.nshc.org.rs
9. www.iwannaknow.org
10. www.status-m.hr
11. http://www.ippf.org

Radionica 27:
Tela žena

CILJ:
Podići nivo svesti i znanja o ženskom reproduktivnom sistemu i genitalijama.

POTREBNI MATERIJAL:
Papir i olovke za pitanja (ako je potrebno). Kopije Tabele resursa 3A-H.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Čak i nakon rasprave, moglo bi se dogoditi da se učesnici/ce možda neće osećati prijatno da postavljaju pitanja o ženskom telu i genitalijama. Ako se to desi, možda bi bilo dobro da ih zamolite da napišu svoja pitanja na papirićima koje će onda biti prikupljeni i naglas pročitani za raspravu.

PROCEDURA:

1. Napraviti interaktivnu prezentaciju anatomije i fiziologije ženskog reproduktivnog sistema. Možete ga nacrtati na flipčartu ili koristiti fotokopije ili crteže.

2. Zajedno sa učesnicima/cama imenujte različite delove reproduktivnog sistema i kako oni funkcionišu. Teme higijene intimnih delova, nevinost, menstruacije, zadovoljstvo i orgazam treba uključiti prilikom objašnjavanja anatomije.

3. Pitajte učesnike/ce da li imaju dodatnih pitanja.

4. "Njen prvi pregled kod ginekologa" – zamolite učesnike i učesnice da se udobno smeste i zatvore oči. Ispričajte im priču o tome kako bi poseta ginekologu trebalo da izgleda. Možete koristiti Tabelu resursa kao ideju za priču. Ako voditelj/ka zaključi da ovaj deo radionice nije pogodan za mešovite grupe, barem objasnite važnost odlaska kod ginekologa.

   OPCIONALNO: Podelite učesnike i učesnice u grupe i dajte im prazne slike ženskih i muških reproduktivnih organa i recite im da napišu nazive različitih delova. Koristite brošure.

5. Započnite diskusiju koristeći pitanja ispod

Pitanja za diskusiju:

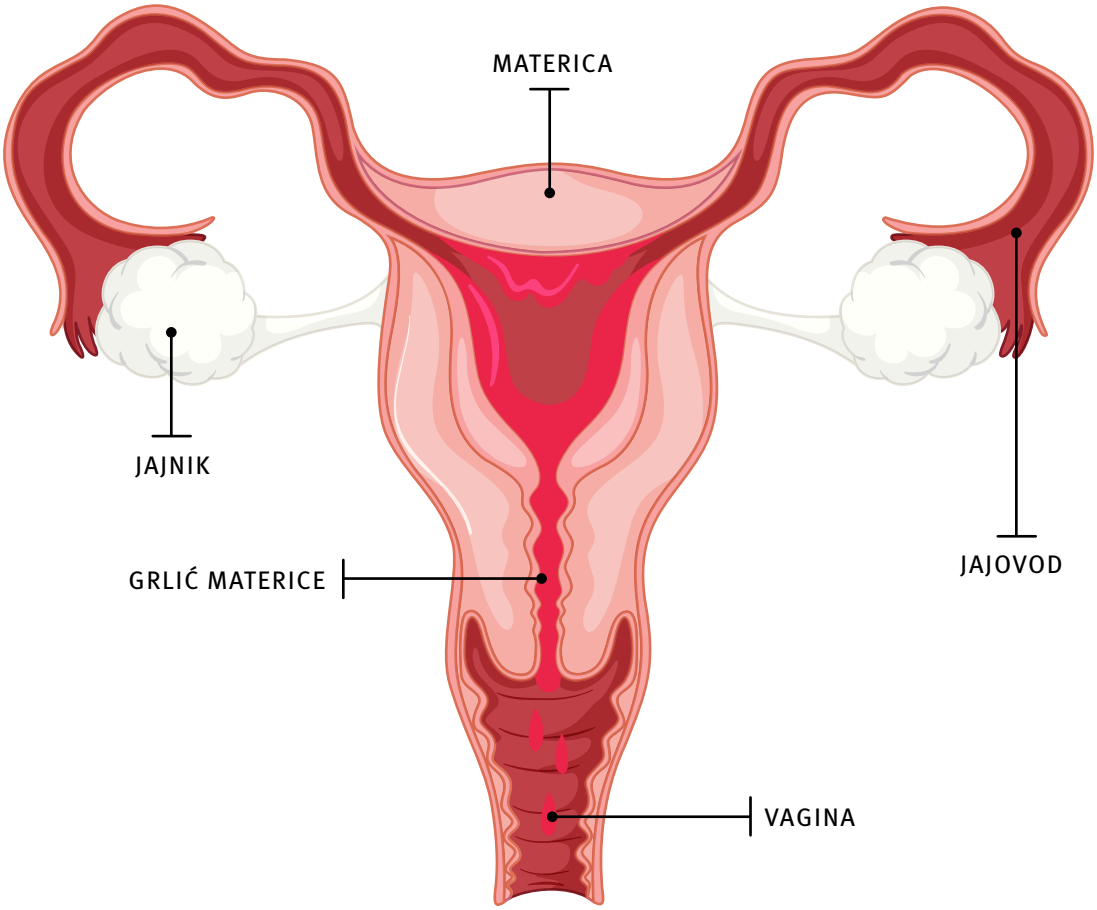
1. Koje polne organe je bilo najteže prepoznati? Zašto?
2. Da li mislite da je devojkama i mladićima važno da znaju naziv i funkciju polnih organa? Zašto?
3. Da li mislite da je važno da mladi ljudi znaju naziv i funkciju polnih organa suprotnog pola? Zašto?
4. Kako ovo znanje (ili nedostatak istog) utiče na seksualno zadovoljstvo?
5. Koje druge informacije o telu žene i muškarca je važno poznavati?
6. Da li mladi ljudi generalno imaju informacije o ovim temama? Zašto ili zašto ne?
7. Gde mogu da dobiju ove informacije?
8. Koja je uloga ginekologa?
9. Šta kada je reč o muškarcima? Gdje oni idu, ako imaju neki problem ili žele savet?
10. Šta možete učiniti kako biste obezbedili da mladi ljudi u vašoj zajednici dobiju preciznije informacije o ovim temama?

Završetak:

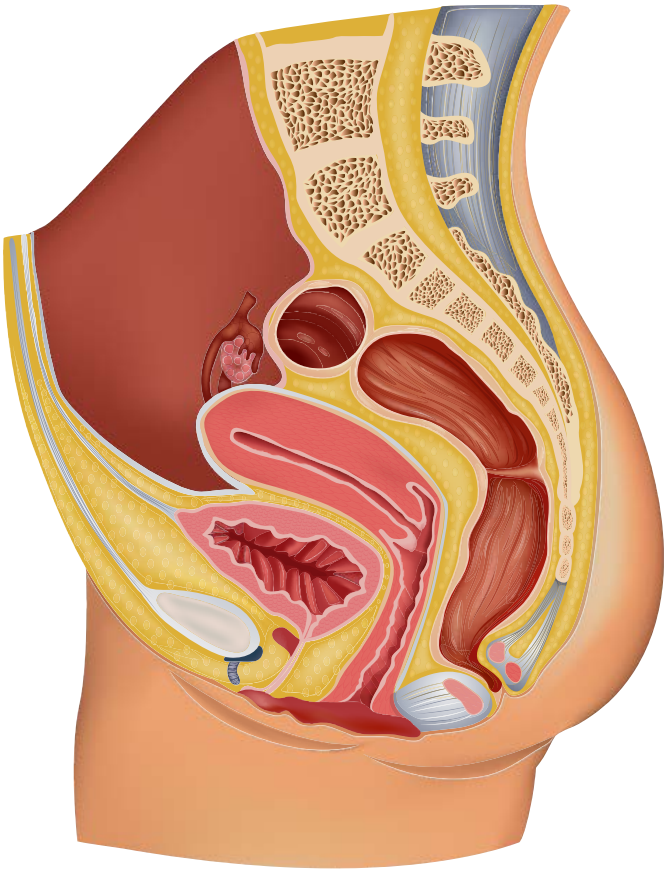
Kao devojke, imate pravo da znate i razumete svoje telo u potpunosti. Poznavanje vlastitog seksualnog i reproduktivnog sistema je važno da biste imali ispunjen seksualni život koji uključuje sprečavanje neplaniranih trudnoća i SPI, i zdrav reproduktivni život ukoliko odlučite da imate decu.

TABELA RESURSA 3A:

Ženski reproduktivni sistem - unutrašnje genitalije



1. Ovary – jajnik
2. Fallopian tube – jajovod
3. Uterus – materica
4. Cervix – vrat/grlić maternice
5. Vagina – vagina



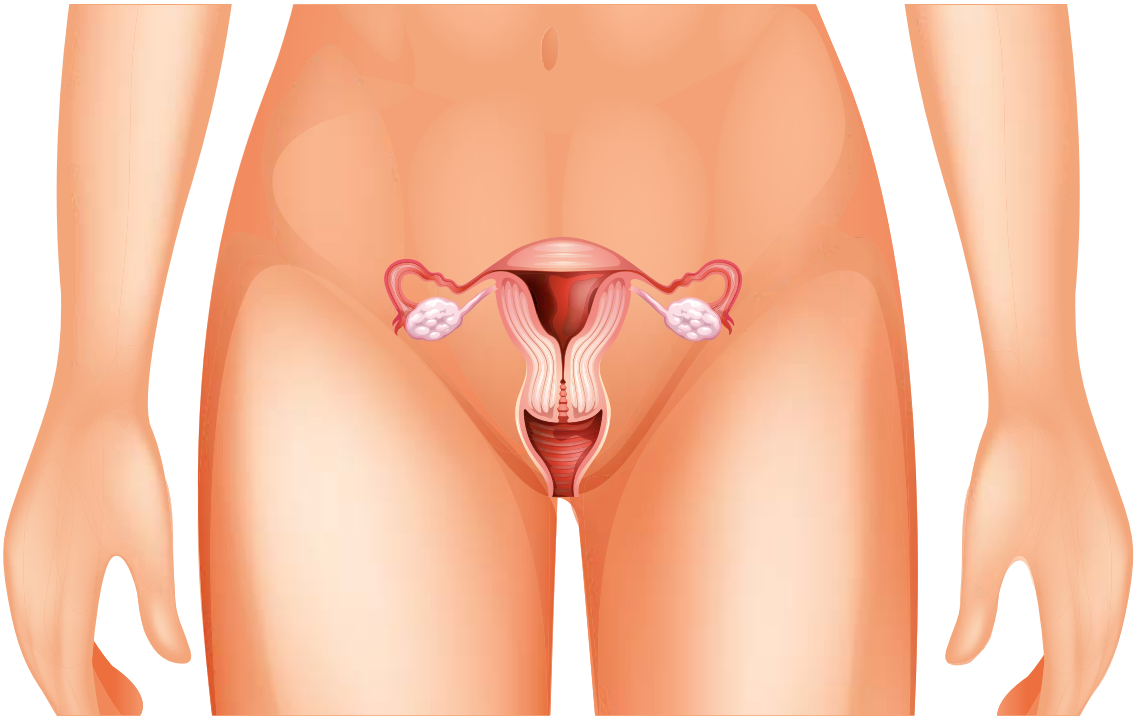
Svaka žena je rođena sa hiljadama jajašaca u svojim jajnicima. Jajašca su tako mala da se ne mogu videti golim okom. Kada devojka uđe u pubertet, malo jajašce sazre u jednom od njenih jajnika i zatim se spušta kroz jajovod do materice. Ovo oslobađanje jajašca iz jajnika nazivamo ovulacijom. Materica se priprema za dolazak jajašca stvaranjem debele i meke obloge poput jastuka. Ako je devojka imala seksualne odnose nekoliko dana pre ovulacije, do trenutka kada jajašce stigne do jajovoda, spermatozoidi bi ga tamo mogli čekati kako bi se sjedinili s njim. Ako se jajašce spoji sa spermatozoidom (što se naziva oplodnjom), jajašce putuje do materice i ugnezdi se u oblogu materice i ostaje tamo narednih devet meseci razvijajući se u bebu. Ako jajašce nije oplođeno, tada materica ne treba debelu oblogu koju je stvorila za zaštitu jajašca. Ona odbacuje oblogu, zajedno sa krvlju, telesnom tečnošću i neoplođenim jajašcem. Sve ovo prolazi kroz grlić materice i izlazi napolje iz vagine. Ovo krvarenje nazivamo “mesečnicom” ili menstruacijom.

KLJUČNE REČI

Grlić materice: Donji deo materice koji se proteže do vagine.
Jajovodi: Cevi koje nose jajašce od jajnika do materice.
Oplodnja: Sjedinjavanje jajašceta i spermatozoida.
Menstruacija: Mesečno izlučivanje krvi i tkiva obloge materice.
Jajnici: Dve žlezde koje sadrže hiljade nezrelih jajašaca.
Ovulacija: Periodično oslobađanje zrelog jajašca iz jajnika.
Sekrecija: Proces u kojem žlezde izlučuju određeni materijal u krvotok ili van tela.
Materica: Mali, šuplji, mišićni ženski organ gde se fetus prihvata i održava njegov razvoj od trenutka implantacije do rođenja.
Vagina: Kanal koji formira prolaz od materice do izlaza iz tela.

TABELA RESURSA 3B:

Ženski reproduktivni sistem - spoljašnje genitalije



1. Outer lip – velike usne
2. Inner lip – male usne
3. Opening of vagina – vaginalni otvor
4. Clitoris – klitoris/dražica
5. Urinary opening – mokraćni otvor
6. Anus – anus

Spoljašnje genitalije sastoje se od dva zaobljena sloja naborane kože: labia majora (ili spoljašnje usne) i labia minora (ili unutrašnje usne). Usne prekrivaju i štite vaginalni otvor. Unutrašnje i spoljašnje usne spajaju se u pubičnom području. Blizu vrha usana, unutar nabora nalazi se malo cilindrično telo koje se naziva klitoris. Klitoris se sastoji od istog tipa tkiva kao i glavić muškog penisa i veoma je osetljiv, i odgovoran je za seksualno zadovoljstvo žena. Njegova stimulacija može dovesti do toga da žena oseti intenzivan osećaj zadovoljstva koji se naziva orgazam. Mokraćna cev (uretra) je kratka cev koja sprovodi urin iz mehura van tela. Urin se izbacuje iz tela žene kroz mokraćni ili urinarni otvor. Vagina je mesto odakle izlazi menstrualna krv žene i takođe može biti izvor zadovoljstva za žene. Mokraćni otvor i vaginalni otvor čine područje koje se naziva trem vagine (vestibulum vaginae). Svi zajedno, spoljašnji ženski polni organi nazivaju se stidnica (vulva).

KLJUČNE REČI

Klitoris: Mali organ u gornjem delu usana koji je osetljiv na nadražaj.

Labia majora (spoljašnje usne): Dva kožna nabora (po jedan sa obe strane vaginalnog otvora) koji prekrivaju i štite polni organ, uključujući i trem vagine.

Labia minora (unutrašnje usne): Dva kožna nabora između velikih usana koja se protežu od klitorisa sa obe strane mokraćnog i vaginalnog otvora.

Mokraćna cev: Kratka cev koja sprovodi urin iz mehura van tela (organ u kome se urin zadržava u telu).

Mokraćni (urinarni) otvor: Mesto iz kojeg žena mokri.

Vaginalni otvor: Otvor u vagini odakle menstrualna krv izlazi iz tela.

Trem vagine: Područje spoljašnjih ženskih genitalija, koje se sastoji od vaginalnog i mokraćnog otvora.

Stidnica: Spoljašnji spolni organi žene, koji uključuju velike usne, male usne, klitoris i trem vagine.

TABELA RESURSA 3G:

Uobičajena pitanja o ženskom reproduktivnom sistemu i genitalijama

P. **Koliko dugo menstruacija treba da traje?**
O. Menstruacija se dešava kada zadebljana obloga materice i dodatna krv izlaze kroz vaginalni kanal. Menstruacija obično traje od tri do pet dana, iako svako trajanje između dva i sedam dana se smatra normalnim. Kada žena prvi put dobije menstruaciju, njeno trajanje i učestalost mogu biti neredovni. Ovo se takođe može desiti starijim ženama koje se približavaju menopauzi.

P. **Svest o plodnosti - Kada su žene i muškarci plodni?**
O. Žene: Kada devojka počne da ima menstruaciju, to znači da su njeni reproduktivni organi počeli da rade i da ona može da zatrudni ukoliko ima seksualni odnos. Žena je u mogućnosti da zatrudni samo u određene dane svakog meseca. Žena je plodna kada ovulira. Ovulacija je periodično ispuštanje sazrelih jajašaca iz jajnika. Ovo se obično dešava oko sredine menstrualnog ciklusa žene – oko 14 dana nakon što joj menstruacija počne. Međutim, zbog raznih faktora, uključujući stres, bolest i ishranu, ovulacija se može pojaviti u bilo koje vreme tokom menstrualnog ciklusa. Muškarci: Počevši od svoje prve ejakulacije, muškarac je plodan svaki dan i ima sposobnost da začne dete do kraja života.

P. **Mogu li nevine devojke da koriste tampone?**
O. Da. Nasuprot onome što neki ljudi misle, nevina devojka je jednostavno neko ko nije imao seksualni odnos. Bilo koja ženska osoba može da koristi tampon, bez obzira da li je ona nevina ili nije. Tamponi su kompresovani pamuk cilindričnog oblika. Oni se umeću u vaginu tokom menstruacije da upiju krv koja ulazi u vaginu iz materice. Žena ne može izgubiti nevinost pomoću tampona.

P. **Kako žena zna da li ima vaginalnu infekciju?**
O. Vaginalne infekcije su veoma česte, a većina žena ih dobije barem jednom u svom životu. Postoji mnogo mogućih znakova vaginalne infekcije. Neki uobičajeni simptomi su:

- Vaginalna iritacija, kao što su svrab, osip, ili bol;
- Sekret neugodnog mirisa;
- Gusti, beli grudvičast sekret (slične strukture kao sveži sir);
- Zeleni, žuti ili sivkast sekret;
- Često mokrenje ili peckanje kože tokom mokrenja.

Imajte na umu da će žene osećati ove simptome u različitoj meri. Ako imate bilo koji od ovih simptoma ili vaginalnu neugodnost, ili ako niste sigurni da li imate vaginalnu infekciju, trebate da se posavetujete sa zdravstvenim stručnjakom.

P. **Šta je klitoris?**
O. Klitoris je mali organ u gornjem delu stidnih usana. Sastoji se od istog tipa tkiva kao i glavić penisa. Veoma je osetljiv na stimulaciju.

P. **Što je masturbacija?**
O. Masturbacija se definiše kao trljanje, milovanje ili neka druga stimulacija polnih organa – penisa, vagine i grudi – kako bi se postiglo zadovoljstvo ili izrazila seksualna osećanja. Masturbacija je normalna i jedan od načina da saznamo više o svom telu. Mnogi ljudi, muškarci i žene, masturbiraju u nekom trenutku u svom životu. Ne postoji naučni dokaz da masturbacija uzrokuje ikakvo oštećenje na telu ili umu. Odluka o tome da li da pojedinac/ka masturbira ili ne prepuštena je ličnom izboru. Neke kulture, religije i pojedinci se protive masturbaciji. Ukoliko imate pitanja ili nedoumice u vezi masturbacije, trebalo bi da razgovarate sa pouzdanom odraslom osobom kao što je roditelj, profesor, duhovni vođa, ili medicinski radnik.

TABELA RESURSA 3H:

Priprema za posetu ginekologu:

Pre odlaska kod ginekologa, ne morate da obavite nikakve posebne pripreme osim uobičajenih higijenskih navika. Ginekolog će vas pitati o vašoj poslednjoj menstruaciji, pa ponesite svoju evidenciju o tome ako je vodite, ili barem pokušajte da se setite kada ste zadnji put imali menstruaciju.
Obično imate mogućnost da između dostupnih ginekologa izaberete onoga kod kojeg želite da idete. Takođe možete odabrati da li želite ženskog ili muškog ginekologa.
Kada uđete u ordinaciju kod ginekologa, on/ona će prvo obaviti razgovor sa vama.
Postaviće vam nekoliko pitanja; to su osnovna pitanja, ne nužno ovim redoslijedom:

- Vaše menstruacije. Kada ste je imali prvi put, da li su redovne, kada ste je imali poslednji put. Jesu li bolne, koliko dugo traju... Da li imate neke druge probleme.
- Nevinost – da li ste imali vaginalni seks. Ako je odgovor negativan, ali je potrebno obaviti pregled, on se može obaviti pažljivo kroz anus prstom, a ne vaginalno. To može biti neprijatno, ali ne bi trebalo da boli.
- Ako ste seksualno aktivni ili planirate da budete, a ne želite da imate decu u skorije vreme, možete razgovarati o tome koje metode kontracepcije i zaštite od SPI koristite (ili bi mogli početi da koristite).
- Ako planirate da zatrudnite, vaš ginekolog bi takođe trebalo to da zna tako da vam ona/on može pomoći kako bi osigurao da vi i vaša buduća beba budete što je moguće zdraviji.
- Ako ste trudni ili sumnjate da ste trudni, morate reći svom ginekologu pre pregleda.

Kako izgleda pregled?

Reći će vam da odete iza paravana i skinete svu odeću sa donjeg dela tela (osim čarapa), uključujući i donji veš. Obucite papuče i otiđite do stolice koja liči na sto. Lezite na rub stolice, podignite noge uvis i postavite pete u držače za noge. Vaše noge će biti raširene, a vaši intimni delovi će biti okrenuti prema stolici na kojoj će sediti Vaš doctor/ka.

Videćete neke instrumente svih oblika i veličina. Doktor će staviti rukavice i prvo će ispitati spoljašnje genitalno područje. On ili ona će pogledati da li ima znakova infekcije, kao što su upale, diskoloracija i sekret.

Bimanualni pregled

Noseći rukavice, doktor ili doktorka će ubaciti jedan ili dva prsta u vaginu. Koristeći drugu ruku, doctor/ka će pritiskati donji deo abdomena. On ili ona će proveriti da li ima bilo kakvih abnormalnosti u veličini i obliku unutrašnjih organa. Neki doktori/ke će zatim umetnuti prst u rektum da provere da ima bilo kakvih abnormalnosti i da provere stanje mišića koji odvajaju rektum i vaginu. Doktor/ka može istovremeno umetnuti prst u vaginu kako to bolje proverio/la. Važno je napomenuti da žene imaju pravo da se žale za vreme pregleda, ako se osećaju neprijatno. Isto tako, one imaju pravo da zahtevaju upotrebu sterilizovanih rukavica.

Doktor/ka će zatim uvesti spekulum u vaginalni kanal kako bi razdvojio vaginalne zidove, on/ona će izabrati instrument koji vam najbolje odgovara, i to je razlog zašto ih ima toliko mnogo. Instrumenti su tu samo da doctor/ka može dobiti bolji pristup vašim unutrašnjim genitalijama – to omogućava doktoru/ki da vizuelno pregleda vaginu i grlić materice. Doktor/ka će pregledati da li ima iritacija, izraslina ili preteranog cervikalnog sekreta. U nekim slučajevima, doctor/ka će koristiti štapić sa vatom da uzme uzorak cervikalne sluzi. Ovaj uzorak se zatim može testirati na spolno prenosive infekcije ili infekcije. Ako želite da vaš doctor/ka uradi ovaj test, svakako mu/joj to recite na početku pregleda.

Doktori/ke bi takođe trebalo periodično da naprave PAPA test. Koristeći lopaticu ili četkicu, doctor/ka će nežno sastrugati grlić mazterice da prikupi ćelija sa zida grlića. Ove ćelije će potom biti testirane na prisustvo prekancerogenih ili kancerogenih ćelija. Obično su potrebne tri sedmice da se dobiju ovi rezultati. Žena može da oseti blagu neprijatnost ili malo krvarenje tokom PAPA testa. Nakon što je doctor/ka obavio PAPA test, on ili ona će ukloniti spekulum i proveriti da li je došlo do iritacije vaginalnog kanala uzrokovane instrumentom.

Doktor/ka bi takođe trebalo da opipa vaše grudi kako bi proverio/la da nema kvržica, i takođe bi trebalo da vam kaže kako to sami da uradite.
Nije svaka promena ili kvržica na vašem telu nešto zbog čega biste se trebali zabrinuti, ali potrebno ih je pregledati jer ako su kancerogene, što se ranije otkriju veća su šanse da se taj problem reši bez komplikacija.

Redosled pregleda može da se razlikuje, ali se rutinski sastoji od gore navedenih koraka. On ne bi trebalo da bude bolan, ali može biti neprijatan. Ako ste napeti, naprezaćete mišiće i zbog toga ovaj pregled može biti bolan, stoga pokušajte da legnete i opustite sve svoje mišiće, jer pregled traje samo nekoliko minuta.

Dakle, trebalo bi da posetite ginekologa ako ste imali menstruaciju, ako ste seksualno aktivni, ako sumnjate da ste u drugom stanju, ako planirate trudnoću, da se informišete o kontracepciji i SPI; takođe, da biste bili sigurni da ste zdravi, da nemate SPI ili neku drugu infekciju i kao prevenciju raka jajnika, grlića materice i dojke. Ako imate akne ili druge kožne probleme, to može biti zbog hormonalnog poremećaja. Zbog tog ili drugih razloga, definitivno vredi posetiti ginekologa!

Radionica 28:
Hoću...Neću, Hoću...Neću

CILJ:
Diskutovati o izazovima sa kojima se susrećemo prilikom pregovaranja o apstinenciji ili o seksu u intimnim vezama.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri i Tabela resursa

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Za vreme trajanja ove aktivnosti neke mladiće možete zamoliti da odigraju ulogu žene i obrnuto. Ovo nije uvek lako za mlade ljude, i trebalo bi da bude predstavljeno kao opcionalno rešenje (alternativna procedura bila bi da se mladi ljudi uključe u raspravu, radije nego u igru uloga, a na osnovu prezentovanog scenarija). U slučaju igre uloga, vrlo je verovatno da će se pojedini mladi ljudi smejati tokom vežbe. Važno je shvatiti kako je taj smeh delom posledica nespretnosti, ili čak neprijatnosti, koju mladi ljudi mogu da osećaju dok igraju ulogu suprotnog pola ili dok gledaju kako drugi mladi igraju ulogu suprotnog spola. Trebalo bi da budete fleksibilni na ovakve reakcije i, ukoliko se ukaže pogodan trenutak, treba da podsetite učesnike/ce na diskusiju koju ste vodili tokom aktivnosti "Šta je to što zovemo rod" i da ih ohrabrite da razmisle o tome zbog čega bi mogli reagovati na određeni način kada vide muškarce kako preuzimaju tradicionalne uloge ili karakteristike žena, ili žene kako preuzimaju tradicionalne uloge ili karakteristike muškaraca.

Ukoliko to vreme dozvoli, ova aktivnost takođe može da posluži za igru uloga pregovaranja u vezi sa upotrebom kondoma u intimnoj vezi, ili pregovaranja oko nekih drugih pitanja kao što je odlučivanje o broju dece ili o tome kako trošiti prihod domaćinstva.

PROCEDURA:

1. Podelite učesnike i učesnice u četiri grupe i dodelite svakoj grupi temu za diskusiju iz sledeće tabele. Dve grupe će predstavljati muškarce (M1 i M2), a dve grupe će predstavljati žene (Ž1 i Ž2).

GRUPA	TEME ZA DISKUSIJU
M1	Razlozi zbog kojih muškarci žele da imaju seks u intimnoj vezi
M2	Razlozi zbog kojih muškarci ne žele da imaju seks u intimnoj vezi
Ž1	Razlozi zbog kojih žene žele da imaju seks u intimnoj vezi
Ž2	Razlozi zbog kojih žene ne žele da imaju seks u intimnoj vezi

2. Objasnite da će od grupa (ili volontera/ki iz svake grupe) biti napravljeni parovi kako bi se mogli voditi pregovori o apstinenciji i o seksu. Dajte grupama pet do 10 minuta da razgovaraju i da se pripreme za pregovore.

3. Prvi pregovori:
   Grupa M1 (muškarci koji žele da imaju seks) pregovara sa **grupom Ž2** (žene koje ne žele da imaju seks). Zamolite pojedince/ke ili grupe da pregovaraju, **zamišljajući da je reč o intimnoj vezi** u kojoj muškarac želi seks, ali žena ne želi.

4. Drugi pregovori:
   Grupa M2 (muškarci koji ne žele da imaju seks) pregovara sa **grupom Ž1** (žene koje žele da imaju seks). Igra uloga bi trebalo da bude izvedena na isti način kao i prethodno opisana. Nakon pregovora zamolite učesnike/ce da vam kažu kako su se osećali i šta su naučili iz vežbe.

5. U oba slučaja voditelji/ke bi trebalo na flipčart papir da zapišu najvažnije argumente, kako one ZA, tako i one PROTIV.

6. Otvorite diskusiju sa ostatkom grupe.

Pitanja za diskusiju:

1. Na koji način su ovi pregovori slični onome što se dešava u stvarnom životu?
2. Šta olakšava pregovore o apstinenciji sa intimnim partnerom/kom? A šta ih otežava?
3. Šta se dešava kada do pregovora dođe u trenutku zanosa, a ne pre toga? Da li tada stvari postaju lakše ili znatno teže?
4. Koji su razlozi zašto devojke žele da imaju seks? A koji zašto ne žele? (videti Tabelu resursa)
5. Koji su razlozi zašto mladići žele da imaju seks? A koji zašto ne žele? (videti Tabelu resursa)
6. Kako mladići reaguju ako devojka preuzme inicijativu i zatraži seks?
7. Mogu li muškarci ikada odbiti seks? Zašto i zašto ne?
8. Mogu li žene ikada odbiti seks? Zašto i zašto ne?
9. Da li je fer vršiti pritisak na nekoga da ima seks? Zašto i zašto ne?
10. Kako se mladići i devojke mogu nositi sa pritiskom od strane vršnjaka i partnera/ki da imaju seks?
11. Šta ste naučili iz ove vežbe? Kako to znanje možete da primenite na sopstvene odnose?

Završetak:

Mnogi faktori utiču na donošenje odluke o seksualnom odnosu ili o uzdržavanju od seksa. Kada je reč o ženama, strah od gubitka partnera ili nizak nivo samopoštovanja može ih navesti na to da prihvate seks. Među muškarcima, odluka o seksualnom odnosu može doći kao posledica pritiska vršnjaka ili društvene sredine da dokažu svoju muškost. Dalje, stilovi komunikacije, osećanja, samopoštovanje i nejednaki odnosi moći, sve to igra ulogu u pregovorima partnera o tome hoće li ili neće imati seks. Važno je biti savestan i znati kako ovi različiti faktori utiču na želje i odluke vas i vašeg partnera/ke. Takođe je važno zapamtiti da pregovori ne znače pobedu po svaku cenu, već iznalaženje najbolje situacije za obe strane.

TABELA RESURSA[85]

RAZLOZI ZBOG KOJIH MLADIĆI I DEVOJKE IMAJU SEX

- Da prekinu pritisak koji dolazi od njihovih prijatelja-ica/partnera-ki
- Da iskažu ljubavna osećanja u vezi
- Da izbegnu usamljenost
- Da dokažu svoju muževnost/ženstvenost
- Da dobiju naklonost ili da se osećaju voljenim/voljenom
- Da prime i postignu zadovoljstvo
- Jer veruju da to svi rade
- Da pokažu nezavisnost od roditelja i drugih odraslih osoba
- Da zadrže partnera/ku
- Ne znaju kako reći „ne“
- Da dokažu da su odrasli
- Da zatrudne ili postanu roditelji
- Da zadovolje znatiželju
- Nemaju ništa bolje da rade
- Da dobiju novac ili poklone
- Medijske poruke čine da to izgleda glamurozno
- Misle da će ih to izlečiti od HIV/AIDS-a

RAZLOZI ZBOG KOJIH MLADIĆI I DEVOJKE NEMAJU SEKS

- Zbog religioznih uverenja ili ličnih/porodičnih vrednosti
- Da izbegnu neželjenu trudnoću
- Da izbegnu SPI/HIV
- Da izbegnu povredu svog ugleda
- Da izbegnu osećaj krivice
- Jer se plaše da će biti bolno
- Da sačekaju pravog partnera/ku
- Nisu spremni/e
- Da sačekaju brak
- Da ne razočaraju svoje roditelje

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

Radionica 29:
Rizikujem kada...

CILJ:
Diskutovati o situacijama u životu mladih ljudi koje ih izlažu riziku od SPI, HIV i AIDS-a i/ili neplanirane trudnoće i identifikovati izvore podrške za smanjenje ovakvih rizika.

POTREBNI MATERIJAL:
Izbor fraza iz Tabele Resursa ispisanih na komadićima papira

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Važno je saslušati mlade ljude i razumeti njihove potrebe. Mnogi mladi ljudi se dovode u rizične situacije jer osećaju pritisak da odgovore na socijalne i rodne zahteve. Oni osećaju da biti "muževan" znači da ne mogu izraziti svoje iskrene emocije i osećanja.

Takođe je važno imati na umu da u osnovi mnogih ranjivosti mladih ljudi uopšte – leži politička posvećenost države zdravlju i edukaciji svojih ljudi. Dolazak do informacija i njihovo uključivanje u život pojedinca/ke ne zavisi samo od pojedinaca/ki već takođe i od faktora kao što su pristup obrazovanju i zdravstvenim uslugama. To takođe zavisi i od toga da li ljudi imaju moć uticaja na političke odluke i mogućnost da se suprotstave kulturnim barijerama. Da bi mladi ljudi napravili pozitivne promene u svojim životima od presudnog je značaja da programi pružaju mladim ljudima prilike da nauče i primenjuju veštine neophodne da se zaštite. Što je država više posvećena pružanju kvalitetnih resursa i programa za prevenciju HIV-a, veća je mogućnost da će mladi ljudi biti osposobljeni da donose zdravije odluke i vode odgovornije živote.

PROCEDURA:

1. Započnite aktivnost tako što ćete pitati mlade ljude da razmisle o situacijama koje ih mogu dovesti u rizik od SPI ili HIV-a. Na primer, ako osoba ne zna da upražnjavanje seksa bez kondoma povećava rizik od HIV-a, ta osoba je osetljivija na oboljenje nego neko ko ima ovu informaciju.

2. Zatim, zamolite učesnike i učesnice da se podele u manje grupe. Dajte svakoj grupi (par ili manja grupa od 4 učesnika/ce) list papira na kom je ispisana fraza iz Tabele resursa. Svaka grupa bi trebalo da ima različitu frazu. Svakom paru se može dati više od jedne fraze.

3. Zamolite svaki par da pročita svoju frazu, razgovara o tome šta to znači, i onda odluči da li se slaže sa tom tvrdnjom ili ne i zašto.

4. Kada završe, svaka grupa bi trebalo da pročita svoju frazu(e) naglas i podeli svoje odgovore sa ostatkom grupe.

5. Iskoristite sledeća pitanja kako biste započeli diskusiju sa mladim učesnicima i učesnicama.

Pitanja za diskusiju:

1. Smatrate li da su mladići posebno osetljivi na neplaniranu trudnoću, SPI i HIV? Zašto ili zašto ne?

2. Smatrate li da su devojke posebno osetljive na neplaniranu trudnoću, SPI i HIV? Zašto ili zašto ne?

3. U jednoj vezi, šta čini osobu ranjivom na dobijanje SPI ili HIV-a?

4. Koja kulturna uverenja izlažu mladiće riziku od SPI i HIV-a? Koja kulturna uverenja izlažu devojke riziku od SPI i HIV-a?

5. Kako su rodne norme povezane sa rizikom? (podsetite učesnike/ce na diskusiju iz aktivnosti **„Ponašaj se kao muškarac/Ponašaj se kao žena“** i kako pokušaj uklapanja u društvena očekivanja o tome šta znači biti muškarac i žena (kalupi) može imati negativne posledice na donošenje odluka i postupke.)

6. Šta bi jednom mladiću moglo da pomogne da se oseća i postupa manje rizično? Šta bi jednoj devojci moglo da pomogne da se oseća i postupa manje rizično?

7. Koje su alternative za neka najčešća rizična ponašanja mladih ljudi?

8. Kakvu podršku mladići i devojke trebaju da bi se zaštitili od SPI i HIV-a? Da li je ova vrsta podrške dostupna u zajednici?

Završetak:

Koreni mnogih rizičnih seksualnih ponašanja mladih ljudi su u velikoj meri pronađeni u načinu na koji se deca odgajaju i socijalizuju. Ova ponašanja često izlažu mladiće i devojke riziku. Kao mlada osoba, za vas je jako bitno da ste svesni toga kako rodne norme utiču na vaše odluke i ponašanja i da kritički razmišljate o uticaju tih odluka i ponašanja.

Veza

Crtani filmovi "Bio jednom jedan dečak" ("Once upon a Boy") i "Bila jednom jedna devojčica" ("Once upon a girl") mogu biti korisno sredstvo da pomognu učesnicima i učesnicama da identifikuju veze između načina na koji se mladi ljudi, dečaci i devojčice, odgajaju i raznih rizika sa kojima se oni mogu suočiti u svojim životima i vezama.

TABELA RESURSA:

RIZIKUJEM KADA...[86]

1. Rizikujem kada mislim da se ništa neće desiti meni.
2. Rizikujem kada želim da dokažem da sam mačo muškarac/prava devojka.
3. Rizikujem kada nemam nikoga da mi pomogne kada mi zatreba.
4. Rizikujem kada uradim nešto da bi se nekome svideo/svidela.
5. Rizikujem kada ću uraditi bilo šta da imam seks.
6. Rizikujem kada se plašim pokazati kako se osećam.
7. Rizikujem kada ne razmišljam o sebi.
8. Rizikujem kada ne vodim računa o simptomima SPI.
9. Rizikujem kada ne snosim odgovornost za vlastito seksualno ponašanje.
10. Rizikujem kada sam pod uticajem alkohola i droga.
11. Rizikujem kada imam više seksualnih partnera/ki.
12. Rizikujem kada ne razgovaram sa partnerom/partnerkom o tome kako sprečiti neplaniranu trudnoću.
13. Rizikujem kada imam seks sa nekim ko se nije testirao na HIV i AIDS.
14. Rizikujem kada ne koristim kondom dosledno i ispravno.

86 — Fraze prilagođene iz Álbum Seriado Adolescência e Vulnerabilidade. Projeto Trance esta Rede. São Paulo: GTPOS, 1998.

Radionica 30:
Adolescentska trudnoća

CILJ:
Promovisati veću svest o mogućim posledicama, implikacijama i osećanjima mladih ljudi koji postaju očevi/majke u adolescentskom dobu.

POTREBNI MATERIJAL:
Hemijske/obične olovke za sve učesnike i učesnice i Tabela resursa

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Uobičajeno je da se pitanje abortusa pojavljuje kao deo rasprave o neplaniranoj trudnoći. Ovo može biti veoma uzbudljiva i razdorna tema i veoma je bitno da voditelj/ka ne pokušava da nametne svoje stavove ili biti pristrasan, nego da se radije fokusira na kontekst zdravlja i ljudskih prava. Voditelj/ka bi trebalo da bude spreman/na na to da se bavi pitanjima i pogrešnim tumačenjima koja bi učesnici i učesnici mogli da imaju o abortusu i da pruži informacije o lokalnoj statistici, zakonima i službama.

PROCEDURA:

1. Ne otkrivajte naslov aktivnosti ili temu diskusije.
2. Kažite grupi da ćete naglas pročitati priču iz tri dela (videti Tabelu resursa). Objasnite da ćete nakon svakog dela postaviti nekoliko pitanja vezanih za svaki deo priče.
3. Nakon što završite priču, rezimirajte sesiju diskusijom o sledećim pitanjima.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li mladi ljudi u vašoj zajednici proživljavaju situacije slične Nikolinoj i Aninoj situaciji?
2. Šta možete učiniti da pomognete smanjenju broja neplaniranih trudnoća među mladim ljudima u vašoj zajednici?

ZAVRŠETAK:

U mnogim slučajevima mladići, što zbog neznanja ili zbog nedostatka zainteresovanosti, ne učestvuju u odlukama koje se tiče trudnoće. Devojke, isto kroz neinformisanost ili poteškoće u pristupu toj temi sa mladićem (posebno ako je to prvi put da imaju seks), mogu ostati trudne, a da to nisu prethodno planirale. Bitno je razmišljati o tome kako tradicionalne rodne uloge i odnosi moći vode ka ovakvim situacijama u kojima parovi ne razgovaraju o kontracepciji i onda se desi neplanirana trudnoća. Često, ako se i desi, razgovor o kontracepciji se dešava u zanosu kada kontracepciptivna sredstva možda nisu lako dostupna. Štaviše, kada partnerka zatrudni neki mladići mogu dovesti u pitanje da li su oni očevi. Ovakav stav može biti povezan sa strahom ili sa odbacivanjem verovatne promene životnog stila kao rezultata neplaniranog očinstva. Ova promena je predstavljena kao prelazak iz mladosti u zrelo doba i stoga je povezana sa gubitkom slobode. Ovo takođe otkriva nepoverenje prema ženama – pogotovo devojkama koje su možda imale više od jednog seksualnog partnera. Važno je zapamtiti da, iako trudnoća možda i nije najbolja opcija za mladića ili devojku, život se nastavlja dalje i da je najbolji put uvek tražiti podršku porodice, vršnjaka i drugih u zajednici.

TABELA RESURSA:

NIKOLINA PRIČA

Prvi deo

Nikola je sedamnaestogodišnji mladić koji živi sa porodicom u Banjaluci. U školi marljivo uči, voli da razgovara sa svojim prijateljima i igra fudbal kada god može. Jedne subote, dok se družio sa nekim prijateljima u gradu, Nikola je upoznao Anu, šesnaestogodišnju devojku. Bila je to ljubav na prvi pogled. Tog su popodneva satima pričali. Pre nego što su se razišli, zagrlili su se i poljubili. Takođe su se dogovorili da se sastanu na istom mestu za tri dana. Nikola je bio zaljubljen! Nikada ranije se nije tako osećao. Dok je te večeri hodao prema kući, Nikola nije mogao da prestane da misli na Anu. Puna tri dana je mislio na nju. Nikola je konačno pronašao ljubav svog života.

› Šta mislite, kako će završiti ova priča?

Drugi deo

Kada su se Nikola i Ana ponovo sastali bili su veoma srećni. Nakon toga, viđali su se gotovo svakog dana a kada su bili razdvojeni razgovarali su telefonom. Jednoga dana Nikolini roditelji su otišli da posete bolesnu tetku u Beogradu. Nikola je mislio da je to dobra prilika da pozove Anu kod sebe kući. Ko zna šta bi se moglo desiti, mislio je. Ana je stigla u dogovoreno vreme lepša nego ikada. Pričanje je ubrzo prešlo u ljubljenje koje je postajalo sve vatrenije.

- Ko bi u ovoj priči trebao misliti o kontracepciji? Ana ili Nikola?
- Šta je sa prevencijom SPI i HIV-a?
- Mislite li da je ijedno od njih preduzelo mere predostrožnosti? Zašto ili zašto ne?
- Šta mislite, kako će završiti ova priča?

Treći deo

Nikola i Ana su imali seksualni odnos ali nisu koristili nikakvu zaštitu. Na putu kući, Ana je počela da brine o tome što su upravo uradili. Možda nije trebalo da dopusti da se to desi. Šta bi pomislila njena porodica i prijatelji kada bi znali da ona više nije devica? Nikola je takođe bio zabrinut. On se pitao šta bi njegovi roditelji mislili kada bi znali da je doveo Anu u njihovu kuću. Naredne dve sedmice Nikola je pokušavao da izbegava Anu. Ona ga je zvala svaki dan ali on je uvek nalazio izgovore da ne razgovara sa njom. Onda, nakon mesec dana, Nikola je primio poziv od Ane koja je plakala i bila veoma uznemirena. Ana je rekla Nikoli da je trudna i da ne zna šta da učini.

- Šta mislite zašto su oni imali seks bez upotrebe kondoma ili bilo koje druge metode kontracepcije?
- Šta mislite šta je Nikola osećao kada je otkrio da je Ana trudna?
- Šta prolazi kroz glavu mladića kada otkrije da mu je devojka trudna?
- Šta prolazi kroz glavu devojke kada otkrije da je trudna?
- Kakve izbore Nikola i Ana imaju?
- Kako će činjenica da će imati dete promeniti Nikolin život? Kako će promeniti Anin ivot?
- Kako će reagovati Nikolini roditelji? Kako će reagovati Anini roditelji?
- Da li porodice, vršnjaci i zajednice drugačije reaguju na mladića koji će postati otac ili na devojku koja će postati majka? Zašto ili zašto ne?
- Šta mislite, kako će završiti ova priča?

Godina 3:

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava

Drugo polugodište:
Polno prenosive infekcije, kontracepcija i prava

SEKSUALNA I REPRODUKTIVNA PRAVA I ZDRAVLJE – OPŠIRNIJE

Biti svestan svojih seksualnih i reproduktivnih prava je važan korak ka osiguranju našeg seksualnog i reproduktivnog zdravlja i da imamo ravnopravnije i ispunjenije intimne veze. Drugim rečima, žene koje smatraju da imaju pravo da iskuse zadovoljstvo sa kim god to žele, i koje veruju da su sposobne da odrede pravi trenutak da imaju decu, imaju tendenciju da budu zdravije i srećnije u vezi i, generalno, u životu.

Šta su seksualna i reproduktivna prava?

Seksualno i reproduktivno zdravlje ne odnosi se samo na jednostavno odsustvo bolesti, već na potpuno fizičko, mentalno i društveno blagostanja u svim aspektima seksualnosti, uključujući i reproduktivni sistem i njegove funkcije. Seksualno i reproduktivno zdravlje uključuje sposobnost da imamo siguran i zadovoljavajući seksualni život, slobodu da se reprodukujemo i da odlučimo da li ćemo, kada i koliko puta to da učinimo, i potrebne informacije i pristup efikasnim, sigurnim i odgovarajućim metodama planiranja porodice. Iako se seksualna prava i reproduktivna prava međusobno povezana, takođe je važno prepoznati kako se razlikuju. Na primer, seks nije uvek vezan za reprodukciju - ljudi imaju pravo da dožive seksualno zadovoljstvo bez ikakve namere reprodukcije. Osim toga, rasprave o seksualnim i reproduktivnim pravima su često ograničene na reprodukciju i sigurniji seks, uključujući teme kao što su abortus, sigurno očinstvo i majčinstvo, i prevencija SPI i HIV i AIDS-a. Retko je pravo na seksualno zadovoljstvo prepoznato ili se o njemu razgovara, kao ni faktori potrebni za realizaciju seksualnog zadovoljstva, koji uključuju pozitivnu sliku tela; sposobnost da imamo veze koje se zasnivaju na odgovornosti i poštovanju; i praksa dobrog seksualnog zdravlja, od prevencije SPI i HIV-a do redovnih lekarskih pregleda. Isti faktori koji su potrebni za realizaciju seksualnog zadovoljstva su od suštinske važnosti za druga pitanja seksualnih i reproduktivnih prava, uključujući prevenciju seksualnog nasilja, smrtnost majki, a u nekim zemljama, posebno u Africi, sakaćenje ženskih genitalija. Među ostalim faktorima, kondomi mogu igrati važnu ulogu u osiguravanju da i muškarci i žene imaju pravo na zdrave i ugodne seksualne odnose. Često nazivani "dvostruka zaštita", kondomi istovremeno štite od neplanirane trudnoće i SPI/HIV infekcija. Iako kondomi imaju različita značenja u različitim vezama (npr. bračni parovi u odnosu na povremene partnere/ke), važno je da su uvek povezani sa dijalogom i brigom, kako za sebe tako i za partnera/ku. Pojedinci/ke imaju pravo da dožive zadovoljstvo na različite načine sve dok postoji saglasnost od strane svih uključenih. Na ovaj način, poštovanje za seksualne različitosti je osnova da se garantuje pravo na seksualno zadovoljstvo. Istopolne veze zaista dobijaju sve više poštovanja u različitim okruženjima; međutim, potreban je mnogo veći napredak. U mnogim porodicama, školama, na radnim mestima i drugim društvenim okruženjima, homoseksualni i biseksualni muškarci i žene suočavaju se sa gnušanjem, strahom i predrasudama. Ovakve rekacije obično se javljaju zbog nedostatka znanja i razumevanja o homoseksualnosti. Promovisanje diskusije i razumevanja homoseksualnosti je ključ za izgradnju raznovrsnijeg i jedinstvenog društva.

SEKSUALNA PRAVA I REPRODUKTIVNA PRAVA

Seksualna prava uključuju pravo da doživljavamo svoju seksualnost sa zadovoljstvom i bez osećaja krivice, stida, straha ili prisile, nezavisno od našeg građanskog statusa, starosnog uzrasta ili fizičkog stanja. Svi ljudi imaju pravo da žive svoje fantazije sve dok one ne štete drugima; da odluče da li će ili neće biti seksualno aktivni; da odluče kada će imati seksualne odnose; i da izaberu načine koji im donose zadovoljstvo, sve dok postoji saglasnost obe strane (kada su oboje odrasli). Seksualna prava takođe uključuju pravo na izražavanje seksualne orijentacije i sobodan izbor partnera/ke bez diskriminacije. Uobičajena narušavanja seksualnih prava žena uključuju sakaćenje genitalija, seksualno uznemiravanje, zlostavljanje i iskorišćavanje.

Reproduktivna prava se odnose na osnovno pravo svih ljudi da odluče, slobodno i odgovorno, da li žele da imaju decu i, ako je tako, broj dece koju žele da imaju, kao i vreme rađanja dece i razmak između njih. Ova prava uključuju pravo na informacije i usluge i sredstva da donose odluke o reprodukciji i reproduktivnom zdravlju bez diskriminacije, prisile ili nasilja. Ravnopravna podela odgovornosti između muškaraca i žena za podizanje dece je takođe obuhvaćena ovim pravima, kao što je porodiljsko odsustvo za majke i očeve i zaštita od diskriminacije na radnom mestu zbog trudnoće ili toga što imaju decu.

Pokreti i konferencije: potraga za pravima

Način na koji se doživljava seksualnost prati transformacije koje se dešavaju u društvu. Ženski pokret doveo je u prvi plan koncepte kao što su osnaživanje i rodna ravnopravnost, što je zauzvrat pomoglo da se skrene pažnja na potrebe seksualnog i reproduktivnog zdravlja žena i muškaraca. Pilule za kontracepciju takođe su odigrale važnu ulogu u promeni percepcije ženske seksualnosti, otvarajući nove diskusije i debate na polju reproduktivnog zdravlja vezano za teme kao što su seksualne slobode, zadovoljstva, želje i seksualno nasilje. Prihvaćena je činjenica da je odnos između doktora i pacijenata povremeno izgledao nehumano i preterano autoritativno, što je dovelo do pojavljivanja pokreta koji su zahtevali humanizaciju porođaja i drugih medicinskih usluga za žene. Pojava HIV-a i AIDS-a otvorila je nove rasprave o tome kako pristupiti seksualnosti, posebno među ranjivim grupama kao što su žene i mladi. Uvedene su teme kao što su briga o sebi, siguran seks i upotreba kondoma, sa posebnim fokusom na najosetljivije kategorije stanovništva. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju (1994) i Četvrta konferencija o ženama (1995) predstavljaju međunarodnu prekretnicu u priznavanju seksualnih i reproduktivnih prava, proširujući jezik ljudskih prava da uključi seksualnost.

DA LI JE ABORTUS PRAVO?

Jedna od najkontroverznijih tema u okviru seksualnih i reproduktivnih prava je abortus. Važno je imati na umu, kada se raspravlja o pravu na abortus, kao i o drugim seksualnim i reproduktivnim pravima, da su različitost i individualni izbor u srcu onoga na šta se misli kada se kaže "pravo." Mi, autori ovog priručnika, smatramo da je odgovornost sekularne države da garantuje slobodu izbora žene u vezi sa abortusom. Religije, naravno, imaju pravo da ustanove svoje vlastite doktrine i moral - ove doktrine i moral, međutim, ne bi trebalo kodifikovati u zakone i na taj način nametnuti verska uverenja kroz pravna sredstva. Reprodukcija je izbor. To nije samo biološki proces nego proces kojeg takođe oblikuju kulturne, društvene i političke sile i strukture moći, kao i lične vrednosti, iskustva i očekivanja. Verujemo da zakonska ograničenja o abortusu uskraćuju ženama reproduktivno pravo odlučivanja da li i kada će imati decu. Međutim, mnogi pojedinci/ke – i mnoge kulturne institucije – ne slažu se, tvrdeći da nakon trenutka začeća, izbor da li zadržati dete ili ne, više ne bi trebalo da bude u rukama žene; to jest, to više nije njeno pravo.

Da li mladi ljudi takođe imaju seksualna i reproduktivna prava?

Seksualna i reproduktivna prava su ljudska prava, a samim tim i prava mladih. Međunarodna konferencija o populaciji i razvoju poseban fokus je stavila na odgovorno i zdravo seksualno ponašanje mladih, i zalagala se za dostupnost odgovarajućih i adekvatnih savetovanja i usluga, kao i priznanje da sama informacija nije dovoljna da se transformišu stavova i ponašanja. U nekim zemljama, sve veći broj trudnoća i HIV infekcija među devojkama postao je primarni fokus većine programa i aktivnosti usmerenih ka mladima, sa informacijama o seksualnosti i seksu. Međutim, zdravije seksualne veze, uključujući i izbor da li i kada imati dete, na primer, ne mogu biti zagarantovane bez prepoznavanja i razgovora o znanju, željama, odlukama i samostalosti devojaka.

MLADI I SEKSUALNO NASILJE I SEKSUALNO ISKORIŠĆAVANJE

Važno pitanje u okviru seksualnih i reproduktivnih prava mladih je seksualno nasilje nad decom i seksualno iskorišćavanje dece. Seksualno nasilje je bilo koji oblik agresije ili seksualnog odnosa u kome ne postoji pristanak, a seksualno iskorišćavanje uključuje prakse kao što su pornografija, prostitucija i seksualna trgovina. Pristanak se može dati samo ako je pojedinac/ka u stanju da shvati šta je to na šta pristaje i šta pristanak znači. Generalno je prihvaćeno da deca mlađa od 12 godina nikad nisu u stanju da pristanu na seksualnu aktivnost i da mladi ljudi u uzrastu od 12 do 18 godina nisu u stanju da pristanu na seksualne odnose, osim pod određenim okolnostima koje uključuju seksualnu aktivnost sa vršnjacima. Mladi, kao i odrasle osobe, NISU u stanju da daju pristanak, ako žive u klimi zlostavljanja, seksualnog iskorišćavanja, prisile ili nasilja, niti su mladi ispod osamnaest godina u stanju da daju pristanak za bilo kakve seksualne aktivnosti sa starijim osobama na položajima autoriteta.

Kako možemo razgovarati sa muškarcima o kontracepciji?

Dok se u većem delu sveta kontracepcija još uvek smatra "brigom žene", sve je veći broj muškaraca koji brinu o kontracepciji. Međutim, mnogi muškarci još uvek imaju mnogo zabluda i nedoumica u vezi sa upotrebom kontraceptivnih sredstava. Na primer, iako su kondomi često najbolji izbor za mušku kontracepciju – koji služe i kao zaštita od SPI i kao kontraceptivno sredstvo – mnogi muškarci se osećaju nesigurno da koriste kondom, plašeći se da će to smanjiti njihovo seksualno zadovoljstvo ili da će izgubiti erekciju. Sve više, u diskusijama o upotrebi kondoma koje vode sa mladima, zdravstveni edukatori/ke se fokusiraju na njegove prednosti u smislu dvostruke zaštite – to jest, naglašavaju da su kondomi pogodni za izbegavanje trudnoće i za prevenciju SPI. Štaviše, većina edukativnih programa o seksu je takođe uvidela značaj promovisanja načinâ na koje se upotreba kondoma može uključiti u seksualne igre ili predigru i, generalno, predstavljanja kondoma kao erotičnog i zavodljivog stimulansa u seksualnom odnosu. I dok se u nekim zemljama sprečava otvorena diskusija o upotrebi kondoma, njegova povećana upotreba je bila presudna za smanjenje stope prenošenja HIV-a u mnogim zemljama.

Konačno, trebalo bi istaknuti da je promovisanje veće upotrebe kontraceptivnih sredstava od strane mladića potrebno ali ne i dovoljno. Pored toga, ili kao način da postanu više uključeni u upotrebu kontraceptivnih sredstava, trebalo bi stvoriti osećaj kod mladića o njihovoj ulozi kao prokreativnih i reproduktivnih pojedinaca koji bi zajedno sa svojim partnerkama trebalo da odluče da li i kako da imaju decu.

Šta kada je reč o HIV-u i AIDS-u?

U zemljama Zapadnog Balkana, kao i u mnogim drugim sredinama, mladi su jedna od najugroženijih grupa za HIV infekciju.[86] Rigidne rodne norme o seksualnosti i intimnim odnosima, kao i upotreba supstanci i druga ponašanja vezana za zdravlje, mogu ugroziti mlade i njihove partnere/ke. Socio-kulturološke norme o muškoj snazi i samopouzdanju, na primer, mogu sputavati mladiće da traže informacije ili da priznaju svoje neznanje o seksualnim pitanjima, i na taj način ih navesti da se uključe u rizična ponašanja koja i njih i njihove partnere izlažu riziku.

Siromaštvo, upotreba supstanci, porodični stres ili raspad porodice zbog migracije, izolacija u zatvorenim institucijama poput zatvora ili vojske, takođe stavljaju mladiće u situaciju još veće ugroženosti. Rad sa mladima podrazumeva razmišljanje o njihovim potrebama uz istovremeno prepoznavanje njihovog neverovatnog potencijala kao nosilaca promene. Uveravanje mladića i devojaka da preispitaju idealizovanu ili stereotipnu predstavu muškosti može dovesti do promena u stavu i ponašanju – čak i u slučajevima kada su mladići i devojke već usvojili ove ideje – pod uslovom da radimo sa mladićima i devojkama kako bismo im pokazali koje prednosti oni i njihovi partneri/ke mogu da imaju od promene njihovog ponašanja. Ovim pitanjima ćemo se detaljnije posvetiti u delu o HIV i AIDS-u.

86 — 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, SPI i HIV i AIDS

CILJ:
Povećati znanje o SPI i HIV i AIDS-u i značaju dijagnoze i lečenja.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir, markeri, komadići papira i dovoljan broj kopija Tabele resursa A i B da se podeli svim učesnicima i učesnicama.

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Pre sesije istražiti najnovije informacije o SPI i prenosu HIV-a, lokalnim i/ili nacionalnim statističkim podacima o HIV i AIDS-u (broju zaraženih osoba, najčešćim načinima prenošenja, starosnom uzrastu zaraženih osoba, očekivanom trajanju života, itd.), razlici između toga šta znači biti HIV pozitivan i imati uznapredovali AIDS i sadašnjem pristupu lečenju. To su teme koje se obično javljaju tokom ove aktivnosti. Takođe se preporučuje da pozovete neko osoblje lokalne zdravstvene ustanove ili nevladine organizacije koja poseduje znanja o ovim temama i može odgovoriti na pitanja i zabrinutosti učesnika i učesnica.

PROCEDURA:

1. Pre sesije napravite kopije Tabele resursa A BEZ naziva SPI u prvoj koloni i napisati nazive SPI na list flipčart papira.

2. Podelite učesnike i učesnice u manje grupe i dajte svakoj grupi kopiju Tabele resursa bez naziva SPI u prvoj koloni.

3. Kažite učesnicima i učesnicama da bi trebalo da pročitaju i diskutuju o informacijama o simptomima/posledicama i lečenju i da od seksualno prenosivih infekcija koje ste izlistali na flipčart papiru pokušaju da prepoznaju odgovarajuće.

4. Kada završe, pregledajte tačne odgovore zajedno sa njima.

5. Pitajte učesnike i učesnice šta znaju o HIV i AIDS-u. Napravite beleške na flipčart papiru. Naglasite vezu između SPI i HIV-a (videti tabelu ispod). Objasnite da HIV i AIDS nema uvek vidljive simptome i da je jedini način da neko sazna da li je zaražen HIV-om testiranje krvi. Pregledajte sadržaj Tabele resursa B.

6. Podelite učesnike i učesnice u dve ili tri manje grupe. Zamolite grupe da urade igru uloga koja objašnjava koji su simptomi SPI i HIV i AIDS-a.

Sugerišite da se igra uloga može odigrati između dva prijatelja/prijateljice, roditelja i sina/kćerke, doktora/ke i pacijenta/kinje, sveštenika i mladog člana crkve, profesora/ke i učenika/ce, itd.

7. Nakon otprilike 20 minuta zamolite grupe da izvedu svoje igre uloga pred svim ostalim učesnicima/cama.

8. Iskoristite sledeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

Pitanja za diskusiju:

1. Šta bi mladi ljudi trebalo da učine kada misle da možda imaju SPI? Sa kim bi trebalo da razgovaraju?

2. Kako bi mladić trebalo da obavesti svoju devojku da ima SPI i da ju je možda i njoj preneo?

3. Kako bi devojka trebalo da obavesti svog momka da ima SPI i da ju je možda i njemu prenela?

4. Kako bi mladić slučajnoj poznanici trebalo da kaže da ima SPI i da ju je možda i njoj preneo?

5. Zašto je tako teško govoriti o SPI?

6. Zašto je tako teško govoriti o HIV i AIDS-u? Da li je znanje o HIV i AIDS-u promenilo seksualne navike mladih ljudi? Zašto ili zašto ne?

7. Koji faktori otežavaju mladiću/devojci da izbegne zaraženost HIV i AIDS-om? Koji faktori otežavaju devojci da izbegne zaraženost HIV i AIDS-om?

8. Kako se možete suočiti sa ovim faktorima u vlastitim životima i vezama?

NAPOMENA: Ako vreme dozvoli, pregledajte i diskutujte o nekim od uobičajenih mitova o SPI koji su navedeni u Tabeli resursa C.

