

# Program E



ISBN 978-9926-8168-4-1

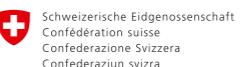


9 789926 816841

IZDAJE:



PROGRAM PODRŽALI:



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra



WITH FUNDING FROM  
AUSTRIAN  
DEVELOPMENT  
COOPERATION



ORGANIZACIJE KOJE IMPLEMENTIRAJU YMI PROGRAM:



Institute for  
Population and  
Development



PERPETUUM MOBILE  
Institut za razvojne i obrazovne projekte

Sveobuhvatni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog  
nasilja i promocije zdravih životnih stilova kroz  
razvoj životnih vještina đaka u osnovnim školama

CARE International Balkans

# Program E

---

Sveobuhvatni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promocije zdravih životnih stilova kroz razvoj životnih vještina đaka u osnovnim školama

CARE International Balkans

---

Knjiga aktivnosti

Objavljivanje ove publikacije podržala je Ambasada Švajcarske u Bosni i Hercegovini i Austrijska razvojna kooperacija. Sadržaj i zaključci ove publikacije ne odražavaju nužno stavove Vlade Švajcarske i Vlade Austrije.

**Autor:**

Feđa Mehmedović, Institut za populaciju i razvoj IPD, Sarajevo

**Stručni saradnici:**

Prof. dr Saša Petković, CARE International Balkans  
Nedim Mičijević, Snaga Mladih, Mostar  
Aleksandar Slijepčević, Institut za razvoj mlađih i zajednice, Perpetuum mobile, Banja Luka  
Vanja Jošić, CARE International Balkans

**Recenzenti:**

Akademik prof. dr Drago Branković, Akademija nauka i umjetnosti Republike Srpske  
Prof. dr Kristina Sesar, Filozofski fakultet Sveučilišta u Mostaru  
Prof. dr Lejla Kafedžić, Filozofski fakultet Univerziteta u Sarajevu  
Doc. dr Tatjana Marić, Prirodno-matematički fakultet Univerziteta u Banjoj Luci

**Izdavač:**

Representative office CARE Deutschland e. V. in Bosnia and Herzegovina  
Hasana Kaimije 11  
71 000 Sarajevo  
Bosna i Hercegovina  
[www.care-balkan.org](http://www.care-balkan.org)  
[www.youngmeninitiative.net](http://www.youngmeninitiative.net)  
[care@care.ba](mailto:care@care.ba)

**Za izdavača:**

Mr Sumka Bučan, Regionalna direktorica

**Dizajn:**

Milan Damjanović

**Štampa:**

Markos Design & Print Studio Banja Luka

**Tiraž:**

300 primjeraka

**ISBN 978-9926-8168-4-1**

**U izradi ovog priručnika, svojim stručnim mišljenjem i sugestijama veliki doprinos dale su sljedeće osobe:**

1. Emina Jusufbegović, stručna savjetnica za srednje obrazovanje u Ministarstvu obrazovanja, nauke, kulture i sporta HNK.
2. Edna Haznadarević, stručna savjetnica, Pedagoški zavod Mostar
3. Andreja Pehar stučna savjetnica, Zavod za školstvo Mostar
4. Andrea Jevrić, pedagogica, Osnovna škola Ilije Jakovljevića Mostar
5. Elvira Jašarbasić, direktorka JU Srednja zubotehnička škola Sarajevo
6. Rabija Bosnić, pedagogica JU Peta Gimnazija Sarajevo

**Feđa Mehmedović**

**Sveobuhvatni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promocije zdravih životnih stilova kroz razvoj životnih vještina đaka u osnovnim školama**

**Knjiga aktivnosti**

Sarajevo, februar 2022. godine



**Copyright© 2022 CARE International u Bosni i Hercegovini-Sarajevo. Sva prava zadržavaju autori.**

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

# Sadržaj

6 Predgovor  
8 YMI Rječnik  
8 Važne skraćenice  
8 Važni pojmovi

## POGLAVLJE 1

### UVODNO POGLAVLJE

12 O Nama  
14 Inicijativa mladića 2006 – 2021  
14 O Programu E  
15 Kome je Program E namijenjen  
17 Metodološki okvir Programa E  
18 Principi rada sa djecom i mladima

## POGLAVLJE 2

### ISHODI UČENJA I STRATEGIJE RADA SA MLADIMA

22 Uvod  
23 Pristup aktivnog učenja  
25 Uspostavljanje podržavajućeg okruženja  
27 Kompetencije edukatora i facilitatora<sup>7</sup>  
29 Neformalno i formalno obrazovanje  
31 Sveobuhvatni programi prevencije rodno zasnovanog nasilja u školama  
33 Prednosti holističkog pristupa Programa E u radu sa mladima  
34 Obrazovanje o rodu  
34 Kampanje u radu sa mladima  
37 Ishodi učenja  
37 Ishod 1. Odnosi  
39 Ishod 2. Vrijednosti, prava, kultura i seksualnost  
39 Ishod 3. Razumijevanje rodnih normi  
40 Ishod 4. Nasilje i sigurnost  
41 Ishod 5. Vještine za zdravlje i dobrobit  
42 Ishod 6. Teme ljudskog tijela i razvoja  
44 Ishod 7. Seksualnost i teme o seksualnom ponašanju  
44 Ishod 8. Seksualno i reproduktivno zdravlje

## POGLAVLJE 3

### PRAKTIČNI ALATI ZA RAD U ŠKOLAMA I ZAJEDNICAMA

48 Uvod  
49 Oblast: rod, identitet i odnosi  
49 Radionica 1: Rod i pol  
56 Radionica 2: Muške i ženske mreže riječi  
58 Radionica 3: Putovanje kroz sjećanje: upoznavanje s rodom u ranoj fazi odrastanja  
59 Radionica 4: Identiteti  
62 Radionica 5: Ja sam kao ti, ti si kao ja  
64 Radionica 6: Kalendar ljudskih prava  
67 Radionica 7: Moć, privilegije i jednakost  
69 Radionica 8: Veze među mladima

72 Radionica 9: Moje veze  
74 Radionica 10: Vršnjački pritisak  
78 Radionica 11: Komunikacija  
80 Radionica 12: Društvena pravila i nasilje  
86 Oblast: pubertet i promjene u pubertetu  
86 Radionica 13: Intervju pubertet  
88 Radionica 14: Pubertet  
91 Radionica 15: Pitam te, pitaš me o pubertetu  
94 Radionica 16: Fizičke, socijalne i emocionalne promjene u pubertetu i adolescenciji  
96 Radionica 17: Pubertet (Istraživanje)  
99 Radionica 18: Oblikovanje tijela  
100 Radionica 19: Promjene tijela  
101 Radionica 20: Pubertet: Šta još očekivati?  
103 Radionica 21: Zanimljive činjenice o tijelu  
106 Radionica 22: Činjenice o polno prenosivim infekcijama (PPI)  
108 Oblast: Nasilje i nezdravi odnosi  
108 Radionica 23: Mladi protiv nasilja  
118 Radionica 24: Nasilje i osjećanja  
125 Radionica 25: Procijeni situaciju  
129 Radionica 26: Šta mogu uraditi ako...  
135 Radionica 27: Nasilje u školi i na internetu  
139 Radionica 28: Nasilje u vezama  
143 Radionica 29: Je li to ljubav?  
144 Oblast: Donošenje zdravih i ispravnih odluka  
144 Radionica 30: Procjena rizika  
150 Radionica 31: Donošenje odluka  
153 Radionica 32: Istraživanje  
154 Radionica 33: Jesam li to rekao/la? Različiti stilovi komunikacije  
157 Radionica 34: Vježbanje asertivne komunikacije  
159 Radionica 35: Pet koraka za komuniciranje prilikom sukoba  
162 Radionica 36: Stajati iza vlastitog mišljenja  
163 Radionica 37: Timski ja  
164 Radionica 38: Upravljanje emocijama  
166 Radionica 39: Izražavanje sopstvenih osjećanja  
169 Radionica 40: Inspirišite se! Stvaranje promjene  
171 Radionica 41: Problem do kojega mi je stalo  
177 Literatura

## Predgovor

Moderna društva teže boljem razumijevanju odrastanja djece i nastoje kroz formalno i neformalno obrazovanje odgovoriti na izazove sa kojima se djeca i roditelji suočavaju u tom životnom procesu. Globalizacija i promjene trendova koji se odnose na živote i odrastanje djece i mlađih, nameću potrebu da se kroz istraživanja i prilagođavanja programa za djecu i mlade adresiraju ključne potrebe i ponude rješenja za izazove sa kojima se susreću i suočavaju.

Socijalizacija i interakcije sa vršnjacima i okruženjem suštinski utiču na stavove i odluke mlađih kada su u pitanju zdravlje i zdravi životni stilovi. Upravo zato, moderni obrazovni sistemi posebnu pažnju posvećuju učenju mlađih da se socijalizuju na način koji je u najboljem interesu za njihovo zdravlje. Podložnost socijalnim uticajima je individualna i specifična, stoga obrazovni programi koji postavljaju učenike i učenice u centar učenja imaju potencijal da odgovore na individualne potrebe, mnogo prije nego tradicionalni pristupi koji jednosmјerno šalju jednoobraznu poruku svim učenicima i učenicama kao homogenoj grupi.

Socijalne norme, sa naglaskom na rodne norme i rodne stereotipe, mogu kod mlađih ohrabrvati ponašanja koja obrazovne i zdravstvene institucije žele prevenirati, ali isto tako obeshrabriti mlađe da koriste usluge koje im mogu biti značajne u očuvanju zdravlja. Mlađi mogu osjećati da je traženje pomoći znak slabosti, djevojke da prva cigareta dokazuje da su zrele, da nasilje prema drugima ima opravdanje, da u slučaju izloženosti nasilju trebaju sami/e da pronađu rješenje, bez upitanja autoriteta. Ponašanja, stavovi i vrijednosti mlađića i djevojaka razlikuju se i pod uticajem su rodnih normi, pa je rodno senzitivni pristup prilagođen postojećim razlikama, ali sa jednakim ciljem, stvaranje dodatnih prilika za mlađe i djevojke da žive kvalitetnije i zdravije živote.

Promjenom paradigme obrazovanja o zdravlju moguće je uticati na kreiranje nove generacije mlađih koji vjeruju u ispravnost odluka koje su u najboljem interesu za njihovo zdravlje. Brojni zdravstveni problemi (kardiovaskularna oboljenja, dijabetes, karcinomi, poremećaji mentalnog zdravlja, polno presnisive bolesti) koje će pojedini mlađi ljudi doživjeti u odrasloj dobi, svoj početak razvoja imaju u doba adolescencije.

Djeca i adolescenti su generalno zdrava populacija, no njihove životne navike, pojedinačno ili udruženo, ključni su faktori u pojavi ili prevenciji hroničnih oboljenja u odrasloj dobi. Istraživanja provedena u BiH, Hrvatskoj, Srbiji, Kosovu\* i Albaniji pokazuju da se djeca i mlađi ljudi tokom svog odrastanja suočavaju sa brojnim izazovima vršnjačko nasilje (verbalno, digitalno i fizičko nasilje), stres vezan za obrazovanje, negativni uticaji vršnjaka, upotreba duhana, alkohola, ilegalnih psihoaktivnih supstanci, narušeno mentalno zdravlje, nezdrave prehrambene navike, nedovoljna fizička aktivnost, rano stupanje u seksualne odnose i rizična seksualna ponašanja.

Zbog svega navedenog, obrazovni programi, pored informacija o zdravlju i značaju zdravih životnih stilova, trebaju omogućiti mlađima da razumiju dostupne informacije i razviju veći stepen samopouzdanja pri donošenju odluka koje se mogu razlikovati od „društveno očekivanih“. Posebno važan resurs u tom kontekstu predstavljaju životne vještine. Razvijanjem kritičkog mišljenja, razvojem empatije, usvajanjem interpersonalnih komunikacijskih vještina, vještina rješavanja problema i vještina donošenja odluka, mlađi će steći potrebne kompetencije da se efektivnije suprostave socijalnim uticajima koji postoje u njihovom okruženju.

Pred vama se nalazi *Program E*, obrazovni kurikulum u kojem su integrirani gore navedeni principi i koji na uzrastu prilagođen način, primjenom tačnih i provjerenih informacija, kroz direktni angažman učenika, doprinosi razvoju psihosocijalnih kompetencija djece i mlađih.

Integrисane radionice su testirane u radu sa djecom i mlađima i sigurni smo da će, kao što je to bio slučaj prilikom testiranja, djeca i mlađi preoznati sadržaje radionica kao vrlo relevantne za njih, njihove vršnjake i društvo u cijelini.

*Program E*, kroz svoje sadržaje i metodiku rada, može dovesti do ishoda kojima svi težimo, a to je razvoj novih generacija mlađih koji cijene svoje zdravlje i donose odluke koje su od najboljeg interesa za njih, njihove vršnjake, porodice i zajednice.

Želimo vam vrlo interaktivan, konstruktivan i otvoren obrazovni dijalog sa djecom i mlađima. *Program E* nudi sve što vam je potrebno da planirate i vodite obrazovno-vaspitni proces utemeljen na dijalogu, istraživanjima i razvoju vještina koje su osnova zdravijeg i sigurnijeg odrastanja djece i mlađih.

Feđa Mehmedović i Saša Petković

\* Prema rezoluciji UN-a 1244

# YMI Rječnik

U nastavku predstavljamo najvažnije pojmove i skraćenice sa kojima ćete se susretati tokom učenja i izučavanja sadržaja Programa E.

## Važne skraćenice

BMK – Budi muško klub  
Covid – 19 – Naziv bolesti uzrokovane SARS-CoV-2 (korona virus teškog akutnog respiratornog sindroma)  
HAV – Hepatitis A virus  
HBV – Hepatitis B virus  
HCV – Hepatitis C virus  
HIV – Virus humane imunodeficijencije  
HPV – Humani papilloma virus  
HCV – Herpes simplex virus  
IM – Inicijativa mladića

IPPF – Međunarodna federacija za planiranje porodice  
PAS – Psihoaktivne supstance  
Program M – Program mladići  
Program Y – Program mladi  
RZN (GBV) – rodno zasnovano nasilje  
SIDA (AIDS) – Sindrom stečenog gubitka imuniteta  
PPI – Polno prenosive infekcije  
SRZ – Seksualno i reproduktivno zdravlje  
SZO (WHO) – Svjetska zdravstvena organizacija  
YMI – Young men initiative (Inicijativa mladića)

## Važni pojmovi

**AD/HD** predstavlja nedostatak pažnje/poremećaj hiperaktivnosti.

**ASERTIVNOST** u komunikaciji je sklonost da hrabro ili sa dosta samopouzdanja osobe izraze svoja mišljenja i osjećanja, uz puno uvažavanje sagovornika.

**DISKRIMINACIJA NA OSNOVU POLA** predstavlja privilegovanje, isključivanje ili ograničavanje zasnovano na polu zbog koga se pojedinkama/cima otežava ili negira priznanje, uživanje ili ostvarivanje ljudskih prava i sloboda.

**ILEGALNE PSIHOAKTIVNE SUPSTANCE (DROGE)** mogu se definisati kao bilo koja supstanca koja može da proizvede promjene u funkcionisanju živilih organizama, bilo da se radi o fiziološkim promjenama ili promjenama u ponašanju.

**PSIHOLOŠKO NASILJE** obično predstavlja najteži oblik nasilja za prepoznavanje. Ono može uključivati ponižavanje, prijetnje, uvrede, pritiske, izraze ljubomore ili posesivnosti kao što su kontrolisanje odluka i aktivnosti.

**FIZIČKO NASILJE** podrazumijeva upotrebu fizičke sile kao što su udaranje, štipanje, šamaranje ili guranje.

**POL** se odnosi na biološke atribute i karakteristike koje identificuju određenu osobu kao muško ili žensko.

**POTPUNA KONTROLA** je vid nasilja u kojem nasilnik nastoji kontrolisati djevojku ili ženu. 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.

**PSIHIČKO NASILJE** je upotreba psihičke sile s ciljem nanošenja duševne boli, izazivanje straha, povrede dostojanstva, uvećavanje osjećaja. Psihičko nasilje nema fizičke posljedice i time biva teže za prepoznati, ali ostavlja trajne posljedice na žrtvu.

**RAVNOPRAVNOST POLOVA** podrazumijeva ravnopravnu vidljivost, sposobljenost i učešće polova u svim vidovima javnog i privatnog života. Ravnopravnost polova je u suprotnosti s neravnopravnosću polova, a ne sa različitošću polova.

**REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE** objedinjuje reproduktivne procese, funkcije i sistem organa u svim fazama života. Reproduktivno zdravlje, dakle, podrazumijeva da su ljudi u mogućnosti da imaju odgovoran, zadovoljavajući i bezbjedan seksualni život i sposobnost da imaju potomstvo, kao i slobodu da odluče da li će ga imati, kada i koliko često. Iz ovoga proizlazi i pravo muškaraca i žena da budu informisani i da imaju pristup bezbjednim, efektivnim, pristupačnim i prihvatljivim metodima planiranja porodice po svom izboru i pravo na pristup odgovarajućim službama zdravstvene zaštite koje će omogućiti ženama bezbjednu trudnoću i porođaj i pružiti parovima najbolje šanse da dobiju zdravo dijete.

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

**RODNI IDENTITET** je unutrašnji osjećaj osobe o svom rodu. Od rodnih identiteta se najčešće navode „muški“ i „ženski“, jer su ti identiteti u skladu sa društvenim normama.

**RODNO IZRAŽAVANJE** uključuje karakteristike ličnosti, izgleda i ponašanja koje se u određenoj kulturi i povijesnome periodu određuju kao muževne ili ženstvene.

**RZN (eng. Gender Based Violence - GBV)** ili rodno zasnovano nasilje je nasilje koje se zasniva na rodnim očekivanjima i/ili na polnom ili rodnom identitetu druge osobe. Iako se RZN može primijeniti na žene i na muškarce, djevojčice i dječake, fokus napora iz domena RZN-a je na okončanju nasilja nad ženama i djevojkama, jer su one te koje su u najvećem broju slučajeva pogodjene ovom vrstom nasilja.

**SEKSUALNOST** se odnosi na izražavanje naših osjećanja, misli i ponašanja kao muškaraca ili žena. To uključuje naša osjećanja privlačnosti, zaljubljenosti i ponašanja u intimnim vezama. Seksualnost je izraz onoga ko smo mi kao ljudska bića – ona uključuje sva osjećanja, misli i ponašanja koja imamo kao muškarci ili žene, osjećaj da smo privlačni, da smo zaljubljeni, kao i da smo u vezi koja uključuje intimnost i fizičku seksualnu aktivnost.

**SEKSUALNO NASILJE** je svaki neželjeni seksualni čin ili pokušaj uključivanja u seksualni čin putem fizičkog, psihološkog ili emocionalnog zastrašivanja, na primjer govoreci „da me voliš, imala bi seks sa mnom“. Kao i kod drugih oblika nasilja nad ženama, osnovni faktor seksualnog nasilja je često izražavanje muške moći i dominacija nad ženama.

**POLNI IDENTITET** je vlastita polna identifikacija osobe.

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

# 1

## POGLAVLJE

---

# UVODNO POGLAVLJE

---

## O Nama

Program *Inicijativa mladića* okuplja mrežu organizacija i institucija koje pod vođstvom CARE International Balkans (<http://care-balkan.org/>) od 2006. godine aktivno rade na razvoju naučno utemeljenih i sveobuhvatnih obrazovnih programa prevencije nasilja i promocije zdravih životnih stilova mladih. Institut za populaciju i razvoj IPD (bivša Asocijacija XY), Sarajevo ([www.ipdbh.org](http://www.ipdbh.org)), Snaga Mladih, Mostar (<https://www.youth-power.org/>) i Institut za razvoj mladih i zajednice Perpetuum mobile, Banja Luka (<http://www.pm.rs.ba>) više od petnaest godina uspješno implementiraju, pod vođstvom CARE-a, program Inicijativa mladića (<https://youngmeninitiative.net/>) u Bosni i Hercegovini, i u regionu zapadnog Balkana sa partnerima iz Hrvatske, Srbije, Kosova<sup>1</sup> i Albanije.

Udruženi u kolaborativnu mrežu, organizacije imaju višegodišnje iskustvo u razvoju i evaluaciji obrazovnih programa koje kontinuirano analiziraju i unapređuju, stoga ne iznenađuje činjenica da je 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*<sup>2</sup> koji je razvijen na osnovu 12 godina eksperimentalnog izučavanja različitih pristupa i sadržaja, osvojio prestižnu nagradu među 12 najboljih i najinovativnijih obrazovnih programa u Evropi i svijetu. Program Inicijativa mladića je osvojio **GENE nagradu za inovaciju 2017. godine** od strane Evropske mreže za globalno obrazovanje (Global Education Network Europe).

CARE-ov edukativni program o rodnoj transformaciji (YMI – Inicijativa mladića) predstavlja dokazani uspjeh na zapadnom Balkanu. Srce Inicijative mladića je Program Y koji je fokusiran na transformaciju školskog okruženja u okruženje koje podržava i njeguje rodnu ravnopravnost i promoviše kulturu nenasilja. Program je testiran, ocijenjen i akreditovan u većini zemalja zapadnog Balkana. Kurikulum su implementirali vršnjački edukatori i edukatorke, omladinski radnici i radnice kao dio napora da se razvije univerzalan alat primjenjiv u radu sa različitim grupama mladih u različitim okruženjima. Fokus je na shvatanju da adolescencija predstavlja ključni trenutak u procesu socijalizacije, kada se formulišu i učvršćuju stavovi prema nasilju i rodnim ulogama, kao i na priznanju da su škole važne institucije u izgradnji i jačanju rodnih normi.

*Teorija promjene programa Inicijativa mladića govori o tome da ako učenice i učenici nauče da prepoznaju štetne rodne norme i ako im se obezbijede sigurni prostori za vježbanje preispitivanja ovih konstrukata, postoji veća vjerovatnoća internalizacije novih ideja u znak podrške rodno ravnopravnim, zdravim i nenasilnim ponašanjima.*

*Tokom godina implementacije, učenici<sup>3</sup> koji su učestvovali u cijelokupnom Programu Y doživjeli su:*

- Positivne promjene u stavovima do 20% u pogledu rodnih uloga, rodnih normi, nasilja i znanja o seksualnom i reproduktivnom zdravlju.
- 80% njih je potvrdilo da su edukativne radionice *Inicijative mladića* u velikoj mjeri uticale na njih kada su rješavali sukobe bez tuče, razgovarali o sigurnom seksu, izbjegavali alkohol i droge, tražili pomoć ako imaju problema.
- Fizičko nasilje među mladićima smanjeno je do 21% u nekim zajednicama i do 8% među djevojkama.
- Postoje pozitivne promjene u stavovima prema rodno zasnovanom nasilju nakon intervencije koje u nekim slučajevima dosežu i do 30%.
- Program sprječava efekat posmatrača pri čemu nakon intervencije velika većina mladića, a posebno djevojaka naglašava da bi pokušali zaustaviti nasilje ako bi ga vidjeli u svojoj okolini.

Do sada, od 2016. godine, Program Y implementiran je kao dio zvaničnog školskog programa i vannastavnog programa u 130 srednjih škola na zapadnom Balkanu u 120 lokalnih zajednica (CARE International Balkans, 2020). U okviru ove inicijative edukovano je 120.000 srednjoškolki i srednjoškolaca i 1.600 nastavnica i nastavnika. Inicijativa mladića i organizacije koje pripadaju mreži kontinuirano analiziraju socijalne promjene u lokalnim zajednicama, sa posebnim usmjerenjem na potrebe djece, mladih i teško dostupnih grupa. Dinamika promjene trendova koji se tiču zdravlja i nasilja naglašava potrebu za proaktivnim pristupom u odgovoru na identifikovane potrebe djece i mladih, škola i lokalnih zajednica.

Spremnost mreže ali i individualnih članova da odgovore na nove okolnosti, pokazane su i dokazane za vrijeme pandemije SARS-CoV-2 virusa, a tokom koje u manje od 15 dana nakon uvođenja preventivnih mjeru, sve organizacije i mreža organizacija su pripremile odgovore i pokrenule aktivnosti usmjerene na implementaciju aktivnosti usmjerenih na podršku djeci i mladima u vremenu pandemije, unapređenje i zaštitu mentalnog zdravlja djece i mladih, pružanja psihosocijalne podrške građanima koji su bili u stanju potrebe, a u kontekstu uticaja panedemije na njihovo zdravlje i ponašanje.

<sup>3</sup>–Svi pojmovi upotrebljeni u muškom gramatičkom rodu obuhvataju muški i ženski rod lica na koja se odnose (prim.aut.).

1–Ovim se ne prejudicira status Kosova i u skladu je sa Rezolucijom 1244 Savjeta bezbjednosti Ujedinjenih nacija i mišljenjem Međunarodnog suda pravde o kosovskoj Deklaraciji o nezavisnosti.

2–Program Y možete preuzeti sa <https://beta.youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2017/07/Program-Y-BIH.pdf> a o Programu Y možete više sazнати sa <http://www.program-y.org/>.

## Inicijativa mladića 2006 – 2021

Od 2006. godine do danas program prevencije rodno zasnovanog nasilja na zapadnom Balkanu - Inicijativa mladića (YMI - Young Men Initiative, engl.) - radi na izgradnji rodno ravnopravnijih stava i ponašanja kod mladića i smanjenju nasilja od strane mladića (nad djevojkama) i vršnjačkog nasilja (nasilja mladića nad drugim mladićima) u Bosni i Hercegovini, Hrvatskoj i Srbiji. Pored toga, od 2010. godine Inicijativa mladića se proširila na Kosovo\*, a od 2013. godine i na Albaniju.

*Inicijativa mladića* (YMI) je regionalni program CARE International Balkans sa kontinuitetom od 2006. godine koji uključuje ministarstva obrazovanja, pedagoške zavode, škole, učenice i učenike, roditelje i nevladine organizacije u partnerski i proaktivni proces razvoja, testiranja i unapređenja obrazovnih programa, a u cilju stvaranja kvalitetnijih obrazovnih i zdravstvenih prilika za mlade.

Projekat Inicijativa mladića (YMI) i njegov najznačajniji obrazovni Program Y dokazano su efikasnii u smanjenju nasilja, eliminaciji štetnih socijalnih faktora, povećanju stepena rodne ravnopravnosti i razvoju zdravih životnih navika adolescenata u raznolikom političkom, institucionalnom, kulturnom i nacionalnom kontekstu zemalja Balkana (CARE International Balkans, 2020).

## O Programu E

Izloženost nasilju i nezdravi životni stilovi mogu imati destruktivan uticaj na život i blagostanje djece i odraslih. U posljednjih 30 godina prikupljeni su snažni dokazi o posljedicama koje se mogu javiti kod odraslih, a koji su kao djeca bili izloženi nekim oblicima nasilja, direktno ili kao svjedoci. Nasilje u porodici, nasilje nad djecom, zlostavljanje djece i vršnjačko nasilje, veoma su ozbiljan društveni i zdravstveni problem koji ujedno predstavlja i grubo kršenje osnovnih ljudskih prava, a posljedice nasilja koje je zanemareno, ignorirano ili društveno „prihvaćeno“, može uticati ne samo na zdravlje i blagostanje pojedinca, već i na zajednice, države, te na ekonomski razvoj određene zemlje.

Program se uspješno realizuje u Srbiji, Hrvatskoj, Kosovu\*, Bosni i Hercegovini (BiH), Albaniji i dijelom u Crnoj Gori<sup>4</sup>. Inicijativa mladića predstavlja platformu za međuinstitucionalnu saradnju i razvoj, sa posebnim usmjerenjem na stvaranje održivih programa koji su od značaja za populacijski razvoj i podizanje zdravstvene pismenosti mladih na području Balkana (WHO, 2013).

Uz direktno učešće obrazovnih institucija, nevladinih organizacija, lokalnih i međunarodnih stručnjaka u okviru Inicijative mladića, nastali su kurikulum Program Y, Program E i komplementarni (suportivni) program *Budi muško klub*, koji sinergijski imaju još snažniji uticaj na percepciju mladih o značaju brige o zdravlju i njihove sposobnosti da donose odluke značajne za očuvanje zdravlja, što je višestruko potvrđeno istraživanjima međunarodnih i regionalnih eksperata.

## Kome je Program E namijenjen

Program E sastoji se iz dva dijela: *Knjiga teorije i Knjiga aktivnosti*. *Knjiga teorije*, koja će biti objavljena do kraja treće faze projektnog ciklusa, do 2023. godine, nudi provjerene i prilagođene informacije relevantne za pripremu nastavnog osoblja i drugih profesionalaca, dok *Knjiga aktivnosti* sadrži instrukcije za planiranje i vođenje edukativnih aktivnosti. Obje knjige namijenjene su nastavnom i nenastavnom osoblju osnovnih školama, relevantnim institucijama, profesionalnom osoblju za rad sa djecom i mladima, zdravstvenim radnicima, i/ili drugim stručnjacima, edukatorima, trenerima ili volonterima koji rade ili planiraju da rade sa djecom i mladim ljudima.

Edukativne radionice u Programu E, osmišljene su tako da traju između 45 i 90 minuta i mogu se primjenjivati u različitim okruženjima, od škola, do vanškolskog okruženja kao što su omladinski i sportski klubovi do parkova i vaspitno-popravnih domova za maloljetnike. Takođe je neophodno da osoba koja planira i održava radionice *obezbijedi sigurno okruženje za učenje i prostor koji omogućava izvođenje različitih vježbi i drugih interaktivnih obrazovnih aktivnosti* koje su dio ovog priročnika. Aktivnosti su zasnovane na modelu iskustvenog učenja, prema kojem se djeca i mlađi ljudi podstiču da preispituju i analiziraju svoja iskustva i život sa ciljem da shvate kako rod ponekad može održavati nejednakе moći u vezama i odnosima koje grade i imaju sa drugima i tako učiniti ranjivim i dječake i djevojčice, i mladiće i djevojke. Ono što je najvažnije, aktivnosti angažuju učenike da razmišljaju o tome kako oni mogu napraviti pozitivne promjene u svojim životima i zajednicama.

Ovaj proces preispitivanja i promjena zahtijeva vrijeme. Iskustvo u korištenju Programa Y, modela za rad sa srednjoškolskom omladinom na kojem se temelji i ovaj Program, pokazalo je da je aktivnosti poželjno posmatrati i koristiti kao jednu cjelinu (ili izabrano grupu aktivnosti iz različitih cjelina), a ne da bude korištena samo jedna ili dvije aktivnosti. Mnoge aktivnosti se međusobno nadopunjaju i kada se koriste zajedno, doprinose bogatijem i produktivnijem razmišljanju nego kada se koriste pojedinačno.

Program E doprinosi obrazovanju, no ne smije se zanemariti vaspitna komponenta, s obzirom da kao što je to slučaj u nastavnom procesu, ove dvije dimenzije su međusobno povezane kroz svaku pojedinačnu aktivnost, ali i kao rezultat svih aktivnosti Programa E kao cjeline. Program E kroz svoje sadržaje i aktivnosti, nastoji pomoći nastavnom osoblju i edukatorima da pomognu učenicima i učenicima obrazovnog procesa da usvoje pozitivne stavove i vrijednosti, da se socijalizuju, da uče o razlikama i prihvate ih, usvoje demokratske vrijednosti i budu aktivni zagovornici pozitivnih društvenih promjena. **Vaspitna komponenta** Programa E snažno je usmjerena na pomoći pojedincu u *usvajajući stavove i vrijednosti* koje su temelj zdravih i nenasilnih odnosa, društvene odgovornosti, ljudskom dostojanstvu, ravnopravnosti i jednakosti, slobodi i solidarnosti. Generalna saganost u kontekstu definicije vaspitanja glasi da je vaspitanje specifično ljudska aktivnost u kojoj čovjek postaje čovjekom (Polić, 1993; Vukasović, 1989), odnosno „cjelokupni proces razvoja čovjeka kao ljudskog bića“ (Bognar, 2015). S obzirom da bi tragom ove definicije prvo smisleno pitanje bilo „šta je to čovjek?“, autori će naglasiti da **Program E u svojoj obrazovnoj komponenti nastoji pomoći djeci i mlađima da budu bolji ljudi, za sebe, svoje vršnjake i generacije koje dolaze.**

Radionice integrisane u Program E testirane su u radu sa djecom i mlađima, a važan **glas u analizi sadržaja i pristupa na kojima se temelji obrazovna komponenta programa** dali su nastavnici i pedagozi osnovnih škola. Djeca i mlađi smatraju da su integrisane radionice zanimljive, korisne i dinamične i da predstavljaju važan segment o izučavanju životnih tema koje su često isključene iz kurikuluma formalnog obrazovanja. Nastavnici i pedagozi koji su revidirali i testirali program, naglasili su da je program u skladu sa potrebama djece i mlađih, prilagođen obrazovnim institucijama i da uz adekvatnu pripremu nastavne baze, škole mogu biti efikasne u promociji i očuvanju zdravlja mlađih primjenom ovog programa.

4–Modifikovani Program Y pod nazivom Program Kiwi implementira se u Njemačkoj s ciljem lakše integracije emigranata iz Azije i Afrike u njemačko društvo. Više informacija potražite na <https://www.care.de/care-hilfe/bildung-in-deutschland/integrationsprojekt-kiwi>.

## Metodološki okvir Programa E

U suštini, aktivnosti najbolje funkcionišu sa manjim grupama učenika (na primjer osam do 25 osoba), iako se takođe mogu sprovoditi i sa većim grupama, ali uz prilagođavanje radnih zadataka specifičnim grupama.

Međutim, prevelika grupa može smanjiti šanse da svi učenici daju svoj puni tj. aktivan doprinos. U početku rada sa ovim Priručnikom, voditelj, odnosno voditeljka bi takođe trebalo da budu svjesni da će to vjerovatno za mnogu djecu i mlađe ljudi biti prvi put da učestvuju u edukativnom procesu koji uključuje grupnu diskusiju u kojoj će pojedinačno razgovarati o mlađicima i djevojkama, odrastanju i njihovom međusobnom odnosu. Iako bi neki učenici na početku možda mogli reći da je to neobično ili čudno, facilitatori (nastavno osoblje, vršnjački edukatori i treneri) bi trebalo da im pomognu da shvate zašto je važno da razgovaraju i o jedinima i o drugima, imajući u vidu bogatstvo različitosti, mogućnosti i specifičnih individualnih potreba. I dok zajednički rad može ponuditi mnogo prednosti, takođe je važno obezbijediti da djeca i mlađi ljudi na raspolaganju imaju neophodan prostor kako bi se mogli fokusirati na ona pitanja koja su najrelevantnija za njihove živote i veze. Radionice i komplementarni sadržaji Programa E prilagođeni su radu sa *učenicama i učenicima od 6. do 9. razreda osnovne škole* (djeca uzrasta od 12 do 15 godina starosti).

Rad sa djecom i mlađim ljudima<sup>5</sup> nije uvijek lak i predvidiv zadatak. Mnoge aktivnosti navedene u ovom Programu bave se složenim ličnim temama, kao što su iskustva sa nasiljem, upotrebo alkohola, mentalno zdravlje, seksualnost i slično. *Moglo bi se desiti da se neki od učenica i učenika otvore i izraze svoja osjećanja tokom ovog procesa, dok drugi jednostavno neće željeti da govore. Neke od tih aktivnosti nisu namijenjene za upotrebu kao grupna terapija, ali bi ih trebalo koristiti da podstaknu dovoljan nivo samorefleksije među*

*učenicama i učenicima kako bi oni mogli učiti iz ličnih iskustava, preispitivati krute ideale roda, i maskuliniteta i feminiteta, kao i da budu u mogućnosti da promijene svoje stavove i ponašanje.* Na voditelju/ki je da procijeni i unaprijedi nivo prihvatljivosti teme kod učenika i da vodi aktivnosti na takav način da potpomogne iskrena razmišljanja, ali da to u isto vrijeme ne bude sesija grupne terapije. Istovremeno, voditelj bi trebalo da bude spremna na mogućnost da je nekim pojedincima možda potrebno posvetiti dodatnu pažnju, a u nekim slučajevima uputiti ih na profesionalne službe ili savjetovanje.

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

Konačno, aktivnosti treba da budu sprovedene u komfornom i prijatnom prostoru u kojem se mlađi ljudi mogu slobodno kretati, uz poštovanje privatnosti učenika/učesnica. Mnogi mlađi ljudi vole kretanje, a to može biti korisno za njihovu veću uključenost u aktivnosti. Isto tako, mlađim ljudima je neophodan visok unos kalorija za njihov rast i razvoj i, kada je to moguće, preporučljivo je da bude obezbijeđena užina za učenike.

Dizajn Programa E omogućava školama i organizacijama da tokom *završne trijade* osnovnog obrazovanja *sami planiraju i implementiraju aktivnosti* usmjerene na usavršavanje znanja i životnih vještina učenika i nauče ih da samostalno donose odluke koje doprinose razvoju rodne ravnopravnosti, podstiču ili promovišu zdrave životne stilove, promovišu nenasilno ponašanje podsticanjem pozitivnih interakcija među mladima. Radionice je moguće provoditi i sa starijim uzrastom druge trijade. Posebnu pažnju program posvećuje promociji zdravih međuvršnjačkih odnosa i jačanju vještina identifikacije nezdravih odnosa i osnaživanju djece i mlađih da se efikasnije nose sa uticajima nezdravih odnosa na njih i njihove vršnjake.

Program na različite način preispituje odnose među djecom i mlađima i nudi im priliku da kroz participativno učenje, procjenjuju negativne efekte nezdravih odnosa na njih, ali i na njihove vršnjake. No program ne staje na tom polju, već postepeno uključuje djecu i mlađe u napredne aktivnosti tokom kojih uče kako da budu asertivni, kako da aktivno slušaju druge, kako da budu aktivni promotori pozitivnih društvenih promjena i što je najvažnije, uči ih da kritički promišljaju o tome zašto su nam određene promjene potrebne i kako do njih doći.

Iako svi moduli čine cjelinu, nastavnici i edukatori/ke mogu kombinovati module iz različitih oblasti, pa čak i koristiti samo jedan, a to znači da nastavnik ima slobodu izbora modula, redoslijeda, a na kraju i samog koncepta izvođenja koji će biti korišćen. Modularna i interaktivna nastava obezbjeđuje veće učešće učenika u procesu učenja, a predloženi proces učenja zasniva se na principu „učenik u centru“ procesa učenja. Sve radionice integrirane u ovom priručniku zasnivaju se na principu da je nastavnik/edukator osoba koja vodi radionicu, ohrabruje i podstiče učešće učenika koristeći i uvažavajući pedagoške principe i standarde interakcije sa đacima.

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

S obzirom na to da većina radionica **ne zahtijeva posebnu infrastrukturu**, veliki broj modula može se primijeniti u vanškolskom okruženju (parkovi, izletišta), što dodatno unapređuje časove i pruža dodatnu slobodu nastavnicima da osmisle okruženje koje može pozitivno odgovoriti na temu, oblast i koncept koji primjenjuju. **Maksimalno trajanje radionica je dva školska časa, a minimalno jedan školski čas u zavisnosti od interesovanja učenika.** Za sve zainteresovane edukatorki i edukatore koji planiraju implementaciju edukativnih radionica iz Programa E, obezbijeđene su smjernice u vezi sa *trajanjem radionica i neophodni resursni materijali*, tako da je **važno prije izvođenja svake sesije konsultovati priložena uputstva**, a koja su sastavni dio svake pojedinačne radionice u Priručniku.

Određene sesije zahtijevaju pripremu materijala za učenje i oni su priloženi uz odgovarajuće sesije. U tom smislu nastavnik/edukator bi prije početka tih sesija trebalo da kopira materijale, jer su oni osnova za diskusiju, alat za učenje i resurs za analizu. Svi moduli testirani su u osnovnim školama, tako da sa sigurnošću možemo zaključiti da moduli mogu odgovoriti interesima i potrebama učenika.

5—Ujedinjene nacije, u statističke svrhe, definišu one osobe između 15 i 24 godine kao mlađe, nedovodeći u pitanje druge definicije država članica. Preuzeto 22.10.2020. godine sa <https://www.un.org/esa/socdev/documents/youth/fact-sheets/youth-definition.pdf>.