Završetak:

Zbog njihove uloge u povećavanju rizika od HIV infekcije, SPI zaslužuju posebnu pažnju. U raznim delovima sveta, mladi ljudi imaju povećanu stopu SPI i često ignorišu takve infekcije ili se oslanjaju na domaće lekove ili samolečenje. Štaviše, mnoge SPI ne pokazuju simptome kod muškaraca ili žena. Iz ovog razloga vrlo je važno misliti, diskutovati i planirati kako najbolje zaštititi sebe i svoje partnere/ke od SPI, bilo kroz apstinenciju, vernost, smanjenje broja partnera/ki i/ili pravilnu i doslednu upotrebu kondoma. Ukoliko primetite bilo koji simptom SPI, trebalo bi smesta da se obratite zdravstvenom radniku/ci. Važno je imati na umu etička pitanja uključena pri suočavanju sa SPI i HIV i AIDS-om i svoju odgovornost da komunicirate sa vašim seksualnim partnerom/kom (ili partnerima) ukoliko imate SPI ili HIV i AIDS.

TABELA RESURSA A:

SPI – simptomi, posledice i lečenje[87]

SPI	SIMPTOMI I POSLEDICE	LEČENJE
KLAMIDIJA	Prouzrokovana bakterijom. Poznata kao "tiha" bolest jer tri četvrtine zaraženih žena i polovina zaraženih muškaraca nemaju simptome. Infekcija se često ne dijagnostikuje ili leči dok se ne razviju komplikacije. Kod žena se često nalazi u grliću materice i mokraćnom kanalu. Muškarci mogu imati sekret iz penisa, osećaj peckanja tokom uriniranja, peckanje i svrbež oko penisa i bol i oticanje testisa.	Lako se može tretirati i izlečiti antibioticima.
GENITALNA HPV INFEKCIJA (HPV JE LJUDSKI PAPILOMA VIRUS) – NAZIVA SE JOŠ I GENITALNE BRADAVICE	Naziv grupe virusa koja uključuje 100 različitih vrsta. Više od 30 ovih virusa su seksualno prenosivi i mogu zaraziti genitalno područje muškaraca i žena. Većina ljudi koji postanu zaraženi neće imati simptoma i očistiće infekciju sami. Neki od ovih virusa se nazivaju "visokorizični" tipovi i mogu dovesti do raka grlića materice, stidnice, vagine, anusa ili penisa. Drugi se nazivaju "niskorizični" tipovi i mogu prouzrokovati blage abnormalnosti u Papa-testu ili genitalne bradavice. Genitalne bradavice su pojedinačne ili višestruke izrasline koje se pojavljuju u genitalnom području i izgledaju kao mala čvrsta kvržica ili skup kvržica. Počinju kao male bezbolne tačke ali toplota i vlažnost mogu učiniti da porastu. Neke se ne mogu videti golim okom. Postoji test koji je stvoren sa ciljem da se pronađu određeni tipovi virusa na grliću materice kod žena koji mogu prouzrokovati rak grlića materice. Za sada ne postoji odobren test za muškarce. Naučnici i dalje istražuju kako da najbolje snime analni rak i rak penisa kod muškaraca koji su izloženi najvećem riziku od ovih bolesti.	Za viruse ne postoji tretman niti lek. Dijagnoza genitalnih bradavica obično se pravi direktnim vizuelnim pregledom. Postoji procedura uvećavanja za lociranje bradavica na grliću. Genitalne bradavice se mogu tretirati lekovima, ukloniti (operacijom) ili zamrznuti. Tretiranje genitalnih bradavica možda neće nužno smanjiti šansu da osoba prenese HPV na svog seksualnog partnera. Ukoliko se ne tretiraju, genitalne bradavice mogu nestati, ostati iste veličine ili porasti (u veličini ili broju). Neće preći u rak i pretiti vašem zdravlju. Rak penisa i analni rak mogu se lečiti novim oblicima operacije, terapijom zračenja ili hemoterapijom.
GONOREJA	Prouzrokovana je bakterijom. Simptomi se javljaju dva dana do četiri nedelje nakon izlaganja. Uključuju bolno uriniranje, ispuštanje materije (sekreta) u vidu gnoja, kvržice na grliću materice, iritaciju i bolne pokrete creva. Kako oboljenje napreduje, dešava se bol u donjem abdomenu, povraćanje, temperatura i neredovni menstrualni ciklusi. Kod žena može dovesti do karličnog zapaljenja (PID), sekundarne infekcije koja može prouzrokovati sterilitet. Pronalazi se u grliću materice, materici i jajovodima kod žena, a u mokraćnom kanalu i kod žena i kod muškaraca. Bakterija se takođe može pronaći u ustima, grlu i anusu.	Leči se antibioticima. Postoji dosta otpornih vrsta što tretiranje čini težim. Ukoliko se simptomi zadrže i nakon lečenja, osoba bi trebalo da se vrati doktoru ili u kliniku po druge antibiotike.
HEPATITIS A	Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, semenu i telesnoj tečnosti. Može se preneti sa jedne zaražene osobe na drugu za vreme seksualnog kontakta. Može prouzrokovati oticanje jetre, ali uobičajeno ne izaziva trajno oštećenje jetre.	Obično se stanje hepatitisa A poboljšava samo od sebe.

87 — 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, semenu i telesnoj tečnosti. Može se preneti sa jedne zaražene osobe na drugu za vreme seksualnog kontakta. Prouzrokuje oticanje jetre i može se desiti oštećenje jetre. Većina ljudi će se rešiti virusa nakon nekoliko meseci. Neki ljudi nisu u stanju da se reše virusa što infekciju čini hroničnom ili doživotnom. To može dovesti do izobličenja jetre nazvanog cirozom, slabosti jetre i takođe može dovesti do raka jetre.	Akutni oblik se obično oporavi sam od sebe. Većina ljudi razvije imunitet na virus i nakon oporavka ga ne mogu preneti drugim ljudima. Neko sa hroničnim, (dugotrajnim) oblikom i dalje nosi virus i može ga preneti drugima.
HEPATITIS C	Prouzrokuje ga virus prisutan u ljudskoj krvi, semenu i telesnoj tečnosti. Može se preneti sa jedne zaražene osobe na drugu deljenjem prljavih igala, šprica i druge opreme za uzimanje droge. Prenos seksualnim putem je redak ali možete biti izloženi riziku ako ste seksualni partner nekome ko ima hepatitis C ili nekome ko je drogu uzeo injekcijom. Mogu da prođu godine pre nego što neko pokaže bilo kakve znakove oboljenja. Izaziva oticanje i oštećenje jetre. Većina ljudi koji su zaraženi razvija hroničnu infekciju. To može dovesti do izobličenja jetre nazvanog cirozom, slabosti jetre i takođe može dovesti do raka jetre.	Ne postoji lek ali se može tretirati da bi se virus kontrolisao.
GENITALNI HERPES	Prouzrokuje ga herpes simpleks virusni tip 1 (HSV- 1) i tip 2 (HSV-2). Većina ljudi ili nema nikakve ili ima minimalne znakove ili simptome HSV-1 i HSV-2 infekcije. Kada se znakovi pojave, pojave se kao jedan ili više plikova na genitalijama ili oko genitalija i rektuma. Plikovi pucaju ostavljajući smekšane čireve (ranice) kojima može trebati od dve do četiri nedelje da zacele nakon što se prvi put pojave. Tipično, ponovno izbijanje se može desiti nedeljama ili mesecima nakon prvog, ali gotovo uvek je to manje ozbiljno i kraće je nego prvi put. Iako infekcija neprestano može ostati u telu, broj ponovnih izbijanja plikova ima tendenciju smanjenja nakon određenog broja godina.	Nema tretiranja koje može da izleči herpes ali antivirusni lekovi mogu skratiti i sprečiti izbijanja plikova tokom vremena u kom osoba koristi lekove.
SIFILIS	Prouzrokuje ga bakterija koja se može preneti sa osobe na osobu direktnim kontaktom sa ranicama koje se mogu naći uglavnom na spoljnim genitalijama, vagini, anusu ili rektumu. Ranice se mogu naći i na usnama i ustima. Trudnice sa ovim oboljenjem mogu ga preneti bebama koje nose. Vreme 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 su obično čvrsti, okrugli, mali i bezbolni i pojavljuju se na mestu na kom je bakterija ušla u telo. Ovi čirevi olakšavaju prenosivost i postizanje HIV infekcije seksualnim putem. Čirevi traju od tri do šest nedelja i zaceljuju bez lečenja. Međutim, ako se ne sprovede adekvatno lečenje, infekcija će napredovati u sekundarni stadijum okarakterisan osipom kože i povredom sluzne membrane. Drugi simptomi sekundarnog stadijuma mogu uključivati temperaturu, otečene limfne žlezde, bolno grlo, gubitak kose u vidu pega, glavobolje, gubitak telesne težine, bolove u mišićima i zamor. Ovi znakovi i simptomi će nestati sa ili bez lečenja, ali bez lečenja će infekcija uznapredovati do latentnih i kasnih stadijuma bolesti tokom kojih bolest posledično može oštetiti unutrašnje organe, uključujući i mozak, nerve, oči, srce, krvne sudove, jetru, kosti i zglobove. Ova unutrašnja šteta može se pojaviti nakon mnogo godina. Ona može biti dovoljno ozbiljna da prouzrokuje smrt.	Lako se leči antibioticima u ranim fazama. Ljudima koji su alergični na penicilin dostupni su drugi antibiotici. Tretiranje će ubiti bakteriju i sprečiti dalja oštećenja ali neće popraviti već učinjenu štetu.

TABELA RESURSA B:

UČENJE O HIV-U I AIDS-U

Šta je HIV?

H = humani; ljudski (pronalazi se samo kod ljudi)
I = imunodeficijencija; nedostatak imuniteta (oslabljuje imuni sistem)
V = virus (tip mikroba)

Šta je AIDS?

A = stečen (steći nešto sa čim niste rođeni)
I = imunološki (telesni odbrambeni sistem koji obezbeđuje 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 se dešava kao rezultat zaraženosti HIV-om. AIDS je skup bolesti/oboljenja koja su rezultat oslabljenog imunog sistema. Osoba može imati HIV dugo pre nego što razvije AIDS.

HIV živi u četiri tipa telesnih tečnosti:

- Krvi
- Semenu – tečnost koju muškarci izbacuju kada su seksualno uzbuđeni
- Vaginalnoj tečnosti – tečnost koju žene izlučuju kada su seksualno uzbuđene
- Majčinom mleku

Ove vrste telesnih tečnosti omogućavaju širenje virusa sa jedne osobe na drugu. Sve ove tečnosti imaju bela krvna zrnca, a to su tipovi ćelija koje HIV napada ili zaražava. Da bi se osoba zarazila HIV-om, virus mora ući u telo. Ako bilo koja od ove četiri tečnosti dođe u kontakt sa telom, osoba je u riziku od zaraze HIV-om. Ispod su navedeni primeri na kojim sve mestima virus može ući u telo.

- Sluzokoža vagine
- Koža penisa
- Sluzokoža rektuma (anusa)
- Vene
- Posekotine, ozlede ili otvorene rane na telu
- Usta (kroz posekotine ili ranice)
- Sluzokoža jednjaka (npr. kod novorođenčeta koje sisa)

Vrste ponašanja koje bi mogle omogućiti tečnostima da uđu u telo i tako dovedu osobu u rizik od zaraze HIV-om, uključuju sledeće:

Nezaštićeni seksualni odnos

- Vaginalni, analni ili oralni odnosi

TABELA RESURSA B:

Kontakt krvi sa krvlju

- Transfuzija krvi (na mestima gde krv nije testirana i gde se zaražena krv može donirati)
- Tradicionalno ukrašavanje tela ožiljcima/skarifikacija (deljenjem nesterilizovanih žileta ili drugih instrumenata)
- Obrezivanje (deljenjem nesterilizovanih žileta ili drugih instrumenata)
- Intravenozna upotreba droga (deljenjem zatrovanih igala)

Prenos sa majke na dete (takođe se naziva vertikalna transmisija)

- Dok je majka trudna (u retkim slučajevima)
- Kada se beba rodi tj. tokom porođaja
- Tokom dojenja, bez upotrebe relevantne preporuke za sigurnije dojenje

VEZA IZMEĐU SPI I HIV INFEKCIJE

Sve veći broj dokaza ukazuje da prisutnost SPI povećava podložnost na HIV. Konkretno, ulcerativne SPI, kao što su genitalni herpes i sifilis, povećavaju podložnost čoveka na HIV, jer čirevi kidaju kožnu barijeru. Međutim, prisutnost drugih SPI takođe se dovodi u vezu sa porastom rizika od prenosa HIV-a. Štaviše, prisutnost SPI u HIV pozitivnoj osobi može povećati virusne duplikate u genitalnoj tečnosti olakšavajući prenos virusa. Iz ovih razloga, kontrolisanje SPI ima potencijal da odigra važnu ulogu u prevenciji HIV-a. Neki programi koji se fokusiraju na kontrolisanje SPI i njihovo lečenje su pokazali smanjenu učestalost HIV-a. Takođe je bitno primetiti da prisutnost HIV-a menja kliničke manifestacije SPI, čineći ih često mnogo ozbiljnijim i težim za lečenje.

Postoji li lek za HIV i AIDS?

Nažalost, ne postoji lek za HIV/AIDS. Ono što je do sada otkriveno su lekovi sposobni za produženje i poboljšanje kvaliteta života osoba zaraženih ovim virusom. Antiretroviralna terapija (ART) je tretiranje HIV-a lekovima – to nije lek. Antiretrovirali (ARV) napadaju HIV direktno smanjujući tako nivo virusa u krvi. Slede neki primeri bitnih stvari koje treba znati o ART:

- ART pomaže telu da ojača imuni sistem i bori se protiv drugih infekcija.
- ARV se uzimaju u kombinaciji – obično se tri različita ARV-a uzimaju na dan. Apsolutno je neophodno da osoba svaki dan uzima tačnu dozu svake pilule, onako kako je doktor/ka propisao/la. Ovo nije kao sa drugim lekovima gde, ako propustite uzimanje jednom ili dva puta, nije tako strašno. Ako osoba ne uzima odgovarajuće lekove svaki dan u tačno određeno vreme, terapija neće delovati. Kada osoba uzima lekove svaki dan u zakazano vreme, kažemo da je to sarađivanje ili pridržavanje.
- Sa ARV-om ne bi trebalo da se počinje dok osoba ne dobije AIDS (ovo treba da odredi kompetentno medicinsko profesionalno lice).
- Jednom kada se počne, ARV se mora uzimati do kraja života.
- ARV može prouzrokovati neprijatne sporedne efekte kao npr. mučninu, anemiju, osipe i glavobolje.
- ART može da spreči prenos HIV-a sa majke na dete.

TABELA RESURSA C:

MIT	ČINJENICA
NAPRETKOM MEDICINE NEMA POTREBE ZA ZABRINUTOŠĆU ZBOG POLNO PRENOSIVIH INFEKCIJA (SPI). SAMO VAM JE POTREBAN TRETMAN ANTIBIOTICIMA I VI STE DOBRO, SVAKAKO!	Prilično je tačno da se većina SPI može potpuno izlečiti ako se otkriju u ranom stadijumu i da lečenje može biti jednostavno poput jednog tretmana antibioticima. Zapravo, ovo je jedan od razloga zašto bi trebalo redovno testirati i zašto biste se odmah trebali obratiti profesionalnom licu za zdravstvenu negu ako imate ikakvih briga o SPI. Međutim, ukoliko se ne tretiraju, SPI mogu dovesti do dugoročnog rizika za vaše zdravlje i plodnost. Infekcije klamidija i gonoreja mogu dovesti do oboljenja karličnog zapaljenja ako se ne tretiraju. Ovo zauzvrat može dovesti do dugotrajnih bolova u karlici, zakrčenja jajovoda, neplodnosti i vanmaterične trudnoće kod žena i bolova i zapaljenja testisa i žlezde prostate kod muškaraca. Genitalne bradavice i genitalni herpesi su dve česte virusne infekcije tako da ih antibiotici ne mogu izlečiti. One se mogu tretirati antivirusnim lekovima, ali oba stanja se mogu ponoviti.
KONDOMI ŠTITE OD SVIH SPI.	Ispravno korišćenje kondoma za oralni, analni i vaginalni seks je dobra zaštita protiv infekcija kao što su klamidija i gonoreja. Kondomi su takođe važni za zaštitu od prenošenja HIV-a. Međutim, prema Udruženju za planiranje porodice, malo je dokaza koji ukazuju na to da kondomi štite od prenosa genitalnih bradavica.
MOŽETE PREPOZNATI TIP OSOBE KOJA VEROVATNO IMA SPI NA OSNOVU TOGA KAKO TA OSOBA IZGLEDA – TREBA SAMO DOBRO DA PROSUĐUJETE KARAKTER.	SPI su dovoljno učestale da pogode bilo koga ko je seksualno aktivan. Ne morate imati veliki broj seksualnih partnera/ki da biste dobili SPI. “Intuitivni instinkt” nije pouzdan način da prosudite verovatnoću infekcije od partnera/ke. Siguran seks i medicinska testiranja su jedino pametno rešenje.
MOJA SPIRALA/PILULA ĆE ME DONEKLE ZAŠTITITI OD SPI.	Kontraceptivna sredstva bez “barijera” samo nude zaštitu od trudnoće. Ne nude nikakvu zaštitu protiv bilo koje SPI. Korišćenje kondoma da se zaštitite od SPI je uglavnom najbolja opcija. Međutim, možete kombinovati kondome sa pilulama ili nekim drugim kontraceptivnim metodom da povećate zaštitu od neželjene trudnoće.

TABELA RESURSA C:

MIT	ČINJENICA
NE PRETI VAM NIKAKAV RIZIK OD SPI AKO STE U MONOGAMNOJ VEZI.	U proseku, ljudi u današnje vreme imaju više seksualnih partnera/ki tokom svog života nego što je to bio slučaj ranije i veća je verovatnoća da će imati seksualni odnos sa više od jedne osobe paralelno, i veća je verovatnoća da će platiti za seks nego što je to bio slučaj ranije. Mnogi od nas veruju da će nas to što imamo samo jednog partnera/ki zaštititi od seksualno prenosivih infekcija, ali porastom mogućnosti za prenošenje veoma je lako biti "nesrećan". Samo je nekoliko situacija gde možete biti dovoljno sigurni u zaštitu od SPI da prestanete koristiti kondom. To su: - kada ni vi ni partner/ka niste imali seksualnu vezu ranije - Ili kada ste vi i vaš partner/ka testirani na sve SPI otkada ste počeli vašu monogamnu vezu - I kada ste sigurni da vam partner/ka govori istinu da nema seks van vaše veze.
SVAKO ZARAŽEN NEKOM OD SPI ĆE IMATI OČIGLEDNE SIMPTOME KAO ŠTO JE OSIP ILI SEKRET.	Postoji mnogo potencijalnih znakova SPI. Oni uključuju: - svrab oko genitalija ili anusa - peckanje ili bol dok urinirate - krvarenje ili bol tokom ili posle seksa - osipi, plikovi ili kvržice oko genitalija ili anusa - neobičan sekret iz penisa ili vagine. Međutim, čak i kada osoba nema nijedan od ovih simptoma, ona ipak može biti zaražena i može preneti zarazu na nekog drugog.
LJUDI KOJI KORISTE USLUGE KLINIKA ZA SEKSUALNO ZDRAVLJE DA BI SE TESTIRALI SU PROMISKUITETNI. I LJUDI ĆE SAZNATI DA SAM BIO/BILA TAMO!	Ljudi koji koriste usluge klinika za seksualno zdravlje su ljudi sa osećajem za testiranje. Ukoliko ste se upustili u bilo kakvo seksualno ponašanje koje vas je moglo dovesti u rizik od polno prenosivih infekcija (SPI) bili biste mudri da im se pridružite. Klinike za seksualno zdravlje su u potpunosti poverljive i neće reći čak ni vašem lekaru opšte prakse o vašoj poseti bez vaše dozvole. Ljudi bilo kog starosnog uzrasta i seksualne orijentacije mogu posetiti ove klinike. Svi testovi i tretmani su besplatni.

Radionica 32:
Prenošenje HIV i AIDS-a: u potrazi za potpisom[88]

CILJ:
Diskutovati o seksualnom prenošenju SPI i HIV-a.

POTREBNI MATERIJAL:
Hemijske/obične olovke za sve učesnike i komadići papira označenog kao što je opisano u procedurama ispod.

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

1. Pre početka sesije pripremite određen broj malih listova papira jednak broju učesnika i učesnica u grupi i označite ih na sledeći način:
   - Napišite "H" i "Pratite sva moja uputstva" na jednoj kartici.
   - Napišite "C" i "Pratite sva moja uputstva" na tri kartice.
   - Napišite "Ne učestvujte u aktivnosti i ne pratite moja uputstva sve dok ne sednemo ponovo" na tri kartice.
   - Na preostale kartice samo napišite "Pratite sva moja uputstva"

2. Na početku aktivnosti ne govorite učesnicima i učesnicama temu o kojoj će se raspravljati. Nasumice podelite kartice učesnicima i učesnicama. Zamolite ih da pročitaju uputstva na kartici koju su primili i da ne dele ta uputstva sa ostalim učesnicima/cama. Kažite im da bi trebalo da prate uputstva ispisana na svojoj kartici.

3. Zamolite učesnike i učesnice da ustanu i izaberu tri osobe da se potpišu na poleđini njihovih kartica (poželjno je da to ne budu osobe koje se nalaze pored njih).

4. Kada su svi sakupili svoja tri potpisa zamolite ih da sednu.

5. Zamolite osobu koja ima karticu označenu sa "H" da ustane.

6. Zamolite sve one čiju je karticu potpisala ova osoba, ili koji su potpisali karticu te osobe, da ustanu.

7. Zatim zamolite sve one koji imaju potpis ovih osoba da ustanu. Nastavite ovako dok svi ne ustanu, osim onih od kojih je traženo da ne učestvuju u aktivnosti.

8. Kažite im da je davanje ili primanje potpisa značilo da su imali seksu-

88 — 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.

alni odnos sa tom osobom. Zamolite ih da zamisle da je osoba koja ima karticu označenu sa “H” zaražena HIV-om ili nekom drugom SPI i da je ta osoba imala seksualni odnos bez zaštite sa tri osobe koje su potpisale njegovu karticu. Podsetite ih da samo glume i da učesnici i učesnice zapravo nisu zaraženi.

9. Zamolite grupu da zamisli da su osobe koje nisu uzele učešća u ovoj aktivnosti, tj. osobe koje su dobile kartice sa natpisom "neučestvujte", apstinirale od seksa odnosno nisu imale seksualni odnos ni sa kim.

10. Završite aktivnost objašnjavajući učesnicima i učesnicama da su oni koji imaju kartice označene sa “C” koristile kondom, i iz tog razloga su pod manjim rizikom. Ovi takođe mogu sesti.

11. Iskoristite sledeća pitanja da započnete diskusiju o vežbi.

Pitanja za diskusiju:

1. Kako se osećala osoba “H”? Kakva je bila njegova/njena reakcija kada je saznao da je "zaražen/a"?

2. Kako biste se vi osećali da ste zaraženi HIV i AIDS-om?

3. Šta su ostali učesnici/ce osećali/e prema osobi “H”?

4. Kako su se oni koji nisu učestvovali u aktivnosti, tj. oni koji su apstinirali, osećali na početku vežbe? Da li se ovo osećanje promenilo za vreme trajanja aktivnosti? Šta je ostatak grupe osećao prema onima koji nisu učestvovali?

5. Da li je lako ili teško ne učestvovati u aktivnosti u kojoj svi učestvuju? Zašto?

6. Kako su se osećali oni koji su "koristili kondom"?

7. Kako bi seksualno aktivan pojedinac/ka još mogao da zaštiti sebe i svog partnera/ki od SPI ili HIV-a? Istražite značenje reči "biti veran" sa mladićima.

8. Kakva su bila osećanja onih koji su otkrili da su možda zaraženi HIV i AIDS-om? Kako su se osećali oni koji su potpisali karticu nekog ko je "zaražen" SPI ili HIV-om?

9. Koji su drugi načini da se prenese HIV i AIDS? Šta mislite koji su najčešći načini da se HIV i AIDS prenese u vašoj zajednici?

10. Koja je najvažnija stvar koju ste danas naučili? Kako će vam ovo pomoći da zaštitite sebe i svoje partnere/ke od SPI i HIV i AIDS-a u budućnosti?

Završetak:

Svaka odluka koju donesete vezano za vašu seksualnost je jako bitna i može voditi dugotrajnim posledicama. U razmišljanju o prevenciji SPI/HIV-a trebala bi postojati otvorena komunikacija između partnera/ki o tome kada, kako i zašto će imati seksualni odnos. Za neke parove ovo može dovesti do odluke da apstiniraju od seksa. Za druge, ovo može dovesti do odluke da imaju seksualne odnose, u kom slučaju je fundamentalno da par razgovara o rizicima HIV infekcije, testiranju i savjetovanju, kao i merama predostrožnosti koje će preduzeti da se zaštite od HIV infekcije uključujući i obavezivanje na vernu vezu i/ili korišćenje kondoma. Kao mladići, bitno je da budete otvoreni za uverenja vaših partnera/ki i vrednosti koje se odnose na ove odluke i da ih poštujete.

Radionica 33:
Kontracepcija

CILJ:
Upoznati učesnike i učesnice sa različitim metodama kontracepcije, uključujući hitnu kontracepciju, naročito one koje su im najprikladnije i najpristupačnije. Razbiti neke od najčešćih mitova i naglasiti koliko su nepouzdane takozvane "prirodne" metode kontracepcije.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart i markeri, kopije Tabele resursa.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

1. Osim ženskog i muškog kondoma, nijedna druga metoda (osim apstinencije, naravno) ne pruža zaštitu od polno prenosivih infekcija. Postoje mnoge metode kontracepcije koje služe za sprečavanje neželjene trudnoće, i u zavisnosti od toga kako oni funkcionišu, oni se mogu podeliti na sledeće kategorije:
   - BARIJERNE METODE,
   - HORMONALNE METODE,
   - HITNE METODE KONTRACEPCIJE,
   - INTRAUTERINE METODE,
   - PERMANENTNE METODE

   Objasnite razliku u 5 minuta.

2. Podelite učesnike i učesnice u grupe; dajte svakoj grupi list flipčart papira i listu postojećih metoda (Tabela resursa 6). Njihov zadatak je da grupišu metode sa liste u različite kategorije, gore navedene. Dajte im najviše 10 minuta za ovu aktivnost.

3. Pitajte celu grupu da vam kažu njihove odgovore, i dok zapisujete njihove odgovore na flipčart, ispravite ih, i ukratko prođite kroz svaku metodu, kako ona izgleda, i kako ona deluje. Ako postoji vremensko ograničenje, važno je da ne potrošite puno vremena na metode koje učesnici i učesnice verojatno neće koristiti ili početi koristiti u skorije vreme (npr. dijafragma ili spirala).

   Objasnite u detalje na koji način deluju kontraceptivne pilule i objasnite uobičajene mitove. Pitajte ih o muškim kondomima i, ako je potrebno, ponovite delove aktivnosti broj 8. Razgovarajte o hitnoj kontracepciji i u kojim situacijama bi se ona trebala koristiti i koliko često.

4. Pitajte grupu da li znaju za neke druge metode koje ne uključuju kupovinu bilo čega ili odlazak kod doktora/ke. Podstaknite ih navedu sve "bapske priče" o tome kako izbeći trudnoću (npr. tuširanje nakon odnosa). Razgovarajte o "prirodnim" methodama – ritam metoda, metoda povlačenja, i njihovoj efikasnosti i zašto se na njih ne treba oslanjati kao kontracepciju, da su one korisnije kao metode planiranja porodice nego kao kontracepcija.

   NAPOMENA: Tokom svakog koraka, pokušajte povezati ovu temu sa dosadašnjim aktivnostima o reproduktivnim sistemima, SPI i praktikovanju sigurnog seksa.

5. Iskoristite sledeća pitanja da započnete diskusiju

Pitanja za diskusiju:

1. Da li smatrate da vi i vaši vršanjci imate sve potrebne informacije o kontracepciji? Zašto?
2. S kim obično razgovarate o kontracepciji?
3. Da li su mitovi o kontracepciji raširenі?
4. Koji je najbolji izvor za informacija o kontracepciji?
5. Ko je odgovoran da razmišlja o kontracepciji? Mladići ili devojke?
6. Da li bi vam bilo neprijatno da kupujete neku vrstu kontracepcije? Zašto?
7. U kom trenutku u vezi treba razgovarati o kontracepciji?
8. Ako žena koristi metodu koju njen partner ne može "videti" ili osetiti (kao što je pilula) da li bi trebalo da ona kaže svom partneru o tome? Zašto?
9. Poznato je da ne koriste svi kontracepciju niti da praktikuju siguran seks. Šta mislite, zbog čega je to tako? Kako bismo mogli to da promenimo?
10. Jeste li nešto naučili nešto iz ove aktivnosti?

Završetak:

Verovatno jedno od najvažnijih dostignuća u borbi za ženska prava je priznanje da žena ima pravo da želi seks samo zato što joj pruža zadovoljstvo (bez cilja da ima decu), kao i pravo da odbije da ima seks.

Dobiti bebu je, za mnoge ljude, najsrećniji trenutak u njihovim životima, ali ponekad žena oseća da nije spremna (zbog njenih godina, emotivno, fizički, itd...) ili da jednostavno ne želi da ima decu, ali želi seksualni odnos sa muškarcem. Abortus je opcija kada se desi neželjena trudnoća – međutim to nije jednostavan izbor – on sa sobom nosi zdravstvene rizike, može da predstavlja emocionalni i psihološki izazov i on NIJE KONTRACEPCIJA; ne samo zato što se on ne može koristiti redovno, već i zato što on ne sprečava trudnoću već je prekida; srećom, postoje mnoge metode koje sprečavaju trudnoću. Apstinencija od seksualnih aktivnosti je jedina metoda koja garantuje zaštitu od neželjene trudnoće (i SPI), ali postoje mnoge sigurne metode, kao i hitna kontracepcija ako one zakažu. Dobro je za mlade ljude da se informišu iz različitih izvora, ali na kraju devojka/mladić treba da razgovaraju o onom šta je najbolje za nju/njega sa svojim ginekologom / medicinskim radnikom / savetnikom. Važno je da ona/on otkrije koji način je najbolji za njih – da on odgovara njihovim potrebama, životnom stilu i da je siguran za nju; ako ona ima vezu, njen partner bi trebalo da

bude uključen, jer to je nešto što utiče na oboje, a žena bi trebalo da nastoji da izgradi iskrene i ravnopravne odnosa. Zbog njihove rodne uloge, ženama je ponekad neprijatno da razgovaraju o kontracepciji, ali njeno nekorišćenje je daleko gore dugoročno posmatrano, i to treba uzeti u obzir kao i to da nezaštićeni seks ne samo da nosi rizik od trudnoće, već takođe i od SPI, što je razlog zbog čega je najbolje koristiti dvostruku zaštitu, kao što je kondom u kombinaciji sa pilulama ili drugom metodom kontracepcije.

BARIJERNE METODE

Metode koje fizički zaustavljaju spajanje jajašceta i spermatozoida. Neke metode koriste spermicide koji uništavaju spermatozoide. Potrebno je razlikovati spermicide od hormona; spermicidi deluju samo na imobilizaciji i uništavanju spermatozoida, oni ne utiču na reproduktivne organe žene (osim u nekim slučajevima u kojima može doći do iritacije).

Muški kondomi se nose na penisu tokom odnosa. Oni su obično izrađeni od tankog lateksa. Kondomi sprečavaju trudnoću prikupljanjem pre-ejakulata i sperme kada muškarac ejakulira.

Ženski kondom je vrećica koja se koristi za vreme seksualnog odnosa za sprečavanje trudnoće i smanjenje rizika od polno prenosivih bolesti. Ima fleksibilan prsten na svakom kraju. Neposredno pre vaginalnog odnosa, smešta se duboko u vaginu. Prsten na zatvorenom kraju drži vrećicu u vagini. Prsten na otvorenom kraju ostaje izvan vaginalnog otvora za vreme odnosa. A za vreme analnog odnosa, on se ubacuje u anus. Ženski kondomi sprečavaju trudnoću prekrivajući unutrašnjost vagine. Oni prikupljaju pre-ejakulat i spermu kada muškarac ejakulira. Ovo sprečava spermu da uđe u vaginu.

Kontraceptivna spužva je napravljena od plastične pene i sadrži spermicide. Ona je meka i okrugle, sa prečnikom od 2 inča (5 cm). Ima najlonsku nit pričvršćenu za dno koja služi za uklanjanje. Smešta se duboko u vaginu pre polnog odnosa i spečava neželjenu trudnoću.

Dijafragme je plitka gumena kapica u obliku kupole sa fleksibilnim obručom. Izrađena je od silikona. Smešta se u vaginu. Kada je smeštena, ona prekriva grlić. Dijafragme sprečavaju trudnoću sprečavajući spermatozoide da se spoje sa jajašcetom. Kako bi bile što efikasnije, dijafragme se moraju koristiti sa spermicidnom kremom, gelom ili penom.

Cervikalna kapa je mala kapa napravljena od lateksa čiju veličinu mora da odredi doctor/ka. Pre odnosa žena je smešta na svoj grlić. Koristi se u kombinaciji sa spermicidom. Mora se ostaviti u vagini 6-8 sati da bi ispravno delovala, ali ne duže od 48 sati.

Bakarni intrauterini uložak. Intrauterini ulošci (eng. Intrauterine device – IUD) su mali bakarni ulošci u obliku slova "T" koje doktor/ka smešta u matericu žene, koji sprečavaju neželjenu trudnoću tako što stvaraju barijeru između jajašca i spermatozoida.

HORMONALNE METODE

Koristite hormona da zaustavite ovulaciju i oplodnju. Doktor mora propisati ne samo pravi tip, već takođe i tačno odgovarajuću vrstu(e) jer doze variraju. Doktor/ka mora da proveri da ne postoje nikakvi zdravstveni problemi zbog kojih bi hormoni bili nesigurni za vas.

Kontraceptivne pilule, "Pilule" su hormonske pilule koje se moraju uzeti u isto vreme svaki dan kako bi se sprečila neželjena trudnoća. U zavisnosti od njihove vrste, neke pilule se moraju uzimati svakodnevno bez prestanka, dok druge zahtevaju 7 dana pauze jednom mesečno i to u periodu menstrualnog ciklusa. Postoje dva osnovna tipa pilula: kombinovane pilule (sadrže dva hormona estrogen i progestin) i samo progestinske pilule.

Kontraceptivne pilule se ponekad koriste iz drugih razloga a ne samo kao kontraceptivna metoda: da uravnoteže hormone, regulišu menstraciju, kod bolnih menstruacija, problema sa kožom, itd... Čak ih i devojke koje još uvek nisu imale seksualne odnose mogu koristiti. Efikasnost ovih pilula mogla bi biti ugrožena ne samo nepravilnom upotrebom, već takođe i ako se koriste istovremeno sa drugim lekovima, biljnim suplementima, itd. zbog čega treba konsultovati doktora/ku.

Hormonske injekcije sprečavaju neželjenu trudnoću ubrizgavanjem progestina. Svaka injekcija sprečava trudnoću u naredna tri meseca.

Hormonski flaster ispušta hormone kroz kožu i sprečava trudnoću.

Vaginalni prsten je mali, fleksibilni prsten kojeg žena smešta u svoju vaginu jednom mesečno za sprečavanje neželjenih trudnoća. Prsten ostaje u vagini tokom tri nedelje a potom se uklanja i ne koristi tokom preostale nedelje svakog meseca. Sprečava neželjene trudnoće otpuštanjem hormona.

Hormonalni intrauterini uložak – Poput bakarnog uloška, on se smešta u matericu, ali ovaj otpušta progestina, i deluje 5 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 da budu permanentni. Za vreme postupka sterilizacije, doctor/ka zatvara ili blokira jajovode žene. Zatvaranje jajovoda se može obaviti na nekoliko načina.

Vazektomija je oblik kontrole rađanja za muškarce koji je koji je predviđen da bude permanentan. Tokom vazektomije, doctor/ka zatvara ili blokira kanale koji nose spermu. Kada su kanali zatvoreni, sperma ne može napustiti telo muškarca i izazvati trudnoću.

HITNA KONTRACEPCIJA

Šta je hitna kontracepcija?
Hitna kontracepcija je opcija koja može sprečiti trudnoću ili uzimanjem tablete za hitnu kontracepciju u roku od 72 sata ili umetanjem intrauterinog uloška u roku od pet dana od nezaštićenog seksualnog odnosa. U zavisnosti od toga kada se hitna kontracepcija koristi za vreme menstrualnog ciklusa, ona može:

- Zaustaviti ili odgoditi otpuštanje jajašceta iz jajnika;
- Sprečiti spermatozoide da dođu do jajašceta; ili
- Sprečiti oplođeno jajašce da se učvrsti u materici.

Može li hitna kontracepcija izazvati abortus?
Ne, upotreba hitne kontracepcije ne izaziva abortus. Početak trudnoće se medicinski definiše kao implantacija oplođenog jajašceta. Hitna kontracepcija deluje pre implantacije i neće delovati onda kada je trudnoća počela. Dakle, ne može se smatrati abortivnom. U stvari, s obzirom da hitna kontraccepcija sprečava trudnoću, ona smanjuje potrebu za indukovanim abortusima.

Kako se hitna kontracepcija primjenuje?
Najčešća metoda hitne kontracepcije uključuje uzimanje povišene doze uobičajenih tableta za kontrolu rađanja (Yuzpe režim). Međutim, zbog toga što uobičajene tablete za kontrolu rađanja dolaze u različitim dozama, često je zbunjujuće i za doktore/ke i za pacijente/kinje da shvate koliko tableta treba uzeti, jer to zavisi od proizvođača dostupnih tableta za kontrolu rađanja. Nedavno, neki namenski proizvodi, koji dolaze u pravilnim dozama za hitnu kontracepciju, postali su dostupni na tržištu. Osim toga, u nekim zemljama uobičajene tablete za kontrolu rađanja dolaze posebno pakovane u odgovarajućim dozama za svrhe hitne kontracepcije.

Koliko je efikasna hitna kontracepcija?
Kada se koriste u roku od tri dana od nezaštićenog seksa, kombinovane tablete za hitnu kontracepciju (koje sadrže levonorgestrel i etinil estradiol) su oko 75% delotvorne u smanjivanju šansi za trudnoću. Najefikasnije tablete za hitnu kontracepciju su one koje sadrže samo levonorgestrel; one mogu smanjiti šanse za trudnoću za oko 85%. Bakarni intrauterini ulošci mogu smanjiti rizik od trudnoće za više od 99%; međutim, oni su najpogodniji za žene koje ispunjavaju uslove za redovnu upotrebu intrauterinih uložaka i koje žele da koriste intrauterine uloške za dugotrajnu kontracepciju. Hitna kontracepcija nije metoda zaštite od polno prenosivih infekcija (SPI) ili HIV i AIDS-a.

Koje su uobičajene nuspojave povezane sa upotrebom hitne kontracepcije?
Nema ozbiljnih nuspojava povezanih sa tabletama za hitnu kontracepciju. Najčešće nuspojave tableta za hitnu kontracepciju su mučnina i povraćanje, iako mali broj žena može doživeti povremeno krvarenje. Ostale nupojave, koji se obično povlače u roku od 24 sata, mogu uključivati bol u stomaku, osetljivost grudi, glavobolju, vrtoglavicu i umor.
Tablete bi trebalo koristiti samo kao hitnu kontracepciju, pošto bi redovna upotreba mogla narušiti zdravlje žena.

Da li je žena još uvek u opasnosti od trudnoće, ako ima seks nakon uzimanja hitne kontracepcije?
Da. Hitna kontracepcija štiti od trudnoće samo kada je žena uzima nakon seksa. To znači da ona i dalje može ostati drugom stanju ako koristi hitnu kontracepciju a zatim ponovo ima seks bez upotrebe neke druge vrste kontracepcije ili ako njena metoda kontrole rađanja zakaže. Ako i dalje ne želi da zatrudni, ona će morati ponovo da uzme tablete za hitnu kontracepciju.

Tabela resursa:

- MUŠKI KONDOM
- PROGESTINSKE PILULE
- VAGINALNI PRSTEN
- ŽENSKI KONDOM
- TABLETE ZA HITNU KONTRACEPCIJU (Tablete za "dan posle")
- CERVIKALNA KAPA
- KONTRACEPTIVNI FLASTER
- DIJAFRAGMA,
- "SPIRALA" (IUD)
- KONTRACEPTIVNA SPUŽVA
- KONTRACEPTIVNA INJEKCIJA
- VAZEKTOMIJA
- STERILIZACIJA
- KOMBINOVANI ORALNI KONTRACEPTIVI ("Pilula")

Radionica 34:
Koja su seksualna i reproduktivna prava?

CILJ:
Diskutovati o značenju seksualnih i reproduktivnih prava i njihovom značaju u životima žena i muškaraca.

POTREBNI MATERIJAL:
Hemijske i obične olovke, flipčart papir, i kopije Tabele resursa sa navedenim pravima.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

1. Pre početka sesije: Kopirajte Tabelu resursa i izrežite prava na trake tako da su spremna da ih podelite. Nacrtajte četiri kolone na flipčart papiru i napišite sledeća zaglavlja: Seksualno i reproduktivno pravo; A (za "Slažem se"); +/- (za "Donekle se slažem"); NA (za "Ne slažem se").

2. Objasnite grupi da ćete razgovarati o seksualnim i reproduktivnim pravima, koji su deo ljudskih prava.

3. Podelite učesnike i učesnice u manje grupe i podelite trake od papira po grupama. Za grupe sa niskim nivoom pismenosti, pročitajte naglas prava sa traka od papira.

4. Objasnite svakoj grupi da su dobili trake od papira sa različitim seksualnim i reproduktivnim pravima i da bi trebalo da razgovaraju o tome kako oni razumiju svako od tih prava. Oni bi potom trebalo da diskutuju o tome da li se slažu (A), donekle slažu (+/-), ili ne slažu (NA) sa tim da se pravo navedeno na traci poštuje u njihovoj zajednici. Dajte im 10 minuta za ovu diskusiju.

5. Zamolite svaku grupu da predstavi prava o kojima su razgovarali i da li se slažu, donekle slažu, ili ne slažu sa tim da se to pravo poštuje u zajednici u kojoj žive. Unesite njihove odgovore u tabelu na flipčart papiru. Pitajte ostale učesnike i učesnice da li se slažu sa odgovorom. Iskoristite sledeća pitanja kako bi razgovarali o važnosti seksualnih i reproduktivnih prava u životima žena i muškaraca.

Pitanja za diskusiju:

1. Da li se seksualna i reproduktivna prava mladih ljudi u vašoj zajednici poštuju? Ako ne, koja se prava najčešće se krše? Zašto se to događa?

2. Da li mislite da devojke i odrasle žene imaju ista prava? Zašto ili zašto ne?

3. Da li mislite da mladići i odrasli muškarci imaju ista prava? Zašto ili zašto ne?

4. Da li mislite da žene i muškarci imaju ista seksualna i reproduktivna prava? Zašto ili zašto ne?

5. Da li bi devojka trebalo da ima mogućnost da abortira bez znanja i odobrenja njenih staratelja?

6. Da li se seksualna i reproduktivna prava mladića u vašoj zajednici poštuju? Ako ne, koja seksualna i reproduktivna prava mladića se najčešće krše? Zašto se to događa?

7. Koje su najveće prepreke sa kojima se žene suočavaju u zaštiti njihovih seksualnih i reproduktivnih prava?

8. Koje su najveće prepreke sa kojima se muškarci suočavaju u zaštiti njihovih seksualnih i reproduktivnih prava?

9. Da li postoji stigma o odlasku ginekologu/urologu? Da li je ženama i muškarcima neprijatno prilikom odlaska ginekologu/urologu? Zašto?

10. Kako žene i muškarci u intimnim vezama mogu da uzajamno poštuju seksualna i reproduktivna prava?

11. Koja udruženja ili institucije u vašoj zajednici pružaju usluge zaštite seksualnih prava i reproduktivnih prava devojaka?

12. Šta ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što možete da primentie u vašem životu i vezama?

Završetak:

Seksualna prava i reproduktivna prava su od suštinskog značaja za ljudska prava i pripadaju i ženama i muškarcima svih uzrasta. Ova prava uključuju pravo na samostalno donošenje odluka o 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 da donosimo odluke o svom telu, a država je odgovorna da garantuje da postoje potrebni uslovi koji nam omogućavaju da ostvarimo ta prava.

Deca, adolescenti i erotika

Idealizacija mladih i ženskog tela (često sa erotskim konotacijama) je prisutna u svim medijima. Devojke mogu da osećaju da moraju da se ponašaju senzualno, i/ili da plešu erotično, ali nisu naučene kako da se brane kada se suoče sa seksualnim zlostavljanjem ili uznemiravanjem. Važno je da oni koji su odgovorni za decu budu stalno na oprezu i da uče svoju decu da prepoznaju kada su izložena eksploataciji i kako da se brane.

Tabela resursa:

Seksualna prava i reproduktivna prava

- Pravo ljudi da istražuju svoju seksualnost bez straha, stida, lažnog uverenja ili drugih prepreka za slobodno ostvarivanje vlastitih želja. Ljudi svih uzrasta imaju pravo da dožive i traže seksualno zadovoljstvo.
- Pravo na izražavanje punog seksualnog potencijala uz isključenje svih oblika seksualne prisile, eksploatacije i zlostavljanja u svakom trenutku i u svim situacijama u životu. Svako ima pravo da izrazi svoju seksualnost, bez nasilja ili prisilen da uradi nešto ne žele da uradi.
- Pravo na izbor seksualnih partnera/ki bez diskriminacije. Svaka osoba ima pravo da bira svog partnera/ke, bez bilo kakve diskriminacije.
- Pravo na potpuno poštovanje telesnog integriteta. Pravo da se vaše telo i njegove granice poštuju i da vas drugi ne prisiljavaju da radite ili doživite nešto što ne želite, na primer, dodirivanjem vaših genitalija.
- Pravo da budete seksualno aktivni ili ne, uključujući i pravo da stupite u dobrovoljne seksualne odnose i da stupite u brak uz potpuni pristanak obe strane. Pravo da ne budete prisiljeni na brak ili seks sa nekim.
- Pravo da slobodno i samostalno izrazite seksualnu orijentaciju. Svaka osoba je muškarac ili žena na svoj način.
- Pravo na izražavanje seksualnosti nezavisno od reprodukcije. Svaka osoba ima pravo da ima seks bez želje da ima decu.
- Pravo na jednakost, uzajamno poštovanje i zajedničku odgovornost u seksualnim vezama. Muškarci i žene imaju jednaka prava i odgovornosti u seksualnim vezama.
- Pravo da se insistira na praktikovanju sigurnog seksa da bi se izbegla trudnoća i sprečile polno prenosive infekcije, uključujući HIV. Svaka osoba može da zahteva upotrebu kondoma za sprečavanje polno prenosivih infekcija ili za sprečavanje trudnoće.
- Pravo na slobodno i odgovorno odlučivanje o broju, razmaku, i vremenu rađanja dece. Ljudi mogu odlučiti da li i kada žele da imaju decu i koliko dece žele da imaju.
- Pravo na informacije i sredstva za donošenje odluka. Ljudi bi trebalo da dobiju informacije da odluče šta je najbolje za njih.
- Pravo na seksualno zdravlje, koje zahteva pristup svim vrstama kvalitetnih informacija o seksualnom zdravlju, obrazovanju i poverljivim uslugama. Pravo na informacije i poverljive usluge.

Radionica 35:
Seksualne različitosti

CILJ:
Diskutovati o seksualnim identitetima, seksualnoj orijentaciji, homofobiji i potrebi većeg prihvatanja seksualnih različitosti.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart, markeri i samolepljiva traka.

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Pre početka ove aktivnosti, voditelj/ka bi trebalo da ispita svoja mišljenja i stavove prema seksualnim različitostima i seksualnoj orijentaciji. To je tabu tema u mnogim sredinama i učesnici i učesnice mogu izraziti snažna mišljenja i stavove. U toku rasprave, voditelj/ka bi trebalo da zadrži poziciju zagovaranja poštovanja prema ljudima svih seksualnih orijentacija bez cenzurisanja učesnika i učesnica. Važno je saslušati različite komentare – čak i kada su homofobični – i preispitati ih bez osuđivanja. Pre početka sesije, voditelj/ka bi trebalo da identifikuje uobičajene mitove i pogrešna shvatanja seksualne orijentacije koji se mogu uvesti i obraditi u diskusiji. Takođe može biti korisno da se istraže informacije o lokalnim zakonima i pokretima koji promovišu prava gej pojedinca i parove i resurse, kao što su lokalne organizacije ili web stranice o seksualnoj orijentaciji i pravima koje se mogu podeliti sa učesnicima i učesnicama.

PROCEDURA:

1. Sprovesti aktivnost izlistavanja ideja sa učesnicima i učesnicama o tome kako bi oni definisali homofobiju. (Merriam Webster rečnik definira homofobiju kao iracionalni strah od, averziju prema, ili diskriminacija prema osobama drugačije seksualne orijentacije).

2. Podelite učesnike i učesnice u manje grupe i dajte svakoj grupi jedan od početaka priče navedenih u Tabeli resursa (ili drugih početaka priča koje bi voditelj/ka mogao osmisliti).

3. Objasnite grupama da će imati 15 minuta da pročitaju i nastave priče.

4. Zamolite grupe da prezentuju 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 sledeća pitanja da započnete diskusiju.

Pitanja za diskusiju:

1. Da li su ove priče realne?

2. Zašto je mladim ljudima teško da prihvate homoseksualnost ili homoseksualno ponašanje?

3. Koja je razlika između lezbejki, gej osoba i biseksualaca?

4. Može li osoba da ima seksualne odnose sa osobom istog pola i da bude heteroseksualna osoba?

5. Koji tip predrasuda prema i/ili nasilja nad gej osobama ili lezbejkama ste videli ili čuli? Koje su posledice ovih predrasuda i/ili nasilja?

6. Koja imena se najčešće koriste za gej osobe? Da li bilo koje od ovih imena ima negativno značenje?

7. Da li vas je ikad neko od vaših prijatelja nazvao gejem zato što niste nešto uradili, kao što je učešće u tuči? Šta mislite o tome? Zašto mislite da muškarce nazivaju gejevima kada se ne ponašaju u skladu sa dominantnim normama maskuliniteta?

8. Šta ste naučili iz ove vežbe? Kako to možete da primenite u svojim životima i vezama?

Završetak:

Svako ima seksualnu orijentaciju - to jest, vas romantično i seksualno privlače muškarci, žene, ili i jedni i drugi. Iako ne znamo tačno šta određuje seksualnu orijentaciju neke osobe, znamo da se ona formira rano u životu, da to nije izbor osobe, i ne može se promeniti, iako zbog društvenih tabua i homofobije može biti skrivena. Takvi društveni tabui i homofobija mogu izložiti gej osobe i lezbejke posebnom riziku od nasilja, diskriminacije, depresije i autodestruktivnih ponašanja kao što su zloupotreba droge i alkohola ili samoubistvo. Važno je da se radi na razbijanju mitova i promovisanju poštovanja prava žena i muškaraca da izraze svoju seksualnu orijentaciju slobodno bez diskriminacije.

Tabela resursa:

Priča #1
Kada je imao 18 godina, Toma je imao svoje prvo seksualno iskustvo sa drugim muškarcem, i od tada je znao da je gej osoba. Imao je mnogo partnera pre nego što je upoznao Jovu. Bili su zajedno dugo i na kraju su odlučili da to kažu svojim porodicama i počnu da žive zajedno...

Priča #2
Jedne noći, Braca je izašao sa grupom prijatelja iz istog razreda. Jedan od njih, Robert, rekao je: "Hajde da istučemo neke pedere. Video sam neke transvestite na trgu. Hajdemo! "...

Priča #3
Jedne noći, kada je bio na plaži i kampovao sa grupom prijatelja, Luka se našao u istom šatoru sa svojim prijateljem, Goranom. Popili su nekoliko piva pre odlaska u šator. Luka je uvek sebe smatrao heteroseksualcem. Razmišljao je o seksu sa svojom devojkom i uzbudio se kada je ušao u šator. Kada je Goran video da se Luka uzbudio, počeo je...

Priča #4
Sa 17 godina, Aca je mislio da je biseksualac. Sviđao mu se seks sa devojkama i mladićima. Jedne noći njegov otac video ga je kako grli drugog dečaka i kada je Aca došao kući njegov otac je počeo da viče na njega...

Godina 4:

Roditelji 21. veka

Prvo polugodište:
Očinstvo i majčinstvo

Rodna socijalizacija, staranje i očinstvo

U većini društava, briga (za decu, bolesne osobe, starije osobe itd.) se posmatra kao "ženski posao". Zaista, studije sprovedene u različitim sredinama su pokazale da očevi doprinose samo jednu trećinu do jedne četvrtine vremena za neposrednu brigu o svojoj deci u odnosu na vreme koje žene doprinose.[89] Ovo nejednako učešće u staranju ukorenjeno je u načinu na koji su devojčice i dečaci vaspitani. Na primer, u mnogim društvima, devojke provode većinu svog vremena u kući gde pomažu u kućnim poslovima i brinu o mlađoj deci. Čak i kada se devojčice igraju, one često dobijaju igračke koje naglašavaju staranje i kućne poslove (npr. lutke ili set za kuvanje). Sa druge strane, dečake često ohrabruju da se igraju na otvorenom, a odgovaraju ih od igranja sa lutkama ili učešća u drugim "ženskim" igrama. Kako odrastaju, dečake sve više i više usmeravaju prema onome što se generalno smatra "muškim" igrama, kao što su sport ili igranje sa automobilima ili oružjem, ili prema "muškim" kućnim poslovima, kao što je pomaganje njihovim očevima u popravljanju stvari u kući. Dečake retko podstiču da se brinu za manju decu na isti način kao devojčice ili da učestvuju u kućnim poslovima. Ako i kad muškarci postanu očevi, njihov najvažniji doprinos je često posmatran više kroz njihovu ulogu hranitelja, u finansijskom smislu, nego kao staratelja. Često se, u stvari, na muškarce gleda kao nesposobne za vođenje brige o deci i, u izvesnoj meri, ovlašćene od strane društva da ne učestvuju u tome. Ukratko, žena vodi brigu, a muškarac donosi novac. Čak i kada muškarac želi da igra aktivnu ulogu u smislu brige o deci, socijalne ustanove – od porodice, škole, poslodavaca, zdravstvenih ustanova, nevladinih organizacija i vojske, pa do društva u celini – uskraćuju mu tu mogućnost.

Nedovoljna uključenost muškaraca u poslove staranja često znači da žene nose dvostruki teret, posebno one žene koje pokušavaju da nađu mesto na tržištu rada i koje ponekad ne mogu da prihvate određeni posao, jer moraju da se staraju o deci ili drugim rođacima i prijateljima. Mnoge žene se suočavaju sa onim što se često naziva "dupla smena", kako ne bi bile etiketirane kao "nemarne majke." Njih takođe podstiču da budu super mame, često im se govori da se nakon rođenja njihovog deteta od njih očekuje da, istog momenta, ostvare trenutnu vezu sa novorođenčetom, razviju uho prijemčivo za plač deteta i nos kojem nimalo ne smeta miris izmeta, itd.[90]

---

89 — Savet za stanovništvo (Population Council), "Nedovršena tranzicija: rodna jednakost: Deljenje odgovornosti roditeljstva." Glasnik Saveta za stanovništvo (Population Council Issues Paper), 2001.
90 — Elizabeth Badinter, Um Amor conquistado-o Mito Do Amor materno (Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1985); Ceneveve Parceval, a parte do Pai (Porto Alegre: L & PM, 1986)

Otac, sa druge strane, nakon uloge koju ima u začeću, pronalazi ogromnu prazninu kada je reč o njegovoj ulozi u celokupnom procesu, dobijajući malo prostora tek kada dete dostigne predškolsku dob. U jaslicama i vrtićima, situacija je još komplikovanija, gde prisustvo muškarca često stvara zabrinutost i zebnju, iz straha da bi on mogao seksualno uznemiravati decu ili da ima seksualne probleme ili da je osoba seksualno devijantnog ponašanja. Stoga, sam lik "brižnog muškarca" se često povezuje sa slikom "ženskaste" osobe ili "napasnika". Oni muškarci koji žele da učestvuju u ovim poslovima često nađu malo prostora za to, ili neizbežno moraju da trpe komentare poput "u ovakvim situacijama, muškarci samo smetaju."[91]

Konačno, šire posmatrano, možemo videti da se ova pretpostavljena "nesposobnost" za brigu o deci proteže do (ili ima korene u) drugih područja svakodnevnog života, jer se na muškarce obično gleda (čak i od strane njih samih) kao na osobe koje nisu sposobne da vode brigu o bolesnoj osobi, stvarima oko sebe, detetu, kući, sebi samima i svojim vlastitim telima.

Okvir 1.

Okvir 1: Da li su deca koja odrastaju bez oca izložena većem riziku?

Iako se obično pretpostavlja da odsustvo oca predstavlja rizik za decu, na primer da vodi ka agresivnijem ponašanju, ili teškoćama u školi, ili problemima sa rodnim identitetom, pitanje odsustva oca je složeno. Do sada, postojeća istraživanja nisu nam na odgovarajući način pomogla u proceni svih razloga za uspeh ili neuspeh u vaspitavanju dece. Postoje određeni stručnjaci koji pokušavaju da shvate moguće implikacije odsustva oca ili majke, ali niko od njih nije otišao toliko daleko u svojim istraživanjima da bi mogao kategorički da tvrdi da su deca koja su odrasla bez jednog od roditelja sama po sebi "problematičnija" od drugih. Postoji više izuzetaka nego pravila, jer nema svako dete koje je odraslo bez oca (ili majke) očekivane probleme. Štaviše, porodična struktura koja se smatra "stabilnom" ne mora nužno da obezbedi detetu savršenu emocionalnu ravnotežu.[92]

91 — 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.
92 — Michael E. Lamb (ed.), The Father´s role: applied perspectives (Uloga oca: primenjene perspektive) (New York: John Wiley, 1986)

Da li se muškarci brinu o sebi?

Muškarci su kroz istoriju zauzimali nezavidno prvo mesto u različitim odeljcima statistike: broj jedan po broju ubistava, samoubistava, nesreća sa smrtnim ishodom (pogotovo onih koje uključuju motorna vozila), upotrebi alkoholnih pića i drugih supstanci, uključenosti u krađe i napade na druga lica i, kao rezultat takvog ponašanja, imaju i najveću stopu privođenja i zatvaranja, pored toga što su i glavni počinioci fizičkih napada kako u privatnoj tako i u javnoj sferi života. Ove statistike se takođe ogledaju u još jednom konstantnom obrascu: nižoj stopi očekivanog životnog veka muškaraca u poređenju sa ženama i višoj stopi smrtnosti. Štaviše, analizirajući stopu smrtnosti prema polu i starosnom uzrastu, jasno se može videti viša stopa smrtnosti kod muškaraca, izazvana vanjskim faktorima, u svim starosnim grupama, naročito među adolescentima i mladima.

Pored toga, muškarci često oklevaju da priznaju zdravstveni problem i traže pomoć. Takvo oklevanje je stvorilo, na primer, složene probleme u smislu širenja HIV i AIDS-a. Studije sprovedene u Africi i Aziji, kao i u drugim delovima sveta, pokazuju da muškarci zaraženi HIV-om, generalno, dobijaju manje podrške jedni od drugih i ređe traže pomoć od porodice i prijatelja nego žene.[93] Takođe, manje je verovatno da će se muškarci starati o drugim osobama zaraženim HIV virusom, bilo da je reč o intimnim ili porodičnim vezama. Kao što je prethodno navedeno, studije sprovedene u Dominikanskoj Republici i Meksiku su naglasile činjenicu da se žene koje su HIV-pozitivne ponekad vraćaju u dom svojih roditelja, jer je mala verovatnoća da će im njihovi muževi pružiti odgovarajuću pažnju.[94]

Način na koji su dečaci vaspitavani leži u pozadini ovih statističkih podataka i situacija. Gde god da se dešava, priča je često ista: dečake podstiču da se brane i da uzvrate udarac, da ustanu odmah čim padnu sa bicikla (po mogućnosti bez plača!), da se ponovo popnu na drvo nakon što su sa njega pali, da budu hrabri i neustrašivi. Uopšteno govoreći, muškarci su od najranije mladosti socijalizovani tako da na društvena očekivanja odgovore na proaktivan način, gde rizik nije nešto što se izbegava ili sprečava, već nešto sa čime se suočava i što se prevazilazi na svakodnevnoj osnovi. Ideju vođenja brige o samome sebi su istisnuli štetni ili samoubilački stilovi života, u kojima se sklonost riziku vrednuje više od sigurnosti. Međutim, na isti način na koji muškarci uče da ne vode brigu o sebi ili o drugima, takođe mogu da nauče kako da vode brigu. Da bi se ovo dogodilo, ključno je da mi – kao profesori, zdravstveni edukatori/ke, profesionalno osoblje za rad sa mladima i roditelji – omogućimo mladićima da razmišljaju o brizi i da stiču iskustvo u vođenju brige.

---

93 — UNAIDS, "Muškarci i AIDS: rodni pristup." (Ženeva: Zajednički program Ujedinjenih nacija za borbu protiv HIV/AIDS-a, 2000).
94 — 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

Šta je sa adolescentnim i mladim očevima?

Obično se adolescentska trudnoća meša sa adolescentskim majčinstvom; tj. kada govorimo o ranim godinama, gotovo uvek govorimo o adolescentnim majkama. Vrlo često mladog oca vidimo kao odsutnog i neodgovornog: "nema svrhe tražiti ga, on ne želi da zna ništa o tome!" Zaista, vrlo je uobičajeno da pretpostavimo da su svi adolescentni ili mladi muškarci koji postanu očevi "nemarni". Njihovi vlastiti roditelji, roditelji detetove majke, sama majka kao i odgovarajuće službe često ih diskriminišu i pretpostavljaju najgore o njima.