## Principi rada sa djecom i mladima

Primjenom Programa E, u praksi se koriste različiti pristupi i intervencije kojima se direktno preispituju društvene norme o tome na koji način roditelji, društvo, zajednice i mediji uče dječake/mladiće i djevojčice/djevojke o tome kako bi trebali da se ponašaju i žive vlastite živote. Program E nudi mladima priliku da kroz dopunu formalnom obrazovanju preispituju i analiziraju uticaje rodnih normi na njih, njihove stavove, ponašanja i živote. Na ovaj način, **primjenom kolaborativnog učenja i aktivnim učešćem djece i mlađih u obrazovnom procesu, djeći i mlađima se daje prilika da iznesu vlastito mišljenje, porede ga sa stavovima vršnjaka, te donesu zajednički zaključak temeljen na diskusijama i tačnim i provjerenim informacijama** koje im se nude tokom realizacije pojedinačnih radionica.

Da bi se osigurao podržavajući i inkluzivan prostor za kolaborativni rad i aktivno učešće djece i mlađih u interaktivnim sesijama, važno je uzeti u obzir principe i preporuke koji doprinose razvoju podržavajućeg okruženja za učenje, izučavanje i podučavanje primjenom metodologije integrisane u Program E i pojedinačne sesije.

Edukativne intervencije Programa E mogu uključivati:

- › davanje prostora djeци i mlađim ljudima da istražuju i uče o njihovoj rodojnoj socijalizaciji, kao i o svojim percepcijama i stavovima;
- › edukaciju djece i mlađih ljudi o istorijskim uticajima na društveni razvoj, kao što su feminizam i patrijarhat;
- › bavljenje pitanjem realnosti života djevojčica i dječaka, djevojaka i mlađica u njihovoj emocionalnoj i praktičnoj pripremi za mijenjanje svijeta u smislu ženskih i muških uloga.

Rodno svjesna praksa preispituje postojeće rodno diskriminаторno stanje i norme koji potkopavaju ulogu i položaj mlađića i djevojaka. Vjerujemo da sljedeći principi treba da vode naš rad sa djecom i mlađim ljudima:

### **Poštovanje djece i mlađih ljudi**

- › Poslušajte dječu i mlađu ljudu.
- › Uključite ih u dijalog.
- › Ne osuđujte ih.
- › Budite prijateljski nastrojeni u komunikaciji sa mlađima
- › Učite od njih.
- › Uvažavajte gledišta djece i mlađih ljudi.
- › Shvatite i prihvitate da dječa i mlađi ljudi mogu imati drugačije poglede na svijet od ostalih starosnih grupa.
- › Djeca u XXI vijeku su pripadnici *digitalne i Z generacije* i imaju drugačije obrasce interakcije i ponašanja u odnosu na svoje roditelje.
- › Poštujte individualnost ... odbacite negativno etiketiranje.
- › Prihvitate prava djece i mlađih ljudi na slobodu i jednakost i da budu treirani sa dostojanstvom.

- › Promovišite pozitivne ideje i mogućnosti za djecu i mlađe ljudi.
- › Preispitajte negativne stereotipe o dječi i mlađim ljudima.
- › Budite otvoreni i iskreni sa mlađim ljudima.

### **Dobrovoljno učestvovanje u radionicama**

- › Dopustite dječi i mlađim ljudima da sami izaberu da li će učestvovati u radu radionica.
- › Kreirajte gostoljubivo okruženje i motivacione aktivnosti koje doprinose aktivnom učešću djece i mlađih.
- › Informišite dječu i mlađe ljudi o mogućnostima aktivnog učešća i o resursima sa dodatnim informacijama koje su im dostupne.
- › Pružite mogućnost mlađim ljudima da preuzmu odgovornost za izbore i odluke u svojim životima.
- › Omogućite mlađim ljudima da steknu pravo glasa, da učestvuju u donošenju odluka i rješavanju pitanja koja se njih tiču.

### **Antirepresija**

- › Omladinski rad služi za dobrobit svih mlađih ljudi, naročito onih čija su ljudska prava ugrožena.
- › Posmatrajte omladinski rad kao sredstvo promjena i izazov postojećem stanju.
- › Preduzmite pozitivne korake za rješavanje problema i posljedica represije.
- › Poštujte razlike i gradite mostove između različitih grupa i pojedinaca.
- › Informišite druge o jeziku, stavovima, praksi i strukturi represije.

### **Povjerljivost**

- › Shvatite da mlađi ljudi mogu otkriti informacije osobama koje rade sa mlađima (nastavnom osoblju, edukatorima i omladinskim radnicima) koje nisu spremni podijeliti sa drugima.
- › Prije nego što mlađi ljudi otkriju bilo kakve informacije, potrebno ih je informisati o postojanju bilo kakvih ograničenja koja se odnose na povjerljivost izrečenih informacija, pogotovo kod situacija koje bi mogle zahtijevati dalje intervencije.

### **Etička praksa**

- › Svako dijete je kompetentan učenik, od rođenja koji može biti izdržljiv, sposoban, samopouzdan i siguran u sebe.
- › Djeca se razvijaju i uče na različite načine i različitim tempom.
- › Sva područja učenja i razvoja podjednako su važna i međusobno povezana.
- › Uvijek tražite mogućnosti za poboljšanje prakse.
- › Budite pouzdani i dostojni povjerenja.
- › Održavajte vrijednosti i principe omladinskog rada.

# 2

POGLAVLJE

---

**ISHODI UČENJA I  
STRATEGIJE RADA  
SA MLADIMA**

---

## Uvod

U ovom dijelu *Piručnika E* možete pronaći informacije važne za planiranje obrazovnog procesa, bazirano na ishodima učenja i smjernicama za sveobuhvatno djelovanje. Ukoliko planirate obrazovni program ili želite dopuniti nastavu sa držajima ovog programa, dio poglavlja koji se odnosi na ishode učenja pomoći će vam u boljem razumijevanju konačnog ishoda programa u kognitivnom, afektivnom i domenu ponašanja. Uvažavajući dokazane pedagoške metode i njihov značaj za kvalitetan pristup učenju i izučavanju, *Program E* u potpunosti je participativan, stoga dio poglavlja koji govori o participativnom učenju prezentuje *Program E* u odnosu na pomenute principe.

Djeca i mlini tokom puberteta i adolescencije, pored fizičkih promjena, prolaze kroz intenzivan psihosocijalni razvoj i njihov identitet dobija formu koja će predstavljati njihovu ličnost, osobine i postupanja u odnosu na situacije i okolnosti u kojima se budu nalazili tokom života. Rodne norme i rodni identiteti imaju važnu ulogu u formiranju identiteta svake mlade osobe. Istraživanja pokazuju da programi koji se temelje na jačanju samopouzdanja i vještina mladih da identificuju štetne forme maskuliniteta i feminiteta, mogu ostvariti bolje rezultate od onih kojima to nedostaje. Upravo zbog toga, *Program E* sadrži aktivnosti koje doprinose kritičkom promišljanju o uticaju rodnih stereotipa na stavove i ponašanje. Stoga je *Program E* *rodno transformativan obrazovni program*, tj. doprinosi razvoju rodno ravnopravnih odnosa i stavova, a sekacija o edukaciji o rodnim normama nudi informacije o ovom segmentu *Programa E*. Stoga je preporka autora da bez obzira na temu koju želite obuhvatiti koristeći module iz *Programa E*, edukativne aktivnosti započnete realizacijom modula koji obrađuju pitanja roda i pola.

Pored edukativnih modula, *Program E* sadrži dodatne instrukcije za planiranje i razvoj kampanja. Ova komponenta jednako je važna kao i radionice, jer kampanje koje planiraju i realizuju učenici, predstavljaju još jednu obrazovnu priliku za mlade jer priprema i vođenje kampanja u školama i zajednicama podrazumijeva dodatno izučavanje tema i sadržaja. Stoga, pripreme i vođenje kampanje vidimo kao dodatni katalizator razvoja naprednog nivoa razumijevanja sadržaja čije izučavanje počinje sa radionicama, a nastavlja se komplementarnim aktivnostima kao što su kampanje, istraživanja i sl.

Za razliku od radionica koje imaju fokus na individualnoj promjeni, društvene kampanje i kampanje podizanja svijesti imaju za cilj transformaciju okruženja. *Program E* bazira se na sveobuhvatnom pristupu koji obuhvata radionice u školi, ali i kampanje koje doprinose efektima radionica. Kako i zašto koristiti kampanje kao dio edukacije, pitanja su na koja možete naći odgovore u sekcijs „Kampanje u radu sa mladima“. Pojedini programi uspješniji su od drugih, dok isti program u jednoj školi može dovesti do pozitivnih rezultata, a u drugoj ne. Jedan od razloga je pristup škole provođenju programa i postojanje faktora koji doprinose efektivnosti, kao i onih faktora koji umanjuju efektivnost takvih programa. U cilju postizanja što veće efektivnosti, u *Program E* integrirali smo i nalaze međunarodnih studija koje vam mogu pomoći u pripremi „terena“ za sveobuhvatni pristup i eliminaciju faktora neefektivnosti koji umanjuju rezultate programa.

## Pristup aktivnog učenja

Tradicionalni „*ex cathedra*“, sada već dokazano nedovoljno efikasan pristup vođenja nastavnog procesa, postavljao je nastavnike/ce u centar obrazovnog procesa. Takav pristup težiše učenja postavlja na voditelja nastavnog procesa, u ovom slučaju nastavnika/cu ili facilitatora/ku, dok su učenici uglavnom bili pasivni učenici koji su primali informacije. U kontrastu tradicionalnim modelima podučavanja, *novi pristupi u potpunosti mijenjaju paradigmu učenja i pomjeraju učenika iz pozicije pasivnih promatrača u poziciju aktivnih učenika* koji samostalno, a uz instrukciju nastavnika/ce, putuju kroz obrazovni proces i na taj način postaju akteri u obrazovnom procesu i vlasnici načina učenog.

*Posebno je važno naglasiti da pristup aktivnog učenja omogućava svakom učeniku i učenici da shodno vlastitim sposobnostima stekne nove informacije, promjeni neke stavove na osnovu razumijevanja novih znanja i prezentovanih činjenica i da usvoje značajne životne vještine.* Obrazovanje ima kapacitet da pobuduje i usmjeri znatiželju djece i mladih, da ih ohrabri da istražuju svijet oko sebe i primjenjuju naučeno u njegovoj transformaciji.

Alber Ajnštajn (Albert Einstein) je rekao „*Važno je ne prestati ispitivati. Znatiželja ima svoj razlog postojanja. Ne može se čovjek načuditi kada promatra misterije vječnosti, života i čudesne strukture stvarnosti. Dovoljno je ako se svaki dan pokuša tek malo shvatiti malo ove tajne. Nikad ne gubite svetu znatiželju*“<sup>6</sup>. Vođeni uvjerenjem da je znatiželja važan saveznik znanja i razumijevanja, u izradi *Programa E* značajnu pažnju posvetili smo aktivnostima koje će biti od pomoći nastavnom osoblju i drugim profesionalcima da kroz rad sa djecom i mladima, pobuduju njihovu znatiželju u oblastima koje su značajne za njihovo zdravlje, sigurnost i blagostanje.

Kada je obrazovno-vaspitni proces baziran na aktivnom učenju, učenici/ce i nastavno osoblje dijele fokus obrazovnog procesa u kojem nastavnik/

ca usmjeravaju učenike, koji aktivnim učešćem dolaze do unaprijed definisanog obrazovnog cilja. Umjesto da samo slušaju, učenici i nastavnici podjednako učestvuju u tom procesu. *Participativno obrazovanje uvažava činjenicu da je svaki učenik/ca individua sa specifičnim potrebama i specifičnim mogućnostima usvajanja novih znanja, stoga ovakav vid edukacije pozitivno odgovara na pomenute potrebe i omogućava svakom učeniku/ci da shodno vlastitim mogućnostima, učestvuje u obrazovnom procesu.*

Sve radionice koje nudi *Program E* temelje se na participativnom učešću, uvažavajući gore pomenute principe individualnosti učenika. Korišćenjem različitih tehnik participativnog učenja (grupne vježbe, igrokazi, analize studije slučaja, igre, istraživanja, diskusije, „brainstroming“) i učešćem u predloženim aktivnostima *Programa E*, učenici razvijaju važne psihosocijalne vještine sa fokusom na razvoj interpersonalnih komunikacijskih vještina, kritičkog i kreativnog razmišljanja, razvijaju kolaborativne vještine kroz učešće u radu u grupama.

Učenici takođe uče kako da usmjeravaju svoje učenje prema definisanim cilju, uče da postavljaju pitanja i u interakciji sa nastavnicima, preispituju vlastite percepcije i mišljenja. Posebno je važno naglasiti da aktivno učešće pobuduje veći interes učenika za učešćem u obrazovnom procesu i u znatno većoj mjeri su motivirani da uče i usvajaju nova znanja, informacije, stavove i vještine.

*Nastava usmjerena na učenika/cu podrazumijeva sljedeće:*

- Nastavnik/nastavnica je motivator koji podstiče razvoj kritičkog i stvaralačkog mišljenja učenika/učenice, on ili ona je organizator/ka, menadžer/ica, mentor/ka, instruktur/ka i saradnik/ka.
- Pristup je baziran na definisanim ishodima učenja (nastavnici planiraju, poučavaju, facilitiraju i evaluiraju na unaprijed određene ishode učenja).

<sup>6</sup>—Citrirano iz članka *Life Magazine*. (1955, May 2). *Death of a Genius—Old Man's Advice to Youth: Never Lose a Holy Curiosity*, 38(18), str. 64.

- > Nastavnik/nastavnica koristi različite izvore znanja, aktivne metode učenja i potiče razvoj svakog učenika/učenice na osnovu njihovih individualnih mogućnosti.
- > Program je fleksibilan i u njemu postoji mogućnost prilagođavanja interesima učenika/učenica i mogućnost povezivanja različitih sadržaja u integrisane tematske cjeline.
- > Umjesto da samo primaju informacije, učenici/učenice preispituju i rješavaju probleme.
- > Ocjenjivanje je individualizovano, umjesto ocjene znanja nastavnik/ca ocjenjuje učešće i aktivnosti učenika/ca što je u kontrastu sa tradicionalnom provjerom znanja.

Vejmer (Weimer, 2002) paradigmu promjene obrazovnog procesa sa tradicionalnog modela na aktivno učenje usmjereni na učenike/ce sumira kroz 7 principa:

#### **Princip 1: Nastavnici manje učestvuju u sproveđenju zadatka**

- > Učenici rade više, i to na način da:
  - » organizuju sadržaj;
  - » generišu primjere;
  - » postavljaju pitanja;
  - » odgovaraju na pitanja;
  - » sumiraju zaključke diskusija;
  - » rješavaju zadati problem.

#### **Princip 2: Nastavnici manje govore, učenici/ce više otkrivaju**

U ovom slučaju uloga nastavnika/ce je da usmjeri učenike da dođu do konačnog „otkrića“. To podrazumijeva više energije koju nastavnik/ca treba da „potroši“ kako bi naveli grupe ili pojedinačne učenike do dođu do željenog cilja. U ovom slučaju razredi su „glasniji“ i „haotičniji“ i potrebno je ponекada više vremena da učenici usvoje predloženi koncept. Učenici progresivno preuzimaju više odgovornosti za svoje učenje kroz otkrivanje onoga što trebaju da nauče.

#### **Princip 3: Nastavnici više rade na dizajniranju nastave (dizajn aktivnosti i obrazovnog iskustva)**

*Program E* nudi jasne instrukcije za implementaciju obrazovnog procesa, stoga smo na ovaj način kroz ponuđenu mikroorganizaciju svake pojedinačne aktivnosti omogućili nastavnicima da primjenjuju metode koje su unaprijed razvijene i testirane u radu sa djecom i mladima. Efektivni zadaci i aktivnosti koje nudimo kroz *Program E* pomazu učenicima da:

- > Ojačaju vještine učenja (učenje „kako da“ uče).
- > Motiviše uključivanje i direktno učešće učenika u procesu učenja.
- > Motiviše učenike da usvajaju psihosocijalne vještine kroz direktno iskustvo u obrazovnom procesu.
- > Razviju konceptualno znanje, usvoje nove stavove i svijest o određenim temama koje obuhvata *Program E*.

#### **Princip 4: Škola radi više modeliranja**

Demonstrira učenicima kako eksperti pristupaju obrazovnim zadacima i kako da riješe određeni problem.

#### **Princip 5: Škola podstiče učenike da uče jedni od drugih**

Kolaborativno učenje uvažava principe međuvršnjačkog učenja kroz primjenu kolaborativnih aktivnosti i kooperativnih grupa koje učestvuju u obrazovnom procesu i iskustvu.

#### **Princip 6: Škola radi na razvoju „klime za učenje“**

Stvoriti okruženje za učenje koje doprinosi da učenici preuzmu odgovornost za vlastito učenje.

#### **Princip 7: Škola radi više na dobijanju povratne informacije**

Povratne informacije omogućavaju učenicima da kroz interakciju sa nastavnicima, analiziraju vlastite stavove, mišljenja i razumijevanje određenih tema, a što omogućava da učenici uče iz vlastitih grešaka koje nastavnik/ca „otkrivaju“ na osnovu povratne informacije.

## **Uspostavljanje podržavajućeg okruženja**

Zbog nedostatka tačnih i provjerjenih informacija, pojedini učenici obrazovnog procesa mogu biti nepovjerljivi prema temama koje su tradicionalno tabuirana iz formalnog obrazovanja, a najčešće se radi o temama seksualnosti, seksualnog i reproduktivnog zdravlja i prava djece i mladih. To se može odraziti na dostupnost programa koji se bave pomenutim temama u određenim školama ili lokalnim zajednicama. Stoga je važno kontinuirano pružati prilike nastavnom i drugom profesionalnom osoblju o dokazima koji potvrđuju značaj i potrebu obrazovanja o seksualnosti. Posebno je važno stvarati okruženje koje afirmiše otvoreni i stručno vođen dijalog sa djecom i mladima, okruženje koje će nastavnicima omogućiti komforan položaj u realizaciji radionica koje tematizuju ove teme, ali i sigurno i podržavajuće okruženje za učenike koji prolaze kroz obrazovni proces.

Da bi *Program E* bio uspješan u ostvarenju postavljenih ciljeva, važno je razumjeti unutrašnje i vanjske faktore koji mogu imati pozitivan ili negativan uticaj. **Obrazovne politike, društveni kontekst i lokalna ekspertiza imaju važan udio u ukupnoj paradigmi uticaja na uspješnost programa koji se bave zdravljem.** Podržavajuće okruženje gotovo nikada ili rijetko nastaje samo od sebe i obično su nastavnici, škole i ministarstva obrazovanja oni koji pristupima doprinose njegovom razvoju. Ishodi podržavajućeg okruženja za učenje obično uključuju sljedeće:

- > *Učenici i roditelji razumiju postavljene ciljeve edukacije i rukovode se njima u davanju podrške programu.*
  - » Važno je da razrednik/ca ili nastavnik/ca informiše roditelje o značaju i kontekstu programa i očekivanim koristima za njihovu djecu.
- > *Škola omogućava primjenu različitih tehnika podučavanja i učenja.*
  - » Školsko okruženje treba da omogući stimulativan i adekvatan prostor za izvođenje radionica. S obzirom da je program participativnog karaktera, korisno je urediti prostor u formatu koji omogućava nesmetan rad u grupama, diskusije i otvorenu komunikaciju sa facilitatorom/kom.
- > *Uspostavljanje adekvatnih socio-kulturalnih normativa.*
  - » Pojedine norme i kulturološka pravila u suprotnosti su sa vrijednostima koje promoviše *Program E*. Mlađi odrastaju u društvu koje kroz nepisana pravila (norme) ohrabruje rizična ponašanja i nezdrave navike, stoga je važno da škola razumije svoju ulogu i doprinese uspostavljanju novog narativa koji će mobilisati učenike i generisati nove normative koji ohrabruju suprotstavljanje nezdravim i nasilnim oblicima ponašanja.

## Kompetencije edukatora i facilitatora<sup>7</sup>

- › Nastavnik/ka je oslobođen/a bojazni da razgovara o osjetljivim pitanjima relevantnim za zdravlje djece i mladih.
- » Pojedine oblasti kao što su seksualno i reproduktivno zdravlje i romantični odnosi među mladima, često su svrstane u tabu teme o kojima mladi razgovaraju između sebe, no pojedini nastavnici ne osjećaju se komforno da govore otvoreno o ovim temama. Važno je da nastavnici razumiju svrhu i pozitivne ishode koje su potvrdile međunarodne studije i da shvate da ne postoje „osjetljive teme“, već postoje ljudi koji imaju lične barijere da o njima govore. Program E i sadržaji radionica prilagođeni su uzrastu i kontekstu i ne postoji niti jedan dokaz da će razgovor o ovim temama nanijeti štetu djeci i mladima, dok sa druge strane postoje dokazi da će otvoreni razgovor doprinijeti osnaživanju mladih da izbjegavaju rizična ponašanja i praktikuju ona koja su u najboljem interesu njihovog zdravlja.
- › Nastavnici rade u okruženju koje ih podržava u realizaciji sadržaja Programa E.
- » Važno je da škole i relevantna ministarstva podržavaju Program E ili programske oblasti, a kako bi nastavno i drugo osoblje osjećalo slobodu u izvođenju aktivnosti programa.
- › Pružanje zanimljivih, participativnih i izazovnih obrazovnih aktivnosti i iskustava.
  - » Program E omogućava iskustveno učenje. Zato ga mnogi nastavnici nazivaju životnim programom. On svojim sadržajima uči i priprema mlade za situacije i okolnosti sa kojima se mogu suočiti tokom odrastanja ili kasnije u životu.
- › Modeliranje zdravih odnosa među mladima i osnaživanje mladih da se suprotstavljaju društvenim normativima koji doprinose nezdravim navikama mladih.
- › Uspostavljanje sistema koji generiše pozitivne vršnjačke grupe koje motivišu učešće mladih i doprinose pozitivnim promjenama.
- › Eliminacija faktora koji umanjuju efektivnost programa.

Efikasnost Programa E i ostvarenje postavljenih ciljeva u značajnoj mjeri zavisi od kompetencija onih koji rukovode i upravljaju obrazovnim procesom. Bez obzira da li se radi o nastavnom osoblju, omladinskim radnicima ili vršnjačkim edukatorima i edukatorkama, znanje, stavovi i vještine facilitatora modula Programa E važan je preduslov za postizanje ciljeva programa. Termin facilitator koristimo u ovom priručniku jer se moduli i aktivnosti baziraju na aktivnom uključivanju učenika u realizaciju modula i sadržaja koji su njihov integralan dio. *Facilitator/ka je osoba koja upravlja obrazovnim procesom, vodi učenika od tačke A do tačke B, osigurava prostor i prilike za jednak učešće svih učesnika radionice, usmjerava diskusije i druge obrazovne aktivnosti u pravcu koji je definisan mikroorganizacijom radionice i uputstvima koja su dostupna u svakom pojedinačnom modulu Programa E.*

Program E osnažuje mlade ljude i priprema ih da se efiksno nose sa izazovima odrastanja. To je moguće postići kroz transformaciju pojedinih stavova mladih, jačanje životnih vještina, unapređenje znanja i nivoa informisanosti i formiranjem pozitivnih vršnjačkih grupa koje mijenjaju normative i predstavljaju „nove“ referentne grupe kojima se mladi priključuju i teže da pripadaju. S obzirom na kompleksnost uticaja i šaren dijapazon strategija koje koristi, Program E i njegova uspešnost u velikoj mjeri zavisi od kompetencija nastavnika i edukatora/ki koji su uključeni u obrazovni proces. Stoga je važno da škole koje provode program aktivno sarađuju sa organizacijama i institucijama koje svojim kapacitetima mogu doprinijeti sveobuhvatnosti programa kroz dodatno servisiranje učenika i njihovo uključivanje u komplementarne aktivnosti.

Osnažiti mlade da razumiju vlastite emocije, kritički promišljaju o svojim odlukama i uticajima okruženja, ključne su strategije djelovanja. Stoga je od suštinske važnosti osposobiti edukatore/ke i nastavnike da doprinose osnaživanju djece i mladih

kroz vlastita znanja, afirmativne stavove i primjemon različitim tehnikama učenja i podučavanja. Novi trendovi među mladima i novi obrasci ponašanja koji se periodično pojavljuju i postaju normativi, zahtijevaju konstantna prilagođavanja obrazovnog sektora novim okolnostima. Konstantno spuštanje granice stupanja u polne odnose, zloupotreba alkohola i droga među sve mlađim uzrastima, nove forme digitalnog nasilja, društvene mreže, rodni stereotipi i njihova veza sa rizičnim i štetnim ponašanjima, zahtijevaju od obrazovnog i zdravstvenog sektora nove pristupe kojim bi se efektivno odgovorilo na pomenute probleme. Mnogi nastavnici i roditelji tokom školovanja nisu imali priliku upoznati se sa ovim temama niti posjeduju vještine za suprotstavljanje istim. Program E kroz sve sadržaje direktno doprinosi uticaju na sve navedene faktore rizika i negativne oblike ponašanja. Ali da bili uspješni, nastavnici i edukatori trebaju:

- › Povećati stepen informisanosti i unaprijediti svoje znanje.
  - » Poznavanje tema i sadržaja.
  - » Poznavanje efektivnih i manje efektivnih praksi rada sa mladima.
- › Revidirati neke vlastite stavove.
- › Unaprijediti svoje vještine u radu sa mladima.
  - » Primjena kolaborativnog modela učenja i izučavanja.
  - » Facilitatorske vještine.
  - » Vještine interaktivnog rada sa mladima.

Svaka lokalna zajednica ima svoje specifičnosti, stoga Program E i sadržaji koji su aktualni u jednoj zajednici ne moraju biti relevantni za neku drugu. Stoga je važno da edukatori razumiju lokalni kontekst, koriste dostupne podatke i istraživanja o problemima, zdravstvenim navikama i novim trendovima među mladima. Kontekstualizacija programa prvi je korak u njegovoj primjeni, stoga nastavnici i edukatori, bez obzira na temu, svaku trebaju dovesti u lokalni kontekst.

<sup>7</sup> Pročitati detaljnije u izvještaju World Health Organization. Federal Centre for Health Education (BZgA). (2017). Training matters. Dostupno na: [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/337593/BZgA-training-framework.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/337593/BZgA-training-framework.pdf)

*Sekcija o seksualnom i reproduktivnom zdravlju zahtijeva dodatne kompetencije, s obzirom da su ove teme tabuizirane i da ljudi sa strahom ili sti- dom govore odnosno ne govore o njima.* Ne samo da su ove teme često tabu, već i mnogi nastavnici i donosioci odluka ne znaju da postoje jasni dokazi o pozitivnim efektima obrazovanja o ovim temama. Stoga je od posebne važnosti da nastavnici analiziraju vlastite stavove u korelaciji sa dostupnim studijama i nalazima istraživanja koja preispituju značaj i efektivnosti obrazovanja o osjetljivim temama.

Živimo u vremenu ekspanzije informacione revolucije gdje djeca i mladi ljudi imaju pristup različitim informacijama o seksualnosti, seksualnim pravima, drogama, vezama među mladima i drugim relevantnim temama. Mladi do informacija o ovim temama najčešće dolaze korišćenjem interneta, putem društvenih mreža, razgovorom sa vršnjacima, a manji dio njih do ovih informacija dolaze razgovorom sa roditeljima, nastavnicima i drugim autoritetima. Upravo zbog toga, mladi ljudi ne mogu biti sigurni da informacije koje dobijaju od vršnjaka ili putem interneta i društvenih mreža su provjerene i tačne.

S druge strane, veliki broj informacija koje su dostupne, mogu biti zburujući za djecu i mlade ljude i mnoge od tih informacija ne nude jasan kontekst. Nastavnici mogu biti podrška mladima u sortiranju, identifikaciji tačnih i netačnih informacija, a posebno je važno pomoći mladima da procesiraju relevantne i tačne informacije i postaviti ih u kontekst koji je relevantan za mlade. Upravo participativni pristup na kojem se temelji Program E nudi nastavnicima mogućnost da kroz interakciju sa učenicima, preispituju izvore informacija koje koriste i provjere nivo informisanosti, nivo razumijevanja informacija koje posjeduju i korekciju netačnih informacija sa onim koje su provjerene i kontekstualizovane. Nastavnik/ka treba pomoći djeci i mladima da nauče razlikovati pouzdane izvore informacija od onih koje svrstavamo u kategoriju nepouzdanih.

Nastavnici i edukatori pripadaju društvu u kojem žive, stoga je jasno da su pod uticajem kulturoloških i drugih socijalnih normativa koji egzistiraju u njihovom okruženju. To kod nekih nastavnika može uticati na odlučnost da govore ili ne govore o

„osjetljivim“ temama. Pomenute norme mogu biti predispozitor razvoju stavova i vrijednosti koje su u suprotnosti sa sadržajima Programa E i takvi nastavnici neće biti kvalitetni sagovornici mladima. Stoga je od posebne važnosti da nastavnici analiziraju vlastite stavove u korelaciji sa dostupnim studijama i nalazima istraživanja koja preispituju značaj i efektivnosti obrazovanja o osjetljivim temama.

Živimo u vremenu ekspanzije informacione revolucije gdje djeca i mladi ljudi imaju pristup različitim informacijama o seksualnosti, seksualnim pravima, drogama, vezama među mladima i drugim relevantnim temama. Mladi do informacija o ovim temama najčešće dolaze korišćenjem interneta, putem društvenih mreža, razgovorom sa vršnjacima, a manji dio njih do ovih informacija dolaze razgovorom sa roditeljima, nastavnicima i drugim autoritetima. Upravo zbog toga, mladi ljudi ne mogu biti sigurni da informacije koje dobijaju od vršnjaka ili putem interneta i društvenih mreža su provjerene i tačne.

S druge strane, veliki broj informacija koje su dostupne, mogu biti zburujući za djecu i mlade ljude i mnoge od tih informacija ne nude jasan kontekst. Nastavnici mogu biti podrška mladima u sortiranju, identifikaciji tačnih i netačnih informacija, a posebno je važno pomoći mladima da procesiraju relevantne i tačne informacije i postaviti ih u kontekst koji je relevantan za mlade. Upravo participativni pristup na kojem se temelji Program E nudi nastavnicima mogućnost da kroz interakciju sa učenicima, preispituju izvore informacija koje koriste i provjere nivo informisanosti, nivo razumijevanja informacija koje posjeduju i korekciju netačnih informacija sa onim koje su provjerene i kontekstualizovane. Nastavnik/ka treba pomoći djeci i mladima da nauče razlikovati pouzdane izvore informacija od onih koje svrstavamo u kategoriju nepouzdanih.

Nastavnici i edukatori pripadaju društvu u kojem žive, stoga je jasno da su pod uticajem kulturoloških i drugih socijalnih normativa koji egzistiraju u njihovom okruženju. To kod nekih nastavnika može uticati na odlučnost da govore ili ne govore o

## Neformalno i formalno obrazovanje

Neformalno obrazovanje referiše se na obrazovni proces koji se realizuje van formalnog obrazovnog sistema. To ne znači da se neformalna edukacija ne realizuje u školama, već da nije sastavni dio formalnog obrazovanja, odnosno da je svojevrsna nadopuna postojećem sistemu vaspitanja i obrazovanja. Iako se neformalno obrazovanje posmatra kao nadopuna formalnog obrazovanja, provedene evaluacije efikasnosti Programa Y na temelju kojeg je nastao Program E pokazuju da **neformalni vid obrazovanja može biti efikasniji u kontekstu prevencije nasilja od onog tradicionalnog** koji je dio formalnog obrazovanja (CARE Balkans International, 2020). No zbog činjenice da nije sastavni dio službenih kurikuluma formalnog obrazovanja, često je dio programa koje realizuju nevladine organizacije, pa je stoga upitna održivost uslovljena finansijskim ulaganjima i trajanjem programa ili projekata koji ih finansiraju.

Program E ima karakteristike formalnog i neformalnog kurikuluma. Program sadrži sve elemente potrebne školama da samostalno repliciraju sadržaje i pristupe integrisane u program, a licenciranje/akreditacija ili priznavanje programa ili dijelova programa doprinosi njegovoj održivosti i neformalni program svrstava u formalni okvir.

UNESCO (2018) u definiciji neformalne edukacije ističe da je ista institucionalizovana, namjerna i planirana od strane onih koji takvu edukaciju provode. U nastavku, UNESCO (2018) naglašava da je *neformalno obrazovanje dodatak, alternativa i/ili komplementarna formalnom obrazovanju*.

U slučaju Programa E, radi se o programu koji može biti licenciran ili akreditovan od nadležnih ministarstava obrazovanja kao dodatni izvor literature i metodološki modernih pristupa iz oblasti zdravih životnih stilova koji se mogu izvoditi u sklopu časova odjeljenskih zajednica, ili u vanškolskim aktivnostima i učeničkim sekcijama. Dok formalno obrazovanje nudi osnovne informacije o nasilju, Program E ima kapacitet da podučava djecu i mlade naučno uteviljenim strategijama suprotstavljanja i eliminaciji nasilja.

Definicije neformalne edukacije razlikuju se i ponekada su kontradiktorne između sebe. Rodžers (Rogers, 2005) klasificira različite definicije u sljedećim kategorijama:

- **Sistem:** zbir organizacija i programa koji se razlikuju od formalnog obrazovnog sistema.
- **Proces:** pristupi i tehnike modela učenje-podučavanje koji se razlikuju od onih koji su dio formalnog obrazovanja.

- > **Koncept:** koncept ili tema koju je vrijedno izučavati i raditi na njoj, no to ne prepoznaće u punom obimu formalno obrazovanje.
- > **Praktikovanje:** profesionalne aktivnosti koje sprovode osobe koje nisu obrazovni profesionalci, na primjer vršnjački edukatori.
- > **Set aktivnosti:** set obrazovnih aktivnosti koje se razlikuju od formalnog obrazovanja s različitim ciljevima ili svrhama ili čak odvojene od formalnog školovanja, s time što su društveno svrhovite, obično se smatraju dijelom radikalne društvene transformacije.

*Program E mogu realizovati nastavnici, no mogući su i drugačiji modaliteti realizacije. U pojedinim školama program sprovode pedagozi škola u saradnji sa mlađim vršnjačkim edukatorima. U drugim školama program sprovode nastavnici ili mlađi vršnjački edukatori ili kombinovano. Koji modalitet će biti primijenjen u nekoj školi, zavisi od kapaciteta škole, kapaciteta relevantnih ministarstava, percepcije sveobuhvatnosti i društvenog konteksta. Na primjer, tamo gdje se nastavnici plaše otvorenog razgovora o seksualnom i reproduktivnom zdravlju, mlađi vršnjački edukatori/ke mogu biti kvalitetna podrška, jer su mlađi obućeni da realizuju program poštujući specifična pravila rada i primjenjujući pedagoške metode u radu sa vršnjacima.*

#### *Kriteriji neformalne edukacije*

U odnosu na definiciju, neformalnu edukaciju određuju različiti kriteriji, pri čemu zajedničku jezgru čine:

- > Pristup „učenik u centru“ gdje djeca i mlađi ljudi imaju aktivnu ulogu u učenju i prilagođavanju programa okolnostima i specifičnostima koje su u skladu sa potrebama djece i mlađih.
- > Fleksibilan kurikulum koji omogućava prilagođavanja kontekstu, slobodu u izboru tema, slobodu u dodavanju drugih relevantnih sadržaja.
- > Fokus na razvoju životnih vještina, promjeni znanja i stavova.
- > Participativni pristup koji omogućava učešće i teško dostupnim, marginalizovanim ili stigmatizovanim grupama ili pojedincima.
- > Kolaborativni model učenja.
- > Socioemocionalno učenje.
- > Kreativna upotreba edukativnih resursa.
- > Učešće zajednice i uključenost zajednice u program.

## Sveobuhvatni programi prevencije rodno zasnovanog nasilja u školama

Škole poduzimaju korake kako bi smanjile pojavu svih oblika nasilja, pa tako i onih koje nazivamo rodno zasnovanim nasiljem (gender based violence, engl.). Pojedine škole to postižu edukacijom učenika i roditelja, pojedine edukacijom nastavnika koji svoje znanje prenose na učenike. Druge škole, pak, rukovode se politikama i procedurama o postupanju prilikom pojave nasilja u bilo kojem obliku. To nam govori da škole i relevantne institucije znaju isto što i mlađi – nasilje je moguće sprečiti, samo je važno odabratи najbolju strategiju.

Sveobuhvatni programi prevencije rodno zasnovanog nasilja podrazumijevaju sljedeće:

**Edukaciju nastavnika** o rodnim normama, rodnim identitetima i povezanosti rodnih i društvenih normi s pojmom nasilja. Takođe, nastavnici uče da prepoznaju rane znakove nasilja i tako pravovremeno reaguju na nasilje kojem je izložena mlađa osoba. Posebno su značajne obuke o modernim komunikacijskim tehnologijama i njihovoj primjeni u prevenciji nasilja i promociji nenasilne komunikacije.

**Edukaciju roditelja** o vrstama, posljedicama i znakovima koji mogu pomoći da prepoznaju da su djeca žrtve nasilja ili imaju simptome koji na to upućuju. Kroz ove edukacije, roditelji se uče i ne-nasilnim strategijama i nude im se smjernice kako ohrabriti svoju djeцу da u slučaju da su izloženi nasilju na njega ne reaguju nasiljem već, uz podršku roditelja, potraže stručnu pomoć. S obzirom na to da djeca i mlađi sve više vremena provode koristeći društvene mreže na internetu, osposobljavanje roditelja o korištenju ovih servisa svakako može doprinijeti zaštiti djece od nasilja posredstvom ovih tehnologija.

**Edukaciju učenika** o različitim oblicima nasilja, uzrocima i posljedicama nasilja, strategijama sigurnog suprotstavljanja i prijavljivanja nasilja stručnim autoritetima. Različita istraživanja su pokazala da učenici često radnje koje izvršavaju ne prepoznaju kao nasilne, pa ne uviđaju ni posljedi-

ce koje te radnje ostavljaju na žrtvu. Upravo zbog toga, mlađe je važno naučiti da samostalno prepoznaju određene oblike nasilja, da razviju empatiju prema onima koji su žrtve nasilja, te da se aktivno uključe u njegovu prevenciju. Takođe, obrazovanjem se učenici podstiču da prijave nasilje – bilo da su njegove žrtve ili svjedoci. U posljednje vrijeme sve više edukativnih programa usmjereno je na svjedočke nasilja koji zbog svog indolentnog odnosa prema žrtvi predstavljaju saučenika u nasilju, pa se mlađi ljudi uče pozitivnoj orientaciji ako se nađu u takvoj poziciji.

S obzirom na to da je nasilje društveni fenomen koji svoju egzistenciju često pronalazi u stavu da su određene forme nasilja bezopasne i da osobu jačaju i pripremaju za život, mnoge škole koriste isti mehanizam tako što kroz različite kampanje formiraju „novi društveni stav“ i razvijaju kulturu suprostavljanja nasilju i dokazivanju njegove pogubnosti, bez obzira na to o kojem se obliku radi.

Vršnjačka edukacija predstavlja efikasno sredstvo u prevenciji rodno zasnovanog nasilja. *Vršnjačka edukacija je neformalni vid obrazovanja baziran na osposobljavanju djece i mlađih u smislu pružanja potrebnih kompetencija, koje obučenim vršnjačkim edukatorima i edukatorkama koriste tokom edukacije svojih vršnjaka, korišćenjem specifičnih metoda vrlo sličnih onima koje koriste njihovi nastavnici.* Vršnjačka edukacija je dokazani pristup čiji su pozitivni i višestruko dokazani efekti osnovni razlozi velike popularnosti koju je ovaj vid neformalnog obrazovanja stekao u svijetu. Ukratko, vršnjačka edukacija može se opisati kao učenje od vršnjaka (Mc Donald et al., 2003). Polazeći od pretpostavke da mlađi najviše uče od svojih vršnjaka, osamdesetih godina prošlog vijeka započela je evolucija i razvoj različitih interaktivnih i pedagoških alata prilagođenih mlađim ljudima. Nakon trideset godina razvoja i testiranja, vršnjačka edukacija je osnovni alat promocije zdravlja, prevencije nasilja, prevencije upotrebe psihoaktivnih supstanci i slično u mnogim školama u svijetu, pa tako i u Bosni i Hercegovini.

Vršnjački edukatori nakon učešća na obukama posebno namijenjenim za njih, posjeduju znanja i vještine da samostalno organizuju, izvode i evaluiraju učinak prezentacija vršnjačke edukacije. Ove prezentacije mogu trajati 45 minuta, ekvivalentno trajanju školskog časa, ili mogu biti složenijeg karaktera i zahtijevati dva do četiri sata. Prezentacije su osmišljene tako da kod učenika podstaknu usvajanje pozitivnih stavova i vrijednosti, ponude relevantne informacije, upute na određene izvore ili usluge i u konačnici pomognu mladima da se s više znanja i vještina nose s izazovima svakodnevnog života.

U sastavu ovog priručnika ponuđen je edukativni modul koji nastavnici ili obučeni vršnjački edukatori/ke mogu koristiti za pripremu i izvođenje edukacije učenika o ovom fenomenu.

**Pozitivne vršnjačke grupe** snažan su generator pozitivnih promjena. Mladi ljudi su socijalna bića koja o sebi uče analizirajući ljude i okruženje u kojem žive. Upravo socijalizacija može biti iskorišćena kao kvalitetan sistem podrške mladima u procesu usvajanja nenasilnih oblika ponašanja. Ukoliko u školi formiramo grupu nenasilnih mladih ljudi, učenici koji prolaze edukacije i koji prepoznaaju smisao u prevenciji rodno zasnovanog nasilja, stecene pozitivne poruke, vrijednosti i stavove će lakše praktikovati i primjenjivati u društvu koje ih uvažava, poštuje i razmišlja na isti ili sličan način.

Tokom svog odrastanja, djeca i mlađi u velikoj mjeri uče od svojih vršnjaka. Različite socijalne

grupe mladih reflektuju različitosti koje među njima postoje. Mladi koji se bave sportovima, sekcije planinara, matematičari/ke, reperi, dramske grupe, ujedno su mikro zajednice mladih unutar kojih oni uče jedni od drugih, osjećaju svojevrsnu pripadnost i unutar kojih postoje određene norme ponašanja koje ovi mladi ljudi slijede. Integracija prevencije nasilja u pristupe škola ovim grupama, zasigurno može podstaknuti usvajanje pozitivnih stavova koje će ove grupe preslikavati na svoje članove. Takođe, formiranje pozitivnih vršnjačkih grupa na nivou razreda osiguraće djeci i mladima lakši pristup onim vršnjacima koji se protive nasilju, te tako zadržati nenasilne stavove i vrijednosti.

**Kampanje u školama** predstavljaju važan segment borbe protiv nasilja i uopšteno promocije nenasilnog ponašanja<sup>8</sup>. Mnoge evaluacije pokazale su da kampanje koje se provode bez edukacije, već postaju svrha same sebi, nemaju značajnog učinka na stavove i ponašanje učenika. Dokazane međunarodne kampanje pokazuju da, *ukoliko škola organizuje edukativne radionice, a paralelno s njima se u školi održavaju različite aktivnosti podizanja svijesti kroz kampanje i povezane aktivnosti, preventivni i zaštitni efekti su izraženiji i sveobuhvatniji*.

Mnoge škole organizuju pravljenje plakata koje postavljaju u svojim hodovima, no takav vid prevencije nije efikasan ukoliko ih ne prati ulaganje u edukaciju učenika i razvijanje životnih vještina koje će im pomoći da se efikasnije nose s nasiljem u svom okruženju.

8–Više o načinima organizovanja kampanja u školama možete pročitati u Y obrazovnom paketu za nastavnike dostupnom na [https://youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2018/09/YMI\\_PROGRAM-Brochure-BIH.pdf](https://youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2018/09/YMI_PROGRAM-Brochure-BIH.pdf).

## Prednosti holističkog pristupa Programa E u radu sa mladima

Kombinacijom formalnog i neformalnog pristupa, moguće je postići sveobuhvatnost u radu sa djecom i mladima. Društvene norme i socijalne interakcije među djecom i mladima veoma su važan generator negativnih i nezdravih ponašanja kod djece i mladih. Njima se nije moguće suprotstaviti bez sistematičnog i naučno utemeljenog pristupa koji osnažuje djecu i mlade da se efektivno suprostave negativnim determinantama ponašanja.

Program E omogućava školama da transformišu norme koje utiču na djecu i mlade kroz njihovu afirmaciju kao nosioca promjena. Program je prilagođen uslovima u kojima osnovne škole realizuju svoje redovne nastavne i vannastavne aktivnosti i prilagođen je pedagoškim standardima u regiji. Sveobuhvatni pristupi u radu sa djecom i mladima obuhvataju daleko složeniji pristup učenju od uobičajenih metoda koje su zastupljene u obrazovnim sistemima na Balkanu. Pored informacija i znanja, te razvoja vještina, sveobuhvatni programi teže razvoju pozitivne i nenasilne kulture među učenicima, a što usložnjava efekte edukacije i u značajnoj mjeri doprinosi kvalitetnijim zdravstvenim ishodima.

Sveobuhvatnost se može odnositi na širok dijapazon naučno utemeljenih informacija sadržanih u određenom kurikulumu, no takođe može obuhvatati i različite komunikacijske pristupe koji se koriste kao dopuna nastavnom i obrazovnom procesu. Sveobuhvatnost može uključivati individualizovano planiranje nastave, prilagođavanje kurikuluma trenutnim trendovima ili potrebama učenika, uvođenje specifičnih sistema podrške za učenike i roditelje, edukacije roditelja, strukturisan pristup podučavanju i uvođenju sistema podrške pozitivnim oblicima ponašanja. Sve navedeno zahtijeva dodatna ulaganja i napore da se određeni program sa svim pratećim aktivnostima učini cjelinom i time obezbijedi kvalitetniji i sistematičniji odgovor škole na specifične potrebe učenika.

Brojni neformalni edukativni programi koji su kombinovali edukativne aktivnosti sa ciljanim kampanjama koje su sproveđene u školama, pokazali su da ovaj kompleksni pristup, ne samo da učenicima daje potrebno znanje i vještine, već kroz seriju kampanja koje vode učenici, dovodi do formiranja mikro trendova specifičnih za tu školu ili lokalnu zajednicu u kojoj se sproveđe (CARE International Balkans, 2020).

Prema nalazima istraživanja koje je sproveo CARE International Balkans, kampanje organizovane u saradnji sa školama u kojima je realizovan Program Y imale su važan udio u transformaciji stavova i promjeni ponašanja mladih. Ne samo da su kampanje promovisale nenasilne stavove i vrijednosti, već su dovele do poboljšanja stavova koji se odnose na rodnu ravnopravnost, zdravlje i zdrave životne stilove.

## Obrazovanje o rodu

Rodni normativi imaju snažan uticaj na izgradnju identiteta mladih i pojedini normativi mogu doprinijeti povećanoj izloženosti mladih rizičnim ponašanjima. Norme mogu biti demotivuće za mlađe ljude da slijede vlastite ideje i želje, a često, normativi su uporište za nejednakost među dječacima i djevojčicama. *Program E rodno je transformativni program usmjeren na osnaživanje djece i mladih da samostalno preispituju, analiziraju i suprotstavljaju se negativnim, stereotipnim i potencijalno štetnim rodnim normativima.* Rodno transformativni programi ne uče dječake da budu djevojčice, niti djevojčice da budu dječaci, već naprotiv, dječake uči da budu dječaci a djevojčice da budu djevojčice, no oslobođeni negativnih socijalnih konotacija

i uticaja. U najširem kontekstu, rodno transformativni pristupi podrazumijevaju programe ili intervencije koje stvaraju individualne mogućnosti mladih da se suprotstavljaju stereotipnim rodnim ulogama, transformišu prepreke u mogućnosti, promovišu pozitivne društvene interakcije bazirane na ravnopravnosti svih mladih, sa posebnim fokusom na djevojčice i žene (Health Communication Capacity Collaborative, 2014).

Rodno transformativni program, *Program E* adresira više slojne hijerarhije moći u zajednicama, a što doprinosi sposobnosti djece i mladih da samostalno donose odluke koje su pozitivne za njihovo zdravlje i blagostanje.

postizanje željenog uticaja. Kampanjama možemo mijenjati nivo informisanosti, pozitivno uticati na znanje o određenim temama, uticati na stavove, vrijednosti i uvjerenja i konačno, uticati na ponašanje. Takođe, kampanjama možemo uticati na „klimu“, tj. stvoriti preduslove da mlađi lakše praktikuju određena uvjerenja, stavove i pozitivne oblike ponašanja.

**Primjer:** Nasilje se „hrani“ pažnjom i osobama koje se ponašaju nasilno najčešće to rade pred drugima. Na taj način, demonstriraju moć i superiornost u odnosu na žrtvu, a ujedno, ukoliko društvo „odočarava“ takvo ponašanje, osoba koja vrši nasilje zbog pažnje i indolentnog odnosa okoline, može smatrati da nasilje koje vrši doprinosi njegovom ili njenom socijalnom statusu u toj grupi. Svjedoci nasilja u tom slučaju predstavljaju publiku, a od reakcije publike često zavisi da li će osoba nastaviti sa nasiljem ili će prestati.

Kampanja CARE i partnerskih organizacija „Reaguj ljudski“ i komplementarne radionice upoznaju mlađe sa ovim principima, mijenjaju njihove stavove o „pozitivnim ishodima nasilja“, transformišu uvjerenja 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

osjećanja onih koji su mu izloženi, a mlađima je potrebno pokazati da svako nasilje proizvodi patnju, bol, tugu i nezadovoljstvo. Kampanja „Reaguj ljudski“ osmišljena je sa ciljem da ohrabri mlađe da reaguju na pozitivan način u situacijama nasilja – što aktivni svjedoci mogu preuzeti da spriječe nasilje, zaustave ga ukoliko mu svjedoče i ohrabre proaktivno i prosocijalno ponašanje vršnjaka kao važne preventivne strategije. Kampanja „Reaguj ljudski“ podstiče i ohrabruje mlađe na promjenu kulture ponašanja mlađih, šalje jasnu poruku da je reagovanje poželjno ponašanje i kako mogu da reaguju u različitim situacijama, na način da ne ugroze sopstveno ponašanje. Upravo to djelovanje na široku vršnjaku grupu, promovisanje poželjnih obrazaca ponašanja, kulturološko djelovanje moguće je jedino kroz kampanje. Više informacija dostupno na: <https://youngmeninitiative.net/bs/>.

Radionice imaju za cilj da edukuju djecu i mlađe i pripreme ih da shvate i razumiju poruke kampanja. Zašto je važno uticati na stavove, vrijednosti i uvjerenja kroz kampanje za djecu i mlađe? Tokom odrastanja, djeca i mlađi ljudi svoje stavove, vrijednosti i mišljenja usklađuju sa različitim socio-kulturalnim uticajima, a u odnosu na znanje, lična iskustva i informacije koje posjeduju. Ponašanje i donošenje odluka u direktnoj su vezi sa ljudskim uvjerenjima, stavovima i vrijednostima. Uvjerenja predstavljaju unutrašnji osjećaj da je nešto tač-

## Kampanje u radu sa mlađima

Prevencija nasilja i promocija zdravijih životnih stilova mlađih važan su dio šire komunikacione strategije unapređenja i zaštite zdravlja mlađih gotovo svake moderne zemlje. Bez obzira da li se radi o nasilju, prevenciji upotrebe psihohemikalnih 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. teže mobilizovati mlađe i odrasle da se aktivno uključe u transformaciju okruženja u kojem žive ili se školjuju, a sve u cilju postizanja sveobuhvatnijih i kompleksnijih zdravstvenih ishoda. Javne i zdravstvene kampanje mogu, ako se kreiraju na strateški način i ukoliko integriraju princip i teorije efektivne komunikacije, biti uspešne u prenošenju pozitivnih poruka na veće populacione grupe, na nivou zajednice, škole ili čitave države.

Kao takve, kampanje mogu biti korisno i efektivno sredstvo promocije zdravlja i prevencije nasil-

ja i danas su identifikovane kao veoma značajan aspekt prevencije i kontrole ponašanja koji želimo da promijenimo. Javne kampanje i kampanje u školama treba da uključuju širok spektar komunikacionih strategija i aktivnosti u cilju diseminacije relevantnih, motivišućih i uzrastu prilagođenih informacija, s ciljem mobilizacije određene grupe da preuzme pozitivne stavove u odnosu na problem koji adresira određena kampanja.

Kampanje mogu biti kreirane u cilju podizanja svijesti mlađih o važnim društvenim i zdravstvenim pitanjima, ali u kombinaciji sa edukacijom, mogu osnažiti mlađe da prepoznaju rizike, kritički promišljaju o odlukama koje prave, 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, vrijednosti, uvjerenja i ponašanja. Ali 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



Slika 1

Kampanja "Reaguj ljudski"

Bilješke. Mlađi i djevojčice iz Mostara u kampanji protiv nasilja „Reaguj ljudski“. Fotografija: CARE® i Snaga Mlađih, Mostar.

no, mada to nužno ne mora biti tačno tj. naučno utemeljeno. Primjer može biti uvjerenje da ukoliko crna mačka pređe ulicu, da će to donijeti nesreću osobi koja to vidi (sujevjerje, prim.aut.). Osoba koja praktikuje ovo uvjerenje može osjećati nelagodu prilikom prelaska ulice kojom je prethodno prešla crna mačka i ponekad, zbog istog uvjerenja, može odabratи drugi put/cestu u strahu od „posljedica“. Iz ovog primjera lako je zaključiti da uvjerenja ne moraju biti nužno tačna. Uvjerenje može egzistirati bez naučne osnove koja bi potvrdila da je uvjerenje tačno. Ovaj primjer pokazuje i odnos uvjerenja (nesreća koja se može desiti zbog crne mačke) i ponašanja (osoba bira drugu cestu).

Vrijednosti možemo objasniti kao mjeru značaja personalnog povezivanja sa nečim. *Vrijednosti takođe možemo objasniti kao principe, standarde ili kvalitete koje osoba ili određena grupa vidi kao naročito značajne.* Stoga vrijednosti imaju direktni uticaj i možemo reći da usmjeravaju naš način života i odluke koje donosimo. Vrijednost se najčešće formira u skladu sa određenim uvjerenjem. Neko može prepoznati naročite vrijednosti u zaštiti šuma i rijeka, dok za osobu koja eksplorativiše šume i rijeke, te vrijednosti će se značajno razlikovati u odnosu na osobu koja ih želi zaštititi. Vrijednosti mogu uticati na način kako osoba rasudiće i, konično, na zaključke te osobe o određenom pitanju.

U našoj zemlji, ljudi percipiraju porodicu kao osnovnu ćeliju društva i u tom kontekstu reflektuju ovo uvjerenje na odnos prema porodici. Rigidne društvene norme koje egzistiraju na Balkanu doprinose razvoju vrijednosti koje se dovode u vezu sa rodnom nejednakost i neravnopravnosti. Ne samo da će dječaci i djevojčice vrednovati određene karakteristike na različite načine, već u širem kontekstu, djevojčice i dječaci neće biti vrednovani na isti način. U pojedinim društvenim zajednicama, muška djeca su „poželjnija“ od ženske i dječacima se nudi više mogućnosti za školovanje, sport i zabavu nego što je to slučaj sa djevojčicama.

*Rodne uloge muškaraca i žena takođe se vrijednostno razlikuju.* Na primjer, u zajednicama u kojima se posebna vrijednost daje ulozi žene kao majke ili domaćice, žene ili djevojčice koje ne planiraju porodicu i žele se posvetiti daljem školovanju ili karijeri, mogu biti stigmatizovane (obilježene) od strane članova porodice, komšija i drugih osoba u njihovoj neposrednoj blizini.

*Dječaci 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 mlađi mogu vrednovati takve karakteristike kao ključne i prilagođavati ponašanje društveno očekivanim vrijednostima, umjesto vlastitim sposobnostima, mogućnostima i željama. Sve nas to navodi na zaključak da kampanje i obrazovanje mogu biti snažni promotori pozitivnih vrijednosti koje doprinose jednakosti među djecom i mlađima, promovišu individualnost i podstiču razvoj identiteta mlađih koji se temelji na pozitivnim, rođno ravnopravnim i vrijednostima koje su u skladu sa osnovnim principima ljudskih prava i sloboda.

*Vrijednosti: set uvjerenja koja su odgovorna za ono kako ljudi gledaju na to što je dobro, a što je loše.*

Vrijednosti se razlikuju širom svijeta, unutar porodica i kultura. Međutim, neke vrijednosti su u potpunosti univerzalno prihvaćene kao karakteristike moralnog ljudskog ponašanja. Vrijednosti nastaju u odnosu na brojne faktore, a neki od njih uključuju:

- › porodicu,
- › prijatelje,
- › vršnjake (širi kontekst),
- › religiju,
- › školu.

*Stav predstavlja način na koji osoba ispoljava ili primjenjuje vlastita uvjerenja i vrijednosti i ispoljava ih u formi rječi ili ponašanja.*

Kada govorimo o djeci i adolescentima, uzimajući u obzir njihovu ranjivost u kontekstu podložnosti vršnjačkim uticajima, lako je zaključiti da su njihove vrijednosti, uvjerenja i stavovi jednako podložni uticajima i da ti uticaji mogu biti pozitivni ili negativni. Djeci i mlade potrebno je naučiti da razumiju odnos vlastitih uvjerenja, vrijednosti i stavova u odnosu na ponašanje i odluke koje donose. Vršnjaci mogu ohrabriti pozitivne promjene kroz transformaciju postojećih stavova, vrijednosti i uvjerenja, a što na kraju može dovesti do boljih ishoda za mladu osobu. Kampanje su dokazano uticajna alat za promjenu svega gore navedenog.

## Ishodi učenja

Ishodi učenja definisani Programom E uskladeni su sa međunarodnim tehničkim vodičima, studijama i praktičnom iskustvu mreže organizacija koje od 2007. godine aktivno rade na kreiranju obrazovnih politika i programa formalnog i neformalnog obrazovanja u BiH i Evropi. Ishode učenja podjelili smo na *kognitivne, afektivne i psihomotorične*, a što će olakšati školama i obrazovnim institucijama u primjeni ovog programa u odnosu na ciljeve nastavnih planova i programa kojima je Program E suplement tj. kvalitetna nadopuna.

Obrazovna osnova Programa E bazirana je na participativnom i socijalno-emocionalnom učenju, stoga sve aktivnosti postavljaju učenike u centar učenja, a uloga iskusnih edukatora/trenera/nastavnika/ca je da facilitiraju proces, tj. da pomognu učenicima da kroz participativno učenje usvoje znanja, vještine i stavove definisane ishodima učenja.

Posebno je važno obratiti pažnju na sekciju „Dokazane prakse“, s obzirom da ova sekcija nudi važne informacije o efektivnosti programa, karakteristikama neefektivnih programa i instrukcije za transformaciju škole u podržavajuće i motivišuće

### Ishod 1. Odnosi

**Ključni princip:** *Sukobi i nesporazumi između roditelja/staratelja i djece učestali su, posebno tokom adolescencije, i obično su rješivi*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › nabrojati sukobe i nesporazume koji se obično događaju između roditelja/staratelja i djece (znanje);

› opisati načine rješavanja sukoba ili nesporazuma s roditeljima/starateljima (znanje);

- › prihvatići da su sukobi i nesporazumi s roditeljima/starateljima česti tokom adolescencije i da se obično mogu rješiti (stavovi);

› primijeniti strategije za rješavanje sukoba i nesporazuma s roditeljima/starateljima (vještina).

**Ključni princip:** *Ljubav, saradnja, rođna ravnopravnost, obostrana briga i međusobno poštovanje važni su za zdravo funkcioniranje i odnose porodice*

okruženje koje osigurava veći stepen efektivnosti ponuđenog programa.

Program E predviđa da puni potencijal efektivnosti može biti postignut ukoliko se primjenjuju svi principi predloženi Programom, dok isti neće biti jednako efektivan ukoliko škole ili druge institucije isključivo koriste program za upotrebu jedne ili više radionica, zanemarujući predložene instrukcije za sveobuhvatno djelovanje. Ishodi učenja definisani Programom E uskladeni su sa preporukama UNESCO-a, a obuhvataju uzrasne grupe od 12 – te do 15 - te godine starosti. Ishodi učenja (learning outcomes, engl.) podjeljeni su u osam tematskih oblasti:

1. Odnosi;
2. Vrijednosti, prava, kultura i seksualnost;
3. Razumijevanje rodnih normi;
4. Nasilje i ostati siguran/na;
5. Vještine za zdravlje i dobrobit;
6. Ljudsko tijelo i razvoj;
7. Seksualnost i seksualno ponašanje;
8. Seksualno i reproduktivno zdravlje.

Učenici će biti u mogućnosti:

- › prepoznati karakteristike zdravog funkcionsanja porodica (znanje);
- › opravdati zašto su ove karakteristike važne za zdravo funkcionisanje porodice (stavovi);
- › procijeniti njihov doprinos zdravom funkcionisanju porodice (vještina).

**Ključni princip:** *Prijateljstvo i ljubav pomažu ljudima da se osjećaju pozitivno prema sebi*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › nabrojati prednosti prijateljstva i ljubavi (znanje);
- › ukazatida im prijateljstva i ljubav mogu pomoći da se osjećaju dobro (stavovi);
- › izraziti prijateljstvo i ljubav na način koji će doprinijeti da se neko osjeća dobro u vezi sebe (vještina).

**Ključni princip:** *Prijateljstvo i ljubav mogu se različito izraziti kako djeca postaju adolescenti*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › opisati različite načine na koji se prijateljstvo i ljubav iskazuju drugoj osobi dok odrasta (znanje);
- › prihvati da postoji mnogo načina da izraze prijateljstvo i ljubav drugoj osobi (stavovi);
- › izraziti načine na koji izražavaju prijateljstvo i ljubav prema drugoj osobi i kako se to mijenja kako postaju stariji (vještina).

**Ključni princip:** *Nejednakost unutar odnosa negativno utiče na personalne odnose*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › istražiti načine kako nejednakost unutar odnosa utiče na personalne odnose (na primjer zbog pola, životne dobi, ekonomskog statusa ili razlike u moći) (znanje);
- › analizirati kako pravednije uloge među ljudima mogu doprinijeti zdravom odnosu (znanje);
- › prepoznati kako je jednakost unutar odnosa dio zdravih odnosa (stavova);
- › usvojiti ravnopravne uloge u odnosima (vještina).

**Ključni princip:** *Prijatelji mogu pozitivno i negativno uticati jedni na druge*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › uporediti kako prijatelji mogu pozitivno i negativno uticati jedni na druge (znanje);
- › objasniti da prijatelji mogu pozitivno i negativno uticati na njihovo ponašanje (stavovi);
- › demonstrirati načine kako da izbjegnu negativan uticaj prijatelja (vještina).

**Ključni princip:** *Postoje različite vrste odnosa*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › prepoznati različite vrste odnosa (znanje);
- › razlikovati emocije povezane s ljubavlju, prijateljstvom, zaokupljeniču i seksualnom pričulačnošću (znanje);
- › pokazati načine upravljanja emocijama povezanim s različitim vrstama odnosa (vještina).

**Ključni princip:** *Na romantične odnose mogu snažno uticati nejednakosti i razlike u moći (na primjer zbog pola, dobi, ekonomskog, socijalnog ili zdravstvenog stanja)*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › analizirati kako nejednakost i razlike u moći mogu negativno uticati na romantične odnose (znanje);
- › navesti kako rodne norme i rodni stereotipi mogu uticati na odnose (znanje);
- › prihvati da nejednakost i razlike u moći unutar odnosa mogu biti štetni (stavovi);

**Ključni princip:** *Stigma i diskriminacija na temelju razlika (na primjer HIV, trudnoća ili zdravstveni status, ekonomski status, etnička pripadnost, rasa, porijeklo, pol, seksualna orientacija, rodni identitet ili druge razlike) ne poštuju se, štetne su za dobrobit, i kršenje ljudskih prava*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › navoditi pojmove stigme, diskriminacije, prisutanosti, predrasuda, netrpeljivosti i isključenosti (znanje);
- › isplati posljedice stigme i diskriminacije na seksualno i reproduktivno zdravlje i prava ljudi (znanje);
- › ukazati da su svi odgovorni za odbranu ljudi koji su stigmatizovani ili diskriminisani (stavovi);
- › demonstrirati važnost uključivanja, nediskriminacije i različitosti (stavovi);
- › potražiti podršku ako se osjećaju izloženi stigmi i diskriminaciji (vještina);

**Ključni princip:** *Stigma i diskriminacija su štetni*

Učenici će biti u mogućnosti da:

- › definisu stigmu i diskriminaciju (znanje);
- › navode načine na koje su stigma i diskriminacija štetni (znanje);
- › opišu samopovređenu stigmu i njene posljedice (na primjer tišina, poricanje i tajnost) (znanje);
- › se podsjetite da obično postoje mehanizmi podrške koji pomažu ljudima koji doživljavaju stigmu i diskriminaciju (znanje);
- › navode da je važno pokazati toleranciju, uključenost i poštovanje drugih (stavovi);
- › pokažu podršku ljudima koji su stigmatizovani ili diskriminisani (vještina).

**Ključni princip:** *Nepristojno je i štetno uz nemiravati i maltretirati bilo koga na temelju njegovog socijalnog, ekonomskog ili zdravstvenog stanja, etničke pripadnosti, rase, porijekla, seksualne orientacije, rodnog identiteta ili drugih razlika*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › objasniti značenje uz nemiravanja i zlostavljanja (znanje);
- › opisati zašto je uz nemiravanje ili maltretiranje drugih uvredljivo i znak nepoštovanja (znanje);

## Ishod 2. Vrijednosti, prava, kultura i seksualnost

### Vrijednosti i seksualnost

**Ključni princip:** *Važno je znati vlastite vrijednosti, uvjerenja i stavove, kako oni utiču na prava drugih i kako se zalagati za njih*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › opisati svoje lične vrijednosti u vezi s nizom pitanja seksualnosti i reproduktivnog zdravlja (znanje);
- › ilustrovati kako lične vrijednosti utiču na njihove vlastite odluke i ponašanje (znanje);
- › prepoznati načine na koje lične vrijednosti mogu uticati na prava drugih (znanje);
- › prepoznati važnost tolerancije i poštovanja različitih vrijednosti, uvjerenja i stavova (stavovi);
- › argumentovano braniti svoje lične vrijednosti (vještina).

### Ljudska prava i seksualnost

**Ključni princip:** *Svačija ljudska prava uključuju prava koja utiču na njihovo seksualno i reproduktivno zdravlje*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › opisati ljudska prava koja utiču na seksualno i reproduktivno zdravlje (znanje);

## Ishod 3. Razumijevanje rodnih normi

### Društvena konstrukcija rodnih i rodnih normi

**Ključni princip:** *Rodne uloge i rodne norme utiču na život ljudi*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › prepoznati kako rodne norme oblikuju identitet, želje, postupke i ponašanje (znanje);
- › navesti kako rodne norme mogu biti štetne i mogu negativno uticati na ljudski izbor i ponašanje (znanje);
- › prihvati da uvjerenja o rodnim normama kreiraju društva (stavovi);

- › da navode da su svi odgovorni za izjašnjavanje protiv maltretiranja i uz nemiravanja (stavovi);
- › pokazati načine suzbijanja uz nemiravanja ili zlostavljanja (vještina).

### Kultura, društvo i seksualnost

**Ključni princip:** *Društveni, kulturni i religijski faktori utiču na ono što se u društvu smatra prihvatljivim i neprihvatljivim, a ti se faktori s vremenom razvijaju*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › definisati socijalne i kulturne norme (znanje);
- › navesti društvene i kulturne norme koje utiču na seksualno ponašanje u društvu i kako se s vremenom mijenjaju (znanje);
- › prihvati da se društvene i kulturne norme mogu vremenom mijenjati (stavovi);
- › ispitivati socijalne i kulturne norme koje utiču na seksualno ponašanje u društvu (vještina).

- › navoditi da se uloge i očekivanja o polu mogu mijenjati (stavovi);

- › praktikovati svakodnevne akcije kako bi uticali na pozitivnije rodne uloge u svojim domovima, školama i zajednicama (vještina).

**Ključni princip:** *Na romantične odnose mogu snažno uticati rodne uloge i rodni stereotipi*

Učenici će biti u mogućnosti:

- › analizirati uticaj rodnih normi i rodnih stereotipa na romantične odnose (obje norme koje se odnose na muškost i ženstvenost) (znanje);

- > ilustrovati kako su zlostavljanje i nasilje u veza ma snažno povezani s rodnim ulogama i stereotipima (znanjem);
- > prepoznati uticaj štetnih rodnih uloga i rodnih stereotipa na odnose (stavovi);
- > ispitivati rodne uloge i rodne stereotipe u odnosima (vještina).

#### Rodna ravnopravnost, stereotipi i pristranosti

**Ključni princip:** Rodni stereotipi i pristranosti utiču na postupanje muškaraca, žena i ljudi različitog seksualnog opredjeljenja i rodnog identiteta i izbora koje mogu donijeti

Učenici će biti u mogućnosti:

- > prisjetiti se društvenih normi koje oblikuju način na koji društvo prikazuje muškarce, žene i ljude raznih identiteta (znanje);
- > poštovati važnost jednakog tretiranja svih ljudi (stavovi);

**Ključni princip:** Rodna ravnopravnost može promovisati ravnopravno odlučivanje o seksualnom ponašanju i planiranju života

Učenici će biti u mogućnosti:

- > opisati karakteristike rodne ravnopravnosti u vezama (znanje);
- > definisati sve načine na koje polne uloge utiču na odluke o seksualnom ponašanju, upotrebi kontracepcijskih sredstava i planiranju života (znanje);

#### Ishod 4. Nasilje i sigurnost

**Ključni princip:** Seksualno zlostavljanje, seksualni napad, nasilje u intimnoj vezi i nasilje su kršenje ljudskih prava

Učenici će biti u mogućnosti:

- > prepoznati i upoređivati maltretiranje, psihološko nasilje, fizičko nasilje, seksualno zlostavljanje i nasilje u intimnoj vezi (znanje);
- > ukazati da seksualno zlostavljanje, seksualni napad, nasilje u intimnoj vezi i nasilje odraslih, mladih i ljudi na položajima moći, nikada nisu krivica žrtve i uvijek predstavljaju kršenje ljudskih prava (stavovi);
- > pokazati kako prijaviti seksualno zlostavljanje, nasilje u intimnoj vezi i maltretiranje (vještina);

- > braniti zašto je rodna ravnopravnost dio zdravih odnosa (stavovi);
- > izgraditi odnose koji su utemeljeni na rodnoj ravnopravnosti (vještine).

#### Rodno zasnovano nasilje

**Ključni princip:** Svi oblici rodno zasnovanog nasilja (RZN) od strane odraslih, mladih i ljudi na autoritetnim pozicijama krše ljudska prava

Učenici će biti u mogućnosti:

- > zaključiti da su seksualno zlostavljanje i nasilje u porodici, uključujući nasilno intimno partnerstvo i silovanje, zločini o moći i prevlasti, a ne o nečijoj nemogućnosti kontrolisanja svoje seksualne želje (znanje);
- > formulisati specifične strategije za prepoznavanje i smanjenje RZN-a (znanje);
- > prepoznati da prolaznici i svjedoci nasilja mogu preduzeti neke sigurne korake za intervenciju, a mogu se osjećati i pod uticajem nasilja (znanje);
- > ukazuju da RZN mogu provoditi odrasli, ljudi na položajima moći i mlađi, i uvijek su u krivu (stavovi);
- > demonstrirati načine za pristup odraslim osobama s povjerenjem i uslugama koje podržavaju sprječavanje RZN-a i preživjelih od RZN-a (vještine).

**Sigurna upotreba informacionih i komunikacijskih tehnologija (ICT)**

**Ključni princip:** Internet, mobilni telefoni i društveni mediji mogu biti izvor neželjene seksualne pažnje

Učenici će biti u mogućnosti:

- > da ilustruju načine na koje internet, mobilni (pametni) telefoni i društveni mediji (društvene mreže) mogu biti izvor neželjene seksualne pažnje (znanje);
- > ukazati da postoje načini za borbu protiv neželjene seksualne pažnje koji mogu doći s interneta, mobilnih (pametnih) telefoni a i društvenih medija (stavovi);
- > razviti i vježbati plan za sigurnost dok koriste Internet, mobilne (pametne) telefone i društvene medije (vještina).

**Ključni princip:** Seksualno eksplisitni mediji i slike mogu biti seksualno uzbudljivi i potencijalno štetni za mentalno zdravlje djece i mladih

Učenici će biti u mogućnosti:

- > sažeti načine kako seksualno eksplisitni mediji mogu biti štetni i gdje prijaviti ove štete i potražiti pomoć (znanje);
- > razlikovati kada seksualno eksplisitne slike mogu biti nezakonite za maloljetnike koje šalju, primaju, kupuju ili ih posjeduju (znanje);
- > prepoznati važnost poznavanja zakona u pogledu dijeljenja ili osiguranja seksualno eksplisitnih slika (stavova);
- > izraziti vlastita osjećanja zbog seksualno eksplisitne upotrebe medija (vještina).

#### Ishod 5. Vještine za zdravlje i dobrotit

**Ključni princip:** Društvene i rodne norme i vršnjački uticaj mogu uticati na odlučivanje i ponašanje u polnosti

Učenici će biti u mogućnosti:

- > definisati rodne i društvene norme (znanje);
- > opisati načine na koje polne i društvene norme kao i vršnjački uticaj utiču na seksualne odluke i ponašanje (znanje);
- > shvatiti da su na njihove seksualne odluke i ponašanje pod uticajem rodnih i društvenih normi i vršnjaka (stavovi);
- > demonstrirati načine na koji će se zajednički uspostaviti inkluzija, podrška i poštovanje jedni drugih (vještina).

**Ključni princip:** Vršnjaci mogu uticati na seksualne odluke i ponašanje

Učenici će biti u mogućnosti:

- > uporediti pozitivne i negativne načine na koje vršnjaci mogu uticati na seksualne odluke i ponašanje (znanje).

**Ključni princip:** Postoje strategije izazivanja negativnih vršnjačkih uticaja na seksualne odluke i ponašanje

Učenici će biti u mogućnosti:

- > opisati što znači biti asertivan u slučaju vršnjačkog pritiska koji negativno utiče na odlučivanje i ponašanje u polnosti (znanje);
- > demonstrirati asertivnost govoreći kada nekoga maltretiraju ili vrše pritisak da doneše seksualnu odluku koju ne želi donositi (vještina).

#### Donošenje odluka

**Ključna ideja:** Proces donošenja odluka o seksualnom ponašanju uključuje razmatranje svih pozitivnih i negativnih potencijalnih posljedica

Učenici će biti u mogućnosti:

- > procijeniti pozitivne i negativne posljedice različitih odluka povezanih sa seksualnim ponašanjem (znanje);
- > objasniti kako odluke o seksualnom ponašanju mogu uticati na zdravlje, budućnost i životni plan ljudi (znanje);
- > primijeniti postupak odlučivanja za rješavanje problema seksualnog i / ili reproduktivnog zdravlja (vještina).

**Ključna ideja:** Postoje faktori koji mogu otežati donošenje racionalnih odluka o seksualnom ponašanju

Učenici će biti u mogućnosti:

- › prepoznati niz emocija koje mogu uticati na doноšenje odluka o seksualnom ponašanju (znanje);
- › razumjeti da postoje mnogi faktori koji utiču na ljudske odluke o seksualnom ponašanju, od kojih su neki izvan njihove kontrole (stavovi);
- › demonstrirati načine za procjenu i upravljanje emocijama koje mogu uticati na doноšenje seksualnih odluka (vještina).

#### Vještine komunikacije, odbijanja i pregovora

**Ključna ideja:** Dobra komunikacija bitna je za skladne lične, porodične, školske, radne i romantične odnose

Učenici će biti u mogućnosti:

- › navesti prednosti efikasne komunikacije za lične, porodične, školske, radne i romantične odnose (znanje);
- › analizirati potencijalne implikacije verbalne i neverbalne komunikacije koje se međusobno suprotstavljaju (znanje);
- › demonstrirati povjerenje u korištenje pregovaračkih i odbijajućih vještina s romantičnim partnerom (vještina).

#### Ishod 6. Teme ljudskog tijela i razvoja

##### Seksualna i reproduktivna anatomija i fiziologija

**Ključni princip:** Tokom puberteta i trudnoće, hormoni utiču na mnoge procese koji su uključeni u razrijevanje i razmnožavanje

Učenici će biti u mogućnosti:

- › objasniti da je pol fetusa određen hromozomima, a javlja se u ranoj fazi trudnoće (znanje);
- › prepoznati važnu ulogu koju hormoni igraju u pubertetu i trudnoći (znanje i stavovi).

**Ključni princip:** Sve kulture imaju različite načine razumijevanja pola, pola i reprodukcije, i kad je potesno postati seksualno aktivan

Učenici će biti u mogućnosti:

- › razlikovati biološke i socijalne aspekte pola, roda i reprodukcije (znanja);
- › uporediti načine na koje kultura i religija utiču na to kako društvo gleda na pol, pol i reprodukciju (znanje);

##### Pronalaženje pomoći i podrške

**Ključna ideja:** Važno je procijeniti izvore pomoći i podrške, uključujući usluge i izvore medija kako bi pristupili kvalitetnim informacijama i uslugama

Učenici će biti u mogućnosti:

- › navesti izvore pomoći i podrške (znanje);
- › opisati karakteristike dobrih izvora pomoći i podrške (uključujući održavanje povjerljivosti i zaštitu privatnosti) (znanje);

- › razumjeti da postoje mesta na kojima ljudi mogu pristupiti podršci za seksualno i reproduktivno zdravlje (na primjer savjetovanje, testiranje i liječenje PPI/ HIV-a; usluge moderne kontracepcije, seksualno zlostavljanje, silovanje, nasilje u porodici, pobačaj i nakon pobačaja, briga i stigma i diskriminacija) (znanje);
- › objasniti karakteristike pouzdanih izvora medija (na primjer veb stranice) pomoći i podrške (znanje);
- › uočiti važnost kritičke procjene izvora zdravlja i podrške (stavovi).

- › prisjetite se kako rodna nejednakost može privoditi djevojčicama osjećaju srama i straha tokom menstruacije (znanje);
- › demonstrirati pozitivne i podržavajuće strategije da se djevojke osjećaju ugodno tokom menstruacije (vještina).

**Ključni princip:** Pubertet je vrijeme seksualnog razrijevanja koje vodi do velikih fizičkih, emocionalnih, socijalnih i kognitivnih promjena koje mogu biti uzbudljive, kao i stresne tokom adolescencije

Učenici će biti u mogućnosti:

- › razlikovati pubertet i adolescenciju (znanje);
- › podsjetiti se da se pubertet događa u različito vrijeme za različite ljude i ima različite učinke na dječake i djevojčice (znanje);
- › procijeniti i kategorisati primjere različitih vrsta promjena koje se događaju tokom adolescencije (na primjer fizičke, emocionalne, socijalne, kognitivne) (znanje);
- › uporedite sličnosti i razlike između djevojčica i dječaka u odnosu na ove promjene (znanje);
- › prihvati da su fizičke, emocionalne, socijalne i kognitivne promjene normalan dio adolescencije (stavovi);
- › prihvati da je zadirkivanje, sramota ili stigmatizacija drugih na temelju promjena u pubertetu štetna i može imati dugotrajne psihološke učinke (stavovi);
- › pokazati načine upravljanja tim promjenama (vještina).

**Ključna ideja:** Fizički izgled osobe ne određuje njezinu, odnosno njenu vrijednost kao ljudskog bića

Učenici će biti u mogućnosti:

- › objasniti da su fizički izgled određeni nasljenošću, okruženjem i zdravstvenim navikama (znanje);
- › ukazati da fizički izgled ne određuje vrijednost čovjeka kao ljudskog bića (stavovi);
- › pokazati prihvaćanje različitih fizičkih izgleda, uključujući i među vršnjacima (stavovi).

**Ključna ideja:** Postoji velika varijacija u tome što je ljudima privlačno kada je u pitanju fizički izgled osobe

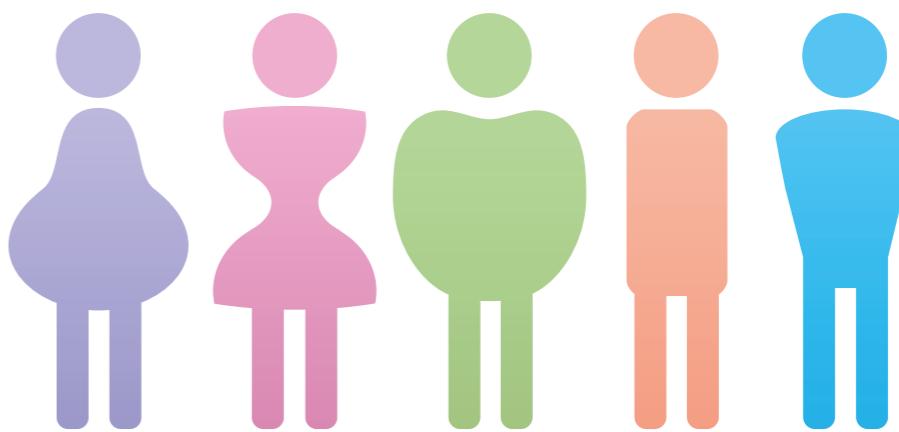
Učenici će biti u mogućnosti:

- › opisati razlike u onome što ljudi smatraju privlačnim kada je u pitanju fizički izgled (znanje);
- › ukazati da se ono što ljudi misle da je fizički privlačno mijenja s vremenom i može varirati između kultura (stavovi);
- › razmislati o tome što im se čini privlačnim i kako se može razlikovati od onoga što drugi smatraju privlačnim (vještina).