Iako mnogi mladići ne žele da budu uključeni, ima mnogo adolescentnih i mladih očeva koji su jednako uključeni i posvećeni brizi o deci kao što su posvećeni majkama ove dece. U nekim slučajevima, međutim, adolescentni ili mladi očevi možda i žele da budu uključeni u brigu o svojoj deci ali su u tome sprečeni od strane detetove majke ili njene porodice. U drugim slučajevima, adolescentni ili mladi očevi mogu osećati da, budući da su nezaposleni i ne mogu da obezbede finansijsku podršku za dete, nemaju ni pravo na interakciju sa njim ili njom. Na primer, istraživanje je pokazalo da adolescentni i mladi muškarci u početku mogu da odbijaju odgovornost i očinstvo kada su suočeni sa mogućom trudnoćom, zbog finansijskog tereta kojeg podrazumeva briga o deci.[95]

Sveukupno gledano, međutim, činjenica je da svaki adolescentni roditelj ima svoju vlastitu priču ili realnost. Razumevanje specifične realnosti ili pojedinačnog slučaja svakog adolescentnog roditelja ne znači podsticanje adolescentske trudnoće – već to znači stvaranje uslova da ovo adolescentno roditeljstvo ne predstavlja prepreku za razvoj i dobrobit adolescentnog roditelja ili roditeljâ, ili njihove dece.

Briga za dete nije jednostavan zadatak, naročito ako uzmemo u obzir ekonomske implikacije podizanja deteta. I naravno, neki mladići (možda i većina!) nisu adekvatno pripremljeni da vode brigu o detetu. Za većinu adolescenata, postati roditelj u tim godinama verovatno ne predstavlja najbolji izbor u njihovom životu. Međutim, trudnoća i očinstvo mogu pružiti nekim adolescentnim roditeljima značajne emocionalne prednosti.

Prvo, moramo priznati da su se neki adolescentni parovi pokazali dobrima u školi, u porodičnom životu i u brizi o detetu. Istraživanja iz oblasti društvenih nauka sprovedena u različitim državama ističu da neki adolescenti trudnoću doživljavaju kao prelaz u zrelo doba i da im upravo trudnoća dodeljuje taj status. Nekim mladim ljudima roditeljstvo omogućava da rekonstruišu svoje živote, i ponekad čak da prestanu sa uzimanjem supstanci ili da više ne budu uključeni u delinkventne radnje.[96]

Zaista, širom sveta stope trudnoće su veće među mladim ljudima sa nižim stepenom obrazovanja, ili kod onih koji imaju manje nade da će pobeći iz siromaštva i kao posledica toga mogu doprineti siromaštvu. Štaviše, mnogi mladi roditelji rano napuštaju školu zbog nedostatka ekonomskih sredstava njihovih porodica da ih nastave školovati. Međutim, istraživanje pokazuje da adolescentska trudnoća sama po sebi nije glavni uzrok napuštanja škole. Kada se trudnoća desi, većina adolescenata iz neprivilegovanih klasa je već napustila školu ili se nikad nije ni upisala u školu. Štaviše, kada pregledamo literaturu, vidimo da adolescentsko roditeljstvo nije uzrok zdravstvenih rizika po majku ili po dete; glavni rizik je nedostatak prenatalne brige i odgovarajuće društvene podrške.[97]

Sve u svemu, analiza uzroka i posledica rane trudnoće mora biti pažljivo sprovedena i zahteva preispitivanje naših vlastitih predrasuda i stereotipa. Mi ne zagovaramo adolescentsku trudnoću. Mi zagovaramo da porodice, zajednice i stručna lica zauzmu uravnoteženiji stav po pitanju ovih problema – uzimajući u obzir specifične realnosti i potrebe samih mladih ljudi.

95 — 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 retko spominjemo oca. Muškarce, naročito mladiće, bilo u bolnicama ili prenatalnim klinikama često vidimo kao autsajdere ili uljeze, ili možda samo kao posetioce – retko kao partnere ili osobe koje koriste svoje pravo. Moramo zapamtiti da očevi imaju sledeća prava:

- Da učestvuju u prenatalnoj brizi;
- Da pronađu odgovore na svoje sumnje u vezi sa trudnoćom, uključujući i sumnje koje mogu imati u svom odnosu sa partnerkom, i o staranju za dete. Kao otac, on nije samo pratilac svoje partnerke, već takođe i otac deteta koje treba da se rodi;
- Da se informišu o tome kako trudnoća napreduje i o bilo kojem problemu koji se može pojaviti;
- Da u trenutku poroda budu prepoznati kao OČEVI, a ne samo kao "posetioci" klinike ili bolnice.

Za oca je važno da može učestvovati u brizi o novorođenčetu tokom prvih trenutaka i dana nakon rođenja. Naravno, neke stvari on ne može da radi. Žena, takođe, ne može da radi druge stvari zbog vremena neophodnog za vlastiti oporavak. Međutim, oboje mogu naučiti kako da daju podršku jedno drugom – pod pretpostavkom da njihov odnos dozvoljava takvu saradnju. Ukoliko su razdvojeni, oni se takođe moraju dogovoriti o podeli ovih odgovornosti i aktivnosti.[98]

OKVIR 3.

Okvir 3: Rezime

- Širom sveta, žene se često doživljavaju kao prirodni staratelji. Međutim, ova asocijacija je više ukorenjena u socijalnim konstrukcijama o muškim i ženskim ulogama nego u njihovim urođenim sposobnostima. Na primer, od rane mladosti, devojke provode većinu svog vremena u kući gde pomažu u kućnim poslovima i brinu o mlađoj deci. Sa druge strane, dečake često ohrabruju da se igraju na otvorenom, a odgovaraju ih od igranja sa lutkama ili učešća u drugim "ženskim" ili "kućnim" igrama, stoga oni često imaju ograničene mogućnosti da nauče i izgrade samopouzdanje u svojim veštinama vođenja brige.
- Nedovoljna briga muškaraca o samima sebi, izražena kroz statističke podatke kao što su visoke stope ubistava, samoubistava, upotrebe alkoholnih pića i drugih supstanci, uključenosti u nasilje, bilo kao počinioci ili kao žrtve, je povezana sa načinom na koji su oni odgajani. Često su dečaci i muškarci podstaknuti na rizično ponašanje kako bi se dokazali kao "pravi muškarci" i mogu posmatrati traženje stručne pomoći kao "nemuževno" ili kao znak slabosti. Na taj način, ideja vođenja brige o samome sebi je često istisnuta štetnim ili samoubilačkim stilovima života.

96 — Gary Barker, "Peace boys in war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro, Brazil" ("Miroljubivi dečaci u ratnoj zoni: Identitet i suočavanje među maloletnim muškarcima u favelama u Rio de Žaneiru, Brazil"; neobjavljena doktorska disertacija, Erikson Institut, Loyola Univerzitet, Čikago, 2001)
97 – Donald G. Unger & Lois Dall Wandersman, "Social support and Adolescent Mothers: Actions Research Contributions to theory and practice." ("Socijalna podrška i maloletne majke: doprinosi aktivnosti istraživanja teoriji i praksi"); Journal od Social Issues 41 (1985) 29-41.
98 — 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 staranje

Istorijski i kulturološki, često povezujemo sliku žene sa slikom majke, kao da su ta dva identiteta nerazdvojna. Čak je uobičajeno i da čujemo izreku "žena bez dece je kao drvo bez ploda". Od malih nogu, kada se devojčicama daju lutke da se igraju, one uvežbavaju društveno očekivane uloge za žene – majke i staratelja. Međutim, ne želi svaka žena da bude majka i odluka o tome, da li i kada žena treba imati decu treba da se zasniva na individualnim željama svake žene, a ne na društveno konstruisanim idealima o ženama i majčinstvu.

Trudnoća i majčinstvo u adolescenciji

Bez obzira na sve veću pažnju koja se posvećuje adolescentskoj trudnoći (trudnoći do 19 godina starosti) u poslednjih nekoliko decenija, to nije nova pojava. Umesto toga, samo u poslednjih nekoliko decenija je adolescentska trudnoća klasifikovana kao društveni problem. Ovaj pomak je došao kao rezultat promene normi o iskustvu adolescencije i uloge žena. Već dugo vremena, starosni uzrast na koju smo mislili kada smo koristili izraz "adolescentska" ili "tinejdžerska" trudnoća se smatrala idealnom uzrastu za žene da imaju decu. Međutim, promena očekivanja o obrazovnim i profesionalnim postignućima žena i dostupnost kontracepcije (npr. pilula, dijafragma, i kondom) dovela je do promena u stavovima o idealnoj dobi za žene da imaju decu. Adolescentska trudnoća se stoga najčešće povezuje sa gubitkom obrazovnih i profesionalnih mogućnosti i opštim gubitkom izbora životu devojke. Trenutne diskusije i zabrinutosti o adolescentskoj trudnoći su takođe povezane sa stvaranjem koncepta adolescencije, koji je nastao u drugoj polovini 20. veka kao međufaza između detinjstva i života odraslih, kada hormonalne promene uzrokuju da telo sazri od deteta do odrasle osobe.

Ova nova klasifikacija faza ljudskog razvoja takođe je dovela do promena u društvenim očekivanjima i normama za pojedince koji doživljavaju ovakve fizičke promene. Iako adolescenti mogu imati mnoge od kognitivnih i emocionalnih sposobnosti koje su im potrebne da uđu u svet odraslih, od njih se očekuje da iskoriste ovu fazu života da se pripreme (npr. akademski, socijalno) kako bi osigurali bolji uspeh kao odrasle osobe. Sa uvođenjem perioda adolescencije, prelazak u zrelo doba postao je još složeniji, zahtevajući duži period od zavisnosti od roditelja i porodice i odlaganje uzrasta koji se smatra idealnim za reprodukciju. Sa adolescencijom koja se sada definiše kao prelazni period između detinjstva i odraslog doba, istraživači su počeli da opisuju ovaj period kao vreme pobune i impulsivnosti, u životu i još konkretnije u seksu (Bock 2001). Kao rezultat toga, adolescentska trudnoća je postala povezana sa neodgovornošću, impulsivnošću, strukturama raspada porodice, nedostatkom informacija, i siromaštvom. Međutim, razlozi za adolescentsku trudnoću su raznovrsni i složeni. S jedne strane, postoje mnoge adolescentske trudnoće koje su planirane, najčešće među

pojedincima čiji životni planovi i očekivanja možda neće uključivati visoko obrazovanje ili formalnu karijeru. S druge strane, neplanirane adolescentske trudnoće mogu proizaći iz nedostatka informacija o seksualnosti, reproduktivnom zdravlju i metodama kontracepcije. Ove neplanirane trudnoće mogu se dogoditi kada su devojke inhibirane, uplašene ili na drugi način ne mogu da pregovaraju o korišćenju kontrole rađanja sa svojim partnerima. Kontracepcija, međutim, nije samo odgovornost žene: u svakoj vezi, odluke oko seksualnog i reproduktivnog zdravlja pripadaju oboma partnerima. Iako je ovaj priručnik namenjen za rad sa mladim ljudima, važno je napomenuti da nije svaki adolescent ili mladi otac odsutan ili neodgovoran. Mnogi očevi (mladi ili odrasle osobe), koji imaju decu sa adolescentom ženom žele da ospore kulturosloške norme koje kažu da muškarac ne može i ne treba da učestvuje u odgajanju deteta i drugim kućnim poslovima. Bez obzira na okolnosti adolescentske trudnoće, važno je pružiti podršku adolescentnoj devojci u drugom stanju i njenom partneru. To ne znači nužno ohrabrivanje trudnoća među adolescentima, već stvaranje uslova, tako da ovaj proces ne dovede do bilo kakvih fizičkih, psihosocijalnih, ili socijalnih problema.

Ova podrška bi trebalo da uključi obrazovnu podršku koja pruža adolescenatnim i mladim majkama pristup i ostvarenje obrazovnih i drugih stručnih i društvenih mogućnosti.

Porodiljsko odsustvo za majke i očeve

Izmenjena uloga očeva se takođe prepoznaje u pravnom okviru. U sve većem broju zemalja očevi imaju pravo da uzmu nekoliko nedelja ili meseci odsustva sa posla da bi se brinuli o svojim bebama. U nekim zemljama to je čak obavezno! Istraživanja ukazuju na to da ova praksa jača vezu između deteta i oca. Roditelji u nekim zemljama mogu da izaberu da podele roditeljsko odsustvo onako kako im najbolje odgovara.

Radionica 36:
Kako to misliš?

CILJ:
Istražiti kako mladići definišu staranje i kako se nose sa tim u svom svakodnevnom životu.

POTREBNI MATERIJAL:
Obične olovke, beli listovi papira, trake papira, tabla (kartonska ili flipčart)

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
U slučaju učesnika/ca koji imaju poteškoća u čitanju i pisanju, voditelj/ka ih može zamoliti da jednostavno govore, bez korišćenja papira ili table. Ipak, važno je održavati redosled: prvo, aktivnost izlistavanja ideja, a zatim priče iz njihovog detinjstva.

PROCEDURA:

1. Podelite list papira i olovku svakom učesniku/ci i zamolite svakog od njih da na papiru napiše reč BRIGA.
2. Zatim ih zamolite da napišu sve reči i fraze koje im padnu na pamet kada čuju reč BRIGA.
3. Nakon 5 minuta, zamolite svaku osobu da pročita šta su zapisali i sastavite listu svih reči i fraza koje se pojavljuju, kako bi utvrdili najčešće asocijacije.
4. Nakon toga, podelite tri trake papira svakom učesniku/ci a ostatak stavite u centar kruga kojeg su formirali učesnici. Zamolite ih da razmisle o svojim životima od vremena kada su bili deca, i da se zatim pokušaju prisetiti situacija u kojima su svedočilii sceni staranja.
5. Nakon 20 minuta, zamolite jednog učesnika/cu da dobrovoljno pročita ono što je napisao/la. Pitajte da li ima drugih sličnih priča i započnite diskusiju.

PITANJA ZA DISKUSIJU:

1. Da li je moguće definisati brigu ili staranje na osnovu samo jedne ideje.
2. Da li je dobro da se neko o vama brine? Zašto?
3. Da li je dobro brinuti se za nekoga? Zašto?

ZAVRŠETAK:

Prokomentarišite da, kao što se može videti iz raznih reči koje je grupa navela, očigledno je da ne postoji samo jedna ili ispravna definicija brige i staranja, već da ti termini imaju višestruka značenja.

Radionica 37:
Muškarci kao staratelji

CILJ:
Povećati nivo svesti o tradicionalnim rodnim podelama o staranju i promovisati veće učešće mladića u staranju u njihovim domovima, vezama i zajednicama.

POTREBNI MATERIJAL:
Nije potreban

PREPORUČENO VREME:
90 minuta

PLANIRANJE:
Ukoliko u grupi ima mladih očeva, podstaknite ih da se osvrnu na svoje učešće u brizi o detetu i na koji način bi mogli biti aktivnije uključeni. Za one koji nisu očevi, pitajte ih kako predviđaju da će izgledati njihovo učešće u budućnosti.

PROCEDURA:

1. Prvo, zamolite učesnike i učesnice da se raširе i prošetaju po prostoriji.

2. Recite im da kada čuju odgovarajuće doba dana praćeno rečju "KIP", oni treba da zauzmu položaj koji predstavlja aktivnost u kojoj bi oni bili angažovani u to doba dana. Na primer, nakon što izgovorite reči: "Podne, KIP!" učesnici i učesnice bi trebalo da zauzmu položaj kipa koji predstavlja šta oni inače rade u podne svakog dana.

3. Zatim, glasno recite drugo doba dana praćeno naredbom "KIP!" Nastavite ovako za sledeća vremena:
   - 3:00 pre podne
   - 10:00 pre podne
   - Podne
   - 3:00 posle podne
   - 10:00 posle podne

4. Zamolite učesnike i učesnice da zamisle šta bi radili u ovo doba dana kada bi trebalo da se brinu o detetu i ponovite isti proces od koraka br. Napomena: za mlađe učesnike, koji nisu imali neposrednog iskustva sa brigom o deci, podstaknite ih da razmisle o odnosu otac-dete zasnovanom na njihovim porodicama, zajednici i medijima.

5. Sada, neka učesnici i učesnice ponove ovu vežbu zamišljajući šta bi radili da su oni žene sa decom.

6. Iskoristite sledeća pitanja za diskusiju kako biste istražili razlike između dve situacije – pre i posle djeteta – u životima mladića i razlike između rutine nekog mladog oca i mlade majke, i identifikujte u koje je doba dana prisutnost deteta značilo veću (manju) promenu u rutini mladića.

   Alternativna procedura: *Umesto da izvodite prethodnu vežbu sa različitim vremenima u toku dana, zamolite učesnike i učesnice da sprovedu aktivnost izlistavanja ideja o različitim aktivnostima koje bi mladić koji je otac i devojka koja je majka obavljali u različito doba dana. Napišite ove različite aktivnosti u dve kolone (jedna za mladiće i druga za devojke) na flipčartu i zamolite učesnike i učesnice da identifikuju neke sličnosti i razlike između ovih aktivnosti.*

Pitanja za diskusiju:

1. Da li se svakodnevni život menja kada mladić ima dete o kojem mora brinuti? Na koji način? Zašto?
2. Da li se svakodnevni život menja kada devojka ima dete o kojem mora brinuti? Na koji način? Zašto?
3. Kakve vrste staranja obavljaju žene a kakve muškarci?
4. Ko je bolji u staranju, muškarci ili žene? Zašto? Da li je to deo kulture ili biologije?
5. Koji faktori doprinose da muškarci ne učestvuju u staranju o deci?
6. Šta mislite, kako vaše društvo gleda na učešće muškaraca u staranju o deci?
7. Koji su izazovi očinstva? Kako se ti izazovi mogu rešiti?
8. Koja je pozitivna strana očinstva? Koje su prednosti očinstva?
9. Koje su prednosti za dete koje ima aktivnog oca u svom životu?
10. Koje su prednosti kada mladić ima dobre odnose sa majkom njegovog deteta?
11. Postoje li pozitivni uzori očeva u vašoj zajednici? Šta se od njih može naučiti?
12. Šta ste vi naučili tokom ove aktivnosti? Kako vam to može pomoći da uvedete promene u vaše živote i veze?

Završetak:

Da li je i na koji način otac uključen u brigu o detetu zavisi od toga kako su muškarci i žene vaspitani i od toga da li su vaspitani da veruju da su i muškarci takođe sposobni za brigu o deci. Na primer, devojčice se od rane mladosti podstiču na igru sa lutkama vežbajući na taj način ono što se pretpostavlja da ih čeka u budućnosti: život u kući i briga za članove porodice. S druge strane, dečaci se uglavnom odvraćaju od igranja sa lutkama ili pomaganja u kućnim poslovima. Iako su devojčice i žene često od rane mladosti vaspitane da brinu o deci, muškarci takođe mogu naučiti da brinu o deci – i da nauče da to rade dobro. Kada očevi nisu uključeni u staranje, to znači da na kraju majke moraju da nose težak teret brige o deci i da muškarci propuštaju mnoga zadovoljstva koja briga o deci nosi sa sobom. I dok razmišljate o promovisanju pravičnosti između muškaraca i žena u vašoj zajednici, važno je da počnete od vašeg doma i da razmislite o tome kako vi kao mladići možete početi da više učestvujete u zadacima staranja u vašoj porodici, kao i da razmislite o tome kako možete podstaknuti druge mladiće da urade to isto u svojim domovima.

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

CILJ:
Diskutovati o ulogama i odgovornostima žena i muškaraca u prevenciji trudnoće. Diskutovati o majčinstvu – društvenim i kulturološkim očekivanja vezanim za majčinstvo.

POTREBNI MATERIJAL:
Kopije Tabele resursa: Adrijanina priča.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

1. Podelite (ili pročitajte naglas) Adrijaninu priču iz Tabele resursa 7.

2. Razgovarajte o mogućim završecima priče.

3. Započnite diskusiju koristeći sledeća pitanja

Pitanja za diskusiju:
- Da li je ova priča realna? Zašto ili zašto ne?
- Da li devojke brinu o neplaniranoj trudnoći? Zašto ili zašto ne?
- Da li devojke razgovaraju sa svojim partnerima o prevenciji trudnoće? Zašto ili zašto ne?
- Da li mladići brinu o neplaniranoj trudnoći? Zašto ili zašto ne? Da li oni razgovaraju o tome sa svojim partnerkama?
- Koju vrstu uloge bi muškarac trebalo da ima u odlukama o hitnoj kontracepciji?
- Kakve opcije Adrijana ima na raspolaganju?

4. Adrijana saznaje da je trudna. Nastavite sa diskusijom koristeći pitanja:

- Šta prolazi kroz um devojke kada sazna da je trudna? Kako neplanirana trudnoća može da promeni njen život? Kakav izbor ona ima?
- Šta prolazi kroz um mladića kada sazna da je njegova partnerka trudna? Kako neplanirana trudnoća može da promeni njegov život? Kakav izbor on ima? Kako roditelji reaguju kada se njihova kći ili sin suoče sa neplaniranom trudnoćom?
- Kako se broj neplaniranih trudnoća u vašoj zajednici može smanjiti?
- Koje opcije žena ima kada se suoči sa neplaniranom trudnoćom?

5. Razgovarajte o tome šta znači biti majka u vašoj zajednici. Kako izgleda "tipična majka"? (njene godine, gde živi, kako izgleda, šta voli da radi, da li je planirala da bude majka, koliko dece ima, da li radi izvan kuće, da li je udata ..)

6. Započnite diskusiju koristeći pitanja ispod da sumirate celu aktivnost

Pitanja za diskusiju:

1. Treba li žene da budu majke? Zašto ili zašto ne?

2. Kako zajednica posmatra ženu koja nema decu? Da li je to drugačije kada je to njen izbor, nego kada je to zbog toga što ne može da zatrudni?

3. Kako bi muškarci trebalo da budu uključeni u odluke o majčinstvu?

4. Kada žena postane majka, šta zajednica očekuje od nje?

5. Da li su očekivanja od majke danas slična očekivanjima u prošlosti? Da li su drugačija? Kako?

6. Da li su očekivanja od majke drugačija od očekivanja od oca? Na koji način? Šta mislite o tome?

7. Da li je drugačije biti majka u ruralnom okruženju nego u urbanom? Kako?

8. Na koji način možemo bolje prihvatiti i podržati odluke žena o majčinstvu?

9. Što ste naučili u ovoj aktivnosti? Jeste li naučili nešto što se može primeniti na vaše živote i veze? Da li ćete napraviti ikakve promene kao rezultat ove aktivnosti?

OPCIONALNI KORAK ZA GRUPE SA VIŠE VREMENA – sprovedite ovu aktivnost odvojeno od aktivnosti "Biti majka"

- *Podelite učesnike i učesnice u manje grupe i dajte im 10 minuta da razgovaraju o mogućem završetku priče. Svaka grupa bi trebalo da pripremi skeč zasnovan na završetku koji su izabrali.*
- *Nakon što svaka grupa predstavli svoj skeč, pitajte da li postoje neki drugi mogući završeci.*
- *Pitajte učesnike i učesnice da li su ikad čuli za hitnu kontracepciju (ukoliko to grupe već nisu spomenule). Prezentujte informacije iz Tabele resursa 4B.*
- *Zamolite učesnike i učesnice da zamisle da je Adrijana saznala da je trudna. Recite im da se vrate u svoje grupe i razgovaraju o mogućim završecima te priče. Dajte im 10 minuta za tu diskusiju.*
- *Neka svaka grupa prezentuje završetke koje su osmislili i iskoristite sledeća pitanja da započnete diskusiju o ulozi žena i muškaraca u prevenciji i suočavanju sa neplaniranom trudnoćom.*

OPCIONALNI KORAK: Podelite učesnike i učesnice u grupe i recite im da naprave skečeve o tome kako izgleda tipični dan majke, uključujući i to kako ona izgleda.

ZAVRŠETAK:

Baš kao što bi trebalo razgovarati o odluci da imaju seks, tako bi trebalo razgovarati i o odluci o kontracepciji i prevenciji neplanirane trudnoće, i važno je da oba partnera budu jednako uključena u taj razgovor. Uvek je najbolje unapred planirati i praktikovati siguran seks, ali ako i kada se suočite sa rizikom od neplanirane trudnoće, tableta za hitnu kontracepciju nudi mogućnost da, ako se pravilno koristi, značajno smanji taj rizik. U slučaju sumnje ili nesigurnosti, ne zaboravite da tražite informacije od zdravstvenih stručnjaka ili drugih stručnih osoba u zajednici.

Postoje određene opcije u vezi prekida neplanirane trudnoće, ali čak i ako je neplanirana, žena može odlučiti da zadrži bebu i postane majka. Njena odluka da postane majka može biti pod uticajem onoga šta društvo očekuje od majki da budu i da li ona smatra da želi i može ispuniti ta očekivanja. Mnoge porodice i kulture još uvek vide majku kao centralni identitet i ostvarenje žene. Osim toga, određeni modeli majki – na primer, one majke koje žrtvuju sve za svoju decu i porodicu – su idealizovani a drugi – one majke koje rade izvan kuće – su često kritikovani. Važno je da svaka žena sama odluči da li će i kako biti majka, i da ima na umu da, iako briga za druge može biti veoma ispunjavajuća, važno je takođe da ona brine o sebi.

TABELA RESURSA

Adrijanina priča

Adrijana ima 17 godina i pohađa završni razred srednje škole. Ona planira da nastavi školovanje i da radi nakon što diplomira. Ona učestvuje u školskim aktivnostima, uključujući i školske novine. Ona je veoma srećna, ekstrovertna, dinamična devojka sa puno prijatelja, i ljubazna je prema svima, naročito prema Leu, njenom momku. Oni vole da provode vreme zajedno i dele mnoge iste snove, uključujući i da jednog dana zajedno odu na dugo putovanje. Nakon što su se zabavljali nekoliko meseci, odlučili su da imaju seks po prvi put. Adrijana je mislila da joj je bilo čudno, ali da nije bilo onoliko bolno koliko su njene prijateljice rekle da će biti, niti se osećala nervozno u razgovoru sa Leom o korišćenju kondoma. Međutim, jednom dok su imali seks, kondom je pukao a Adrijana nije koristila nikakvu drugu vrstu zaštite. Oboje su bili vrlo zabrinuti, posebno zato što je Adrijana bila u plodnom delu ciklusa. Milion stvari prolazilo je kroz Adrijaninu glavu: "Šta ako sam trudna? Šta da radim? "

Radionica 39:
Sve u isto vreme

CILJ:
Diskutovati o višestrukim ulogama i odgovornostima koje žene često preuzimaju i o važnosti deljenja odgovornosti za brigu o deci i kućnim poslovima sa muškarcima.

POTREBNI MATERIJAL:
Hemijske ili obične olovke.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Pre sesije, voditelj/ka bi trebalo da istraži državne zakone i politike koje se odnose na porodiljsko odsustvo za majke i očeve koje može da podeli sa učesnicima i učesnicama.

PROCEDURA:

1. Uzmite list flipčart papira i podelite ga na dve kolone. U jednu kolonu napišite "majka" a u drugu "otac". Recite učesnicima i učesnicama da razmisle o svemu što im pada na pamet kada čuju ove reči. Zapišite to u odgovarajuće kolone.

2. Sada zamenite reči "majka" i "otac" i prođite ponovo kroz kolone (isto kao u i aktivnosti "Šta je to što zovemo rod"). Osim onih aktivnosti koje su uslovljene biološkim razlikama (kao što je dojenje) sve ostalo je rezultat rodnih uloga.

OPCIONALNI KORAK:
Možete dodatno sprovesti sledeću aktivnost

- Podelite učesnike i učesnice u tri manje grupe. Zamolite jednu grupu da napusti prostoriju na nekoliko trenutaka. Recite drugim dvema grupama da će jedna predstavljati "muškarce sa decom", a druga će predstavljati "žene sa decom". Zamolite treću grupu da se vrati u prostoriju i recite im da će oni biti "publika". Napomena: Važno je da grupa "publika" ne zna zadatke koje su druge grupe dobile.
- Recite prvim dvema grupama da odu u suprotne uglove sobe. Objasnite im da ćete izgovarati različita doba dana i da oni treba da u tišini odglume aktivnost koju bi obavljali u tom konkretnom trenutku u zavisnosti od toga da li su žene sa decom ili muškarci sa decom. Treća grupa će biti odgovorna za posmatranje aktivnosti koje dvije grupe obavljaju u različito doba dana.
- Izgovorite različita doba dana, na primer: 5 sati ujutro, 10 sati ujutro, podne, 3 sata posle podne, 5 sati posle podne i 10 sati uveče. Kako izgovarate svako od ovih doba dana, prve dve grupe bi trebalo da počnu oponašati aktivnosti koje bi žene sa decom ili muškarci sa decom obavljaju u to određeno doba dana. Dajte im nekoliko minuta da nastave oponašati aktivnosti povezane sa određenim dobima dana pre nego što izgovorite drugo doba dana. Voditelj/ka može takođe da izgovori i konkretnije vreme i dan u nedelji, na primer: 6 sati ujutro na godišnjem odmoru, podne u subotu, 3 sata posle podne u ponedeljak. Podsetite treću grupu da bi oni trebalo da posmatraju obe grupe i da identifikuju sličnosti i razlike koje će komentarisati po završetku aktivnosti.
- Zamolite treću grupu, onu kojoj je dodeljena uloga "publike", da sa ostatkom grupe podele neke sličnosti i razlike su uočili. Pitajte ih šta oni misle da li su predstavljene aktivnosti tačno oponašale ono što se dešava u njihovim domovima i zajednicama.

› Nakon kratke rasprave o ovom delu aktivnosti, objasnite da će grupa izvesti još jednu aktivnost da istakne razlike u učešću muškaraca i žena u brizi o deci i kućnim poslovima..

3. Započnite diskusiju koristeći pitanja ispod.

Pitanja za diskusiju:

1. Koje su razlike u učešću muškaraca i žena u brizi o deci?
2. Kako se ove razlike odnose na različite uloge i mogućnosti muškaraca i žena izvan kuće (npr. škola, radno mesto)?
3. Po vašem mišljenju, koje vrste prava bi žene trebalo da imaju u pogledu majčinstva i posla? A koje vrste prava bi muškarci trebalo da imaju u pogledu očinstva i posla? (Ako je moguće, voditelj/ka bi trebalo da doprinese ovoj diskusiji informacijama o državnim zakonima o porodiljskom odsustvu za majke i očeve).
4. Da li je moguće za devojku da bude majka, da studira, i da radi? Kakva vrsta podrške joj je potrebna?
5. Da li su neke odgovornosti važnije od drugih?
6. Šta žene obično očekuju od muškaraca u pogledu njihovog učešća u brizi o deci?
7. Da li su muškarci sposobni da se brinu o deci kao žene? Zašto ili zašto ne?
8. Šta žene obično očekuju od muškaraca u pogledu obavljanja kućnih poslova?
9. Da li su muškarci sposobni da obavljaju kućne poslove kao žene? Zašto ili zašto ne?
10. Da li je važno za žene i njihove partnere da mogu da dele brigu o deci i kućne poslove? Zašto ili zašto ne?
11. Kada je muškarac nezaposlen, da li on doprinosi obavljanju kućnih poslova?
12. Koje su prednosti ravnomerne podele odgovornosti za brigu o deci i kućnim poslovima između žena i muškaraca?
13. Kako žena može da pronađe vremena da se brine o sebi pored svih svojih drugih odgovornosti?
14. Kako muškarac može da pronađe vreme da se brine o sebe, deci i drugim odgovornostima?
15. Šta ste naučili tokom ove diskusije? Kako to može pomoći da napravite promene u svom životu i vezama?

Završetak:

Žene često usklađuju mnoge uloge i odgovornosti – kod kuće i izvan nje. Što se tiče dece, često su žene te koje preuzimaju primarne odgovornosti. Međutim, važno je zapamtiti, da ako i kada je otac uključen u brigu o deci to nije isključivo povezano sa biološkim karakteristikama, već više zavisi od toga kako su muškarci i žene vaspitani i da li su vaspitani da veruju da muškarci takođe mogu da se brinu o deci. Iako su devojčice i žene često vaspitane od malih nogu da se brinu za decu, muškarci takođe mogu da nauče da se brinu o deci – i da nauče da to dobro rade. Kao majke, sestre i supruge, možete da podstičete dečake i muškarce da učestvuju u brizi o braći i sestrama i drugoj deci, tako da mogu da vežbaju veštine potrebne da budu dobri očevi i staratelji.

Radionica 40:
Šta je posao žene?

CILJ:
Diskutovati o tradicionalnim rodnim podelama koje postoje u različitim vrstama poslova.

POTREBNI MATERIJAL:
Flipčart papir i markeri.

PREPORUČENO VREME:
45 minuta

PLANIRANJE:
Nije potrebno.

PROCEDURA:

1. Objasnite učesnicima i učesnicama da je svrha ove aktivnosti diskutovati o vrstama poslova koje tradicionalno obavljaju žene i muškarci.

2. Podelite list papira i olovku svakom učesniku/ci. Zamolite svakog učesnika/cu da napravi listu svih različitih vrsta poslova koje obavljaju različiti pojedinci/ke u njihovoj porodici, uključujući i njih same. Zamolite učesnike/ce da razmisle o vrstama posla koje obavljaju muški rođaci u poređenju da vrstama posla koje obavljaju ženski rođaci. Za grupe sa niskim nivoom pismenosti, podelite učesnike/ce u parove ili male grupe i zamolite ih da diskutuju o ovim pitanjima.

3. Dajte učesnicima i učesnicama 10-15 minuta za pisanje i/ili diskusiju.

4. Zamolite svakog učesnika/cu da podeli nekoliko primera sa svoje liste sa ostatkom grupe. Oni bi trebalo da naglase da li se svaku vrstu posla obavljaju muškarci, žene, ili i jedni i drugi.

5. Napišite navedene različite vrste poslova na flipčart papir. Napravite listu onih vrsta poslova koje obavljaju muškarci, listu onih koje obavljaju žene i listu onih koje obavljaju oba pola.

6. Nakon što su svi učesnici/ce dali svoj doprinos, pregledajte listu koju ste napravili sa vrstama poslova koje obavljaju muškarci i onima koje obavljaju žene. Prođite kroz svaku stavku i pitajte učesnike/ce da li tu vrstu posla mogu takođe obavljati oba pola. Ako učesnici/ce kažu da

neki posao ne mogu obavljati oba pola, recite im da dodatno razmisle o ovome i preispitaju svoje razmišljanje, sve dok grupa ne dođe do konačnog shvatanja da ovu vrstu posla verovatno mogu obavljati oba pola.

7. Uključite učesnike/ce u diskusiju o rodnoj podeli posla, koristeći pitanja za diskusiju ispod.

ALTERNATIVNA PROCEDURA: Neka svaki učesnik/ca napiše ili izdiktira vrste posla koje obavljaju različiti pojedinci/ke u njihovoj porodici, uključujući i njih same, pojedinačno, na malim papirima. Presavijte ove papire i stavite ih u korpu. Podelite grupu u dva tima. Jedan po jedan, neka jedan učesnik/ca iz svakog tima izvuče papir i odglumi ono što je napisano u tišini. Tim iz kojeg potiče glumac/glumica bi trebalo da pokuša da pogodi koju vrstu posla on/ona glumi. Ako tim ne može da pogodi, dajte drugom timu priliku da pogađa. Onaj tim koji tačno pogodi vrstu posla dobija jedan poen. Ova igra se može igrati sve dok svi se svi papirići sa navedenim poslovima ne izvuku ili dok voditelj/ka ne oseti da je grupa dovoljno animirana. Na flipčart papiru napišite listu aktivnosti koje su odglumljene, i zatim zamolite učesnike/ce da diskutuju o dole navedenim pitanjima.

Pitanja za diskusiju:

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?

ZAVRŠETAK:

Ideja da određene vrste poslova treba da obavljaju žene a druge muškarci zasnovana je na socijalizaciji, a ne biologiji. Veće učešće žena u poslovima koji zahtevaju staranje i veštine vođenja domaćinstva je direktno povezano sa činjenicom da su devojčice i devojke često vaspitane da pomažu u ovoj vrsti poslova kod kuće, pripremajući ih na taj način za ovu vrstu plaćenog rada u budućnosti. Nažalost, one aktivnosti koje uglavnom obavljaju devojke i žene, uključujući kućne poslove, staranje i neformalne aktivnosti na tržištu, i dalje su potcenjene ili ignorisane od strane društva – i ponekad, od strane samih žena. Važno je prepoznati ogroman doprinos koji žene uvek daju u kući i izvan kuće i znati da je moguće da žene preuzmu aktivnosti koje tradicionalno obavljaju muškarci, baš kao što je moguće da muškarci, zauzvrat, preuzmu one aktivnosti koje tradicionalno obavljaju žene, uključujući kućne poslove i brigu o deci.

Barbike, igračke kamioni, i čemu nas oni uče o poslu

Tokom diskusije, takođe bi moglo biti interesantno da zamolite učesnike/ce da razmisle o različitim igračkama sa kojima se igraju dečaci i devojčice i mogućim vezama sa vrstom posla koju muškarci i žene češće obavljaju. Na primer, devojčice se često igraju lutkama i takvim igračkama koje oponašaju uloge staranja i kućnih poslova. Dečaci se često igraju autićima, kockama i drugim igračkama koje oponašaju agresivne i takmičarske uloge. Razgovarajte o tome kako su ova rana iskustva deo socijalizacije u kojoj i devojčice i dečaci uče da se identifikuju sa određenim vrstama poslova i interesovanja.

Devojke i učešće zajednice

Učešće zajednice se može definisati kao proces podizanja svesti i mobilizacije koji omogućava pojedincima i grupama da identifikuju i razumeju svoje potrebe i da traže rešenja koja poboljšavaju njihove živote i zajednice (Nunes, 2006). Ova rešenja mogu da uključuju pomoć u brizi za decu iz komšiluka, pomoć nekome da ode do klinike ili bolnice, pozajmljivanje novca prijatelju ili komšiji, ili druge aktivnosti koje pojedinci i grupe mogu učiniti da doprinesu dobrobiti drugih i poboljšanju životnog standarda u zajednici .

Učešće zajednice i osnaživanje

Rad u okviru učešća zajednice olakšava devojkama da preispitaju zakone i socio-kulturološke norme koje stvaraju i održavaju nejednakosti. Devojke moraju da shvate da su ove zakone i norme stvorile grupe ljudi – to jest, da oni nisu urođeni i nepromenljivi – i da one same mogu da predlože i donesu izmene ovih zakona kroz političku mobilizaciju. Kroz ovo shvatanje, devojke mogu da počnu da razvijaju kritičku svest i da prepoznaju svoju moć da oblikuju svoje živote i zajednice. U tom smislu, učešće postaje osnovni alat i za učenje i za osnaživanje. Mi definišemo osnaživanje kao "povećanje moći i lične i kolektivne samostalnosti pojedinaca i društvenih grupa u njihovim interpersonalnim i institucionalnim odnosima, prvenstveno onim koji se odnose na represiju, dominaciju i društvenu diskriminaciju" (Vasconcelos, 2003). Osnaživanje zavisi od individualnog i kolektivnog učešća u identifikovanju problema i radu na promenama. U Pedagogiji i autonomiji (2005), Paulo Freire naglašava da možemo postati svesni represije odnosa samo kroz samostalno učešće pojedinaca u procesu oslobađanja, a ne isključivo pružanjem informacija – to jest, da bismo shvatili represiju, moramo učestvovati u vlastitom oslobađanju. Upoznavanje vlastite zajednice je još jedan važan korak u procesu osnaživanja. Smislenije interakcije sa zajednicom i dublje razumevanje njenih resursa vode ka snažnijoj mobilizaciji i značajnijim promenama.

Devojke i učešće zajednice

Promovisanje učešća devojaka u njihovim zajednicama može da im pruži priliku da odu dalje od razmišljanja i diskusija koje su sadržane u ovom priručniku i da rade na tome da transformišu svoje lokalne realnosti. Razvoj individualnih i kritičkih tačaka gledišta je presudan korak u prikupljanju kolektivnih glasova potrebnih za rešavanje hitnih društvenih pitanja (Fischer, 2002). Osim toga, izgradnja osećaja pripadnosti društvu i uključenosti u zajedničke aktivnosti mogu pomoći devojkama da povećaju svoje samopoštovanje i ostvare svoje vlastite težnje (Putnam, 2003). Takođe je od suštinske važnosti pomoći mladim i odraslim ljudima da razgovaraju jedni sa drugima, posebno o temama koje se smatraju tabu temama ili teškim temama. Odrasli voditelji/ke mogu ponuditi mladima informacije i podršku u otkrivanju sveta odraslih. Uključivanje devojaka u interaktivne aktivnosti sa različitim liderima i liderkama iz zajednice može proširiti njihove mreže i dati im pristup novim i važnim izvorima informacija. Koristeći analogiju iz prirode, možemo reći da su učesnici/ce sposobni da pletu mreže povezivanja i na taj način stvaraju mreže koje postaju sve veće i veće. Studija sprovedena u SAD-u je pokazala da su mladi iz urbanih područja sa niskim prihodima koji su stvorili partnerstvo sa odraslima češće tražili i dobijali podršku i mogućnosti (Costa, 2003). Ovi mladi ljudi su takođe imali više mogućnosti da saznaju o svetu odraslih, i da dobiju praktične informacije o temama kao što su upisivanje na fakultet i norme i očekivano ponašanje na radnom mestu.

Ove aktivnosti vezane za učešće zajednice imaju za cilj da podstaknu uključivanje devojaka u proces individualnog i kolektivnog razmišljanja o svojim zajednicama, i da stvore okruženje u kojem mogu da rade zajedno na rešavanju lokalnih problema. Tokom ovog procesa, devojke ne samo da komuniciraju sa drugim mladim ljudima koji se suočavaju sa sličnim problemima, već takođe i sa pojedincima/kama iz šire zajednice, kao što su lideri/ke u zajednici, verske vođe i predstavnici/ce lokalnih organizacija. Važno je da tematska razmišljanja predložena u ovom priručniku donesu pomak prema indivualnoj i kolektivnoj transformaciji okolnosti u zajednici. Osim toga, učešće u aktivnostima u zajednici je katalizator za individualne transformacije, kao što smo videli ranije.

Razmišljanje o našim okolnostima i delovanje na njih omogućava nam da otkrijemo alate koji mogu dovesti do lične promene i doprineti transformaciji naših lokalnih stvarnosti, što je povezano sa idejom osnaživanja. Ovo osnaživanje kroz učešće povećava naše samopoštovanje i produbljuje naš osećaj pripadnosti i naš osećaj kontrole nad vlastitim životima. Uključivanje mladih u zajedničke aktivnosti je takođe sredstvo mobilizacije. Izuzetno je važno identifikovati i maksimizirati postojeće mreže, tako da intervencije mogu da budu što je moguće efikasnije, uz istovremeno prepoznavanje dokaza o ulozi koju učešće zajednice igra u dobrobiti i zdravlju mladih.

POGLAVLJE

3

Budi promena
kojoj težiš!

Godina 1-4:

Resursi za organizaciju kampanja i komplementarnih aktivnosti uključivanja mladih u promociju pozitivnih stavova i vrednosti.

Budi promena kojoj težiš!

Budi promena koju želiš da vidiš!

Pored sprovođenja edukativnih radionica, važan segment u realizaciji Programa Y su komplementarne kampanje koje se sprovode u školama, ali i lokalnim zajednicama. Primer uspešne i prepoznatljive kampanje koju su sprovodile brojne lokalne i regionalne organizacije je „Budi Muško„. Koncept „Budi Muško“ je strategija koja je osmišljena na način da prati i podržava izvođenje edukativnih sesija. Putem ove kampanje mladima se šalju poruke vezane za teme obuhvaćene edukativnim sesijama. Na ovaj se način produžava „pozitivan“ efekat sesija čime se doprinosi kontinuitetu pozitivnog uticaja na mlade. Također, kampanje podstiču mobilizaciju mladih i razvoj pozitivnih društvenih i vršnjačkih grupa koji u određenoj školi ili lokalnoj zajednici, glasno i u grupama, zastupaju ideologiju demokratije i tolerancije, kao i nulte tolerancije prema nasilju i predrasudama koji su osnova za pojavu različitih oblika nasilja.

Uz podršku domaćih stručnjaka u oblasti marketinga, Smart Kolektiv je za potrebe ovog projekta osmislio kampanju BUDI MUŠKO, čiji je cilj promovisanje vrednosti nenasilnog ponašanja, rodne ravnopravnosti i razvijanje svesti o odgovornom seksualnom ponašanju.

Projekat i kampanja se oslanjaju na iskustva partnerske organizacije *Instituto Promundo Brasil*, koja je razvila efikasnu metodologiju participativnog pristupa u kreiranju kampanja za smanjenje nasilja među mladima u favelama Rio de Žaneira.

Socijalna kampanja „Budi Muško“ inovativni je pristup podizanja svesti o postojećim problemima u društvu, a podrazumeva aktivno učešće srednjoškolaca i srednjoškolki koji učestvuju u izvođenju radionica ili su prisustvovali radionicama i žele aktivno doprineti pozitivnim društvenim promenama.

Škole mogu samostalno sprovoditi aktivnosti kampanje, a web stranica http://www.youngmeninitiative.net/rs/ pruža različite resurse, materijale i smernice za njihovo planiranje, adaptaciju i realizaciju.

Upoznaj Program M!

Dosadašnje prakse u sprovođenju aktivnosti u okviru Programa M su pokazale da važan deo „pripreme“ učenika za njihovo aktivno učešće u edukativnim radionicama i drugim pratećim sadržajima je uvodna tzv. teaser kampanja. Teaser u prevodu znači zadirkivati, stoga su u kontekstu Programa M teaser kampanje vid komunikacije koji kod učenika pobuđuje interesovanje, ali ne nudi sve odgovore. Kampanje se sprovode pre početka realizacije edukativnih radionica i njihov cilj je da „zagolicaju“ maštu učenika i pobude interes za aktivnostima koje slede, a deo su Programa M. Teaser kampanje se mogu sprovoditi na različite načine, a u nastavku nudimo primere iz Sarajeva, Beograda, Banja Luke, Mostara i Zagreba:

1. Grafit ispred škole
   U dogovoru sa školom, ispred škole je preko noći ispisan veliki grafit sa porukom Budi muško. Ujutro, po dolasku učenika u školu, veliki broj njih je od nastavnika i drugog školskog osoblja tražio objašnjenje o tome ko i zašto je napravio pomenuti grafit. Na upit učenika, nastavnici i pedagozi su objasnili da se radi o iznenađenju i da će učenici sve odgovore dobiti 7 dana od izrade grafita. Nakon 7 dana, u školi je organizirana prezentacija „Budi Muško – uključi se!“, tokom koje su predstavljene edukativne radionice i drugi prateći zanimljivi sadržaji.

2. Posteri u školi
   U saradnji sa osobljem škole, dogovoreno je da se na najprometnijim lokacijama u školi postave posteri sa porukom „Da li ste spremni za Budi Muško aktivnosti?“. Tokom velikog odmora, grupa učenika je u holove i prostore oko kantine, postavila pomenute postere no u dogovoru sa osobljem škole, učenicima nije objašnjeno o čemu se radi. Iako su učenici tražili objašnjenje, pedagozi i nastavnici su rekli da se radi o iznenađenju, što je dodatno zaintrigiralo učenike i pobudilo intenzivan interes. Sedam dana kasnije, u glavnom holu škole, organizirana je prezentacija „Budi Muško – uključi se!“, tokom koje su predstavljene edukativne radionice i drugi prateći zanimljivi sadržaji.

   Veliki odmor je najbolje vreme za izvođenje aktivnosti ovog tipa teaser kampanje jer su svi učenici u glavnom hodniku pa je onda i akciju lakše izvesti na jednom centralnom mestu.

3. Prepoznaj Program M
   Program Inicijativa mladića je prošao brojne evolucijske izmene. Iako je u prvobitnom obliku, program bio usmeren na rad sa mladićima, kasnije, shodno identifikovanim potrebama škola i zajednica, program je proširen i na rad sa devojkama. Ono što je ostalo isto i prepoznatljivo je vizualni identitet programa i osnovna poruka Budi Muško, jer ista ohrabruje mladiće da se suprotstave rigidnim i štetnim društvenim normama, praksama i stavovima i preispitaju svoje vlastite stavove i njihovu korelaciju sa ponašanjem. Devojke u tom procesu imaju svoje mesto, jer pored individualne dobiti koje devojke ostvaruju učešćem u radionicama, kampanjama i kreativnim aktivnostima, posebnu ulogu imaju u formiranju pozitivnih vršnjačkih grupa koje mladiće i devojke 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 promene inicirane Programom M, mogu biti sjajni saveznici u mobilizaciji šire lokalne zajednice i promociji pozitivnih društvenih vrednosti i promena. Primere 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 organizovati jednostavnu, ali efikasnu javnu akciju ispisivanja poruka kredom ("chalk walk"). Članovi klubova mogu sakupiti i koristiti šarene krede da napišu i ostave poruke i parole BMK-a na trotoarima na adekvatnim, frekventnim lokacijama (školska dvorišta, trgovi, pešačke zone i druga javna mesta gde su one uočljive) istovremeno pozivajući svoje vršnjake i prolaznike da im se pridruže. Zanimljivo je da se ponekad ovim akcijama pridruže i profesori u pisanju poruka. Neke poruke 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 da poruke neko vreme ostaju na trotoarima i vidljive su praktično celoj školskoj populaciji, na primer, kao i da članovi kluba privlače veliku pažnju svojih vršnjaka prilikom sprovođenja ove akcije, što takođe predstavlja dobru priliku za verbalnu promociju vrednosti Kluba i distribuciju materijala kao što su brošure, leci, nalepnice i bedževi. Neophodni resursi su motivisani mladi članovi kluba (što više to bolje), dovoljno krede u boji i, opciono, štampani promotivni i edukativni materijali, a takođe se mogu koristiti i štandovi, zastave Kluba i transparenti. Pripremni sastanak takođe bi trebalo da uključi razmišljanje (izlistavanje ideja) i definisanje svih poruka za ovu akciju, uz navođenje primera iz prethodnih kampanja. Ova akcija treba da bude dobro pokrivena fotografijama/video snimcima koje bi trebalo objaviti na društvenim mrežama gde mogu da dopru 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 kojeg je lako nositi, sa prepoznatljivim "Budi muško" vizuelnim elementima i naslovima/sloganima, a takođe se mogu napisati i odgovarajući heštegovi (eng. hashtag). Članovi BMK treba da odu na popularne lokacije na kojima se mogu naći mladi ljudi i da ponesu okvir sa sobom (to može biti školsko dvorište ili gradski trg, park, itd), i da zamole mlade ljude da se fotografišu unutar okvira istovremeno im objašnjavajući cilj kampanje, na primer podizanje svesti o prevenciji rodno zasnovanog nasilja, intervencije posmatrača ili neke druge teme, uz promovisanje BMK i njegovih vrednosti i poruka. Na taj način se mladi ljudi upoznaju sa našim kampanjama, ciljevima i vrednostima a fotografisanjem pružaju podršku kampanji. Ovaj tip akcije je dobar za širenje na društvenim mrežama, jer mladi ljudi vole da vide svoje fotografije sa aktivnosti i

na taj način ona dopire do velikog broja mladih deljenjem i označavanjem (eng. tag). Osim "Instagram" okvira, ono što je potrebno je fotoaparat ili mobilni telefon sa dobrom kamerom, promotivni/edukativni materijali za distribuciju i, kao i uvek, dobar tim mladih aktivista. Ova akcija se takođe može realizovati zajedno sa nekim drugim događajem, kao što je školski sportski turnir, akcija ispisivanja poruka kredom ("chalk walk"), crtanje BMK grafita, sajam mladih, itd.

3. BMK AKCIJA – OBELEŽAVANJE MEĐUNARODNOG DANA ŽENA

BMK članovi sproveli su akciju u okviru koje su delili male kutije povodom obeležavanja Međunarodnog dana žena. Akcija koja je izvedena u tržnom centru "Mepas Mall", pored isticanja vrednosti i važnosti žena, pokušala je da približi građankama i građanima ideologiju i rad ovog kluba osnovanog 2009. godine.

U malim kutijama koje su delili devojke i mladići, članovi BMK, nalazio se slatkiš i kratka biografija žena koje su napravile i prave promene u Bosni i Hercegovini danas. 17 devojaka iz cele Bosne i Hercegovine je promovisano kroz ovu akciju: sportistkinje, političarke, prvakinje u hip-hop plesu, itd. Pored sprovođenja ove akcije na javnim mestima, ona je takođe sprovedena u školama i u kantonalnom Ministarstvu obrazovanja, dan posle Međunarodnog dana žena (pošto je Međunarodni dan žena bio u nedelju). Članovi BMK su podelili ove kutije svim zaposlenima u navedenim institucijama. Ukupno 1.000 kutija je podeljeno ženama i muškarcima, s obzirom na to da je smisao ove akcije promovisanje žena i onoga šta su one sposobne da urade, a ne da im se samo daju pokloni.

Pored ove kampanje sprevedena je promotivna aktivnost prije početka kampanje. Članovi BMK koristili su Facebook stranicu Budi muško kluba za promociju svih žena uključenih u ovu kampanju. Na ovaj način smo promovisali ovaj događaj a istovremeno smo dodatno promovisali žene i njihove uspehe.

4. BMK AKCIJA – OBELEŽAVANJE MEĐUNARODNE NEDELJE ZDRAVLJA MUŠKARACA

Članovi BMK su sproveli akciju za promociju zdravlja muškaraca u sklopu aktivnosti koje su implementirane širom sveta tokom Međunarodne nedelje zdravlja muškaraca. Akcija koja je sprovedena u Mostaru ima dva dela:

- Predstavljanje zdravih životnih stilova ljudima tako što su mladi ljudi vozili bicikle za vreme ove akcije
- Podela edukativnih materijala.

Za ovu akciju kreirane su dve vrste promotivnih materijala: nalepnice i brošure.

Više od 200 ljudi je bilo direktno uključeno u ovu akciju dobijanjem informacija i materijala.

5. DAN ZALJUBLJENIH

Četrnaestog februara svake godine je Dan zaljubljenih, ali za aktivne BMK članove ujedno i prilika da se na ovaj dan, na prometnim lokacijama organiziraju aktivnosti promocije pozitivnih među vršnjačkih odnosa, posebno u kontekstu veza koje mladi uspostavljaju sa svojim simpatijama. Nasilje u vezama nema opravdanje, pa su mladi u okviru akcije razgovarali sa prolaznicima o ljubavi, poštovanju, jednakosti i ravnopravnosti.

Potrebni materijali: Baloni, lizalice u obliku srca i info pult sa promotivnim materijalima.

U okviru akcije, prolaznicima je predstavljen Program M i aktivnosti koje mladi implementiraju u cilju promocije zdravlja i prevencije nasilja. Osim informacija i pozitivne poruke o sigurnoj ljubavi, BMK momci su delili lizalice u obliku srca mladim ljudima na ulici.

Slučajni prolaznik, tj. dečak je rekao našem volonteru: „Zadovoljstvo je živeti u gradu gde postoji organizacija kao što je vaša, organizacija koja brine o mladim ljudima, koji šire ljubav i sve to rade za nas, bez ikakvih očekivanja“.

6. Svetski dan zdravlja

U okviru kampanje obeležavanja Svetskog dana zdravlja, grupa mladih je organizovala poseban vid edukacije po metodologiji „Uči gde stigneš“. Na prometnom mestu je instalirana učionica za prolaznike. Građani i građanke su mogli slobodno da dođu na „časove“, budu deo učionice i slušaju i diskutuju o zdravlju, prevenciji nasilja, zdravim stilovima života te Prijateljskom centru za zdravlje mladih, HIV/AIDS-u i kontracepciji.

7. BMK-ovci na vrhu Trebevića

Učenje je celoživotni proces, učimo pre školovanja, tokom školovanja i nakon školovanja. Upravo sa namerom da svoje vršnjake podsete na značaj učenja, predstavnici BMK Sarajevo su odlučili da uče na neobičnom mestu, na vrhu planine Trebević, tačnije 1629 metara iznad nivoa mora. U okviru pomenute aktivnosti, članovi Budi Muško Kluba Sarajevo su na vrhu Trebevića organizirali edukativnu radionicu i na taj način pokazali da mesto i vreme ne mogu biti prepreka učenju.

Potrebni materijal i resursi: Prva pomoć, grupa mladih i vrednih ljudi i planina.

8. BMK TV

Inicijativa mladića je iskoristila kreativne radionice za razvoj svojih kampanja i angažovanje mladih ljudi u ovaj projekat. Kako članovi "Budi muško" klubova i mladi iz Foruma mladića učestvuju u edukativnim radionicama, omladinskim kampovima i drugim aktivnostima koje organizuju partneri, oni otkrivaju raznovrsne načine za izražavanje onoga što su naučili, npr. o rodno ravnopravnim i nenasilnim praksama, i za promovisanje ključnih poruka. Ovaj proces ih osnažuje i on predstavlja moćno sredstvo da se dopre do velikog broja mladih ljudi.

Kreativne radionice uče mladiće i devojke širokom spektru multimedijalnih tehnika, kao što su pravljenje filmova, fotografija, snimanje pesama, di-džejing, ples, i razni oblici ulične umetnosti. Nakon više od tri godine angažovanja mladića u svoje aktivnosti kampanje, omladinske kampove, i teaser kampanje u školama.

Tako je početkom 2012. godine, BUDI muško Klub Sarajevo identifikovao 11 aktivnih mladih ljudi, uključujući i jednog romskog tinejdžera, koji su redovno prisustvovali treninzima i organizovao za njih multimedijalne kreativne radionice za izradu video materijala i kratkih filmova. Ova grupa je od profesionalnog snimatelja naučila kako da koristi video opremu. Oni su prošli obuku koju su im držali brojni drugi stručnjaci – novinar, radijski voditelj, režiser i muzički urednik.

Radionice su praktične i uključuju stvarnu praksu izrade dokumentarnih i kratkih filmova. Grupa je morala da nauči kako da intervjuiše slavne ličnosti i mlade ljude, što su i uspeli tokom šestomesečne obuke. Za to vreme pojedinačnih članovi tima su razvili svoje talente u pravcu njihovih preferencija, npr. snimatelj ili novinar. Učenici su imali privilegiju da rade zajedno sa poznatim stručnjacima u svom poslu, kao što su Zoran Ćatić, novinar sa reputacijom zaštitnika prava na slobodu govora, omladinskog radnika i direktora radio stanice. Upravo je Ćatić predložio grupi ideju izrade radio emisije. Kada je njihova prva radio emisija emitovana uživo na EFM radiju (popularnoj radio stanici koju vode učenici) u maju 2012. godine tim je bio oduševljen time što je više od pola miliona ljudi imalo priliku da čuju o BMK pokretu u Sarajevu. Ovo je otvorilo vrata za više radio i TV nastupa za BMK TV ekipu.

Na kraju ovog procesa, mladići su snimili svoj prvi BMK TV dokumentarac. Oni su takođe napravili nekoliko vesti i video izveštaja o svojim različitim aktivnostima:

- Šta je BMK i Inicijativa mladića? - Film o Inicijativi mladića i BMK Sarajevo
- Devojke protiv nasilja – video o inicijativi devojaka u promovisanju rodne ravnopravnosti i prevenciji nasilja
- Intervju sa direktorom Doma za decu bez roditeljskog staranja
- Otvaranje BMK u "Domu za decu bez roditeljskog staranja Bjelave" – dokumentarac o otvaranju novog BMK za djecu bez roditeljskog staranja
- Milijarda ustaje (One billion rising) protiv nasilja - u saradnji sa NVO Crvene, video o ovoj aktivnosti

103 — Tzv. predkampanje kojima se nagovještava glavna kampanja (prim.aut.)

› Budi muško, pomozi starijima - video izveštaj o humanitarnoj akciji u Gerontološkom centru

Mnoge aktivnosti BMK koje se reklamiraju putem njihovih multimedijalnih projekata su društvene akcije koje ne predstavljaju tipične stvari koje mladi tinejdžeri rade. One predstavljaju vrste aktivnosti koje su promovisane kao one koje dolikuju "pravom muškarcu." 25 mladića i devojaka koji su posetili Dom za decu bez roditeljskog staranja da bi napravili video doneli su igračke deci, igrali su se sa njima, uključili neke od njih u fudbalsku utakmicu, i pozvali ih da se pridruže BMK. Video prikazuje iskustva mladih ljudi koji nisu tamo bili samo da naprave intervju da direktorom za svoj dokumentarni film, već da ostvare interakciju sa malom decom koja nemaju roditelje i koja su usvojila nasilje kao odgovor na probleme u njihovim životima. Ali su takođe videli kakvu radost je maloj deci donelo igranje sa novim igračkama. Svi tinejdžeri su osetili potrebu da se vrate u Dom i otkriju šta još mogu da urade za njih.

BMK TV su potom svoju pažnju usmerili na snimanje edukativnih filmova. Nekoliko članova/ca BMK TV su se pridružili filmskoj ekipi, uloga drugih je bila da rade na izradi scenarija za kratke filmove dok su ostali bili glumci. Ukupno oko 25 učenika i učesnica je učestvovalo u procesu snimanja filma. U 2013. godini BMK TV Sarajevo je završila komplet od pet filmova na sledeće teme:

› Nasilje
› Pritisak vršnjaka
› Droge i alkohol
› Seksualno i reproduktivno zdravlje
› Asocijacija XY

9. Ulična kampanja - flash mob

Cilj ove aktivnosti je doprineti podizanju svesti o zloupotrebi alkohola i vožnji pod uticajem alkohola.
Da bi se realizovala ova kampanja potrebno vam je najmanje 5 mladih ljudi koji su spremni da učestvuju u flash mob aktivnosti, prazne flaše od piva ili nekog drugog alkoholnog pića (mogu biti napunjene lažnim alkoholom – sokom) i automobil
Postupak aktivnosti se sastoji u tome da 5 mladih ljudi koji se pretvaraju da su vidno pijani priđu automobilu u nameri da ga voze. Oni bi zaista trebalo da odglume scenu na način da ljudi oko njih pomisle da su pijani i da žele u takvom stanju da uđu u automobil. (oni mogu biti glasni, kako bi privukli pažnju drugih ljudi). Kada otvore vrata automobila počinju da se raspravljaju o tome ko će da vozi i navode svoje razloge za to. U tom trenutku (ali i od početka) trebalo bi da gledate kako ih drugi ljudi posmatraju i kakvi su njihovi stavovi prema tome. Kada im tihi posmatrač priđe i želi da ih zaustavi, svi bi trebalo da mu/joj aplaudiraju. Nakon toga svih pet učesnika/ca uzimaju transparente iz prtljažnika na kojima možete napisati neke poruke poput: "Kada piješ ne vozi", itd.
Tokom ove akcije bilo bi dobro da neko snimi ovu akciju kamerom

Sredstva potrebna za implementaciju ove aktivnosti: automobil, barem 5 mladih ljudi, 1 volonter koji će intervenisati ako niko drugi to ne uradi, flaše lažnog alkohola, kamera ili telefon da fotografišete i/ili snimite akciju.