**Ključna ideja:** Ljudski osjećaji prema svom tijelu mogu uticati na njihovo zdravlje, samopouzdanje i ponašanje

Učenici će biti u mogućnosti:

- › navesti razloge zašto je važno osjećati se dobro u svom tijelu (znanje);
- › opisati kako izgled tijela osobe može uticati na to kako se drugi ljudi osjećaju prema njima i prema njima se ponašati, te uporediti kako se to razlikuje za djevojčice i dječake (znanje);



- > analizirati uobičajene stvari koje ljudi rade kako bi pokušali i promijenili svoj izgled (na primjer uzimanje dijetalnih tableta, steroida, izbjeljujuće kreme) i procijeniti opasnosti od tih praksi (znanje);
- > kritički procijeniti rodne standarde ljepote koji mogu navesti ljude da žele promijeniti svoj izgled (znanje);
- > objasniti različite poremećaje (na primjer anksioznost i poremećaje prehrane poput anoreksije i bulimije) s kojima se ljudi mogu boriti povezani sa svojom tjelesnom slikom (znanjem);
- > ukazati da upotreba lijekova za promjenu tjelesne težine može biti štetna (stavovi);
- > pokazati kako pristupiti uslugama koje podržavaju ljude koji se bore sa njihovom tjelesnom slikom (vještina).

### Ishod 7. Seksualnost i teme o seksualnom ponašanju

Seksualni odnosi, seksualnost i seksualni životni ciklus

**Ključna ideja:** Važno je moći donositi odluke o seksualnom ponašanju temeljene na informisanosti

Učenici će biti u mogućnosti:

- > prihvati da je odlučivanje o seksualnom odlučivanju temeljeno na informisanosti (tj. biti dobro upućeni i sigurni u odlučivanje hoće li, kada i s kime postati seksualno aktivni) važno za njihovo zdravlje i dobrobit (stavovi);
- > prihvati da je odluka svake osobe da bude seksualno aktivna lična, koja se s vremenom može promijeniti i treba je poštovati u svakom trenutku (stavovi);
- > donositi odgovorne odluke o svom seksualnom ponašanju (vještine).

Seksualno ponašanje i seksualni odgovor

**Ključni princip:** Postoje načini za izbjegavanje ili minimiziranje rizika od seksualnog ponašanja koji

*mogu negativno uticati na zdravlje i dobrobit učenika*

Učenici će biti u mogućnosti:

- > objasniti moguće izvore koje ljudi mogu donijeti da bi minimizirali rizike povezane sa seksualnim ponašanjem i podržati njihove životne planove (znanje);
- > objasniti da kondomi i drugi kontraceptivi smanjuju rizik od nenamjernih posljedica seksualnog ponašanja (na primjer HIV, PPI ili trudnoća) (znanje);
- > sjetiti se da nepenetrativno seksualno ponašanje nema rizika od nenamjerne trudnoće, nudi smanjeni rizik od PPI, uključujući HIV, i može biti ugodno (znanje);
- > prihvati da postoje mogućnosti za minimiziranje rizika povezanih sa seksualnim ponašanjem i ostvarivanje životnih planova (stavovi);
- > donositi dobro informisani izbor o svom seksualnom ponašanju (vještini).

### Ishod 8. Seksualno i reproduktivno zdravlje

Trudnoća i prevencija trudnoće

**Ključni princip:** Različiti oblici kontracepcije imaju različite stepene efikasnosti, djelotvornosti, korištenosti i nuspojava

Učenici će biti u mogućnosti:

- > analizirati efikasne metode prevencije nenamjerne trudnoće i s njima povezane efikasnosti
- > objasniti koncept lične ranjivosti na neplaniranu trudnoću (znanje);
- > navesti da je suzdržavanje od polnih odnosa učinkovita metoda za sprečavanje nenamjerne
- > trudnoće ako se prakticira pravilno i dosljedno (znanje);
- > navesti da pravilna i dosljedna upotreba kondoma i moderne kontracepcije mogu spriječiti nenamjernu trudnoću među seksualno aktivnim (znanje);
- > pokazati kako pravilno koristiti kondom (vještina);

Stigma za HIV i AIDS, liječenje, njega i podrška

**Ključni princip:** Uz pravu brigu, poštovanje i podršku, ljudi koji žive s HIV-om mogu voditi potpuno produktivan život bez diskriminacije

Učenici će biti u mogućnosti:

- > zaključiti da diskriminacija ljudi na temelju njihovog HIV statusa je ilegalna (znanje);
- > prihvati da neki ljudi žive s HIV-om od rođenja i mogu očekivati da će živjeti pun, zdrav i produktivan život uz liječenje i podršku (stavovi).

**Ključni princip:** Svi, uključujući osobe koje žive s HIV-om, imaju jednako pravo sa svima drugima da izražavaju seksualne osjećaje i ljubav prema drugima, brakom i dugoročnim obvezama - ako se odluče za to

Učenici će biti u mogućnosti:

- > opravdati zašto svi, uključujući ljudi koji žive s HIV-om, imaju pravo izražavati seksualne osjećaje i ljubav prema drugima (znanje);
- > podržati pravo svakoga, uključujući i ljudi koji žive s HIV-om, na iskazivanje svojih seksualnih osjećaja i ljubavi prema drugima (stavovima).

**Ključni princip:** Grupe podrške i programi kojima upravljaju ljudi koji žive s HIV-om mogu biti korisni

Učenici će biti u mogućnosti:

- > objasniti kako grupe i programi podrške kojima upravljaju i koji žive s HIV-om mogu biti korisni i opisati usluge koje nude (znanje);

- > cijeniti pomoć koju grupe za podršku i programi koje vode i rade s ljudima koji žive s HIV-om (stavovi);
- > pokazati načine pristupa lokalnim grupama i programima podrške (vještina).

Razumijevanje, prepoznavanje i smanjenje rizika od PPI, uključujući HIV

**Ključni princip:** PPI poput hlamidije, gonoreje, sifilisa, HIV-a i HPV-a mogu se spriječiti i liječiti ili upravljati njima

Učenici će biti u mogućnosti:

- > opisati različite načine na koje ljudi stiču PPI, uključujući HIV (tj. putem polnog prenosa, tokom trudnoće, rođenja ili dojenja, transfuzijom krvi s kontaminiranim krvljem, dijeljenjem šprica, igala ili drugih oštih instrumenata) (znanje);
- > objasniti da ako je neko seksualno aktivan, postoje specifični načini za smanjenje rizika od dobijanja ili prenošenja HIV-a i drugih PPI, uključujući: dosljedno i pravilno korištenje kondoma; izbjegavanje penetrativnog seksa; vježbanje „međusobne monogamije“; smanjenje broja seksualnih partnera; izbjegavanje istodobnih partnerstava; i testiranje i liječenje PPI (znanje);



# 3

POGLAVLJE

---

**PRAKTIČNI ALATI  
ZA RAD U ŠKOLAMA  
I ZAJEDNICAMA**

---

## Uvod

Treće poglavlje sadrži instrukcije za izvođenje **41 edukativne radionice prilagođene radu sa učenicima uzrasta od 6. do 9. razreda osnovne škole**. Radionice su podijeljene u 4 oblasti:

1. Rod, identitet i odnosi
2. Nasilje i nezdravi odnosi
3. Pubertet i promjene u pubertetu
4. Donošenje zdravih i ispravnih odluka

Iako nastavno osoblje i drugi profesionalci mogu samostalno odabratiti nastavne jedinice koje su relevantne za učenike sa kojima planiraju provoditi edukativni proces, **veoma je važno započeti proces edukacije radionicama iz prve oblasti**, jer navedena oblast uvodi učenike u sociokulturalne aspekte razvoja identiteta i uticaja društvenih normi na stavove i ponašanje djece i mlađih. Izvođenje prve radionice **Rod i pol preduslov je za izvođenje preostalih radionica u sve četiri oblasti**, stoga prilikom planiranja edukativnog procesa, navedena radionica ne bi trebala biti zanemarena.

Preporuka autora Programa E je da bez obzira na temu i radionicu koju nastavno osoblje želi realizovati, edukativne aktivnosti treba započeti realizacijom radionice *Rod i pol*.

## Oblast: rod, identitet i odnosi

### Radionica 1: Rod i pol

#### TRAJANJE:

90 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- Učenici definisu rod i pol te pojašnjavaju razliku između značenja ova dva termina
- Učenici mogu procijeniti i opisati uticaje maskuliniteta i feminiteta na razvoj identiteta, ponašanja i stavova
- Učenici mogu dati primjere negativnog uticaja rodnih normi na iskazivanje odluke i limitirajući uticaj na izvore
- Učenici revidiraju osuđujuće stavove u vezi rodnih uloga i mijenjaju ponašanje u skladu sa novim informacijama i dokazima
- Učenici prepoznaju posljedice doslovnog pridržavanja rigidnim rodnim normama
- Učenici procjenjuju kako pojedinačne rigidne rodne norme dovode do specifičnih problema u ponašanju

#### POTREBNI MATERIJALI:

- kreda i spužva
- A4 papir sa oznakom POL i A4 papir sa oznakom ROD

#### IZVOĐENJE RADIONICE

##### PRVI DIO

Trajanje: 2-3 minuta

Pozdravite učenike i predstavite sebe i tim koji vodi prezentaciju. Objasnite svoju ulogu u procesu organizacije i izvođenja prezentacije, no s obzirom na vrijeme koje imate na raspolaganju (45 minuta), ograničite predstavljanje na maksimalno 2-3 minuta.

Objasnite da se radi o participativnoj radionici koja se bazira na aktivnom učešću učenika. Nakon toga naglasite da tema o kojoj želite razgovarati i način na koji želite razgovarati zahtijeva direktno učešće učenika i da bez njihove uključenosti prezentacija/radionica ne može postići željeni cilj. Ukoliko želite uspostaviti pravila rada, niže u tekstu vam nudimo instrukcije kako da to uradite.

**PRIMJER PREDSTAVLJANJA I POSTAVLJANJA PRAVILA****PREDSTAVLJANJE**

Maksimalno trajanje: 2 minute

Dobro došli na prvu od planiranih 3 radionice, koliko ćemo proći zajedno u narednih godinu i po dana. Mi smo „imena vršnjačkih edukatora ili nastavnika“ i dio smo velikog tima vršnjačkih edukatora i nastavnika(ca) čiji članovi dolaze iz brojnih gradova širom BiH.

**PRAVILA**

Maksimalno trajanje: 3 minute

Prije nego krenemo sa radom, molim vas da se dogovorimo oko nekoliko stvari koje će nam pomoći da kroz 3 naredne radionice, postignemo ono što nam je i cilj, a to je stvaranje okruženja u kojima neće biti tužnih, usamljenih i ugroženih vršnjaka, a bez vas i vašeg učešća, to nije moguće uraditi.

Tokom radionica, svaki učesnik će imati mnogo prilika da govori o sebi, svojim prijateljima, svojim stavovima. Zato je važno da se dogovorimo da se nećemo izrugivati ili ismijavati bilo koje mišljenje, stav ili isповijest.

Ovo je interaktivna radionica i na pitanja koja ćemo postavljati ne postoji pogrešan odgovor. Svaki odgovor je dobrodošao jer ovakve radionice zavise od vašeg aktivnog učešća, stoga, budite slobodni da iznesete svoje mišljenje o svakoj temi. Važno je da svi učestvuju u radionici, aktivno i bez prisile. Važno je da samo jedna osoba govori u trenutku i da slušamo jedne druge, jer, svako mišljenje nam je važno!

Molimo vas da ne gorovite javno o situacijama koje vas mogu dodatno ugroziti, o takvim temama možemo razgovarati nakon radionice. Ono što se kaže za vrijeme radionice treba da ostane ovdje, među nama i da se ne iznosi van grupe. Za sve koji žele da nam se povjere ili koji žele da nas pitaju, mi ćemo nakon radionice biti ispred vrata tako da ste slobodni da nam priđete. Posebno nam je važno da budete aktivni, stoga vas molimo da ne koristite mobilne telefone tokom rada.

**AKTIVNOST 1: ŠTA JE ROD, A ŠTA POL?**

Pitajte učenike da li neko zna objasniti razliku između pola i roda. Ukoliko dobijete tačne ili djelomično tačne odgovore, zahvalite učenicima, ističući da su njihovi odgovori tačni i da će pomoći ostatku grupe da se upozna s ovom temom.

Na tabli nacrtajte tabelu kao na slici. Učenicima objasnite da je sada posebno važan njihov angažman i da se aktivno uključe u izvođenje vježbe.

OSOBINE/POSLOVI/SPORTOVI		
Muškarac	Pol	Žena

U nastavku prezentacije učenici trebaju nabrojati osobine muškaraca i žena. Aktivnost možete započeti na sljedeći način:

*Danas se desilo nešto zaista nevjerojatno, vanzemaljac je posjetio vaš razred i rekao je da je došao na zemlju kako bih upoznao prekrasna bića koja naseljavaju našu planetu. Na njegovoj planeti nema muškog i ženskog pola, već su svi i muškarci i žene, dok na Zemlji žive različita bića. Vi ste mu objasnili da su to muškarci i žene i da se oni međusobno razlikuju. Vanzemaljac vas je zamolio da mu pomognete tako što ćete navesti što više osobina/karakteristika koji će mu pomoći da razumije razliku između muškaraca i žena.*

*Šta je to specifično za muškarce, a šta za žene? Da li im se tijela razlikuju (da li žene imaju nešto što nemaju muškarci i obrnuto), da li se oblače isto, da li su im frizure i tjelesna građa isti ili različiti? Navedite što više jasnih primjera razlika između muškaraca i žena. Krenite prvo od kolone „muškarac“, postavljajući pitanje koje osobine i fizičke karakteristike predstavljaju muškarce, tj. na osnovu kojih karakteristika možemo zaključiti da je osoba muškarac. Od učenika trebate dobiti neke od sljedećih odgovora: kratka kosa, cipele, muška odjeća, penis, brada i brkovi, jača konstitucija, odnosno izraženija mišićna masa, snažniji su i sl.*

Zatim učenike zamolite da nabroje ženske karakteristike. Neki od očekivanih odgovora su: žene su nježnije, imaju grudi, duža kosa, šminka, haljine, štikle, imaju vaginu, rađaju i doje.

Nakon što ste ispunili polja muških i ženskih osobina, učenike zamolite da nabroje nekoliko poslova/sportova koji se u našem društву percipiraju kao izrazito muški poslovi i/ili ženski sportovi.

Moguće je da učenici u ovoj fazi vježbe prepoznaju da se radi o stereotipima i da **ne postoje muški ili ženski poslovi**. U tom slučaju naglasite da ne pitate učenike za njihov stav već da želite razgovarati o tome kako društvo u kojem živimo razdvaja poslove i sportove na muške i ženske. Pokušajte doći do sljedećih odgovora u koloni „muški poslovi/sportovi“: automehaničarski poslovi, izbacivači, građevinarski poslovi, teški fizički poslovi, kopanje, boks i Body Building.

Sada zamolite učenike da nabroje „ženske“ poslove i sportove. Pokušajte navesti učenike da vam daju neke od sljedećih odgovora: kuhanje, učiteljice, „baby siterke“, stjuardese, spremanje kuće, balet, briga o djeci i posao domaćice.

Nakon što se popunili sve kolone, učenicima objasnite da ćete u nastavku radionice razgovarati o njihovim odgovorima, ali kroz prizmu zamijenjenih uloga. To možete uraditi na sljedeći način:

**DRUGI DIO**

Naš vanzemaljac je sve vaše odgovore upisao na papir i stavio ga u džep, međutim, ubrzo je počela kiša i sav je pokisao. Papirić na kojem je zapisao vaše odgovore, takođe je pokvašen te se u gornjem dijelu gdje piše muškarac/žena, potpuno umrlja pa naš vanzemaljac sistemom eliminacije pokušće da odgonetne o kojem se polu radi.

U dijelu koji se bavi osobinama muškaraca i žena precrtajte oznaku „muškarac“ i na tom mjestu napišite „žena“. Takođe, na mjestu gdje je pisalo „žena“ napišite „muškarac“. Nakon što ste zamijenili pozicije oznaka „muškarac“ i „žena“, interakciju nastavite pitanjima vezanim za svaku pojedinčnu osobinu. Krenite od nove pozicije žena!

**NAPOMENA:** S obzirom na to da ne znamo kojim redoslijedom ćete dobiti odgovore od učenika, za primjer interakcije koristimo redoslijed i osobine definisane tabelom u ovom modulu. Edukator/ka se ne mora pridržavati definisanog redoslijeda, no važno je da dobije odgovore istaknute smjernice ovog modula.

Pitajte da li žena može imati, na primjer kratku kosu. Učenici će reći da može, stoga precrtajte odgovor u tabeli. Pitajte da li je moguće da žena ima bradu i brkove. Učenici će reći da je moguće, stoga precrtajte i ovu osobinu. Objasnite učenicima da je normalno da se kod djevojke ili žene razvija brada ili brkovi i da to zavisi od hormona. Takođe je normalno da je jedan dječak maljav, a drugi nije. Hormoni određuju kada i u kojoj mjeri će se pojavljivati određene karakteristike poput spomenutih.

Radionicu nastavite pitanjem da li žene mogu imati muški polni organ? Učenici će reći da to nije moguće, zato ga precrtajte u pripadajućoj koloni i upišite polni organ u srednjoj praznoj koloni. U ovom trenutku skrenite pažnju učenicima da riječi u srednjoj koloni **pripadaju polnim karakteristikama**. Objasnite im da za razliku od osobina (neko ima kratku kosu, neko nosi haljine i sl.), postoje karakteristike s kojima se rađamo i čije funkcije nemaju osobe suprotnog pola. Muškarci se rađaju s penisom i testisima, testisi kasnije počinju proizvoditi spermatozoide i taj proces je jedinstven za muškarce. Nakon što ste učenicima objasnili koje od navedenih karakteristika pripadaju polnim karakteristikama, pitajte ih koja od preostalih karakteristika u koloni „žena“ pripada izrazito muškarcima i takođe ulazi u ovu kolonu. Učenici bi u toj koloni trebali prepoznati „testise“, onda i tu riječ precrtajte u postojećoj koloni i upišite je u srednju kolonu.

Sada pređite na narednu kolonu gdje su prvično navedene ženske osobine, ali ta kolona sada nosi oznaku „muškarac“. Pitajte učenike da li je moguće da muškarci nose haljine, oni će reći da je moguće i vjerovatno će neko od učenika spomenuti običaj koji praktikuju muškarci u Škotskoj – nošenje „kilta“, tj. muške sukњe. Zatim ih pitajte da li je moguće da muškarac ima grudi kojima može dojiti dijete. Učenici će odgovoriti da nije, stoga upišite ovu karakteristiku u srednju kolonu „pol“. Objasnite im da pored grudi i mlječnih žlijezda koje se tunalaze, ženski hormoni određuju sposobnost i vrijeme kada žena može dojiti, zato je nemoguće da muškarac ima ovu osobinu. Još jednom naglasite predstavlja srednja kolona!

Nastavite interakciju pitanjem da li je moguće da se muškarci depiliraju, učenici će reći da jeste, a vi u nastavku pojASNITE da se mnogi poznati sportisti depiliraju i da to nije ponašanje kojem su skloni

samo žene. Takođe, u pojedinim kulturama sasvim je normalno da se muškarci depiliraju iz higijenskih razloga. Pitajte da li je moguće da je muškarac nježan. Moguće je da u ovom dijelu učenici dodaju određene etikete mladićima koji pokazuju emocije i nježni su prema drugima. Ovo je odlična prilika da razgovarate o tome kako je upravo naša reakcija na osobine koje neko ima, a pripadaju osobinama koje društvo veže za suprotan pol vid rodno zasnovanog nasilja.

Ukoliko etiketiramo nekoga jer ne pripada rodnoj grupi, tj. osobine te osobe nisu u skladu s društveno očekivanim, vršimo nasilje bazirano na rodnim očekivanjima, odnosno – vršimo rodno zasnovano nasilje. Objasnite im da su muškarci i žene emotivna bića i da je **sasvim normalno da pokazuju emocije**.

Društvo nas uči da je za žene prirodno da pokazuju emocije, a da bi muškarci trebali biti hrabri, jaki i suzbijati vlastita osjećanja. Upravo takav vid ponasanja dovodi do emocionalne nestabilnosti i otežava razvoj emocionalne inteligencije. Pokazati osjećanje znači komunicirati na više nivoa. Osobe koje vide da ste tužni, ne moraju čuti od vas da se tako osjećate. Isto je s ljutnjom, strahom i bilo kojom drugom emocijom. Emocije nam pomažu da razumijemo kako nešto utiče na nas, da li nas određena situacija čini sretnima ili tužnima, da li nas nešto brine ili ne. Iskazivanjem osjećanja pomažemo ljudima oko sebe da nas bolje razumiju i upoznaju.

Sada smo došli do druge polne osobine, pa pitajte učenike da li muškarac može imati ženske reproduktivne organe. Učenici će reći ne, stoga precrtajte ove riječi i u srednju kolonu upišite „ženski reproduktivni organi“. Završite ovaj dio vježbe pitanjem da li je moguće da se muškarci šminkaju.

Učenici bi trebali reći da, pa objasnite da određene profesije kao što je gluma ili novinarstvo zahitjavaju da se osobe šminkaju, bez obzira na pol. Takođe, pojasnite im da je u pojedinim kulturama sasvim normalno da muškarac koristi boje za kosu, sjene i sl., te tako ističe svoju ljepotu. U našem društvu briga za ljepotu je okarakterizvana isključivo kao osobina koja je svojstvena ženama, pa pitajte učenike kako se osjeća žena koja u našem društvu ne koristi nikakvu šminku ili muškarac koji brine o svom izgledu i ponekad koristi šminku ili, na primer, šiša obrve.

## POSLOVI I SPORTOVI

Prečrtajte rečenicu „muški poslovi/sportovi“ i na tom mjestu napišite „ženski poslovi/sportovi“, na mjestu gdje je pisalo „ženski poslovi/sportovi“ sada napišite „muški poslovi/sportovi“. Objasnite učenicima da ste namjerno zamjenili pozicije kako biste razgovarali o tome da li muškarci mogu raditi ženske i žene tzv. muške poslove/sportove.

Nastavite interakciju pitajući za svaki od navedenih poslova/sportova da li ih mogu raditi i njima se baviti muškarci ili žene. Ukoliko su, na primjer, učenici naglasili da fizički poslovi pripadaju isklju-

čivo muškarcima, pitajte ih da li sposobnost da se obavljaju teški fizički poslovi zavisi od toga da li ste muškarac ili žena ili to, ipak, zavisi od fizičke spremnosti da se obavljaju takvi poslovi. Cilj je navesti učenike na zaključak da sposobnost pojedinca da obavlja određeni posao/sport zavisi prvenstveno od želje, mogućnosti, spremnosti, sposobnosti i znanja, a najmanje od polne odrednice. Objasnite im da nas društvo uči o tome čime se trebaju baviti muškarci, a čime žene. Pitajte učenike koja je razlika između riječi **mogu i trebaju?**

## ZAKLJUČITE:

*Ono čemu nas društvo uči nije nužno i tačno.* Društvene, odnosno, rodne norme nas uče kako se trebamo ponašati da bismo odgovorili na stereotipna društvena očekivanja i pravila. Mnogi muškarci i žene odlučni su u svojoj želji da se bave poslovima ili sportovima koji „pripadaju“ suprotnom polu, ali ih često društvo zbog toga etiketira i takve osobe nailaze na različite društvene barijere koje im otežavaju da se u tom sportu ili poslu ostvare u svom maksimumu. Dječak koji voli balet ili se njime želi

baviti neće moći donijeti jednostavnu odluku jer ona zavisi u velikoj mjeri i od toga kako će taj dječak biti prihvaćen u društvu. Pitajte učenike da li su roditelji pod pritiskom normi kada je u pitanju odluka njihovog djeteta kojim se sportovima ili poslovima želi baviti. Možete koristiti primjer baleta i dječaka koji se njime želi baviti. Pitajte ih da li će roditelji podržati svoje dijete ili će uticati na njegovu odluku.

OSOBINE/POSLOVI/SPORTOVI		
Muškarac	Žene	Pol
Kratka kosa		Nose haljine
Obrijani	Grudi i dojenje	Imaju grudi i mogu dojiti
Imaju muški polni organ	Polni organ	Duža kosa
Testisi	Testisi	Depiliraju se
Jača mišićna masa		Nježnije su
Agresivniji	Ženski reproduktivni organi	Imaju ženski reproduktivni organi
Nose mušku odjeću		Šminkaju se
Muški poslovi	Poslovi/sportovi kojima se mogu baviti isključivo osobe određenog pola	Ženski poslovi
Građevinarstvo		Kuhanje
Fizički poslovi		Spremanje
Kopanje		Ballet
Boks		Briga o djeci
Body Building		Posao domaćice

Nakon što ste završili diskusiju o osobinama i poslovima/sportovima kojima se bave muškarci i/ili žene, učenicima objasnite da sve precrteane osobine, poslovi i sportovi spadaju u rodne norme i određuju ih ljudi. Sve što se nalazi u srednjoj koloni pripada polnim karakteristikama i to određuje prirodu. Muškarci i žene se rađaju sa polnim karakteristikama koje nazivamo biološkim osobinama i ljudi ne mogu birati ove osobine. Svi se rađamo kao muškarci ili žene, *no moguće je da se osoba rodi s muškim i ženskim polnim karakteristikama i te ljudi nazivamo interseksualnim osobama*. Biološke osobine ne možemo mijenjati, dok **rodne karakteristike i rodne norme možemo**.

**Pojašnjenje:** Sve prectane osobine, poslove i sportove svrstavamo u društvene, tj. rodne norme. Rodne norme predstavljaju nepisana društvena pravila o tome čime se trebaju baviti muškarci, a čime žene. Pravila ponašanja koja se odnose na muškarce nazivamo **maskulinitetima**, a pravila koje se odnose na djevojke **feminitetima**.

Mladići i djevojke koji odrastaju u današnjem društву takođe su izloženi društvenim pritiscima da slijede pravila muškosti i pravila ženskosti. Mladići često odrastaju u okruženju koje ih uči da trebaju biti snažni, da se izlažu rizicima, da su hrabri, da

brane čast i poštovanje i da skrivaju emocije. Preuzimanje takvih osobina često muškarce dovodi u rizične situacije koje mogu imati neželjene ishode. Primjer može biti konzumiranje alkohola, brza vožnja, sklonost fizičkom nasilju (tuče i sl.).

#### AKTIVNOST: KAKO NA NAS UTIČU DRUGI?

Pitajte učenike do kojih još rizika može dovesti doslovno pridržavanje normi kod mladića?

- › Šta ako mladića vršnjaci nagovaraju da proba alkohol i pri tome naglašavaju da pravi muškarci nemaju strah od alkohola?
- › Šta ako mladić želi da se bavi poslom ili sporom koji je okarakterisan kao ženski?
  - » Kako će na njegovu odluku reagovati okolina?
  - » Kako to može uticati na odluku tog mladića? Može li se desiti da odustane zbog straha reakcije okoline?

U našem društву i dalje egzistiraju tradicionalni stavovi koji žene i muškarce postavljaju u nepovoljan društveni položaj. Pojedini roditelji odgajaju djevojke u duhu da žene trebaju biti domaćice, uskraćujući im na taj način mogućnosti koje bi djevojka ostvarila ukoliko bi se obrazovala i započela poslovnu karijeru. Pojedini sportovi se tradicionalno povezuju sa muškarcima, a drugi sa ženama, mada se i jedni i drugi mogu jednakodobro baviti istim sportovima.

Pitajte učenike do kojih ograničenja može dovesti doslovno pridržavanje normi/pravila kod djevojaka. **Tokom odrastanja mladi formiraju rodni identitet koji oblikuje naše stavove, vrijednosti i ponašanje.** Rodni identitet je pod uticajem društvenih normi, posebno rodnih normi, tako da svaka osoba ima svoj rodni identitet, a od njegove forme zavisi način i vrste socijalnih (društvenih) interakcija koje će osoba ostvarivati tokom života. Pravila koja se odnose na muškarce nazivamo normama muškosti (maskuliniteti), a ona koja se odnose na djevojke nazivamo normama ženskosti (feminiteti).

Ukoliko se ne pridržava određenih normi, osoba može osjećati određeni pritisak koji nazivamo **rodnim stresom**, a podrazumijeva emocije koje se mogu pojavit u koliko osoba osjeća da ne može ili ne odgovara na društvene norme koje se pred nju nameću. Takođe, moguće je da osobe u neposrednoj blizini vrše direktni pritisak na nekoga zbog njegovog, odnosno njenog nepridržavanja određene norme (djevojčica se želi igrati autićima, mladić koji voli balet, dječak koji odbija alkohol, djevojčica koju etiketiraju zbog njenog izgleda i sl.), a ukoliko se ta osoba osjeća loše zbog toga, onda govorimo o **rodno zasnovanom nasilju**.

Pored toga kako društvene norme utiču na naša osjećanja i mogućnosti, one ohrabruju određene pojave i oblike ponašanja koje svrstavamo u nasilje. Ukoliko je djevojka krupnije grude, njeni vršnjaci, smatrajući da je normalno da sve djevojke izgledaju isto, mogu osjećati ohrabrenje da zbijaju „šale“ na njen račun ili da joj daju određene „etikete“. Zbijanje šala i etiketiranje dovodi do negativnih osjećanja kod osobe koja je izložena ovim oblicima nasilja. S obzirom na to da je ovome povod izgled, a on je u vezi s društvenim očekivanjem kako djevojke trebaju izgledati – govorimo o rodno zasnovanom nasilju.

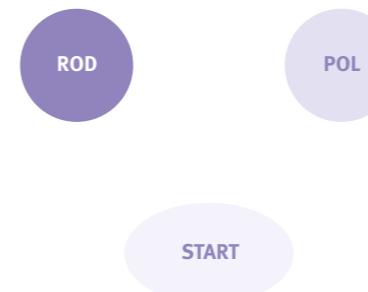
Rodno zasnovanom nasilju izloženi su i mladići. U toku puberteta, mladići često između sebe dokazuju snagu, hrabrost i sl. **Mladići koji ne slijede ovaj obrazac, ili mu se suprotstavljaju, često nose etiketu „slabića“ ili „feminiziranih“ mladića, što je iskrivljeno viđenje ličnosti koje ovi mladići posjeduju.** I u ovim slučajevima, ukoliko se nasilje temelji na rodnim normama, govorimo o rodno zasnovanom nasilju prema mladićima. Svako nasilje koje ima veze s društvenim očekivanjima i rodnim ulogama nazivamo rodno zasnovanim nasiljem.

**Primjer za diskusiju:** Pitajte učenike da li je uobičajeno da mladić prijavi nasilje kojem je izložen od vršnjaka? Ako je odgovor ne, zašto? Zbog čega je

mladićima teže reći nastavniku da ga vršnjaci provočuju, ogovaraju ili vrše neki drugi oblik nasilja?

#### AKTIVNOST: MOŽDA ROD, A MOŽDA POL

Rod ili pol?



Za ovu aktivnost potrebno je obilježiti prostor kao na slici.

Tokom aktivnosti čitate predložene izjave, a učenici treba da odrede da li se u vezi svake pojedinačne izjave radi o rodu ili polu. Pročitajte izjavu i saopštite učenicima da stanu na poziciju ROD ili POL. Nakon svake izjave, a nakon što učenici pređu na određeno polje, prodiskutujte o poziciji jednih ili drugih, tj. pitajte učenike zašto su stali na jednu/drugu poziciju i pokušajte dobiti što više obrazloženja. Važno je da facilitator objasni pravi odgovor, a to radi nego što pređe na narednu izjavu. Izjave čitate ponuđenim redoslijedom:

**Muškarci su bolji fudbaleri od žena!** Radi se o rodnom stereotipu. Nisu svi muškarci prirodno talentovani da igraju fudbal, dok postoje djevojke koje treniraju fudbal i igraju bolje od muškaraca koji ne treniraju ovaj sport. Sposobnost zavisi od treninga i iskustva, a ne od pola.

**Žene mogu rađati, a muškarci ne!** Radi se o polnoj karakteristici. Muški ne mogu rađati jer njihov reproduktivni sistem nema potrebne organe. Učenike zamolite da stanu na početnu tačku i objasnite im da ćete u nastavku čitati izjave, a učenici ukočili smatraju da se radi o rodu ili polu, prelaze na obilježeno mjesto.

**Sportovi su važniji dječacima nego curicama!** Rodni stereotip. Brojne igre djevojčica dok su još djeca sadrže sportske elemente (guma/elastika) i danas je česta pojava da u gradu postoje ženski fudbalski klubovi, košarkaški klubovi i sl.

**Djevojke nisu dobre u matematici kao muškarci!** Rodni stereotip. Mnoge djevojke su izvrsne matematičarke i pol nema nikakve veze sa sposobnostima mlade osobe da uči, razumije i primjenjuje matematiku.

**Žene mogu da doje, dok muškarci ne!** Polna karakteristika – žene posjeduju mliječne žlijezde koje im omogućavaju da doje. Muškarci nemaju tu mogućnost uslijed nedostatka mliječnih žlijezda.

**Djevojke su nježne, povučene i slatke, a muškarci su grubi, snažni i hrabri!** Rodni stereotip! Postoje snažne, grube i agresivne djevojke i nježni i povučeni muškarci. Kakva će osoba biti, zavisi od okoline, vlastitih osjećaja ispravnog i poželjnog, a ne od pola.

**Prirodno je da dječaci tokom odrastanja budu agresivni i nasilni.** Rodni stereotip.

**Dječaci koji prijavljuju nasilje su kukavice, dok cure koje to rade su ok.** Rodni stereotip.

#### PITANJA ZA ZAVRŠNU DISKUSIJU:

- › Da li ste danas naučili nešto novo o sebi?
- › Kako na nas lično utiču društvene norme?
- › Kada govorimo od dječaku koji je žrtva nasilja, da li ga društvene norme mogu obeshrabriti da prijavi nasilje? Zašto?

## ⚙️ Radionica 2: Muške i ženske mreže riječi

### ⌚ TRAJANJE:

45 minuta

### 📍 CILJEVI RADIONICE:

- Učenici rade u grupama kako bi napravili mreže riječi o tome kako društvo interpretira šta znači biti muškarac ili žena
- Učenici se upoznaju sa konceptom roda
- Učenici su u mogućnosti da definišu rod i da naprave razliku između bioloških osobina koje pripadaju muškarcima i ženama i osobina koje su društveno određene
- Jačanje kritičkog razmišljanja i vještina kreativnog pisanja kod učenika

### 📎 POTREBNI MATERIJALI:

Tabla i kreda

### 📝 PRIPREMA:

Odlučite da li želite dodati neke karakteristike koje su posebno prikladne vašoj zajednici.

### IZVOĐENJE RADIONICE

Podijelite učenike u grupe od po 4 ili 5 (izaberite da li će biti istoga pola ili ne). Pojasnite sljedeće:

- Danas ćemo razgovarati o temi pod nazivom rod (kako to društvo interpretira ulogu muškarca i žene). Svaka grupa će napraviti mrežu riječi koje se najčešće vezuju s muškarcima i ženama.

*Kako bi pojasnili koncept „mreža riječi“ na tabli biste mogli navesti primjer mreža riječi na drugu temu. U nastavku pogledajte značenje riječi „pas“.*

Pas - lojalan, sladak, odan, dlakav, aktivan, razigran, zaštitnički raspoložen. Svakoj grupi učenika dajte dvije do tri minute kako bi napravili mrežu riječi za riječ „muškarac“ te dodatnih dvije do tri za riječ „žena“.

Na tabli napišite „žena“ i „muškarac“ te napravite dvije kolone za svaku riječ. Jedna kolona treba biti naslovljena s „biološki“, a druga s „društveno“. Počevši s jednom grupom učenika pitajte:

- Šta je jedna od karakteristika koja se veže za pojmom muškarac?
- Da li je ta karakteristika biološki određena (biološki) ili društveno (društveno)?
- Ukoliko učenici društvene karakteristike pripišu u kategoriju „biološki“, ispravite ih te ih pitajte: Ukoliko dječak ili muškarac nema tu osobinu, da li je on još uvijek muškog pola?

Dodajte po još jednu karakteristiku na sačinjene liste svake od grupe učenika sve dok ne dobijete odgovore za pojmom muškarac. Potrudite se da učenici navedu što više riječi u svojim mrežama (možda ćete morati da ih potaknete postavljajući pitanja kako biste dobili tražene odgovore). Najčešći odgovori na pitanje šta ljudi podrazumijevaju pod pojmom muškarac su:

- Fizički snažan
- Emotivno suzdržan
- Seksualni predator
- Finansijski uspješan
- Heteroseksualac
- Zaštitnik porodice
- Cool
- Otac
- Ponosan
- Moćan
- Atleta
- Hrabar
- Bez straha pred nasiljem ili bez straha da bude nasilan
- Humorističan
- Odan prijateljima

Isti proces ponovite za pojmom žena. Najčešći odgovori na pitanje šta ljudi podrazumijevaju pod pojmom žena su:

- Uvidljiva
- Tiha
- Ponizna
- Pričljiva
- Dobra u komunikaciji
- Dobro odgojena
- Emotivno snažna
- Dobro organizovana te uspješna u multitaskingu
- Praktična

- Nenasilna
- Skromna
- Brižna
- Fizički slabija od muškarca
- Majka
- Puna oblina

Odvojite 10 minuta za razgovor sa svim učenicima:

- Nekolicina karakteristika su biološke i kod muškaraca i kod žena. Na primjer, samo muškarci mogu biti očevi, samo žene mogu donijeti dijete na svijet, te ga dojiti.
- Većina karakteristika vezanih za pojmove muškarac i žena društveno su određeni, a nisu bazirani na biologiji.
- Muške i ženske uloge koje su društveno određene se nazivaju rodnim ulogama. Ko je za ovakve uloge čuo ranije?
- Šta vi mislite o rodnim ulogama u našem društvu? Slažete li se sa svim aspektima onoga kako bi žene trebale da žive i djeluju? Kako muškarci trebaju da se ponašaju?
- Šta za vas znači jednakost polova? Da li su muškarci i žene u BiH jednak? Zašto nisu?
- U svakom društvu neki ljudi imaju stavove o rodu i jednakosti koji nisu konvencionalni.
- Društvo se mijenja kroz vrijeme ili od zemlje do zemlje. Jednako tako se mijenjaju i rodne uloge.

### DOMAĆA ZADAĆA:

U obliku spiska, pisma ili pjesme završite i proširitte narednu rečenicu: „*Biti djevojčica/dječak nije lako jer...*“. Nastavnik/ca ili edukator/ka treba osigurati da se na narednoj radionici prezentuju zadće koje su uredili učenici, a zatim provesti diskusiju o najčešćim izazovima sa kojima se suočavaju dječaci i djevojčice i strategijama prevazilaženja tih izazova.

## Radionica 3:

### Putovanje kroz sjećanje: upoznavanje s rodom u ranoj fazi odrastanja

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici dijele sjećanje na vrijeme kada se prema njima odnosilo na određen način zbog njihovog pola, te svojih osjećaja vezanih za ta iskustva
- > Učenici daju primjere a na koji način djeca primaju poruke o rodnim ulogama
- > Učenici razmatraju ove poruke iz tačke ličnih i ljudskih prava
- > Jačanje vještina kritičkog razmišljanja

#### POTREBNI MATERIJALI:

Tabla i kreda

#### PRIPREMA:

I sami krenite na ovo putovanje kroz sjećanje prije nego realizujete aktivnost. Ovakve aktivnosti mogu izazvati loša sjećanja kod nekih učenika. Razmislite kako da na najbolji način odgovorite na ista. Takođe, razmislite kome se možete obratiti ukoliko bi neki od učenika imao potrebu za daljom podrškom.

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Razred podijelite u grupe sačinjene od po 4 ili 5 učenika/ca istoga pola. Zamolite ih da uzmu olovku i papir. Objasnite sljedeće:

- > Ponovo, nakon 5 ili 10 minuta, upitajte:
- > Šta nam ova iskustva govore o stavovima i normama koje se tiču uloga i vrijednosti djevojčica i žena, tj. dječaka i muškaraca?
- > Ako se osvrnemo na ono što smo naučili o ljudskim pravima, da li vam se ovi stavovi i norme čine poštenim? Zašto ili zašto ne?
- > Koje su to promjene koje bi se trebale načiniti kako bi dostigli jednakost među muškarcima i ženama?

*Napomena: ukoliko ne budete imali dovoljno vremena, ovaj korak možete dodijeliti kao domaći zadatak.* Napomenite učenike da bilo koja situacija može imati brojne različite rezultate. Dajte mogućnost da izmijene kraj priče objašnjavajući sljedeće:

- > Vratite se sjećanju na situaciju za koju mislite da nije fer ili je nepravedna. To može biti ona o kojoj ste pisali ili koju ste čuli u grupi.
- > Sami napišite novi svršetak priče, svršetak kakav vam se čini da je pravedniji.

Nakon nekoliko minuta upitajte:

- > Unutar vlastite grupe, u nekoliko minuta, podjelite šta god želite a što je vezano za vaša osjećanja ili iskustva. Nije nužno podjeliti ta sjećanja ukoliko ne želite.

## Radionica 4:

### Identiteti

#### TRAJANJE:

90 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici identifikuju sličnosti koje postoje među njima
- > Učenicima je jasan koncept različitosti identiteta
- > Učenici navode primjere kako identiteti mogu ohrabriti stigmatizaciju i odbacivanje

#### POTREBNI MATERIJALI:

- > Sličnosti među nama
- > Prazni A4 papiri
- > Olovke

#### UPUTSTVO ZA FACILITATORE

Za izvođenje modula „Identiteti“ potrebno je uređiti prostor tako da omogućava kretanje većeg broja učenika kroz prostoriju. Ukoliko je moguće, frontalni dio prostorije uredite za grupni rad, a u drugom dijelu prostorije rasporedite stolice koje će učenici koristiti u drugom dijelu radionice. Za prvi dio sesije potreban vam je radni materijal „Sličnosti među nama“, dok za izvođenje drugog dijela radionice učenicima su potrebni prazni A4 papiri i olovka za svaku grupu. S obzirom da je planirano učešće 4 grupe, potrebna su vam četiri A4 papira i četiri olovke. Zbog mogućnosti greške u radu grupe, pripremite dodatne prazne A4 listove koje im možete dati u slučaju potrebe.

#### Sličnosti među nama

Učenike zamolite za pažnju i objasnite da čete u narednih 45 minuta razgovarati o identitetima. Pitajte učenike da li neko može da objasni šta znači identitet. Nakon što dobijete odgovore učenika, objasnite da postoje različiti identiteti i da tokom života osoba može mijenjati identitet u zavisnosti od osjećaja pripadnosti određenoj populaciji, navijačkom timu, muzici koju sluša i sl. Navedite primjer identitet: *Mladi koji se identificuju sa određenim klubom pa je zajednički identitet navijača tog kluba vezan za naziv kluba.* Pitajte učenike da navedu još nekoliko primjera identiteta.

Sada zamolite učenike da ustanu. Zamolite sve dječake da stanu na lijevu stranu prostorije, a djevojčice na desnu stranu. U nastavku objasnite da je ljudi lako postaviti u grupe koje su društveno najistaknutije i da sada vidimo dvije grupe, dva osnovna identiteta, mladići i djevojke. Međutim, ove grupe će se značajno razlikovati ukoliko se potrudimo da pronađemo više zajedničkih osobina. U ovom dijelu sesije nije potrebno diskutovati, već zamolite učenike da reaguju brzo i mijenjaju pozicije u odnosu na slaganje/neslaganje sa konstatacijama koje čete čitati.

Nakon što pročitate svaku od navedenih konstatacija učenici će zauzeti pozicije, a vi ih ostavite u toj poziciji nekoliko sekundi kako bi mogli identifikovati sve učenike koji dijele određene sličnosti. Ohrabrite učenike da obrate pažnju na svoje vršnjake koji će se u narednoj vježbi identifikovati sa različitim osobinama. Vježbu započnete koristeći ponuđena pitanja:

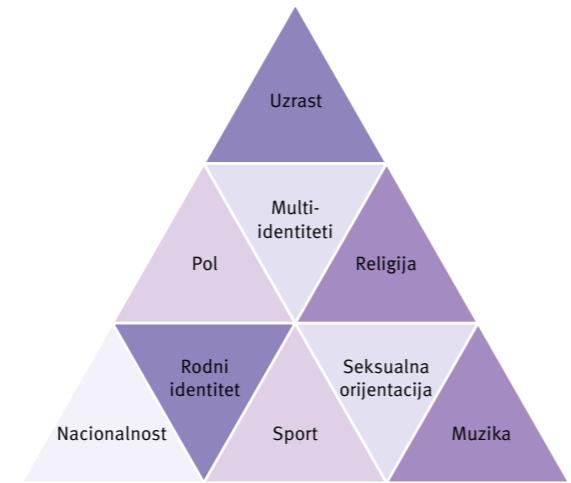
- > svi koji vole sladoled stanite desno, a oni koji ne vole lijevo
  - » zamolite učenike da kažu o kakvom se identitetu sada radi?
- > svi koji vole džem stanite desno, a oni koje ne vole lijevo
  - » Ponovite pitanje kao kod prethodnog primjera!

- > svi koji nose tamnu odjeću stanite desno, a oni sa svjetljom lijevo
- > svi koji se plaše pauka i sličnih „baja“ stanite desno, a oni koji se ne plaše lijevo
- > svi koji imate profil na Facebooku stanite desno, a oni koji nemaju lijevo
- > svi koji imaju kratku kosu stanite desno, a oni koji imaju dužu kosu lijevo
- > svi koji se plaše zubara stanite desno, a oni koji se ne plaše lijevo (POSEBNA PAŽNJA)
- > svi koji su kao djeca „maznuli“ nekome igračku stanite lijevo, a oni koji nisu desno
- > svi koji ne vole sport i sportove stanite lijevo, svi koji vole desno
- > svi koji imaju brata ili sestru stanite lijevo, a oni koji nemaju desno
- > svi koji su dobili jedinicu u zadnjih godinu dana stanite lijevo, a oni koji nisu desno
- > svi koji su nekada bili izloženi nasilju stanite lijevo, a oni koji nisu desno
- > svi koji vole spavati lijevo, svi koji ne vole spavati desno
- > svi koji vole školu lijevo, a svi koji ne vole desno
- > svi koji idu u osnovnu školu lijevo. S obzirom da se radi o učenicima osnovne škole, svi će preći na lijevu stranu, a vi predite desno. Dok učenici stoje nasuprot vas, pitajte ih kakve sada dvije grupe postoje?

Učenicima objasnite: „Kao što ste mogli primijetiti postoje mnoge sličnosti među nama, a o kojima niste razmišljali ili jednostavno niste imali priliku razgovarati. Svaka grupa u odnosu na svako pitanje može se „identifikovati“ sa osobinom koja je naglašena. Vidjeli ste grupu koja voli sladoled i onu koja ne voli, onu koja voli džem i onu koja to ne voli. One koji nose tamnu i one koji nose svjetlu odjeću i tako dalje“. Objasnite da ste pročitali 15 pitanja i identifikovali 30 osobina i 30 grupa koje su proizašle iz jedne. Ako bi zamolili da nam se pri-druže vršnjaci iz susjednog razreda, prva podjela bi bila temeljena na vama i njima. No ukoliko bi koristili pitanja iz prethodne vježbe, nove grupe i novi identiteti bi se formirali.

Prije prelaska na narednu vježbu, učenike uključite u dodatnu diskusiju. Podsjetite učenike na pitanja

straha od pauka i stomatologa. Napomena za edukatore/ke: tokom testiranja ove vježbe, dječaci su skrivali strah od zubara i pauka i nerado su pristajali da zauzmu poziciju koja na pravi način ilustruje njihov strah od pauka ili zubara. Tokom razgovora objasnili su da su imali određeni otpor da pred svojim vršnjacima pokažu strah, dok kod djevojčica to nije bio slučaj.



Uzmimo primjer „pauka“. Da li nam je lakše o vašim strahovima razgovarati sa osobama koje sa vama dijele isti strah ili jednako slobodno i otvoreno razgovorate i sa onima koji ne dijele takvu sličnost? Kada razmislimo, može biti korisno ukoliko razgovaramo i sa jednima i sa drugima. Osobe koje se takođe plaše, na primjer pauka, razumjeće naš strah i dijeliće iste ili slične emocije u vezi našeg straha. No, sa druge strane osobe koje se ne plaše, mogu biti naši saveznici u prevladavanju tog straha. Stoga svaka sličnost i različitost, u svakom kontekstu, može biti naš saveznik i naša podrška.

Da li je dječacima jednako lako priznati postojanje straha kao i djevojčicama? Objasnite učenicima da ljudi imaju više različitih identiteta. Uzrast, religija, pol, rod, društveni status, navijački klub, nacionalnost, seksualna orientacija, sve su to karakteristike na osnovu kojih formiramo identitete. Neke identitete je lako identifikovati jer su vidljivi (na primjer uzrast, pol, rasa i sl.), dok su drugi identiteti nevidljivi (muzika, nacionalnost i religija) i moguće ih je identifikovati kroz razgovor. Učenicima objasnite da kada govorimo o identitetima osoba koje su oko nas, dobar pristup u razumijevanju identiteta je *model ledenog brijege*.



Učenicima podijelite radni materijal „Ledeni brijege“ koji će koristiti kasnije tokom naredne vježbe. Objasnite da ono što vidimo kod drugih obično je samo mali dio onoga što ti ljudi zaista jesu i da će

#### Aktivnost: Superman, Superwoman

Učenike podijelite u 4 grupe, a možete ih podjeliti po polu ili nasumično bez specifičnih kriterija. Za izvođenje ove vježbe potrebni su vam prazni A4 papiri ili prazni listovi iz sveske i olovke. Svaka grupa treba da dobije jedan prazan list i olovku za crtanje i pisanje. Učenicima objasnite da tokom vježbe koriste radni materijal „Ledeni brijege identiteta“ i da se fokusiraju na ličnosti (osobenosti) i sposobnosti, dok druge karakteristike treba da izbjegavaju. Zamolite učenike da unutar grupe razgovaraju o pojedinačnim osobinama članova grupe. Svaka grupa i svaki pojedinac u grupi treba da navede neku specifičnu osobinu za koju smatra da

sto formiramo mišljenje o drugima samo na osnovu onoga što vidimo, a vidimo malo. Gledajući u nekoga, teško da možemo znati koje sposobnosti ta osoba posjeduje, ne možemo vidjeti njena ili njegova uvjerenja, stavove, vrijednosti, ličnosti, njihovo viđenje njihove svrhe u svijetu u kojem žive, a sve to zapravo predstavlja njihov identitet.

Učenike zamolite da pogledaju u crtež radnog materijala „Ledeni brijege identiteta“, pogledaju ono što se vidi iznad površine vode i pitajte ih:

- > Koliko možemo biti precizni u procjeni nekoga kroz ono što vidimo iznad površine?
- > Da li nas nemogućnost da vidimo sve ispod površine može dovesti do pogrešne procjene o nekome? Ako da, zašto? Ako ne, zašto?
- > Šta možemo uraditi da vidimo ispod površine i upoznamo „skrivene“ osobine?

predstavlja lični kvalitet ili posebnost. Cilj je pri-kupiti što više kvaliteta koji posjeduju pojedinačni članovi i projektovati ih u super muškarca i super ženu.

Grupe treba da nacrtaju obrise osobe i da mu/joj pripoe sve identifikovane osobenosti (percipirane karakteristike) pojedinačnih članova. Osobenosti mogu nacrtati ili zapisati pored crteža obrisa super osobe koja predstavlja njihovu grupu. Nakon što grupe završe sa ispunjavanjem zadatka, zamolite svaku grupu da prezentuju svoje crteže i objasne osobine koje su identifikovali.

#### ZAKLJUČAK RADIONICE:

Umjesto zaključka, radionicu završite diskusijom sa učenicima koristeći ponuđena pitanja:

- > Da li ste i šta ste naučili o sebi tokom radionice?
- > Da li ste i šta ste naučili o drugima tokom radionice?
- > Da li je važno da poznajemo kvalitete ljudi koji su nam bliski ili koji su dio vaše vršnjačke grupe, na primjer razreda? Zašto?
- > Da li kvaliteti drugih ljudi mogu biti korisni i za vas pojedinačno? Koliko vaši kvaliteti mogu biti korisni drugima?

## Radionica 5:

### Ja sam kao ti, ti si kao ja

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici shvataju bitnost međusobne komunikacije za uspostavljanje međusobnih kvalitetnih odnosa
- > Učenici kroz razgovor sa vršnjacima uviđaju sličnosti i različitosti koje ih krase
- > Razvijanje komunikacijskih vještina kod učenika

#### POTREBNI MATERIJALI:

- > A4 papiri
- > Olovke
- > I1 radni materijal

#### UVOD

Radionica se sastoji iz dva dijela. Pripremni dio zahtijeva da učenici tokom radionice sprovedu istraživanje o jednom od svojih vršnjaka iz razreda. Nastavnik/ca bi trebao da grupu učenika podijeli u parove, tako da svaki učenik dobije jednog vršnjaka/vršnjakinju o kojoj će napraviti priču.

**Napomena:** vježbu možete realizovati na način da povežete učenike koji se ne poznaju ili koji imaju određene interpersonalne nesuglasice. Na taj način omogućavate njihovo međusobno povezivanje i upoznavanje.

Ukoliko u razredu postoji neparan broj učenika, jedan od učenika može dobiti zadatku da istraži osobu koja je već u paru sa drugom osobom ili istraživanjem može obuhvatiti facilitatora/ku. Treća opcija, ukoliko modul realizuje nastavno osoblje je da učenik/ca dobije nastavnika/cu kao sagovornika, u tom slučaju i nastavnik treba da učestvuje u vježbi i napravi priču o tom učeniku/ci koja mu je dodijeljena. Podjelu učenika u parove potrebno je napraviti na početku radionice i omogućiti učenicima vrijeme za istraživanje. Učenicima je dovoljno 20 minuta da intervjuju svog sagovornika.

#### PRIPREMA:

Učenike podijelite u parove. Svaki učenik treba da napravi priču o jednom od vršnjaka iz svog razreda. Na kraju pripreme, svaki učenik bi trebao imati spremnu priču o dodijeljenom vršnjaku. Za istraživanje, učenicima dajte *odatak I1* sa pitanjima koja će koristiti prilikom intervjuja.

U drugom dijelu radionice, učenici predstavljaju svoje radove u parovima. Zamolite da svaki par izađe pred ostale učenike i svaki par predstavlja jedinačno priče. Po završetku prezentacije svakog para, nastavnik/ca treba da prodiskutuje i uporedi priče. Za diskusiju i komparaciju koristite sljedeća pitanja:

- > Da li ste otkrili određene sličnosti među vama?
- > O kakvim se sličnostima radi?
- > Koje su najizraženije razlike među vama?
- > Da li ste naučili nešto o osobi koju ste dobili, a što je na vas ostavilo poseban utisak? O čemu se radi?

Nakon prezentacije svih parova, nastavnik/ca treba da prije finalnog zaključka diskutuje o sljedećim pitanjima:

- > Šta je prema vašem mišljenju cilj ove vježbe?
- > Da li ste naučili nešto novo o sebi kroz razgovor sa vašim vršnjacima(ispitivanjem vršnjaka)?
- > Koliko je komunikacija važna za uspostavljanje kvalitetnih odnosa sa vršnjacima?
- > Koliko smo iskreni u uobičajenoj komunikaciji?

Sada zamolite učenike da se zahvale svojim sagovornicima i vremenu koje su izdvojili prilikom njihovih istraživanja.

#### ZAKLJUČAK RADIONICE:

Često smatramo da smo sami i da određene zabrinutosti ili stvari koje volimo, svojstvene su samo nama. Ipak, dijelimo toliko sličnosti sa našim vršnjacima, ali o mnogima nismo upoznati, jer ono što često nedostaje u međuvršnjačkim odnosima je vrijeme i adekvatna komunikacija koja bi nam omogućila da se bolje upoznamo. Upoznavanje drugih nam pomaže da razumijemo njih, ali i sebe. Za razvoj naših stavova, vrijednosti i identiteta, važan resurs predstavljaju vršnjaci. Dakako, važni su i roditelji, porodica, mediji i drugi uzori, no oni sa kojima provodimo najviše svoga vremena su upravo naši vršnjaci.

Komunikacija je posebno važna za uspostavljanje kvalitetnih prijateljskih i drugih donosa. No, postavlja se pitanje koliko često otvoreno razgovaramo sa svojim vršnjacima i koliko smo spremni da budemo iskreni. Iskrenost zahitjava povjerenje, a povjerenje je odlika kvalitetnih odnosa.

#### Radni materijal I1:

- > Koju muziku slušaš?
- > Da li voliš sportove i koje?
- > Najdraže jelo i piće?
- > Koji predmet najviše voliš
- > Šta voliš da radiš u slobodno vrijeme?
- > Kada bi mogao promijeniti nešto kod sebe, šta bi to bilo?
- > Kada bi mogao promijeniti svijet, šta bi prvo promijenio/la?
- > Kada bi uhvatio/la zlatnu ribicu koja bi ti ispunila tri želje, šta bi poželio/la?
- > Postoji li osobina koju posebno cijeniš kod sebe i za koju smatraš da je tvoja vrlina?

## Radionica 6:

### Kalendar ljudskih prava

#### TRAJANJE:

90 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Povećati svijest učenika o različitim pravima
- > Jačanje vještina planiranja
- > Kreiranje i implementacija kampanje tokom školske godine

#### POTREBNI MATERIJALI:

Radni materijal „Važni datumi“. Svaki učenik bi trebao dobiti kopiju radnog materijala. Takođe, učenicima je potrebna kopija materijala „Kalendar važnih datuma“.

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Učenicima objasnite da će narednih 90 minuta razgovarati o važnim datumima koji se odnose na osnovna ljudska prava. Učenike pitajte da li znaju koja su to osnovna ljudska prava? Prodiskutujte sa učenicima o važnosti ljudskih prava, a u ovom dijelu sesije možete spomenuti i seksualna i reproduktivna prava. Pitajte učenike da nabroje neka od ljudskih prava kojih se mogu sjetiti. Ukoliko učenici ne mogu da se sjete, vi im pomožite.

Učenicima podijelite radni materijal „Važni datumi“ i objasnite da će u nastavku radionice kreirati mješeni kalendar datuma koje će prezentovati ostaku

razreda. Učenike podijelite u grupe i svakoj grupi dajte određeni broj kopija radnih materijala „Kalendar važnih datuma“. Ukoliko ste formirali 3 grupe, svakoj grupi dodijelite četiri mjeseca tako da:

**Grupa 1:** Dodijelite mjesecce od januara do aprila

**Grupa 2:** Dodijelite mjesecca od maja do avgusta

**Grupa 3:** Dodijelite mjesecce od septembra do decembra

Vodite računa da u pojedinim mjesecima ima više važnih datuma nego u drugim, stoga podjela u grupe treba da omogući približno jednak broj datuma.

#### PROCEDURA:

Zamolite učenike da iz radnog materijala *Važni datumi* izdvoje datume koji su relevantni za mjesecce koje su dobili. Primjer: Učenici koji su dobili mjesecce od januara do aprila treba da uvrste sve važne datume koji se obilježavaju u tom mjesecu. Učenici mogu urediti svoj kalendar, mogu ga obojiti ili ilustrovati određenim oblicima neke karakteristike

#### DISKUSIJA:

Pitajte učenike da li su naučili nešto iz vježbe?

Da li im se svidjela aktivnost koju su realizovali?

Šta su naučili tokom ispunjavanja kalendarja? Šta su naučili o ljudskim pravima tokom rada u grupama?

#### Kreiranje kampanje

Sa učenicima otvorite diskusiju o povezanosti prethodne aktivnosti sa njihovim životima:

- > Zašto je obilježavanje ovih datuma važno za sve nas?
- > Da li se neki od datuma posebno ističe i smatraju ga posebno važnim?
- > Da li im se neki datum posebno sviđa? Ako da, koji?
- > Učenike podsjetite na 8. mart i pitajte ih zašto je obilježavanje tog datuma važno? Šta možemo uraditi tokom obilježavanja ovog datuma da podstaknemo društvo na aktivnije zalaganje za jednakost i ravnopravnost muškaraca i žena?
- > Učenike pitajte da pored 8. marta identificuju još četiri datuma koja smatraju posebno važnim.
- > Nakon što su učenici napravili selekciju dodatna četiri datuma, zapišite te datume na prazne A4 papire, no dodajte i međunarodni dan žena

i 16 dana aktivizma. Nakon toga, formirajte 6 timova tako da svaki tim dobije jedan važni datum.

> Zadatak za timove: svaka grupa treba da istraži i pripremi poster o važnosti datuma koji su dobili kao radni zadatak. Na posteru treba da odgovore na sljedeća pitanja:

- » Od kada se obilježava taj datum?
- » Zašto se obilježava tj. koja je osnovna svrha obilježavanja tog datuma?
- » Koja je ovogodišnja poruka kojom se rukovode organizacije koje planiraju obilježavanje tog datuma (poruka i slogan se mijenjaju svake godine)
- » Na koji način organizacije i institucije u BiH i svijetu obilježavaju datum koji su dobili?
- » Kada bi organizovali kampanju u razredu ili školi, na koji način bi to uradili i koju poruku bi poslali svojim vršnjacima i društvu?

#### Radni materijal: Posebni datumi za zapamtiti

DATUM	KOMEMORACIJA	RAZLOG OBLJEŽAVANJA
1. januar	Dan mira i dijeljenja	Obilježava se u SAD kao <i>Globalni dan dijeljenja i mira</i> i nastao je iz UN milenijskog obilježavanja „Jedan dan mira“.
24. januar	Međunarodni dan obrazovanja	Obilježavanje dana posvećenoga obrazovanju na međunarodnom nivou, usmjeravanje pažnje vlada i naroda na dostupnost obrazovanja kao sredstva za izlazak iz siromaštva.
27. januar	Svjetski dan sjećanja na Holokaust	<i>Dan sjećanja na holokaust i sprječavanja zločina protiv čovječnosti</i> međunarodni je dan sjećanja kojim se želi podsjetiti na sve žrtve nacističkih režima.
Prva nedjelja u februaru	Međunarodni dan života	Pravo na život zagarantovano je <i>Opštom deklaracijom o pravima čovjeka</i> . Ovaj datum podsjeća na važnost zaštite ovog prava i afirmise mehanizme koji ga štite.
4. februar	Svjetski dan borbe protiv raka	Proglašeno od Svjetske zdravstvene organizacije (WHO) i cilj mu je podizanje svijesti o značaju prevencije i podizanja svijesti obojelih o njihovoj bolesti, dijagnostikovanju i liječenju.
14. februar	Valentinovo	<i>Međunarodni dan zaljubljenih</i> . Mnoge organizacije obilježavaju ovaj datum ističući važnost zdravih odnosa i prevencije nejednakosti u vezama.
20. februar	Svjetski dan socijalne pravde	Ujedinjene nacije su 2007. godine donijele odluku da će 20. februara obilježavati kao <i>Svjetski dan socijalne pravde</i> budući se socijalni razvoj mora temeljiti na pravdi, solidarnosti i jednakosti među svim zemljama i unutar svake od njih, a socijalna pravda, jednakost i pravčinost čine temeljne vrijednosti svakog društvenog života.
8. mart	Međunarodni dan žena	Globalno prihvaćen dan kojim se obilježavaju postignuća žena u prošlosti, sadašnjosti i budućnosti. Prvi put je obilježen 1911. godine.
21. mart	Međunarodni dan eliminacije rasne diskriminacije	Ovaj datum je prihvaćen od UN-a još 1966. godine u cilju podizanja svijesti o rasnoj diskriminaciji.
21. mart	Svjetski dan siromaštva	Proglašen od UNESCO-a 1969. godine u cilju podizanja svijesti o problemu siromaštva širom svijeta.
22. mart	Svjetski dan vode	Obilježava se još od 1993. godine u cilju prepoznavanja značaja vode u razvoju i blagostanju svih ljudi u svim dijelovima svijeta.
7. april	Svjetski dan zdravlja	Proglašen od strane Svjetske zdravstvene organizacije (WHO) 1950. godine u cilju podizanja svijesti o nepotrebnoj patnji i značaju promocije dobrog zdravlja.
22. april	Dan planete Zemlje	Prvi put obilježen 1970. godine u cilju promocije svijesti o klimatskim promjenama i putevima očuvanja planete.
1. maj	Međunarodni praznik rada / Prvi maj	Obilježava se u cilju iskazivanja solidarnosti i borbe za prava radnika

DATUM	KOMEMORACIJA	RAZLOG OBILJEŽAVANJA
15. maj	Međunarodni dan porodica	Generalna skupština UN-a je 1993. odlučila 15. maj proglašiti <i>Međunarodnim danom porodice</i> , želeći da istakne važnost porodičnog života i porodice kao osnovne društvene zajednice.
5. juni	Svjetski dan zaštite životne sredine	Prvi put je obilježen 1972. godine i od tada predstavlja osnovni instrument posredstvom kojeg UN stimulišu svijest ljudi širom planeta o nužnosti uvrštanju pitanja zaštite životne sredine među bitnije probleme današnjice.
12. juni	Svjetski dan borbe protiv dječjeg rada	Međunarodna organizacija rada 12. juni od 2002. godine obilježava kao <i>Svjetski dan borbe protiv rada djece</i> . To je pokušaj da se skrene pažnja na teške uslove u kojima živi oko 250 miliona djece, u dobi između 5 i 14 godina i koji su prisiljeni na rad.
21. juni	Svjetski dan mira i Dan molitve	Prvi put organizovan 1986. godine, ovaj datum prepoznaće značaj mira i molitve među mnogim religijama svijeta.
11. juli	Svjetski dan populacije	Obilježava se od 1989. na inicijativu UNDP (United Nations Development Programme) u cilju podizanja svijesti o populacijskim pitanjima.
18. juli	Nelson Mandela međunarodni dan	UN je proglašio ovaj datum 2009. godine kao priznanje bivšem predsjedniku Južnoafričke republike zbog njegovog zalaganja za mir i slobode.
12. august	Međunarodni dan mlađih	Proglašen 1999. godine od UN u cilju podizanja svijesti o važnim pitanjima relevantnim za mlađe.
19. august	Svjetski dan humanitaraca	<i>Svjetski humanitarni dan</i> posvećen je humanitarnim radnicima koji spašavaju žrtve ratova i prirodnih katastrofa i naglašava njihov značaj.
8. septembar	Međunarodni dan pismenosti	UNESCO je proglašio ovaj datum 1966. godine u cilju podizanja svijesti o značaju pismenosti.
15. septembar	Međunarodni dan demokratije	Proglašen od UN 2007. godine u cilju afirmacije demokratizacije.
Prvi ponedjeljak oktobra	Svjetski dan stanovanja	Obilježava se u cilju podizanja svijesti o problemima i potrebama naših gradova i mjesta.
1. oktobar	Međunarodni dan starijih osoba	Obilježava se od 1990. godine, na inicijativu UN, a u cilju podizanja svijesti o problemima i potrebama starih i iznemoglih osoba.
2. oktobar	Međunarodni dan nenasilja	Proglašen 2007. godine na inicijativu UN u cilju prepoznavanja važnosti eliminacije nasilja u našim društвima.
5. oktobar	Svjetski dan učitelja/ica	Obilježava se od 1994. godine i prepoznaće značaj i ulogu učitelja/ica u našim drutvima.
16. oktobar	Svjetski dan hrane	Proglašen 1979. godine od UN u cilju podizanja svijesti o globalnom problemu u pristupu hrani.
10. novembar	Svjetski dan nauke i mira	Obilježava se od 2002. godine, na inicijativu UNESCO-a, u cilju proslavljanja uloge koju nauka ima u kontekstu poboljšanja naših života.
16. novembar	Međunarodni dan tolerancije	Prepoznat od UNESCO-ja dan kada slavimo toleranciju kao sredstva promocije mira i međusobnog razumijevanja među kulturama.
20. novembar	Međunarodni dan djece	Obilježava se od 1954. godine, na inicijativu UN, a koji prepoznaće i afirmise aktivnosti značajne za dobrobit djece.
25. novembar	Međunarodni dan borbe protiv nasilja nad ženama	Obilježavanjem 25. novembra u svijetu se nastoji podići svijest i senzibilisati javnost na ovaj problem kao oblik neprihvatljivog društvenog ponašanja.
29. novembar	Međunarodni dan solidarnosti sa narodom Palestine	Proglašen 1977. godine od UN a u cilju iskazivanja solidarnosti sa ljudima Palestine.
1. decembar	Svjetski dan AIDS-a	Obilježava se svake godine kako bi se podigla svijest o važnosti prevencije, ali i destigmatizacije i eliminacije svih oblika diskriminacije osoba koje žive sa HIV-om ili AIDS-om.
3. decembar	Međunarodni dan osoba sa invaliditetom	Uspostavljen 1992. od Una u cilju podizanja svijesti o pravima osoba sa invaliditetom
10. decembar	Dan ljudskih prava	Međunarodno priznati datum koji slavi ljudska prava. Prvi put obilježen 1950. godine, a ujedno je dan kada se obilježava godišnjica usvajanja <i>Univerzalne deklaracije o ljudskim pravima</i> .

**Radni materijal:** Mjesečni kalendar

Ponedjeljak	Utorak	Srijeda	Četvrtak	Petak	Subota	Nedjelja

## Radionica 7: Moć, privilegije i jednakost

### TRAJANJE:

45 minuta

### CILJEVI RADIONICE:

- O sposobiti učenike da razgovaraju o raspodjeli moći u društvu i da identifikuju kakva je veza između posjedovanja moći i iskustva, privilegovosti, diskriminacije i tlačenja, te da naprave vezu između ovih pitanja i vlastitog života
- Jačanje analitičkih vještina i vještina rješavanja problema kod učenika

### POTREBNI MATERIJALI:

Tabla i kreda

### PRIPREMA:

Spisku s lijeve strane dodajte bilo koju grupu koja može biti važna za vašu specifičnu zajednicu. Završite s korakom broj 1 prije nego sesija započne. Koristeći školsku tablu ili flipchart (flipchart) tablu, napravite tabelu s dvije kolone. Lijevu kolonu napišite „veća moć/privilegovanost“ a drugu „manja moć/privilegovanost“. Objasnite učenicima da

će razmatrati koncept moći, privilegovanost i jednakosti u vlastitim životima i u društvu. Da bi učenike pripremili za interaktivni dio sesije, važno je upoznati ih sa značenjem termina moć, jednakost i privilegovanost. Pitajte učenike da li mogu objasniti šta znači moć i da li svi ljudi imaju jednaku moć, na primjer jednku moć odlučivanja?

### Šta je moć i privilegovanost?

VEĆA MOĆ/PRIVILEGOVANOST	MANJA MOĆ/PRIVILEGOVANOST

Iz grupe naslovljene „Grupe koje nadjiju ka tome da imaju nejednaku moć u društvu“ pročitajte prvi primjer (bogati i siromašni).

Postavite pitanje: Koja od grupe ide u kolonu „veća moć“, „Koja od grupe ide u kolonu „manja moć“? Podsetite učenike da ovakve karakterizacije nisu apsolutno istinite. Zabilježite odgovore učenika u odgovarajuću kolonu. Prođite kroz ostatak spiska bilježeći njihove odgovore u svaku kolonu (za etničke, rasne i vjerske grupe bilo bi poželjno da navedete imena specifičnih grupa iz vašeg podneblja).

Grupe koje imaju nejednaku moć u društvu:

- Bogati/siromašni
- Muškarci/žene
- Romi/generalna populacija
- Šefovi/radnici
- Političari/članovi zajednice
- Građani/migranti
- Osobe bez invaliditeta/osobe s invaliditetom
- Veće etničke grupe/manje etničke grupe
- Veće vjerske grupe/manje vjerske grupe
- Atraktivne osobe/neatraktivne osobe
- Heteroseksualci/homoseksualci

Pitajte učenike sljedeća pitanja:

- › Obratite pažnju na spisak grupa koje imaju više privilegija u društvu. Možete li u ovom spisku pronaći grupu s kojom se lično možete identificovati? Slažete li se s tim da ova grupa uopšteno uživa više moći u društvu? Napišite nekoliko rečenica koje opisuju iskustvo koje ste sami imali ili za koje ste čuli, a koje ilustruje ovu razliku u moći (omogućite učenicima 3-5 minuta kako bi napisali odgovore na vaša pitanja).
- › Obratite pažnju na spisak grupa koje često imaju više privilegija. Da li se vi sami možete identifikovati sa nekom od ovih grupa? Da li ste saglasni s tim da ova grupa uopšteno uživa više privilegija u društvu? Napišite nekoliko rečenica koje opisuju iskustvo koje ste sami imali ili za koje ste čuli, a koje ilustruje ovu razliku u moći (omogućite učenicima 3-5 minuta kako bi napisali odgovore na vaša pitanja).
- › Dignite ruku ukoliko ste se poistovijetili bar s jednom grupom sa svakog od spiskova? Da li je većina nas upoznata s tim kako je uživati veće i manje privilegije?

Zatražite par volontera da pročitaju svoje anegdote o tome kako je biti u grupi s manje moći ili privilegija (nemojte nikoga prisiljavati da čita).

Razgovarajte po sljedećem redoslijedu (primite 1-2 odgovora po pitanju):

- › Šta primjećujete u ponašanju koje doživljavaju osobe iz manje privilegovanih grupa? (*Istražite: oni bez moći su često suočeni s diskriminacijom ili su potlačeni*)
- › Kakve osjećaje ovakva ponašanja mogu potaknuti među osobama s manje moći? (*Navedite ove osjećaje na tabli. Osigurajte to da se radi o riječima koje izražavaju emocije, a ne opisima onoga što se dogodilo.*)
- › Šta primjećujete kod osjećaja navedenih na tabli?

Sada se vratite na prethodna dva spiska i pitajte sljedeće:

- › Razmislite o konceptu jednakosti. Uzmite, na primjer, prvi par (bogati i siromašni). Kako biste završili rečenicu: „*jednakost među bogatim i siromašnim \_\_\_\_\_. Šta vam prvo pada na pamet? (Ne postoji samo jedan tačan odgovor)*“
- › Ko bi mogao da kompletira jednakost rečenicu o jednakosti s drugim parom riječi iz grupe? Pokušajte koristiti drugačije riječi ili čak kreirati drugačije ideje. (*To ponovite s nekoliko parova u zavisnosti od rapoloživosti vremena*)
- › Ko se može sjetiti prvog člana Univerzalne deklaracije o ljudskim pravima? (*Napomena: Radi se o pravu na jednakost. Napišite prvi član na tabli: „Sva ljudska bića su rođena slobodna, jednakaka s dignitetom i pripadajućim pravima, podaren im je razum i svijest, te se jedni prema drugima trebamo odnositi u duhu bratstva.“*)

Završite razgovor s diskusijom na sljedeće pitanje (ili jednostavno ohrabrite učenike da razmisle o pitanju nakon što izađu s časa): *Šta je potrebno da se dogodi kako bi svi uživali u jednakosti i pravu na dignitet?*

#### **DOMAĆI ZADATAK**

Pismeno odgovorite na pitanje: Šta biste vi sami bili u mogućnosti da učinite kako bi u svakodnevnom životu promovisali veću jednakost te priznali dignitet svake osobe?

## Radionica 8:

### Veze među mladima

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- › Učenici dijele svoja mišljenja i stavove o zdravim/nezdravim međusobnim vezama
- › Učenici se upoznaju sa osobinama zdravih i nezdravih odnosa i kako ih mogu prepoznati u njihovim postojećim vezama

#### POTREBNI MATERIJALI:

Kreda i tabla

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Objasnite učenicima da će tokom ove radionice razgovarati o vezama među ljudima te karakteristikama i ponašanjima koje te veze mogu činiti zdravim ili nezdravim. Pitajte učenike/ce šta za njih znači nezdrava veza ili nezdrav odnos? Pitajte učenike za mišljenje o tome koje karakteristike vežemo za prava i iskrena priateljstva? Objasnite da nisu svi prijateljski odnosi isti. Pojedine osobe nazivamo prijateljima, mada bi se po nedostatku pojedinih karakteristika u odnosu, mogli nazvati poznanicima.

Pitajte učenike šta čini razliku između pravih prijatelja i poznanika? Sada se osvrnite na prijatelje na Facebook-u i sličnim društvenim mrežama (Instagram, Snapchat, TikTok, i slično). Prilikom povezivanja sa ljudima, osoba nam šalje zahtjev za priateljstvo. Da li je to pravo priateljstvo? Među našim „prijateljima“ na Facebook-u postoje i oni koje mi ne poznajemo u mjeri u kojoj bi ih zaista mogli nazvati prijateljima. Pitajte učenike za mišljenje o tome koja je razlika između najboljih prijatelja i onih koje prihvativi na Facebook-u, Instagramu i sličnim društvenim mrežama?

**PRIJATELJSTVO:** Objasnite učenicima da će u nastavku časa razgovarati o pravim prijateljima, osobama koje nazivamo najboljim prijateljima. Ko su nam najbolji prijatelji i na osnovu čega možemo zaključiti da su nam te osobe najbolji prijatelji? Ohrabrite učenike da otvoreno govore o osjećanjima koja se javljaju u prisustvu iskrenih prijatelja. Sada učenike pitajte da li je povjerenje važna karakteristika priateljstva. Učenici će odgovoriti potvrđno. Pitajte učenike da li je važno vjerovati prijateljima? Da li se dešava da osoba vjeruje svom prijatelju/ci, a da se kasnije razočara?

Možda neko od vas nema najboljeg prijatelja, a što je normalno, kao što je normalno da imate najboljeg prijatelja. Prijatelji i druženja su važna jer nam omogućavaju da učimo, da se zabavljamo, da se razvijamo u ličnosti i da se socijalizujemo. Međutim, prijatelji ponekada mogu biti osobe koje nas nagovaraju na stvari i ponašanja za koje znamo da su rizični ili nas mogu dovesti u neugodnu situaciju. Šta možemo reći o takvim priateljstvima? Da li su dobra ili loša? Zatim pitajte šta, to jest kakvo ponašanje i odnos u određenoj prijateljskoj vezi istu može činiti nezdravom? Zašto nešto nazivamo nezdravim odnosom? Za koga je taj odnos nezdrav?

Na tabli nacrtajte tabelu kao na slici i u pripadajuća polja navedite najčešće veze među mladima:

Vrsta veze	Doprinosi zdravim odnosima	Štetno utiče na odnose
Prijateljske veze		
Vršnjačke veze (poznanici/e i na primjer osobe u razredu)		
Roditelji tj. porodične veze		
Simpatija – partner/ica		
Facebook prijatelji		

Učenike pitajte, pored prijateljskih koje ste pretvodno pomenuli, kakve još veze postoje među ljudima. Interakciju olakšajte tako što ćete dati primjer prijateljskih veza, a onda pitajte učenike/ce, kakve još veze mogu da postoje?

Od učenika/ca morate dobiti sljedeće odgovore: prijateljske veze, vršnjaci/kinje (poznanici/e), porodične veze i romantične veze. Možete pomoći učenicima/ama tako što ćete ih pitati za potvrdu veza koje ćete pobrojati:

- > Da li su vršnjački odnosi primjer veze među ljudima? (Odgovor: Da)
- > Da li su prijateljske veze iste kao vršnjački odnosi ili su one složenije i takođe pripadaju vezama među ljudima? (prijateljske veze su složenije i povjerenje je daleko značajnija osobina nego je to slučaj sa osobama koje poznajemo i nazivamo ih vršnjacima/kinjama a nisu nam prijatelji/ce).
- > Da li porodične veze možemo svrstati u kategoriju veza među ljudima? (Odgovor: Da)

Učenike podijelite u četiri do pet grupa, svakoj grupi dodijelite jednu od navedenih veza (prijatelji/ce, vršnjaci/kinje, roditelji, partneri/ce i facebook prijateljstva). Važno je da facilitator/ka ponudi jedan do dva primjera (na primjer povjerenje), kako bi olakšao/la učenicima rad u grupama.