Ova akcija pokazuje da se ljudi još uvek teško odlučuju da intervenišu i spreče da se loše stvari dese. Tokom ove akcije samo jedan mladić, nakon dosta vremena je intervenisao iako je gradski trg na kojem se akcija dešavala bio prepun ljudi. Takođe, pripadnici privatne sigurnosne kompanije su posmatrali sve ovo i nisu ništa učinili (jednostavno su otišli). Transparenti na kraju bili su savršen način da se završi ovaj flash mob i da se ostave dugotrajne poruke u glavama ljudi.

10. Ulična kampanja - flash mob

Promovisanje toga da posmatrači/ce ne bi trebalo da okreću glavu od nasilja i da moraju reagovati u smislu da pomognu, a da pri tom ne dovedu sebe u opasnost, osnovni je cilj ove aktivnosti.

Koraci za realizaciju aktivnosti:

2. 30 mladih ljudi (može ih biti više ili manje, u zavisnosti od prostora) stanu u krug i stave povez preko svojih očiju.

3. Na svojim leđima imaju poruke na kojima piše: "Reaguj ljudski, pomozi žrtvi".

4. U središtu kruga, dvoje ili više ljudi glume scene nasilja (verbalno, fizičko...)

Sredstva potrebna za realizaciju ove aktivnosti: Oko 30 mladih ljudi, povezi za oči za sve njih, majica sa porukom ili napisana poruka na leđima ljudi (na papiru)

Dok izvodite scene nasilja ljudi nisu spremni da intervenišu jer vide da je to iscenirano zbog velikog kruga oko njih, ali im šalje snažnu poruku da moramo reagovati u situacijama kada vidimo da se nasilje dešava na način da ne dovodimo sebe u opasnu situaciju.

11. „RADIONICA SREDOM„

Svake srede pozivamo mlade ljude iz različitih škola da nam se pridruže na radionicama i razgovoru o različitim temama. Ponekad je reč o prevenciji nasilja, rodnoj ravnopravnosti i sl, a ponekad samo razgovaramo o problemima sa kojima se oni suočavaju. Razlog zbog kojeg je ova grupa veoma dobra je zato što imamo mnoštvo mladih ljudi iz različitih škola, različitog nivoa znanja, koji potiču iz različitih društvenih i kulturnih sredina i svi oni razgovaraju jedni sa drugima na način kojim se rešavaju problemi. Radionice

vode različiti edukatori/ke, od veoma iskusnih do onih koji nikada nisu vodili radionice, i na taj način razvijamo veštine svih koji dolaze na ove radionice. Iskusni edukatori/ke takođe pomažu manje iskusnima da osmisle i sprovedu radionicu sa grupom.

12. NAŠIH 10 MINUTA PAMETNOG RAZGOVORA

Kroz ovu aktivnost, doprinosimo razvoju veština i potencijala mladih ljudi pružajući im priliku da uče jedni od drugih. Svako ima svoje priče i iskustva i kroz njih učimo nove stvari. Stoga ova aktivnost daje priliku svim mladim ljudima koji žele da učestvuju da nam kažu na svakom sastanku u otprilike 10 minuta nešto o sebi i/ili da nas nauče nečemu za šta misle da može biti korisno za nas.

Šta mladi kažu o aktivnostima koje promoviše Program M:
Armin Ličina o uključivanju u "Budi muško klub" (BMK)

Pažnju su mi privukli posteri koji su bili neobični. Odlučio sam da se upišem i saznam o čemu se radi. U početku sam bio prilično skeptičan o svemu tome, ali kako je vreme odmicalo počeo sam da volim BMK, aktivnosti koje su se dešavale i druženje sa prijateljima. Želeo sam da postanem drugačiji, da postanem dobar primer drugima. Bio sam privučen pričama da su momci iz BMK-a odlični momci i prijatelji, te da se uz dobru zabavu i druženje nešto može i naučiti, što može biti korisno za mene i moje prijatelje. Motivacione aktivnosti su takođe bile dobar podsticaj da se uključim. Ali te aktivnosti nisu ništa u poređenju sa izgradnjom mog karaktera koju sam ostvario uz pomoć BMK-a i koju ću imati do kraja života. Neprocenjivo!

Razlika je ogromna. Iskreno, ne mogu se zamisliti bez BMK-a. Moj život je išao u pogrešnom smeru pre nego što se moj spasilac, BMK, pojavio. Pre BMK-a trošio sam vreme uzalud. Kad sam se pridružio BMK-u kroz radionice sam naučio kako pravi muškarac treba da se ponaša. Nešto sasvim suprotno balkanskom shvatanju 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 primenjivala te metode verujem da bismo postali bolji mladi ljudi sa puno više znanja nego što imamo sada. Kampovi za lidere su druga priča. To je nešto što se ne može zaboraviti. To je iskustvo života. Grupno obrazovanje sa prijateljima je odličan metod. To je najdelotvorniji metod da se dopre do mladih ljudi.

Kroz ova iskustva stekao sam veštine liderstva i naučio sam kako da priđem 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 primetio sam razliku u tome kako sam se ponašao pre i posle kampa. Popravio sam se. Shvatio sam mnoge stvari koje moji vršnjaci neće shvatiti dok ne postanu mnogo stariji. Moje komunikacione veštine su se takođe poboljšale. Ljudi žele da budu moji prijatelji zbog načina na koji se ponašam zahvaljujući BMK-u. Naučio sam da uživam u godinama svoje mladosti na pravi način. BMK mi je takođe pomogao da shvatim kakav muškarac se sviđa devojkama. Nije najvažnije to kako izgledate; uživam u društvu devojaka i moja reputacija među devojkama je puno bolja. Takođe sam postao mladić koji je uzor svojim vršnjacima, a u budućnosti ću to isto biti svojoj deci.

Denis Hadžović o uključivanju u "Budi muško klub" (BMK), Zagreb

Hodao sam po školi i ugledao neobičan štand u holu koji je bio okružen brojnim učenicima. Prišao sam i upitao o čemu se radi. Momci iz BMK su mi objasnili i upitali me da li želim da im se pridružim.

Prvo sam odbio, jer sam mislilo da je to glupost i nisam želio da se prijavim. Nakon dve nedelje štand je opet bio u našoj školi i pitao sam druga iz razreda da li bi hteo da ide sa mnom. Nakon kraćeg razgovora, dogovorili smo se da se prijavimo. Otišli smo da se prijavimo i posle škole smo otišli na naš prvi kamp "Budi muško kluba" za početnike i tamo je sve počelo. Jako mi se svideo BMK kamp i radionice na kojima sam učestvovao, i super smo se zabavljali u slobodno vreme. 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, učestvovao sam na mnogim radionicama i išao sam na mnoga mjesta sa BMK. Sve više i više sam se menjao i učio još više. Pre BMK bio sam samo arogantni klinac koji nije mislio o posledicama koje će nastati nakon što uradiš nešto glupo. Ili, ako bi neko počeo da me provocira, odgovorio bih mu tri puta jače.

Danas mnogo više razmišljam o nekim stvarima o kojima nikad pre nisam razmišljao i mnogo više kontrolišem emocije i reakcije nego ranije. BMK me je naučio mnogo korisnih stvari, ne samo o seksu, drogama, alkoholu i slično, već i mnogo stvari koje su korisne za život. Na primer, veštine pregovaranja, kontrola besa i kontrola emocija, da su svi ljudi jednaki bez obzira na to da li su crveni, žuti, crni, rozi ili beli, da li su gej, strejt ili biseksualne orijentacije. Da nema BMK, ja bih verovatno bio onaj isti arogantni klinac kome je stalo samo do tuče, provociranja i koji radi glupe stvari..

Uroš Radulović o uključivanju u "Budi muško klub" (BMK), Beograd

Moja priča o "Budi muško klubu" počela je početkom 2012. godine. Počele su radionice i privukle moju pažnju sa temama koje se razlikuju od onih stvari koje obično radimo u školi, i one izgledaju mnogo drugačije od uobičajenih časova koje imamo, pa sam odlučio da ostanem i učestvujem.

Vremenom su mi teme postale sve više interesantne - sa svim ovim različitim temama, od rodne ravnopravnosti do radionica o nasilju i kako izbeći i sprečiti nasilje na nenasilan način, do droga, homofobije, zdravlja i sl. To je sve vrlo poučno i naučio sam mnogo stvari koje nisam znao ranije. Takođe, počeo sam više da poštujem devojke i žene, a takođe i da poštujem mišljenje drugih ljudi, njihove razlike i različitosti.

Kasnije sam učestvovao u Rima-Roma radionicama sa rap grupom "Grubb" mladih romskih dečaka i nekoliko drugih BMK članova. To su bile kreativne muzičke radionice koje su takođe imale za cilj povećanje tolerancije i poštovanja prema Romima i drugim manjinama. Za samo dva dana, u odličnoj i zabavnoj atmosferi, uz mnogo smeha, napravili smo pesmu pod nazivom "Zvuk pali zvučnike" u kojoj promovišemo borbu protiv diskriminacije i nenasilje. Nekoliko meseci kasnije učestvovali smo na Uličnom festivalu aktivizma "Vreva" i izveli ovu pesmu. Uskoro ćemo više raditi na ovoj pesmi, a možda i dodati neke nove stvari.

Takođe, ovog ljeta sam bio na dva "Budi muško" kampa gde sam naučio mnogo o veštinama liderstva i o tome kako postati pravi lider. Održan je regionalni kamp u Hrvatskoj, gde sam upoznao mnogo različitih i sjajnih ljudi iz zemalja u regionu, i video sam i doživeo mnogo prekrasnih stvari. Takođe sam bio na državnom "Budi muško" kampu na jezerima u Beloj Crkvi gde smo takođe naučili nove stvari i dobro se zabavili.

Uz pomoć BMK i kroz sve ove različite aktivnosti, shvatio sam neke važne stvari u životu, da ne bi trebalo da tretiramo ljude sa diskriminacijom bilo koje vrste, da je normalno biti drugačiji. Takođe sam shvatio da bilo koji oblik nasilja može uticati na osobu i da nasilje nikad nije pravi način. Sve stvari koje sam doživeo i naučio i sve veštine 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/. Zadnji put pristupljeno 10/02/2011.
58. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/en/. Zadnji put pristupljeno 10/02/2011.

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

OAK FOUNDATION

ORGANIZACIJE KOJE IMPLEMENTIRAJU YMI PROGRAM:

CENTAR E8

O.E.K. СИНЕРГИЈА

smart KOLEKTIV

Program Y

Društvene kampanje za prevenciju nasilja i očuvanje zdravlja mladih

Program Y

Društvene kampanje za prevenciju nasilja i očuvanje zdravlja mladih

Jun 2018

Sadržaj

05 · Predgovor
05 · O autorima
08 · Uvod
09 · O priručnik

10 · **Poglavlje 1: Malo teorije, ali one zanimljive**
Inicijativa mladića: prevencija rodno zasnovanog nasilja na Zapadnom Balkanu
13 · Kako je nastala kampanja „Budi Muško“
16 · Budi muško klubovi: Od projekta do životnog stila
17 · Priče pozitivnih promena iz regiona
20 · Šta su to kampanje?
22 · Zašto je važno uticati na stavove, vrednosti i uverenja kroz kampanje za mlade
24 · Uspešne i neuspešne kampanje
26 · Transformacija kulture i normativa na nivou škola
27 · Prijavljivanje nasilja
28 · Adolescencija, identiteti i podrška zdravoj individualnosti
30 · Kampanje i sveobuhvatni pristup u radu sa mladima
34 · Učešće mladih u osmišljavanju kampanja i transformaciji mikro normativa

38 · **Poglavlje 2: Sad praktično, ali sa stvarnim primerima**
Šta je grupa i zašto raditi s grupom mladih ljudi
41 · Faze razvoja grupe
45 · Metode neformalnog rada sa grupom
48 · Koraci u formiranju grupe – kluba
50 · Brendiranje vašeg kluba mladih: „Budi muško klub“
52 · Sastanci kluba/grupe mladih: predlozi aktivnosti
Realizacija omladinskih kampanja u školama: Školski model

66 · Godina 1 - Razvoj identiteta – ko sam ja, ko si ti?
68 · Kampanje kluba mladih: Predlozi

70 · Godina 2 – Nasilje je out!
72 · Kampanje kluba mladih: Predlozi

74 · Godina 3 - Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava
76 · Kampanje kluba mladih: Predlozi

78 · Godina 4 – Roditelji 21. veka
80 · Kampanje kluba mladih: Predlozi

Poglavlje 3: I za kraj univerzalno
Kampanja: Budi muško – menjaj pravila
Univerzalni materijali
Kampanja: Reaguj ljudski
Kampanja: PaziSe(x)

Prilozi
Prilog 1: Rečnik bitnih pojmova
Prilog 2: Važni datumi u godini
Prilog 3: Izgradnja uspešnih timova
Prilog 4: Kako podići grupnu energičnost: Energizers

Literatura/Izvori

Predgovor

Decenija iskustva rada sa mladima na teme rodne ravnopravnosti, nenasilja i zdravih stilova života doprinela je da koordinatori Inicijative mladića osmisle i ovaj važan priručnik koji je namenjen prosvetnim radnicima i radnicama kako bi što uspešnije sprovodili Program Y u svojim školama, ali i svim edukatorima i edukatorkama koje obučavaju mlade ljude na ove važne teme u svojim zajednicama. Mnogo korisnih alata, konkretnih uputstava i saveta će sigurno doprineti uspešnoj realizaciji koju vam želimo.

CARE International Balkans se ovom prilikom zahvaljuje svima koji su svojim radom i znanjem doprineli da mladima na Balkanu bude bolje, kao i svim mladima na njihovom aktivnom učešću, 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 da podele svoje znanje i umeće sa svima onima kojima će ovaj priručnik biti vodilja u osmišljavanju i realizaciji kampanja za mlade.

O autorima

Feđa Mehmedović, Master trener,
Asocijacija „XY“, Sarajevo

Feđa Mehmedović je rođen u Sarajevu 24. februara 1982. godine. Nakon završene srednje Medicinske škole u Sarajevu, upisao je Fakultet zdravstvenih studija pri Univerzitetu u Sarajevu. Od 2002. godine započinje angažman vršnjačkog edukatora u nevladinoj organizaciji Asocijacija XY. Već naredne godine dobija titulu trenera vršnjačke edukacije i terenskog rada u radu sa marginalizovanim, teško dostupnim i generalnim populacionim grupama i pojedincima. Njegov doprinos izradi brojnih edukativnih programa u radu sa različitim grupama (MSM, LGBTQ, Romi, injekcioni korisnici droga, mladi, roditelji, zdravstveni radnici, profesionalci, nastavnici i sl.), osigurao mu je 2004. godine titulu Master trenera edukativnih programa. U periodu od 2002. do 2015. godine dizajnirao je i realizovao nekoliko stotina edukativnih radionica, prezentacija i treninga, što mu je osiguralo potrebne kompetencije da osmišljava, dizajnira, i testira različite edukativne pristupe i metodološke okvire bazirane na interaktivnim tehnikama i modernim pedagoškim pristupima.

Autor je brojnih edukativnih modula, edukativnih alata i priručnika namenjenih zdravstvenim radnicima, socijalnim radnicima, roditeljima, psiholozima i drugim profesionalcima, organizacijama i pojedincima koji rade na polju promocije i zaštite zdravlja, promocije rodne ravnopravnosti, promocije i zaštite seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava, prevencije trgovine ljudima, prevencije upotrebe i zloupotrebe psihoaktivnih supstanci i prevencije nasilja. Tokom 2013. godine, u okviru mandata Asocijacije XY i Ministarstva za obrazovanje, nauku i mlade Kantona Sarajevo, angažovan je kao autor i koautor Vodiča za učenike, nastavnog plana i programa i priručnika za nastavnike/ce predmeta Zdravi životni stilovi koji se od 2013. godine sprovodi u osnovnim školama na području Kantona Sarajevo.

Direktan rad sa različitim populacionim grupama u BiH i regionu, omogućio mu je poseban senzibilitet prema specifičnim zdravstvenim, obrazovnim, socio-kulturološkim potrebama različitih grupa, što mu je omogućilo da svoj rad i pristupe prilagođava krajnjim korisnicima tj. onima kojima su njegovi pristupi, moduli i priručnici namenjeni. Više od 10.000 mladih i odraslih su obuhvaćeni edukativnim i drugim aktivnostima koje je vodio Feđa Mehmedović.

Kao pobednik kampanje Ujedinjenih Nacija „Muškarci ujedinjeni u borbi protiv nasilja nad ženama i devojkama“, dao je značajan doprinos podizanju javne svesti o rodno zasnovanom nasilju u Bosni i Hercegovini. Feđa je takođe Bosansko Hercegovački šampion u globalnoj međunarodnoj kampanji HeForShe koju vodi Generalni sekretar Ujedinjenih Nacija Mr. Ban Ki-moon. Od 2016. godine član je ekspertske grupe za obrazovanje o seksualnosti Evropskog društva za kontracepciju.

Više informacija na:
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 je rođen u Sisku, 02. jula 1991. godine. Osnovnu i srednju Ekonomsku školu je završio u Banjoj Luci, diplomirani je ekonomista Ekonomskog fakulteta Univerziteta u Banja Luci na smeru „Menadžment i preduzetništvo“.

Svoj put u nevladinom sektoru je počeo 2009. godine, gde počinje aktivni angažman na projektima prevencije nasilja u NVO „Perpetuum mobile“, tako što postaje vršnjački edukator za programe neformalnog obrazovanja mladih.

Koordinirao je brojne projekte neformalnog obrazovanja mladih i u svom radu obučio preko 1,000 mladih ljudi kako da sami vode edukacije i kampanje, kao vid preventivnog delovanja protiv nasilja, a za promociju zdravih stilova života. Poseduje veliko iskustvo u radu na rodno transformativnim programima za prevenciju nasilja i osnaživanje rodne ravnopravnosti, kao i veliku posvećenost promeni ponašanja, stavova i normi mladih u cilju smanjenja stope nasilja, kroz preventivno delovanje.

Deo je međunarodne mreže “Learn2Change – Global Network of educational activists”, koja okuplja aktiviste civilnog sektora iz celog sveta koji se bave formalnim i neformalnim obrazovanjem. Takođe, deo je i edukativne mreže liderstva „LEAD“ koja ima za cilj promociju i izgradnju liderskih kompetencija mladih kroz prenošenje međunarodnih iskustava na lokalni nivo.

Nedim Mičijević,
Youth Power / Snaga Mladih, Mostar

Nedim Mičijević je rođen ,,pod sretnom zvezdom magičnom, ali nad ovom zemljom generalno tragičnom", 15. maja 1995. u Mostaru. Osnovnu i Srednju mašinsko-saobraćajnu školu završava u Mostaru, nakon čega, posle neuspešne epizode studija na Mašinskom fakultetu, upisuje Nastavnički fakultet Univerziteta Džemal Bijedić u Mostaru. Trenutno je, pored aktivnog rada u nevladinom sektoru, i aktivni student psihologije i sociologije.

Prve korake u nevladinom sektoru je napravio 2011. godine. Tada je bio jedan od prvih mladića koji su se uključili u program Inicijative Mladića (YMI) u Mostaru. Nakon što je prošao kroz prvi trening i shvatio čime se ovaj program bavi, zavoleo ga je i do danas je ostao deo programa. Nakon prvog treninga, njegova karijera ide uzlaznom putanjom. Prvo je radio kao volonter, zatim kao lider mladih te na kraju kao koordinator aktivnosti. Deo je prve postave Snage Mladih od prvog dana osnivanja organizacije, gde je danas program menadžer organizacije. Deo je upravnog odbora Snaga Mladih Slovenija.

Fokus svog rada stavlja na vršnjačku edukaciju i kreiranje mreža vršnjačkih edukatora kao i formiranje podrške za ovakve mreže. Smatra da se puno više znanja i informacija može preneti posredstvom vršnjačke edukacije; kroz peer-to-peer metodu. Svejedno ne umanjuje važnost formalne edukacije, i smatra da neformalna edukacija ukoliko želi postići određeni cilj i dovesti do pozitivnih rezultata učenja - mora biti dobro osmišljena i strukturisana. Za njega je učenje proces u kome bi svi trebalo da uživaju, i oni koji prenose znanje i oni koji to znanje primaju.

Dosad je uspešno koordinirao deset projekata koji se bave omladinskim angažmanom i prevencijom rodno zasnovanog nasilja, i direktno je radio s preko 500 mladih ljudi; od BiH pa sve do zemalja EU. Učestvuje u kreiranju aktivnosti i programa Snage Mladih. Kroz svoj rad je realizovao više od 40 edukativnih treninga za mlade, vršnjačke edukatore/ke, nastavnike/ce, profesore/ke i pedagoge/škinje. Kreator je metodologije stručnog usavršavanja za pedagoge/škinje srednjih škola u sklopu akreditacije Programa Mladi u Hercegovačko-neretvanskom kantonu. Pored rada na lokalnom nivou, aktivno sarađuje s organizacijama i omladinskim centrima iz zemalja regiona i EU, na projektima Erasmus+ programa. Kreator je 6 trening kurseva za omladinske radnike/ce s ciljem usavršavanja njihovih veština za rad s vršnjačkim grupama i vršnjačkim edukatorima/kama. Licencirani je trener za projekte u sklopu Erasmus+ programa Evropske unije, a njegov profil je dostupan na SALTO YOUTH online bazi podataka trenera.

Uvod

U okviru Program Y - priručnika za kampanje smo vam predstavili konkretno znanje, alate i primere kako efikasno delovati na nivou vaše škole u cilju promene ponašanja i stavova mladih po pitanju nasilja, zdravih stilova života, droga i zloupotrebe psihoaktivnih supstanci, rodnog identiteta i roditeljstva. Svi primeri dati u ovom priručniku predstavljaju primere i naučene lekcije iz dugogodišnjeg iskustva u radu na ovim temama.

U prvom poglavlju je teorijski prikaz koji predstavlja podlogu za primenu praktičnih mera delovanja i rada sa mladima, koristeći kampanje kao efikasan alat. Najpre smo pokušali da vam objasnimo šta su to kampanje i zašto je važno koristiti kampanje, kao dodatak edukativnih modela rada sa mladima. Takođe u ovom delu govorimo i o određenim kulturnim normativima koji postoje na nivou škola i na koji način bi mladi trebalo da se uključe direktno u osmišljavanje kampanja kako bi doveli do transformacije određenih normativa. Za kraj teorijskog dela vam detaljno objašnjavamo odakle smo crpili sva naša znanja, a to je dugogodišnji projekat koji se realizuje na Severozapadnom Balkanu, pod nazivom „Inicijativa mladića“ i kampanja „Budi muško“, kao dva ključna elementa koja su dovela, a i dalje dovode, do promene života mladih ljudi. Ne zaboravite da upravo u tom delu pročitate neke zanimljive priče pozitivnih promena, gde vam prenosimo reči mladih ljudi koji su prošli kroz projekte i kampanje koje smo godinama realizovali.

U narednom poglavlju se više bavimo praksom, a manje teorijom, predstavljajući konkretne primere kako raditi sa grupama, formirati grupe mladih i efikasno sprovoditi kampanje u vašim školama ili zajednicama. Kad kažemo praksa, to stvarno i mislimo, imaćete priliku da dobijete detaljna upustva kako realizovati sastanke kluba mladih, sa konkretnim smernicama i vežbama. Kao najvažniji deo ovog poglavlja izdvajamo deo realizacije omladinskih kampanja u vašim školama, u kome vam dajemo predloge kampanja kluba mladih koje smo mi realizovali i kako ih je potrebno uvezivati sa realizacijom edukacija Programa Y, kao ključnog edukativnog modela za rad sa mladima.

Na kraju ovog priručnika vam dajemo prikaz univerzalnih kampanja koje i danas postoje i realizuju se u preko 30 škola u regionu, i u tom delu se možete bliže upoznati sa kampanjama kao što su „Budi muško – menjaj pravila“, „Reaguj ljudski“ i „Pazi se(x)“, koje predstavljaju ključne kampanje u preventivnom delovanju u radu sa mladima. Takođe ovde ćete pronaći i dalja upustva kako i gde se možete dodatno informisati o dodatnim stvarima koje vas mogu interesovati, i dajemo vam upustvo kako pronaći neke univerzalne materijale koje možete koristiti prilikom realizacije vaših kampanja u školama i vašim zajednicama.

O priručniku

Ovaj priručnik je kreiran za potrebe nastavnog i stručnog osoblja škola na Severozapadnom Balkanu, kao komplementarni dokument edukativnom priručniku „Program Y – mladi – Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka“.

Priručnik je kreiran na način da vam pruža konkretne smernice, znanja i uputstva o sprovođenju kampanja za mlade, kao jednog od alata preventivnog delovanja na pitanja nasilja, promocije zdravih stilova života, prevencije upotrebe droga i zloupotrebe psihoaktivnih supstanci, promocije rodne ravnopravnosti i aktivnog učešća roditelja u životima svoje dece.

Priručnik se sastoji od praktičnih i teorijskih resursa, koji omogućavaju nastavnom i stručnom osoblju škola, da na efikasan način kreiraju i organizuju klubove/grupe mladih i kampanje na nivou škole i uključe ih u promociju pozitivnih stavova i vrednosti. Efikasno korišćenje ovog priručnika će zasigurno uticati na kreiranje pozitivnijeg i povoljnijeg okruženja za mlade u školama, koje će omogućiti njihov bolji društveni uticaj, poboljšati kvalitet života i znatno uticati na razvoj njihovih životnih veština.

Veoma značajna informacija o ovom priručniku, je takođe, da kroz samo čitanje i korišćenje priručnika ostavljamo vam prostor da budete kreativni i da sami utičete na kreiranje pozitivnog okruženja za mlade, dok za sve ideje, pitanja, dodatne informacije, možete uvek da se obratite nekoj od partnerskih organizacija koje realizuju ove kampanja već dugi niz godina.

Centar E8
Gavrila Principa 43 (Nova Iskra), Beograd
+381 60 4088861
centar@e8.org.rs
www.e8.org.rs

Omladinski edukativni klub Sinergija
Ulica Knjaza Miloša bb
Kosovska Mitrovica
+381 64 04 77 505
oeksinergija@gmail.com
www.oek-sinergija.org

Smart Kolektiv
Svetozara Markovića 42, Beograd
+381 11 2659 700
office@smartkolektiv.org
www.smartkolektiv.org

Perpetuum Mobile
- Institut za razvoj mladih i zajednice
Ravnogorska 5, Banja Luka
+ 387 51 303 310
perpetuum-mobile@blic.net
www.pm.rs.ba

Asocijacija XY
Danijela Ozme 12, Sarajevo
+ 387 33 260 761
bhfpa.xy@bih.net.ba
www.xy.com.ba

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

Peer Educators Network - PEN
"Behije Dashi" No. 5/A, Priština
+383 (0) 38 223 942
info@ngo-pen.com
www.ngo-pen.com

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/

Status M
Ulica Hrvatskog proljeća 28, Zagreb
+385 1 2300 447
info@status-m.hr
www.status-m.hr

Poglavlje 1

Malo teorije, ali one zanimljive

Inicijativa mladića:
prevencija rodno zasnovanog nasilja na Zapadnom Balkanu

Od 2006. godine do danas program prevencije rodno zasnovanog nasilja na Zapadnom Balkanu - Inicijativa mladića (YMI) - radi na stvaranju rodno ravnopravnijih stavova i ponašanja mladića i smanjenju nasilja od strane mladića (nad devojkama) i vršnjačkog nasilja (nasilja mladića nad drugim mladićima) u Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj i Srbiji. Pored toga, od 2010. godine Inicijativa mladića se proširila na Kosovo[1], a od 2013. godine i na Albaniju. CARE International Balkan, uz tehničku podršku Promunda (Rio de Žaneiro, Brazil) i Međunarodnog centra za istraživanje o ženama (ICRW, Vašington, SAD) i finansijsku podršku Ministarstva inostranih poslova Norveške, Austrijske razvojne kooperacije (ADC), Vlade Švajcarske, OAK Fondacije i CARE-a Nemačka - Luksemburg, vodi ovaj program koji ispituje društvene norme koje se odnose na maskulinitet i nasilje kroz edukativne radionice koje se održavaju u školama i kroz društveno angažovane kampanje usmerene prema mladićima i devojkama uzrasta od 14 do 19 godina.

Pristup Inicijative mladića se zasniva na rodno-transformativnom kurikulumu prilagođenom prema Programu H Instituta Promundo[2] i osmišljenom da izazove kritičko razmišljanje o rodnim normama koje pokreću nasilje i druge nezdrave oblike ponašanja. Visoke stope korišćenja alkohola u regionu takođe podstiču ovaj program da se fokusira na visokorizično konzumiranje alkohola, koje je povezano sa povećanom verovatnoćom izvršenja nasilja u mnogim situacijama. Inicijativa mladića sprovodi se u srednjim školama, što joj omogućava da postigne visok nivo učešća mladića i devojaka u uzrastu od 14 do 19 godina. Fokus na mlade ljude je važan, jer adolescencija predstavlja ključni trenutak u procesu socijalizacije, kada se još razvijaju stavovi i ponašanja mladih ljudi. U školama koje učestvuju u programu, sesije Inicijative mladića vode obučeni edukatori i/ili nastavnici/ce i one su integrisane u redovni raspored časova tokom školske godine, sa fokusom na četiri ključne programske oblasti: (1) rodna ravnopravnost; (2) prevencija nasilja; (3) seksualno i reproduktivno zdravlje; i (4) prevencija upotrebe alkohola i droga. Inicijativa mladića proteže se i izvan učionica. Program obuhvata dodatni

Young Men Initiative

1 · Prema UN Rezoluciji 1244
2 · https://promundoglobal.org/

rezidencijalni trening gde voditelji održavaju dodatne sesije i aktivnosti izgradnje tima u imerzivnijem okruženju. Pored toga, program obuhvata i "Budi muško" kampanju o životnim stilovima, koja ima cilj da ojača ključne poruke Inicijative mladića i podstakne promene na nivou škole i izvan nje. Kampanja se sprovodi kroz distribuciju edukativnih materijala, putem društvenih medija i javnih akcija koje organizuju i sprovode članovi i članice "Budi muško" klubova (skraćeno BMK). Članovi "Budi muško" klubova su i mladići i devojke, a na Balkanu trenutno postoji 40 aktivnih Budi muško klubova sa 1,500 aktivnih članova/ica. Vodeća filozofija Inicijative mladića je da dečake i mladiće ne treba shvatiti kao prepreku miru i rodnoj ravnopravnosti, nego kao ključne saveznike u promociji nenasilnih, zdravih odnosa i zajednica. Takođe, devojke bi trebalo da budu aktivne učesnice u društvima, kao i nosioci promena. Svedoci smo ovih dana da devojke nisu samo žrtve nego takođe i počiniteljke nasilja u manjoj meri. I mladićima i devojkama u adolescenciji potrebna je dodatna edukacija o zdravim životnim stilovima i prevenciji rodno zasnovanog nasilja kao vodilja prema rodnoj ravnopravnosti i rodno ravnopravnom društvu. Inicijativa mladića smatra da ako učenici/e uče o nasilju, kao i o tome kako da preispituju dominantne rodne norme, i ako imaju priliku da primenjuju ove nove ideje i veštine u sigurnom prostoru, onda će postojati veća verovatnoća da internalizuju ove informacije koje će, tokom vremena, rezultirati rodno ravnopravnijim, zdravijim i nenasilnim životnim stilovima. Štaviše, kako grupne norme počinju da se menjaju, program pomaže u stvaranju tolerantnije i prihvatljivije sredine na nivou škole. Ovu putanju promena, kojom mladići i devojke primjenjuju i internalizuju nove ideje, učvrstilo je nekoliko struktura podrške, kao što su nenasilni uzori (npr. voditelji Inicijative mladića), društvene mreže podrške, kao i podsticajno školsko okruženje.

Više informacija o programu „Inicijativa mladića“, kao i fazama realizacije, možete pronaći na zvaničnoj web stranici programa:
www.youngmeninitiative.net

Nagrada/priznanje - Global Education Network Europe

Projekat „Inicijativa mladića“ je 2017. godine osvojio prestižnu nagradu za inovacije u obrazovanju koju dodeljuje Evropska mreža za globalno obrazovanje GENE (Global Education Network Europe, www.gene.eu) kao jedini dobitnik izvan Evropske unije. Ovo je bio prvi put da je objavljeno dodeljivanje ove nagrade za inovacije, a organizatori su dobili 80 prijava iz 26 zemalja, pri čemu je projekat „Inicijativa mladića“ bio jedan od 12 dobitnika nagrade za inovacije u globalnom obrazovanju. Ova nagrada promoviše inicijative globalnog obrazovanja koje mogu dovesti do društvenih promena kroz kreativnost, učešće, direktne aktivnosti, sinergije i inovacije i, na kraju, da budu inispiracija za javne politike.

GENE
Global Education
Innovation
Award

Kako je nastala kampanja „Budi Muško“

Da bismo vam najbolje objasnili kako je počela jedna od najboljih kampanja protiv nasilja trenutno na Balkanu, moramo prvo da vas podsetimo na jednu veoma poznatu „vaspitnu“ frazu u našem društvu, a to je: „Budi muško“. Pokušajte sad da se setite gde i kad ste je poslednji put čuli ili izgovorili, i u kom je to kontekstu bilo.

Biti muško na Balkanu, pogotovo za mladiće u periodu svog razvoja u odraslo doba, nije nimalo lako. Nije lako ni devojkama, nemojte da mislite da ovde razdavajmo i govorimo da je nekome teže, a nekome lakše, jer je to gotovo nemoguće izmeriti, samo želimo da vam objasnimo kako je nastala kampanja i naše viđenje fraze „Budi muško“ u okviru projekta koji radimo.

Kako ste se do sada, možda već i setili, da ste poslednji put čuli „Budi muško“ u nekom negativnom kontekstu koji je glasio nešto kao: „Budi muško, pokaži da si pravi muškarac, razbij ga“, „Što plačeš, ti si muško“, „Tebi da žena govori kako da se ponašaš, hajde, budi muško“. Ili

nešto kao: „Kakav si ti muškarac, muškarci su jaki, a ne takvi slabići, budi muško“, „Ko je muško u ovoj kući, budi pravo muško“, pokušajte da razmislite kakav uticaj ove fraze imaju na mladića koji se tek formira, ali i na devojke koje su većinom, takođe, pod direktnim uticajem težine ovih fraza i dela koja iz njih proisteknu.

Upravo zbog tih negativnih okvira, ali i težine reči i dela sa kojima su suočeni mladići i devojke u svom odrastanju, partneri iz projekta „Inicijativa mladića“ su pokrenuli kampanju ,, Budi muško’’. Kampanju je razvila organizacija Smart Kolektiv iz Beograda, koja ima ekspertizu u oblasti razvoja društveno angažovanih kampanja. Kampanja je razvijena tzv. participativnom metodom – uz aktivno učešće mladih ljudi iz regiona u svim fazama razvoja kampanje. Kampanja je pokrenuta u srednjim školama u Srbiji, Hrvatskoj i Bosni i Hercegovini 2008. godine, sa nekoliko ciljeva: da promoviše edukativne radionice u srednjim školama, privuče mlade da učestvuju u programu i prenese edukativne poruke projekta na veći broj mladih u regionu Severozapadnog Balkana. Ključne poruke kampanje usmerene su na promenu negativnih stavova mladih po pitanju vršnjačkog nasilja i nasilja generalno, i na razvijanje životnih veština mladih ka promociji zdravijih životnih stilova.

Kampanja je osmišljena da se realizuje u srednjim školama i da kroz angažman mladih osoba podstakne da utiču na sebe i na svoju okolinu kako bi se promovisalo nenasilno ponašanje i rešavanje konflikata na pozitivan način, a sve to kroz promociju zdravijih životnih stilova. Fokus je bio prvenstveno na mladićima, jer svako istraživanje do tad pokazalo da su oni ti koji čine najviše nasilja prema drugim mladićima i prema devojkama, te su skloniji rizičnim ponašanjima i mnogo ređe se bilo kome obraćaju za pomoć. Cilj je takođe bio da se utiče i da se promene stavovi po pitanju krutih, i štetnih normi maskuliniteta i da se smanji stopa nasilja nad devojkama i mladićima, u vidu vršnjačkog i rodno zasnovanog nasilja.

Kampanju su pratile razne poruke koje su imale za cilj da promene pravila i da podstaknu mlade da razmišljaju na potpuno drugačiji način. Slogani koji su korišćeni, i još uvek se koriste, su "Budi muško, zaljubi se", "Budi muško, bilduj mozak, a ne samo mišiće", „Budi muško pokaži osećanja“, „Budi muško, protiv nasilja“, „Budi muško, ne budi nasilnik“ i mnogi drugi. Jasne poruke, koje su imale takođe cilj da zainteresuju, bile se jako važne u osporavanju stereotipa i pružanju adekvatnih načina da se oni promene.

"Budi muško, zaljubi se", "Budi muško, bilduj mozak, a ne samo mišiće", „Budi muško pokaži osećanja“, „Budi muško, protiv nasilja“, „Budi muško, ne budi nasilnik“

Od 2008. godine pa do sada u okviru Budi muško kampanje realizovano je preko 2,000 aktivnosti u više od 30 gradova i opština u regionu, uključujući preko 30 srednjih škola, gde je bilo direktno uključeno preko 30,000 mladih ljudi.

Budi muško klubovi: Od projekta do životnog stila

Budi muško klubovi su osnovani kao klubovi srednjoškolaca koji se na kreativan način angažuju u osmišljavanju i sprovođenju kampanje „Budi muško“ i predstavljaju njen najznačajniji deo. Prvi klubovi su osnovani u maju 2009. godine u Zagrebu, Prokuplju, Sarajevu, Banjoj Luci i Beogradu. Danas je taj broj dosta veći i uključuje mlade iz preko 30 gradova i opština na Severozapadnom Balkanu. Članovi kluba predstavljaju aktivne učesnike i promotere kampanje „Budi muško“, na način da su oni ti koji razvijaju i organizuju aktivnosti kampanje u svojim školama, i podstiču druge mlade da se uključe u promociju zajedničkih vrednosti. Pored toga oni učestvuju u motivacionim aktivnostima kao što su filmske večeri, pozorište, koncerti, sportske igre, putuju i upoznaju druge mlade ljude i razmenjuju iskustva sa njima, kroz različite omladinske kampove i kampove za mlade lidere i liderke.

Budi muško klubovi nisu klubovi koji uključuju samo mladiće, iako bi njihov naziv mogao da vas navede da upravo to i pomislite. Ovi klubovi uključuju ravnopravno i mladiće i devojke, s ciljem razvoja zdravih životnih veština i jednih i drugih. Razlog za to je što su klubovi u regionu, dosegli nivo brenda i prepoznatljivost, kao vid pozitivnog životnog stila za mlade. Ovi klubovi imaju snažan uticaj na promenu stavova prema nasilju i na obučavanje mladih o temama o kojima ne uče u školama. Oni im omogućavaju da izgrade sebe i podstaknu druge da budu bolji, kroz osiguravanje sigurne zone za mlade, u kojoj ne postoji osuđivanje, osporavanje mišljenja, i podstiče se dijalog i samokritičko mišljenje. U nekim gradovima postoje posebni klubovi za devojke, koji imaju svoje ime i sastanke. Iako postoje odvojeni klubovi koji imaju posebne nazive, grupe se uglavnom zajedno sastaju, osmišljavaju i zajedno sprovode aktivnosti.

Budi muško klubovi uključuju mlade ljude različitih verovanja, osobina, obrazovanja i mišljenja, tako da se na taj način dobija jedna raznovrsnost i različitost koja čini i suštinu promena koje ovaj klub omogućava. Učešće u aktivnostima može da pomogne učenicima/ama u razvoju: identiteta, emocionalne inteligencije, interpersonalnih komunikacijskih veština, veština pregovaranja, organizacijskih veština, životnih veština, sa fokusom na kritičko razmišljanje i donošenje odluka, sposobnosti za rešavanje problema, veština za rešavanje kritičnih situacija, pro-socijalnih i socijalnih kompetencija, rodno ravnopravnih stavova i vrednosti, zdravih stilova života, posebno u kontekstu seksualnog i reproduktivnog zdravlja i tolerantnog stava prema drugima. Verujemo da se bavljenjem

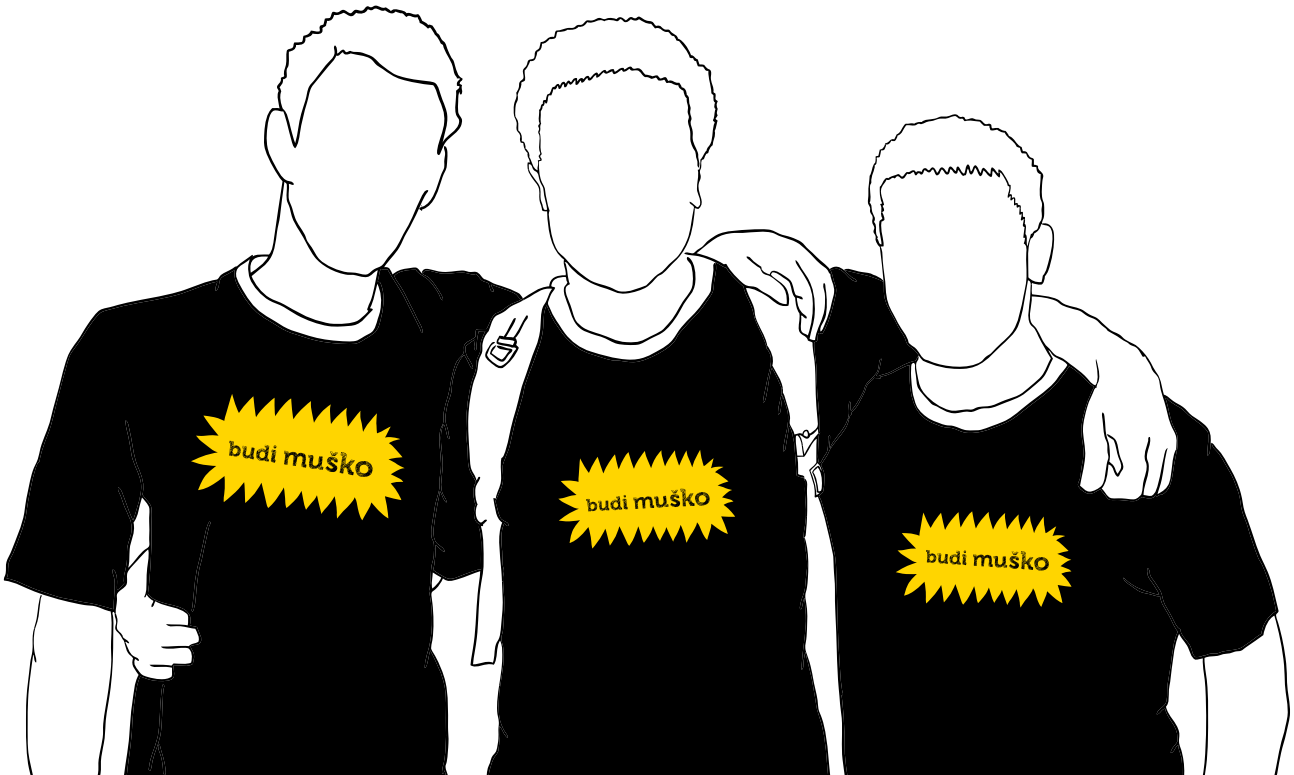
pitanjima rodne nejednakosti i promovisanjem zdrave verzije maskuliniteta i muškosti, mladićima pruža prilika da ostvare svoj puni potencijal u društvu. U društvima gde je rodna ravnopravnost najviše rasprostranjena, prednosti i za muškarce i za žene će se posmatrati kroz ravnopravnije odnose, bolje zdravlje imuškaraca i žena i poštovanje ljudskih prava svih građana i građanki.

Priče pozitivnih promena iz regiona

„Nisam bio komunikativan i pričljiv. Sve probleme sam rešavao burno i bez pregovaranja. Nekada sam i nasilje primenjivao.“ Ovako započinje svoju priču Branko Bujić, aktivni član i edukator „Budi muško“ kluba iz Banja Luke.

U ovom delu ćemo vam predstaviti samo neke priče pozitivnih promena koje su se dogodile tokom godina i izjave mladih ljudi o tome kako je učešće u edukacijama, kampanjama i radu Kluba uticalo na njih i njihov život.

Branko je danas jedan od najaktivnijih članova i promotera Kluba, a svoju priču završava rečima: *„Odrastao sam sa takvim ljudima i u takvom naselju gde je ta 'muškost' važna i gde se ispoljavala jedino kroz snagu i dokazivanje iste. Često sam se tukao protiv momaka iz drugih naselja, iako nikada nisam upadao u neke veće probleme.“ ... Sada vrlo brzo nalazim rešenje kad se neki životni problem javi, jer sam razvio jednu širu svest o sebi i ljudima oko sebe. 'Izbacio' sam neke loše ljude iz svog života i izašao iz nekih 'voda' u kojima nisam hteo biti. Naravno, danas me i porodica podržava, pogotovo posle 25. novembra, odnosno "Narandžastog dana" nakon čega mi je otac, koji me nije podržavao u tome što radim, prišao, posle akcije na Trgu, pružio ruku, zagrlio me i rekao "Sine, svaka čast, samo tako nastavi.“*



On je samo jedan primer od mnogih koji postoje, jer ne trebamo ni zaboraviti priču o Draganu, takođe momku iz Banja Luke koji je svoj život okrenuo potpuno i svoju priču ispričao na jedan jako emotivan način. Ovde ga nećemo citirati, već ćemo vas zamoliti da ovaj priručnik ostavite na 9 minuta, uključite internet i na YouTube-u ukucate: Post war machismo – Story of Dragan Kisin.

Postoji mnogo snažnih i emotivnih priča, a evo su neke od njih.

Ishak, Mostar
„Danas se dosta drugačije odnosim prema svojim vršnjacima. Pre sam ih omalovažavao i vređao, i to mi se često dešavalo. Jako mi je bitno da i moji roditelji vide pozitivnu promenu na meni. Mnogo se trudim oko „Budi muško kluba“, jer mi je stalo do ove priče i do ljudi koji su u njemu, jer tu je mnogo mojih dobrih prijatelja.“

Ružica, Mostar
„Pre nego što sam se učlanila, prva pomisao na izraz „Budi muško“ mi je bila nemoj plakati i nemoj udariti devojku, dok sad već razumem da biti muško ne znači biti najjači na svetu i sakrivati svoje emocije, već znači da muškarci trebaju biti ono što jesu, bez stida i straha, te da nije sramotno pokazati svoja osećanja i biti ono što jesi.
Klub vidim kao jednu malu porodicu, koja se međusobno pomaže i tu je kao podrška u bilo kojoj situaciji. Tu sam upoznala toliko pozitivnih ljudi koji su imali veliki uticaj na mene, ali nisu to samo ljudi iz drugih mesta, to su ljudi iz mog grada koje bez ovog kluba ne bih imala priliku upoznati. Kroz Klub sam se rešila straha od javnog govora, otvorenija sam i smirenija, te znam kako se nositi sa svojim emocijama na zdrav i produktivan način.“

Dženis, Sarajevo
„Kroz pomaganje drugima shvatio sam da sam ja jedan od onih kojima je bila takođe potrebna pomoć. Svakog dana neki novi problemi dolaze i rešavanje njih često ostavljamo sa strane, odakle je izlaz jako težak... Nekada sam klub „Budi muško“ smatrao dosadnim klubom, jer nisam znao ni šta je to, ni ko su ti ljudi, a danas su oni ti koji su moja porodica i koji su omogućili da budem ovo što sam danas, a to je osoba koja pomaže drugima, sluša i daje savete i edukuje druge u borbi protiv nasilja“.

Amer, Sarajevo

„Bilo je sasvim normalno gledati u školsko dvorište na dogovorene tuče, tuđa lica u blatu prekvireno modricama. Takođe je bilo normalno ne raditi ništa povodom toga i snimati sve telefonom... Nekoliko godina kasnije, nakon što sam počeo da edukujem druge protiv loših stvari u kojima sam ja učestvovao, shvatio sam da postoji i drugi život, bolji život, u kome sam ja osoba koja pomaže drugima i pokazuje im bolji put.“

Nikola, Beograd

„Nije mi bio problem da, ako naletim na nekoga, da se zakačim, potučem, i samo odem od toga. Kad me neko zezao samo bih mu prišao i udario ga, bez razmišljanja. Nekako sam naučio da kontrolišem svoj bes, ljutnju i aroganciju koju ponekad imam. Kad uletim sad u neki problem onda to pokušam da rešim mirnim putem, rečima, i da izbegnem bilo kakvu tuču, vređanje ili šta god. Uspeo sam da odrastem i da promenim svoj način razmišljanja, a Budi muško klub mi je to omogućio“

Miomir, Beograd

„Najveću promenu koju vidim na sebi je da ne koristim nasilje protiv drugih kako bih odbranio sebe i svoju neku 'čast'. Često sam se rugao drugima, ismejavao ih, bez ikakvog razloga. Sad mi je cilj da utičem na druge oko sebe, da promenim druge mlade i da zaustavim nasilje koje se dešava u našem društvu.“

Alban, Priština

„Počeo sam da doprinosim mnogo više u kućnim poslovima i pomažem roditeljima. Shvatio sam da treba da promenimo stav po pitanju muških i ženskih poslova. Ono što mi je jako bitno ostalo od Budi muško kluba, to je borba za ravnopravnost i poštovanje različitosti.“

Valentin, Priština

„Često sam zlostavljao druge i sudio im po tome kako izgledaju i kako su se obukli. Sad se osećam loše povodom toga što sam radio, i pokušavam da utičem na sve prijatelje oko sebe da ne donose odluke o nekome pre nego što tu osobu upoznaju... Jako mi je bitno što je moju promenu na bolje prepoznala moja majka, koja je jako ponosna na ne mene i na muškarca koji sam danas.“

Šta su to kampanje?

Prevencija nasilja i promocija zdravih životnih stilova mladih važan su deo šire komunikacijske strategije unapređenja i zaštite zdravlja mladih gotovo svake moderne zemlje. Bez obzira da li se radi o nasilju, prevenciji upotrebe psihoaktivnih supstanci ili prevenciji polno prenosivih infekcija, moderni obrazovni sistemi kombinuju formalno i neformalno obrazovanje sa zdravstvenim kampanjama, a sve u cilju eliminacije faktora rizika koji su identifikovani kao važne determinante zdravlja. Ne samo da kampanje imaju snagu da utiču na faktore rizika, one zapravo mogu biti pokretačka snaga tj. mogu da mobilizuju mlade i odrasle da se aktivno uključe u transformaciju okruženja u kom žive ili se školuju, a sve u cilju postizanja sveobuhvatnijih i kompleksnijih zdravstvenih ishoda.

Javne i zdravstvene kampanje mogu, ako se kreiraju na strateški način i ukoliko integrišu principe i teorije efektivne komunikacije, biti uspešne u prenošenju pozitivnih poruka na veće populacione grupe, na nivou zajednice, škole ili čitave države (Fox, Sixsmith, Doyle, Barry, 2014). Kao takve, kampanje mogu biti korisno i efektivno sredstvo promocije zdravlja i prevencije nasilja i danas su identifikovane kao veoma značajan aspekt prevencije i kontrole ponašanja koja želimo da menjamo (Fox i saradnici, 2014).

Javne kampanje i kampanje u školama trebalo bi da uključuju širok spektar komunikacijskih strategija i aktivnosti u cilju diseminacije relevantnih, motivišućih i uzrastu prilagođenih informacija u cilju mobilizacije određene grupe da preuzme pozitivne stavove u odnosu na problem koji adresira određena kampanja.

Kampanje mogu biti kreirane u cilju podizanja svesti mladih o važnim društvenim i zdravstvenim pitanjima, ali u **kombinaciji sa edukacijom, mogu osnažiti mlade da prepoznaju rizike, kritički promišljaju o odlukama koje donose, prepoznaju nezdrave odnose sa okolinom i donose odluke koje su najbolje za njih i njihovo okruženje.** Kampanje mogu biti dizajnirane i na način da jasno definisanim porukama i informacijama pozitivno utiču na znanje, stavove, vrednosti, uverenja i ponašanje. Ovako kompleksan uticaj nije moguće postići ukoliko se radi o kratkim intervencijama ili aktivnostima koje se ne temelje na strateškom pristupu koji adresira važna pitanja koja su preduslov za postizanje željenog uticaja. Kampanjama možemo menjati nivo informisanosti, pozitivno uticati na

znanje o određenim temama, uticati na stavove, vrednosti i uverenja i na kraju, uticati na ponašanje. Takođe, kampanjama možemo uticati na „klimu“ tj. stvoriti preduslove da mladi lakše praktikuju određena uverenja, stavove i pozitivne oblike ponašanja.

Primer:
Nasilje se hrani pažnjom i 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, osoba koja vrši nasilje zbog pažnje i indolentnog odnosa okoline, može da smatra da nasilje koje vrši doprinosi njegovom ili njenom socijalnom statusu u toj grupi. Svedoci nasilja u tom slučaju predstavljaju publiku, a od reakcije publike često zavisi da li će osoba nastaviti sa nasiljem ili će prestati.

REAGUJ LJUDSKI PROTIV NASILJA

Kampanja **„Reaguj ljudski“** i komplementarne radionice upoznaju mlade sa ovim principima, menjaju njihove stavove o „pozitivnim ishodima nasilja“, transformišu uverenja o nasilju kao bezazlenoj pojavi, posebno kada se radi o formama koje su u društvu identifikovane kao „manje štetne“ ili se skrivaju iza termina „zezanje“. Svako nasilje proizvodi negativna osećanja onih koji su mu izloženi, a mladima je potrebno pokazati da svako nasilje proizvodi patnju, bol, tugu i nezadovoljstvo.

Kampanja „Reaguj ljudski“ osmišljena je sa ciljem da ohrabri mlade da reaguju na pozitivan način u situacijama nasilja – šta aktivni svedoci mogu preduzeti da spreče nasilje, zaustave ga ukoliko mu svedoče i ohrabre proaktivno i prosocijalno ponašanje vršnjaka kao važne preventivne strategije. Kampanja „Reaguj ljudski“ podstiče i ohrabruje mlade na promenu kulture ponašanja mladih, šalje jasnu poruku da je reagovanje poželjno ponašanje i kako mogu da reaguju u različitim situacijama, na način da ne ugroze sopstvenu dobrobit. Upravo to delovanje na širu vršnjačku grupu, promovisanje poželjnih obrazaca ponašanja moguće je jedino kroz kampanje. Radionice imaju cilj da edukuju mlade i pripreme ih da shvate i žive poruke kampanje.

Zašto je važno uticati na stavove, vrednosti i uverenja kroz kampanje za mlade?

Tokom odrastanja mladi ljudi svoje stavove, vrednosti i mišljenja usklađuju sa različitim socio-kulturalnim uticajima, a u odnosu na znanje, lična iskustva i informacije koje poseduju. Ponašanje i donošenje odluka u direktnoj su vezi sa ljudskim uverenjima, stavovima i vrednostima.

Uverenja predstavljaju unutrašnji osećaj da je nešto tačno, mada to nužno ne mora biti tačno tj. naučno utemeljeno. Primer može biti uverenje da ukoliko crna mačka pređe ulicu da će to doneti nesreću. Osoba koja praktikuje ovo uverenje, može da oseća neprijatnost prilikom prelaska ulice kojom je prethodno prešla crna mačka i ponekada, zbog istog uverenja, može odabrati drugi put u strahu od „posledica“. Iz ovog primera je lako zaključiti da uverenja ne moraju biti nužno tačna, uverenje može da egzistira bez naučne osnove koja bi potvrdila da je uverenje tačno. Ovaj primer pokazuje i odnos uverenja (nesreća koja se može desiti zbog crne mačke) i ponašanja (osoba bira drugi put).

Vrednosti možemo objasniti kao meru značaja personalnog povezivanja sa nečim. Vrednosti takođe možemo objasniti kao principe, standarde ili kvalitete koje osoba ili određena grupa vidi kao veoma značajne. Stoga vrednosti imaju direktan uticaj i možemo reći da usmeravaju naš način života i odluke koje donosimo. Vrednost se najčešće formira u skladu sa određenim uverenjem. Neko može da prepozna neprocenjivu vrednost u zaštiti šuma i reka, dok za osobu koja eksploatiše šume i reke, te vrednosti će se značajno razlikovati. Vrednosti mogu da utiču na način kako osoba rasuđuje i na kraju, na zaključke te osobe o određenom pitanju. U našoj zemlji, ljudi prercipiraju porodicu kao osnovnu ćeliju društva i u tom kontekstu reflektuju ovo uverenje na odnos prema porodici. Rigidne društvene norme koje egzistiraju na Balkanu doprinose razvoju vrednosti koje se dovode u vezu sa rodnom nejedakošću i vode neravnopravnosti. Ne samo da će mladići i devojke vrednovati određene karakteristike na različite načine, već u širem kontekstu, mladići i devojke neće biti vrednovani na isti način. U pojedinim zajednicama, muška deca su „poželjnija“ od ženske i dečacima se nudi više mogućnosti za školovanje, sport i zabavu nego što je to slučaj sa devojčicama. Rodne uloge muškaraca i žena takođe se vrednosno razlikuju. Na primer, u zajednicama u kojima se posebna vrednost daje ulozi žene kao majke ili domaćice, žene ili devojke koje ne planiraju porodicu i žele da se posvete daljem školovanju ili karijeri, mogu da budu stigmatizovane (obeležene) od strane članova porodice, komšija i drugih osoba u njenoj neposrednoj blizini. Dečaci

tokom svog odrastanja su takođe pod izraženim pritiskom društvenih očekivanja. Karakteristike muškosti kao što su snaga, dominacija, superiornost, hrabrost, branjenje časti i agresivnost često su percipirane kao pozitivne karakteristike i poželjne osobine muškosti, pa mladići mogu da vrednuju takve karakteristike kao ključne i da prilagođavaju ponašanje društveno očekivanim vrednostima, umesto sopstvenim sposobnostima, mogućnostima i željama. Sve to nas navodi na zaključak da kampanje i edukacija mogu biti snažni promoteri pozitivnih vrednosti koje doprinose ravnopravnosti među mladima, promovisanju individualnosti i podsticanju razvoja identiteta mladih koji se temelji na pozitivnim, rodno ravnopravnim i vrednostima koja su u skladu sa osnovnim principima ljudskih prava i sloboda.

Vrednosti: set uverenja koja su odgovorna za to kako ljudi gledaju na to šta je dobro a šta je loše. Vrednosti se razlikuju širom sveta, unutar porodica, kultura. Međutim, neke vrednosti su u potpunosti univerzalno prihvaćene kao karakterisitke moralnog ljudskog ponašanja. Vrednosti nastaju u odnosu na brojne faktore, a neki od njih uključuju:

- **porodicu**
- **prijatelje**
- **vršnjake (širi kontekst)**
- **religiju**
- **školu**
- **muziku**
- **medije**
- **kulturu i društveni kontekst**
- **tehnologije**
- **istoriju**

Stav: predstavlja način na koji osoba ispoljava ili primenjuje sopstvena uverenja i vrednosti i ispoljava u formi reči ili ponašanja. Primer: Uznemiri me informacija da određeni učenik u školi svakodnevno proživljava nasilje od strane vršnjaka.

Kada govorimo o deci i adolescentima i kada uzmemo u obzir njihovu ranjivost u kontekstu podložnosti vršnjačkim uticajima, lako je zaključiti da su njihove vrednosti, uverenja i stavovi jednako podložni uticajima i da ti uticaji mogu biti pozitivni ili negativni.

Mlade je potrebno naučiti da razumeju odnos sopstvenih uverenja, vrednosti i stavova u odnosu na ponašanje i odluke koje donose. Vršnjaci mogu da ohrabre pozitivne promene kroz transformaciju postojećih stavova, vrednosti i uverenja, a što na kraju može da dovede do boljih ishoda za mladu osobu. Kampanje su dokazano uticajan alat za promenu svega gore navedenog.

Uspešne i neuspešne kampanje

Da bi kampanja bila uspešna, potrebno je da adresira pitanja koja su relevantna za grupu kojoj se obraćamo porukama kampanje i da je usklađena sa lokalnim kontekstom (širok dijapazon socio-kulturalnih faktora). Na primer, ukoliko naša kampanja treba da adresira pitanja nasilja u školi, potrebno je da razumemo koja forma nasilja je najzastupljenija, zašto je najzastupljenija i kakve su potencijalne posledice nasilja koje egzistira na određenom prostoru; šta mladi misle o nasilju kojem svedoče ili kojem su izloženi; da li mladi vide nasilje kao aktuelan problem ili pojedine forme nasilja percipiraju kao bezazlene oblike ponašanja. Odgovori na prethodno postavljena pitanja pomažu kreatorima kampanje (škole i mladi u školi) da poruke kampanje usklade sa realnostima na terenu, a u skladu sa postavljenim ciljevima kampanje.

Ukoliko škola planira da kreira kampanju, važno je da prethodno **definiše očekivane rezultate kampanje**. Da li kampanjom žele da informišu mlade o određenom pitanju, ili pak žele da utiču na stavove mladih o tom pitanju. Bez obzira što se radi o istoj temi, pristupi kampanje će biti različiti obzirom da je informisanje najjednostavniji rezultat kampanje, a promena stava kompleksan cilj koji zahteva primenu više različitih komunikacijskih strategija.