**Rad u grupama** (maksimalno 10 minuta):

- > Šta doprinosi zdravim odnosima u vezi koju je grupa dobila tj. šta tu vezu čini boljom? (povjerenje, komunikacija, iskrenost, posvećenost, lojalnost, humor, neosuđujući stavovi)
- > Šta vezu čini nezdravom i štetno utiče na odnos? (nepovjerenje, osuđujući stavovi, ljubomora, neiskrenost, manipulacija, loša ili nikakva komunikacija, laganje, ogovaranje, ograničavanje kontakata sa drugim osobama, presjece i sl.)

Učenike zamolite da se vrate na svoja mesta i u nastavku radionice zamolite svaku grupu da prezentuju svoje zaključke. Nastavnik/ca ispunjava tabelu na tabli sa odgovorima učenika. Učenike ohrabrite da diskusutuju o zapažanjima svake pojedinačne grupe.

Nastavite radionicu sljedećim pitanjima:

- > Da li su sve veze iste?
- > Kakva je razlika između prijateljskih veza i vršnjačkih veza (poznanici/e i osobe iz naselja i sl.)
- > Šta je zajedničko za ove dvije veste odnosa?
- > Šta ih čini različitim?
- > Šta je sa intimnim vezama? Kakve su to veze?
- > Kakva je razlika između intimnih veza i prijateljskih veza?
- > Da li su slične ili različite?
- > Koje su karakteristike nezdravih odnosa u intimnim vezama?

Učenike ponovo zamolite da se vrate u iste grupe i zamolite ih da smisle priču o dvoje mladih ljudi, a koja sadrži primjere nezdravih odnosa. Svaka grupa treba da smisli priču o nezdravim intimnim odnosima. Takođe, u završetku priče, svaka grupa treba da vodi diskusiju putem koje će ostatak učenika u razredu identifikovati primjere nezdravih ponašanja. Takođe, svaka grupa treba sa ostatkom razreda da definiše korake koji će ili vezu učiniti boljom ili omogućiti osobi koja je izložena nasilju uslijed nezdravih odnosa da istu napusti.

Facilitator/ke trebaju da tokom rada u grupama, pomognu učenicima sa formulacijom priča dok popunjena tabela na tabli omogućava uvid u elemente nezdravih odnosa. Svaka grupa treba da odredi dvije osobe koje će pročitati priču i koja će voditi interakciju za finalizaciju vježbe. Učenike zamolite da se vrate na svoja mesta i svaka grupa treba da

pročita svoje priče. Nakon pročitane priče, lideri/ke grupe treba da sa ostatkom učenika iz razreda identifikuju elemente koji vezu čine nezdravom i da kroz diskusiju identifikuju potencijalno rješenje, da li u smislu unapređenja veze ili potpunog napuštanja nezdrave veze.

Pitanja za završnu interakciju:

- > Da li ste naučili nešto novo?
- > Šta smo zaključili, kakve veze mogu biti, bez obzira na prirodu odnosa?
- > Da li su nezdravi odnosi među mladima česta pojava?
- > Kakvu je vezu teže napustiti, prijateljsku ili intimnu? Zašto jednu ili drugu?
- > Ukoliko određena romantična veza sadrži više nezdravih elemenata, da li je bolje raditi na njenom poboljšanju ili je bolje napustiti takvu vezu?
- > Šta nas može sprječiti da napustimo takvu vezu?
- > Šta i ko nas može ohrabriti da napustimo takvu vezu?

#### ZAKLJUČAK RADIONICE:

Bez obzira da li se radi o porodičnim prijateljskim, intimnim ili drugim vezama, one mogu biti bazirane na zdravim i nezdravim odnosima. Mnogi mлади ljudi uspostavljanjem prvih, na primjer romantičnih veza započinju svoj emocionalni i socijalni razvoj, pa su veze prilika u kojima učimo o drugima, o sebi, ali i sebi u odnosu na druge. Ipak, pojedine nezdrave veze temeljene na nezdravim odnosima, mogu negativno uticati na psihosocijalni razvoj mlađe osobe, ukoliko je u nezdravoj vezi, ukoliko tu vezu ne prepoznaže kao nezdravu i ukoliko nema dovoljno znanja o tome šta znače zdravi a šta nezdravi odnosi.

Ako uzmemo u obzir da su romantične veze često vrlo intimne i ljudi ne pričaju otvoreno o odnosima u ovakvim vezama, prijatelji/ce i porodica osobe koja je "zarobljena" u nezdravoj vezi, često ne mogu adekvatno da reaguju (ohrabre osobu da napusti takvu vezu) jer ne znaju šta se u toj vezi dešava. Takođe, pojedine osobe nas mogu nagovarati da radimo stvari koje ne želimo i zbog kojih se ne osjećamo ugodno. Ukoliko na naše negodovanje takve osobe nastave sa pritiskom na našu odluku, tada ne govorimo o međusobnom uvažavanju i takve osobe ne možemo nazvati pravim prijateljima. Pravi prijatelji i osobe koje nas vole, trebaju da poštuju naša uvjerenja, naše odluke i naše zabrinutosti. Upravo uvažavanje naših osjećanja i stavova, jeste osobina prijateljstava koja će da traju. U suprotnom, radi se o negativnom pritisku i takve odnose ili treba unaprijediti ili u potpunosti napustiti. Zato je važno da prijatelji/ce, u slučaju da otkriju da njihov/a vršnjak/inja se nalazi u takvoj situaciji, ohrabre tu osobu da otvoreno razgovara o svom odnosu, što će omogućiti argumentovanu komunikaciju o zdravim odnosno nezdravim elementima veze.

## Radionica 9:

### Moje veze

**TRAJANJE:**

45 minuta

**CILJEVI RADIONICE:**

- › Učenici prave vizuelnu prezentaciju svojih veza
- › Učenici identifikuju različite veze u svojim životima
- › Učenici navode vrijednosti koje cijene kod sebe i koje traže u bliskim vezama
- › Jačanje vještina kritičkog razmišljanja kod učenika

**POTREBNI MATERIJALI:**

Tabla i krede

**PRIPREMA:**

Ništa osim uputstava za pregled

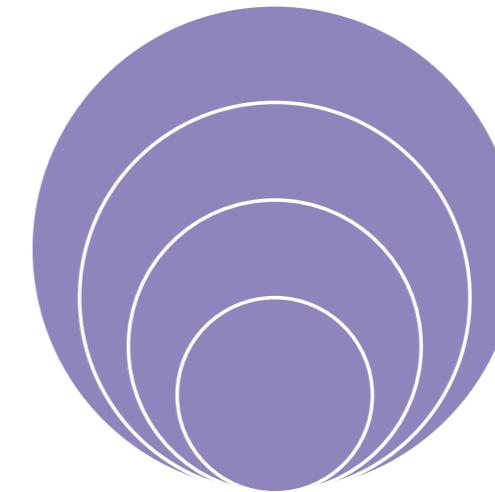
**IZVOĐENJE RADIONICE:**

Objasnite učenicima kako će da identifikuju različite vrste veza koje imaju s ljudima. Zamolite učenike da naprave lične liste svoji veza s drugim ljudima. Pitajte učenike da li žele da svojevoljno s drugima podijele svoj spisak. Na tabli zabilježite različite vrste veza koje oni budu pominjali, poput veze s rođacima, prijateljima i susjedima.

Na tabli nacrtajte dijagram s četiri koncentrična kruga (poput ovih ispod).

Zamolite učenike da izvade prazan list papira. Objasnite sljedeće:

- › Nacrtajte niz koncentričnih krugova, od manjih ka većim, poput onih koje sam ja nacrtao/la. Iskoristite cijeli list za najveći od krugova.
- › U najmanji od krugova upišite svoje ime (ili se nacrtajte).
- › Razmislite o različitim ljudima iz svog života. Tik izvan tog malog kruga napišite njihova imena (ili nacrtajte jednostavne slike) onih koji su vam najbliži.
- › U druga dva kruga napišite imena (ili ih nacrtajte) onih koji nisu toliko bliski.



Zamolite učenike da formiraju grupe od po 3 ili 4 člana sastavljene od onih koji sjede najbliže jedni drugima. Zatim ih zamolite da u dvije minute objasne nacrtane slike drugim članovima grupe.

Facilitirajte razgovor koristeći sljedeća pitanja:

- › Da li su svi iz vaše grupe naveli iste vrste veza ili je tu bilo i nekih koje su se razlikovale? Dali su svi svoje članove porodice, prijatelje, komšije, vjerske vođe ili druge svrstali u iste krugove ili, pak, u različite?
- › Navedite neke riječi koje opisuju to što vi cijenite kod ljudi sa kojima ste najbliži? (Razgovor potaknite sa sljedećim riječima: iskren, pošten, brižan, velikodušan, povjerljiv, zabavan, razumljiv, interesantan, pun ljubavi. Napишite ove riječi na tabli.)

Izdvojite 10 - tak minuta kako bi učenici istražili ono što je kvalitetno u veama koje cijene:

- › Razmislite o jednoj osobi sa spiska koju biste rado pomjerili ka posve centralnom krugu. Odaberite jednu riječ koja ponajbolje opisuje to što cijenite kod te osobe.
- › Sada na tabli pronađite jednu ili dvije riječi za koje bi ste voljeli da ljudi kažu kako baš te riječi opisuju vas.
- › Veličajte vrlinu koju izuzetno cijenite (kod sebe ili kod drugih) tako što ćete je napisati na komad papira ukrasnim slovima ili na kreativan način.
- › Dok budete pisali ili crtali tu riječ, razmislite šta ona vama predstavlja.

## Radionica 10:

### Vršnjački pritisak<sup>9</sup>

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici kritički promišljaju o uticaju vršnjaka na odluke
- > Učenici prepoznađuju negativne vršnjačke uticaje
- > Učenici koriste predložene vještine u komunikaciji sa vršnjacima i pregovaranju

#### POTREBNI MATERIJALI:

- > Radna tabela
- > Radni materijal

#### UVOD

Učenicima objasnite da će narednih 45 minuta razgovarati o vršnjačkom pritisku. *Učenike pitajte kako bi objasnili šta predstavlja vršnjački pritisak.* Naglasite da od učenika ne tražite definiciju, već lično mišljenje šta je to vršnjački pritisak. U nastavku objasnite da vršnjački pritisak može biti pozitivan i negativan. Pitajte učenike da objasne razliku između pozitivnog i negativnog vršnjačkog pritiska. Možete im pomoći navodeći primjer.

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Vršnjaci igraju važnu ulogu u životu mlade osobe. Kada se spremate za školu, dok oblačite najdraže hlače, majicu, patike, izbor onoga što nam se čini najugodnjim, često je usklađeno i sa normama koje prate i naši vršnjaci. Koliko god vjerovali da su odluke isključivo naše, one su dijelom usklađene sa očekivanjima i stavovima naših vršnjaka. Pitajte učenike da li to može ograničavati našu individualnost, tražite mišljenje više učenika. Zaključite da podložnost uticajima drugih svakako može uticati na ograničavanje naše individualnosti (odabir sporta koji osoba želi trenirati, stil oblačenja, muzika koju slušamo i sl.).

No to nisu jedini primjeri uticaja vršnjaka. Da li vam se desilo da se okliznete ispred škole ili zapnete i padnete u holu škole? Kako ste se osjećali? Da li ste više razmišljali o boli koju je uzrokovao pad ili o tome šta će reći naši vršnjaci. Naravno, nisu svi mlađi ljudi u istoj mjeri „osjetljivi“ na stavove vršnjaka pa ne možemo generalizovati u zaključku da se svi osjećaju isto, no najčešće, naše odluke i zabrinutosti nose težinu stavova i mišljenja naših vršnjaka.

Razred podijelite na dvije grupe. Prva grupa treba da navede primjere negativnog vršnjačkog pritiska, a druga grupa pozitivnog vršnjačkog pritiska. Na tabli nacrtajte sljedeće kolone:

<sup>9</sup> Preuzeto i adaptirano iz, Ministarstvo za obrazovanje, nauku i mlade Kantona Sarajevo. (2013). *Zdravi životni stilovi*. Sarajevo: Asocijacija XY, 2013.

Negativni vršnjački pritisak	Pozitivni vršnjački pritisak
<p>Primjeri:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Korištenje alkohola</li> <li>&gt; Korištenje droga</li> <li>&gt; Upotreba steroida</li> <li>&gt; Stupanje u seksualne odnose bez adekvatnog znanja i informacija</li> <li>&gt; Nasilje</li> <li>&gt; Bježanje iz škole</li> <li>&gt; Prva cigareta</li> <li>&gt; Laganje roditeljima</li> </ul>	<p>Primjeri:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Podrška u odbijanju korištenja alkohola</li> <li>&gt; Podrška u odbijanju korištenja droga</li> <li>&gt; Pomažu nam da donesemo zdrave odluke</li> <li>&gt; Pomažu nam da naučimo gradivo i završimo zadaću</li> <li>&gt; Pomažu nam u slučaju da smo izloženi nasilju</li> <li>&gt; Ohrabruju nas da ne bježimo iz škole</li> <li>&gt; Ohrabruju naš stav da su cigarete i druge nezdrave navike štetne za zdravlje i podržavaju naše zdrave izvore</li> </ul>

Da bi olakšali rad u grupama, učenike zamolite da navedu sve negativne oblike ponašanja do kojih može dovesti negativan vršnjački pritisak. Isto uradite za pozitivni vršnjački pritisak.

U nastavku radionice diskutujte o posljedicama svakog od primjera negativnih ponašanja do kojih može dovesti negativan vršnjački pritisak.

**Primjer:** učenike pitajte koje su posljedice upotrebe alkohola, koje su posljedice upotrebe droge i tako nastavite sa svakim primjerom nezdravih oblika ponašanja. Zatim isto uradite sa primjerima pozitivnog vršnjačkog pritiska i navedenim pozitivnim ponašanjima koje su učenici naveli. Cilj diskusije je razvoj kritičkog mišljenja i osnaživanje učenika da prave jasnu distinkciju između negativnih i pozitivnih uticaja vršnjaka.

U nastavku časa objasnite da vršnjački pritisak može biti direktni i indirektni. Ponekada nas osobe mogu nagovarati da donesemo određenu odluku ili mogu stvoriti osjećaj da se od nas očekuje da slijedimo određeni obrazac ponašanja. Vršnjački pritisak predstavlja uticaj vršnjaka na odluke i ponašanje određene osobe na način da to mogu reći ili pobuditi osjećaj da takvo ponašanje trebamo da slijedimo. Kod indirektnog vršnjačkog pritiska, osoba vam neće reći gotovo ništa što će uticati na vašu odluku, ali će svojim stavovima i ponašanjem ohrabriti da preuzmemo određeno ponašanje. Nametnuti osjećaj u kojem mislite da nešto trebate uraditi jer „svi drugi to rade“ ili zato što je to određeno ponašanje „cool i poželjno“ je reakcija na vršnjački pritisak. Veliki broj dječaka koji su počeli sa upotrebom alkohola su pristali na takvo ponašanje jer su mislili da to rade svi drugi mladići kada dođu u određenu životnu fazu odraslih. Činjenica je da veliki broj odraslih ne koristi alkohol.

Djevojke su takođe podložne vršnjačkom pritisku. Neke djevojke tokom puberteta praktikuju da budu na dijeti, kako bi izgledale onako kako misle da bi trebale izgledati i što u njihovim očima izgleda kao normativno ponašanje. Tokom puberteta naše tijelo treba daleko više hranjivih materija jer prolazi najizraženiju fazu razvoja, pa je slijedeće norme izgleda i ponašanja koje vodi „poželjnom izgledu“, opasno i vrlo štetno. Primjer mogu biti solarijumi, gdje drugarice nagovaraju druge djevojke da koriste sa njima usluge solarijuma, iako je poznato da je izlaganje UV zračenju u solarijumima kancerogeno i može dovesti do pojave brojnih komplikacija.

Razlika između negativnih i pozitivnih vršnjačkih uticaja je vrlo izražena i temelji se na konačnim ishodima takvih uticaja. Pozitivni vršnjački pritisak možemo vezati za iskrena i dobromanjerna prijateljstva u kojima osoba ohrabruje naša pozitivna nastojanja i ne utiče negativno na odluke koje donosimo. Pravi prijatelji i osobe koje pozitivno utiču na nas i naše odluke će nas ohrabriti da ustrajemo u zdravim odlukama, podržaće nas da se zauzmemo za sebe, odgovaraće nas od odluka kod kojih postoji određeni rizik za nas i naše zdravlje, razgovaraće sa nama kada smo zabrinuti, ohrabiće vas da se smijete i zabavite kada ste tužni.

Osobe koje nam ne žele dobro, svoj uticaj na naše odluke neće dovoditi u vezu sa posljedicama takvih odluka na nas i naše zdravlje. Takve osobe će nas ohrabrvati da koristimo alkohol, drogu, cigarete, u slučaju da nas neko uvrijedi takve osobe će nas ohrabrvati da uvratimo nasiljem. Takve osobe će ignorisati naše strahove, zabrinutosti, naše stavove i uvjerenja. Za razliku od dobromanjernih vršnjaka, vršnjaci koji negativno utiču na nas dovede nas do toga da sutra, žalimo zbog odluka koje smo donijeli, stoga je važno naučiti prepoznati takve osobe i njihove negativne uticaje.

**Dodatni korak:** Učenike možete ohrabriti da govorite o ličnim iskustvima u kontekstu pozitivnog i negativnog vršnjačkog pritiska. Naravno, u ovoj fazi

#### Zašto smo podložni vršnjačkom uticaju?

Ponekada, mlađi ljudi pristaju na ponašanja, stavove i odluke koje su im nametnuli vršnjaci. Razlog može biti strah od gubitka prijateljstva, ponekada to rade jer ne žele biti odbačeni ili se žele uklopiti u neku vršnjačku grupu koja im se čini zanimljivom. Ponekada sumnjamo u vlastite procjene, pa nam se druga osoba čini zreljom tj. odraslijom i iskusnjom pa stoga lakše pristajemo na njegove/njene stavove i prijedloge. Razlog može biti i naša želja da izgledamo odraslige, ozbiljnije, zrelijе. Ponekada se plašimo da ne bude ismijani, pa je strah od reakcije vršnjaka razlog zašta naša odluka bude temeljena na njihovim očekivanjima. Ponekada ni

treba biti oprezan jer učenici mogu ispričati nešto što ih može revictimizirati u slučaju da se radi o izloženosti nasilju ili nekom ozbiljnijem problemu.

sami ne znamo šta želimo ili nemamo znanje niti vještine potrebne da donosimo odluke koje želimo.

Sada objasnite da će diskutovati o tri isitnите priče u kojima se nalaze elementi pozitivnih i negativnih vršnjačkih uticaja. Učenike podijelite u tri grupe i svakoj grupi dajte jednu priču iz radnog materijala XX. Grupama dajte pet minuta da razmotre situaciju i identifikuju pozitivne i negativne uticaje. Naglasite da neke priče sadrže oboje, a neke samo negativne vršnjačke uticaje.

#### Radni materijali (imena u studijama slučaja možete da mijenjate):

##### Studija slučaja 1: Ivan i Samir

Ivan i Samir su najbolji prijatelji. Večeras idu na dernek koji organizuje njihov prijatelj iz razreda. Ivan nagovara Samira da kupe nekoliko piva jer će na derneku biti dosta cura, pa će im alkohol pomoci da budu cool. Samir smatra da im za to ne treba pivo i da će biti cool i bez toga. Ivan kaže da je Samir kao djevojčica i da se pravi muškarac ne plaši nekoliko piva. Samiru je zasmetala ova Ivanova primjedba i zapitao se da li će djevojke i drugi mlađi na derneku zaista ocijeniti njegovu odluku da ne piće kao manjkom muškosti. Kada su stigli na dernek, Samir je primijetio da se tu nalazi njegova dugogodišnja simpatija. Vidio je da razgovara sa nekim mlađićem, pa je odlučio da pride. Međutim, strah od direktnog susreta ga je u tome spriječio pa je Ivan predložio da popije nekoliko piva, a što će mu po Ivanovom savjetu, otkloniti strah.

Samir je popio nekoliko piva i prišao Lejli, međutim, zbog uticaja alkohola je ispašao smiješan i na svako ozbiljno pitanje, odgovorio je sa nekim nepotpunim i glupim odgovorom. Samir se osjećao užasno, nije više siguran da će ikada moći prići Lejli nakon ovog neugodnog iskustva.

- > Da li ste identifikovali vršnjački pritisak u priči? Ako da, navedite šta ste uočili?
- > Kako se Samir osjećao i o čemu je razmišljao nakon Ivanovog komentara?
- > Da li je Samir na kraju pristao da konzumira alkohol?
- > Šta se desilo?
- > Šta je Samir mogao uraditi umjesto konzumacije alkohola?

##### Studija slučaja 2: Admira i Dajana

Admira i Dajana se poznaju još iz vremena kada su zajedno išle u vrtić. Danas idu u 7. razred i nerazdvojne su prijateljice. Admira se posljednjih nekoliko sedmica zabavlja sa Denisom, jednim od najpopularnijih mlađića u njihovoј školi. Dajana je oprezna kada je Denis u pitanju jer je čula da Denis nije momak kakvim se predstavlja Admiri. Jedne večeri, Denis je Admiru pozvao u kino, a Dajana je predložila da i ona ide, kako bi bila sigurna da

Denis neće uraditi nešto što bi moglo povrijediti Admiru. Admira je rekla da ne treba da brine i da dovoljno poznaje Denisa pa se nema čega plašiti niti biti zabrinuta. Dajana je insistirala i na kraju pored Denisa i Admiru, u kino su sa njima išli Dajana i Denisov drug Emin. Nakon kina, Denis i Emin su predložili da odu u obližnji park i popiju vino koje su njih dvojica nabavili od prijatelja.

Dajana je bila protiv i nagovarala je Admiru da idu kući. Admiru se plašila da ne izgubi Denisa pa je rekla Dajanani da ide kući i da, ako ne želi da pije, ostatak noći provede u svojoj kući. Dajana se naljutila, ali je odlučila da ostane kako bi bila sigurna da Admiru neće napraviti nešto zbog čega bi žalila. Nekoliko sati kasnije, Admiru koja inače ne piće alkohol, je bila u vidno alkoholisanom stanju i nije bila pri sebi. Denis je predložio da idu kući kod njega, a Admiru pod uticajem alkohola, potpuno je zaboravila da joj je izlaz do 9 i da mora ići kući. Pristala je da ide, no Dajana je bila tu i rekla je da će istog trenutka nazvati njene roditelje i reći im šta radi i gdje želi da ide. Dajana i Admiru su se posvađale, no ipak su otišle svojim kućama. Ujutro, Admiru je nazvala Dajanu da se izvine zbog svog ponašanja.

- > O kakvom vršnjakom pritisku se radi u ovoj priči?
- > Da li ste identifikovali pozitivni vršnjački pritisak?
- > Da li je Dajana napravila dobru odluku odlaskom sa Admirom u kino i park? Zašto?
- > Admiru je pristala da popije vino u parku jer je htjela ispasti cool pred Denisom. Da li se u ovom slučaju radi o vršnjačkom pritisku? Šta je posljedica takve odluke?
- > Šta se desilo nakon što je Admiru popila nekoliko čaša alkohola?
- > Da li je to bila dobra odluka? Šta bi se desilo da Dajana nije bila tu?

##### Studija slučaja 3: Sanja i Mario

Sanja i Mario se dugo poznaju, no od prošle sedmice su par. Mario je pozvao Sanju na palačinke, što je ujedno njihov prvi „date“. Nakon palačinaka, Belmin je predložio da gledaju film, na što je Sanja pristala. Dok su sjedili i gledali film, Mario je poljubio Sanju i razmijenili su dodire, što je Mario shvatio kao poziv, pa je krenuo agresivnije, a Sanja mu je rekla NE i zamolila ga da nastave da gledaju film.

- Mario kao da nije razumio Sanjino NE, pa je nastavio kao da ništa nije rekla. Sanja je opet rekla NE i pokušala odgurnuti Mario od sebe. Mario je postao agresivan i rekao je Sanji da nije trebala ni pristati da dođe kod njega, ako je samo mislila da gleda film. Sanja je razočarana, ustala je i otišla kući.
- > Da li je Sanjina priča česta među mlađima u BiH?
  - > Koje su forme nasilja prepoznali tokom analize slučaja?
  - > Da li je Sanja ispravno postupila?
  - > Da li je Mario poštovao Sanjino NE na njegov zahtjev da idu dalje od ljupca?
  - > Da li je Mario ispravno postupio i da li je njegov argument tačan?
  - > Da li djevojke ponekad odluče da „ostanu“ i ako da, zašto?
  - > Šta bi poručili Mariju?
  - > Šta bi poručili Sanji?

## Radionica 11: Komunikacija

### TRAJANJE:

45 minuta

### CILJEVI RADIONICE:

- › Učenici evaluiraju pozitivne ishode komunikacije u ekspresiji vlastitih osjećanja i razumijevanju osjećanja sagovornika
- › Učenici navode razloge upotrebe komunikacijskih vještina u unapređenju odnosa sa drugim ljudima
- › Učenici mogu objasniti značaj komunikacije u izgradnji zdravih odnosa
- › Učenici navode primjere povezanosti nedostatka komunikacije sa nezdravim odnosima
- › Učenici koriste aktivno slušanje tokom razgovora i diskusija sa vršnjacima/kinjama

### POTREBNI MATERIJALI:

Nije potreban prateći ili radni materijal.

### IZVOĐENJE RADIONICE:

Učenike podijelite u parove i objasnite da će u tokom radionice od učenika tražiti da se rukuju sa osobom koja im je partner/ka. Ukoliko u grupi imate neparan broj učenika, uključite se u proces. Zamolite učenike da se rukuju sa svojim partnerom/icom. Pitajte učenike da li bi mogli izdvojiti i nešto posebnu u vezi rukovanja koje su prethodno uradili. Koristite sljedeća pitanja:

Kako ste se osjećali tokom rukovanja?

Da li vam je bilo neugodno da se rukujete sa osobom koja vam je bila partner/ka?

Ako da, zašto? Ako ne, zašto ne?

Ukoliko neko od učenika naglasi da im nije bilo neugodno da se rukuju jer im je osoba sa kojom su se rukovali prijatelj/ica, pitajte da li je povjerenje razlog nedostatka neugodnosti. Sada objasnite učenicima da porazgovaraju sa svojim partnerom o tome šta vole tokom rukovanja, kakvo rukovanje ne vole i onda na vaš znak ponovo tražite da se svi/e učenici rukuju.

Zamolite minimalno pet parova da objasne kakva je razlika ovog rukovanja sa onim prvim. Koristite sljedeća pitanja:

- › Opišite drugo rukovanje?
- › Da li je drugo rukovanje bolje od prvog?

- › Šta je doprinijelo da treće rukovanje bude bolje od prethodnih?
- › Koliko je komunikacija važna u kontekstu poboljšanja odnosa među ljudima?
- › Da li i kako komunikacija može pomoći u uspostavljanju ugodnih i zdravih odnosa među ljudima?

Nastavite sesiju. *Ključ za formiranje zdravih i ugodnih odnosa među ljudima je komunikacija.* Komunikacija nam omogućava da kažemo šta nam smeta u nekoj vezi (priateljske, vršnjačke i sl.) i šta nam godi. U razgovoru sa prijateljima, mlađi često komuniciraju o onome što im je u tom odnosu dobro, no nekada je teško reći šta nam smeta. Šta mislite šta su razlozi zašto pojedine osobe imaju problem u iznošenju određenih zamjerki na odnos koji imaju sa drugima?

Učenike podijelite u dvije velike grupe i zamolite svaku grupu da odabere lidera/ku grupe. Lider/ka će nakon rada u grupi, predstaviti zaključke grupe. Svakoj grupi dajte 10 - tak minuta da odgovore na pitanja koja su im dodijeljena:

### ZAKLJUČAK

Komunikacija nam omogućava da kažemo drugima šta nam smeta u odnosu koji imamo sa tom osobom, ali i da shvatimo i razumijemo mišljenje te osobe o našem odnosu. Komunikacija je vitalna za uspostavljanje odnosa ali i njihovo unapređenje ili potpuni prekid. Komunikacija nam omogućava da prijateljima/cama kažemo šta mislimo, argumentovano diskutujemo, obrazložimo svoje stavove i viđenja određenih tema. U romantičnim odnosima (simpatije), komunikacija nam osigurava da simpatiji kažemo šta nas čini sretnima, a šta nas rastružuje. Komunikacija oblikuje odnose i temelji su za razvoj zdravih odnosa. Omogućava nam da

*Grupa 1 – Iz kojeg se sve razloga možemo ustručavati da prijatelju/ici kažemo šta nam smeta u odnosu sa tom osobom? Zbog čega bi trebali preuzeti vlastite barijere i sumnje i ipak reći šta nam smeta u odnosu sa tom osobom?*

Odgovori grupe: Plaćamo se da ne povrijedimo tu osobu, ne želimo da narušimo odnos, neugodno nam je, plaćamo se konflikta, osoba ne zna primiti kritiku.

*Grupa 2 – Ukoliko kažemo osobi šta nam smeta u odnosu sa tom osobom, kako to može pozitivno uticati na odnos sa tom osobom a kako negativno?*

Zamolite obje grupe da prezentuju svoje zaključke.

- › Pitajte učenike šta su naučili iz ove radionice?
- › Ukoliko šutimo, kako se to odražava na naša osjećanja i poziciju u tom odnosu?
- › Da li je šutnja o onome što nas muči pristup koji će naš odnos učiniti boljim?
- › Kakve su zaključke izvukli iz vježbe rukovanja?
- › Kakve su zaključke izvukli iz druge vježbe (radu grupama)?

upoznamo osobu, da razumijemo njihove stavove i razmišljanja, razumijemo njihove emocije i upoznamo njihovu osobnost. Zdrav odnos podrazumejava otvorenu i nesmetanu komunikaciju, a nedostatak komunikacije jedan je od važnih znakova nezdravih odnosa. Kada komuniciramo o osjetljivim temama, kao što je iznošenje primjedbi na odnos između dvije osobe, tako je važno da unaprijed pripremimo šta želimo reći, da odaberemo najbolji način saopštavanja informacija i da uvijek komunikaciju počnemo pozitivnim rečenicama, primjerima i emocijama, pa tek onda da saopštimo ono negativno.

## Radionica 12:

### Društvena pravila i nasilje

#### ⌚ TRAJANJE:

45 minuta

#### 📍 CILJEVI AKTIVNOSTI:

- Učenici navode primjere društvenih normi koje ohrabruju nasilje
- Učenici povezuju normative sa različitim formama nasilja
- Učenici revidiraju vlastite stavove o doslovnom pridržavanju rodnih normi te koriguju ponašanje u skladu sa ponuđenim informacijama
- Učenici navode primjere različitih stereotipa i povezuju ih sa nasiljem i rigidnim društvenim normama

#### 📝 POTREBNI MATERIJALI:

- Prazni „flipchart“ papiri
- Radni materijal *Rodno zasnovano nasilje*
- Radni materijal *Posljedice stresa*
- Markeri

#### 👤 NAPOMENA ZA FACILITATORE:

Važno je ohrabriti učenike da se reflektiraju na vlastita iskustva jer se u ovoj životnoj fazi najčešće susreću sa stereotipnim porukama. Ohrabrite ih da govore o situacijama kada se nisu pridržavali određene norme i onoga što je uslijedilo kao posljedica. Kakve su komentare dobijali kada su odstupali od određene norme, kako je to na njih uticalo, kako su se osjećali?

#### 📢 UVOD

Pozdravite učenike i podsjetite ih na prethodnu radionicu. Pitajte učenike da li se sjećaju o čemu ste razgovarali tokom prethodne radionice. Pitajte da li neko može objasniti koja je razlika između roda i pola. Važno je da na početku radionice podsjetite učenike na značenje oba termina. Nakon što ste podsjetili učenike na značenje termina „rod“, objasnite da će u nastavku radionice razgovarati o povezanosti društvenih pravila sa pojmom nasilja.

**AKTIVNOST 1:** Ponašaj se kao muškarac, ponašaj se kao dama

Trajanje: 15 minuta (rad u grupama) i osa, minuta (prezentacije grupa), ukupno 23 minute

Učenike podijelite na manje grupe. Ukoliko radionicu sprovodite sa 20 i više učenika, formirajte manje grupe od pet do šest članova. Grupe formirajte na osnovu pola, dječaci/mladići odgovaraju na pitanja „Ponašaj se kao muškarac“, a djevojčice/djevojke na pitanja „Ponašaj se kao dama“.

Svaka grupa treba da dobije dva prazna papira:

- Grupa 1:  
 Prazan papir 1: Ponašaj se kao muškarac!  
 Prazan papir 2: Posljedice odstupanja

#### Grupa 2:

- Prazan papir 1: Ponašaj se kao muškarac!
- Prazan papir 2: Posljedice odstupanja

#### Grupa 3:

- Prazan papir 1: Ponašaj se kao dama!
- Prazan papir 2: Posljedice odstupanja

#### Grupa 4:

- Prazan papir 1: Ponašaj se kao dama!
- Prazan papir 2: Posljedice odstupanja

Učenicima objasnite da trebaju da diskutuju o sljedećim pitanjima i da zapišu svoja zapažanja i zaključke na pripadajući papir:

Papir 1: *Ponašaj se kao muškarac/djevojka*

- Kojim porukama nas ljudi u našoj okolini navode na ponašanje koje smatraju muškim ili ženskim? (Primjer: Budi muško, nemoj da plačeš)
- Kako će vas okolina vidjeti ako ispunjavate ta „očekivanja“?

#### Diskusija

Trajanje: 15 minuta

Nakon što svaka grupa prezentuje svoja zapažanja, nastavite diskusiju koristeći ponuđena pitanja:

- Kakve poruke nam dolaze sa vaših postera? Šta sa ovakvim porukama govorimo dječacima, a šta djevojčicama?
- Obratite pažnju na odgovore na pitanje „Kako će vas okolina vidjeti ako ispunjavate ta 'očekivanja'“?
  - » Da li na ovaj način društvo nagrađuje one koji se doslovno pridržavaju ovim pravilima?
  - » Da li ujedno društvo ohrabruje osuđivanje onih koji se ne pridržavaju ovim pravilima?
- Da li su posljedice „nepridržavanja“ ovim pravilima fer?
- Ko najčešće kažnjava mlade ako se ne pridržavaju ovih pravila? Roditelji ili vršnjaci?
- Da li se neka od ovih pravila mogu koristiti kao osnova za pojavu nasilja?
  - » Etiketiranje osoba koje odstupaju od pravila!
- Da li ovakva pravila mogu obeshrabriti mladića da prijavi nasilje kojem je izložen?
  - » Kako će drugi učenici reagovati na vršnjaka koji prijavi nasilje?
- Da li će to posmatrati kao hrabru odluku ili kukavičku?

#### Papir 2: *Posljedice odstupanja*

Kakve nadimke ili etikete možete dobiti ako se ne pridržavate društvenih očekivanja  
(primjer: dječak ne voli da igra fudbal, djevojčica voli da igra fudbal)

- Koje su moguće posljedice - društvene i fizičke protiv djevojčica/dječaka koji izlaze iz svojih društveno poželjnih uloga?

Zamolite učenike da odgovore na postavljena pitanja. Za to im dajte 15 minuta i trudite se da tokom rada u grupama, posjetite svaku grupu i osigurate da grupe diskutuju o pitanjima na način propisan vježbom.

Zatim zamolite sve grupe da predstave svoja zapažanja u vidu kratke prezentacije, maksimalno 2 minute po prezentaciji.

- » No gledajući cjelokupnu sliku, zar nije hrabrije ustati protiv svih pravila i prijaviti nasilje?
- Zar se na taj način osoba ne suprostavlja i osobu koja vrši nasilje i društvu koje ga ohrabruje kroz stereotipna pravila?

- Da li ovakva pravila mogu „pojačati efekt nasilja“?
- » Primjer 1. *Učenici dobacuju vršnjaku iz razreda da je djevojčica jer ne zna da igra fudbal?*
- » Primjer 2. *Nekoliko učenica je proširilo lažnu informaciju da učenica iz njihovog razreda svakodnevno mijenja momke i ponaša se neprikladno.*

Objasnite učenicima da su mnoga od pravila koja su izdvojili zapravo rodnii stereotipi. Pitajte učenike da li neko može objasniti šta znači stereotip.

*Stereotip je generalizacija o grupi ljudi, kojom se iste osobine pripisuju gotovo svim članovima te grupe, ne vodeći računa o stvarnim varijacijama između osoba koje pripadaju toj grupi.*

Objasnite da rodnii stereotipi predstavljaju generalizaciju određenih karakteristika, razlika i osobina na osnovu roda ili pola. **Primjer:** Svi muškarci su snažni! Muškarci su bolji matematičari! Sve djevojke su nježne i plašljive!

**Napomena:** Tokom razgovora o rodno zasnovanom nasilju, mladi ljudi često „ishitreno zaključuju“ pa žrtvu okrivljuju za nasilje kojem je izložena, ili određenu ranjivost mlađe osobe vide kao prirođen poziv na nasilje („dječak koji je povučen, prirodno je da ga zbog toga zezaju“). Važno je ohrabriti diskusiju u kojoj se osoba izložena rodno uslovjenom nasilju neće „okrivljavati“ za nasilje kojem je izložena. Mentalitet „žrtva-krivac“ pomjera fokus krivnje sa osobe koja vrši nasilje na žrtvu i čest je među mlađim ljudima. Važno je naglasiti da je svaki vid nasilja zapravo ponašanje sa jasnom namjerom da se povrijedi druga osoba i da jedini krivac u tom kontekstu je osoba koja se ponaša nasilno. Važno je da vršnjački edukatori podstaknu promjenu stava učenika i pomognu zajedničkom razumijevanju nasilja kao izbora osobe koja vrši nasilje, a ne žrtvinom krivicom.

Ako se dječak ili djevojčica ne ponašaju na način kako to „društvo očekuje“, oni se ne uklapaju u normu tj. društveno pravilo. **Primjer:** Djevojka koja je assertivna i prodorna će biti okarakterisana kao muškobanja, a mladić koji je povučen kao „feminiziran“, što su stereotipi i predrasude. Rodni stereotipi često su osnova za etiketiranje drugih i drugačijih od onog što je ustaljeno. Posebno je važno razgovarati i o drugim pravilima koja često ohrabruju nasilje. Pored normi tj. nepisanih pravila o kojima sistem „kažnjavanja“ onih određenim stavovima ili ponašanjem odstupaju od njih. Spomenuli smo etiketiranje, pa čemo se na trenutak

zadržati na povezanosti društvenih pravila sa pojavom nasilja. Zamolite učenike za pažnju!

Na tabli ispišite sljedeće riječi: *Ismijavanje, dobacivanje, davanje pogrdnih nadimaka, zadirkivanje, ogovaranje, postavljanje negativnih komentara, širenje tračeva, odbacivanje, izolacija, nedopuštanje pristupa grupi na društvenim mrežama ili izbacivanje iz grupe, homofobne etikete, prisila.* Objasnite učenicima da ste naveli najčešće oblike nasilja u školama, a koje su često uslovljene društvenim pravilima. No, kada se bilo koja forma nasilja pojavljuje na temelju nečijeg rodnog identiteta i ponašanja, tada to nasilje nazivamo rodno uslovjenim ili **rodno zasnovanom nasilju**.

Rodno zasnovano nasilje u školama je bilo koja forma nasilja ili zlostavljanja a koja je bazirana na rodnim ulogama i rodnim odnosima. Može biti fizičkog oblika, seksualnog, psihološkog ili kombinacija svih navedenih. Može se desiti u školi, u okolini škole ili na putu do/iz škole i onlajn. Učenici i učenice mogu biti žrtve, ali i osobe koje vrše rodno zasnovano nasilje. Bez obzira o kojoj formi se radi, osobe izložene rodno zasnovanom nasilju postižu slabije rezultate u školi i ugrožavaju svoje mentalno zdravlje.

Zamolite učenike da pročitaju sve navedeno i da razmisle, da li se i u kojoj formi, neka od navedenih ponašanja desila u njihovoј blizini. Radionicu završite diskusijom i zaključkom koji će napraviti na osnovu odgovora učenika.

#### Pitanja za završnu diskusiju:

Da li za neke od navedenih formi nasilja možemo reći da su manje ili više opasne? Zamolite par učenika da navedu nekoliko primjera blažih i težih formi nasilja. Zamolite ih da vam objasne na osnovu čega su neko nasilje ocijenili lakšim ili težim u odnosu na drugo. Koje su posljedice ovih formi nasilja? Kako se osjeća osoba koja je izložena nekoj od navedenih? Kako bi se vi osjećali?

Ukoliko nekoga svaki dan u školi nazivaju ponjavajućim nadimcima/ili tu osobu odbacuju/ili zadiraju, kako bi se ta osoba mogla osjećati? Šta mogu uraditi? Da li je ovo manje opasno od fizičkog nasilja, na primjer udarca?

*Objasnite da su sve forme nasilja podjednako teške i komplikovane jer težinu ne određuje pristup nasilju, već osjećanja osobe koja je tom nasilju izložena. Ne postoji osoba koja je imuna na nasilje. Istraživanja su pokazala da osobe izložene nasilju, postižu slabije rezultate u školi, što ostavlja dugoročne posljedice na zaposlenje i budućnost u konačnici.* Zamolite učenike da istraže koje su to posljedice nasilja kojem su izloženi mlađi njihovog uzrasta.

#### Radni materijal: Šta je nasilje?

Svako namjerno ponašanje koje osoba ili grupa koristi da povrijedi ili ponizi drugu osobu je nasilje. Davanje pogrdnih imena, ismijavanje vršnjaka/vršnjakinje razredu, postavljanje negativnih komentara na društvenim mrežama, prijetnje, guranje, zadirkivanje, najčešće su forme nasilja među mlađima u osnovnim i srednjim školama. Mlade često zbunjuje razlika između zezanja i nasilja.

Razlika je jednostavna i pravimo je na osnovu osjećanja onih koji su izloženi određenom ponašanju.

Prema Centru za kontrolu bolesti SAD (CDC - Centre for Deasise Control), *interpersonalno nasilje se definije kao "namjerna upotreba fizičke sile ili moći, prijetnjom ili stvarnim činom, protiv druge osobe ili grupe ili zajednice, a koje rezultira ili postoji velika mogućnost da rezultira povredom, smrću, psihološkim posljedicama, neadekvatnim razvojem ili oduzetošću."*

Svjetska zdravstvena organizacija (SZO - WHO) nasilje definije na sličan način. Prema SZO, nasilje se definije kao „namjerna upotreba sile ili moći, prijetnjom ili stvarnim djelovanjem, protiv sebe, druge osobe ili protiv grupe ili zajednice, a što dovodi ili postoji velika vjerovatnoća da dovede do povrede, smrći, psiholoških posljedica, neadekvatnim razvojem ili oduzetošću“. Ova definicija je aktuelna u međunarodnom izvještaju o pojavi nasilja „World report on violence and health“ iz 1999. godine, pa se često koristi kao međunarodna definicija, iako postoje druge slične definicije.

Pomenuti izvještaj prezentuje tipologiju nasilja koje, iako nije međunarodno prihvaćena, može

#### Šta je rodno zasnovano nasilje?

Rodno zasnovano nasilje je fenomen koji i dalje stvara brojne zabune, posebno jer se mnogi ne snalaze u pravljenju distinkcije između nasilja i rodno zasnovanog nasilja. *Rodno zasnovano nasilje je generalni izraz koji se koristi da se obuhvate forme nasilja koje se pojavljuju kao rezultat normativnih uloga i očekivanja a koji se vežu za rod, nejednakost, nejednaku moć odlučivanja, a u okviru konteksta određenog društva.*

biti korištena i korisna u razumijevanju konteksta u kojem se nasilje pojavljuje i međuodnosa među pojedinim oblicima nasilja. Ova tipologija razdvaja četiri modaliteta u kojima se nasilje može vršiti:

- 1) fizičko nasilje,
- 2) seksualno nasilje,
- 3) psihološki napad, i
- 4) deprivacija (lišavanje).

Ono dalje razdvaja generalnu definiciju nasilja na tri podgrupe u odnosu na vezu žrtve sa nasilnom osobom:

- > **Nasilje prema sebi**
  - » Referiše se na nasilje u kojem su vrilac nasilja i žrtva nasilja ista individua i pojavljuje se kao samopovređivanje i samoubistvo
- > **Interpersonalno nasilje**
  - » Referiše se na nasilje između individua, a dalje se dijeli na nasilje koje vrši članovi porodice, partner i nasilje u zajednici. Ova kategorija takođe obuhvata zanemarivanje djece, nasilje u vezama, nasilje koje vrše odrasli i stariji. Ova kategorija se dalje raščlanjuje na nasilje koje vrše bliske/poznate osobe i nasilje koje vrše stranci tj. nepoznate osobe, a što dalje obuhvata vršnjačko nasilje, povrede koje nanose nepoznate osobe, nasilje na radnom mjestu i drugim institucijama.
- > **Kolektivno nasilje**
  - » Referiše se na nasilje koje vrši veća grupa individua i može se podijeliti na sociološko, političko i ekonomsko nasilje.

Rodno zasnovano nasilje nije isključivo usmjereni na žene. Njemu su izložene žene, ali i muškarci. *Važan generator rodno zasnovanog nasilja su rodne norme.* Rodne norme u Bosni i Hercegovini, ne samo da definišu uloge i odgovornosti muškaraca i žena, već u širem kontekstu, ohrabruju stigmatizaciju onih koji se ne uklapaju u normativ, a nerijetko i nasilje prema ljudima koji žive van rodnih okvira tj. suprotstavljaju se stereotipnim i konzervativnim ulogama oba pola i roda. Društvo u Bosni i Hercegovini ne poznaje više od dvije rodne pozicije.

U zavisnosti od oblika, rodno zasnovano nasilje<sup>10</sup> dovodi do seksualnih, fizičkih i psiholoških posljedica kod djevojčica i dječaka. Ono uključuje bilo koji oblik nasilja ili iskorištavanja bazirano na rodnim stereotipima. Osnovna namjera rodno zasnovanog nasilja je da ojača rodne uloge i sprovodi rodne nejednakosti. Ono uključuje ali nije ograničeno na fizičko nasilje, silovanja, neželjene i neprimjerene seksualne dodire, neželjene i neprimjerene seksualne komentare, grupnu osudu i kažnjavanja, zlostavljanje i verbalno zlostavljanje.

Nejednaka raspodjela moći u odnosima među odraslima i djecom, i muškarcima i ženama, doprinosi rodno zasnovanom nasilju. Nasilje se može de-

siti u školama i u okruženju škola, na putu do njih i pri povratku, a mogu ga vršiti i nastavnici, učenici ili članovi lokalnih zajednica. I mladići i djevojke mogu biti žrtve nasilja, ali isto tako mogu da budu i nasilnici. Takvo nasilje može negativno uticati na blagostanje mlađih osoba, postavljajući ih u povećan rizik za postizanje manjih akademskih rezultata zbog odsustvovanja, bježanja iz škole ili gubitka motivacije za postizanje akademskih uspjeha. Nasilje, takođe, utiče na njihovo mentalno i fizičko zdravlje, rezultirajući fizičkim povredama, neželjenom trudnoćom, seksualno prenosivim infekcijama ili emocionalnim/psihološkim problemima i bolestima.

#### RESURSNI MATERIJAL: POSLJEDICE STRESA

Osjećaj da ste pod izraženim pritiskom ili da se suočavate sa komlikovanim zahtjevima koji prevazilaze vaše mogućnosti nije jedinstven samo vama. Gotovo svi ljudi tokom života, a posebno tokom puberteta, suočavaju se istim ili sličnim osjećanjima. Pojednostavljemo ovu temu primjerima koji najbolje ilustruju situacije u kojima možemo osjećati stres: ispitivanje u školi, vršnjački pritisak, prilazak simpatiji, gubitak novca, promjena škole, prekid sa voljenom osobom, razvod roditelja, odnosi sa vršnjacima, a posebno nezdravi odnosi; nasilje; ocjene u školi, odlazak roditelja/staratelja na roditeljski sastanak i sl.

Međutim, ljudi se na različite načine nose sa ovakvim situacijama i u zavisnosti od načina nošenja sa stresom, zavisi i stepen „posljedica“ koje stres čini našem organizmu. Pozitivno je što svi možemo naučiti kako se nositi sa stresom tako što ćemo naučiti kako ostati miran/na i staložen/na, kome se obratiti za podršku i pomoći u situacijama kada nam ta pomoći može biti od koristi i kako prepoznati situacije i stvari koje nas smiruju, te ih koristiti u situacijama kada nam je potrebno da se opustimo i smanjimo stres.

#### Stres utiče na sve ljude!

Odrasli i mladi, dječaci i djevojčice, svi se suočavaju sa situacijama povišenog stresa. Mada, ne govore svi otvoreno o tome, pa vam se može učiniti da samo ti ili tvoj prijatelj/ica imate problem

sa stresom. Ono što odrasle postavlja u bolju poziciju, jeste činjenica da lakše pristaju da traže podršku onda kada im je potrebna. Mladi ljudi često smatraju da određene probleme ili situacije moraju rješiti sami i nedostatak adekvatnog savjeta ili sagovornika može nas ostaviti same sa našim pretpostavkama koje ne moraju uvijek biti tačne. Zbog toga, određeni problem nam može izgledati nerješiv, strah od suočavanja sa vršnjakom sa kojim smo u sukobu može biti razlog zašto ne želimo ići u školu itd.

#### Efekti stresa

Ne samo da stres utiče na naše emocije i misli, već zajedno sa emocijama i mislima utiče na gotovo sve procese u našem tijelu. **Primjer:** Nastavnik/ca je okrenuo/la list u dnevniku na kojem se nalazi vaše ime i kaže da će danas ispitivati vaše znanje. U trenutku srce počinje da kuca brže, krvni pritisak raste i već sada možete lako prepoznati tjelesne reakcije na stres. Dlanovi se znoje, razmišljate brže nego inače, pokušavate rješiti situaciju i tjelesni odgovor prati vaše mentalno i emocionalno stanje. Možda ne možete uticati na odluku nastavnika da vas prozove i provjeri vaše znanje, ali možete uticati na način kako ćete se nositi sa tim.

U tabeli ispod možete vidjeti kako stres utiče na naš organizam, ali i kako relaksirajući i opušten pristup suočavanju sa stresom može otkloniti tjelesne znakove koji su posljedica stresa:

EFEKTI STRESA	
Ignorisanje stresa > Ubrzan puls > Povišen krvni pritisak > Ubrzan rad srca > Povišene mišićne kontrakcije i povišene tenzije mišića > Otežano disanje > Intenzivnije stomačne tegobe > Povišena tjelesna temperatura > Sužavanje krvnih sudova	Relaksirajući pristup > Smanjenje pulsa > Smanjenje krvnog pritiska > Normalizovan rad srca > Smanjene mišićne kontrakcije i tenzije mišića > Normalizovano disanje > Umanjenje stomačnih tegoba > Smanjenje povećanog krvnog pritiska > Normalizacija proširenosti krvnih sudova

#### Dobar ili loš stres

Stres možemo posmatrati na dva načina tj. možemo ga podijeliti na „dobar“ i „štetan“ stres. Određena količina „dobrog“ stresa i tenzija može izvući najbolje iz vas (prepali ste se da ne dobijete lošu ocjenu i odlučili ste da večeras učite i sutra kada vas je nastavnik/ca pozvao/la, dobili ste dobru ocjenu). Loš stres može dovesti do niza pratećih pojava (glavobolja, nesanica, noćne more, razdražljivost i umor), a one su izraženije ukoliko se ne suprotstavite uzroku stresa na adekvatan način kao što je ignorisanje stresa, razmišljanje o tome da vaše akcije ne mogu spriječiti problem o kojem unaprijed razmišljate (**Primjer:** Čak iako budem učio/la, nastavnik/ca će pronaći pitanje na koje neću znati odgovor, toliki sam peh da iako budem učio/la, sigurne će me pitati ono što ne znam).

#### Zašto je važno razgovarati?

Sjetite se neke neprijatne situacije sa kojom ste se suočili u osnovnoj školi? Kako ste se osjećali tada i da li se isto osjećate sada? Šta se promjenilo? Ono što nam je juče izgledalo kao najveći problem, sutra će najvjerojatnije izgledati jednostavno i rješivo. Život je dinamičan i svaki dan nosi neke nove mogućnosti. Ljudi se mijenjaju, društvo se mijenja pa se tako i mi mijenjamo.

Kada osjetimo tjeskobu ili da određena situacija izgleda kao nerješiva, bitan saveznik u pronalaženju rješenja je **RAZGOVOR**! Možda su naši sagovornici već proživjeli istu situaciju, ili poznaju nekoga ko jeste, pa nam mogu dati savjet vođen prethodnim iskustvima. Možda su to stručnjaci (pedagozi, nastavnici i psiholozi) koji znaju kako da nam kroz savjete pomognu u rješavanju određenog problema i doprinesu smanjenju stresa. Možda su to naši roditelji, jer su i oni odrastali i suočavali se sa istim ili sličnim situacijama.

**Primjer:** Učenik/ca je pod snažnim stresom jer uslijed gubitka koncentracije, ne može da se fokusira na učenje i plaši se da će dobiti lošu ocjenu. Odlučio/la je da razgovara sa stručnjakom koji mu/joj je objasnio/la kako da ishranom, ali i prenalaškom adekvatnog načina da uči kroz zabavu, poveća stepen koncentracije i nadmaši ne samo sebe, već i većinu učenika u razredu koji ne znaju za takve tehnike. Možda vam ovo zvuči nevjerojatno, ali postoji hrana koja poboljšava koncentraciju i postoje tehnikе za smanjenje stresa i podsticanje koncentracije, no o tome je najbolje razgovarati se osobama koje su za to stručne.

<sup>10</sup> Ova definicija rodno zasnovanog nasilja u školama temeljena je na konceptualnom okviru *Programa sigurnih škola* i uključuje sintezu internacionalno prepoznatih definicija na polju edukacije, zdravlja i zaštite djece, UN-a i njegovih specijalizovanih agencija (kao što su Svjetska zdravstvena organizacija – WHO, prim.aut.).

# Oblast: pubertet i promjene u pubertetu

## Radionica 13:

### Intervju pubertet<sup>11</sup>

 UZRAST:

5., 6., i 7. razred

 TRAJANJE:

45 minuta

 CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici provode intervjuje sa roditeljima na temu puberteta kao priprema za participativno učenje u narednim radionicama
- > Razvijanje istraživačkih vještina kod učenika

 POTREBNI MATERIJALI:

- > Kopije Intervjua za roditelje za sve učenike
- > Alternativno: Resursni materijal „Osnovne informacije o pubertetu“

**IZVOĐENJE RADIONICE:**

Nastavnik/ca upoznaje učenike sa osnovnim informacijama o temi, navodeći da će temu pubertet obraditi koristeći različite interaktivne tehnike i seriju povezanih aktivnosti. Kako bi se učenici pripremili za participativno učenje o pubertetu, prvi korak je realizacija intervjuja sa roditeljima ili starateljima. Nastavnik/ca treba objasniti proceduru izvođenja intervjuja i konačni ishod procesa.

Prije nego učenici dobiju zadatku, nastavnik/ca treba informisati roditelje da će biti intervjuisani i da tokom intervjuja mogu razgovarati sa svojom djecom o njihovim zabrinutostima, što je suština intervjuja. Mnogi roditelji ne znaju kako započeti razgovor o pubertetu, pa je intervju odlična prilika, ali nekim roditeljima mogu nedostajati informacije o ovoj temi. Stoga je korisno roditeljima ponuditi više informacija kako bi se pripremili za razgovor o promjenama u pubertetu i eventualnim zabrinutostima koje se mogu pojaviti kod djece u ovom prelomnom periodu života.

Za pripremu roditelja, nastavnici mogu organizovati uvodno predavanje i angažovati eksperte iz nevladinih organizacija ili visokoškolskih ustanova, a sesiju mogu realizovati i nastavnici/ce biologije. Alternativni korak je distribucija resursnog materijala roditeljima prije intervjuja, a kao dio pripreme roditelja za razgovor o pubertetu.

<sup>11</sup> Preuzeto i adaptirano 23.09.2021. godine iz „Elementary School Sexual Health Manual - A Guide for Teachers“, 2013. Dostupno na [https://northernhealth.ca/Portals/o/Your\\_Health/Programs/Public%20Health/ElementarySchoolSexualHealthManual-GuideforTeachers.pdf](https://northernhealth.ca/Portals/o/Your_Health/Programs/Public%20Health/ElementarySchoolSexualHealthManual-GuideforTeachers.pdf)

## Pubertet – intervju

Kako bi se pripremili za naredni čas, potrebna nam je pomoć vaših roditelja/staratelja. Pripremili smo nekoliko pitanja na koja vaš roditelj ili druga odrasla soba kojoj vjeruješ mogu dati odgovor. Ukoliko tokom razgovora osjetiš potrebu da sa roditeljem razgovaraš o nekom drugom pitanju ili zabrinutosti, ovo je odlična prilika. Pubertet je vrlo kompleksna tema, pa je važno da omogućiš osobi koju ćeš intervjuisati da se pripremi. Iako su svi odrasli takođe prošli kroz pubertet, to je bilo davno, pa im je potrebno vrijeme da se prisjetе onoga što se dešavao u tom periodu njihovih života.

**Korak 1:** Ponesi ovaj upitnik kući

**Korak 2:** Pokaži roditeljima/starateljima ovaj upitnik i dogovorite se da zajedno prođete kroz odgovore na ova pitanja

**Korak 3:** Dogovorite termin kada ćete razgovarati o ovim pitanjima. Daj roditeljima upitnik kako bi se pripremili za intervju

**Korak 4:** Intervjujte roditelja korišćenjem priloženih pitanja. Intervju ne bi trebalo trajati duže od 30 minuta

**Korak 5:** Nakon što ste odgovorili na sva pitanja, potpišite se i intervju je završen

**Korak 6:** Ukoliko na neko od pitanja niste pronašli odgovor, možete poslati upit nekoj od poznatih organizacija za mlade, a koji se bave ovim i sličnim temama. Predlažemo da se javiš Institutu za populaciju i razvoj IPD (Sarajevo), Institutu za razvoj zajednice i mladih Perpetuum Mobile (Banja Luka) ili Snaga Mladih (Mostar). Njihove e-mail adrese i ostale informacije dostupni su na: <https://youngmeninitiative.net-bs/>

### Radni materijal 1: Upitnik za intervju

Intervju:

1. Koji je prvi znak koji si ti primijetio/la i shvatio da si ušao/la u pubertet?
2. Koliko si imao/la godina?
3. Koje su dobre strane puberteta? Šta bi posebno izdvojio/la?
4. Šta je komplikovano i teško tokom puberteta? Da li si imao/la određenu zabrinutost ili problem tokom puberteta?
5. Kako si prevazišao/la tu zabrinutost ili problem?

Odreži donji dio i donesi ga na nastavu.  
Popunjeni upitnik možeš zadržati!

Ime učenika

Ime roditelja/staratelja

## Radionica 14:

### Pubertet

#### UZRAST:

5., 6., i 7. razred

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- › Učenici dijele iskustva i zapažanja koja su nastala tokom intervjuisanja roditelja (prethodna radionica)
- › Učenici razmišljaju i diskutuju o promjenama koje se dešavaju tokom puberteta kod mladića i djevojaka
- › Razvijanje prezentacijskih vještina kod učenika

#### POTREBNI MATERIJALI:

- › Papirići za pitanja
- › Olovke
- › Kutija ili korpica za pitanja

#### PRIPREMA:

Učenicima prije radionice podijelite prazne ceduljice i objasnite da će ih moći iskoristiti u slučaju da žele postaviti pitanje, a ne žele to uraditi javno. Za sve druge koji nemaju pitanja, predložite da na ceduljicu nacrtaju nešto po vlastitom izboru i ubace je u predviđenu kutiju. Na taj način moguće je izbjegći da učenici prepoznaju ko je postavio pita-

nje, a ko je umjesto pitanja nacrtao sliku. Pred kraj radionice, facilitator/ka otvara kutiju i odgovara na sva postavljena pitanja. Važno je ostaviti 5-10 minuta vremena za odgovore na pitanja iz kutije, stoga edukativni dio radionice treba realizovati tokom prvih 35 minuta časa.

#### UVOD

Pozdravite učenike i objasnite da će narednih 45 minuta razgovarati o pubertetu. Ukoliko su učenici na prethodnom času dobili zadatku da intervjuju roditelje o njihovim iskustvima tokom puberteta, zamolite svakog učenika da podijeli vlastita osjećanja i zapažanja koja su nastala tokom intervjuisanja roditelja. Cilj intervjuja je da otvoriti komunikaciju učenika sa roditeljima, odnosno starateljima, te da se podigne njihova svijest o tome da su i njihovi roditelji, takođe prošli kroz pubertet. Nakon što svaki učenik/ca podijeli vlastita iskustva tokom intervjuisanja roditelja, nastavite radionicu o pubertetu.

Za razgovor o iskustvima učenika i zapažanjima tokom intervjuja, možete koristiti sljedeća pitanja:

- › Da li vas je tokom intervjuja iznenadio neki od odgovora koje ste dobili?
- › Da li ste naučili nešto o roditeljima, a što niste znali prije intervjuja?
- › Da li ste naučili nešto o sebi tokom intervjuja?
- › Da li postoje sličnosti ili razlike u iskustvima vaših roditelja tokom puberteta u odnosu na vaša lična?

Ovo je osjetljiva tema koja predstavlja izvor mnogih zabrinutosti kod mladih. Ponovite učenicima da tokom ove vježbe mogu postaviti pitanja javno ili to mogu napraviti korišćenjem ceduljica. Potrebno je da svaki učenik dobije prazan papirič na koji može upisati pitanje. Objasnite učenicima da cete na pola radionice zamoliti sve učenike da na prazne ceduljice upisu svoje pitanje, a oni koji ne žele da postave pitanje, trebaju da nacrtaju bilo kakav crtež. Pitanja i crteže trebaju da zgužvaju i ubace u kutiju za pitanja. Ovaj princip koristimo da učenici ne bi mogli znati ko je postavio pitanje, a ko je nešto crtao. To će ohrabriti učenike da postave pitanje, čak i kada se radi o vrlo osjetljivim temama i drugim ličnim zabrinutostima o kojima mladi žele više informacija.

Učenike podijelite u dvije grupe, prema polu. Obje grupe treba da dobiju po jedan prazan flipchart (flipchart) papir. Alternativa flipchart papiru može biti hamer papir ili tabla podijeljena na dio za dječake i dio za djevojčice.

Obje grupe treba da nacrtaju siluete osobe, dječaci crtaju dječaka, a djevojčice crtaju siluetu djevojke. Obje grupe treba da nacrtaju i na siluetama označe promjene koje se dešavaju tokom puberteta.

Dječaci će najvjerojatnije navesti sljedeće promjene:

1. Rast tijela i svih njegovih dijelova
2. Mutacija glasa (postaje dublji)
3. Razvoj mišićne mase
4. Razvoj polnih organa
5. Stvaranje sperme
6. Povećana dlakovost i znojenje
7. Psihičke promjene uključujući i prve mokre snove

#### Pitanja za diskusiju:

- › Koje promjene su specifične samo za dječake?
- › Koje promjene su specifične samo za djevojke?
- › Koje promjene su zajedničke za oba pola?
- › Da li ste nekada od svojih vršnjaka čuli za određene zabrinutosti koje su ih brinule tokom puberteta, a odnose se na neke od ovih promjena?
- › Koje su najčešće zabrinutosti dječaka?
- › Koje su najčešće zabrinutosti djevojaka?

Djevojčice će najvjeroatnije navesti sljedeće promjene:

1. Rast tijela i svih njegovih dijelova
2. Mutacija glasa (glas postaje piskaviji)
3. Rast grudi
4. Razvoj polnih organa
5. Prva menstruacija (Menarha)
6. Povećana dlakovost
7. Razvoj (širenje) bokova
8. Psihičke promjene

Grupama dajte 15 minuta da završe zadatak. Nakon toga, obje grupe imaju po tri minute da predstave svoje crteže. U ovoj fazi, učenike zamolite da na papiriće koje ste im podijelili napišu pitanje ili nacrtaju bilo kakav crtež. Učenicima dajte tri minute da napišu pitanje/nacrtaju crtež. Svi učenici treba da zgužvaju ceduljice i ubace ih u predviđenu kutijicu/korpicu.

Nastavnik/ca treba da izvadi svaku ceduljicu, u slučaju crteža zahvali se na doprinosu, a u slučaju pitanja odgovori na svako postavljeno pitanje. Ukoliko nastavnik/ca ne zna odgovor na pitanje, važno je da objasni da u tom trenutku nije siguran u tačan odgovor, te da će na pitanje odgovoriti tokom narednog časa. U nastavku radionice, crteže obje grupe zaliđepite na tablu i ostavite slobodan prostor između njih. Sada učenicima podijelite materijal A1. Svaki učenik treba dobiti jednu kopiju radnog materijala A1. Zamolite učenike da pročitaju sadržaj materijala. Pitajte grupe da li ste nešto izostavili, a što se nalazi u radnom materijalu. Ukoliko jesu, omogućite grupama da dorade svoje crteže. Za eventualne promjene potrebno je dvije do tri minute. Nastavite radionicu s diskusijom o zajedničkim promjenama koje primjećujemo kod oba pola, kao i onim koje su polno specifične.

**ZAKLJUČAK RADIONICE:**

Pubertet predstavlja vrijeme u kojem tijelo dječaka i djevojčica prolazi kroz najintenzivnije promjene. Danas smo razgovarali o tjelesnim promjenama, no postoje i druge promjene o kojima ćemo razgovarati tokom narednih časova. Tjelesne promjene su ono što je najizraženije i što često može stvoriti određene zabrinutosti. Vaši nastavnici, roditelji, nane/bake i dede su takođe prošli kroz pubertet. Svako pubertet doživljava na svoj način i moguće je da nas određene promjene plaše, zbune ili da jednostavno mislimo da se neke od njih dešavaju samo nama.

Možda vam se neke stvari odjednom čine dosadnim, a do juče ste uživali u njima. Možda vam se

muzika koju služate odjednom više ne sviđa. Promjene interesa, ponašanja pa čak i emocija, sve su to normalne promjene koje prate odrastanje. Neko kroz pubertet prolazi lako, dok je za neke mlade ljude pubertet izuzetno težak i komplikovan. Možda odjednom počnete da postavljate bezbroj pitanja o sebi i svojoj poziciji u odnosu na društvo u kojem živate. Možda to bude vrijeme izuzetnog zadovoljstva ili nezadovoljstva. Ono što je važno je da znate da su sve te promjene normalne, a ako vas neke od njih brinu ili plaše, razmislite da razgovorate sa roditeljima, starateljima ili nastavnicima. Sigurno na neka od vaših pitanja, odrasli mogu dati smislen i jednostavan odgovor.

**Radni materijal A1**

Promjene	Djevojke	Dječaci	Ključne informacije
Koža	Koža postaje masnija i mogu se javiti akne u većem ili manjem obimu.		Ova faza traje tokom tinejdžerske dobi i nakon toga uglavnom prestaje. Redovnom higijenom lica i kože vodom i sapunom održavate lice i kožu urednom.
Grudi	Dolazi do povećanja grudi, oticanja i moguća je pojava boli.	Grudi mogu oteći. Grudi mogu biti različitog oblika, a svaki oblik je normalan.	Grudi ne moraju i najčešće ne rastu srazmerno. Često je jedna dojka veća od druge, a to je potpuno normalno.
Dlake	Dolazi do povećanja dlakavosti nogu, pazuha i pubičnih dijelova	Dolazi do povećanja dlakavosti lica, nogu, grudi, pazuha i pubičnog područja	Količina i pojava dlaka na pojedinim mjestima je individualna. Neki dječaci mogu imati manje dlaka na grudima, a više na nogama i obrnuto.
Tjelesna masa	Tijelo raste ubrzano, dolazi do širenja kukova, povećanja grudi, visina i širina se povećavaju.	Ramena i grudi se šire, dolazi do povećanja tjelesne visine i širine.	Djevojke optimalnu visinu postižu ranije nego dječaci. Međutim, na kraju puberteta, dječaci su viši i šire su tjelesne mase. Moguće je da osoba raste sporije od svojih vršnjaka, no da visinu i širinu dosegne kasnije. Intenzitet rasta je individualan.
Znojenje	Dolazi do povećanog znojenja i moguće je da se pojavi neugodan miris tijela.		Ovo je normalno. Dnevna higijena može pomoći u kontroli znojenja i pojave neugodnog mirisa.
Glas	Glas postaje piskutaviji	Glas se produbljuje	Muški glas može iznenada da se promjeni iz visokog u niski i obrnuto. Moguće je da se pojavi tzv. bucketanje glasa, što može biti neugodno, ali je to prolazno.
Muški polni organi		Dolazi do pojave erekcije i mokrih snova. Penis i testisi takođe rasu.	Erekcija i mokri snovi su potpuno normalni i bezopasni.
Ženski polni organi	Počinje menstruacija i moguća je pojava vaginalnog iscjetka.		Menstruacija je u početku nerodovna. Može biti bolna ili potpuno bezbolna. Vaginalni iscjetak je takođe potpuno normalan.

**Radionica 15:****Pitam te, pitaš me o pubertetu****UZRAST:**

6. i 7. razred

**TRAJANJE:**

mjesec dana (serija od nekoliko časova)

**CILJEVI RADIONICE:**

- Učenici razvijaju edukativne postere na osnovu prikupljenih informacija i istraživačkog rada
- Učenici koriste digitalne alate za predstavljanje završnih rezultata
- Dizanje svijesti mladih ljudi o promjenama koje nastaju tokom puberteta kod mladića i djevojaka
- Razvijanje istraživačkih, preduzetničkih i prezentacijskih vještina kod učenika

**POTREBNI MATERIJALI:**

- Definisati nagradu za pobjednike finalnog takmičenja
- Kopije tabele 1 i 2
- Projektor
- Laptop
- Fotoaparat/mobilni telefon sa kamerom visoke rezolucije

**UVOD**

U našem gradu i zemlji, žive mladi ljudi koji nemaju priliku učiti o promjenama koje se dešavaju tokom puberteta. Treba voditi računa da pubertet može biti zburujući ili čak može dovesti do nesigurnosti, neki od njih mogu biti zabrinuti, uplašeni pa čak i zbumeni. Da bi učenje i istraživanje o pubertetu učinili zabavnim i višestruko korisnim, narednih mjesec dana organizovaćemo više povezanih aktivnosti koje podrazumijevaju istraživanje, pripreme postera, korištenje društvenih mreža i takmičenje u promociji vaših radova.

U prvoj fazi neophodno je da uradite istraživanje o pubertetu, promjenama koje se dešavaju tokom puberteta te osobama/ustanovama u kojima mladi mogu dobiti kvalitetnu i relevantnu informaciju i savjet. Nalaze vašeg istraživanja iskoristite da napravite informativni poster sa osnovnim informacijama do kojih ste došli istraživanjem.

U drugoj fazi predstavite nalaze vaših istraživanja. Tokom predstavljanja, analiziraćemo svaki rad te uporediti nalaze svake grupe.

U trećoj fazi, svaka grupa će predstaviti rad na inovativan način. Cilj je dosegnuti što veći broj mladih sa vašim posterima te grupa koja pobedi u ovom takmičenju, dobiće posebnu nagradu.

**NAPOMENA:** Nagrade ne moraju biti materijalne, već mogu biti u formi slobodnog časa, bonusa za ocjenu i sl. Bonus na ocjenu može biti dodatni sistem motivacije. U slučaju da se nastavnik/ca odluci za ovaj model, potrebno je voditi evidenciju bonusa, tako da kasnije, u saradnji sa svakim pojedinačnim učenikom, dogovori korišćenje bonusa u slučaju da učenik/ca ne nauči određeno gradivo iz oblasti reproduktivnog zdravlja ili za dobijanje bolje ocjene prilikom odgovaranja ili zaključivanja ocjene. Na ovaj način svaka aktivnost dobija dodatni motivacioni faktor, te će svaka grupa imati priliku da kroz različite aktivnosti, postigne dodatne bonuse što učenike direktno uključuje u formiranje ocjene. Važno je napomenuti da na ovaj način, nastavnik/ca ne gubi kontrolu nad sistemom ocjenjivanja, već da kroz dodatni sistem uspostavi još kvalitetniju saradnju sa učenikom, ne samo u procesu učenja, već i u ostvarivanju boljih performansi i ocjena.

Dječaci i djevojčice prolaze kroz pubertet. Mnoge promjene su slične, no postoje i razlike. Iz tog razloga, vaša zadatka je takav da smo zamolili vaše nastavnike da vas podijele u dvije grupe. Grupu dječaka i grupu djevojčica.

Obje grupe imaju jednako komplikovan, ali važan zadatak. Potrebno je da definišete promjene koje

se dešavaju tokom puberteta, navedete najčešće zabrinutosti i strahove, te ponudite informacije gdje vaši vršnjaci koji nemaju priliku pohađati *Zdrave životne stilove*, mogu dobiti kvalitetne odgovore.

Učenicima podijelite tabele 1 i 2. Tabelu 1 dajete učenicima, a tabelu 2 učenicama.

Tabela 1. Dječaci (Napomena: dodajte redove po potrebi)

Tijelo	Promjena	Ko vam može odgovoriti na pitanje	Kakav odgovor možete dobiti
Misli			
Osjećanja			

Tabela 2. Djevojčice (Napomena: dodajte redove po potrebi)

Tijelo	Promjena	Ko vam može odgovoriti na pitanje	Kakav odgovor možete dobiti
Misli			
Osjećanja			

Po završetku vašeg istraživanja, prikupljene informacije predstavite na narednom času. No prezentaciju treba da formirate i predstavite na kreativan i efikasan način. Vaše prezentacije treba da budu u formi informativnih postera. Možete koristiti različite modalitete u izradi postera:

- › Digitalna forma (u slučaju digitalne forme za prezentaciju postera potreban je projektor)
- › Printana forma
- › Poster na hamer papiru ili flipchart (flipchart) papiru

Nastavnik/ca bi na času trebao/la razgovarati o nalazima istraživanja te kroz diskusiju analizirati odgovore svakog tima. Nakon prezentacija, svaki rad bi trebalo pretvoriti u digitalni format. Najjednostavniji način je da svaka grupa slika svoj rad mobilnim telefonom ili fotoaparatom. Fotografija rada predstavlja digitalni format koji se nakon toga može koristiti za onlajn takmičenje.

**Takmičenje:** Kako bi mladi kojima nedostaju informacije, dobili odgovor ili informaciju gdje i kome mogu da se jave kako bi riješili svoj problem, u finalnoj fazi istraživanja puberteta, organizovaćemo takmičenje putem društvenih mreža. Svaka grupa treba da objavi svoj rad i da dobije što više lajkova i ostvari što više dijeljenja. Nastavnik/ca bi trebao/la odrediti trajanje takmičenja. Predlažemo da takmičenje traje maksimalno 10 dana. Nakon završetka perioda takmičenja, učenici na narednom času predstavljaju postignute rezultate.

Ukoliko u školi postoji ucionica sa internet konekcijom, predlažemo da prezentaciju rezultata i proglašenje pobednika odredite korišćenjem laptopa s kojim ćete pristupiti internetu i zajedno sa učenicima odrediti pobednike prema rezultatima koje vidite tokom ovog časa. Tim koji ostvari nabolje rezultate, osvojiće nagradu. Nastavnik/ca treba da odredi vrstu nagrade. Nagrada može biti slobodan dan ili će škola na službenim komunikacijskim kanalima (veb stranica ili profil na društvenim mrežama) objaviti pobednički rad što je afirmativna metoda koja može motivisati mlade da se potrude oko mini projekta u nadi da osvoje ovakvu nagradu. Alternativna nagrada može biti i sertifikat pobednika koji možete skinuti sa veb stranice Inicijativa mladića/resursi/sertifikat za pobednike.

## Radionica 16:

### Fizičke, socijalne i emocionalne promjene u pubertetu i adolescenciji<sup>12</sup>

TRAJANJE:  
45 minuta

CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici diskutuju o fizičkim i socijalnim promjenama tokom puberteta i adolescencije
- > Učenici shvaćaju važnost pravilnog i tačnog informisanja o pubertetu i korištenju provjerenih izvora
- > Razvijanje vještina za donošenje odluka kod učenika

POTREBNI MATERIJALI:

- > Kartice puberter
- > Tabla za pisanje
- > Ljepljiva traka

**IZVOĐENJE RADIONICE:**

Pozdravite učenike i objasnite da će danas razgovarati o promjenama tokom puberteta, ali kroz prizmu fizičkih i socijalnih promjena. Nastavnik/ca na tabli ispisuje dva naslova:

- > Fizičke promjene
- > Socijalne i emocionalne promjene

Učenicima podijelite kartice *Pubertet* tako da svaki učenik/ca dobije jednu karticu. Učenicima objasnite da sa osobom pokraj sebe (važno je da svaki učenik/ca imaju sagovornika) diskutuju o kartici

koju su dobili. Tokom diskusije, oboje treba da odredi kojoj kategoriji pripada promjena koja im je dodijeljena. Zamolite učenike da postave kartice na tablu.

Nastavnik/ca zatim treba da zajedno sa učenicima revidira poziciju svake kartice i eventualno napravi korekcije u slučaju da je određena promjena postavljena u pogrešnu kategoriju. Važno je da nastavnik/ca objasni svaku od promjena koje su korišćene na karticama.

Tačni odgovori:

Fizičke promjene	Socijalne i emocionalne promjene
Rast u visinu	Promjene raspoloženja
Koža postaje masnija	Seksualne misli i maštanje
Akne (bubuljice)	Seksualna osjećanja – privlačnost
Promjene glasa	Interes za romantične veze
Rast brade i brkova	Prijateljstva postaju izuzetno važna
Kosa postaje masnija	Povremeni osjećaj usamljenosti i zbumjenosti
Rast dlaka ispod pazuha	Izražena potreba da pripadamo i uklopimo se
Rast pubičnih dlaka	Veća potreba da se sviđamo drugima
Pojačano znojenje	Razmišljanje o budućnosti
Rast grudi	Zabrinutost u vezi izgleda
Širenje kukova	Rast testisa

<sup>12</sup> Preuzeto i adaptirano sa Teaching sexual health. Preuzeto 11.11.2010. godine sa <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/grade/grade-7/>

Fizičke promjene	Socijalne i emocionalne promjene
Šira ramena Početak proizvodnje sperme Menstruacija Rast penisa Rast testisa Proizvodnja polnih hormona Mokri snovi Erekcija (ukrućivanje penisa) Ejakulacija (izlazak sperme iz penisa)	

Zamolite učenike da navedu promjene koje su možda izostavljene i dopunite listu predloženim promjenama. Ukoliko učenici ponude pogrešne informacije ili promjene koje nisu tačne, važno ih je korigovati i otkloniti eventualni nesporazum u vezi promjena o kojim diskustujete. U nastavku radionice, diskutujte sa učenicima koristeći ponuđena pitanja:

- > Gdje ili od koga učite o promjenama u pubertetu?
  - » Prijatelji
  - » Porodica
  - » Škola
  - » Mediji (Internet, magazini, TV)

**ZAKLJUČAK RADIONICE:**

Zahvalite se učenicima na aktivnom učeštu u radionici. Naglasite da mnogi mladi ljudi tokom puberteta mogu biti zabrinuti zbog izgleda ili osjećanja koja se javljaju tokom puberteta, ali da u našem okruženju postoje povjerljive osobe koje nam

**Radni materijal: Kartice pubertet**

Rast u visinu	Rast grudi
Promjene raspoloženja	Širenje kukova
Koža postaje masnija	Veća potreba da se sviđamo drugima
Akne (bubuljice)	Žira ramena
Promjene glasa	Početak proizvodnje sperme
Rast brade i brkova	Razmišljanje o budućnosti
Kosa postaje masnija	Menstruacija
Rast dlaka ispod pazuha	Rast penisa
Rast pubičnih dlaka	Zabrinutost u vezi izgleda
Pojačano znojenje	Rast testisa
Rast grudi	Želja da budemo nezavisni o drugima
Širenje kukova	Proizvodnja polnih hormona

- > Odakle najčešće dolaze netačne ili nepotpune informacije o pubertetu?
  - » Neinformisani vršnjaci
  - » Neprovjereni i nestručni mediji
- > Ukoliko smo zabrinuti, kome se možemo obratiti?
- > Ukoliko želimo tačnu informaciju, kome se možemo obratiti?
  - » Tokom diskusije osigurati da učenici navedu roditelje, nastavnike, pedagoge i zdravstvene radnike

mogu dati tačne i provjerene informacije. Mnoge zabrinutosti mogu biti bazirane na netačnim informacijama, stoga moramo voditi računa da fokus u potrazi za odgovorom bude na relevantnosti izvora odgovora.