Ne postoji direktna i jasna veza između poruka koje šaljemo određenim grupama i njihove reakcije na poruke. Važno je razumeti da neće svi mladi ljudi reagovati na istu poruku isto. Ukoliko npr. kampanjom želimo da adresiramo pitanje nasilja, tri su ciljne grupe kojima se škola može obraćati porukama kampanje:

1. Mladi koji su izloženi nasilju
2. Mladi koji vrše nasilje
3. Mladi koji svedoče nasilju

Sveobuhvatnije kampanje će obuhvatiti i roditelje i nastavnike/ce. Mnogi roditelji ohrabruju decu da na nasilje odgovore nasiljem, što takođe predstavlja važan faktor pojave nasilja. Pojedini roditelji opravdavaju upotrebu alkohola, vođeni stavom da je alkohol društveno prihvaćena pojava. S druge strane, možda će nekim roditeljima biti neprijatno da

im deca učestvuju u radionicama o seksualno-reproduktivnom zdravlju. Istraživanja pokazuju da kampanje koje uključuju roditelje, mogu doprineti mobilizaciji roditelja i većoj posvećenosti i podršci koju roditelji mogu pružiti mladima i školi u zajedničkim nastojanjima da život mladih učine zdravijim, sigurnijim i kvalitetnijim. Kampanjama možemo da adresiramo sve navedeno i možemo stvoriti osećaj da sve aktivnosti koje se rade, da se rade u najboljem interesu učenika i učenica, što može biti deo poruka kampanje.

Sa druge strane, istraživanja pokazuju da u školama u kojima jedan ili više nastavnika/ca pojedine forme nasilja (ogovaranje, etiketiranje i zadirkivanje) percipira kao bezazleno i prirodno ponašanje mladih (nasilje percipirano kao ,,zezanje"), u takvim školama efekti prevencije će biti znatno slabiji u poređenju sa školama u kojima nijedan nastavnik nema pozitivan stav prema pojavi određenih formi nasilja. Stoga bi u takvom slučaju, kampanje i politika škole trebalo da pošalju jasnu poruku da ne postoji tolerancija prema bilo kojoj formi nasilja i da se takve poruke usmere prema roditeljima i mladima. Stoga edukacija roditelja i nastavnika/ca o nasilju može biti važan segment kampanje koju škola planira ili već realizuje.

Vratimo se učenicima/ama i kampanjama kojima želimo sprečiti nasilje među mladima. Koliko je kompleksan odnos poruka i željenog uticaja možete videti iz sledećeg primera:

Ukoliko se obraćamo mladima koji svedoče nasilju, tu populacionu grupu možemo razdvojiti na mlade koji svedoče nasilju i reaguju na način koji je afirmativan za pojavu nasilja (smeju se, dobacuju ili ohrabruju osobu koja vrši nasilje), mlade koji svedoče nasilju i reaguju na indolentan način (izostaje reakcija na nasilje), mlade koji se suprotstavljaju nasilju kojem svedoče (obeshrabruju osobu ili grupu da vrše nasilje, ohrabruju žrtvu da potraži pomoć, pozivaju odrasle autoritete da zaustave nasilje kojem svedoče). Sasvim je jasno da jednom porukom ne možemo komunicirati sa sve tri grupe svedoka nasilja jer očekivana promena nije jednaka kod svake pomenute grupe. Možda kampanjom želimo da utičemo na svest i stavove mladih koji ohrabruju nasilje ili možda želimo da podržimo mlade koji se suprostavljaju nasilju u njihovom pozitivnom i prosocijalnom ponašanju koje je važna strategija prevencije nasilja. Iz ovih primera je jasno da poruke kampanje moraju da adresiraju specifičnost grupe kojoj se obraćamo i moraju biti kreirane u skladu sa očekivanom promenom koju želimo da postignemo. Ipak, moguće je kreirati set poruka koje su deo šire kampanje koja obuhvata sve grupe. Primer je kampanja „Reaguj ljudski" koja je usmerena na kreiranje okruženja u kojem svedoci nasilja postaju aktivni agenti promene u suprotstavljanju nasilju.

Transformacija kulture i normativa na nivou 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 nivou zajednice i mikro sredina kao što su škole, često su identifikovane kao važan faktor koji treba transformirati, a u cilju efikasne prevencije i eliminacije ponašanja koja ne vode ka zdravim ishodima. Ukoliko među mladima egzistira kolektivni stav da svi mladi ljudi piju alkohol u određenom uzrastu (npr. 1. razred srednje), takav kolektivni stav i uverenje mogu da budu ohrabrujući za inicijaciju mladih kada je u pitanju upotreba alkohola. Isto važi za cigarete, psihokativne supstance i druge nezdrave pojave koje se mogu javiti kao posledica postojećih normativa. Normativi mogu obeshrabriti mlade da traže pomoć onda kada im je ona zaista potrebna. Primer može biti nasilje i prijavljivanje nasilja. Ukoliko razgovarate sa mladima i pitate ih kako bi okarakterisali osobu koja prijavi nasilje, mnogi mladi ljudi će takvu osobu nazvati ,,izdajicom" ili će u toj grupi biti identifikovana kao slabić, što se najčešće pojavljuje među mladićima. Takav grupni normativ često obeshrabruje mlade da traže pomoć, a one koji to ipak urade, socijalno izololuje, stigmatizuje ili odbaci. Svesni takvih normativa, mladi se odlučuju da samostalno rešavaju određene probleme, a bez stručne podrške u tome nisu uspešni. Istraživanja pokazuju da normativi mogu biti daleko složeniji negativni faktori za zdravlje mladih jer društvene norme često ohrabruju mladiće da budu jaki, snažni i da ne pokazuju strah ili da ne traže pomoć. Posledica toga je da mnogi mladi ljudi sve do kasnog životnog doba ne traže lekarsku pomoć ili ne koriste zdravstvene usluge koje su 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 forme ponašanja koje nisu štetne za one koji su izloženi takvim ponašanjima, kampanja u tom slučaju treba podstaći promenu stava mladih na način da takve forme ponašanja prepoznaju kao štetne i da se aktivno suprotstave takvim pojavama u svojoj neposrednoj blizini.

Prijavljivanje nasilja

Primarni cilj kampanje je da utiče na način na koji publika misli o određenom pitanju. Ukoliko ciljna grupa već veruje da je npr. nasilje veoma ozbiljan društveni problem, tada kreatori kampanje trebaju da osmisle poruke koje podržavaju takve pretpostavke i uverenja publike. Poruke mogu u tom slučaju da budu proširene dodatnim pozivima za mobilizaciju mladih da se suprostave tom problemu na način koji je definisan 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 treba da kreiraju komunikacionu strategiju koja će pozitivno uticati na svest publike i zabrinutost po tom pitanju (Schement, 2002).

Da bi kampanja **bila efektivna**, ista mora biti dizajnirana na način da utiče na promenu uverenja, vrednosti, stavova i ponašanja pojedinaca i grupe. Tek onda kada komunikacijska kampanja promeni svest ciljne grupe o određenom pitanju, moguće je adaptirati stavove i ponašanje grupe u skladu sa porukama i preporukama kampanje.

Kampanje koje planiraju ili realizuju škole, mogu da uključe širok spektar medija putem kojih prenose poruke do ciljne grupe – učenika/ca. Škola može koristiti širok spektar komunikacijskih alata: posteri u školi, poruke distribuirane putem školskih razglasa, lifleti i brošure, web stranica škole i putem profila na socijalnim mrežama, posredstvom medija i sl. Kampanja može obuhvatati i druge komplementarne aktivnosti kao što su radionice, sastanci, debate, okrugli stolovi, javne diskusije, postavljanje info pultova i oganizacija aktivnosti kampanje u školi i van škole. Kombinovanjem gore pomenutih strategija, povećava se verovatnoća da će kampanja biti uspešna i efektivna. Takođe, upotrebom šireg spektra aktivnosti povećava se verovatnoća da će veći broj mladih biti obuhvaćen porukama kampanje, ali i da će iste osobe biti izložene porukama iz više različitih izvora.

Obzirom na multidimenzionalnu pozadinu nasilja i zdravlja, efektivne kampanje razvijaju poruke koje obuhvataju više dimenzija problema i poruke se distribuiraju koristeći raznovrsne kanale ljudske komunikacije. U tom kontekstu, nezaobilazan transmiter poruka kampanje trebaju biti i mladi ljudi. Nijedan komunikacijski alat nema ekvivalentnu snagu u kontekstu uticaja kao što to imaju mladi ljudi. Mladi ljudi su kreatori vršnjačkog okruženja i normativa koji egzistiraju na određenom prostoru, stoga imaju i snagu da takve normative transformišu.

Kampanja takođe može i trebalo bi da obuhvati i roditelje, nastavno osoblje i sve druge učesnike u nastavnom procesu. Na taj način kreatori kampanje podstiču širu kontekstualnu promenu, a najveću korist imaju mladi.

Adolescencija, identiteti i podrška zdravoj individualnosti

Adolescencija predstavlja period izraženih psihofizičkih promena i mladi ljudi u ovom periodu eksperimentišu sa različitim identitetima. Preispitivanje sopstvene individualnosti kroz prizmu socijalnih očekivanja, važan je preduslov za formiranje identiteta, a rodni identitet u ovom životnom uzrastu mladi usklađuju sa rodnim normama i percipiranim rodnim ulogama. Eksperimantisanje sa identitetima je prirodno i pozitivno, obzirom da adolescencija sama po sebi jeste transformacija deteta u odraslu osobu, pa je taj proces prirodno dinamičan i mladima je potrebna podrška odraslih, ali i njihovih vršnjaka, što je osnov socijalizacije i odrastanja. Pomoći mladima da razumeju međuodnos individualnosti i društvenih uticaja, važan je preduslov u suprostavljanju štetnim i rigidnim normativima koji mogu ohrabriti nezdrave i nasilne oblike ponašanja.

Tokom adolescencije, kroz interakciju sa vršnjacima, svaka mlada osoba razvija sopstvenu individualnost i na kraju, identitet. Romantične veze, prijateljstva, poznanstva i odnosi u sferi virtuelnog prostora, ključan su razvojni resurs svake osobe. Nažalost, za neke mlade ljude ovakve interakcije mogu biti kontraproduktivne, posebno ukoliko su njihove veze, prijateljske, romantične i druge, nezdrave i temeljene na nejednakoj moći odlučivanja.

Tokom prve godine sprovođenja Programa Y, nastojimo da osnažimo mlade da prepoznaju štetne i stereotipne normative, utičemo na njihove stavove i nudimo im kognitivne i psihosocijalne resurse za efektivno suprotstavljanje takvim normativima. Ne samo da želimo uticati na stavove i svest o normama, kroz aktivnosti kampanje i radionice želimo da ih uključimo u transformaciju normativa i uspostavljanje novog sistema vrednosti, a koji doprinosi zdravlju i opštem blagostanju svakog adolescenta.

Mnogi mladići i devojke odrastaju u uverenju da su svi njihovi vršnjaci seksualno aktivni, da većina koristi alkohol ili druge psihoaktivne supstance, da postoje blage forme nasilja koje ne ostavljaju posledice - i sa takvim uverenjima, često su u riziku da razviju veću podložnost vršnjačkim uticajima i preuzmu nezdrave oblike ponašanja. Stoga prvo polugodište sa pripadajućim modulima i aktivnostima kampanje upoznaje učenike/ce sa normativima koji egzistiraju u društvu, posvećujući posebnu pažnju prividnim normama, apostrofirajući individualnost kao važan preduslov u suprostavljanju takvim uticajima.

Sa druge strane, osećaji pripadnosti i prihvatanja važni su za svakog adolescenta. Upravo zbog želje da pripadaju i budu prihvaćeni, mladi jesu ranjivi na društvene uticaje i mikro i makro normative koji egzistiraju u njihovoj neposrednoj okolini.

Iskustva u sprovođenju Programa Y su pozitivna i evaluacijom efektivnosti programa istraživači su identifikovali 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 definisane ishode prve godine, a koje možete pronaći u priručniku Programa Y, značajan prostor je rezervisan za promenu stavova kao preduslova za usvajanje i očuvanje zdravih navika i ponašanja.

Kampanje i sveobuhvatni pristup u radu sa mladima

Sveobuhvatni pristupi u radu sa mladima obuhvataju daleko složeniji pristup učenju od uobičajenih metoda koje su zastupljene u našem obrazovnom sistemu. Pored informacija i znanja, i razvoja veština, **sveobuhvatni programi teže razvoju pozitivne kulture među učenicima, a što uvećava efekte edukacije i u značajnoj meri doprinosi kvalitetnijim zdravstvenim ishodima.**

Sveobuhvatnost se može odnositi na širok dijapazon naučno utemeljenih informacija sadržanih u određenom kurikulumu, a takođe može obuhvatati i različite komunikacijske pristupe koji se koriste kao dopuna nastavnom i obrazovnom procesu. Sveobuhvatnost može uključivati individualno planiranje nastave, prilagođavanje kurikuluma trenutnim trendovima ili potrebama učenika/ca, uvođenje specifičnih sistema podrške za učenike/ce i roditelje, edukacije roditelja, strukturisan pristup obučavanju i uvođenju sistema podrške pozitivnim oblicima ponašanja (kampanja „Reaguj ljudski“). Sve navedeno zahteva dodatna ulaganja i napore da se određeni program sa svim pratećim aktivnostima učini celinom i time obezbedi kvalitetniji i sistematičniji odgovor škole na specifične potrebe učenika.

Brojni neformalni edukativni programi koji su kombinovali edukativne aktivnosti sa ciljanim kampanjama koje su sprovođene u školama, pokazali su da ovaj kompleksni pristup, ne samo da učenicima daje potrebno znanje i veštine, već kroz seriju kampanja koje vode učenici, dovodi do formiranja mikro trendova specifičnih za tu školu ili lokalnu zajednicu u kojoj se sprovode (CARE International, 2011).

Kampanje u školama ne treba ograničiti na upotrebu postera koje učenici izrađuju, a zatim prezentuju kroz dodatne aktivnosti u školama. Kampanje mogu da obuhvate i aktivnosti van škole, posete određenim zdravstvenim institucijama, organizaciju javnih događaja koje osmišljavaju učenici i nastavnici, a u cilju podizanja javne ili stručne svesti o određenom problemu. **Aktivizam mladih može biti i najčešće jeste, generator pozitivnih promena.**

Kampanje u školama i kampanje koje vode škole, postale su veoma popularne širom sveta. Istraživanja koja su merila efekte ovih kampanja, ponudila su zanimljive i raznovrsne zaključke koji impliciraju da kampanje u školama, kao suplement nastavnom procesu, imaju snažan

potencijal da pozitivno doprinesu vaspitno-obrazovnom procesu. Studija HEALTHY obuhvatila je trogodišnji program intervencija koje su bile usmerene na promenu ponašanja učenika u cilju smanjenja rizika za razvoj dijabetes melitusa tip 2 (Schneider, DeBar, Calingo, Hall, Hindes, Sleigh, ... i Steckler, 2013). Studija je merila povezanost izlaganja učenika komunikacijskim materijalima (lifleti, brošure i posteri) kampanje i promene ponašanja učenika koji su izloženi aktivnostima kampanje. Istraživanje je pokazalo značajnu povezanost između upotrebe prilagođenih materijala i pozitivnih promena u ponašanju učenika. U zaključku studije, naglašeno je da u kontekstu višeslojnih zdravstveno promotivnih intervencija (sinergija edukacije i kampanja), škole koje uspeju da izlože veći broj učenika komunikacijskim materijalima i komplementarnim aktivnostima, mogu da stimulišu izraženije zdravstvene promene u ponašanju učenika.

Prema rezultatima istraživanja koje je sproveo CARE International - kancelarija u BiH, kampanje organizovane u saradnji sa školama u kojima je realizovan program vršnjačke edukacije baziran na metodologiji Programa Y imale su važan udeo u **transformaciji stavova i promeni ponašanja mladih** (Dušanić, 2017). Ne samo da su kampanje promovisale nenasilne stavove i vrednosti, već postoje indicije da su dovele do **poboljšanja stavova koji se odnose na rodnu ravnopravnost, zdravlje i zdrave životne stilove**. Istraživač u svom evaluacijskom izveštaju navodi: **veće učešće u radu BMK** (kampanja promocije pozitivnih karakteristika muškosti i ženskosti), **izloženost kampanji i učešće u radionicama su u korelaciji u nekim gradovima sa: većim učešćem u kućnim poslovima, ravnopravnijim rodnim stavovima i većim znanjem o seksualnom i reproduktivnom zdravlju, nižom stopom vršnjačkog nasilja i nasilja prema intimnim partnerima i manjom konzumacijom alkohola.** Svi ovi podaci pokazuju da su svi aspekti rada (učešće u radu "Budi muško kluba", kampanjama, radionicama) doprineli određenom poboljšanju u stavovima i ponašanju mladića i devojaka u različitim sferama njihovog života. Malo jači uticaj je ostvaren na one koji su učestvovali u "Budi muško klubu". Ovo nije nikakvo iznenađenje jer su svi učesnici iz "Budi muško kluba" bili aktivniji i posvećeniji većini programskih aktivnosti. Stoga je lako 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 praktikovanja pozitivnih stavova i vrednosti i promene ponašanja u skladu sa naučenim i usvojenim znanjem i veštinama. Istraživanja pokazuju da mladi koji su učestvovali u kampanjama i koji su obuhvaćeni aktivnostima kampanja, su u većoj meri usvojili nove informacije, korigovali stavove u odnosu na informacije koje su dobijali tim putem i prijavili više samopouzdanja i povišenu svest o važnosti rodne ravnopravnosti i zdravih životnih stilova.

O realizovanim kampanjama:

Kampanje su koncentrisane na škole koje su učestvovale u projektu i na zajednice predvođene "Budi muško" klubovima. Aktivnosti i materijali iz kampanje su fokusirane na iste teme koje su obrađene u okviru realizovanih radionica, uključujući seksualno i reproduktivno zdravlje, prevenciju nasilja i promociju rodne ravnopravnosti. Aktivnosti su bile otvorene za sve mladiće i devojke u školama i njihovo učešće u kreiranju kampanja prepoznato je kao važan faktor u postizanju rezultata koji su analizirani evaluacionim izveštajem.

Često su organizovane edukativne i zabavne aktivnosti povodom obeležavanja značajnih datuma (Međunarodni dan žena, 16 dana aktivizma protiv nasilja nad ženama, Međunarodni dan porodice, Dan očeva, Međunarodni dan borbe protiv HIV/AIDS-a, itd). Ove kampanje su uključivale regionalne kampanje "Reaguj ljudski"; „Super tata“ kampanja koja je promovisala rodno ravnopravno roditeljstvo; "Pazi se(x)" kampanja koja je promovisala zdrave odnose i seksualno-reproduktivno zdravlje (koja je trajala tokom čitave projektne godine). Pored ovih regionalnih kampanja, lokalni partneri su organizovali različite događaje u svakom gradu, obično jedan mesečno. Neki od njih su: "Kutijice koje promovišu žene", "Stop etiketiranju!", "Međunarodna nedelja zdravlja muškaraca", "Obeležavanje Međunarodnog dana mladih", "Bystander kampanje", "Petodnevni kamp omladinskih lidera", itd.

Rezultati radionica i kampanja

Rezultati završnog istraživanja i evaluacije efekata radionica i kampanje dokazuju pozitivne efekte kombinovanog pristupa u radu sa mladima. Na području rodnih odnosa ostvaren je napredak u svim gradovima koji su učestvovali u programu. U završnom istraživanju, i mladići i devojke imaju tolerantnije stavove prema rodnim ulogama, rodnim normama i prema osobama manjinskih seksualnih orijentacija. Posebno je važno naglasiti da su psihičko i fizičko nasilje u većini gradova manje izraženi u završnom istraživanju u odnosu na rezultate početnog istraživanja sprovedenog pre realizacije Programa Y i pratećih kampanja.

Indeks negativnih stavova prema rodno zasnovanom nasilju je veći u završnom istraživanju i kreće se (u svim gradovima) između 66% i 73% (kod mladića) i 81-85% (kod devojaka). Dakle, vidimo da većina mladića i devojaka osuđuju rodno zasnovano nasilje, što je važan ishod programa. Indeks znanja o reproduktivnom zdravlju, polno prenosivim infekcijama i kontracepciji u svim gradovima u završnom istraživanju je znatno bolji nakon učešće mladih u programu. Rezultati o znanju o SRZ nesumnjivo ukazuju na pozitivan uticaj i vrednost realizovanih programa. Sve u svemu, možda je najveći napredak programa ostvaren u ovoj oblasti.

Svi ovi podaci pokazuju da su učešće u kampanjama, izloženost kampanji i učešće u radionicama doprineli poboljšanjima u stavovima i ponašanju mladića i devojaka u različitim sferama njihovog života.

Utvrdili smo da postoji značajna korelacija između većeg učešća u kampanjama, manjeg konzumiranja alkohola i većeg učešća u kućnim poslovima. Osim toga, učesnici koji su više učestvovali u radionicama imali su viši nivo znanja o SRZ.

Iako je u svakoj školi formiran Budi Muško Klub, devojke su više učestvovale u projektnim aktivnostima (u nekim čak 63%). Mladići i devojke su intenzivno koristili Facebook stranicu koja je kreirana kao deo kampanje. Veliki procenat (59-79%) smatra da su radionice doprinele rešavanju nekih njihovih problema. Devojke koje su bile više izložene kampanji imale su rodno ravnopravnije stavove.

Svi ovi podaci pokazuju da su svi aspekti rada (učešće u radu "Budi muško kluba", kampanjama, radionicama) doprineli određenim poboljšanjima u stavovima i ponašanju mladića i devojaka u različitim sferama života. Ako vidimo koliko je pozitivnih korelacija ostvareno između projektnih aktivnosti i različitih sfera života, mogli bismo zaključiti da su sva tri aspekta rada doprinela ostvarenju ciljeva projekta, a nešto jači uticaj je ostvaren na one koji su učestvovali u "Budi muško klubu". Ovo nije nikakvo iznenađenje jer su svi učesnici iz "Budi muško kluba" imali aktivniju i posvećeniju ulogu u većini programskih aktivnosti. Šta kažu učenici uključeni u realizaciju radionica i kampanja u svojoj školi?

Obzirom da su mladi dobili priliku da samostalno kreiraju i realizuju kampanje i komplementarne aktivnosti, u završnoj evaluaciji su istakli da su stvorili osećaj vlasništva nad edukativnim procesom, a što ih je dodatno motivisalo da veruju u ideje koje zastupaju i da aktivnije doprinesu njihovoj realizaciji. Ovakav participativan pristup doprineo je većoj motivaciji mladih i većoj poistovećenosti sa projektnim porukama i vrednostima.

Povezivanje radionica sa kampanjama takođe se pokazalo kao sjajna metoda. Pokazalo se da je integrisan pristup koji uključuje sticanje znanja o radionicama, aktivnostima na polju tema radionica i medijska promocija, metoda koja je ostvarila najveći uticaj na mlade.

Učešće mladih u osmišljavanju kampanja i transformaciji mikro normativa

Kampanje su posebno značajne jer zahtevaju grupno učešće učenika u procesu planiranja, organizacije i izvođenja. U tom smislu, učenici mogu razviti osećaj vlasništva nad procesom a takav osećaj može dovesti do pojačanog usvajanja pozitivnih stavova i odbrane vrednosti na kojima se kampanja temelji. Grupni rad podrazumeva formiranje vršnjačkih grupa, a sasvim je jasno i to je višestruko dokazano, da učešće i izlaganje pozitivnim vršnjačkim grupama dovodi do bržeg i efikasnijeg usvajanja pozitivnih stavova i vrednosti. Učešće mladih u ovakvim aktivnostima, ujedno je snažan motivator jer mladi promovišu ono u šta veruju, a ono u šta veruju, može biti određeno nastavnim planom i programom, posebno ukoliko je taj program participativnog karaktera i doprinosi usvajanju pozitivnih stavova i vrednosti.

Kampanje imaju poseban značaj u menjanju trendova ili podizanju javne svesti o zastupljenosti potencijalno opasnih i štetnih trendova ili navika. U kontekstu socijalnih uticaja, važno je pomenuti da socijalne determinante zdravlja predstavljaju jedan od najvažnijih zaštitnih/rizičnih faktora na zdravlje. Ogroman broj dokaza je akumuliran u poslednjih 20 godina, a koji govore da socijalni faktori obrazuju zdravstvene prilike populacija na koje se odnose. Primer je pušenje koje je društveno prihvatljivo ponašanje u našoj zemlji, pa je to snažan socijalni faktor koji doprinosi prevalenci pušenja u našoj zemlji. Nasilje takođe nije izuzetak. Brojna društvena pravila i postojeći normativi „opravdavaju“ pojavu

određenih formi nasilja među mladima. Isto možemo primetiti i kod upotrebe alkohola. Brojne studije pokazuju da zdravstvena briga i zaštita mogu imati limitirajuće efekte, posebno određivanju ko će biti bolestan ili povređen, ukoliko su negativne socijalne determinante izražene i zastupljene (Braveman, Egerter, Williams, 2011; Adler, Marmot, McEwen, Stewart, 1999; Stewart, Adler, 2010; Braveman, Egerter, Woolf, Marks, 2011; McGinnis, Foege, 1993). Upravo kampanje predstavljaju alat koji osigurava delimično suprotstavljanje određenim socijalnim uticajima. Naravno da kampanje u školi ne mogu odgovoriti na socio-ekonomske uticaje, ali mogu umanjiti njihov uticaj na one koji su im izloženi.

Sve gore navedeno doprinosi zaključku da kampanje koje vode škole, imaju značajan potencijal da pozitivno doprinesu zdravlju mladih. Upravo kampanje u školama omogućavaju mladima da aktivno učestvuju u aktivnostima škole, da kroz učešće u kampanji koju vodi škola, osete bolju povezanost sa školom i da sopstveni doprinos realizaciji aktivnosti kampanje percipiraju kao lični i kolektivni uspeh i time osete 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 delovanjem škola, a što podrazumeva uključivanje učenika, možemo podstaći širu i kompleksniju promenu u kontekstu promene stavova i ponašanja, pa na kraju i boljeg zdravlja adolescenata.

Ali kampanje ne smeju da budu svrha same sebi. Često svedočimo posterima koji su zalepljeni na zidove hodnika u školama, a koje nemaju apsolutno nikakav uticaj na učenike, a što je dokazano brojnim studijama.

Posteri u školama

Sećate li se postera koji su krasili zidove naših škola, a kojima smo nastojali da utičemo na percepciju mladih o štetnosti alkohola i droga. Ovi posteri su sadržavali slike oštećenih organa te informacije o uticaju psihoaktivnih supstanci na organizam mlade osobe. Iako atraktivni i informativni, ovi posteri nisu postigli svoju svrhu jer smo i godinama nakon njihove upotrebe beležili porast broja mladih koji koriste ili se odlučuju da probaju neku od ovih supstanci.

Šta je nedostajalo?

Mladi i odrasli ne razmišljaju niti donose odluke na isti način. Razlog tome je biohemijska, fiziološka i anatomska razlika mozga mladih u odnosu na zreli i formiran mozak odraslih. Poruka da pušenje dovodi do opstipacije pluća neće delovati 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 da predstavljaju daleko veći problem od masnoća u krvi i oštećenih krvnih sudova. Informacija da alkohol dovodi do oštećenja sluznice želuca i opterećenja jetre, najčešće neće uticati na mlade kao informacija da zbog alkohola mogu ispasti smešni i doneti odluke koje će ih koštati njihovog statusa u društvu. Koliko god ovo izgledalo kao banalan pristup razumevanju adolescenata, ne smemo zaboraviti da je adolescencija period značajne socijalizacije u kojoj mladi identifikuju sebe u odnosu na okruženje, a odnosi sa vršnjacima su važniji od svake druge društvene pojave i zdravstvenog problema. Upravo je njihova emocionalna refleksija na odluke koje donose, 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 posmatraju tako. Sa druge strane, informacije koje nudimo mladima, trebalo bi da budu prilagođene ovim razlikama, kako bi mladi mogli da ih razumeju i na kraju iskoriste u procesu donošenja odluka.

Sa druge strane, kampanje mogu da ohrabre dijalog učenika i roditelja o nasilju, psihoaktivnim supstancama, odrastanju, seksualnosti i drugim za adolescente važnim temama. No, takve kampanje neće imati uticaja ukoliko roditelji nemaju naviku da otvoreno razgovaraju o ovim temama. Stoga sveobuhvatni pristup podrazumeva edukaciju roditelja, edukaciju učenika i zatim promotivne aktivnosti kampanje koje ohrabruju takav dijalog. Stoga predlažemo organizaciju pratećih edukativnih aktivnosti i sa roditeljima, a Program Y nudi instrukcije i za izvođenje takvih aktivnosti, bez obrzira što se radi o roditeljima, informacije i znanje koje mogu dobiti tim putem, mogu biti dovoljne za razgovor sa mladima.

Brojne socio-kulturne norme utiču na stavove i odluke mladih da prijave određeno nasilje ili problem sa kojim se suočavaju. Na primer, mladići koji bi se odlučili da prijave nasilje kojem su izloženi od strane vršnjaka, najčešće odustaju od takve odluke u strahu od reakcije drugih vršnjaka, jer smatraju da prijavljivanje nije odlika muškosti i takvi mladići, koji se pak odluče da prijave drugo učenika razrednom starešini, najčešće budu percipirani kao „slabići". U ovom kontestu, kampanje ne samo da bi trebalo da promovišu mogućnosti kome se mlada osoba može javiti u slučaju određenog problema, već bi trebalo da sadrže aktivnosti koje menjaju normativ da je prijavljivanje odlika slabih te da podstaknu promenu negativnih normativa koji su identifikovani kao prepreka prijavljivanju.

U slučaju devojaka, mnoge devojke koje imaju potrebu ili želju da posete prvi put ginekologa, često će odustati od takve odluke jer u našoj zemlji usluge ginekologije se najčešće dovode u vezu sa seksualno aktivnim osobama. Preventivni kontekst ginekoloških usluga je potpuno zanemaren i nevidljiv, pa mnoge devojke u strahu da ne budu viđene i na taj način stigmatizovane kao seksualno aktivne, a što u suštini ne moraju biti, odustaju od odluke da koriste ginekološke usluge. Kampanjama se može uticati na ove percepcije, daleko kvalitetnije nego kroz druge aktivnosti.

Ne samo da kampanje mogu pozitivno uticati na mlade, one zapravo mogu biti veoma značajne i za kvalitet nastavno obrazovnog procesa. Mnogi nastavnici/ce mogu osećati neprijatnost da otvoreno razgovaraju o određenim temama (promene u pubertetu, seksualno nasilje, nasilje, seksualno-reproduktivno zdravlje, upotreba droga i alkohola i sl.). Kampanje mogu imati moć da doprinesu razvoju podržavajućeg okruženja koje će osigurati nesmetan rad nastavnicima/ama i olakšati otvorenu komunikaciju sa učenicima/ama.

Škole mogu napraviti iskorak u kontekstu stvaranja podržavajućeg okruženja koje će osigurati neometanu komunikaciju nastavnicima/ama, bez straha od reakcije roditelja ili nekih drugih učesnika/ca vaspitno-obrazovnog procesa. U nekim evropskim zemljama, škole su uvele specifične politike koje definišu značaj učenja o nasilju, drogama i seksualnom i reproduktivnom zdravlju, a sa kojima su upoznali roditelje i druge nastavnike/ce. Ukoliko škola želi da odgovori na potrebe učenika/ca i da učini školski prostor podržavajućim okruženjem za učenje i podučavanje, tada napori moraju biti usmereni na demistifikaciju onih oblasti koje mogu biti percipirane među nastavnim i drugim osobljem škole kao potencijalno osetljive za razgovor sa učenicima. Kampanje mogu i trebalo bi da budu korišćene i za informisanje roditelja i javnosti i slanje jasne poruke da se radi o programima od kojih će najveću dobit imati upravo deca i roditelji, a što može stvoriti uslove za izvođenje kvalitetne nastave.

Poglavlje 2

Sad praktično, sa stvarnim primerima

U prethodnom poglavlju smo imali priliku da se upoznamo s terminima kampanje, omladinske kampanje i imali smo priliku da saznamo više o istorijatu kampanje i grupa/klubova mladih. Kroz dosadašnji rad u prethodnih 11 godina ovog programa, grupe/klubove mladih smo uspostavljali pod imenom Budi Muško Klub. Sada kada škole počinju da formiraju svoje grupe/klubove mladih, dajemo slobodu mladima unutar škola da sami kreiraju ime za svoju grupu ili da nastave da koriste ime Budi Muško Klub. Cilj formiranja i uspostavljanja grupe mladih je da ti mladi ljudi za svoju školu rade na formiranju kampanja i propratnih aktivnosti koji su važan deo 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 našoj školi pod imenom Budi Muško Klub; potrebno je da shvatimo šta je to grupa mladih ljudi i zašto želimo da radimo na ovaj način s učenicima škole. Shvatanje termina ,,grupa" ili ,,klub mladih ljudi" kao i poznavanje procesa koji se dešavaju u grupi dozvoljava nam da odaberemo najefektivnije metode rada i učenja i da organizujemo grupu na što bolji i efikasniji način.
Na početku ćemo pokušati na što jednostavniji način objasniti termine koji su često povezani: grupa i tim.

Tim je mala grupa ljudi koji se svojim znanjem i veštinama nadopunjavaju. Svi u timu su posvećeni zajedničkom cilju, koriste iste ili slične metode za izvršenje zadataka (Katzenbach, J. R., Smith, D. K., 2015).

Grupa se definiše kao povezani skup osoba koji su upoznati jedni s drugima i percipiraju sebe kao jednu grupu (Buchanan, D. A., 1997).

Kao što je vidljivo iz ove dve definicije, i grupa i tim predstavljaju određenu kombinaciju ljudi. Mladi ljudi koji čine tim stavljaju više napora u ostvarivanje nekog zajedničkog cilja. Više su usmereni na diskusiju o detaljima neke zajedničke kampanje ili aktivnosti koju će realizovati na nivou škole kao i načinima kako da ostvare određeni cilj i pošalju poruku svojim vršnjacima.

Važnu ulogu u postojanju kluba ili grupe mladih na nivou škole ima **lider/ka.** Lider/ka je osoba koja pomaže grupi da ostvari interakciju, uči od grupe i zna šta se dešava u svakom trenutku. Zadatak lidera/ke je da posmatra, organizuje procese u grupi i te procese koristi za učenje unutar grupe. **Lider/ka grupe** bi trebalo da bude neko ko je **učenik/ca škole**, neko ko će zajedno s pedagogom/škinjom škole i uz pomoć partnerske organizacije pažljivo raditi na podizanju svojih kapaciteta s ciljem formiranja i razvijanja grupe/kluba mladih na nivou škole. Lider/ka može odabrati da pažljivo preduzima sve korake u grupnom procesu i da ih koristi u edukativne svrhe. Bez obzira na više ili manje aktivan angažman lidera/ke u grupnim procesima, faze razvoja grupe će se zasigurno odvijati; o čemu govorimo u narednoj sekciji.

Cilj našeg rada s mladima, u sklopu kluba mladih kojeg uspostavimo na nivou škole, nije da od njih formiramo tim; tj. da radimo s mladima samo s ciljem da imamo formiran tim pa čak i po cenu toga da tim u stvarnosti nije funkcionalan i da ne postoji povezanost između članova tima. **Cilj nam je da osnažimo povezanost između devojaka i mladića koji čine deo naše grupe i da kroz naš rad s njima dovedemo do toga da oni uče jedni druge i jedni od drugih.** To čini jednu od osnovnih vrednosti postojanja kluba mladih na nivou škole:

„Mladići i devojke imaju priliku, da kroz angažman u grupi mladih na nivou škole, dobijaju dodatna znanja i veštine, osposobljavaju jedni druge i kreiraju aktivnosti s ciljem podsticanja vršnjaka na aktivizam u borbi protiv nasilja i aktivizam u promociji zdravih životnih stilova."

Faze razvoja grupe

Da bismo razumeli šta se dešava s našim klubom/grupom mladih ljudi u školi, potrebno je da prvo razumemo različite faze kroz koje grupa prolazi. U nekom trenutku nam se može učiniti da je svaki dalji rad s tom grupom uzaludan ili besmislen zbog trenutnih problema kroz koje grupa prolazi. Upravo zbog toga smo u ovom priručniku iskoristili priliku da predstavimo različite faze u sklopu razvoja grupe kako bi i škola i lider/ka grupe razumeli šta se dešava u određenom trenutku i kako mogu reagovati.

Prepoznavanje faza i procesa u grupi je jedna od najvažnijih veština koju lider/ka treba da ima. Veština lidera/ke da oseti procese koji se dešavaju unutar grupe, trebalo bi da stalno bude nadograđivana i poboljšavana. Dobro razvijena veština lidera/ke da prepozna procese koji se dešavaju unutar grupe, omogućava povremene intervencije lidera/ke s ciljem usmeravanja grupe da koriste svoje veštine za dalje unapređivanje i kreiranje novih aktivnosti u školi koje prate edukativni proces.

Svaka grupa prolazi kroz narednih pet faza:

1. FORMIRANJE
2. POBUNA
3. NORMIRANJE
4. UČINAK
5. POSLEDNJA FAZA

U kom trenutku će grupa doći do određene faze i koliko dugo će se grupa zadržati u toj fazi zavisi od dinamike unutar grupe i uloge koju lider/ka preuzme u određenoj fazi.

1. FORMIRANJE

Na početku formiranja grupe, imamo mlade ljudi koji se verovatno po prvi put nalaze u toj grupi i kroz njihovu glavu prolaze brojna pitanja: Zašto se nalazim ovde? Šta je sledeće što će se desiti? Ko su ovi drugi ljudi u grupi? Šta će se desiti s ovom grupom?

Bitno je da shvatimo da članovi našeg kluba/grupe u ovom trenutku razmišljaju o dosta stvari i suočavaju se verovatno s nesigurnostima i strahovima da ih vršnjaci u grupi neće shvatiti ili prihvatiti. Mladići i devojke su po prvi put deo ovakve grupe i dosta toga im je nepoznato. Ova faza se dešava za vreme prvog ili čak par prvih sastanaka grupe. Članovi u grupi se nalaze na određenoj distanci jedni od drugih kako bi

se osećali sigurno. U ovoj fazi su članovi pristojni jedni prema drugima čak i ukoliko ne dele iste vrednosti i stavove. S druge strane, u ovoj fazi se može dogoditi da određeni članovi grupe/kluba ponižavaju druge i njihove stavove kako bi se na taj način izdigli iznad ostalih članova grupe. U ovoj fazi grupa očekuje uputstva od lidera/ke koji treba da daje jasne instrukcije šta bi oni trebalo da rade.

Tokom ove faze, lider/ka bi trebalo da aktivno preuzme svoju ulogu; da pripremi plan aktivnosti i pruži jasnu strukturu mladićima i devojkama uključenim u grupu. Lider/ka bi trebalo da ohrabri članove da se predstave i trebalo bi da radi na eliminiaciji njihovih zabrinutosti i strahova kroz pružanje pozitivnog iskustva u grupi. Važno je napomenuti da lider/ka grupu treba da ohrabri da se sami predstave i razgovaraju o tome koja su njihova očekivanja od grupe/kluba, i **ne sme** da daje svoje odgovore i na taj način grupu prilagođava svojim očekivanjima.

2. POBUNA

U ovoj fazi mladi ljudi postavljaju pitanja: „Gde je moje mesto? Koga bi trebalo da slušam? Zašto mi naređuješ? Šta se dešava u grupi?”

Nakon što su se članovi grupe upoznali jedni s drugima, oni se osećaju smirenijim, znaju imena drugih osoba u grupi, imaju osećaj da mogu slobodno da se izražavaju. Grupa počinje da radi zajedno. Članovi grupe su sada slobodniji da iznesu svoje mišljenje, koje se može znatno razlikovati od mišljenja drugih članova grupe. U ovoj fazi postoji potreba za razjašnjavanjem odnosa između članova grupe, donošenja odluka i aspekta liderstva.

Članovi grupe će češće iznositi svoje nezadovoljstvo s radom grupe, kritikovaće ponašanje ostalih članova tako da se lider/ka može naći između dve vatre u situacijama iznošenja kritika od strane članove grupe. Osobe koje su sposobne da donose odluke sada počinju da se ističu u grupi i mogu se prepoznati kao neformalni lideri/ke.

Svaki član grupe ima uticaj na razvoj grupe. Mogu se pojaviti sumnje vezano za to šta je učinjeno do sada unutar grupe, koji su naredni koraci te kakva je struktura i kakva su pravila ponašanja u grupi. U ovoj fazi grupa bi trebalo da odluči da li nastavlja da bude zajedno i da nastavi sa sprovodi aktivnosti.

U ovoj fazi je jako bitno da lider/ka obrati pažnju na to šta se dešava u grupi i da pomogne članovima da identifikuju šta ih sve drži na okupu. Lider/ka bi trebalo da diskutuje sa grupom o svojoj ulozi i o tome kako grupa vidi šta bi lider/ka trebalo da radi u budućnosti.

3. NORMIRANJE

Grupa je sada više fokusirana na sledeća pitanja: „DA, mi to možemo da uradimo! Šta se sledeće dešava s našom grupom?"

Članovi grupe/kluba se sada raduju svakom sastanku. Stvarno je lepo videti svoje prijatelje i šteta je propustiti neki sastanak. Osećaj da je sve moguće uraditi unutar grupe se sada pojačava. Komunikacija između članova je pojačana i svi otvorenije komuniciraju. Članovi grupe će u ovoj fazi žrtvovati veliki deo 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 celu grupu/klub. Ponekad će se desiti da određene ideje za neke kampanje i aktivnosti jednostavno iščeznu, jer su članovi grupe više fokusirani na odnose unutar grupe i prijateljstvo na koje je stavljen veći fokus.

Lider/ka u ovoj fazi ima više opcija:

- Lider/ka se može povući u senku i pustiti grupu. Članovi grupe uživaju da budu zajedno pa je jedna od opcija za lidera/ku da ne interveniše.
- Lider/ka se može priključiti grupi i sam/a iskusiti proces izgradnje samopouzdanja grupe.
- Lider/ka može poboljšati proces izgradnje samopouzdanja grupe tako što će ponuditi razne metode, koje pospešuju samopouzdanje među članovima. Metode koje lider/ka nudi trebalo bi da budu usmerene na izgradnju i zadržavanje samopouzdanja grupe.

Bez obzira koju opciju će izabrati, lider/ka bi trebalo da nadgleda grupu i brine o sigurnosti članova. Ideje nekad rastu jako visoko i moguće je da se članovi dovedu u opasne situacije ili da izađu iz okvira onoga što je misija grupe/kluba. Lider/ka s vremena na vreme treba da interveniše i usmeri grupu na pravi put.

4. UČINAK

„Uspeli smo prethodni put! Hajde da ponovimo naš uspeh!" su reči koje najčešće čujemo od članova grupe/kluba u ovoj fazi.

Želja grupe da nastavi s aktivnostima je nezaustavljiva. Grupa/klub u isto vreme se uključuje i u manje i u veće aktivnosti. Ukoliko se pojave neki problemi, grupa zajednički traži rešenje. Obično uspeh tera grupu da ide dalje, ali ih ni neuspeh ne obeshrabruje. Svaki član grupe pronalazi svoje mesto u grupi. Članovi shvataju da svako od njih ima jedinstveni set veština koje se zajedno nadopunjuju na nivou grupe. Svako može

doprineti grupi. Grupa komunicira tečno, lični i grupni interesi su jednako bitni. Članovi grupe/kluba preuzimaju odgovornost za deo zadataka i vidljiva je samoorganizovanost.

Lider/ka u ovoj fazi treba da prati sledeći princip: Ono što grupa može da uradi sama, treba da uradi sama. Lider/ka se sada nalazi u ulozi savetnika grupe. On/ona stvara prostor za refleksije, daje povratne informacije, pomaže u rešavanju konfliktnih situacija i daje grupi savete kako da postignu zajedničke ciljeve.

5. POSLEDNJA FAZA

Pre ili kasnije, u svakoj grupi dođe vreme za kraj. To nije loša stvar. Treba biti svestan toga da mladi ljudi koji su uključeni u grupu/klub nakon određenog vremena nemaju istu želju za radom u grupi. **Ključno je prepoznati ovu fazu kada dođe, dovesti nove mlade ljude u grupu i ponovo dopustiti novoj grupi da prođe kroz sve faze.**

U ovoj fazi se čini kao da članovi grupe/kluba više nemaju šta da kažu jedni drugima. Raste nivo nezadovoljstva, ne postižu se neki rezultati a krivica se prebacuje na pojedince. Neki članovi će uskoro napustiti grupu/klub.

Više je razloga zašto dolazi do kraja grupe. Članovi su zainteresovani za druge aktivnosti i grupa/klub na nivou škole više nije toliki prioritet. Možda za neke od njih klub više nema isto značenje. Takođe, kako učenici odrastaju i prelaze u više razrede; dolazi do promene u interesima vezanim za akademsku karijeru i put koji žele odabrati nakon školovanja. Raspad grupe je emocionalno težak jer dovodi do osećaja tuge među članovima. Svi osećaju da se kraj bliži i uskoro dolazi jedan od poslednjih sastanaka grupe u ovom obliku.

Lider/ka u ovim okolnostima bi trebalo da stvori uslove u kojima grupa ima priliku da se osvrne na sve postignuto. Zajedno s grupom trebalo bi da istakne činjenicu da grupa kao takva više ne funkcioniše kao pre i da je vreme da se uvedu neke promene. Lider/ka bi trebalo da radi na dovođenju novih članova u grupu i samim tim da radi na formiranju nove grupe koja će sada proći kroz sve prethodne faze. Poželjno je da par članova stare grupe/kluba ostane deo nove grupe i da svojim prethodnim iskustvom i veštinama ohrabri nove članove.

Metode neformalnog rada s grupom

U nastavku ćemo predstaviti neke metode 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 beleški.	Lider/ka predstavlja temu grupi/klubu.	Kada su učesnici već unapred upoznati sa temom i kada je grupa velika (10-15 članova). Takođe , kada je velika količina informacija u pitanju, to zahteva predavanje.	Ova metoda je najmanje efikasna, jer slušaoci najmanje pamte informacije i njihove primene u praksi. Takođe, slušaoci mogu brzo izgubiti pažnju.
Diskusija	Diskusija o nekom problemu koji je zajednički za sve članove grupe/kluba. Zaključci trebaju da budu u skladu s pitanjima postavljenim na početku diskusije.	Lider/ka iznosi provokativne izjave ili pitanja, unapred pripremljena koja bi mogla stimulisati učesnike da se uključe u diskusiju i iznesu svoje stavove.	Ova metoda se može primeniti kada su učesnici već unapred upoznati sa temom i imaju prethodno znanje.	Postoji mogućnost da se neće svi jednako uključivati u diskusiju, posebno u novim grupama.
Probijanje leda / Ice breaker	Kratka aktivnost s učesnicima koja ima za cilj da se kreira neformalna atmosfera u grupi i da se učesnici približe jedni drugima.	Lider/ka vodi, najčešće fizičke aktivnosti tokom kojih su učesnici u direktnom kontaktu (fizičkom, vebalnom..) Može, ali i ne mora imati povezanost sa temom.	Cilj je prevazilaženje barijera u komunikaciji, doprinoseći boljoj neformalnoj atmosferi. Izabrana aktivnost bi se trebala odraziti na sve specifičnosti u grupi.	Postoji mogućnost da će učesnici odbiti da učestvuju u ''dečijim igrama''. Odbijanje se zapravo dešava zbog straha od fizičkog kontakta sa nepoznatim ljudima.
Oluja mozgova / Brainstorming	Ima za cilj da se proizvede što više alternativnih rešenja ili odgovora za zadati problem ili temu.	Kvantitativna metoda. Ne procenjujemo dobijene ideje, one se dalje, dodatno razvijaju.	Da biste kreirali mnoge kreativne ideje, najbolje je koristiti rad u manjim grupama (od 5,6 učesnika/ca). Isto se koristi i kada počinjemo sa novom temom.	Ishodi mogu biti različiti. Mnogo energije je usmereno na analizu i stvaranje novih ideja.

Metoda	Karakteristike	Opis	Kada koristiti	Ograničenja
Rad u grupi	Učesnici su podeljeni u više manjih grupa u kojima diskutuju na jednu ili više zadatih tema.	Grupe diskutuju i rade zajedno na datoj temi i nakon zadatog vremenskog roka imaju zadatak da prezentuju grupni rad ostalim učesnicima. Podela u grupe bi trebala da bude slučajnom metodom. Izuzetak je samo kada trebaju da se kreiraju grupe zasnovane na prethodom iskustvu učesnika. Ako se podela u grupe vrši po nekim kriterijumima, učesnicima ti kriterijumi trebaju biti predstavljeni.	To daje priliku za bolju diskusiju, interakciju i bolju razmenu mišljenja unutar grupe. Takođe, to daje veći prostor "tihim" učesnicima. Jedna je od najčešćih metoda.	Obično se ne fascilitira, pa postoji mogućnost da metoda neće biti uspešna. Jedno od ograničenja može biti i da prostor za izražavanje mišljenja zauzmu dominantiji učesnici, a oni tiši ostanu po strani.
Igra uloga	Članovi grupe imaju priliku da se ponašaju u skladu sa zadatom simuliranom situacijom u toku određenog vremena.	Akcenat je na učenju potencijalnih ponašanja, a ne na zaključcima. Mogu biti uključene realne uloge iz života, sve izmene su dozvoljene. Posmatrajte grupe. Nakon završetka aktivnosti učesnici zajedno analiziraju stavove i ponašanja određenih uloga.	Igru uloga koristite kada postoje različiti pogledi i mišljenja o istoj situaciji. Ovo omogućava često da se vidi kontradiktorno ponašanje, i daje priliku da se analizira sa minimalnim rizikom. Igre uloga pokazuju važnost tolerancije na različita mišljenja.	Igra uloga zahteva da se učesnici osećaju prijatno i sigurno. Korišćenje ove metode na samom početku može izazvati odbijanje učesnika prema samom treningu ili treneru. Ova metoda uključuje mnogo emocija, nakon čega sledi presek koji je uvod u temu u kojoj je reč o emocijama. Učesnici treba da izađu iz svojih uloga pre razmatranja i analize.
Analiza slučaja	Članovi analiziraju pripremljeni opis problematične situacije. Uobičajeno je da se koristi na papiru napisana i pripremljena situacija.	Individualni ili grupni rad kada učesnici traže odgovore vezane za određenu situaciju. Situacija bi trebala biti realna (nešto što se dogodilo ili bi se potencijalno moglo dogoditi).	Teorijsko znanje stičemo preko praktičnog, preko posebnih primera koje analiziramo.	Ograničenje može biti nedovoljno vremena za dobro razumevanje i analizu slučaja. Teško je napraviti dobru studiju slučaja (dovoljno činjenica, ažurirane informacije, sa lakoćom razumeti logiku)

Metoda	Karakteristike	Opis	Kada koristiti	Ograničenja
Igre simulacije	Učesnici su deo kreirane situacije, gde svaki učesnik ima određeni zadatak. Ovo je složenija igra uloga s većim udelom prethodno dizajniranog sadržaja situacije.	Učesnici u grupama donose odluku o daljim aktivnostima za konkretne, specifične, kritične situacije.	Često se koristi simulacija procesa koji se odvijaju dugoročno na različitim mestima (kao simulacija pripreme mladih za razmene). Simulacijske igre mogu biti pripremljene za nekoliko sati, za dan ili čak za više dana.	Isti rizici kao i kod igre uloga.
Grupe za diskusiju	Manje grupe za diskusiju, unutar kojih učesnici dele svoja mišljenja na zadatu temu; bez prisustva lidera.	Ova metoda dozovoljava otvaranje diskusije gde učesnici vode proces. Osnovno pravilo je da se informacije ne iznose izvan grupe bez odobrenja svih članova.	Najčešće, po završetku aktivnosti učesnici mogu izneti svoja mišljenja, osećanja, proceniti metode, pristupe članova tima i same grupe.	Ograničenja mogu biti prelazak sa teme na temu, haos tokom razgovora kada lider/ka nije prisutan.
Otvoreni prostor	Učesnici predlažu teme za diskusiju i radionice i sami učestvuju u aktivnostima. Ova metoda zahteva visok nivo odgovornosti učesnika.	Učesnici sugerišu druge teme za radionice koje bi oni rado uvrstili u program. Na osnovu toga stvara se raspored. Radionice predvode učesnici, diskusija se odvija slobodno, učesnici mogu da menjaju radionice ili da predlože nove teme. Na kraju, zaključci se predstavljaju zajedno.	Metoda relevantna za rad sa grupama koje nezavisno rade. To podržava odgovornost volontera u stvaranju zajedničkih aktivnosti i rezultata.	Prilikom rada sa učesnicima koji imaju nisku motivaciju ili sa slabom povezanošću sa temom, postoji rizik da će se diskusija i razgovor voditi previše generalizovano, bez specifičnih zaključaka.
Refleksija o samom sebi	Vreme za refleksiju sopstvenog učenja i rada nakon određenog perioda sastanaka, aktivnosti i sl.	Učesnici pojedinačno procenjuju situaciju koja se dogodila. Procenjuju prethodne aktivnosti i ponašanja kao i potencijalna ponašanja u budućnosti.	Dobar metod tokom rada, ali zavisi od teme gde učesnici pišu "pismo sebi". Cilj je da izraze sopstvene vrednosti i stavove, lične stvari i stave ih u kovertu lideru koji im ta pisma šalje nakon nekog vremena (1 mesec, 3 meseca...)	Važna tačka za samoprocenu je kada, gde i na šta posebno obratiti pažnju. Bez dodatnog znanja i poznavanja tehnika ova metoda može biti beskorisna.

Metoda	Karakteristike	Opis	Kada koristiti	Ograničenja
Izlet	Planirani izlet za članove grupe, koji može biti povezan s određenom temom kojom se grupa/klub u tom periodu bavi.	Mesto izleta planira lider (organizator) i ono mora biti povezano sa temom edukacije. Obično je to praktična prezentacija praćena temom koja se može dodatno istražiti.	Prednost je mogućnost da se vide praktične stvari koje su u dodiru sa temom. Daje mogućnost lakšeg i boljeg pamćenja teorije, i daje bolju motivaciju i inspiraciju za rad učesnicima.	Ukoliko program nije dobro pripremljen, loše organizovane posete institucijama i organizacijama mogu izazvati haos ali i lošu povezanost učesnika sa temom.

Koraci u formiranju grupe – kluba

U ovom delu ćemo vam predstaviti konkretne korake koje stručni saradnici/e, nastavnici/e i budući lider/i treba da preduzmu kako bi klub/grupa na nivou škole bio formiran.

1.

LIDER(I)

Za sami početak formiranja grupe/kluba na nivou škole potrebno je da pedagog/škinja škole, zajedno s timom nastavnika/ca koji su uključeni u aktivnosti Programa Y, identifikuje mlade osobe koji bi mogli biti lideri/ke kluba. Svakako je poželjno da se na početku identifikuje više mladih ljudi koji bi mogli biti lideri/ke kluba/grupe, i da se potom s njima obave razgovori i da im se objasni koje odgovornosti bi trebali preuzeti. Tek nakon razgovora i pristanka mladih ljudi, moguće je izabrati jednog ili više lidera/ki.

U idealnim situacijama, **škola će imati jednog lidera i jednu liderku** iz više razloga (mladićima je lakše da se identifikuju s liderom, a devojkama s liderkom, liderima će biti lakše da kreiraju i realizuju aktivnosti kada rade u timu, u slučaju odustajanja jednog od lidera/ke klub/grupa uvek može da se osloni na drugog lidera/ku...)

Kako identifikovati lidera/ku

U proces identifikacije lidera/ke je potrebno ući bez predrasuda. Često pomislimo da mladići i devojke koji imaju odličan uspeh i redovno izvršavaju svoje školske zadatke, mogu biti i trebaju biti lideri/ke. U praksi se pokazalo da to nije uvek tako. Ponekad uloga lidera/ke kluba/grupe, mladoj osobi može dati priliku da se aktivnije uključi u aktivnosti

i samim tim razvija svoje veštine, pa i na kraju značajno popravi slabiji uspeh u učenju.

Zbog svega rečenog, prilikom identifikacije lidera/ke obratite pažnju na sledeće:

- Lider/ka je osoba koja je tolerantna (razume druge i prihvata mišljenje vršnjaka iako se možda uvek ne slaže s istim),
- Lider/ka je malo stariji (preporučljivo je da prilikom identifikovanja lidera/ke razmišljate o učenicima/ama drugih i trećih razreda iz dva razloga: imaju više uticaja na svoje vršnjake i grupa će ih pozitivnije percipirati, lider/ka će ostati u školi tokom naredne jedne do dve školske godine što pruža priliku za organizovanje više aktivnosti),
- Lider/ka je dobar organizator, ume da improvizuje, medijator je (obratite pažnju i razgovarajte s razrednim starešinama; poželjno je identifikovati mlade osobe koje su sposobne da npr. u situaciji kada nisu spremili gradivo znaju vešto da se izvuku i iskoriste prethodno znanje kako ne bi dobili lošu ocenu, aktivno su uključene u organizaciju raznih aktivnosti u svom razredu, u konfliktinim situacijama pokušavaju pomiriti posvađane strane),
- Lider/ka treba da ima autoritet nad svojim vršnjacima, ali da tu svoju moć ne koristi u negativne svrhe,
- Lider/ka je spreman da kritikuje ali i da primi kritiku,
- Lider/ka ima razvijen smisao za humor (to su često osobe u razredu koje zbijaju šale kojima se ceo razred smeje),
- Lider/ka poznaje dosta učenika/ca u školi,
- Lider/ka je spreman da preuzme odgovornost, spreman je pomoći i uzor je vršnjacima
- Lider/ka je sposoban da preuzme diskusiju i daje korisne doprinose diskusiji (posmatrajte mlade koji u svom razredu aktivno doprinose razgovorima između vršnjaka na odmorima; nemojte biti fokusirani samo na nastavu),
- Lider/ka ne vlada grupom, on vodi grupu.

Ovo su samo neke od karakteristika mogućeg lidera/ke školskog kluba/grupe. Nemojte tražiti mladića i/ili devojku koja ima sve od nabrojanih karakteristika ukoliko to nije moguće; radije se fokusirajte na identifikaciju mladih koji imaju barem većinu od nabrojanih karakteristika.

PRVI RAZGOVOR S LIDEROM/LIDERIMA

2.

Nakon što je pedagog/škinja, zajedno s par profesora/ki, identifikovao lidere/ke i uradio prve razgovore i odabrao jednog lidera ili lidera i liderku budućeg kluba; potrebno je obaviti prvi razgovor s liderom/kom. U tom razgovoru je potrebno osvrnuti se na planirane aktivnosti (kampanje i sastanke), objasniti mladiću i devojci koje će biti njihove obaveze i šta se od njih očekuje, upoznati ih s metodama rada i ovim priručnikom koji treba da im služi kao radni materijal. Preporučujemo da pedagog u

ovom koraku kontaktira partnersku organizaciju koja realizuje aktivnosti u lokalnoj zajednici, kako bi zajedno formirali tok prvog razgovora i što bolje predstavili lideru/ki njegove zadatke, ali i pomogli u realizaciji istih.

3.

PLAN AKTIVNOSTI

U ovom koraku našem lideru/ki školskog kluba/grupe dajemo prve konkretne zadatke. Pedagog/škinja se povlači ,,u senku" i nastavlja da savetuje lidera/ku ali aktivnu ulogu **prepušta lideru/ki**. Lider/ka dobija zadatak da, uz korišćenje ovog priručnika, kreira aktivnosti budućeg kluba/grupe za tekuću škosku godinu. Kroz plan će proći s pedagogom/škinjom škole i nakon toga krenuti u dalje korake, koji su objašnjeni u nastavku ovog priručnika.

4.

FORMIRANJE GRUPE

Poslednji korak koji lider/ka treba da uradi, pre nego što krene da radi s grupom; je da kreira klub/grupu mladih ljudi. U budući klub treba da budu uključeni mladići i devojke, iz svih razreda škole. **Zavisno od veličine i kapaciteta škole, klub/grupa treba da broje između 12 i 20 članova.** Nakon što su odabrani učenici koji će biti deo kluba/grupe, lider/ka s njima održava prvi sastanak (pogledati sekciju nakon ove).

Brendiranje vašeg kluba mladih: „Budi muško klub"

Budi muško predstavlja danas mnogo više od svog naziva. To je **klub mladića i devojaka koji zajednički deluju i promovišu zdrave stilove** života. Samim tim što to nije klub samo za mladiće, već i za devojke, ravnopravno, ovde vam dajemo preporuku da kod brendiranja vašeg kluba i davanja imena razmislite i o ovom nazivu, iz razloga što ovaj naziv već ima **prepoznatljivost imena u regionu kao kluba mladih koji promovišu pozitivne vrednosti i bore se protiv svih oblika nasilja**, a samim tim **postajete deo velikog broj klubova koji postoje i aktivno deluju na prostoru Severozapadnog Balkana**. Takođe „Budi muško klubovi" imaju svoj grafički identitet, gde postoji veliki broj različitih materijala koje možete koristiti ako se odlučite za ovaj naziv. Tu su razni posteri, stikeri, bedževi, olovke, fascikle, zastave, majice, roll up baneri, ...

budi muško
JUMP
COOL
DANCE
SING

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: predlozi aktivnosti

U ovom delu vam donosimo predloge za sastanke vašeg kluba. Svaki predlog možete prilagoditi sebi načinom i vremenom kako vama odgovara. U delu „Šta su to kampanje" ste imali priliku da vidite koji su to naučno utemeljni razlozi zbog čega treba koristiti edukaciju i kampanje zajedno u kombinaciji, te zbog toga **bazirajte svoje sastanke i kampanje koje realizujete na teme edukacija koje radite kroz Program Y**, kako bi efekat edukacija bio znatno veći. Predlog je da sastanke najbolje planirate u dogovoru sa mladima, i pokušajte održavati kontinuitet u vidu **nedeljnih sastanaka,** koji će se održavati uvek u istom dogovorenom terminu (isto vreme i mesto ako je moguće). Ne zaboravite da su ovo samo predlozi sastanaka i da slobodno **budete kreativni u osmišljavanju svojih sastanka kluba mladih, te da oni uvek budu jako fleksibilni, opušteni i da oslikavaju jednu potpuno neformalnu i prijateljsku atmosferu za vaše učenike.**

Aktivnost 01

Naziv sastanaka: Mi smo ... (Brendiranje kluba)
Preporučeno vreme trajanja: 60 minuta
Cilj sastanka: Postaviti početna očekivanja i dati naziv vašem klubu mladih.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu.

› *Opciono*: Sastanke možete započeti i sa nekim kratkim izlaganjem o nekoj, mladima, zanimljivoj temi. Mi smo koristili nešto što se zove „3 minuta pametne priče“. Svaki sastanak druga osoba bude selektovana ili se dobrovoljno javi da započne sastanak sa nekom pričom kojom će podeliti nešto sa učesnicima/cama da ih zainteresuje za neku temu, ili nešto nauči o nečemu.

2. Pripremite praznu kovertu i napišite na njoj „Želje i očekivanja za sebe, za druge i za vaš klub“ i napište datum otvaranja koverte. Cilj je da svi učesnici napišu najmanje 3 želje i/ili očekivanja za sebe, za druge i za vaš Klub i da to otvorite zajedno sa njima za (recimo) 3 meseca i vidite koja očekivanja su ispunjena, a koja ne i na čemu treba raditi dodatno.

3. Recite svim učesnicima/cama da sednu u krug i postavite stolicu u sredinu. Recite učesnicima/cama da je to „Stolica znanja“ i da svako ko sedne na nju treba da u roku od 30 sekundi da nauči druge nečemu. Svi učesnici/ce nek prođu ovu vežbu.

4. Podelite učesnike/ce u manje grupe i dajte im 20 minuta da razgovaraju o svom nazivu kluba. Poslušajte sve odgovore i prodiskutujte ih sa učesnicima/cama. *Predložite učesnicima/ama „Budi muško klub“ kao jedan od potencijalnih naslova.*

5. Sve grupe nek predstave svoje nazive koje su smislili i organizujete glasanje za najbolji naziv. Nakon glasanja prodiskutujte o izabranom nazivu i vidite da li ga treba korigovati. Jako je bitno da naziv bude takav da se nijedan učesnik/ca ne oseća neprijatno zbog naziva koji je izabran, iz razloga što će to biti naziv koji će oni predstavljati i koji će njih predstavljati u školi i zajednici.

6. Zatvorite sastanak sa nekom igricom i/ili sa igrom „ponosan/na sam na...“ u kojoj više osoba i/ili cela grupa može da kaže na šta je ponosan/na. To mogu da budu razne stvari, od hobija, uspeha u školi, sportu, muzici itd. Nakon toga veoma je bitno da *dogovorite naredni sastanak* ili da definišite vreme kad će se sastanci redovno održavati.

Primer iz Sarajeva – FAKAT cure

FAKAT cure (FKT cure) su deo Budi Muško Kluba Sarajevo (BMK Sarajevo). Devojke učestvuju u istim aktivnostima zajedno s mladićima, dok je naziv ,,FKT cure” inovacija kojom su mladi želeli da skrenu pažnju da u BMK Sarajevo imaju i veliki broj članica. Prilikom osnivanja BMK Sarajevo, osim muških članova, bilo je zainteresovano i mnogo devojaka. Čak je u jednom momentu preovladao broj devojaka koje su učestvovale u radu kluba, te je priča dalje tekla ovako:

,,Budući da se svi zajedno borimo i zalažemo za prave vrednosti, građenje sredine u kojoj ćemo srećno i bezbrižno odrastati, družiti se i zdravo razmišljati, van kutije, želele smo i mi biti uključene u sam naziv kluba. Također, ne smemo zaboraviti i na naše muške članove koji su to i predložili i zalagali se da FKT cure osnuju. Na njihov predlog, nas nekoliko je počelo da smišlja savršeno ime po kojem će nas svako prepoznati, ali i znati da i devojke mogu postati članice Budi Muško Kluba. Puno imena nam je padalo na pamet, ali nijedno nije bilo dovoljno dobro i zvučno. Onda se neko dosetio imena FKT cure i to je bilo to. Prva ideja bila je da skraćenica FKT predstavlja Feminem klub tražene, međutim shvatili smo da je ipak bolje i efektnije ukoliko ime ostane samo FKT cure, jer danas živimo u svetu društvenih mreža gde mladi uglavnom koriste skraćenice, a i zato što mi to zaista jesmo. Mi smo FAKAT cure, devojke 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 vreme trajanja: 90 minuta
Cilj sastanka: Isplanirati prvu kampanju u školama koja će zainteresovati druge mlade da se uključe

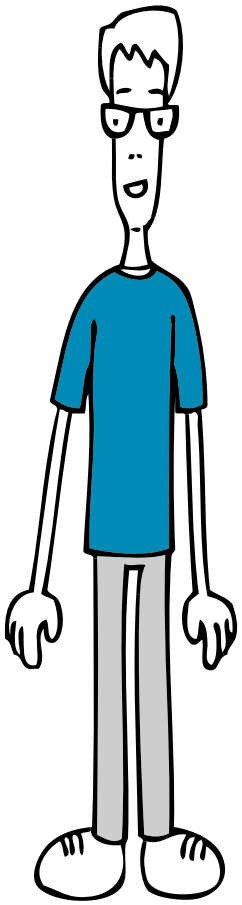
1. **Energizer**:Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu i započeti sastanak.

2. Podsetiti učesnike/ce u kratkom izlaganju šta je to kampanja i koji je cilj realizacije kampanje.

3. Podelite učesnike/ce u 2 do 4 grupe, zavisno od broja učesnika/ca i dajte im flipčart papire i markere da planiraju aktivnosti koja će promovisati rad vašeg kluba i podstaći mlade na razmišljanje o nekoj o izabranih tema *(Predlažemo vam da koristite neke od tema edukacije koje ste krenuli da radite u vašoj školi. Ako niste krenuli sa edukacijama izaberite neke od početnih tema, kao što su rod, rodne norme, rodna ravnopravnost ...)*

4. Svaka grupa nek predstavi šta je isplanirala i izaberite aktivnost koja bi mogla da se realizuje. Odredite datum realizacije, mesto, vreme, i odgovorne osobe koje će učestovati *(uvek podstičite da što više učesnika/ca učestvuje)*. Ostatak vremena na sastanku posvetiti detaljnom planiranju kampanje u vidu logistike koja je možda potrebna *(materijal, priprema, lokacija, dozvole...)*

5. Zatvorite sastanak sa nekom igricom.



Aktivnost 03

Naziv sastanaka: „Sajam ideja“
Preporučeno vreme trajanja: 75 minuta
Cilj sastanka: Na kreativan način ohrabriti članove da učestvuju u predlaganju ideja za aktivnosti kluba.

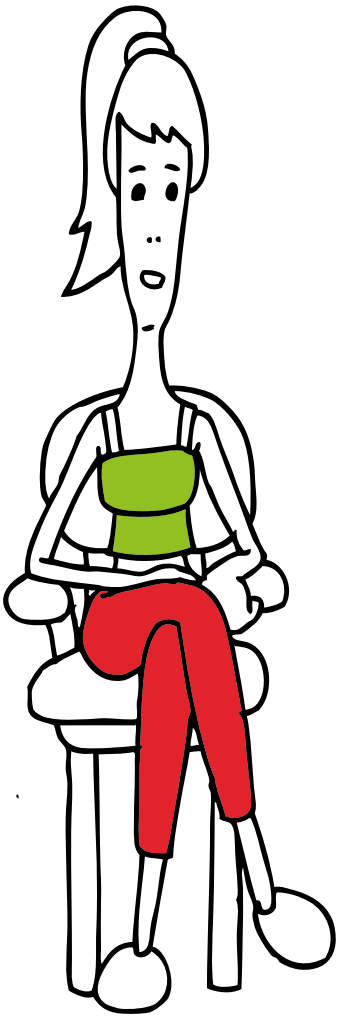
1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu.

2. Sa članovima razgovarati o pojmovima metoda rada sa grupom kao što su „brainstorming“ i „timski rad“. Objasniti zašto je brainstorming važan i kakav uticaj može imati na grupu i/ili pojedinca unutar grupe. Da li, uz pomoć ovih veština, grupa može biti mnogo efikasnija i aktivnosti mnogo raznovrsnije? Razgovarati s članovima 10 min.

3. Objasnite učesnicima/cama da otvarate „Sajam ideja“ i da su sve ideje dobro došle pa ih podelite u 2 do 4 grupe, zavisno od broja učesnika/ca i dajte im flipčart papire i markere. Pre rada u grupama veoma je važno objasniti pravila „Sajma ideja“. Svaka grupa treba da kreira 2 do 3 ideje *(broj ideja zavisi od broja učesnika/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 flipčart papiru napišu predlog 3 aktivnosti/ideje koje bi želeli da realizuju kroz klub. *Naglasite im da budu maštoviti, kreativni i slobodni u izražavanju ideja.*

4. Svaka grupa će odabrati jednu osobu koja će predstaviti svoje ideje. Nakon predstavljanja jedne grupe sledi glasanje za ideju. Važno je napomenuti da članovi grupe koja predstavlja ideju u tom momentu ne mogu glasati. Ideja sa najviše glasova je pobednička i biće realizovana. Važno je napomenuti da članovi koji mogu glasati pre glasanja razmisle o ideju (da li je moguće da se izvede, da li može imati neke kontra efekte, i sl.). Odredite lidera/ku pobedničke ideje koji će zajedno sa koordinatorom kluba sprovesti aktivnost u kojoj će učestvovati svi članovi.

5. Zatvorite sastanak sa nekom igricom.



Aktivnost 04

Naziv sastanaka: „Naš pravilnik kluba“
Preporučeno vreme trajanja: 45 minuta
Cilj sastanka: Kreirati pravilnik kluba zajedno sa članovima/cama koji je prilagođen njima i koji će stajati na vidnom mestu na kojem se sastajete sa članovima/icama.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu.

2. Članovima/cama grupe dati priliku da kreiraju pravilnik kluba koji će olakšati rad i funkcionisanje grupe. Naglasite da pravilnik uvodite isključivo zbog novih članova da bi im na kreativan način približili rad vašeg kluba, a nikako zbog toga da bi ih ograničili u nečemu.

3. Svima podelite po jedan stiker papir ili parče papira, kako bi svaki učesnik/ca na taj stiker napisao/la jedno pravilo kojeg se trebaju pridržavati (npr. ne kasniti na sastanke, poštovati druge ...). Oni učesnici/ce koji imaju više ideja mogu tražiti i dodatni stiker.

4. Nakon što svako od njih završi sa pisanjem pravila, potrebno je grupi dati jedan flipčart papir, markere, flomastere ili voštane bojice gde kreću sa kreiranjem okvira za pravila. Grupa treba da na kreativan način uredi okvir, a da srednji deo ostane prazan (jer će se u njemu ispisati pravila). Kada okvir bude završen i pravila ispisana potrebno je da se svi članovi potpišu u znak slaganja sa pravilnikom.

5. Pravilinik postavite na vidno mesto. Ukoliko vam je mesto sastanka uvek druga učionica, poželjno je da pravilinik ponesete sa sobom na svaki sastanak.

6. Zatvorite sastanak sa nekom igricom.

Aktivnost 05

Naziv sastanaka: „Video kampanja“
Preporučeno vreme trajanja: 75 minuta
Cilj sastanka: Kreirati kratak video o vašem klubu i aktivnostima.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu.

2. Sa članovima/cama grupe razgovarajte o video kampanjama. Razgovarajte o njihovoj važnosti i efektu na druge mlade. Predstaviti grupi zadatak da osmisle koncept kratkog video sadržaja kroz koji će predstaviti aktivnosti i/ili ciljeve kluba, ali takođe i pozvati druge mlade da se uključe. Video treba da bude kratak, trajanja od 1 do 3 minute, sa interesantnim sadržajem i muzikom.

3. Podelite učesnike/ce u 2 do 4 grupe i dajte im 20 minuta vremena da razmisle o konceptu video sadržaja.

4. Nakon rada u grupama svaka grupa treba da snimi svoj kratki video sadržaj i da isti predstave ostalim grupama. Nakon predstavljanja potrebno je odrediti lidera svake grupe koji će izvršiti editovanje svog videa (ubacivanje muzike, logotipa kluba, poruke i sl.). Video materijale će učesnici/ce početi praviti na sastanku ili nakon njega ako za to ostane vremena. Dati zadatak učesnicima da završe video materijale do narednog sastanka kad će svi predstaviti svoj video i postaviti ga online (YouTube, Facebook ...).

5. Zatvorite sastanak sa nekom igricom.

Aktivnost 06

Naziv sastanaka: Uticaj medija na mlade
Preporučeno vreme trajanja: 45 do 60 minuta
Cilj sastanka: Stvoriti svest o dobrom ili lošem uticaju medija na mlade danas.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu. Dogovorite se sa grupom da igrice na početku ili kraju sastanka pripreme oni sami.

2. Potrebno je unapred pripremiti biografske podatke za nekoliko osoba koje su učesnicima/ama poznate i privlačne za igricu „Pogodi ko sam?“.

3. Zamoliti jednog učesnika/cu da izađe i da uzme jednu biografiju. Učesnici/ce mu/joj postavljaju pitanja o toj osobi na koja odgovori mogu biti samo „da“, „ne“ ili „nije bitno“. Nakon svakog odgovora na pitanje osoba pročita jednu rečenicu iz biografije. I na kraju ostali imaju priliku da pogađaju o kome se radi.

4. Otvoriti diskusiju o igrici i nadovezati se na temu kroz pitanja za diskusiju:
   - Kakva vam je bila ova igra? O čemu je bila ova igra?
   - Imaju li mediji uticaj 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, da li se menja cela slika? Na koji način?
   - Zašto su neki detalji medijski zanimljiviji od nekih drugih? Koji su to detalji? Na koji način baš ti detalji deluju na nas?

5. Zaključak će ići verovatno prema tome kako mediji imaju uticaja u formiranju naše slike o nekome, kako to rade s ciljem i kako je potrebno kritički primati informacije, te se sa grupom zaključite ono što grupa iznese.

6. Ako ostane vremena zaključiti sastanak sa igricom ili pričom.

Aktivnost 07

Naziv sastanaka: Ulična akcija kluba
Preporučeno vreme trajanja: 45 do 60 minuta
Cilj sastanka: Isplanirati i organizovati uličnu akciju s ciljem promovisanja kluba i podizanja svesti o određenoj temi.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu. Dogovorite se sa grupom da igrice na početku ili kraju sastanka pripreme oni sami.

2. Određivanje teme i datuma akcije na osnovu teme edukacija koje mladi prolaze kroz Program Y ili na osnovu nekog od važnijih datuma u godini.

3. Odredite budžet koji vam je raspoloživ pre samog sastanka kako bi usmerili učesnike/ce prema tome šta imate na raspolaganju.

4. Uradite brainstorming o odabranoj temi: kako će se akcija izvesti, koji materijali su potrebni, gde je smeštena, koja je ciljna grupa, hoće li akcija biti medijski pokrivena ...

5. Dogovorite se o tome ko će učestvovati u kom delu akcije: planiranje, materijali, pravljenje rekvizita, promocija kampanje ... Desiće se da kampanju ne stignete da isplanirate za jedan sastanak, pa izdvojite više sastanaka za planiranje i dogovor oko realizacije, ili vežbu kampanje, ako je neki flash mob ili performans u pitanju.

6. Zaključite sastanak sa nekom igricom, pričom i/ili pohvalom učesnicima/cama. Dozvolite im da sami podele nešto sa grupom što nije možda u vezi sa sastankom već direktno sa njihovim životom, iskustvom u klubu i sl.

Napomena: Ne zaboravite da tražite dozvole za korišćenje javne površine *(ukoliko je potrebno zakonski)*.

Aktivnost 08

Naziv sastanaka: Izgradnja timskog duha mladih u klubu
Preporučeno vreme trajanja: neodređeno
Cilj sastanka: Osnaživanje povezanosti između članova, jačanje timskog duha i promovisanje kluba na zabavan način..

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresirati grupu.

2. Unapred pripremite neke predloge za timske igre za učesnike, predstavite ih učesnicima/ama u vidu kratkih igrica na sastanku.

3. Igrice možete pronaći na internetu tako što ukucate „igrice izgradnje timskog duha“ ili na engleskom „team building games“. Svakako bilo kakvi sinonimi će vam takođe omogućiti pronalazak ako ih ukucate.

4. Zajedno sa učesnicima/ama smislite neke njima poznate aktivnosti koje bi mogli zajedno da odigraju (sportske aktivnosti gde svi mogu da učestvuju, muzičke aktivnosti, kao što su karaoke, odlazak u bioskop ili pozorište, na izlet i s.).

5. Dogovoriti se sa učesnicima/ama kada će se realizovati aktivnost (datum i vreme). Naglasiti da pobeda nije najvažnija, bitno je zabaviti se, družiti i učestvovati u tome.

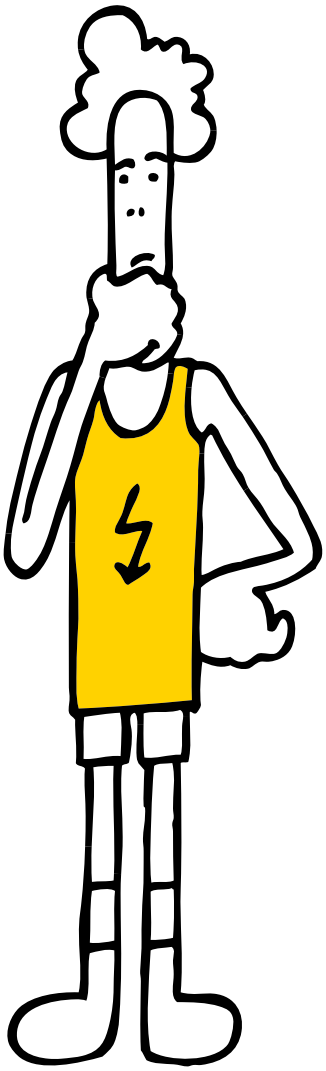
6. Ostatak sastanka diskutovati o nekoj aktuelnoj temi za mlade, koja bi mogla imati direktan uticaj na njih. *Primer*: pojavi se serija ili film koja govori o problemima mladih (nasilju, zdravlju ...) i može imati uticaj na njih čak i negativan ako ne razgovara se o tome, ili neko aktuelno dešavanje u vidu nasilne scene u gradu koja se desila, problema za mlade, ...).

7. Zatvorite sastanak sa nekom igricom i/ili sa igrom „ponosan/na sam na...“ u kojoj više osoba i/ili cela grupa može da kaže na šta je ponosan/na. To mogu da budu razne stvari, od hobija, uspeha u školi, sportu, muzici itd.

Aktivnost 09

Naziv sastanaka: Debata
Preporučeno vreme trajanja: 60 minuta
Cilj sastanka: Ojačati pregovaračke sposobnosti mladih, naučiti ih da brane stavove činjenicama, i sticanje novih znanja o odabranim temama.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu.
2. Prethodno pronaći aktuelne teme za mlade o kojima će se diskutovati. Možete koristiti radionicu u Program Y „Pregovaračke veštine“ kako bi se dodatno pripremili.
3. Razgovarati o pravilima i načinima debate kako se rasprave ne bi pretvorile u neproduktivne svađe, šta bi trebalo znati o učestvovanju u njima, tj. kako na pravi način diskutovati. Svako ko učestvuje treba da poštuje pravila rasprave tj. raspored i vreme govora. Kod diskusije se traži kritičnost prema sebi i drugima, pristojnost i korektnost. Uvek bi trebalo da postoji afirmacijska i negacijska grupa.
4. Podelite učesnike/ce u dve grupe od kojih će jedna biti afirmacijska, druga negacijska. Izaberite 2 do 3 teme koje ćete proći na sastanku kroz debatu. Jako je bitno da teme budu aktuelne za mlade.
5. Dogovoriti se koliko vremenski traje debata sa učesnicima/ama.
6. Zatvoriti sastanak sa nekom timskom igricom.



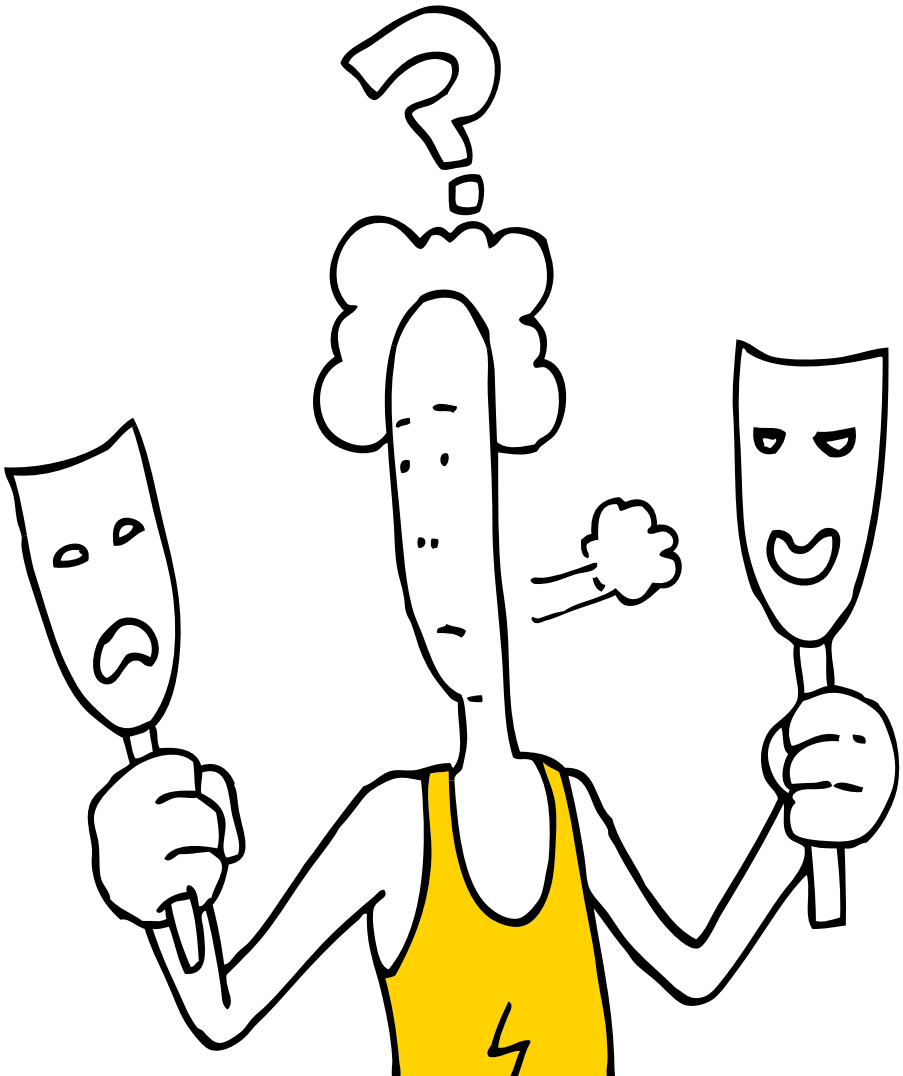
Aktivnost 10

Naziv sastanaka: Filmsko veče
Preporučeno vreme trajanja: neodređeno
Cilj sastanka: Ojačati povezanost grupe, diskutovati o nekoj aktuelnoj temi koristeći film kao podlogu.

1. Odrediti vreme održavanja aktivnosti na prethodnim sastancima i koji se film gleda *(npr. jednom u dva meseca se gleda film povezan sa temama radionica na sastancima)*.

2. Pozvati članove/ce i/ili mlade koji su zainteresovani da se pridruže i učestvuju u gledanju filma.

3. Ako je moguće prodiskutovati o nekim važnim segmentima filma nesporedno nakon ili na sledećem sastanku kluba mladih.



Aktivnost 11

Naziv sastanaka: „Naš kreativni turnir“
Preporučeno vreme trajanja: 60 minuta
Cilj sastanka: Povezivanje mladih u klubu i regrutacija novih članova.

1. **Energizer:** Izaberite energizer kojim ćete zainteresovati grupu.

2. Podeliti učesnike/ce u 2 do 4 grupe i dati im zadatak da zajednički isplaniraju kreativni turnir kluba. Slobodno nek razmišljaju o raznim sportskim aktivnostima u kojima su već učestvovali, ali da ih promene i izmene na način kako oni žele.

3. *Primer*: Turnir mladih u odbojci sa mešovitim timovima, gde su pravila izmenjena, i 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 povezati sa temom rodne ravnopravnosti.

4. Cilj turnira ne bi trebao da se ogleda u nekom rivalitetu ili netrpeljivosti već prvenstveno zabavi i sticanju novih prijateljstava, kao i promovisanju nekih novih pozitivnih vrednosti.

5. Nakon što učesnici daju svoje predloge glasajte za najbolji i nakon toga ga zajednički isplanirajte (izmeniti i dodajte neke stvari, ako za to postoji potreba).

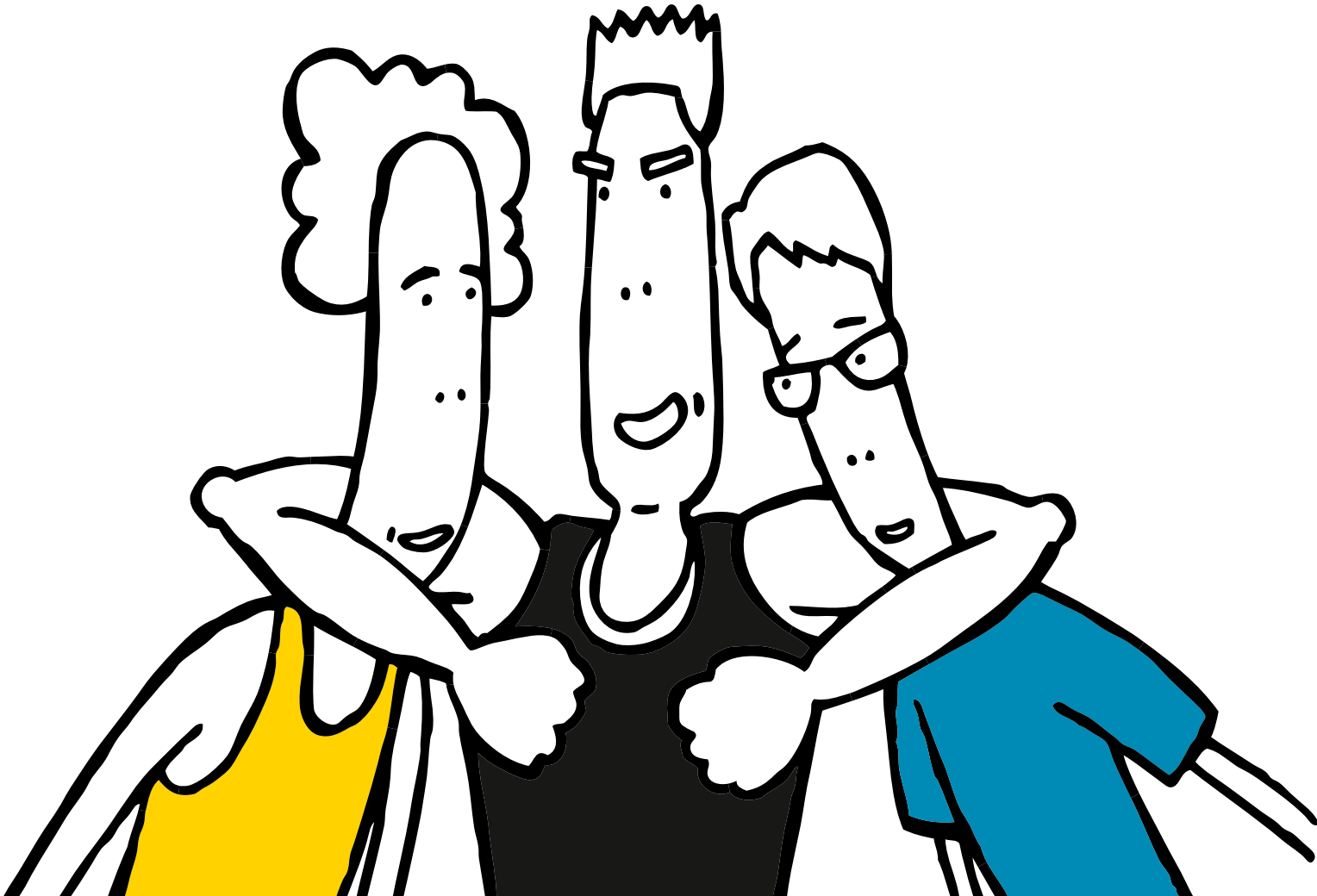
6. Definišite kako se učesnici/ce prijavljuju, kad i gde se održava turnir, da li postoje neke simbolične nagrade, osveženje za učesnike/ce i ko je zadužen za koji deo organizacije vašeg kreativnog turnira. *Napomena*: Nakon turnira pozvati sve učesnike/ce koji su novi da se pridruže klubu.

7. Zatvorite sastanak sa nekom igricom.

Aktivnost 12

Naziv sastanaka: Uključivanje kluba kroz školske sekcije i vanškolske aktivnosti
Preporučeno vreme trajanja: neodređeno
Cilj sastanka: Promovisanje kluba kroz školske sekcije i aktivnosti u vidu popularizacije kluba i mogućnosti dolaska aktivnih mladih ljudi u klub.

1. U dogovoru sa školom predložiti aktivnosti u vidu pomoći sa realizacijama vanškolskih aktivnosti odnosno sekcija.
2. Zavisno od mogućnosti potruditi se da klub bude sve češći učesnik u vanškolskim aktivnostima.
3. Samim aktiviranjem u klub dolazi do popularizacije kluba u toj školi i dolaska novih članova.
4. Sve ove aktivnosti isplanirajte na sastanku kluba kroz diskusiju sa učesnicima/ama.



Aktivnost 13

Naziv sastanaka: Radionica fotografije
Preporučeno vreme trajanja: 2 do 3 sata
Cilj sastanka: Popularizacija kluba i priliv novih članova kroz radionicu fotografije

1. Angažovati nekog fotografa/kinju ili osobu koja poznajte tehnike fotografije u klubu, na sastanku kluba sa tom osobom napravite radionicu fotografije.

2. Nakon radionice fotografije definišite kakvu kampanju u vezi sa fotografijom članovi/ce kluba mogu uraditi kako bi promovisali neku od tema edukacija.

3. Sve fotografije koje nastanu objavite online na Facebook stranici kluba mladih ili sajtu škole.

GODINA 1

Razvoj identiteta – ko sam ja, ko si ti?

Realizacija omladinskih kampanja u školama: *Školski model*

U ovom delu vas podsećamo na teme iz edukativnih sesija Program Y priručnika, po polugodištima, i dajemo konkretne ideje i predloge kampanja vašeg školskog Kluba mladih, koje se tiču teme razvoj identiteta i rodno zasnovnog nasilja.

Prvo polugodište ove školske godine obuhvata teme **identiteta, razuma, osećanja, roda i rodnih normi**. U ovom polugodištu, tokom edukativnih sesija, razgovara se o tome šta je to rod, a šta pol, i koje su razlike, shvatiti na koji način rodne norme utiču na živote muškaraca i žena, prepoznati teškoće sa kojima se mladi ljudi suočavaju prilikom izražavanja određenih osećanja i posledice po njih i njihove odnose, kao i diskustovati o očekivanjima žena i muškaraca u romantičnom vezama i onome čemu nas društvo uči o njima.

Drugo polugodište ove školske godine obuhvata temu **nasilja i mirne koegzistencije**. U ovom polugodištu, tokom edukativnih sesija, razgovara se o različitim tipovima nasilja koji se mogu pojaviti u intimnim odnosima, porodicama i zajednicama i šta nasilje predstavlja, kako je "muška čast" povezana sa nasiljem i koje su alternative nasilju, kada se mladi osećanju uvređeno, shvatanju ciklusa nasilja koji se formira u društvu i kako ga zaustaviti, prepoznati kako etiketiranje utiče na ograničavanje induvidualnog potencijala mladih i utiče na veze među mladima, kao i definisati pojam moći i uticaj koji ima u međuljudskim odnosima.

KAMPANJE KLUBA MLADIH: PREDLOZI

Primeri koji se nalaze ispod su primeri iz prakse raznih „Budi Muško Klubova“ iz regiona u proteklih pet godina. Ovo su primeri kampanja realizovanih na nivou lokalnih zajednica i škola. Primeri ne trebaju biti nužno realizovani na isti način u školama, nego imaju svrhu motivacije i podsticanja na razmišljanje o mogućim kampanjama koje će se realizovati u školi.

1. Muški i ženski poslovi

Kampanja je imala za cilj da podstakne mlade da razmišljaju o značenju termina ,,muški poslovi" i ,,ženski poslovi" i da na taj način promovišu rodnu ravnopravnost u društvu. To su postigli jednom kratkom ali efikasnom aktivnošću koja je imala velikog odjeka među učenicima srednjih škola u kojima je kampanja realizovana.

KORAK 1: PLANIRANJE

Na jednom kreativnom sastanku, koristeći metodu brainstorminga, članovi kluba su razgovarali o tome kako da podstaknu svoje vršnjake na razmišljanje o ulogama muškarca i žene. Zaključak ovog sastanka je bio da će se realizovati kampanja u školama koja će podstaknuti mlade da se fotografišu dok rade poslove koje inače mogu videti kao poslovi karakteristični za suprotni pol (npr. mladići da se fotografišu dok peru sudove a devojke da se fotografišu kako popravljaju automobil).

KORAK 2: REALIZACIJA

Pripremljeni su plakati koji su polepljeni po školama. Na plakatima su pozvani učenici škola da pošalju fotografiju sebe kako rade neki posao koji obično smatraju karakterističnim za suprotni pol. Svi koji su želeli da učestvuju, svoje fotografije su poslali na Facebook stranicu Budi Muško Kluba.

Nakon što su počele pristizati fotografije, vlasnici su davali svoju saglasnost da fotografije budu objavljene na stranici. Objašnjeno im je da će vlasnici fotografija koje prikupe najviše lajkova, dobiti nagradu (Budi Muško majice). U periodu od dve nedelje zabeležen je broj lajkova na svakoj pojedinačnoj fotografiji. Vlasnici fotografija s najviše prikupljenih lajkova su dobili svoje nagrade – majice Budi Muško Kluba.

KORAK 3: EVALUACIJA

Dve nedelje nakon kampanje, lider kluba je razgovarao sa svima koji su bili uključeni u realizaciju kampanje ali i s učenicima kampanje, o tome kako im se svidela kampanja, šta su novo naučili, šta im se nije svidelo. Jako bitan deo razgovora su predstavljale informacije o tome šta se članovima nije svidelo u kampanji. Te povratne informacije su iskorišćene za unapređenje narednih aktivnosti i kampanja; kao naučene lekcije.

2. Etiketiranje

Članovi Budi Muško Kluba su, nakon održane radionice ,,Etiketiranje“, odlučili da i praktično pošalju poruku protiv etiketiranja. Akcija je održana na ulicama grada i imala je za cilj da podigne svest mladih o etiketiranju i štetnosti ove pojave i uticaju koji ima na pojedinca.

KORAK 1: PLANIRANJE

Tokom kreativnog sastanka, kroz diskusiju i brainstorming, članovi kluba su osmislili kako će ova kampanja izgledati.
Na velikim komadima kartona su izradili etikete. Etikete su sa jedne strane imale napisane pogrdne nazive koje često čujemo u školama, a sa druge strane 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 etikete su između povezane trakom.

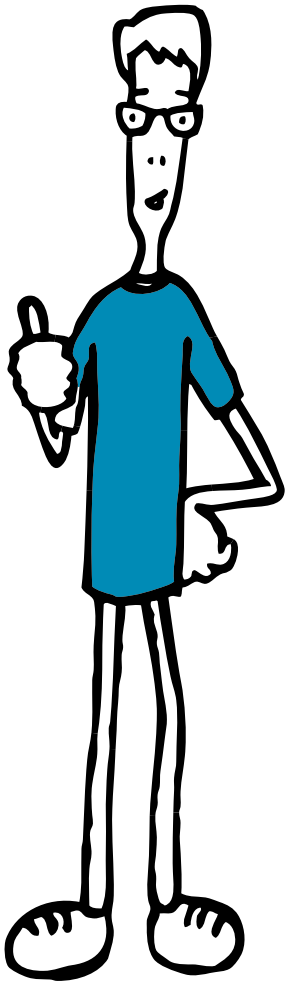
KORAK 2: REALIZACIJA

Devojke i mladići su prošetali gradom s ovim etiketama. Sugrađanima, preteženo populaciji vršnjaka/kinja, su delili informacije o tome zašto rade ovu aktivnost i koji je cilj njihove kampanje.

U medije je poslat dopis o održanoj kampanji zajedno s fotografijama. *Ovaj korak je jako bitan jer mediji ovakve aktivnosti vrlo rado poprate, a ukoliko sličnu aktivnost realizujemo na nivou škole to doprinosi boljoj vidljivosti škole u lokalnim medijima.*

KORAK 3: EVALUACIJA

Na narednom sastanku Budi Muško Kluba, članovi su razgovarali o tome kako je akcija prošla, kakve su bile reakcije sugrađana i koliko je kampanja ostvarila svoj planirani cilj.



GODINA 2

Nasilje je out!

U ovom delu vas podsećamo na teme iz edukativnih sesija Program Y priručnika, po polugodištima, i dajemo konkretne ideje i predloge kampanja vašeg školskog Kluba mladih, koje se tiču teme nasilja i droga.

Prvo polugodište ove školske godine predstavlja nastavak teme iz prethodnog polugodišta (godine 1) u kojem ste razgovarali sa mladima o *različitim manifestacijama nasilja u njihovim životima i zajednicama, i uključivali rod, rodne norme i rodna pitanja kao jedan od bitnih društvenih faktora pojave određenih vrsta nasilja*, naročito nasilje muškaraca nad ženama i nasilja između muškaraca. Tokom ovog polugodišta edukativne sesije vam pružaju efikasne i dokazane alate za menjanje stavova i mišljenja mladih o upotrebi nasilja u intimnim vezama i pronalazak načina kako stvoriti intimne veze zasnovane na poštovanju, na koji način imati zdrave i kvalitetne međuljudske odnose, podsticati asertivnu komunikaciju, razviti veštine za efiksano i pozitivno rešavanje konflikata, uticati na promenu negativne kulture ćutanja među mladima o nasilju i kako izraziti ljutnju na konstruktivan nenasilan način.

Drugo polugodište ove školske godine obuhvata temu **droga**. U ovom polugodištu, tokom edukativnih sesija, razgovara se o tome šta su droge, koje sve vrste postoje, na koji način društvo na njih gleda, i koji su najveći rizici korišćenja droga. Takođe edukativne sesije se fokusiraju na različite mitove u vezi sa upotrebom droga i alkohola, i one obuhvataju koncept zavisnosti i alkoholizma, kao i uticaju društva, društvenih normi i vršnjačkom pritisku koji su u vezi sa zloupotrebom droga i psihoaktivnih supstanci.

KAMPANJE KLUBA MLADIH: PREDLOZI

Primeri koji se nalaze ispod su primeri iz prakse raznih „Budi Muško Klubova“ iz regiona u proteklih pet godina. Ovo su primeri kampanja realizovanih na nivou lokalnih zajednica i škola. Primeri ne trebaju nužno biti realizovani na isti način u školama, nego imaju svrhu motivacije i podsticanja na razmišljanje o mogućim kampanjama koje će se realizovati u školi.

REAGUJ LJUDSKI, POMOZI ŽRTVI

Nakon edukacija o nasilju, i razgovora na sastancima kluba „Budi muško“, učesnici su došli na ideju da organizuju flash mob aktivnost na glavnom trgu, kako bi ukazali javnosti na problem nereagovanja na nasilje i nasilne scene koje se dešavaju u školama.

Korak 1: Planiranje
Učesnike/ce sastanka Kluba smo podelili u grupe i dali im temu koja se zvala „Reaguj ljudski, pomozi žrtvi“, u okviru koje je trebalo da isplaniraju kako bi aktivnosti kampanje trebalo da izgledaju i koji su ishodi i ciljevi tih aktivnosti. Svaka grupa je nakon 20 minuta planiranja dala konkretne predloge za aktivnosti, nakon čega su učesnici diskutovali o tome koja aktivnost će se realizovati, dok će neke od njih biti realizovane nekom drugom prilikom (Neretko se desi da na sastancima planiranja aktivnosti kampanja imate mnogo više od jedne ideje, te u tom slučaju odaberite onu koja će se prva realizovati, a druge, koje su takođe zanimljive, zapišite kako bi se mogli podsetiti na njih u narednom periodu).

Korak 2: Realizacija
Učesnici su definisali tokom sastanka šta je sve potrebno od materijala za realizaciju aktivnosti i ko će sve učestvovati. Aktivnost je planirana da se desi na glavnom trgu, u periodu kada je najviše srednjoškolaca u gradu (koji su definisani kao ciljna grupa). Svi koji su učestvovali u aktivnosti su stali u jedan veliki krug sa jako mali razmakom između njih, noseći poveze na očima. Povezi su simulirali situaciju u kojoj mi ne reagujemo na nasilje, tj. u prenesenom značenju smo „slepi“ kad je u pitanju nasilna situacija. U centru kruga su stali momak i devojka koji su simulirali (glumili) nasilnu scenu, kroz više različitih vidova nasilja (fizičko, psihičko, emocionalno, rodno zasnovano nasilje ...), dok su svi ostali okolo stajali ne radeći ništa. Nakon nekoliko minuta simuliranja scene nasilja, jer se već veliki broj srednjoškolaca/ki, ali i drugih građana/ki okupio oko našeg „kruga nasilja“, svi su odjednom skinuli poveze sa očiju i uzviknuli „Stop nasilju“ i „Reaguj ljudski, pomozi žrtvi“.

Korak 3: Evaluacija
Nesporedno nakon završene aktivnosti smo razgovarali sa građanima koji su bili tu o problemu koji smo adresirali ovom kampanjom. Na narednom sastanku kluba smo razgovarali o aktivnosti koju smo realizovali, kako je za nas ona prošla, koje su reakcije građana/ki bile i na koji način možemo unaprediti kampanju.

REAGUJ LJUDSKI, PROTIV NASILJA

Cilj aktivnosti kampanje je bio podizanje svesti mladih o bitnosti reagovanja na nasilje i sprečavanja da do nasilja dođe, kao i ukazivanje na negativne dugotrajne posledice koje može da izazove.

Korak 1: Planiranje
Tokom sastanka kluba učesnici su izrazili želju da realizujemo online kampanje, u vidu video materijala. Zajednički su postavili pravila da video materijal mora da ima naslov „Reaguj ljudski, protiv nasilja“ i da prati tu tematiku. Takođe video treba da bude kratak, do 2 minuta i da jasno prikaže poruku. Takođe svi učesnici grupe su trebali da učestvuju sa kratkim video materijalom i da se prikažu na neki način u njemu. Sva ova pravila su učesnici sami definisali. Prilikom faze planiranja učesnici su sami definisali svoje radne grupe, kako bi osmislili scenario svog kratkog promotivnog filma.

Korak 2: Realizacija
U fazi realizacije ove aktivnosti, učesnici su sami kreirali svoj promotivni film. Za ovaj zadatak su imali 7 dana, a snimanje su mogli da urade telefonom ili bilo kojom drugom kamerom, na način kako to najbolje znaju. Predstavljanje filmova smo prvo uradili zajednički na sastanku kluba, a tek nakon toga smo ih objavili online na našoj YouTube i Facebook stranici kako bi ih i drugi građani videli.

Primer jednog video materijala možete pronaći na stranici YouTube pod nazivom: **Reaguj ljudski // POMOZI ŽRTVI**

Korak 3: Evaluacija
Kod evaluacije ove aktivnosti smo razgovarali o načinima kako su video materijali nastali i zanimljivim pričama sa snimanja. Takođe smo razgovarali o temama koje su mladi prolazili tokom planiranja video materijala, i načinima kako bismo ove video materijale dodatno podelili među srednjoškolcima, kako bismo ih dodatno upoznali sa njima i podstakli ih na razmišljanje o ovoj temi.

REAGUJ LJUDSKI PROTIV NASILJA

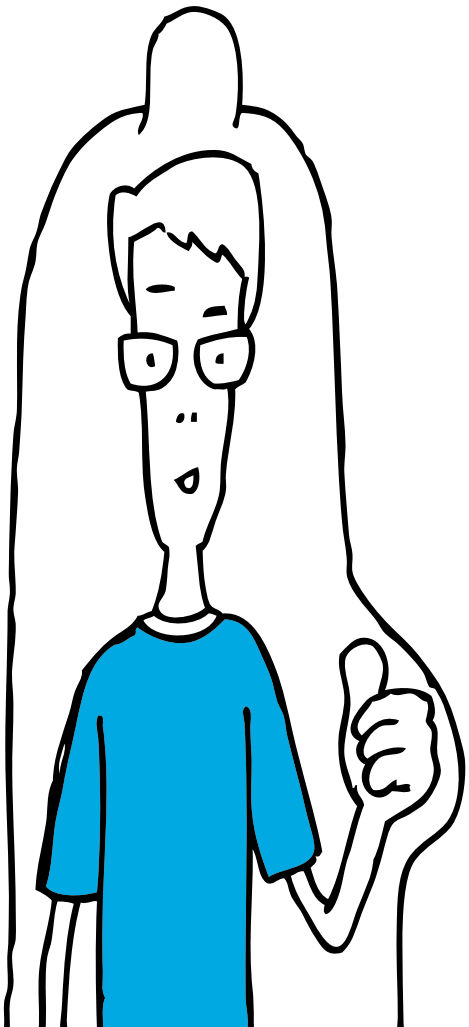
GODINA 3

Seksualnost i zaštita seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava

U ovom delu vas podsećamo na teme iz edukativnih sesija Program Y priručnika, po polugodištima, i dajemo konkretne ideje i predloge kampanja vašeg školskog Kluba mladih, koje se tiču teme seksualnosti i zaštite seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava.

Prvo polugodište ove školske godine obuhvata teme **seksualnog i reproduktivnog zdravlja**. U ovom polugodištu, tokom edukativnih sesija, razgovara se o povezanosti vaspitanja i rizika zdravlja sa kojima se suočavaju mladi, kako rodne norme utiču najčešće na zdravstvene probleme mladića i održavanje lične higijene, podiže se nivo svesti i znanja o muškom i ženskom reproduktivnom sistemu i genitalijama, kao i izazovima i rizicima sa kojima se mladi susreću u intimnim vezama u adolescentskom dobu.

Drugo polugodište ove školske godine obuhvata teme **polno prenosivih infekcija, kontracepcije i reproduktivnih prava**. U ovom polugodištu, tokom edukativnih sesija, razgovara se o SPI, HIV i AIDS (SIDA) i značaju dijagonoze i lečenja, o različitim metodama kontracepcije i mitovima u vezi sa kontracepcijom, značenju seksualnih i reproduktivnih prava i njihovom značaju u životima žena i muškaraca, kao i seksualnim različitostima.



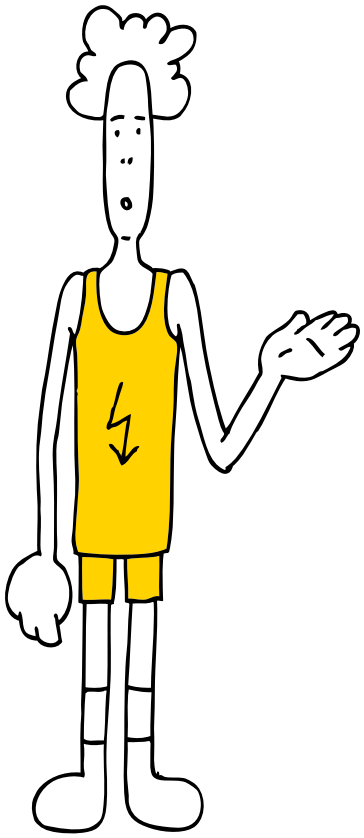
1. Obeležavanje Međunarodne nedelje zdravlja muškaraca

Članovi BMK-a sproveli su akciju za promociju zdravlja muškaraca u sklopu aktivnosti koje su realizovane širom sveta tokom Međunarodne nedelje zdravlja muškaraca, kako bi se ukazalo na važnost redovnih 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 Međunarodne nedelje zdravlja muškaraca. Kroz diskusiju i brainstorming, uvideli su da su muškarci ti koji jako retko brinu o svom zdravlju i ne odlaze na redovne preglede. Učesnici su se podelili u dve grupe od kojih je jedna planirala na koji način se može uključiti u informisanje mladih, a druga grupa da definiše koju aktivnost bi mogli da realizuju sa mladima.

Korak 2: Realizacija
Na glavnom trgu, dve grupe mladih su realizovali dve aktivnosti. Jedna grupa je bila zadužena za predstavljanje zdravih životnih stilova ljudima, vozeći bicikle za vreme ove akcije i informisale druge pozivajući im da se priključe u njihovoj vožnji. Druga grupa je radila podelu edukativnih materijala, u vidu nalepnica i brošura o tome kako brinuti o svom zdravlju. Više od 200 ljudi je bilo direktno uključeno u ovu akciju, dobijanjem informacija i materijala.

Korak 3: Evaluacija
Kod evaluacije ove aktivnosti smo razgovarali o načinima kako je aktivnost prošla i koje su povratne informacije dobijene od građana. Takođe smo razgovarali o temama koje su mladi prolazili tokom razgovora i koje su informacije najmanje bile poznate građanima. Govorili smo i o načinima kako bismo ovu kampanju dodatno promovisali među mladima, te kako bismo ih dodatno upoznali sa temom i podstakli ih na razmišljanje o svom zdravlju.



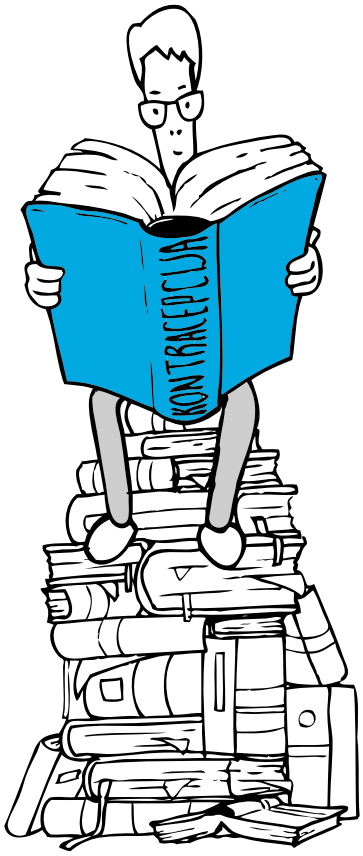
Uči gde stigneš – Međunarodni dan zdravlja

U okviru kampanje obeležavanja Svetskog dana zdravlja grupa mladih je organizovala poseban vid edukacije po metodologiji "Uči gde stigneš".

Korak 1: Planiranje
Na jednom od kreativnih sastanaka Kluba, koristeći metodu brainstorminga, članovi/ce kluba su razgovarali o tome kako da podstaknu svoje vršnjake/inje na razmišljanje o ulogama muškaraca i žena. Zaključak ovog sastanka je bio da će se realizovati akcija na glavnom trgu u gradu koja će imati za cilj da građanima da informacije i potrebna znanja o zdravlju, prevenciji nasilja, zdravim stilovima života i HIV/AIDS-u.

Korak 2: Realizacija
Na prometnom mestu na glavnom trgu je instalirana „učionica“ za prolaznike/ce. Građani/ke su mogli slobodno da dođu na "časove", budu deo učionice i slušaju i diskutuju o zdravlju, prevenciji nasilja, zdravim stilovima života i HIV/AIDS-u. Volonteri/ke kluba su pozivali građane/ke da se uključe u aktivnosti koja je trajala 30 minuta. Održane su 3 aktivnosti, u svakom satu jedna radionica, a građani/ke su pozivani da se priključe radionicama. Na vidnom mestu je bilo postavljena satnica kad se radionice održavaju.

Korak 3: Evaluacija
Na narednom sastanku kluba smo razgovarali o aktivnosti koju smo realizovali, kako je za nas ona prošla, koje su reakcije građana bile i na koji način možemo unaprediti kampanju, da naredni put, ili za potrebe neke druge teme, bude još i bolja.



GODINA 4

Roditelji 21. veka

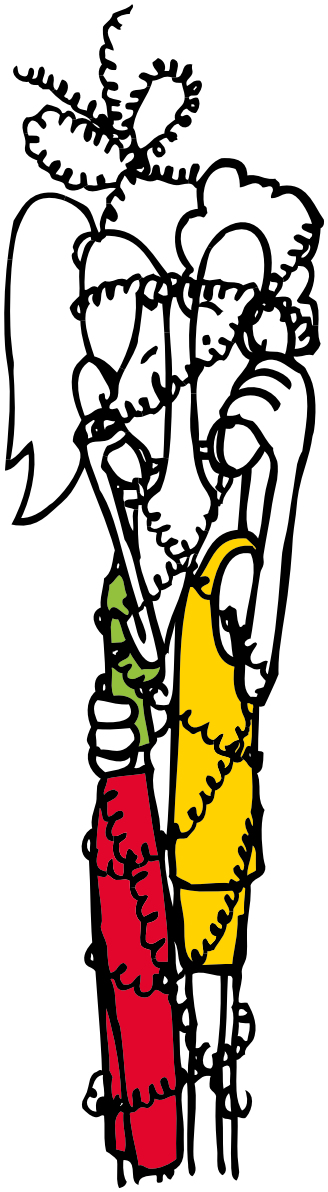
U ovom delu vas podsećamo na teme iz edukativnih sesija Program Y priručnika, po polugodištima, i dajemo konkretne ideje i predloge kampanja vašeg školskog Kluba mladih, koje se tiču teme roditeljstva.

Prvo polugodište ove školske godine obuhvata teme **očinstva i majčinstva**. U ovom polugodištu, tokom edukativnih sesija, razgovara se o tome kako mladići definišu staranje i kako se nose sa tim u svom svakodnevnom životu, kako tradicionalne rodne podele utiču na očinstvo i majčinstvo, i da se fokus prebacuje na promovisanje većeg učešća mladića u staranju u njihovim domovima, vezama i zajednicama, i nastavlja se sa diskusijom o višestrukim ulogama i odgovornostima koje žene često preuzimaju u porodičnim obavezama i o važnosti deljenja odgovornosti za brigu o deci i kućnim poslovima sa muškarcima.

Drugo polugodište služi za **završno istraživanje** u kome učestvuju svi učesnika/ca edukativnih sesija i aktivnosti kampanja sa početka realizacije i radi se **evaluacija svih aktivnosti**, kako bi se dobio odgovor koje su se promene u stavovima i mišljenjima dogodile i uspeh projekta uopšte.

KAMPANJE KLUBA MLADIH: PREDLOZI

Primeri navedeni za 4. godinu su primeri kampanja koje su realizovali „Budi Muško Klub“ Banja Luka i „Budi Muško Klub“ Mostar, a predstavljaju aktivnosti koje je lako realizovati na nivou školskog kluba iz razloga što ne zahtevaju mnogo materijala i pripreme.



Pismo sebi kao budućem roditelju

Članovi Budi Muško Kluba su u saradnji s jednom od srednjih škola u kojima se projekat realizovao, došli na ideju da organizuju aktivnost kampanje u koju će aktivno biti uključeni svi razredi u školi. Cilj aktivnosti je bio podstaknuti mlade da, nakon realizovanih radionica, razmisle o budućem sebi u ulozi oca ili majke.

Korak 1: Planiranje
Članovi kluba su kreirali kratke prezentacije o aktivnostima kampanje za svaki razred partnerske srednje škole, s ciljem podsticanja 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 urađene kratke prezentacije kampanje a učenici su zamoljeni da sastave pismo budućem sebi kao roditelju. Pisma su nakon toga sakupljena i stavljena na velike hamer papire koje su u periodu od mesec dana bili izloženi u hodniku škole.

Korak 3: Evaluacija
U razgovoru s nekim učesnicima/ama kampanje, lider kluba je došao do saznanja da je ova kampanja dovela do toga da su mladi počeli da razmišljaju o sebi kao roditelju kao i posledicama stvari koje danas rade, na njihovo roditeljstvo.

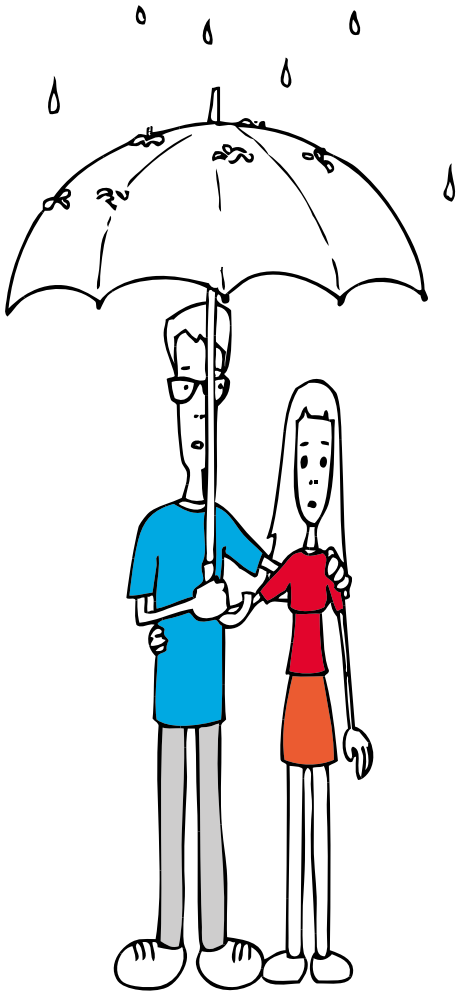
Poseta očevima u porodilištu

Članovi Budi Muško Kluba su, s ciljem promocije pozitivnih slika očeva, organizovali aktivnosti ispred banjalučkog porodilišta. Cilj im je bio da pošalju pozitivne poruke lokalnoj zajednici, medijima i na društvenim mrežama, o važnosti odgovornog očinstva.

Korak 1: Planiranje
Tokom sastanka, kroz diskusiju i brainstorming, članovi su kreirali aktivnosti kampanje. Saznali su dane i vreme kada se žene sa bebama otpuštaju iz bolnice pa su u tom periodu isplanirali da urade ovu aktivnost. Pripremili su natpise i okvire za slikanje s novim očevima.

Korak 2: Realizacija
Na dan akcije, članovi kluba su se okupili ispred porodilišta. Zamolili su mlade očeve da se fotografišu s članovima kluba, držeći pozitivne poruke koje promovišu očinstvo. Fotografije su objavili na profilima i stranicama kluba na društvenim mrežama. Zajedno su pripremili članak koji promoviše pozitivno očinstvo i poslali ga lokalnim medijima.

Korak 3: Evaluacija
Na sastanku kluba nakon kampanje, članovi su razgovarali o realizovanoj aktivnosti. Diskutovali su o tome kolika je bila vidljivost akcije i koje su lekcije naučene iz ove aktivnosti a mogu biti primenjene na naredne aktivnosti.



Poglavlje 3

I za kraj univerzalno

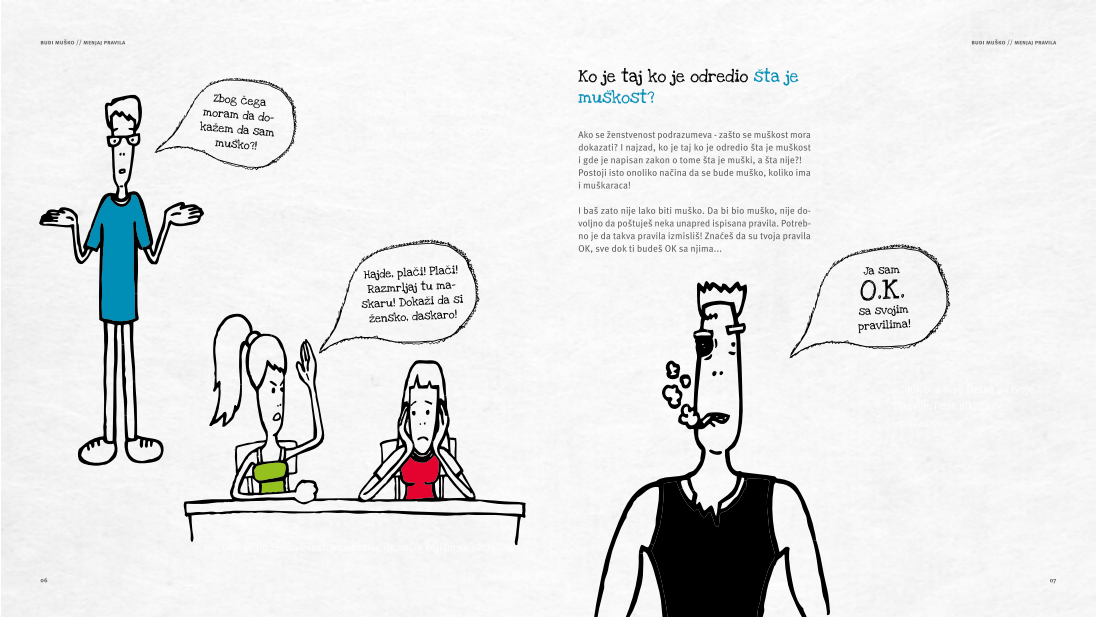
Univerzalni materijali

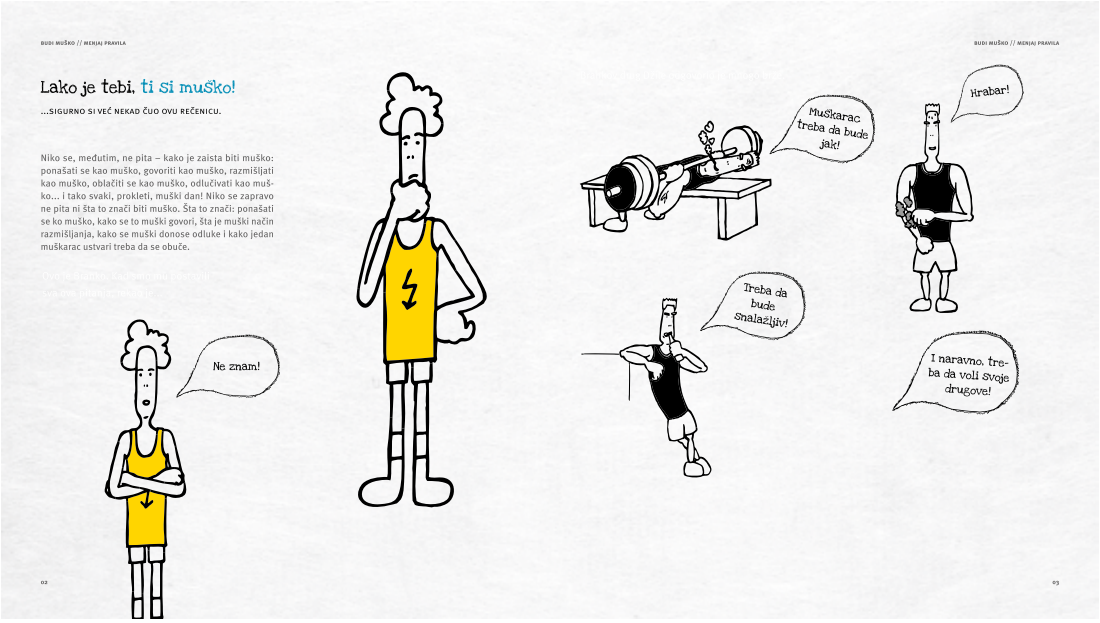
Univerzalni materijali su oni materijali koje možete koristiti u raznim aktivnostima i organizaciji događaja i prilagoditi specifičnim potrebama i događajima dodavanjem odgovarajućih slogana i poruka, datuma događaja i/ili mesta događaja. Materijali su razvijeni od strane mladih ljudi i stručnjaka iz Smart Kolektiva iz Beograda kao i dizajnera iz Banja Luke Branislava Slijepčevića, za potrebe članova/ca „Budi muško klubova“ iz regiona. Sve dizajnirane materijale možete preuzeti na trajnom Wetransfer linku u otvorenim fajlovima i pripremama za štampu. Ako niste nikad radili sa ovakvim materijalom verujemo da će štamparija imati sve odgovore na nedoumice koje budete imali. Takođe tu smo i mi, imate naše kontakte u ovom priručniku, pa nas slobodno kontaktirajte.

Samo da napomenemo da tu imate razne materijale, koji nisu samo iz kampanje „Budi muško“, već i kampanja „Reaguj ljudski“ i „Pazi se(x)“, koje će biti objašnjene u nastavku.

Za sve raspoložive resurse možete da se obratite lokalnim partnerskim organizacijama u Srbiji: Centar E8 i Sinergija.

Materijali

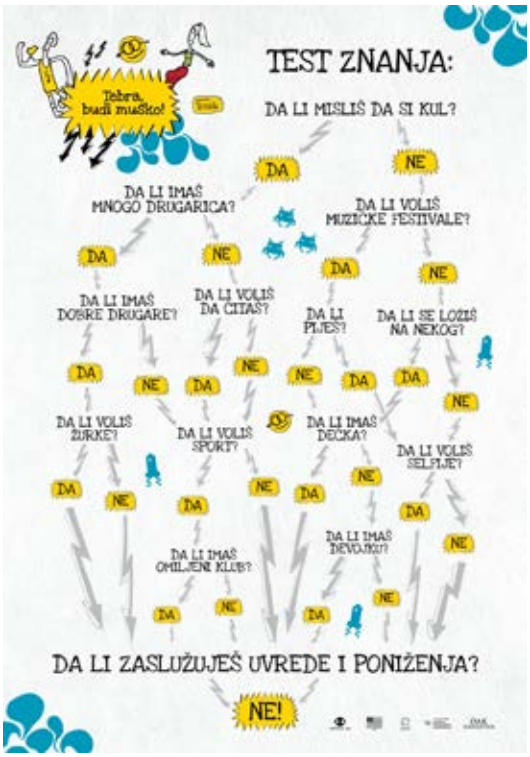

BUDI MUŠKO // MENJAJ PRAVILA
Zbog čega moram da dokažem da sam muško?!
Hajde, plači! Plači! Razmrljaj tu maskaru! Dokaži da si žensko, daškaro!
06
BUDI MUŠKO // MENJAJ PRAVILA
Ko je taj ko je odredio šta je muškost?
Ako se ženstvenost podrazumeva - zašto se muškost mora dokazati? I najzad, ko je taj ko je odredio šta je muškost i gde je napisan zakon o tome šta je muški, a šta nije?! Postoji isto onoliko načina da se bude muško, koliko ima i muškaraca!
I baš zato nije lako biti muško. Da bi bio muško, nije dovoljno da poštuješ neka unapred ispisana pravila. Potrebno je da takva pravila izmisliš! Znaćeš da su tvoja pravila OK, sve dok ti budeš OK sa njima...
Ja sam O.K. sa svojim pravilima!
07


BUDI MUŠKO // MENJAJ PRAVILA
Lako je tebi, ti si muško!
...SIGURNO SI VEĆ NEKAD ČUO OVU REČENICU.
Niko 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! Niko se zapravo ne pita ni šta to znači biti muško. Šta to znači: ponašati se ko muško, kako se to muški govori, šta je muški način razmišljanja, kako se muški donose odluke i kako jedan muškarac ustvari treba da se obuče.
Ne znam!
02
BUDI MUŠKO // MENJAJ PRAVILA
Muškarac treba da bude jak!
Hrabar!
Treba da bude snalažljiv!
I naravno, treba da voli svoje drugove!
03

budi muško
menjaj pravila!
powered by
bmk

budi muško
bilduj mozak!
powered by
bmk

Materijali


TEST ZNANJA:
Tebra, budi muško!
DA LI MISLIŠ DA SI KUL?
DA
NE
DA LI IMAŠ MNOGO DRUGARICA?
DA LI VOLIŠ MUZIČKE FESTIVALE?
DA LI IMAŠ DOBRE DRUGARE?
DA LI VOLIŠ DA ČITAŠ?
DA LI PIJEŠ?
DA LI SE LOZIŠ NA NEKOG?
DA LI VOLIŠ ŽURKE?
DA LI VOLIŠ SPORT?
DA LI IMAŠ DEČKA?
DA LI VOLIŠ SELFIJE?
DA LI IMAŠ OMILJENI KLUB?
DA LI IMAŠ DEVOJKU?
DA LI ZASLUŽUJEŠ UVREDE I PONIŽENJA?
NE!

budi muško
menjaj pravila!
bmk

bmk
Budi
Muško
Klub

Kampanja: Reaguj ljudski

Reaguj ljudski kampanja predstavlja kampanju fokusiranu na intervenciju posmatrača da spreči ili zaustavi nasilje. **Intervencija posmatrača je filozofija i strategija za prevenciju različitih oblika nasilja, uključujući maltretiranje, seksualno uznemiravanje, seksualno zlostavljanje i nasilje intimnog partnera.**

Ko su posmatrači?

Posmatrači su pojedinci koji posmatraju nasilje ili svedoče uslovima koji održavaju nasilje. Oni nisu direktno uključeni ali imaju mogućnost da intervenišu, progovore, ili učine nešto u vezi toga. Oni su neko ko je prisutan i na taj način potencijalno u poziciji da obeshrabri, spreči ili prekine incident.

Posmatrači su prisutni/svedoci nasilnih situacija – oni su prijatelji žrtve i/ili nasilnika, drugi učenici, članovi tima, komšije, itd.

Posmatrači 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 posmatrači reaguju?

Većina njih ne uradi ništa. Oni pasivno prihvataju maltretiranje posmatrajući i ne čineći ništa. Oni su publika nasilniku i prećutno prihvatanje koje omogućava nasilniku da nastavi svoje nasilničko ponašanje. Oni se osećaju nemoćno da urade bilo šta u strahu da i sami ne postanu žrtve. Neki podržavaju nasilnike – oni podstiču ili ohrabruju maltretiranje kroz smeh, navijanje ili komentare. Neki se pridružuju maltretiranju. Oni žele da zadrže svoju poziciju u hijerarhiji grupe i da budu na pobedničkoj strani. Oni ne vole, niti podržavaju nasilje i osećaju se loše zbog svog ponašanja.

Neki igraju ključnu ulogu u prevenciji ili zaustavljanju maltretiranja – oni direktno intervenišu odvraćanjem pažnje nasilniku, pozivanjem pomoći ili pomaganjem žrtvi. Njih prvenstveno pokreće osećaj odgovornosti da učine nešto.

Slogan i poruke kampanje

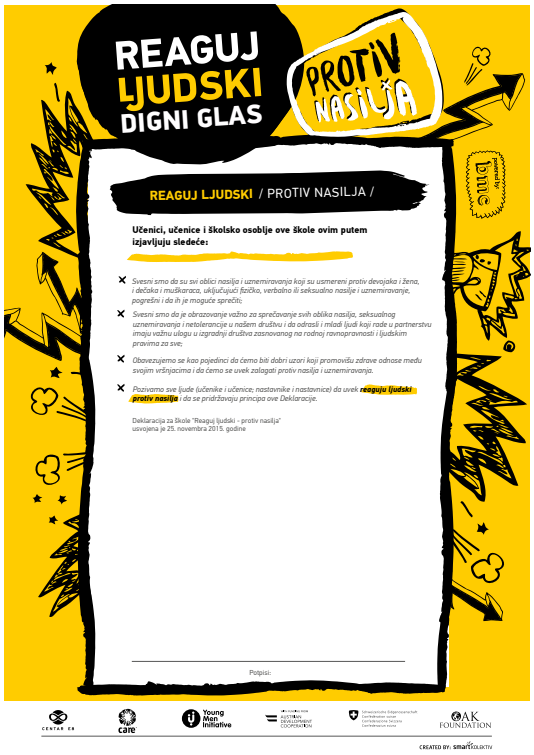
Glavni slogan ili naslov kampanje je **REAGUJ LJUDSKI.**
Poziv za posmatrače da reaguju – da se zauzmu, da progovore, da urade nešto.

Ovim pozivom želimo da pozovemo i motivišemo posmatrače da reaguju onako kako bi reagovalo svako ljudsko biće, a to je da pomogne nekome. Želimo da se pozovemo na osnovne i univerzalne ljudske vrednosti: solidarnosti, poštovanja, sigurnosti, ljubavi, pravde, jednakosti i samog života. Svi smo mi ljudi, bez obzira na rod, rasu, veru, nacionalnost ili seksualnost.

Some of the slogans/messages we use are:

Neke od slogana/poruka koje koristimo su:
Reaguj ljudski...

- **...progovori**
- **...pomozi žrtvi**
- **...ustani**
- **... protiv nasilja**
- **... traži pomoć**
- **... odvrati nasilnika**



Dodavanjem saveta i ideja šta možete da uradite u datoj situaciji uz glavni slogan, želimo da ohrabrimo i osnažimo posmatrače da odigraju ključnu ulogu u prevenciji ili zaustavljanju maltretiranja, a to je da direktno intervenišu i da pri tome ne ugroze sami sebe, što je takođe jako bitno.

Kroz kampanju se obraćamo dvema bitnim grupama, a to su:

› **Mladići i devojke, uzrasta od 14-19 godina**

Pre svega želimo da privučemo pažnju mladića i devojaka, uzrasta od 14-19 godina, srednjoškolaca/ki.

› **Odraslima**

Zatim, želimo da privučemo i odrasle zaposlene u školama, univerzitetske profesore/ke, učenike/ce i širu vršnjačku grupu.

Kroz kampanju želimo da:

1. Podignemo svest o tome da je nereagovanje način odobravanja nasilja, tako što ćemo **pozivati posmatrače da reaguju!**
2. Da motivišemo posmatrače da uzmu aktivniju ulogu u borbi protiv nasilja, tako što ćemo **motivisati posmatrače da reaguju!**
3. Da edukujemo mlade da prepoznaju nasilje i **podignemo svest o različitim oblicima nasilja!**
4. Da damo mladima savete o tome kako da reaguju u datim situacijama, da ih **osnažimo i ohrabrimo da reaguju!**

Reaguj ljudski kampanja se sprovodi u okviru Inicijative mladića Care International Balkans, u zemljama Severzapadnog Balkana kroz aktivnosti partnerskih „Budi muško“ klubova od 2015. godine.

REAGUJ
LJUDSKI

PROTIV
NASILJA

REAGUJ
LJUDSKI
PROTIV
NASILJA
Ako devojka kaže NE,
ponoviću ti da bolje čuješ

REAGUJ
LJUDSKI
PROTIV
NASILJA
Kad na devojku dignu ruku,
ja dižem UZBUNU!

Kampanja: PaziSe(x)

PaziSe(x) kampanja i web sajtovi *(možete ih pronaći u nastavku teksta)* su razvijeni s ciljem da pruže mladima atraktivan i prijateljski edukativni materijal, u kojem mogu pronaći važne informacije o seksualnosti, seksualnom razvoju i orijentaciji, prvim seksualnim iskustvima, različitim oblicima vršnjačkog pritiska, kontracepciji, polno prenosivim infekcijama i zaštiti, itd.

Web sajt i kampanja podeljeni su u 5 delova, koji predstavljaju različite faze u seksualnom razvoju tinejdžera. Svaki deo se otvara jedan za drugim, što nam omogućava da na svaku temu stavimo poseban fokus.

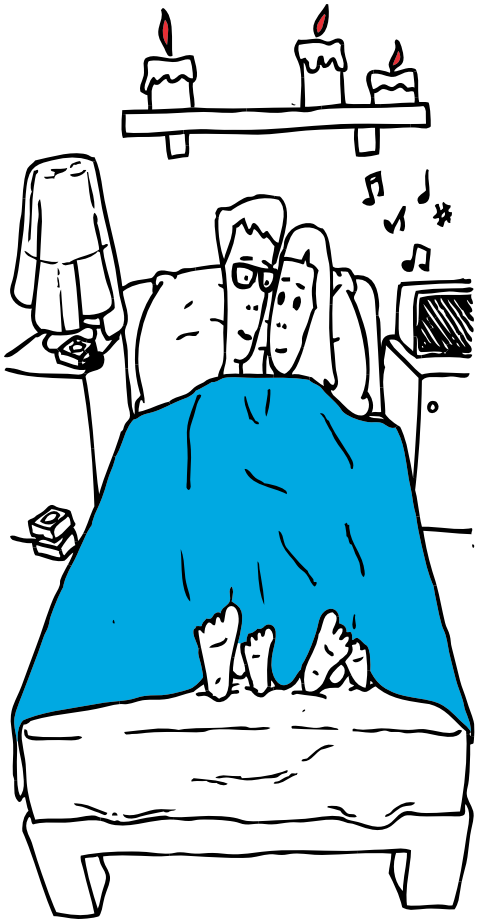
Ciljevi kampanje, ciljne grupe i poruke

Ko je naša ciljna grupa:
Svi – mladi ljudi, roditelji, profesori, socijalni i omladinski radnici.

Šta je naša poruka:
Edukacija na temu seksualnog i reproduktivnog zdravlja je jako važna.

Šta želimo postići:

1. Da informišemo učenike/ce o web sajtu www.pazisex.net
2. Da informišemo učenike/ce o glavnoj svrsi ovog sajta
3. Da podignemo svest o važnosti edukacije iz oblasti seksualnog i reproduktivnog zdravlja među mladima



pazi seX.net

Ključne poruke kampanje:

CILJNA GRUPA	PORUKE – šta želimo da kažemo
Mladi od 14-19 godina	› Važno je biti informisan o seksualnom zdravlju › Sve je to normalno – normalno je imati puno pitanja, normalno je da se dešavaju sve te promene na tvom telu, pubertet je normalna pojava... › Misli svojom glavom
Roditelji, profesori/ke i omladinski radnici/e	› Edukacija o seksualnom i reproduktivnom zdravlju je važna › Ne postoji mnogo mesta na kojima se mladi ljudi mogu informisati › www.pazisex.net je koristan alat koji vam može pomoći u vašem radu
Šira javnost	› Porazno je da edukacija na ovu temu nije sistematski rešena › Edukacija o seksualnom i reproduktivnom zdravlju je važna › Zato smo napravili web sajt koji je prilagođen mladima i na jednom mestu nudi sve odgovore koji im mogu biti potrebni

Glavni komunikacijski alat:

www.pazisex.net

Web sajt je razvijen na inicijativu i u saradnji sa „Budi muško“ članovima/cama iz regiona, kao i uz podršku stručnjaka i omladinskih radnika.

Materijali

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 nisam. 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?
pazisexX.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

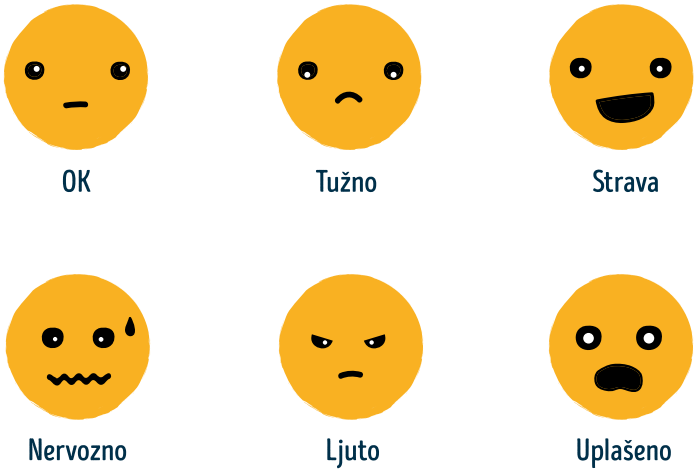
JESI OK kampanja bavi se temom mentalnog zdravlja mladih. Cilj kampanje je da promoviše prosocijalno ponašanje među mladima uzrasta od 14 do 20 godina i vrednosti kao što su prijateljstvo, poverenje i podrška. Kroz kampanju želimo da osnažimo mlade da prepoznaju kada neko ima problem, da ne osuđuju i da budu OK sa tim da potraže pomoć i savet od osoba u svom okruženju – BMK, prijatelji, roditelji, osoblje u školi, omladinske organizacije i slično.

MENTALNO ZDRAVLJE I PROBLEMI MLADIH

Mladi se danas suočavaju sa velikim brojem problema kao što su manjak samopouzdanja, poverenja i iskrenih odnosa sa vršnjacima i roditeljima, koji često uključuju depresiju, etiketiranje, nasilje, podsmevanje i drugo. Pritisak od strane vršnjaka, roditelja, profesora, medija, društvenih mreža itd., često dovodi do manjka samopouzdanja kod mladih. Dodatno, veliki broj mladih se oseća usamljeno, jer nema poverenja da razgovara o problemima koji ih muče sa ljudima u svom okruženju i da im se obrati za podršku.

ŠTA ŽELIMO DA POSTIGNEMO?

Kroz kampanju želimo da promovišemo vrednosti kao što su **prijateljstvo, poverenje i podrška**. Da podstaknemo mlade da razgovaraju o mentalnom zdravlju i da prihvate da su problemi nešto što može svima da se desi, da oni mogu da ih prevaziđu i da treba podržati osobu koja je u problemu.



Ciljevi kampanje JESI OK su da osnaži mlade ljude da:

- prepoznaju kada neko ima problem;
- pruže savet i podršku prijateljima/poznanicima koji su im se požalili;
- prepoznaju da imaju problem i ohrabri ih da potraže pomoć.

SLOGAN I PORUKE KAMPANJE

Glavni slogan kampanje je **JESI OK**

Univerzalno, kratko pitanje, deo je kolokvijalnog jezika i blisko jeziku mladih.

Materijali kampanje osmišljeni su tako da imitiraju online komunikaciju koja čini bitan deo svakodnevice mladih i tokom koje su često slobodniji da iskažu svoja mišljenja i osećanja. Slogani i poruke komuniciraju se kroz forme koje izgledaju kao poruke na društvenim mrežama, a osećanja se predstavljaju putem EMOJI-ja, koje mladi svakodnevno koriste u online komunikaciji kako bi preneli svoju emociju sagovorniku. 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:

- Promocija pozitivnih i poželjnih načina ponašanja;
- Ukazivanje na negativna ponašanja i njihovo obeshrabrivanje;
- Sve emocije su OK i normalne, uz podršku i savet problemi se prevazilaze.

U paketu materijala se nalaze: posteri, majice, bedževi, nalepnice.

JesiOK?
Ako primetiš da neko nije OK
1. Priđi i započni razgovor
2. Saslušaj bez osuđivanja
3. Poštuj to što ti se neko poverio
4. Pruži podršku kao pravi prijatelj
Za sve ostalo tu je BMK!
#jesiOK
care
AK
SMART KOLEKTIV
СИНЕРГИЈА

KakoSi?
OK
Tužno
Strava
Nervozno
Ljuto
Uplašeno
care
AK
SMART KOLEKTIV

JesiOK?

AKTIVNOSTI U ŠKOLI I ZAJEDNICI:

1. **Promo timovi** – U školi, promo tim upoznaje mlade sa kampanjom, ciljevima i porukama, deleći im promo materijale kao što su baloni sa sloganom kampanje, bedževi, kartonske maske različitih osećanja, nalepnice za telefon itd.

2. **Kutak za priču** – Mladi postavljaju kutak za priču u školi, sa lejzi begovima ili drugim udobnim stolicama, u okviru kojih mogu da se upoznaju sa kampanjom, dobiju promo materijal i razgovaraju o tome kako mogu da pomognu drugu/ drugarici koji ima problem. Odgovaraju na pitanja koja se nalaze na speech bubble-ovima o prijateljstvu, podršci i poverenju u okviru svojih vršnjačkih krugova. Cilj je ukazati mladima na važnost otvorene komunikacije o svojim osećanjima i problemima, sve emocije su OK i normalne.

3. **Super OK drug/drugarica** – kako bi se promovisale vrednosti kao što su prijateljstvo, poverenje, podrška, u školi se organizuje takmičenje za Super OK druga ili drugaricu. Srednjoškolci nominuju osobe za koje misle da bi trebalo da nose ovu titulu, zatim se vrši tajno glasanje tako što se ubacuju papirići u kutiju. Akcija je najavljena i promovisana na posterima u školi, a nakon odabira sledi ceremonija uručenja nagrade Super OK drug/drugarica.

DIGITALNA KAMPANJA – NA DRUŠTVENIM MREŽAMA

Vizuali na društvenim mrežama prate postere i druge materijale **JESI OK kampanje.**

U nastavku su predlozi za sadržaj postova na društvenim mrežama tipa Facebook i Instagram:

- Kako se osećaš danas - ljuto, iznenađeno ili tužno? Klikni na odgovarajući emoji, jer sve emocije su ok.
- Budi muško klub u saradnji sa IME ORGANIZACIJE I CARE International Balkans pokrenuo je kampanju koja ima za cilj da pokrene temu mentalnog zdravlja mladih. Otvorimo temu jednim sasvim jednostavnim pitanjem! #jesiOK?
- Ukoliko primetiš da je tvoja drugarica ili drug u problemu evo kako možeš da im pomogneš kao pravi prijatelj/prijateljica! #jesiOK
- Priđi i započni razgovor. Saslušaj bez osuđivanja. Poštuj to što ti se neko poverio/la. Pruži podršku kao pravi prijatelj/prijateljica.
- Ponekad je dovoljno da nekoga saslušamo. Često smo u to imali prilike i sami da se uverimo. Postavi pitanje #jesiOK i pretvori se u uvo!

JesiOK?

Saveti za promociju na društvenim mrežama:

1. Tokom promocije na društvenim mrežama bitno je voditi računa da se poruke i materijali sa vizualima podudaraju sa onim koje se koriste tokom offline aktivnosti.

2. Sve aktivnosti kao što su radionice, događaji, aktivnosti u školi ili na drugima mestima koji su u vezi sa kampanjom treba promovisati na društvenim mrežama, uz korišćenje #JesiOK #AreUok hashtagova.

3. Sadržaji na društvenim mrežama treba da uključe mlade u konverzaciju o temama mentalnog zdravlja i nasilja, kroz diskusije, interakciju i pokretanje ovih tema.

4. Sadržaji istovremeno treba da budu resurs koji mlade koriste kako bi proširili znanje o mentalnom zdravlju, informisali se kako bi mogli da prepoznaju simptome i pomognu sebi i drugima.

5. Sadržaji na društvenim mrežama treba da ohrabre mlade da reaguju i pomognu svojim prijateljima kada su u problemu ili se ne osećaju dobro, nudeći im i konkretne taktike kako to da urade.

Kampanja:
Uključi znanje. Isključi hejt.

Nova kampanja **Uključi znanje. Isključi hejt** ima za cilj prevenciju radikalizma i ekstremizma kod mladih na Zapadnom Balkanu.

Ciljne grupe kampanje

- Mladi u srednjim školama;
- Mladi van srednjih škola;
- Mladi koji su u riziku da lakše i brže budu radikalizovani u stavovima i ponašanju: mladi sa porodičnim problemima, mladi koji žive u siromaštvu, Romi, mladi koji zloupotrebljavaju alkohol i narkotike.

U potencijalnom riziku od ekstremizma u ponašanju i stavovima mogu biti svi oni koji se osećaju obespravljeno, koji sebe vide kao žrtvu ili veruju u nasilje kao način rešavanja problema ili uspostavljanja dominacije nad drugima.

Ekstremizam možemo da definišemo kao svako odstupanje od umerenosti, koje se odnosi na ideje i/ili postupke i obuhvata isključivanje, zastrašivanje i/ili nasilje prema onima koji odudaraju od tih ideja. Ekstremizam može biti društveni, politički, i/ili kulturni i praćen je jasnom podelom na „nas“ – koji delimo iste stavove i „njih“ koji su različiti po uverenijima, boji kože, seksualnom opredeljenju, polu/rodu, nacionalnoj i/ili verskoj pripadnosti i slično. Radikalizam se odnosi na želju za činjenjem korenitih promena, 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 regionu najčešće meta ovakvih stavova i ponašanja:

- Nacionalne grupe
- Religijske grupe
- LGBT
- Romi

CILJEVI KAMPANJE

Kampanja Uključi znanje. Isključi hejt nastoji da podigne svest o ovom problemu i da bude deo aktivnosti koje sprovodimo u cilju prevencije ovakvog ponašanja. Kroz kampanju želimo da:

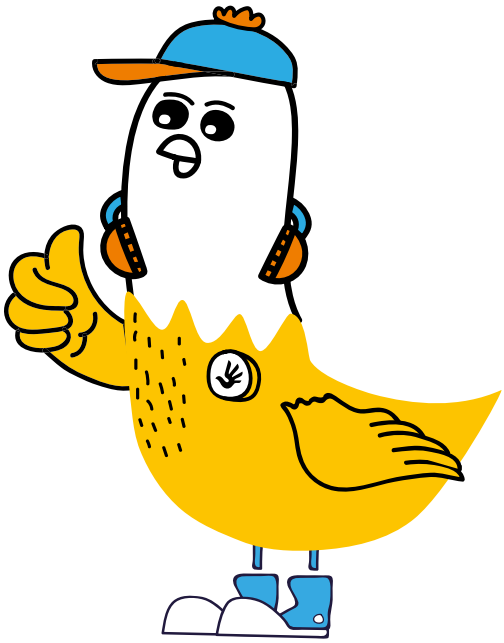
- Promovišemo prosocijalno ponašanje među mladima u srednjim školama;
- Promovišemo pozitivne vrednosti i ponašanje među mladima;
- Razbijemo stereotipe koji izazivaju ekstremna ponašanja;
- Kreiramo sigurne prostore u kojem se mladi ljudi osećaju bezbedno i prihvaćeno;

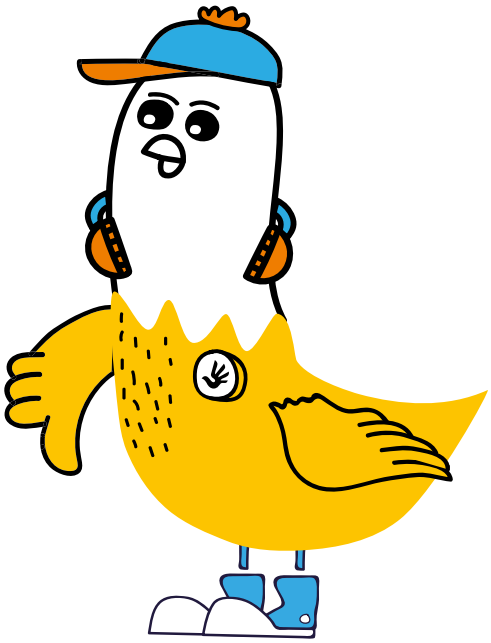
SLOGAN I PORUKE KAMPANJE

Glavna poruka kampanja glasi: **Uključi znanje. Isključi hejt**

Glavne poruke kampanje su usmerene na promociju poželjnih ponašanja, pozitivnih vrednosti i znanja, kao glavnih taktika u prevenciji radikalizma i ekstremizma kod mladih.

Glavni simbol u kampanji je strip junak – beli 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 kroz društvene mreže.





MATERIJALI U KAMPANJI:

U kampanji možete koristiti nekoliko materijala sa različitim porukama i prilagoditi ih lokalnom kontekstu. Materijali: posteri, nalepnice, promo majice, vizuali za digitalne kanale.

Uključi pamet.

Isključi hejt.

PREDLOG AKTIVNOSTI KOJE SE MOGU ORGANIZOVATI TOKOM KAMPANJE

Aktivnosti u školi i zajednici

1. **Kvizovi znanja sa srednjoškolcima u školi ili na mestima gde se okupljaju mladi**

› Đaci reaguju na tvrdnje o poželjnom/nepoželjnom ponašanju, etiketiranju, diskriminaciji itd. dižući znakove like ili dislike. Druga varijanta je da kada se kviz sprovodi van škole, na primer u parku, ispitivač prilazi mladima, postavlja im pitanja i reaguje na odgovor mlade osobe podižući like ili dislike znak u zavisnosti od sadržaja odgovora.

› Kvizovi se koriste kako bi se mladima ponudile činjenice, znanje i ispravne informacije umesto predrasuda i stereotipa o različitim grupama i njihovim karakteristikama.

2. **Radionice dizajniranja različitih materijala koji se koriste u kampanji** – mimovi (eng. Meme) čiji je cilj da na zabavan način kroz sliku ili gif prenose neku društvenu poruku, koristeći humor i/ili ironiju, nalepnice, personalizovani posteri sa maskotom itd. Mladi koristeći osnovnu poruku i vizual kampanje kreiraju nove sadržaje i uče kroz praksu.

› Tokom ove aktivnosti vršnjački edukatori, predstavljaju kampanju u školi upoznavajući mlade sa ciljevima i porukama kampanje, dele im stikere, tagove, postere i pozivaju ih na neki od događaja

AKTIVNOSTI NA DIGITALNIM KANALIMA I DRUŠTVENIM MREŽAMA

1. Promocija kampanje na društvenim mrežama – Facebook i Instagram postovi i priče

2. Mimovi i gif –ovi: koristeći maskotu i glavne poruke kampanje, mladi mogu sami napraviti neki od ovih formata koristeći online alate kao što su **giphy.com** i **kapwing.com**

3. Kreiranje ramova za FB profil sliku koristeći maskotu i glavne poruke kampanje uz pomoć FB alata camera effects. Jedan ram može da preuzima i koristi neograničen broj ljudi za svoje profilne slike, bez potrebe da svako kreira svoj ram pojedinačno.

Poruke kampanje koje mladi mogu da koriste 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 vesti.

Prilog 1

Rečnik bitnih pojmova

Feminitet - Način na koji se žene socijalizuju; razumevanje i praksa povezani s različitim značenjima i tumačenjima 'šta znači biti žena'.

Feminizam - U osnovi, verovanje da žene i muškarci trebaju da imaju jednaka politička, društvena, seksualna, intelektualna i ekonomska prava. Feminizam se temelji na principu ravnopravnosti žena i muškaraca. I jedni i drugi bi trebali imati jednak nivo moći i uticaja u društvu kao i slobodu da za sebe izaberu onakav život kakav žele. Feminizam priznaje postojanje bioloških razlika između žena i muškaraca ali one ne bi trebale biti temelj za nejednak/nepravedan tretman žena ili pripadnika/ca LGBT populacije.

Maskulinitet - Način na koji se muškarci socijalizuju, razumevanje i praksa povezani s različitim značenjima i tumačenjima 'šta znači biti muškarac'.

Pol - Odnosi se na biološke karakteristike žena i muškaraca i razlike u reproduktivnim organima i funkciji (genitalije, hromozomi i hormoni).
Rod - Odnos moći i društveno konstruisane uloge, ponašanja, aktivnosti i karakteristike koje određeno društvo smatra primerenim za žene i muškarce.

Rodno zasnovano nasilje (RZS, engl. GBV) - Bilo koji oblik sile/prisile koji ima negativan uticaj na fizičko i psihološko zdravlje, razvoj i identitet osobe a koji je rezultat postojanja nejednakosti u odnosima moći zasnovane na rodu (razlike između žena i muškaraca kao i među ženama i muškarcima). Termin se uglavnom koristi kako bi opisao nasilje muškaraca/dečaka nad ženama/devojčicama.

Rodna jednakost - Pojam podrazumeva pravičnost i pravdu u raspodeli odgovornosti i prednosti između žena i muškaraca. Koncept prepoznaje da žene i muškarci imaju različite potrebe i nivoe moći i da se te razlike moraju prepoznati kako bi se njima bavilo na način koji onemogućava daljnje produbljivanje razlika među njima, što podrazumeva 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 vrede i da ih je neophodno 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 učestvovanje u ekonomskom i političkom životu, mestima donošenja odluka, područjima koja se tiču obrazovanja i zdravlja.

Rodno osvešćena politika - Sistemsko praćenje razlika u uslovima, situacijama i potrebama žena i muškaraca u svim politikama i aktivnostima. Rodno osvešćena politika podrazumeva (re)organizaciju, poboljšanje, razvoj i procenu procesa izrade i primene javnih politika, tako da se osigura primena ili uvođenje rodne perspektive u sve politike i mere na svim nivoima i u svim fazama od strane odgovornih.

Rodno transformativni programi/kreiranje takvih programa - Odnosi se na politike i programe koji teže promeni/transformaciji rodnih odnosa s ciljem postizanja ravnopravnosti. Ovakav pristup promoviše rodnu ravnopravnost na sledeće načine: 1) podsticanjem i kritičkim preispitivanjem neravnopravnosti i rodnih uloga, normi i dinamike među rodovima/polovima; 2) priznavanjem i osnaživanjem pozitivnih normi koje podržavaju ravnopravnost i stvaranjem podržavajućeg okruženja; 3) naglašavanjem mesta u društvu koje imaju/zauzimaju žene i devojčice, marginalizovane grupe ljudi i promenom/transformacijom društvenih struktura, politika i opšte prihvaćenih normi koji stoje u podlozi neravnopravnosti i stalno je iznova podstiču.

Transformativne promene - Intervencije usmerene na strukturne uzroke kao i simptome rodne nejednakosti koje vode trajnim promenama 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 pola ili roda; odnosi se na oba roda/pola, ali dokazi upućuju na veću izloženost žena.

Prilog 2

Važniji datumi u godini

U nastavku se nalazi pregled nekih od bitnijih datuma povezanim sa svakom temom edukativnih radionica. Ovaj prilog služi za ideje za razvijanje kampanja koje će biti povezane s edukativnim radionicama realizovanim u tom periodu.

PRVA GODINA – RAZVOJ IDENTITETA – KO SAM JA, KO SI TI?

Prvo polugodište: Identiteti, razum, osećaji, rod i rodne norme

- *IMeđunarodni dan žena – 8. Mart* – praznik koji je posvećen ženama i isticanju njihovih prava i sloboda u sećanju na proteste žena iz tekstilne industrije 8.3.1957. u New York-u. Protestima su postigle da njihovi zahtevi budu ispunjeni (kraće radno vreme, veće plate, i pravo glasa). Kampanje se obično zasnivaju na promociji uspešnih žena (u svim oblastima).

- *Međunarodni dan muškaraca – 19. novembar* – fokus je na zdravlju muškaraca i dečaka, poboljšavanju rodnih odnosa, promovisanju rodne ravnopravnosti, i isticanju pozitivnih muških uzora. Poznata je kampanja pod nazivom "Movember", kada muškarci s namerom da ukažu na važnost preventivnih pregleda zbog ranog otkrivanja karcinoma prostate simbolično puštaju bradu i brkove.

- *Međunarodni dan devojčica – 11. oktobar* – cilj je podstaknuti svetski entuzijazam u stvaranju boljeg života mladim devojkama pružajući im priliku da postignu svoj puni potencijal. Na ovaj datum sprovode se kampanje koje podrazumevaju da uspešne žene svoja radna mesta taj dan zamene školskim klupama i u "speed dating" sastancima sa devojčicama predstave im svoje profesije, izazove sa kojima se susreću, prilikama, ali i da ih motivišu za budućnost.

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

- *Međunarnodni dan borbe protiv vršnjačkog nasilja – 22. februar (Pink Shirt Day)* je praznik koji se obeležava od 2007. godine kada je jedan dečak u Kanadi bio izložen vršnjačkom nasilju zbog dolaska u školu u roze majici. Kasnije se ispostavilo da je njegova majica simbolizovala podršku majci koja je bolovala od karcinoma dojke. Školske kolege su se solidarisale sa dečakom i sutradan su se svi pojavili u roze majicama. Od tada sve kampanje za ovaj dan podrazumevaju nošenje roze majica.

Godina 1

- *Međunarnodni dan borbe protiv nasilja nad ženama – 25. novembar* – obeležava se u znak sećanja na sestre Mirabel koje su 25.11.1960. u Dominikanskoj Republici stradale naređenjem diktatora Rafaela Trujilla zbog aktivizma i borbe za demokratiju i pravdu. Cilj obeležavanja ovog praznika jeste senzibilizacija javnosti o činjenici da se nasilje ne događa drugome, već da je prisutno u našoj neposrednoj okolini. Kampanje obično podrazumevaju izveštavanje javnosti o slučajevima nasilja nad ženama, preventivnim kampanjama, podizanjem svesti o važnosti ove teme, promotivnim spotovima i fotografijama (sa simuliranim povredama).

- *Globalna kampanja „16 dana aktivizma u borbi protiv rodno zasnovanog nasilja" – obeležava se u periodu od 25.novembra (Međunarodni dan borbe protiv nasilja nad ženama)* do 10.12.(Međunarodni dan ljudskih prava). Ova kampanja je globalni događaj i pokret koji ima za cilj da ukaže na nužnost prevencije svih formi nasilja nad ženama. Aktivnosti su usmerene na ukazivanje potrebe za prevencijom raznih oblika nasilja nad ženama. Kampanja se svake godine obeležava pod drugim motoom, koji je obično povezan s jednim od oblika nasilja nad ženama. Ciljevi sprovođenja ove kampanje su: podizanje svesti o rodno zasnovanom nasilju, zatim o problemima ljudskih prava na lokalnim, nacionalnim, regionalnim i internacionalnim nivoima, jačanje lokalnog rada u cilju sprečavanja nasilja nad ženama, stvaranje alata kojima se vrši pritisak na lokalne vlasti u cilju prevencije i sprečavanja nasilja nad ženama.

Godina 2

DRUGA GODINA – NASILJE JE OUT!

Prvo polugodište: Od nasilja do mirnog suživota

- *Međunarodni dan nenasilja – 2. oktobar* – ovaj datum se obeležava u čast Mahathme Gandija, jednog od vođa pokreta za nezavisnost Indije i začetnika filozofije i strategije nenasilnog otpora, svake godine na njegov rođendan. Kampanja obično podrazumeva izveštavanje javnosti i edukovanje mladih o važnostima ranog prepoznavanja svih oblika nasilja.

- *Međunarnodni dan tolerancije – 16. novembar* – ovim datumom podseća se na poštovanje i uvažavanje drugačijih od nas u skladu sa Deklaracijom o principima tolerancije. Kampanje koje se obično sprovode na ovaj dan sadrže radionice za mlade na kojima se edukuju o različitostima, zatim posebne kampanje kao što su koalicije mladih iz različitih zajednica koje imaju zajedničke aktivnosti.

Drugo polugodište: Droge/alkohol i donošenje odluka

- *Međunarodni dan borbe protiv zloupotrebe droga – 26. jun* – obeležavanje ovog datuma ima za cilj da upozori svetsku javnost na sverastući problem zloupotrebe droga, te da pozove sve aktere na svetskom i nacionalnom nivou da se aktivno uključe u postizanju zajedničkog cilja. Kampanja obično podrazumeva predavanja i edukaciju o štetnosti narkotika, ali i promovisanje zdravih stilova života, sportskih aktivnosti itd.

- *Međunarodni dan borbe protiv alkoholizma – 1. april* – cilj obeležavanja ovog datuma jeste preventivno edukovati građane/ke o štetnosti alkohola, i tako uticati na smanjenje broja zavisnika i recidivista. Kampanje obično podrazumevaju da se na taj dan na prometnim mestima u gradovima postave štandovi sa promotivnim materijalima, i dovedu stručnjaci/kinje iz oblasti medicine koji će biti dostupni građanima/kama za sva pitanja i informacije.

- *Međunarodni dan borbe protiv pušenja – 31. maj* – Svetska zdravstvena organizacija svrstala je zavisnost od pušenja među bolesti. Cilj obeležavanja ovog datuma je podizanje svesti o štetnosti duvanskih proizvoda, posledicama konzumacije itd. Kampanje koje se održavaju na ovaj dan podrazumevaju promovisanje institucija javnog zdravstva koje nude programe i terapije za odvikavanje od duvanskog dima.

TREĆA GODINA – SEKSUALNOST I ZAŠTITA SEKSUALNOG I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA I PRAVA

Prvo polugodište: Seksualno i reproduktivno zdravlje

- *Međunarodni dan seksualnog i reproduktivnog zdravlja – 12. februar* – cilj obeležavanja ovog datuma je uvođenje preventivnih mera i aktivnosti kojima se sprečava oboljevanje od seksualno prenosivih bolesti i infekcija. Kampanje sadrže edukaciju mladih po pitanju reprodukcije i seksualnosti, savetovanja po pitanju porodice, prevenciju i lečenja polno prenosivih bolesti, zaštitu od seksualnog nasilja i brigu o žrtvama.

- *Međunarodni dan zdravlja – 7. april* – obeležava se od 1950. godine kada ga je Svetska zdravstvena organizacija usvojila kao zvaničan. Cilj obeležavanja ovog datuma je na globalnom nivou ukazati na važnost određenog zdravstvenog problema, te skrenuti pažnju šire društvene zajednice na prioritetna područja važna za očuvanje zdravlja i sprečavanje pojave bolesti. Svake godine se izabere jedna, posebna tema kojoj se daje poseban značaj pri obeležavanju. Kampanje sadrže

Godina 3

postavljanje info pultova na javnim mestima, podelu promo materijala, besplatnog merenja šećera u krvi, krvnog pritiska, savetovanje sa stručnjacima iz oblasti medicine itd.

Drugo polugodište: Polno prenosive bolesti, kontracepcija i prava

- *Međunarodni dan borbe protiv AIDS-a – 1. decembar* – datum koji se obeležava pod pokroviteljstvom Svetske zdravstvene organizacije. Svake godine izabere se jedna tema o kojoj se dodatno istražuje i javnosti se predstavljaju najnovije informacije. Cilj obeležavanja ovog datuma nije samo podizanje svesti 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 zdravoj populaciji. Međunarodni simbol podrške jeste crvena traka. Kampanje koje se organizuju na ovaj dan sadrže edukacije za mlade po pitanju reproduktivnog zdravlja i polno prenosivih bolesti, zatim dele se simbolično crvene trake i kondomi.

- *Međunarodni dan kontracepcije – 26. septembar* – cilj obeležavanja ovog datuma je podizanje svesti o važnosti planiranja porodice i različitim kontraceptivnim sredstvima koje ženama i muškarcima omogućavaju da budu odgovorni prema svom telu i životu u celini. Aktivnosti koje se sprovode tokom trajanja kampanje su anketiranje mladih o pojedinim pitanjima vezanim za kontracepciju, zatim edukacije i predavanja, predavanja koja imaju za cilj rušenje tabu tema u vezi seksulanosti.

Godina 4

ČETVRTA GODINA – RODITELJI 21. VEKA

Prvo polugodište: Očinstvo i majčinstvo

- *Međunarodni dan majki – 12. maj* – Kao osnivačica Dana Majki smatra se Anna Marie Jarvis. Ona je u Graftonu 12. maja 1907. u nedelju nakon druge godišnjice smrti njene majke osnovala Memorial Mothers Day Meeting. Sa 500 belih karanfila izrazila je svoju ljubav prema preminuloj majci i u lokalnoj crkvi ih je delila drugim majkama. Od 1914. godine ovaj praznik proglašen je za nacionalan, a kasnije i za međunarodni. Kampanje za obeležavanje ovog dana sadrže razne kulturne manifestacije koje imaju za cilj promociju porodičnog života.

- *Međunarodni dan očeva – 19. jun (u 52 zemlje sveta) , 19. mart (Hrvatska i Italija)* – cilj obeležavanja ovog datuma je skrenuti pažnju na ravnopravnost oba roditelja u procesu odgajanja dece. Institucije ali i javnost su obično naklonjeni više majkama, gde neretko dolazi do kršenja prava drugog roditelja. Kampanje prilikom obeležavanja podrazumevaju uticaj na podizanje svesti javnosti o ulozi očeva u porodici, te rušenju tradicionalnih podela poslova na ''muške'' i ''ženske''.

› *Međunarodni dan porodice – 15. jun* – Cilj obeležavanja ovog datuma je da se skrene pažnja o važnosti porodice, i da se podstakne javnost na pružanje podrške porodicama koje su suočene sa problemima u socijalnom, kulturnom i ekonomskom smislu. Kampanje obično podrazumevaju podizanje svesti o preventivnom delovanju protiv nasilja u porodici, nasilja između partnera i fizičkog nasilja nad decom.

Prilog 3

Izgradnja uspešnih timova

Ovde ćemo vam dati samo neke primere jednostavnih igrica za izgradnju timskog duha i uspešnih timova koje možete koristiti na svojim aktivnostima ili sastancima kluba kako bi osnažili poverenje i veze između članova/ica. Svakako budite slobodni da veliki broj igrica potražite i na internetu, gde 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 učesnicima/cama 3 mala papirića i zamolite ih da napišu 3 stvari o sebi za koje su sigurni da niko od učesnika/ca ne zna, od kojih su dve istinite, a jedna je lažna. Kad svi učesnici/ce napišu neka pročitaju, jedno po jedno, naglas, dok ostali pokušaju da pogode šta je istina, a šta laž.

Ko je lider?

Zamolite učesnike/ce da sednu u krug. Jedna osoba dobrovoljno napušta prostoriju. Kada ta osoba izađe ostatak grupe bira "lidera/ku". Lider/ka mora izvršiti seriju radnji, kao što su pljeskanje, tapkanje stopalima, skakanje u mestu itd., koje kopira cela grupa. Dobrovoljac/ka se vraća u prostoriju, i treba da stane u sredinu i pogodi ko je lider/ka. Grupa treba da štiti lidera/ku kako osoba ne bi pogodila o kome se radi. Lider/ka treba često da menja radnje u redovnim intervalima, ali da ne bude uhvaćen/a. Kada volonter prepozna lidera, pridruži se krugu, a osoba koja je bila lider napušta prostoriju kako bi grupa izabrala novog lidera i tako se igra nastavlja.

Brojimo zajedno

Zamolite učesnike/ce da broje od 1 pa do broja koliko učesnika/ca ima u grupi, dok su im oči zatvorene (poželjno je da učesnike/ce razdvojite u prostoriji). Cilj igre je da izbroje nasumično do poslednjeg broja, a da se pri tom nijedan broj ne kaže dva puta u glas ili ponovi. Takođe ne sme jedan učesnik/ca da kaže dva broja zaredom. Ako se to desi ponavlja se igra i kreće se ponovo od 1. Nema pravila ko počinje i ko završava, učesnici/ce sami nasumično treba da krenu sa brojanjem.

Kod koga je predmet

Učesnice/ce bi trebalo da stanu jedno do drugog u krug, s tim da jedna osoba treba da bude u sredini. Ruke učesnika/ca trebaju da budu iza leđa. Vi trebate da uzmete neki predmet i da stavite jednom od učesnika/ca u ruke iza leđa, dok predmet treba da kruži u krugu iza. Osoba koja

je u sredini treba da pogodi kod koga je predmet. Kada pogodi ta osoba kod koje je bio predmet ide u centar kruga i igra se ponavlja.

Paukova mreža

Zamolite učesnike/ce da hodaju slobodno po prostoriji u što manjem razmaku jedni između drugih. Kada im kažete „stop“ oni svi treba da stanu i iz te pozicije i da se uhvate sa bilo kim za ruku (kao da se rukuju). Svaki učesnik/ce može da uhvati bilo koga i niko ne sme da se drži i levom i desnom sa istom osobom. Kada su svi to i uradili zamolite ih da bez puštanja ruku naprave veliki krug držeći se i dalje za ruke. Grupa treba sama da nađe način kako da se odmrsi iz „paukove mreže“.

Prenesi energiju

Zamolite učesnike/ce da sednu u krugu na podu, uhvate se za ruke i koncentrišu se. Facilitator treba da pošalje „puls“ učesniku/ci do sebe tako što će mu/joj nežno stisnu ruku. Kada osetite „puls“ ili stisak treba da ga prenesete dalje i tako aktivirate grupu. Objasnite učesnicima/ama da na ovaj način jedni drugima prenosite energiju.

Poljubi zeku

Zamolite učesnike da svi stanu u krug. Vi, kao facilitator, objasnite učesnicima/ama da u rukama imate zamišljenog zeku. Tog zeku trebate da poljubite i kažete u koji deo tela ste ga poljubili (obraz, glava, uši ...) i prenesete zeku na narednu osobu do vas koja treba da ponovi isto, ali da poljubi zeku u neki drugi deo tela koji niste rekli. Tako treba da urade svi učesnici/e. Kada „zeka“ obiđe ceo krug i opet dođe do vas, objasnite grupi da zeka predstavlja poštovanje i da u stvari na ovaj način kako ste poljubili zeku treba da poljubite osobu do vas. U ovom trenutku može doći do pojave neprijatnosti, te se ako nekome bude previše neprijatno ne mora striktno uraditi istu stvar već ono čime se oseća lagodno i konforno. Ovom igrom stvarate dublje povezane veze vašeg tima.

Masaža

Zamolite učesnike/ce da stanu u krugu jedni iza drugih. Svako treba nežno da masira osobu ispred sebe 2-3 minuta. Nakon toga zamolite grupu da se okrene i to isto ponovi sa osobom koja je njih masirala.

Poverenje je jako bitno

Zamolite učesnike/ce da stanu u parove, sa osobama koje su približne visine i kilaže sa njima. Jedna osoba treba da se okrene leđima i lagano se pusti u vidu padanja (ravno, bez savijanja, zbog lakoće hvatanja), dok druga osoba u paru treba da bude maksimalno jedan metar iza nje da

je uhvati u pokušaju pada (ispod ruku oko struka). Ponovite više puta dok se svako ne oseća dovoljno konformno da to uradi i budete pažljivi da se niko ne povredi. Ova igra podstiče izgradnju poverenja u grupi među učesnicima/ama.

„Minsko polje“

Na sredini prostorije zalepite trake na pod u vidu kvadrata od oko 2-3m. U kvadrat stavite papire, olovke ili neke druge predmete u vidu prepreka. Jedan volonter treba da stavi povez preko očiju kako ne bi video šta se nalazi u krugu i tim treba da ga postavi u jedan deo kvadrata. Kada osoba stavi povez na oči rasporedite predmete u kvadratu i definišite onaj koji treba da uzme (poželjno je da se razlikuje od ostalih). Svi učesnici/ce trebaju da stanu oko kvadrata i usmeravaju osobu da izađe, pronađe i stane i pokupi jedan od predmeta koji ste definisali kao siguran. Svi ostali predmeti su „mine“ ili prepreke i na njih se ne sme stati, jer u tom slučaju igra kreće ispočetka i ceo kvadrat se mora ponovo rasporediti. Učesnici/e usmeravaju osobu, ali ne smeju reći upustva kao što su „desno“, „levo“, „gore“, „dole“, „pravo“ i „nazad“.

Prilog 4

Kako podići grupnu energičnost: Energizers

Ovde ćemo vam dati samo neke primere jednostavnih igrica koje utiču na podizanje grupne energičnosti i imaju cilj da zainteresuje grupe sa kojima radite. Igrice možete koristiti na svojim aktivnostima ili sastancima kluba **kako bi podigli nivo energije i entuzijazma u grupi i podstakli grupu na razmišljanje.**

Lančana poruka

Zamolite učesnike/ce da stanu jedni pored drugih. Lider/ka prvoj osobi u redu šapne početak rečenice (npr., sedam visokih ljudi ušlo je u bar) a osoba prenosi poruku sledećoj u nizu, i dodaje još jednu rečenicu koja ima veze sa prethodnom. Sledeća osoba mora dodati rečenicu na prethodnu i sve šapnuti osobi do nje. Ovaj redosled se nastavlja sa svakim dodatnim učesnikom/com sve do poslednje osobe koja mora sve da prepri

Zagrljaji

Učesnici/ce stoje u krugu. Kada lider/ka izgovara "Idi", moraju da zagrle što više ljudi sledećih 30 sekundi. Igrajte što više krugova po potrebi. Igra se može igrati kao takmičenje u kojem se oni koji najviše ljudi zagrle - pobeđuju. U toku igre treba da se čuje uzbudljiva muzika. Varijacija: Učesnici/ce moraju brzo zagrliti sve ostale učesnike/ce, a zatim sesti.

Ogledalo

Učesnici/ce su u parovima. Jedna osoba je "glumac/ica", a druga "ogledalo"."Glumac/ica" i "ogledalo" moraju se suočiti jedni s drugima. "Ogledalo" čini sve što čini glumac/ica, što odražava njihove radnje. Posle nekoliko minuta promenite uloge.

Ko sam ja?

Na stikere napišite imena nekih poznatih osoba i zalepite učesnicima/učesnicama na čelo, tako da ne mogu da vide to. Zatim zamolite učesnike/ce da hodaju u sobi, postavljajući pitanja o identitetu njihove poznate osobe. Na pitanja se može odgovoriti samo "da ili ne". Igra se nastavlja dok svi ne pogode ko su.

Voćna salata

Podelite učesnike/ce na 3 vrste voća (npr. banane, ananas i jabuke). Neka stoje u krugu, a stolica neka bude za jednu manje od broja učesnika. Kada lider/ka kaže "Jabuke" tada ustaju samo oni učesnici/ce koji su pri podeli dobili naziv jabuke, i treba da pronađu slobodno mesto. Kada lider/ka kaže "Voćna salata" tada ustaju svi učesnici/ce, i cilj je da pronađu slobodnu stolicu. Onaj ko ne pronađe stolicu, on sledeći govori.

Dodirni nešto plavo

Zamolite učesnike/ce da ustanu. Ideja je da svako od njih pronađe nešto plavo, za šta mora da se uhvati. To bi mogla biti plava košulja, olovka, cipela ili bilo šta. Svaki sledeći put, plavi predmet mora biti drugačiji. Varijacija je da nakon nekoliko puta promenite boju.

Šta je promenjeno?

Učesnici/ce su podeljeni u parove. Partneri/ke posmatraju jedni druge i pokušavaju zapamtiti što više detalja. Onda jedan okreće leđa, a druga tri mu pomažu da promeni svoj izgled; na primer, stavljajući sat na drugi zglob, skida naočare, zavrne rukave...Drugi igrač se onda okrene i mora da pokuša da otkrije tri promene. Igrači zatim menjaju uloge.

Rođendan

Cilj ove igrice je da se učesnici/ce u jednu liniju poređaju, bez reči, po datumu rođenja. Npr na početku reda stoji neko ko je rođen u januaru, zatim februar, mart, s tim da paze i da datum, kao i na vreme rođenja. Ne odgovaraj!

Učesnci/ce su u krugu. Jedna osoba počinje odlaskom do nekoga i postavlja pitanje poput "Šta je tvoja najgora navika? "Međutim, oni ne smeju sami odgovoriti na pitanje, već osoba sa leve strane mora odgovoriti za njih. Učinite njihove odgovore što maštovitijim.

Volim te zbog...

Učesnici/ce sede u krugu, i lider/ka počinje igru tako što za osobu sa svoje desne strane mora reći neku lepu osobinu. Igra ide u krug dok svi učesnici ne dobiju priliku da kažu bar jednu osobinu.

Ko si ti?

Jedan/na od učesnika/ca napušta prostoriju. Dok je on/a odsutan/na, ostatak učesnika/ca odlučuje o zanimanju za njega/nju, kao što je vozač/ica ili ribar/ka... Kada se dobrovoljac/ka vrati, ostatak učesnika/ca odgovara na pitanja. Dobrovoljac/ka mora pogoditi koje je njegovo/njeno zanimanje.

Ispiši svoje ime

Učesnici/ce stoje u krugu, i moraju izabrati jedan deo tela. Nakon što su svi rekli, i izabrali, cilj je da tim delom tela ispišu svoje ime u zraku. Najduža linija

Ova igra zahteva mnogo prostora. Učesnike/ce treba podeliti u timove od po 8-10. Svaki tim mora imati isti broj članova. Objasnite da je zadatak stvaranje najduže linije koristeći sopstvena tela učesnika/ca, odeću ili stvari u džepovima članova. Učesnicima/ca nije dozvoljeno da sakupljaju druge stvari iz sobe / spolja. Dajte signal da bi igra počela i postavite vremensko ograničenje, kao što su recimo dva do tri minuta, u zavisnosti od veličine grupe. Tim sa najdužom linija je pobednički.

Ustani, sedi!

Dajte svakom učesniku/cu neki broj. Nakon toga, pričajte priču koja u sebi ima mnogo brojeva. Svaki put kada pomenete neki broj, učesnik/ca sa tim brojem mora ustati.

O Kabita!

Kada lider/ka kaže "START", svaki učesnik mora da kaže "O Kabita!", ali na različite načine – tužno, srećno, 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 sprovođenje kampanja za mlade: Promocija rodne ravnopravnosti i zdravih stilova života, , SMART Kolektiv i CARE, 2017

Rečnik bitnih pojmova:

Svi pojmovi su preuzeti iz Rečnika 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:
› http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/health_communication/basic_facts/Pages/overview.aspx›. Accessed on 8 June 2018.

12. 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.

13. Gailius, Ž., Malinauskas, A., Petkauskas, D., & Ragauskas, L. (2013). *Darbo su jaunimo grupėmis vadovas*. Neformaliojo ugdymo praktika Lietuvoje.

14. Interagency Gender Networking Group (2018) https://www.igwg.org/. Pristupljeno 8. Juna 2018.

15. Katzenbach, J. R., & Smith, D. K. (2015). *The wisdom of teams: Creating the high-performance organization*. Harvard Business Review Press.

16. McGinnis, J. M., & Foege, W. H. (1993). Actual causes of death in the United States. *Jama, 270*(18), 2207-2212.

17. Schement, J. R. (2002). *Encyclopaedia of Communication and Information: Por-Zoo. Index* (Vol. 3). MacMillan Reference Library.

18. 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 Aktivnost: results of the HEALTHY study. *Journal of health communication,* 18(6), 649-667.

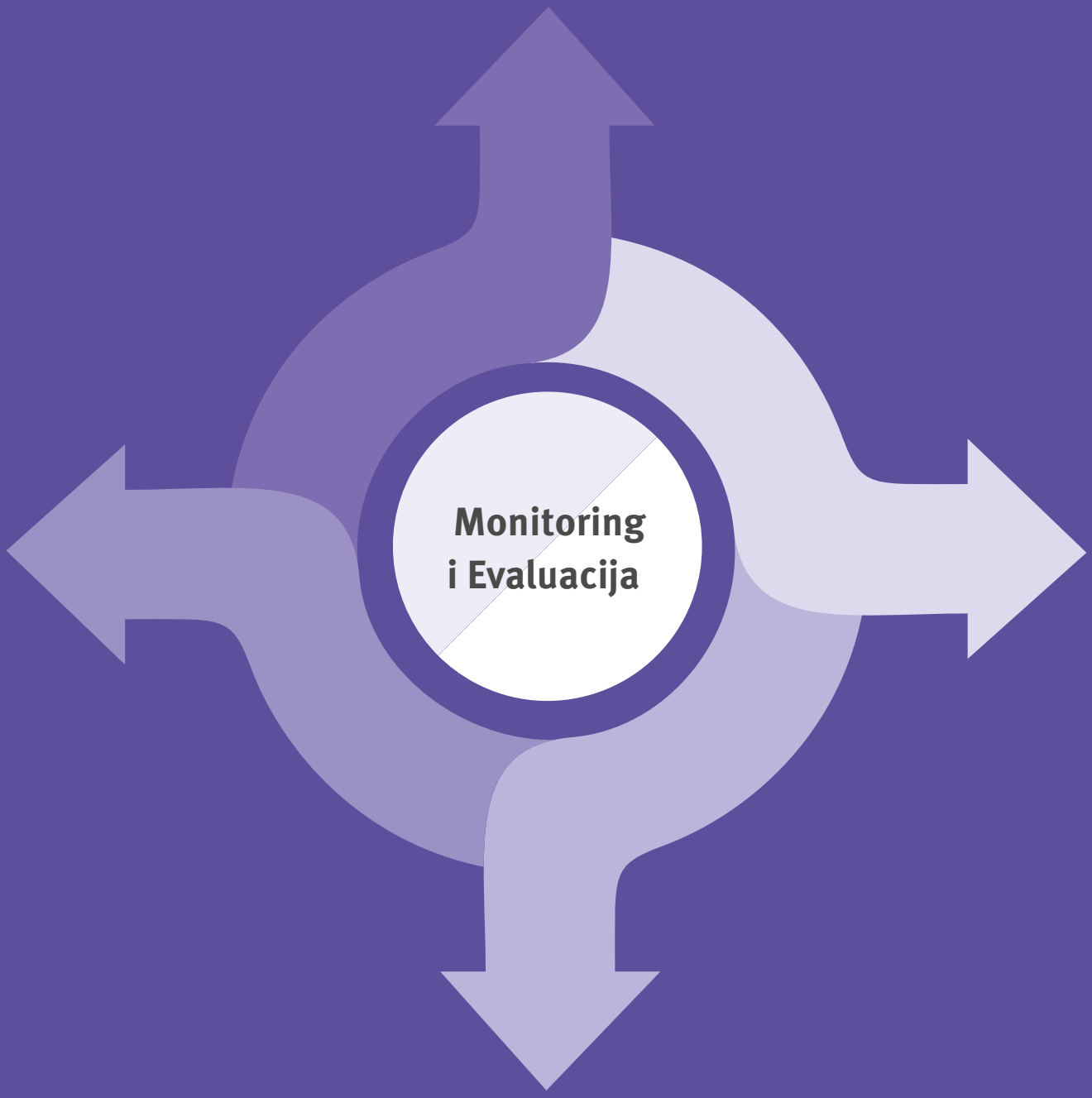
19. *"Sexism". New Oxford American Dictionary (3rd ed.)*. (2010). Oxford University Press.

20. Stewart, J., & Adler, N. E. (2010). *Biology of disadvantage*. Published by Blackwell Pub. on behalf of the New York Academy of Sciences.

Program Y

VODIČ ZA NADGLEDANJE I PRAĆENJE USPEŠNOSTI PROGRAMA

u školama


Monitoring
i Evaluacija

Program Y
Vodič za nadgledanje i praćenje uspešnosti programa u školama

Da bi se obezbedili visoki standardi realizacije programa, objektivna analiza, kontinuirane povratne informacije, kao i poboljšanje mogućnosti učenja i dalji razvoj Programa Y u srednjim školama, preporučuje se da se monitoring i evaluacija sprovode redovno.

Monitoring i evaluacija su sastavni delovi programa i preporučuje se da školsko osoblje imenuje jednog od svojih članova/ca za monitoring i evaluaciju programa tokom celokupnog njegovog trajanja, od samog početka.

Monitoring bi trebalo da se sprovodi redovno. Trebalo bi da uključuje pregled kratkih izveštaja o radionicama i kampanjama pripremljenih od strane nastavnika/ca i vršnjačkih edukatora/ki, praćenje broja učesnika/ca uključenih u program (uključujući podatke razvrstane prema polu učesnika), liste prisustva učesnika/ca, uključujući i one koji su prisustvovali radionicama i kampanjama i drugim relevantnim događajima u školi.

Evaluaciju bi trebalo sprovoditi:

1. Poređenjem između rezultata početne procene i rezultata završnog istraživanja (merenje promene koja se može pripisati Programu Y)

2. Pred-testiranje i post-testiranje (znanje i stavovi)

3. Prikupljanje povratnih informacija (usmeno ili pismeno, od učenika/ca, nastavnika/ca, roditelja i drugih uključenih aktera)

4. Audio i video snimanje učesnika/ca tokom radionica, kampanja i drugih predviđenih aktivnosti

Mogući pokazatelji za merenje napretka su navedeni u nastavku:

a) **Izlazni nivo** (kao rezultat direktnog ulaza ili realizovanih aktivnosti):
- Broj nastavnika i nastavnica obučenih za realizaciju Programa Y
- Broj radionica koje su realizovali nastavnici/ce ili stručno osoblje škole
- Broj učenika (devojke/mladići) koji su prisustvovali radionicama koje su vodili nastavnici/ce
- Broj aktivnosti kampanje koje su realizovali učenici i nastavnici
- Broj akcija u zajednici koje su realizovali učenici i nastavnici

b) **Nivo ostvarenog rezultata:**
- Procenat (%) ciljanih učenika (devojke/mladići) pokazuje poboljšano znanje i stavove o rodnoj ravnopravnosti i zdravim životnim stilovima a interpersonalno nasilje među njima je smanjeno.
- Procenat (%) nastavnika (žene/muškarci) koji navode promenjene stavove u pogledu rodne ravnopravnosti kao direktan rezultat učešća u realizaciji Programa Y.

Preporuke za početno i završno istraživanje:

Početno istraživanje – Sveukupni cilj početnog istraživanja je da opiše stanje pre početka intervencije kako bi se mogla utvrditi osnova za monitoring napretka projekta tokom njegove realizacije, kao i prikupiti podaci koji će se koristiti u realizaciji programa u školama. Početna procena daje ulazne podatke za adekvatan razvoj programa i upravo zbog toga ona treba da se sprovede pre bilo kakve intervencije. Dobijeni rezultati ukazuju na šta bi program trebalo da se fokusira (na primer, ako početno istraživanje pokazuje nizak nivo znanja o seksualnom i reproduktivnom zdravlju i visok nivo razumevanja rodne ravnopravnosti, tim za realizaciju može da prilagodi program i intervenciju da budu više fokusirane i složenije u pogledu tema seksualnog i reproduktivnog zdravlja i mnogo manje u pogledu tema vezanih za rodnu ravnopravnost).

Sveukupni cilj početnog istraživanja je da opiše stanje pre početka intervencije

Završno istraživanje – Glavni cilj završnog istraživanja je da doprinese sveobuhvatnom razumevanju sveukupnog napretka programa, kao i promenama znanja, stavova i ponašanja u vezi sa nasiljem i rodno zas-

novanim nasiljem, rodnom ravnopravnošću i zdravim životnim stilovima mladića i devojaka, ali takođe i kod nastavnika/ca i roditelja.

Procenu nivoa znanja, stavova i ponašanja gore navedenih ciljnih grupa bi trebalo obaviti **sprovođenjem istraživanja putem samo-administriranih upitnika** pre realizacije programa u školi, tako da se **poređenje i procena svrhe programa može obaviti** u završnoj proceni koju bi trebalo sprovesti nakon realizacije programa.

sprovođenje istraživanja putem samo-administriranih upitnika pre realizacije programa u školi...

U ovom dokumentu možete da pronađete dokumente dobijene tokom istraživanja koji se odnose na učenike i nastavnike i koji dokazano pružaju neophodne informacije koje se odnose na programske ciljeve.

Opis procesa:

- Polazno istraživanje počinje pre bilo kakve programske aktivnosti. Njega treba sprovesti u septembru/oktobru, na početku školske godine.
- Veličina uzorka – početno istraživanje bi trebalo sprovesti sa učenicima prvog razreda (mladićima i devojkama) i ako je moguće, istraživanje bi trebalo sprovesti sa svim učenicima prvog razreda. Ako to nije moguće, školsko osoblje može odlučiti o veličini reprezentativnog uzorka za svoju školu.
- Testiranje upitnika – pre početnog istraživanja: testiranje upitnika bi trebalo obaviti sa 5-10 učenika/ca kao deo provere da li je upitnik razumljiv i logičan mladima. Ako postoje pitanja koja oni ne razumeju ili ih tema zbunjuje, školsko osoblje bi trebalo da izvrši neophodno prilagođavanje i finalizira upitnik nakon dobijanja povratne informacije.
- Kodiranje – za sveobuhvatno merenje promene, preporučuje se da svaki učenik/ca kao učesnik/ca u istraživanju dobije svoj kod. Imenovani član školskog osoblja trebalo bi da obezbedi da su kodovi povezani sa spiskom učenika, ali je još važnije da se poštuje poverljivost svakog ispitanika/ce nakon sprovedenog istraživanja.
- Obrazac za pristanak – osoba zadužena za istraživanje bi trebalo da obezbedi da svi učesnici/ce u istraživanju (ili njihovi roditelji) potpišu obrazac za pristanak kojim potvrđuju svoju spremnost da učestvuju u istraživanju. Od onih učenika koji ne žele da učestvuju ne očekuje se da potpišu obrazac za pristanak.
- Spisak mehanizama za upućivanje – školsko osoblje bi trebalo da osmisli opis postojećeg mehanizma za podršku ili upućivanje na mesto koje je dostupno u njihovoj školi i lokalnoj zajednici i da se pobrine da su učesnici u istraživanju upoznati sa tim.

POLAZNO ISTRAŽIVANJE

VELIČINA UZORKA

TESTIRANJE UPITNIKA

KODIRANJE

OBRAZAC ZA PRISTANAK

SPISAK MEHANIZAMA ZA UPUĆIVANJE

PRIKUPLJANJE PODATAKA

› Prikupljanje podataka – trebalo bi da obavlja iskusno školsko osoblje kao što su školski pedagozi ili psiholozi. Takođe, moguće je da školsko osoblje obuči učenike viših razreda da postanu sakupljači podataka. Prikupljanje podataka se može obaviti za 45 minuta pomoću sastavljenog upitnika koji je predstavljen u ovom dokumentu, pri čemu je 10 minuta rezervisano za uvod o svrsi istraživanja, potpisivanje obrazaca za pristanak, deljenje spiska 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 podrazumeva statističku obradu podataka koja se može obaviti korišćenjem različitih statističkih programa. Najpogodniji programi kreirani za tu svrhu su SPSS, R i drugi. Alternativno, Excel može takođe biti od pomoći. Obrada statističkih podataka najčešće podrazumeva kalkulaciju jednostavnih deskriptivnih merenja, kao što su procenti ili potencijalne aritmetičke sredine. Neophodno je da se razdvoje obrada podataka za mladiće i devojke. Predlažemo da ovaj posao obavljaju stručni saradnici/ce, jer oni već imaju određena statistička znanja. Trebalo bi izračunati podatke o karakteristikama uzorka (rod, obrazovanje i zaposlenost roditelja, itd) i podatke o konkretnim pojavama koje se ocenjuju (tvrdnje i pitanja o rodnoj ravnopravnosti, nasilju, seksualnom i reproduktivnom zdravlju, itd.)

IZVEŠTAJ O ISTRAŽIVANJU

› Izveštaj o istraživanju – nakon analize podataka; školsko osoblje bi trebalo da osmisli kratak i jednostavan izveštaj o nalazima i da ga podeli sa školskim odborom, ali i da ga koristi za planiranje budućih radionica i aktivnosti u školi.

REALIZACIJA PROGRAMA

› Realizacija programa – nakon završetka početnog istraživanja, realizacija programa može da počne. Prvo sa obukom nastavnika i vršnjačkih edukatora. Kao prilog ovog dokumenta, možete pronaći predloge za pred-testove i post-testove za nastavnike i vršnjačke edukatore koji takođe služe za merenje promene njihovog znanja, stavova i ponašanja.

ZAVRŠNO ISTRAŽIVANJE

› Završno istraživanje bi trebalo da se obavi sa učenicima završnih razreda (3. ili 4. razred), koje uključuje iste učenike iz osnovnog istraživanja (kada su bili 1. razred). Trebalo bi da ponovite korake vezane za kodiranje, pristanak, mehanizme za upućivanje i moguću obuku za prikupljanje podataka. Ovde je vrlo je važno da se kodovi mogu povezati sa učenicima kako bi se identifikovali učenici koji su učestvovali u početnom istraživanju.

› Analiza podataka – poređenje početnog i završnog istraživanja. Ovaj proces podrazumeva poređenje 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 videti da li postoje 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 podrazumevaju složenije statističko znanje tako da preporučujemo da potražite pomoć od stručnjaka za statistiku.

› Izveštaj o istraživanju sastoji se od nekoliko delova. Sadržaj dolazi odmah nakon naslovne strane izveštaja, a zatim sledi poglavlje „Uvod“. Ono opisuje probleme u zajednici koji se odnose na temu projekta, opisuje zašto je ovaj ovaj projekat neophodan, osnovne komponente projekta i ciljeve istraživanja. Poglavlje pod nazivom "Metode" opisuje: uzorak, odnosno broj mladića i devojaka, glavne karakteristike njihovih porodica (npr. obrazovanje, materijalni status, itd), upitnik, proces istraživanja, program intervencije, i način na koji su statistički podaci obrađeni. Sledeće poglavlje "Rezultati" sadži tabele i kratka opisna tumačenja dobijenih rezultata. Preporučujemo da se rezultati grupišu po tematskim oblastima. Deo "Završne napomene" ili "Diskusija" sadrži složenije tumačenje dobijenih rezultata. Određene preporuke za budući rad, kao i zaključak, takođe se navode u ovom poglavlju. Na kraju se eventualno navodi spisak korišćene literature, ukoliko se spominje u tekstu.

ANALIZA PODATAKA

REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Kvalitativno prikupljanje podataka – ako i kada je to moguće, možete takođe pokušati da organizujete intervjue sa korisnicima programa (učenici) i njihovim nastavnicima i roditeljima. Za vreme ovih intervjua možete dobiti mnogo podataka koji mogu pokazati moguću promenu i uticaj projekta iz kojih se mogu kreirati studije slučaja i uspešne priče koje se mogu koristiti za dalje promovisanje programa ili prikupljanje sredstava.

Za vreme ovih intervjua možete dobiti mnogo podataka koji mogu pokazati moguću promenu i uticaj projekta iz kojih se mogu kreirati studije slučaja

Predlažemo vam da sledite ovaj proces kao što je to ovde opisano i da koristite ponuđene alate, tako da se uticaj programa može meriti na isti način u svim školama širom regiona Balkana gde se program realizuje. 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. Srećno!

Prilog 1
Upitnik za učenike/ce iz početnog/završnog istraživanja (pred i post-testovi)

Prilog 2
Primer obrasca za pristanak

Prilog 3
Primer spiska mehanizama za upućivanje

Prilog 4
Pred-test i post-test za nastavnike/ce

Prilog 5
Pred-test i post-test za vršnjačke edukatore/ke

Prilog 6
Intervju sa nastavnicima/ama u sklopu kvalitativnog istraživanja

Prilog 7
Obrazac izveštaja za radionice i aktivnosti kampanje

Prilog 8
Primer baze podataka učenika/ca i nastavnika /ca

Prilog 1 Upitnik za učenike/ce iz početnog/završnog istraživanja (pred i post-testovi)

PROGRAM Y – Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka

UPITNIK ZA UČENIKE/CE

Upitnik sadrži pitanja o različitim oblastima života srednjoškolaca, kao što su zdravlje, nasilje, porodica, rodni odnosi, itd. Važno je da se daju iskreni odgovore na sva pitanja. Ovo nije test znanja i nema netačnih odgovora. Upitnik se popunjava tako što samostalno zaokružiš ili upišeš odgovarajući odgovor. **Upitnik ne treba potpisivati.**

P 1. Pol? a) ženski b) muški

P 2. Koliko imaš godina? _____

RODNI ODNOSI

P 3. Molim te da pažljivo pročitaš sledeće tvrdnje. Odgovori koliko si saglasan/na sa svakom tvrdnjom ta što ćeš da upišeš X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno tačno	Uglavnom tačno	Ni tačno ni netačno	Uglavnom netačno	Potpuno netačno
1	Najvažnija uloga žene je da brine o kući i kuva za svoju porodicu.					
2	Minjanje pelena, kupanje i hranjenje dece su obaveze majke.					
3	Ako žena prevari muškarca, opravdano je da je on udari.					
4	Jedan šamar predstavlja vrstu nasilja.					
5	Prihvatljivije je da dečak pobegne sa časa nego devojčica.					
6	Muškarac treba da donosi odluke u svojoj kući.					
7	Prihvatio/la bih da imam gej prijatelja.					
8	U redu je da muškarac udari svoju ženu ako ona neće (ne želi) da ima seks sa njim.					
9	Stideo/la bih se da mi je sin homoseksualac.					
10	Žena treba da toleriše nasilje da bi održala porodicu na okupu.					
11	Zajednička je odgovornost i muškarca i žene da vode računa o sprečavanju trudnoće.					
12	U redu je da muškarci plaču i pokažu svoje emocije pred drugima.					
13	U redu je udariti ili šutnuti gej 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 decu 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. Da li sada konzumiraš cigarete (zaokruži)? a) Ne b) Da

P 5. Koliko često piješ alkohol (zaokruži)?

a) Nikada
b) Nekoliko puta godišnje
c) Nekoliko puta mesečno
d) Nekoliko puta nedeljno
e) Skoro svaki dan

P 6. U poslednja tri meseca, koliko često si popio/la pet (5) ili više pića jednom prilikom?

a) Nikada
b) Manje od jednom mesečno
c) Otprilike jednom mesečno
d) Otprilike jednom nedeljno
e) Više puta nedeljno

P 7. U poslednja tri meseca, 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. Da li tvoji bliski prijatelji povremeno ili često konzumiraju 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 osećao/la tokom proteklih mesec dana.

TVRDNJA		Sve vreme	Većinu vremena	Ponekad	Retko	Nikada
1	Koliko vremena, tokom proteklih mesec dana, si se osećao/la nervozno?					
2	Koliko vremena, tokom proteklih mesec dana, si se osećao/la nesrećno i tužno?					
3	Koliko vremena, tokom proteklih mesec dana, si se osećao/la mirno i spokojno?					
4	Koliko često, tokom proteklih mesec dana, si se osećao/la toliko depresivno da te ništa nije moglo razveseliti?					
5	Tokom proteklih mesec dana, koliko vremena si se osećao/la srećno?					

P 10. Ako si imao/la seksualni odnos (ovo se odnosi na poslednji seksualni odnos koji si imao/la), da li ste koristili kondom ili bilo koji drugi oblik kontracepcije (zaokruži)?

a) Još uvek nisam imao/la seksualni odnos

b) Nismo koristili kontracepciju

c) Koristili smo kontracepciju

P 11. Koliko često ideš u doktora da bi prekontrolisao/la svoje seksualno i reproduktivno zdravlje (zaokruži)?

a) Nikada

b) Jednom godišnje

c) Nekoliko puta godišnje

d) Jednom ili više puta mesečno

NASILJE

P 12. Ispod su opisane situacije nasilja u kojima se mladi ljudi mogu naći sa svojim vršnjacima/vršnjakinjama. Stavi X u odgovarajuće polje i odgovori u kojoj meri si učestvovao/la u takvim situacijama u POSLEDNJA TRI MESECA.

TVRDNJA		Nikada se nije desilo	Desilo se jednom	Desilo se dva ili više puta
1	Vršnjaci/kinje su me nazivali pogrdnim imenima, ismejavali me, vređali ili pretili.			
2	Vršnjaci/kinje su me ošamarili, udarili ili šutirali.			
3	Slali/e su mi preteće ili uvredljive poruke SMS-om, mejlom 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, ismejavao/la ih ili vređao/la			
7	Ošamario/la sam, udario/la ili šutirao/la druge vršnjake/inje			
8	Slao/la sam vršnjacima/kinjama preteće ili uvredljive poruke SMS-om, mejlom 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 deo grupe mladih.			
11	Verbalno sam uvredio/la ili udario/la nekoga za koga sam mislio/la da je gej (homoseksualac/lezbejka)			

P 13. Šta bi učinio/la kada bi vidio/la tuču između osobe koju poznaješ i neke druge osobe (zaokruži 1 odgovor)?

a) Pokušao/la bih da zaustavim tuču

b) Uključio/la bih se u tuču i pomogao/la osobi koju poznajem

c) Pozvao/la bih pomoć

d) Ne bih ništa uradio/la

P 14. U narednoj tabeli su pitanja koja se odnose na tvoja iskustva sa nasiljem u ljubavnoj/emotivnoj vezi koju si eventualno imao/la sa svojim partnerom/kom, tj. mladićem ili devojkom. Ako do sada nisi imao/la devojku ili momka preskoči ovu tabelu i pređi na naredno pitanje.

	PITANJA	Nikad	Jednom	Dva ili više puta
1	Jesi li ikada vređao/la ili omalovažavao/la devojku/momka?			
2	Jesi li devojci/momku ograničavao/la ili zabranjivao/la komunikaciju sa prijateljima, izlazak u grad, način kako da se oblači i slično?			
3	Jesi li ikada ošamario/la ili udario devojku/momka?			
4	Jesi li ikada imao/la seks sa devojkom/momkom protiv njene/njegove volje?			
5	Da li te je devojka/momak ikada vređala/o ili omalovažavala/o?			
6	Da li ti je momak/devojka ograničavao/la ili zabranjivao/la komunikaciju sa prijateljima, izlazak u grad, način kako da se oblačiš i sl.			
7	Da li te je devojka/momak ikada ošamarila/o ili udarila/o?			
8	Da li je tvoja devojka/momak ikada imala/o seks sa tobom protiv tvoje volje?			

P 15. Ako si doživeo/la nasilje u intimnoj vezi, kako si reagovao/la u toj situaciji (zaokruži)?

a) Uspešno sam rešio/la situaciju tako što sam se odbranio/la ili izbegao/la nasilje

b) Nisam uspeo/la da sprečim nasilje, bio/la sam žrtva nasilja.

c) Nisam doživeo/la nasilje u vezi pa nisam ni reagovao/la.

Došli smo do kraja upitnika.
Hvala vam na saradnji i izdvojenom vremenu!

Prilog 2
Primer obrasca za pristanak

Obrazac za pristanak za učešće u anketi Programa Y

Svrha
Sprovodimo istraživanje da bismo bolje shvatili šta mladići i devojke misle i kako se ponašaju u pogledu zdravih životnih stilova, nasilja, rodne ravnopravnosti, seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Takođe smo zainteresovani da saznamo više o problemima sa kojima se suočavaju mladići i devojke na Balkanu, i šta oni misle o svom životu i životnom stilu.

Ovo istraživanje se sprovodi u svim školama i sredinama gde se realizuje Program Y uz podršku Ministarstva obrazovanja.

Ako želite da učestvujete u ovom istraživanju, kreirali smo kratku anketu o ovim temama. Anketu popunjavate sami, a anketa neće uključivati vaše ime, ona će uključivati samo identifikacioni (ID) broj.

Predaću anketni list smo onima koji daju svoj pristanak za učešće. Stojim vam na raspolaganju da odgovorim na sva pitanja koja imate. Anketa će trajati oko sat vremena. Ako odlučite da ne učestvujete, molimo vas da ostanete u prostoriji i čitate ili radite u tišini. Ili, ako vam je draže, na raspolaganju vam je druga prostorija gde možete da čitate ili radite druge školske zadatke.

Dobrovoljno učešće
Ako želite da budete deo ove ankete, ona je potpuno dobrovoljna. Ako se slažete da popunite anketu, možete da prestanete sa popunjavanjem u bilo kojem trenutku, bez potrebe da mi dajete bilo kakvo objašnjenje i bez ikakvih negativnih posledica. Pored toga, ne morate da odgovarate ni na jedno pitanje zbog kojeg se osećate neprijatno, ne morate da objašnjavate zašto ne želite da odgovorite na njega, jer neće biti nikakvih negativnih posledica zbog toga što niste odgovorili. Ja ću biti prisutan/na svo vreme predviđeno za popunjavanje ankete, tako da možete da mi postavite bilo koje pitanje, ako vam je potrebno više informacija o bilo kom pitanju.

Poverljivost
Informacije koje delite sa nama u ovoj anketi neće biti dostupne ili komentarisane u javnosti. Na anketnim listovima neće biti nikakvih identifikacionih informacija. Poseban obrazac će se koristiti da se vaše ime poveže sa identifikacionim brojem ankete. Mi prikupljamo ove informacije, tako da možemo da uporedimo ovu anketu sa anketom koju ćete možda popunjavati na kraju školske godine. Samo će istraživački tim imati informacije

koje povezuju vaš identifikacioni broj ankete sa vašim imenom. Ankete će se čuvati na zaključanom mestu i na kraju uništiti. Poverljivost takođe zavisi od toga da vi ne delite svoje informacije nisakim osim sa pouzdanim osobama.

Rizici
Neka pitanja u upitniku mogu ti biti neprijatna ili mogu učiniti da se osećaš neprijatno ili mogu prizvati loša iskustva ili sećanja. Ne moraš odgovoriti ni na jedno pitanje na koje ne želiš. Pre popunjavanja ankete, ja ću vam dati spisak imena i kontakt informacije ljudi ili organizacija u vašoj zajednici koji vam mogu pomoći ako to želite. To su ljudi sa kojima možete razgovarati o tome kako ste se osećali prilikom čitanja pitanja.

Pravo na odbijanje ili povlačenje
Možete da izaberete da li želite ili ne želite da budete deo ovog istraživanja. Nema kazne ako odlučite da ne želite da učestvujete. A opet, ako želite da učestvujete, možete odlučiti da ne odgovorite na neka pitanja ili čak odlučiti da se povučete u bilo kom trenutku.

Ako ste zainteresovani za učešće, molim Vas da potpišete ovaj obrazac. Možete zadržati primerak istog, ako to želite

Sporazum o učešću
Pročitao/la sam / objašnjen mi je celi ovaj obrazac za pristanak i dobio/la sam zadovoljavajuće odgovore na sva moja pitanja.

Slažem se da učestvujem u istraživanju Da Ne

Potpis ispitanika/ce ..... datum .....

Potpis istraživača/ice ..... datum .....

Izjava istraživača/ice: Da Ne

Izjava istraživača/ice:
Ja, dole potpisani/a, sam objasnio/la učesniku/ci istraživanja na jeziku koji on/ona razume procedure koje treba slediti u ovom istraživanju kao i rizike i koristi koje ono uključuje. On/ona je pristao/la da učestvuje u ovom istraživanju.

Potpis istraživača/ice .....

Datum .....

Prilog 3
Primer spiska 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
Pred-test i post-test za nastavnike/ce

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

UPITNIK ZA NASTAVNIKE/CE

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 netačnih odgovora. Upitnik se popunjava tako što samostalno zaokružite ili upišete odgovarajući odgovor. **Upitnik ne treba potpisivati.**

P 1. Pol? a) ženski b) muški

P 2. Koliko imate godina? _____

P 3. Koliko godina radite kao nastavnik/ca ili član osoblja škole? _____

P 4. Molimo Vas da pažljivo pročitate sledeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste saglasni sa svakom tvrdnjom tako što ćete da upišete X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netačno	Uglavnom netačno	Ni tačno ni netačno	Uglavnom tačno	Potpuno tačno
1	Najvažnija uloga žene je da brine o kući i kuva za svoju porodicu.					
2	Menjanje pelena, kupanje i hranjenje dece su obaveze majke.					
3	Ako žena prevari muškarca, opravdano je da je on udari.					
4	Jedan šamar predstavlja vrstu nasilja.					
5	Prihvatljivije je da dečak pobegne sa časa nego devojčica.					
6	Muškarac treba da donosi odluke u svojoj kući.					
7	Prihvatio/la bih da imam gej prijatelja.					
8	U redu je da muškarac udari svoju ženu ako ona neće (ne želi) da ima seks sa njim.					
9	Stideo/la bih se da mi je sin homoseksualac.					
10	Žena treba da toleriše nasilje da bi održala porodicu na okupu.					
11	Zajednička je odgovornost i muškarca i žene da vode računa o sprečavanju trudnoće.					
12	U redu je da muškarci plaču i pokažu svoje emocije pred drugima.					
13	U redu je udariti ili šutnuti gej 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 decu 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 šta mislite ili osećate 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 polovinom menstrualnog ciklusa			
2	Testosteron je hormon koji utiče na razvoj muških sekundarnih karakteristika (kao što su dlake na licu, dubina glasa itd.)			
3	Ljudi se mogu zaraziti HIV virusom kada dele hranu sa osobom koja ima HIV.			
4	Sve seksualno prenosive infekcije imaju neke simptome vidljive golim okom.			
5	Prekid seksualnog odnosa je veoma pouzdan način da se spreči trudnoća.			
6	Hitne kontraceptivne pilule ne treba koristiti kao uobičajenu kontraceptivnu metodu, već samo u vanrednim situacijama.			
7	Organizam žena apsorbuje veću količinu alkohola nego muškarac koji popije istu količinu alkoholnog pića.			
8	Alkohol spada u droge.			
9	*Halucinogeni* su vrsta droge koja snižava aktivnost mozga uzrokujući lenjost i nezainteresovanost.			
10	Kod osoba koje puše marihuanu duže vreme postoji veća verovatnoća da dođe do razvoja bolesti, kao što su stalni kašalj ili rak pluća.			

P 6. Molimo Vas da pažljivo pročitate sledeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste saglasni sa svakom tvrdnjom tako što ćete da upišete X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netačno	Uglavnom netačno	Ni tačno ni netačno	Uglavnom tačno	Potpuno tačno
1	Nasilje je ponekad jedini način da se reše neki problemi.					
2	Nasilje je kada neko slučajno udari nekoga ramenom tako da ta osoba oseća bol.					
3	Vređanje 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 bile 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 da mlade osobe probaju marihuanu.					

P 7. Da li ste u poslednjih šest meseci videli neku od sledećih pojava u Vašoj školi? Upišite X u odgovarajuće polje za svaku opisanu pojavu.

	TVRDNJA	Nikada se nije desilo	Desilo se jednom	Desilo se dva ili više puta
1	Mladić je ponižavao ili vređao drugog mladića.			
2	Mladić je udario ili istukao drugog mladića.			
3	Mladić je ponižavao ili vređao devojku.			
4	Mladić je udario ili istukao devojku.			
5	Devojka je ponižavala ili vređala drugu devojku ili mladića.			
6	Devojka je udarila ili istukla drugu devojku ili mladića.			
7	Fizička tuča između dve ili više grupa učenika ili učenica.			
8	Učenik/ca je verbalno ili fizički zlostavljao/la nekoga za koga je mislio/la da je gej (homoseksualac ili lezbejka).			
9	Nastavnik/ca je verbalno vređao/la učenika/cu.			
10	Nastavnik/ca je fizički napao/la učenika/cu.			
11	Učenik/ca je verbalno vređao/la nastavnika/cu.			
12	Učenik/ca je fizički napao/la nastavnika/cu.			

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 dešava veoma retko

c) Nasilje se dešava ponekad

d) Nasilje se dešava često

e) Nasilje se dešava gotovo redovno

P 9. Da li učenici i učenice imaju iste mogućnosti u Vašoj školi (zaokružite samo jedan odgovor)?

a) Nastavnici i nastavnice jednako tretiraju učenike i učenice

b) Devojke 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 veštinama i stilovima (zaokružite samo jedan odgovor)?

a) Nije posao škole i školskog osoblja da sprovodi edukaciju iz oblasti životnih veština.

b) Škole imaju delimičnu odgovornost za sprovođenje edukacije iz oblasti životnih veština.

c) U školama treba da postoji edukacija učenika o važnim životnim veštinama.

P 11. U kojoj meri ste saglasni sa ponuđenim izjavama, koje se odnose na Vašu sposobnost sprovođenja programa životnih veština u školi? Upišite X u odgovarajuće polje za svaku opisanu pojavu.

OSEĆAM SE SPOSOBNO DA SA SVOJIM UČENICIMA SPROVODIM PROGRAME KOJI SE ODNOSE NA...		Potpuno netačno	Uglavnom netačno	Ni tačno ni netačno	Uglavnom tačno	Potpuno tačno
1	Prevenciju nasilja					
2	Seksualno i reproduktivno zdravlje					
3	Rodnu ravnopravnost					
4	Prevenciju konzumiranja psihoaktivnih supstanci (alkohol, droga, itd)					

Došli smo do kraja upitnika.
Hvala vam na saradnji i izdvojenom vremenu!

Prilog 5
Pred-test i post-test za vršnjačke edukatore/ke

PROGRAM Y – Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka

UPITNIK ZA OMLADINSKE EDUKATORE I EDUKATORKE

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 netačnih odgovora. Upitnik se popunjava tako što samostalno zaokružite ili upišete odgovarajući odgovor. **Upitnik ne treba potpisivati.**

P 1. Pol? a) ženski b) muški

P 2. Koliko imate godina? _____

P 3. Molimo Vas da pažljivo pročitate sledeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste saglasni sa svakom tvrdnjom tako što ćete da upišete X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netačno	Uglavnom netačno	Ni tačno ni netačno	Uglavnom tačno	Potpuno tačno
1	Najvažnija uloga žene je da brine o kući i kuva za svoju porodicu.					
2	Menjanje pelena, kupanje i hranjenje dece su obaveze majke.					
3	Ako žena prevari muškarca, opravdano je da je on udari.					
4	Jedan šamar predstavlja vrstu nasilja.					
5	Prihvatljivije je da dečak pobegne sa časa nego devojčica.					
6	Muškarac treba da donosi odluke u svojoj kući.					
7	Prihvatio/la bih da imam gej prijatelja.					
8	U redu je da muškarac udari svoju ženu ako ona neće (ne želi) da ima seks sa njim.					
9	Stideo/la bih se da mi je sin homoseksualac.					
10	Žena treba da toleriše nasilje da bi održala porodicu na okupu.					
11	Zajednička je odgovornost i muškarca i žene da vode računa o sprečavanju trudnoće.					
12	U redu je da muškarci plaču i pokažu svoje emocije pred drugima.					
13	U redu je udariti ili šutnuti gej 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 decu 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 osećate o svakoj od navedenih tvrdnji:

	TVRDNJA	Ne slažem se / nije istina	Ne slažem se / nije istina	Nisam siguran / ne znam
1	Žena ima veće šanse da zatrudni polovinom menstrualnog ciklusa			
2	Testosteron je hormon koji utiče na razvoj muških sekundarnih karakteristika (kao što su dlake na licu, dubina glasa itd.)			
3	Ljudi se mogu zaraziti HIV virusom kada dele hranu sa osobom koja ima HIV.			
4	Sve seksualno prenosive infekcije imaju neke simptome vidljive golim okom.			
5	Prekid seksualnog odnosa je veoma pouzdan način da se spreči trudnoća.			
6	Hitne kontraceptivne pilule ne treba koristiti kao uobičajenu kontraceptivnu metodu, već samo u vanrednim situacijama.			
7	Organizam žena apsorbuje veću količinu alkohola nego muškarac koji popije istu količinu alkoholnog pića.			
8	Alkohol spada u droge.			
9	Halucinogeni su vrsta droge koja snižava aktivnost mozga uzrokujući lenjost i nezainteresovanost.			
10	Kod osoba koje puše marihuanu duže vreme postoji veća verovatnoća da dođe do razvoja bolesti, kao što su stalni kašalj ili rak pluća.			

P 5. Molimo Vas da pažljivo pročitate sledeće tvrdnje. Odgovorite koliko ste saglasni sa svakom tvrdnjom tako što ćete da upišete X u odgovarajuće polje.

	TVRDNJA	Potpuno netačno	Uglavnom netačno	Ni tačno ni netačno	Uglavnom tačno	Potpuno tačno
1	Nasilje je ponekad jedini način da se reše neki problemi.					
2	Nasilje je kada neko slučajno udari nekoga ramenom tako da ta osoba oseća bol.					
3	Vređanje 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 bile 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 da mlade osobe probaju marihuanu.					

P 6. U kojoj meri ste saglasni sa ponuđenim izjavama, koje se odnose na Vašu sposobnost sprovođenja programa životnih veština u školi? Upišite X u odgovarajuće polje za svaku opisanu pojavu.

OSEĆAM SE SPOSOBNO DA SA SVOJIM UČENICIMA SPROVODIM PROGRAME KOJI SE ODNOSE NA...		Potpuno netačno	Uglavnom netačno	Ni tačno ni netačno	Uglavnom tačno	Potpuno tačno
1	Prevenciju nasilja					
2	Seksualno i reproduktivno zdravlje					
3	Rodnu ravnopravnost					
4	Prevenciju konzumiranja psihoaktivnih supstanci (alkohol, droga, itd)					

Došli smo do kraja upitnika.
Hvala vam na saradnji i izdvojenom vremenu!

Prilog 6
Intervju sa nastavnicima/ama u sklopu kvalitativnog istraživanja

Vodič za intervju sa nastavnicima i nastavnicama — Program Y

1. Možete li mi malo više reći o Vašem iskustvu sa školskim sistemom u kojem radite?

2. Koliko dugo živite u ovoj konkretnoj zajednici/području?

3. Koji su neki od glavnih izazova sa kojima se porodice (porodice vaših učenika i učenica) u ovom području suočavaju?

4. Kada ste Vi lično počeli da radite u ovoj školi?

5. Koji su glavni izazovi sa kojima se suočavate kao nastavnik/ca u ovoj školi?

6. Šta ste primetili/uočili kod mladih ljudi u ovoj školi? Potpitanja:
› a. njihovi školski/obrazovni rezultati
› b. njihovi ciljevi/težnje
› c. glavni izazovi/problemi sa kojima se suočavaju
› d. karakteristike mladića i devojaka koje im pomažu da savladaju izazove
› e. osobine njihovog okruženja koje im pomažu ili ih sprečavaju u postizanju ciljeva

7. Koji su neki od ključnih odnosa ili uticaja koje mladi ovde imaju?
› b. Odrasli uzori
› c. Podrška/uticaj porodice
› d. Odnosi sa nastavnicima/cama
› e. Odnosi sa vršnjacima

8. Koji su neki od izazova sa kojima se mladići suočavaju u ovoj školi? U široj zajednici? U svojim domovima?
› a. Seksualno i reproduktivno zdravlje mladića učenika
› b. Odnosi sa devojkama
› c. Vršnjačko nasilje
› d. Nasilje u zajednici (i nasilje u kući?)
› e. Različiti izazovi za mlađe učenike? Starije učenike?

9. Šta ste uočili kod devojaka u ovoj školi? Koji su neki od izazova sa kojima se devojke suočavaju u ovoj školi? U široj zajednici? U svojim domovima? Potpitanja:
› a. Seksualno i reproduktivno zdravlje
› b. Odnosi sa mladićima

10. Program Y nastoji da izgradi rodno ravnopravnije stavove i ponašanja kod mladića i devojaka, u nadi da će to dovesti do poboljšanja reproduktivnog zdravlja i smanjenja nasilja. Šta mislite o ovoj ideji? Da li mislite da ovaj tip projekta može biti od pomoći? Zašto ili zašto ne?

11. Da li ste zbog nečeg zabrinuti u vezi sa ovim programom?

12. Koje druge aktivnosti biste želeli da ovaj program uključi?

13. Da li postoje drugi akteri (npr. roditelji, ministarstva obrazovanja) za koje mislite da bi bilo dobro da se uključe u program?

14. Da li postoje bilo kakve aktivnosti u kojima biste želeli da učestvujete ili koje biste možda želeli da vodite sa drugima?

Prilog 7
Obrazac izveštaja za radionice i aktivnosti kampanje

Format za izveštavanje o realizovanim radionicama

Datum realizacije								
Ime i prezime voditelja/ke radionice								
Naziv škole / obrazovne institucije								
Izveštaj o realizovanoj radionici				Broj učesnika/ca			Važni zaključci/utisci sa radionica (problemi, izazovi, ...):
Br.	Vremenski raspored	Ukupno minuta	Naziv radionice	Razred	Muško	Žensko	Total	
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
Potpis voditelja/ke 1:				Potpis voditelja/ke 2:				

Prilog 8
Primer baze podataka učenika/ca i nastavnika/ca

PROGRAM Y - SPISAK UČESNIKA/CA

Br	Ime i prezime	Nastavnik/ca	Učenik/ca	Razred	Kontakt	Prisustvo na radionicama	Prisustvo na aktivnostima 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 u školama

Prikupljanje sredstava u školama

Prikupljanje sredstava u školama

Uvod

Prikupljanje sredstava (fandrejzing, eng. fundraising) može se definisati kao prikupljanje novčanih sredstava/roba/usluga za realizaciju naših ideja i aktivnosti koje doprinose njihovom ispunjenju. Ovde se ne radi samo o novcu i kako do njega doći, ovo bi trebalo da se odnosi na uspostavljanje dugoročnih partnerskih odnosa sa potencijalnim donatorima jer na taj način održivo obezbeđujemo sredstva za sadašnjost i budućnost.

U današnje vreme prikupljanje sredstava je postalo čista nauka sa vrlo sveobuhvatnom metodologijom i konkretnim smernicama koje vas mogu naučiti kako da postanete uspešni u prikupljanju sredstava. Ali šta ako ste nastavnik ili nastavnica u školi, uključeni ste u školske projekte bez budžeta za vannastavne aktivnosti, ali sa velikom motivacijom za uspeh? Ova metodologija vam može pomoći u vašoj misiji.

Prikupljanje sredstava u školama

Ograničeni budžeti i mala ulaganja vlade mogu da otežaju život školama i da ih prisile ih da istražuju i druge mogućnosti za prikupljanje sredstava. Za one koji se po prvi put hvataju u koštac sa prikupljanjem sredstava, kao i za iskusne fandrejzere koji se upuštaju u nove projekte, prikupljanje sredstava u školama može biti izazovan zadatak. Dobra vest je da to ne mora biti tako. Uz promišljen i organizovan pristup, svako može pretvoriti svoje napore u uspešnu kampanju za prikupljanje sredstava.

Uz promišljen i organizovan pristup, svako može pretvoriti svoje napore u uspešnu kampanju za prikupljanje sredstava.

Prikupljanje sredstava može biti odličan način za povezivanje sa zajednicom učenika i učenica, roditelja i nastavnika i nastavnica u školi i van nje. To takođe može biti prilika za druge ljude da se direktno uključe u prikupljanje novca za školu i njene programe i pokažu svoju podršku školi.

Koraci u prikupljanju sredstava

Sledeći koraci vam mogu olakšati upoznavanje sa najefikasnijim načinom pristupa ovoj temi i započinjanjem aktivnosti prikupljanja sredstava kroz praksu.

1. Uspostavite školski tim za prikupljanje sredstava

Tim za prikupljanje sredstava trebalo bi da čine predstavnici i predstavnice školskog odbora i uprave, nastavnici i nastavnice, roditelji i učenici. Tim ne mora da bude veliki, ali bitno je da su sve zainteresovane strane zastupljene. Pokretači tima za prikupljanje sredstava mogli bi da predstave ideju na sastancima odbora i uprave ili na sastancima nastavnika i nastavnica, saveta roditelja i sastancima učeničkih parlamenata, ako oni postoje, a onda mogu da glasaju za svog predstavnika ili predstavnicu u timu ili da ga/je imenuju. Izabrane predstavnike i predstavnice trebalo bi motivisati da se bave ovom temom, tako da je veoma važno da su oni spremni da učestvuju u ovom timskom radu na dobrovoljnoj osnovi. Kada se tim uspostavi možete objaviti imena članova i članica tima na školskoj oglasnoj tabli/školskoj internet stranici zajedno sa njihovim kontakt podacima, tako da učenici/ce, roditelji ili nastavnici/ce i svi drugi mogu da im se obrate kada je to potrebno.

Tim ne mora da bude veliki, ali bitno je da su sve zainteresovane strane zastupljene.

2. Razvijte strategiju za prikupljanje sredstava

Uspostavljeni tim trebalo bi da razvije strategiju škole za prikupljanje sredstava. To nije jednostavan proces i može se sprovesti na različite načine. Ako je timu potrebna podrška, oni mogu identifikovati stručnjaka/kinju (možda uz pomoć roditelja, firme u kojoj je roditelj zaposlen ili preko nevladine organizacije) koji je spreman da dâ svoj pro bono doprinos razvijanjem strategije ili obučavanjem članova tima kako da to urade. Druga mogućnost je da škola obezbedi određena sredstva za angažovanje takvog stručnjaka/kinje. Ako ništa od ovoga nije moguće, u nastavku su dati saveti i smernice u vidu pitanja koja bi mogla da budu od pomoći timu:

- **Definišite problem** ✓
- **Definišite viziju** ✓
- **Definišite aktivnosti** ✓
- **Definišite pristalice** ✓
- **Definišite rokove** ✓
- **Definišite troškove** ✓
- **Definište procedure** ✓

- 1) Definišite problem – koji su to problemi sa kojima se škola suočava? Nemojte se fokusirati na nedostatak novca, već radije identifikujte akcione korake koji vode ka rešavanju problema, koji su pri ruci a koji bi se mogli realizovati prikupljanjem i ulaganjem novca u rešavanje problema.

DEFINIŠITE PROBLEM

- 2) Definišite viziju – bilo bi sjajno ako biste mogli da osmislite viziju škole. Kako će vaša škola izgledati u budućnosti, za 10 godina? Da li će vaša škola postati prepoznatljiva kao škola sa sjajnim pozitivnim okruženjem za učenike/ce i nastavnike/ce? Da li će vaša škola već tada biti lider u realizaciji Programa Y (obrazovanje o životnim veštinama) u vašoj zajednici, gradu, regionu?

DEFINIŠITE VIZIJU

- 3) Definišite aktivnosti – navedite sve aktivnosti koje je potrebno sprovesti da bi se vaši problemi rešili a vaša vizija ispunila. Nemojte se plašiti, ova lista može biti dugačka, stvar je u tome da navedete sve što vam padne na pamet kao neophodno, što je potrebno da se uradi (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 zahteve.

DEFINIŠITE AKTIVNOSTI

- 4) Definišite pristalice – zajedno sa zadacima navedenim u planu aktivnosti trebalo bi da identifikujete ljude koji mogu da vam pomognu da realizujete te zadatke (kao što su učenici/ce, nastavnici/ce, roditelji, ali takođe i lideri/ke iz zajednice, lokalni preduzetnici/ce, mediji i sl). U ovom delu, sastavite listu kontakata koja sadrži sva imena, e-mail adrese, brojeve telefona i slično, jer će vam te informacije biti potrebne kasnije.

DEFINIŠITE PRISTALICE

- 5) Definišite vremenski okvir, uloge i odgovornosti – u ovom delu definišite datum početka, trajanje vaše aktivnosti, kao i očekivani rok završetka. U sledećoj koloni odredite ko će biti odgovoran za svaku aktivnost ili njene segmente.

DEFINIŠITE ROKOVE

- 6) Definišite troškove – iako se celokupan proces odnosi na prikupljanje sredstava, neophodno je da se obezbedi neki mali iznos novca za ove operativne aktivnosti. To je ujedno i odlučujući trenutak u kojem odlučujete koliko će vam novca biti potrebno za realizaciju akcija i ko su potencijalni donatori ili bi to mogli biti.

DEFINIŠITE TROŠKOVE

U nastavku je dat primer tabele strategije za prikupljanje sredstava za jedan problem. Možete kreirati ovu tabelu za svaki problem na koji se fokusirate.

	AKTIVNOST	VREMENSKI OKVIR	PRISTALICE	TROŠAK	ODGOVORNOST
1					
2					

- 7) Definište procedure za upravljanje sredstvima – budite veoma precizni sa uspostavljanjem protokola i procedura za upravljanje prikupljenim sredstvima. Pobrinite se da se poštuju važeći državni zakoni, ali takođe i smernice škole koje se odnose na troškove, računovodstvo, nabavku i druge pravne procedure.

DEFINIŠITE PROCEDURE

3. Sprovedite istraživanje

Prikupljanje podataka je veoma važan korak za razvoj vaše strategije, ali ono bi takođe trebalo da postane sastavni deo celokupnog procesa (trebalo bi ga raditi kontinuirano pre, za vreme i nakon inicijative za prikupljanje sredstava). Prikupljanje podataka će vam pružiti širok spektar korisnih podataka: od identifikacije onoga što je potrebno i ideja o tome kako bi se to moglo obaviti do onoga šta je prošlo dobro, a šta nije. Možete prikupljati podatke na različite načine: organizovanjem diskusija u fokus grupama, individualnim razgovorima sa učenicima/cama, roditeljima i nastavnicima/cama ili postavljanjem info pulta koji može poslužiti kao mesto gde učenici/ce mogu dobiti dodatne informacije za vreme školskih odmora ili gde mogu dati svoje predloge i ideje. Takođe, jedan deo istraživanja može da se obavi na internetu, da biste saznali kako druge škole rešavaju slične probleme. Kada prikupite sve informacije, možete da ih analizirate i da započnete proces planiranja.

Prikupljanje podataka je veoma važan korak za razvoj vaše strategije...

4. Konsultujte se sa svojom zajednicom – ne plašite se da pitate

Nemojte zaboraviti da vaša škola pripada zajednici i da ima puno ljudi koji žive u vašoj zajednici, koji vam mogu pomoći i podržati vas na vašem putovanju. Upoznajte se sa predstavnicima/cama opštine, lokalnih medija, sportskih klubova, strukovnih udruženja, umetničkih i kulturnih organizacija i svima drugima koje ste identifikovali kao zainteresovane strane i koji bi mogli dati svoj doprinos tom procesu. Pružite im priliku i obezbedite im prostor da se uključe i aktivno učestvuju. Postoji mnogo načina na koje vam ljudi mogu pomoći, pri čemu je finansijska pomoć samo jedan od načina.

5. Organizujte i sprovedite aktivnosti

Kada je faza planiranja završena a naredni koraci su jasno definisani, vreme je da DELUJETE! Počnite sa svojom prvom aktivnošću i pratite proces. Ne zaboravite da budete fleksibilni i spremni da se prilagodite, ako se pojave izazovi, a hoće, oni se uvek pojave, najvažnija stvar je da ostanete fokusirani na ono što želite da ostvarite.

Kada je faza planiranja završena a naredni koraci su jasno definisani, vreme je da DELUJETE!

6. Učite iz vlastitog iskustva i usavršavajte se

Kada je proces završen i imate spremne podatke monitoringa, analizirajte ih i učite iz njih. Ako ste razvili jasan skup pokazatelja za merenje vašeg napretka, sada ih koristite za procenu nivoa ostvarenja. Organizujte sastanak za procenu rada tima za prikupljanje sredstava i razgovarajte o rezultatima, uspehu i izazovima, i učite iz toga. To su veoma važne lekcije za vaše buduće ponašanje.

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 je praksa prikupljanja novca od strane škola ili školskih grupa za podršku programima obogaćivanja obrazovanja. Postoji mnogo načina da se sprovede prikupljanje sredstava u školama i ovaj vodič će predstaviti neke od njih. Uvek bi trebalo da jasno definišete zašto se događaj organizuje i za šta će se koristiti prikupljena sredstva. Biti transparentan na ovakav način će učiniti da vam ljudi veruju i da budu sigurni u ono za šta daju svoj doprinos. Na nekim događajima možete uručiti zahvalnice, bedževe u znak zahvalnosti i sl, i na taj način izraziti svoju zahvalnost ljudima koji su pružili podršku.

Recikliranje – obezbeđivanje ili izrada/proizvodnja kutija za odlaganje papira i plastike za reciklažu koje se postavljaju po celoj školi može dugoročno akumulirati mnogo sredstava, jer škola može dobiti povrat od komunalnih javnih preduzeća. Morate se povezati sa lokalnim komunalnim preduzećima, dobiti informacije i uspostaviti saradnju. Sakupljanje plastike i papira bi trebalo da obavljaju nastavnici/ce i učenici/ce i prvo možete organizovati neki promotivni događaj u školi koji će najaviti početak ovog procesa. Nakon postavljanja kutija za tu namenu, učenici/ce i nastavnici/ce mogu da počnu sa recikliranjem. Možete čak i da napravite neku vrstu takmičenja između razreda ko će sakupiti više i možete da organizujete malu proslavu na kraju svake školske godine da biste proglasili pobednike i objavili koliko sredstava je prikupljeno. Ovo može postati redovna aktivnost i stalni način prikupljanja sredstava.

Školski sajam – može se organizovati jednom godišnje, kada učenici/ce mogu da proizvedu ili doniraju neku robu za prodaju na školskom sajmu. To je ujedno i mesto gde možete prodavati kolačiće i limunadu i najbolja aktivnost putem koje možete uključiti roditelje i nastavnike/ce. I ovaj događaj se može koristiti za predstavljanje školskih inicijativa donatorima i zainteresovanim stranama u zajednici (može se organizovati povodom obeležavanja Dana škole).

Sportska takmičenja – sjajna aktivnost na otvorenom kada ekipe mogu da plate neku malu naknadu za učešće. To može uključivati različite sportske aktivnosti, ali i različite ekipe: ekipe roditelja, ekipe nastavnika, ekipe učenika, ali i ekipe lidera zajednice. Na ovakve događaje možete pozvati poznate sportiste ili sportistkinje koji mogu učestvovati u događaju i privući veliku pažnju zajednice.

Eko-dan – organizujte događaj na koji će svi učenici i nastavnici doći obučeni u zeleno i dogovorite čišćenje škole i školskog dvorišta i sadnju cveća i drveća. Možete dobiti besplatno cveće, seme i zemlju za sadnju od lokalnih preduzetnika. Naravno, učešće je "zelena naknada".

Ručak – možete pozvati kuvare iz lokalnih restorana da pripreme ručak ili da pripreme zakusku za sve učenike i nastavnike u školama koji mogu kupiti svoj ručak. Od prikupljenih sredstava ćete platiti namirnice potrebne za ovaj događaj, ali takođe i prikupiti dodatna sredstva.

Školska zabava – sa naplatom ulaznica na kojoj se učenici mogu zabaviti uz ples i druženje. Ovo je takođe odlična prilika za promociju zdravih stilova života i promociju bezalkoholnih pića koje možete dobiti od pristalica koji su vlasnici lokalnih trgovina.

Dan igara – neka učenici donesu igračke i društvene igre sa kojima se mogu igrati poslednji dan polugodišta i tražiti zauzvrat donaciju.

Kviz – organizujte svoju verziju kviza Ko želi da bude milioner? ili Najslabija karika. Ukoliko to nije moguće, prilagodite društvene igre na tabli za veliku publiku a nagrade neka budu donirane.

Karaoke – organizujte svoje vlastito takmičenje X Faktor (lokalna popularna TV emisije za takmičenje u pevanju).

Bacanje sunđera – zamolite učenike da daju donacije u zamenu za dobijanje prilike da bacaju sunđere natopljene vodom na nastavnike. Ovo je najbolje raditi po sunčanom vremenu.

Takmičenje talenata – održite takmičenje talenata za učenike da pokažu svoje veštine. Možete da ga napravite u stilu TV emisije tako što ćete imenovati sudije da izaberu pobednike.

Lov na blago – organizujte lov na blago, podelite učenike u parove ili ekipe i neka detektivski posao počne. Zamolite lokalnog preduzetnika da donira nagradu za pobednički par/ekipu i odredite predloženi iznos donacije za učešće.

Svetski dan kulture – neka se učenici obuku tematski za ovaj dan, dodelite svakom razredu različitu državu na kojoj će se njihova tema bazirati. Dobrotvorna utakmica nastavnika – izazovite uzbuđenje među učenicima prisustvovanjem posebnoj sportskoj igri u kojoj su ekipe sastavljene od njihovih nastavnika! Organizujte prodaju ulaznica za gledanje utakmice i razmislite o tome da postavite štand za prodaju hrane i pića. To može da bude ozbiljna igra ili nešto komično.

Dobrotvorni koncert nastavnika – okupite svoje nastavnike i nastavnice na muzičkom koncertu za učenike! Organizujte prodaju ulaznica za gledanje nastavnika koji izvode pesme – bilo kao velika grupa ili male grupe. Nastavnici i nastavnice mogli bi biti kreativni i pozvati poznate izvođače da im se pridruže ili da pozovu sponzore iz zajednice.

Trening sesije – zamolite nastavnike fizičkog vaspitanja iz lokalnih škola da se prijave da drže nedeljne trening sesije iz različitih sportova, a zatim ponudite zajednici da uz plaćanje adekvatne naknade prisustvuju tim treninzima.

Humanitarna večera/branč – na koju možete da pozovete lokalne firme i institucije da učestvuju i predstavite im svoje ideje (lokalne prodavnice pića i restorani mogu donirati hranu i piće). Ovo je mesto gde možete zatražiti sve vrste podrške za svoje ideje.

2. Prikupljanje sredstava u zajednici

U vašoj zajednici postoji mnogo materijalnih i nematerijalnih resursa koji se mogu koristiti kao podrška školskim programima i aktivnostima. Pre svega, trebalo bi da identifikujete sve postojeće službe, trgovine, restorane, biznise, firme itd. i istražite šta je njihov delokrug rada, a zatim da pronađete vezu ili da identifikujete zajednički interes. Drugo, trebalo bi da se sastanete sa njima i razgovarate o mogućoj saradnji predstavljajući im svoju viziju i ideje, i da budete konkretni u vezi toga šta vaša škola treba od njih. Morate biti vrlo jasni i precizni u vezi toga šta želite i kako mislite da bi oni mogli da vam pomognu (to može biti vezano za doniranje sredstava, ili doniranje njihovog vremena ili roba ili usluga). Pokušajte da im objasnite da će njihov angažman i podrška biti javno objavljeni, tako da će to biti reklama i promocija za njih (putem saopštenja za medije, internet medija, video spotova).

Morate biti vrlo jasni i precizni u vezi toga šta želite i kako mislite da bi oni mogli da vam pomognu...

Dobar početak bi mogao da bude da se učini nešto dobro i korisno za zajednicu. Postoje brojne aktivnosti koje bi mogle da se urade kao što su čišćenje lokalnog parka, sadnja cveća, uređenje klupa ili renoviranje nekog starog javnog prostora ili možete da organizujete muzički festival koji može okupiti sve predstavnike zajednice da posete vašu školu i da se upoznaju sa vašim planovima za program poboljšanja škole. Imajte na umu da ovo lokalno partnerstvo tretirate kao dugoročno opredeljenje, a ne kao samo jednokratni angažman. Na taj način ljudi bi mogli da se povežu sa vašom školom, da budu motivisani i inspirisani da daju svoj doprinos i podrže vas u dužem vremenskom periodu.

3. Domaće i međunarodno prikupljanje sredstava

Prikupljanje sredstava se može organizovati sa domaćim i međunarodnim donatorima a zemlje Balkana takođe mogu pristupiti i pretpristupnim fondovima EU. Domaći i međunarodni donatori obično imaju otvorene pozive sa konkretnom temom/temama koje bi želeli da podrže i rok do kojeg bi trebalo da pošaljete predlog svoje ideje. U svom predlogu, morate da opravdate i objasnite problem koji biste želeli da rešite i da ponudite konkretnu metodologiju kako ćete ga rešiti, i šta će biti drugačije nakon realizacije vašeg projekta. Ovaj proces je ponekad veoma zahtevan jer prvo treba da proverite da li ste podobni kao škola da se prijavite na neke pozive, a zatim da proverite sva pravna pitanja vezana za prijavu. Zatim može početi proces razvoja ideje i obično ona treba da se stavi na papir i da bude vrlo dobro objašnjena u obrascima i dokumentima predloga projekta, logičkog okvira, budžeta i plana aktivnosti. To su vremenski ograničena sredstva sa vrlo jasnim procedurama kako bi trebala biti potrošena tako da ćete sve morati učiniti strogo se pridržavajući pravila ("po PS-u"). Možda postoji lokalni stručnjak/inja ili roditelj koji zna kako bi trebalo napisati predlog projekta i srodne dokumente. Identifikujte ih i zatražite pomoć! Što je još važnije, nevladine organizacije koje vam pomažu u realizaciji Programa Y mogu da vam pomognu u izradi predloga i da vam pruže resurse koji vam mogu pomoći u tom procesu (kao što su kontakti organizacija koje imaju neke opcije finansiranja).

4. Prikupljanje sredstava putem interneta

Danas je prikupljanje sredstava putem interneta veoma popularno i ovde su navedeni neki načini koji će vas možda zanimati:

Donirajte sada dugme na web sajtu škole, gde zainteresovani ljudi, organizacije, donatori mogu direktno da doniraju sredstva školi. Možete zamoliti kreatora vašeg web sajta da doda ovu stranicu na vaš web sajt, gde možete predstaviti svoju viziju i ideje za koje sredstva mogu da se upotrebe i dati potrebne tehničke informacije za donaciju. Isto tako, ovo je mesto gde možete navesti sve prethodne ili sadašnje donatore i javno im izraziti svoju zahvalnost.

Crowdfunding (finansiranje putem gomile ljudi) je praksa finansiranja projekta ili poduhvata prikupljanjem malih novčanih iznosa od velikog broja ljudi, obično putem interneta. Izaberete platformu na internetu, objavite svoju ideju (putem dokumenta, obično putem video snimka ili infografike). On je postao veoma popularan, a više informacija možete pronaći na www.crowdfunding.com.

Primeri uspešnog prikupljanja sredstava

1. Recikliraj za školu

Učenici/e iz škole u regionu Zapadnog Balkana dva puta godišnje organizuju Crowdfunding aktivnosti, npr. - Recikliraj za školu. Učenici/e, roditelji, rođaci, prijatelji i drugi građani pozvani su da donesu elektronski otpad tog dana u školu. Škola stupa u kontakt sa organizacijama koje se bave zaštitom životne sredine i promovišu ovu akciju građanima, kako bi zainteresovali što više ljudi da učestvuju.

Škola uspostavlja partnerstvo sa kompanijom koja kupuje elektronski otpad, a zaradjeni novac koristi se za finansiranje programa i aktivnosti za učenike u školi.

2. Sportski dan

Nekoliko škola u regionu organizuje sportski dan ili turnir koji služi za potrebe prikupljanja željenih sredstava. Škole zajedno sa učenicima/ama organizuju različite sportske igre, kako bi pružili priliku svim učenicima da se pridruže.

Sredstva se mogu prikupiti na nekoliko načina: naplaćivanje ulaznica roditeljima i drugim zainteresovanim gledaocima; sponzorstva turnira; prodajom predmeta, grickalica, pića, itd. Ponekad se prikupljaju sredstva za konkretni povod ili cilj, pa se učesnici događaja pozivaju da doniraju dodatni novac.

Saveti i trikovi!

Ovde su neki saveti za uspešno prikupljanje sredstava, da prikupite novac koji vam je potreban održavajući pritom dobre odnose sa školskom zajednicom.

1. **Uključiti učenike/ce, roditelje, nastavnike/ce, članove/ice zajednice u sve faze prikupljanja sredstava; od definisanja vizije do realizacije aktivnosti.**
2. **Pokušajte da organizujete motivacione i zabavne aktivnosti u kojima će ljudi želeti da učestvuju.**
3. **Budite proaktivni kada je reč o održavanju kontakta sa vašim pristalicama i donatorima, ali ne preterujte u tome.**
4. **Razmišljajte drugačije – uobičajene i tradicionalne aktivnosti za prikupljanje sredstava su sjajne, ali šta možete da uradite na drugačiji način?**
5. **Fokusirajte se na krajnji cilj – budite veoma jasni u vezi toga radi čega i zašto prikupljate novac.**
6. **Unesite notu ličnog – učenici/ce mogu da budu sjajni u prikupljanju sredstava ako ispričaju svoju priču, iz sopstvene perspektive, o tome za šta im je 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 sing

CIP - Каталогизација у публикацији -
Народна библиотека Србије, Београд

305-055.1/.2(035)
316.624-057.874(035)
613-057.874(035)

OBRAZOVNI paket mladi - inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova mladića i devojaka / [pripremila Marina Starčević Cviko ; prevod Dragan Koprivica]. - Beograd : Predstavništvo CARE Serbia u Beogradu, 2018 (Priština : Asha shpk). - 420 str. : ilustr. ; 30 cm

Prevod dela: Educational Toolkit - Youth - Innovative Approaches in GBV Prevention and Healthy Lifestyle Promotion for Young Men and Women. - Listovi u slobodnom povezu. - Tiraž 100. - Sadržaj: Program Y. Društvene kampanje za prevenciju nasilja i očuvanje zdravlja mladih. Vodič za nadgledanje i praćenje uspešnosti programa u školama. Prikupljanje sredstava u školama.

ISBN 978-86-907747-4-6

a) Родна равноправност - Приручници b) Вршњачко насиље - Превенција - Приручници c) Здравствено васпитање - Приручници
COBISS.SR-ID 271286796

www.care-balkan.org

www.youngmeninitiative.net

PROGRAM PODRŽALI:

AUSTRIAN DEVELOPMENT COOPERATION

OAK FOUNDATION

GENE Global Education Innovation Award

ORGANIZACIJE KOJE SPROVODE YMI PROGRAM:

CENTAR E8

O.E.K. СИНЕРГИЈА

smart KOLEKTIV