## Radionica 17:

### Pubertet (Istraživanje)

#### UZRAST:

8. i 9. razred

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- › Učenici istražuju informacije i razvijaju prezentacije o pubertetu kod mladića i djevojčica
- › Učenici uočavaju i interpretiraju razlike u pubertetu kod mladića i djevojčice
- › Razvijanje istraživačkih i prezentacijskih vještina kod učenika

#### POTREBNI MATERIJALI:

Radni materijal „Pubertet kod dječaka i djevojčica“

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Učenike podijelite u 2-4 grupe, jednu ili dvije grupe dječaka i jednu ili dvije grupe djevojčica. Ukoliko ste ograničeni brojem dječaka/djevojčica tj. ukoliko u razredu imate više dječaka ili djevojčica, formirajte grupe koje u skladu sa brojem učenika na primjer tri grupe djevojčica i jednu grupu dječaka ili obrnuto.

Učenici treba da pripreme prezentacije o pubertetu dječaka i pubertetu djevojčica. Dječaci pripremaju prezentaciju o pubertetu dječaka, a djevojčice o pubertetu djevojčica. Možete organizovati i obrnut koncept, tako da dječaci pripremaju prezentaciju o pubertetu djevojčica, a djevojčice o pubertetu dječaka. Učenicima dajte 7-10 dana da istraže temu. Radni materijal nudi osnovne informacije koje im mogu poslužiti kao dodatak u istraživanju. Grupe treba da u prezentaciji obuvate sljedeće:

- › Šta je pubertet
- › Zbog čega dolazi do puberteta
- › Koje su promjene u pubertetu
  - » Tjelesne
  - » Promjene ponašanja i emocija
- › Najčešće zabrinutosti mlađih o pubertetu
- › Primjeri poznatih ličnosti koji su ispričali priču o svom pubertetu

Na pripremi i izvođenju prezentacije treba da učestvuju svi članovi grupe. Prezentacije ne bi trebale da traju duže od 20 minuta. Na narednom času obje grupe prezentuju svoje prezentacije. Nakon prezentacija, nastavnik/ca treba da diskutuje o odgovorima grupa i uporedi pubertet dječaka i djevojčica. Pri tome mislimo na uočavanje i interpretaciju razlika u pubertetu dječaka u odnosu na djevojčice i obrnuto.

#### Radni materijal: Pubertet kod dječaka i djevojčica

#### Pubertet kod djevojčica

Za djevojčice, pubertet počinje u dobi između osme i 13-te godine života, dakle, oko dvije godine ranije nego kod dječaka. Djevojčice obično završe pubertet u dobi od 16-te do 17-te godine ili kada je rast njihovog skeleta kompletiran. Promjene u pubertetu razlikuju se od osobe do osobe i kada će djevojčica započeti svoj put promjena kroz pubertet zavisi od faktora koji i danas nisu u potpunosti objašnjeni. Kako tijelo zna kada treba da počne sa promjenama svojstvenim pubertetu, to нико ne može da objasni. Postoje određene pretpostavke da tijelo to radi na osnovu rasta tjelesne mase.

Pojedini autori ističu da tijelo kada uoči da je došlo do povećanja mase, samo započne proces iniciranja ulaska u pubertet. Novija istraživanja nam govore da djevojčice sa većom tjelesnom masom prije ulaze u pubertet od onih koje su mršavije. Kod pretilih djevojčica prije će započeti menstrualni ciklusi tj. prije će doživjeti prvu menstruaciju (menarhu) nego one koje su mršavije. Iako može varirati u vremenu, slijedu i brzini, razvoj tijela djevojčica obično ide ovim redoslijedom:

- › Kada biološki sat otkrije da je došlo vrijeme za početak puberteta, hipofiza počinje sa lučenjem folikulo stimulišućeg hormona i lutenizirajućeg hormona koji dalje dovode do lučenja estrogena i to se dešava dok djevojčice spavaju. Između 11 i 14 godine života, količina folikulo stimulišućeg hormona povećava se tokom dana.
- › Kako se pubertet nastavlja, jajnici proizvode sve više i više estrogena koji se iz jajnika otpušta u krvotok. Estrogen je zadužen za formiranje i razvoj primarnih i sekundarnih polnih karakteristika djevojaka. Pod njegovim uticajem, jajovodi, materica i jajnici doživljavaju svoj potpuni razvoj. Grudi takođe započinju svoj rast i razvoj, ispočetka često na samo jednoj strani. Pun razvoj grudi traje oko dvije godine.
- › Zbog visoke koncentracije estrogena, koža ostaje glatka i nježnija u odnosu na kožu dječaka, te se po tijelu, posebno u pubičnoj regiji pojavljuju prve dlačice.
- › Kosti se takođe razvijaju, posebno one zadužene za visinu.
- › Promjene koje se dešavaju u toku puberteta pripremaju djevojku za njen reproduktivni život što podrazumijeva oplodnju i porod.
- › Između 11 i 12 godine kod djevojaka počinje ovulacija. Mnoge djevojke ne osjete unutrašnje simptome ovulacije
- › Prva ovulacija je obično u vezi sa prvom menstruacijom, no ne mora da bude tako. Neke djevojke dožive prvu menstruaciju nekoliko mjeseci prije prve ovulacije. U prvoj godini nakon menarhe, 80% menstruacija ne uključuje ovulaciju
- › Unutar ženskog tijela površina vagine otvrđnjava.
- › Grlić maternice počinje proizvoditi sluz koju vagina ispušta. To je normalno i sluz je znak prirodne promjene vezane uz plodnost i menstruaciju.
- › Djevojke, takođe, doživljavaju ubrzan rast, proširenje zdjelice i kukova, masno tkiva se povećava, a koža postaje masnija, čime se povećava vjerovalnoća izbjivanja akni.
- › Kao i dječaci, i djevojčice otkrivaju promjene u svojim osjećajima i interesima tokom puberteta.

**Pubertet kod dječaka**

Za dječake pubertet obično počinje u dobi između 10-te i 13-te godine života, par godina kasnije nego za djevojčice. Dječaci obično završe pubertet u kasnim tinejdžerskim ili ranim dvadesetim godinama, kad je koštani rast završen. Kao i djevojčice, dječaci pored promjena vezanih za svoje tijelo, takođe otkrivaju promjene u svojim osjećajima i interesima tokom puberteta. Fizičke promjene kod dječaka dešavaju se sljedećim redoslijedom:

- Mozak tj. hipotalamus počinje da proizvodi i u krvotok pušta hormone koji dovode do rasta testisa. Takođe se u krvotok puštaju hormoni nakon što dođu do testisa i podstiču lučenje muškog polnog hormona tj. testosterona.
- Testisi i penis takođe u ovoj fazi prolaze kroz promjene. Prvo dolazi do rasta testisa, da bi godinu nakon toga započeo proces rasta penisa. Epididimis, sjemenovodi, sjeme kesice i prostata će nastaviti svoj razvoj kroz nekoliko narednih godina.
- Povećana količina testosterona u tijelu dovodi do ubrzanog rasta dlaka, kostiju, mišića kao i ostalih dijelova tijela. Kod dječaka se zbog promjena u lučenju testosterona formiraju duže i teže kosti, veća mišićna masa, tanja i čvršća koža, dublji glas, rasu pubične dlake, pojavljuju se dlake na licu i prsimu, intenziviraju se seksualni nagoni te se metabolizam znatno ubrzava.
- Koža postaje masnija, čime se povećava vjerovatnoća od akni, problema s kožom. Oko polovina dječaka ima iskustvo neznatnog privremenog rasta grudi, koje nestaje za godinu ili dvije.
- Spermatogeneza započinje otprilike u 12-toj godini života, no prva ejakulacija i potpuni razvoj sperme slijedi tek godinu ili godinu i po nakon.
- Intenzivira se lučenje hormona koji podstiču formiranje spermatozoida, te kontinuirano lučenje testosterona ubrzava sazrijevanje dječaka u muškarca.

Muškarci redovno imaju erekcije tokom spavanja, a oko 80% muškaraca povremeno ejakulira. Ovakva ejakulacija naziva se noćna emisija ili „mokri san“. Mokri snovi su česti tokom puberteta, ali odrasli muškarci takođe ih mogu imati. Mokri snovi (i masturbacija) nisu štetni na bilo koji način.

**Radionica 18:****Oblikovanje tijela****TRAJANJE:**

45 minuta

**CILJEVI RADIONICE:**

- Učenici u svojim kulturama identificuju idealan izgled za muškarce i žene i ispituju prakse kojima se ljudi podvrgavaju kako bi svoje tijelo učinili bliži ovim idealima
- Učenici uče o posljedicama takvih praksi po njihovo zdravlje
- Učenici preispituju pritisak prilagođavanja kulturoški uslovjenim idealima izgleda
- Jačanje vještina kritičkog razmišljanja učenika

**POTREBNI MATERIJALI:**

Tabla i kreda

**IZVOĐENJE RADIONICE:****1) Predstavite temu sa sljedećim pitanjima:**

- Koji su to pritisci s kojima se djevojčice i dječaci susreću kako bi izgledali na određen način?
- Da li su ovakvi idealni izgledi realni za većinu nas ili su jednostavno idealizovani?
- Kako se osjećaju mlađi ukoliko ne ispunjavaju te ideale?
- Šta je to što ljudi čine (ili što čine njihova djeca) kako bi ispunili norme idealne privlačnosti? Na primjer, šta to čine s kosom, kožom, oblikom tijela? (Napišite odgovore na tabli)

**2) Dodajte sve dodatne prakse o kojima želite razgovarati sa sljedećeg popisa:**

- Pretilost ili ekstremna dijeta
- Ekstremni bodybuilding
- Potamnjivanje ili izbjeljivanje kože
- Nanošenje šminke i laka za nokte
- Piercing i tetoviranje
- Brijanje ili uklanjanje dlaka
- Ispravljanje, kovrčanje ili bojenje kose
- Plastična kirurgija
- Sakaćenje ili obrezivanje ženskih genitalija \*

**3) Pitati učenike sljedeća pitanja:**

- Šta mislite o praksama ponašanja na ovom popisu?
- Koje prakse su bezazlene, a koje mogu biti štetne?
- Šta bi ljudi u našoj zemlji rekli za neke od praksi koje su navedene? Da li postoje one koje nisu prisutne u našoj zemlji?
- Odakle dolaze ti ideali? Jesu li žene, kada je njihov izgled u pitanju, pod većim pritiskom od muškaraca da slijede društveno očekivani ideal izgleda tijela? Ko ima koristi i ko je oštećen u tom procesu? Kako ovaj pritisak može uticati na samopoštovanje?
- Koliko je važno zaustaviti štetne prakse uključujući promjene tijela? Koju praksu smatrate da treba zaustaviti?
- Kako ste odrastali, je li vam to netko rekao da je praksa opasna i treba je zaustaviti?
- Jeste li podijelili svoje znanje i osjećaje o tome s nekim drugim?
- Kako to možete učiniti?

**ZAKLJUČAK RADIONICE:**

Mnogi dječaci i djevojčice tokom puberteta osjećaju se nezadovoljno i zabrinuto izgledom svog tijela i osjećaju pritisak društva da se prilagode i odgovore na društvena očekivanja. Svako tijelo je pre-

divno i univerzalno. Mlađi ljudi treba da budu oslobođeni osjećaja da postoji društveni ideal kojem treba da se prilagode ili da ga u potpunosti ispunе.

## Radionica 19:

### Promjene tijela

**TRAJANJE:**

45 minuta (jedna ili dvije sesije)

**CILJEVI RADIONICE:**

- > Učenici opisuju osnovne fizičke promjene u pubertetu
- > Jačanje timskog rada i prezentacijskih vještina kod učenika

**POTREBNI MATERIJALI:**

- > Pomagala kojima ćete napraviti i vezati knjige (papir, markeri, posteri, igla, konac)
- > Pouzdan informativni materijal/bilten o pubertetu kod dječaka i kod djevojčica (prateći materijal u ovoj knjizi)

**PRIPREMA:**

Pregledati i upoznati se s materijalom / biltenom o pubertetu, tako da možete dopuniti ili ispraviti učeničke „kreacije“. Fotokopirajte vaš bilten o pubertetu kod dječaka i pubertetu kod djevojčica.

Ako je moguće, istražite aranžmane za svoje učenike da predstave svoje kreacije učenicima pred adolescencijom.

**IZVOĐENJE RADIONICE:**

Objasnite da je ovo lekcija o fizičkim promjenama koje se javljaju tokom puberteta. Pitajte učenike sljedeća pitanja:

- > Koje je primjereno doba za učenje o učincima puberteta na tijelo - nakon ulaska u pubertet ili ranije? Da li većina djece uči dovoljno o tome šta mogu očekivati od puberteta?
- > Kreiraćete materijal o pubertetu za mlade koji će uči u pubertet za godinu ili dvije. Radićete u grupama po troje. Vaša grupa trebala bi se sastojati samo od djevojčica ili dječaka. Ako je grupa ženska, onda će predstaviti promjene povezane s pubertetom koje doživljavaju djevojčice. Muške grupe predstaviće pubertet iz ugla dječaka.
- > Prezentujte informacije na bilo koji način koji vam se dopada. Na primjer, možete stvoriti hip-hop stihove, dječje knjige ili poster ili izmisliti i odgovarati na pismo mlađeg djeteta naslovljeno s „Dragi doktore“ u novinskoj kolumni. Budite kreativni! Možete koristiti humor, rimu, ples ili ilustracije. Međutim, informacije koje prezentujete moraju biti tačne i korisne. [Ako su aranžmani napravljeni, objasnite učenicima da će predstaviti svoje kreacije grupi mlađih učenika.]

Napravite grupe od tri učenika i izradite informativne biltene. Učinite dostupnim umjetnička pomagala. Recite grupi da imaju 25 minuta. Ako ste aranžirali prezentaciju za mlađe učenike, učinite da podsjetnik sa sesije cirkuliše i dogovorite se sa svakom grupom o njihovom završenom radu prije odobrenja za njegovu prezentaciju. Pomozite ispraviti ili popuniti bilo koje informacije koje su netačne ili koje nedostaju.

Ako će prezentacija biti izvršena među vršnjacima u razredu, zamolite grupu da prezentuje svoj rad kako vrijeme dopušta tokom ove sesije i zamolite da ostatak prezentuju na sljedećem sastanku razreda. Angažujte druge učenike pri pomaganju oko ispunjavanja informacija koje nedostaju ili su netačne. Na kraju sesije, proslijedite ostatak informativnog biltena o pubertetu, tako da svaki učenik ima jedan list za „pubertet i djevojke“ i jedan za „pubertet i dječaci.“

## Radionica 20:

### Pubertet: Šta još očekivati?

**TRAJANJE:**

45 minuta

**CILJEVI RADIONICE:**

- > Učenici analiziraju društvene promjene koje dječaci i djevojčice doživljavaju tokom puberteta
- > Učenici istražuju tri načina na koja se rodne uloge mijenjaju tokom puberteta i kritički procjenjuju uticaj tih promjena na djevojčice, dječake i rodne odnose
- > Jačanje vještina kritičkog razmišljanja kod učenika

**POTREBNI MATERIJALI:**

- > Tabla i krede
- > Papirne vrećice

**PRIPREMA:**

Kopirajte svaku od „promjena“ kao informaciju i ključni odgovor za nastavnike/ca na zaseban komad papira, presavijte i stavite u omotnicu. Pogledajte promjene u koraku 3 i modifikujte ili dodajte promjene da bi opisali kako mlađi ljudi u vašoj sredini proživljavaju promjene dok se približavaju adolescenciji.

Upoznajte se s temom objašnjavajući sljedeće:

- > Svi mlađi ljudi doživljavaju promjene ulaskom u pubertet i adolescenciju. Neke od tih promjena su dio prirodnog fizičkog razvoja. Druge nisu fizički razvoj, nego promjene u načinu na koji se ljudi odnose prema vama.
- > Ja ću hodati okolo i pitati neke od vas da otvorite komad papira, čitate naglas i kažete nam da li je to što čitate fizički razvoj koji se događa mlađima širom svijeta ili je promjena u načinu kako društvo tretira mlađe ljude kada dosegnu pubertet i adolescenciju. [Ako niste pripremili papiriće sa navedenim promjenama, pročitajte sami promjene iz popisa „Promjene povezane s pubertetom i adolescencijom“, nasumično odbirući promjene s oba popisa.]
- > Ostatak ove aktivnosti će detaljnije ispitati načine na koji su mlađi ljudi često tretirani kada dosegnu adolescenciju. Ne govorim o promjenama u vašem tijelu.

Napišite **PROMJENE U NAČINU NA KOJI SE LJUDI MOGU ODNOSETI PREMA VAMA** na vrhu table. Ispod toga, pišite za dječake na jednoj strani table a za djevojčice na drugoj strani. Objasnite sljedeće:

- > Šta se događa s mlađim ljudima kada dosegnu adolescenciju? Da li ih ljudi tretiraju drugačije?

Pošto smo detaljnije ispitali te promjene, želim da mi kažete da li se one odnose na djevojčice ili na dječake. Ako se odnose na sve, recite mi da li one utiču na djevojčice i dječake na isti način ili drugačije (i kako).

Pročitajte svaku stavku liste na sljedećoj stranici (nakon što ste je pregledali / modifikovali) i pitajte učenike da li se odnose na dječake, djevojčice ili se odnose na oboje. Ako postoji neslaganje, stavite, raspravite i zapišite tu stavku pod Dječaci, Djevojke ili oboje.

**Adolescencija: Promjene u načinu kako vas ljudi mogu tretirati**

- > Više slobode kretanja na javnim mjestima (ulice, parkovi, društveni domovi, šoping područja)
- > Manje slobode kretanja na javnim mjestima
- > Više kućanskih odgovornosti (kao što su poslovi u domaćinstvu ili briga za djecu)

- > Više odgovornosti u zarađivanju novca
- > Više pritisaka zbog oblačenja koje pokriva dijelove tijela ili ga otkriva
- > Više društvenog miješanja između dječaka i djevojčica ili manje miješanja između dječaka i djevojčica
- > Rituali zrelosti sa štetnim posljedicama (kao što je sakaćenje ženskih genitalija)
- > Rituali zrelosti bez štetnih posljedica
- > Povećani društveni pritisak da se stekne seksualno iskustvo
- > Povećani društveni pritisak radi priprema za brak
- > Veće prilike za vodstvo u školi i u zajednici
- > Društveni pritisak za uspjeh u sportu
- > Veća vjerovatnoća ispisivanja iz škole u pojedinim porodicama
- > Izloženost seksualnom uznenimiravanju
- > Pritisak za pridruživanje bandi/devijantnoj grupi
- > Pritisak za usklađivanje sa rodnom ulogom preuzimanjem rizičnih poduhvata
- > Pritisak zbog polnih odnosa u zamjenu za potklone, novac ili školarinu

Podijelite učenike u male grupe dječaka i djevojčica. Zamolite ih da raspravljaju o tome kako se rodne uloge i životi mladih ljudi mijenjaju sa

#### UPUTSTVA ZA FACILITATORE:

Kopirajte svaku stavku s grafičkim oznakama na posebni komad papira. Presavijte i stavite u omotnicu. Ako je potrebno, koristiti ove stranice kao ključni odgovor kako bi se osiguralo da učenici

#### PROMJENE U TIJELU

- > Povećani rast dlaka na tijelu povećava znojenje
- > Rast grudi (kod djevojčica)
- > „Mokri snovi“ (kod dječaka)
- > Glasovne promjene (kod dječaka)
- > Povećanje ukupnog rasta, potreba za dodatnom prehranom, povećanje seksualnih osjećaja
- > Menstrualno krvarenje / izlučivanje vaginalne tečnosti (kod djevojčica)

#### PROMJENE U TOME KAKO SE LJUDI ODNOSE PREMA VAMA

- > Nove prilike za vođstvo u školi i zajednici
- > Rituali zrelosti
- > Promjene u nadležnosti
- > Novi pritisci koji se odnose na seksualnu aktivnost
- > Novi pritisci vezani uz brak
- > Nova pravila o oblačenju
- > Nova pravila o društvenom miješanju dječaka i djevojčica
- > Promjene u količini dopuštene slobode

pubertetom i adolescencijom, pitajte konkretno sljedeća pitanja:

- > Mogu li promjene u društvenim očekivanjima i iskustvo koje mladi ljudi susreću u pubertetu biti prilično dramatični ili manje od toga?
- > Šta možete reći o tome sa čim se dječaci susreću u pubertetu? Sve u svemu, da li se njihova sloboda širi ili smanjuje? Da li ta iskustva gube značaj nakon puberteta ili mogu uticati na život osobe u odrasloj dobi?
- > Šta možete reći o tome sa čim se djevojke susreću u pubertetu? Sve u svemu, da li se njihova sloboda širi ili smanjuje? Da li ta iskustva gube značaj nakon puberteta ili mogu uticati na život osobe u odrasloj dobi?

Okupite cijelu grupu opet zajedno i pitajte:

- > Mogu li stvari biti drugačije? Je li moguće živjeti na način koji bi bio bolji ili pravedniji? Koji je tvoj pogled na to?
- > Imenuj jedan od načina na koji društvo može dopustiti mladima bolje iskustvo puberteta i adolescencije

**Domaća zadaća:** Pisanje dva kratka pisma: „Obecanje mojoj budućoj kćeri“ i „Obecanje mom budućem sinu“. To što ste napisali treba se temeljiti na današnjoj raspravi.

**Resursni materijal:** *Promjene povezane s pubertetom i adolescencijom*

ispravno razlikuju da li je svaka promjena biološka (tjelesna) ili društvena (u tome kako se ljudi odnose zavisno o polu).

## Radionica 21:

### Zanimljive činjenice o tijelu

#### TRAJANJE:

- > Koraci 1-2: 20 minuta
- > Koraci 3-5: 25 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Povećanje interesa učenika o reproduktivnoj biologiji
- > Povećanje znanja učenika o ljudskoj reprodukciji
- > Učenici gledaju i uče „zanimljive činjenice“ o tijelu i reprodukciji

#### POTREBNI MATERIJALI:

- > Primjerak ukrštenice, za svakog učenika radni materijal „Zanimljive činjenice“ i materijal za nastavnike/ce
- > Pouzdan izvor informacija o reproduktivnoj biologiji

#### PRIPREMA:

Pregledati materijal pažljivo, posebno onaj o menstrualnom ciklusu, muškim i ženskim seksualnim i reproduktivnim sistemima, reprodukciji i trudnoći, neplodnosti i potpomognutoj oplodnji. Odlučite

da li ćete zadržati odgovore iz ukrštenih riječi na tom materijalu. Odlučite da li ćete uključiti sve „zanimljive činjenice“ ili ukloniti neke od njih zbog vremena ili sadržaja.

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

- Predite ukrštene riječi i objasnite sljedeće:
- > Učili smo osnovne stvari uključene u ljudsku reprodukciju. Za pregled, pročitaj svako pitanje i stavi u polje tačnog odgovora u ovoj ukrštenici.
  - > Svaki odgovor mora odgovarati određenom broju polja
  - > Tamo gdje se vertikalni odgovor ukršta s horizontalnim oba će dijeliti polje s istim slovom.

Nakon 10-15 minuta, pregledajte tačne odgovore šetajući po prostoriji. Podijelite materijal „Zanimljive činjenice“. Objasnite sljedeće:

- > Sada ćemo naučiti više činjenica o ljudskom tijelu. Većina od njih su o reprodukciji, ali neke su samo zanimljive činjenice o tijelu
- > Uzmite oko pet minuta da pročitate popis fascinantnih činjenica. Zatim zaokružite činjenicu za koju mislite da je najzanimljivija
- > Okrenite se ka dvoje ljudi koji sjede blizu vas i vidite

- > Koliko vas je utvrdilo da ste zaokružili iste stvari? Različite? [dizanjem ruku]
- > Koliko vas je naučilo bar jednu novu informaciju?

Pitajte učenike koju činjenicu drže osobito zanimljivom. Zatim nakratko pružite dodatne informacije o toj činjenici iz *Materijala za nastavnike*. Gdje je to moguće, koristite pitanja pokušavajući izvući dodatne informacije od učenika.

Ako vrijeme dopusti, kada stignete do činjenice broj 15, zamolite učenike da formiraju parove i da pomognu jedni drugima uporediti odnos ruku i vise. Objasnite da se ovo ne odnosi direktno na reprodukciju, ali je sve to dio znanja o vlastitom tijelu.

Prilagođeno iz *Moje tijelo koje se mijenja*, zahvaljujući Institutu za reproduktivno zdravlje ([www.irh.org](http://www.irh.org))

**Zanimljive činjenice o tijelu**

Koje činjenice smatrate najviše nevjerovatnim i zanimljivim? Pročitajte popis nevjerovatnih činjenica. Zaokružite one za koje mislite da ih je stvarno vri jedno znati.

**RADNI MATERIJAL: Ukrštenica reproduktivnog sistema**

Čitajte svako pitanje i ispunite tačan odgovor. Vaš odgovor mora stati u tačan broj polja. Tamo gdje se vertikalni odgovor ukršta s horizontalnim oba će dijeliti polje s istim slovom.

5. Mjesto gdje se dijete razvija

10. Snažno oslobođanje sjemena iz penisa

**„Zanimljive činjenice“ – dodatne informacije**

1. Mnoge žene smatraju da imaju više interesa za seks za vrijeme plodnih dana menstrualnog ciklusa.	To povećanje seksualne želje pomaže da se seks događa u trenutku najkorisnijem za osiguranje produžetka vrste. (Raspravljati u kontekstu evolucije.)
2. Među parovima koji ne mogu imati dijete, uzrok neplodnosti može podjednako ležati i na ženskoj i na muškoj strani.	U nekim sredinama, žene se krive za neplodnost, jer muškarci ne shvataju da problem može biti na njihovoj strani. Određivanje tačnog uzroka neplodnosti je često teško.
3. Dužina tankog crijeva u ljudskom tijelu (lat. intestinum) je oko sedam metara.	U tijelu, zavojnice tankog crijeva grupišu se u malom prostoru.
4. Razvoj sperme se odvija u testisima (koji se nalaze u skrotumu). Pravilan razvoj sperme zahtijeva temperaturu hladniju od normalne tjelesne. Budući da se testisi nalaze izvan tijela, održava se ta hladnija temperatura.	Konstantna toplina oko testisa (na primjer, rad kod peći ili čak nošenje uskih hlača i donjeg rublja koje povećava tjelesnu temperaturu skrotuma i testisa) može smanjiti broj spermija. (Vidi takođe info o muškim polnim i reproduktivnim sistemima.)
5. Iako su žene plodne samo nekoliko dana svakog menstrualnog ciklusa, muškarci su plodni kontinuirano od puberteta napred.	Kako osobe stare, plodnost se postepeno smanjuje. (Vidi takođe info o menstrualnom ciklusu.)
6. Normalan broj spermija je nekoliko desetaka miliona u svakom ejakulatu.	Spermatozoid se razvija i sazrijeva između 65- 75 dana.
7. Ljudsko tijelo proizvodi oko litru sline svaka 24 sata.	Osim vode, slina sadrži hemikalije, uključujući i enzime koji se koriste za razgradnju hrane.
8. Žena ili djevojka može znati kada je ovulacija promatrujući jednostavne promjene u sluzi koja izlazi iz njezine vagine. Na taj način, ona može znati kada je plodna (kada može zatrudnjeti) i može predvidjeti dan početka menstruacije.	Ako žena zna kada ovulira, ona može koristiti ove informacije ili da poduzme mјere kako bi izbjegla trudnoću ili da pokuša zatrudnjeti. (Vidi takođe info o menstrualnom ciklusu.)
9. Više od 50% ljudskog tijela čini voda.	Vaš najveći organ je vaša koža!
10. Oblik trudničnog stomaka nema nikakve veze sa polom djeteta.	Proučavanja trudnica nisu pronašla nikakvu vezu između oblika stomaka i pola djeteta.
11. Pred kraj trudnoće, zglobovi ženinih kukova popuštaju. To omogućava proširenje zdjelice, što čini lakšim kretanje djeteta kroz zdjelično područje.	Ponekad žena mora biti oprezna s kretanjem u kasnoj trudnoći, jer popuštanje zglobova može učiniti da se osjeća nesigurno. (Provjeriti info o porodu i dojenju.)

8. Vrijeme u životu kada ženina menstruacija prestaje

9. Kanali koji povezuju jajnike i maternicu

Oplodnja se odvija ovdje (množina)

1. Ispuštanje sjemena za vrijeme spavanja (dvije riječi)

2. Puštanje jajaščeta iz jajnika

3. Mjesto gdje se proizvodi sperma

4. Gusta tekućina koja se ispušta iz penisa tokom ejakulacije

6. Proces u kojem se dječe tijelo brzo razvija u odraslu osobu i dobija mogućnost reproduciranja

7. Očvršćenje penisa

12. U rijetkim slučajevima, žena oslobođa dva jajaščeta, a ne jedno. Ako su oba oplodjena, razvit će se bratski (neidentični) blizanci. Ako se jedno jaje oplodi, a zatim prolazi kroz dodatne ćelijske diobe u vrlo ranoj fazi, razviće se identični blizanci.

13. Većina dječaka imaju „mokre snove“ tokom puberteta.

14. Pol fetusa određuje spermij oca, a ne jašće majke.

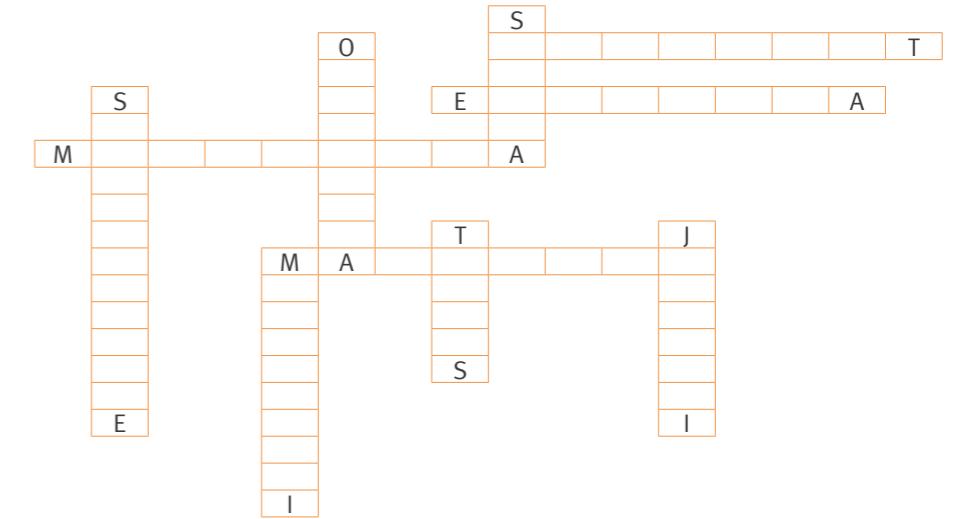
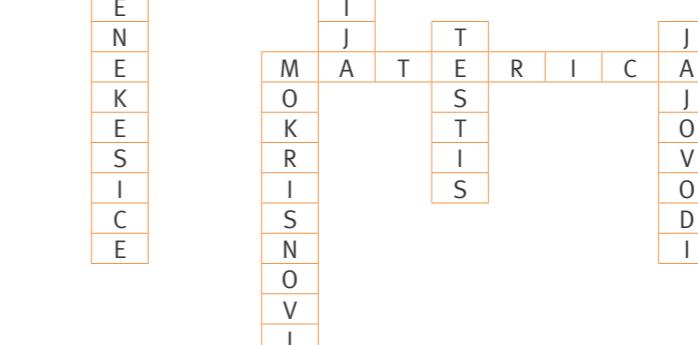
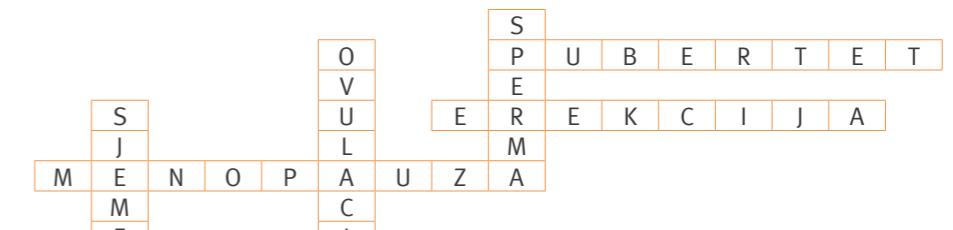
15. Dužina vaših raširenih ruku (raspon ruku) jednaka je visini vašeg tijela.

Dvojajčani blizanci imaju gene kao bilo koja dva djeteta rođena od istih roditelja, ali jednojajčani blizanci dolaze iz istog jezgra. Imaju gotovo identičan DNA (gene). (Provjeriti info o razmnožavanju i trudnoći.)

„Mokri san“ (koji se još naziva noćna emisija) pojavljuje se kada dječak ili muškarac ejakulira dok spava. Mokri snovi su potpuno normalni i nisu štetni na bilo koji način.

U nekim sredinama, žene su pod kulturnim pritiskom zbog rađanja sinova. Ali očeva sperma određuje pol djeteta. Embrija prima hromozom X od majčinog jajaščeta i bilo X ili Y hromozom od sperme oca. Ako sperma ima X hromozom, embrion će imati XX hromozome i biti ženskog roda, aко sperma ima Y hromozom, embrion će imati XY i biti muško. (Vidi takođe info bilten o razmnožavanju i trudnoći.)

Provjeri!

**Primjer ispunjenih ukrštenih riječi**

## ✿✿ Radionica 22:

### Činjenice o polno prenosivim infekcijama (PPI)

#### ⌚ TRAJANJE:

- > Koraci 1-3: 40 minuta
- > Koraci 4-6: 40 minuta

#### 📍 CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici prave postere koji prikazuju važne informacije o polno prenosivim infekcijama, uključujući HIV i AIDS
- > Učenici opisuju kako se polno prenosive infekcije prenose te na koji način se može spriječiti prenošenje
- > Povećanje svijesti učenika o važnosti testiranja i liječenja

#### 📝 POTREBNI MATERIJALI:

- > Papiri i olovke
- > Makaze
- > Selotejp traka
- > Flipčart (Flipchart) papiri

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Objasnite da je ovo lekcija o polno prenosivim infekcijama - koje se nazivaju i PPI - uključujući i HIV i AIDS. Podijelite razred u četiri polno mješovite grupe. Dodjeljite svakoj skupini temu s popisa (ili im omogućiti da izaberu, pokušajte pokriti sve teme).

Objasnite:

- > U svojoj grupi ćete napraviti informativni poster o temi. Upotrijebite maštu!
- > Budite temeljiti što je više moguće. Uključite informacije o testiranju, liječenju i prevenciji. Možete koristiti materijal iz resursa. U nekim slučajevima (kao što je poster o „mitovima“) možete razgovarati s drugaricama i drugovima iz razreda radi razmjene ideja.

Distribuišite faktografske materijale i pomagala za postere. Podsetite učenike da uzmu oko deset minuta za prikupljanje svojih podataka, deset minuta za diskusiju i planiranje postera i 15 minuta za izradu postera. Dostaviti ih grupama za podršku, dok istražuju, raspravljaju i izrađuju svoje postere. Ako ne završe postere, produžite im vrijeme ili im recite kada ga mogu dobiti za njihovo dovršenje.

*Na naknadnoj sesiji:*

Ako je potrebno, dopustite grupama kratko vrijeme za dovršetak njihovih postera. Zamolite svaku grupu da iznese svoj poster i preuzme pitanja iz razreda. Izložite postere u razredu onoliko dugo koliko je to moguće.

#### TEME POSTERA

- > Mitovi o PPI
- > Mitovi o dvostrukoj zaštiti od HIV-a i AIDS-a
- > Pet važnih činjenica o HIV-u i AIDS.
- > Šta je hlamidija?
- > PPI i pol
- > Kako hlamidija i gonoreja utiču na buduću plodnost?
- > HPV i herpes: dvije važne polno prenosive infekcije
- > Šta je infekcija reproduktivnog trakta?



# Oblast: Nasilje i nezdravi odnosi

## Radionica 23:

### Mladi protiv nasilja

#### TRAJANJE:

90 Minuta (dva školska časa)

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici se upoznaju sa definicijom i različitim vrstama nasilja
- > Učenici uče i identificiraju različite vrste nasilja kroz primjer/priče
- > Učenici diskutuju o psihološkim i drugim posljedicama nasilja
- > Razvijanje analitičkih vještina kod učenika

#### POTREBNI MATERIJALI:

- > Radni materijal *Primjeri nasilja*
- > Radni materijal *Vrste nasilja*
- > Radni materijal *Posljedice nasilja*

#### NAPOMENA ZA NASTAVNIKE/CE I VRŠNJAČKE EDUKATORE:

Pojedini učenici radionice mogu određeno nasilno ponašanja posmatrati kao normalni dio odrastanja i moguće je da će takva ponašanja „braniti“ kao ne-nasilna. Važno je da kroz radionicu otvoreno razgovarate o osjećanjima koja se mogu javiti kao posljedica nasilja i koristeći taj pristup, učenicima objasnite da je nasilno ponašanje svaki vid ponašanja koji je usmjeren protiv određene osobe, čineći štetu i otvarajući prostor za posljedice koje mogu ostaviti cjeloživotni trag, čak i onda kada se radi o davanju nadimaka, a što mnogi vide kao zezanje, a ne nasilje.

Edukatori vršnjaka moraju biti spremni na mogućnost da neko od učenika radionice, identificuje se kao žrtva određene forme nasilja. U tom slučaju, predložite učesniku/ci da nakon radionice sa vama porazgovara o tom pitanju (ne pred grupom). Važno je da tokom razgovora edukator/ka vršnjaka objasni da su nastavnici u školi prošli dodatne obuke i da će mu/joj pružiti punu podršku. Važno je da razgovor sa pedagogom/icom predstavite kao dobru opciju, ali nemojte stvarati utisak nagovaranja ili prisiljavanja osobe da razgovara sa stručnom osobom. Tokom razgovora pitajte osobu da li je o tome razgovarala sa školskim osobljem, ako ne, pitajte da li osoba želi da zajedno odete i razgovorate sa osobljem škole o situaciji u kojoj se osoba nalazi. Ne bi trebalo ulaziti u dublju komunikaciju o tome šta se desilo kako bi se izbjegla reviktimizacija žrtve nasilja. Reviktimizacija je ponovno proživljavanje situacijske kojoj je osoba bila izložena.

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Pozdravite učenike i zahvalite se na dolasku na radionicu. Ukratko se osvrnite na prethodne radionice (ukoliko je ovo nastavak edukacije) i objasnite da će danas razgovarati o nasilju i posljedicama nasilja. Prije nego što krenete sa prvom tematskom aktivnosti, objasnite učenicima da je *nasilje prisutno u mnogim formama i da istraživanja u BiH pokazuju da je u osnovnim i srednjim školama najprisutnije psihološko nasilje*. Ista istraživanja pronalaze da učenici ne prepoznaju ogovaranja, ismijavanje, ponižavanje, nazivanje pogrdnim imenima i sl. kao nasilno ponašanje. Upravo su te forme nasilja najpogubnije i ostavljaju vrlo ozbiljne posljedice.

#### Asocijacije na nasilje

Učenike zamolite za pažnju i ponovite riječ **NA-SILNO PONAŠANJE**. Zamolite ih da razmisle o tom izrazu i da svako od njih navede asocijaciju na ponašanja koja se mogu svrstati u nasilje (ponudite primjer: ogovaranje i ismijavanje). Odgovore pišite na tablu ili flipchart (flipchart) tablu (važno je da zapišete svaki odgovor!). Moguće je da učenici ponove asocijaciju koju je neko od učenika prethodno predložio.

#### Tri pozicije u odnosu na nasilje

Objasnite da je nasilje situacija u kojoj postoje tri sljedeće pozicije:

- > Pozicija osobe koja vrši nasilje
- > Pozicija osobe koja je izložena nasilju
- > Svjedoci nasilja

Zatim objasnite da svjedoci nasilja mogu biti na strani nasilnika, neutralni posmatrači i na strani osobe koja je izložena nasilju. *Naglasite da su istraživanja pokazala da svjedoci nasilja imaju najveću snagu da zaustave nasilje, ali i da ga podrže*. Pitajte učenike na koji način svjedoci mogu podržati nasilje? Zatim pitajte učenike na koji način svjedoci mogu zaustaviti nasilje. Objasnite učenicima da će tokom narednih radionica govoriti o tome kako svako od nas može doprinijeti da se nasilje sprječi ili zaustavi.

Sada se na trenutak zadržite na svjedocima nasilja koji ignoriru nasilje ili se pridružuju osobi koja vrši nasilje kroz odobravanje čina koji radi. Ako se ostali učenici smiju dok neko vrši nasilje nad drugom osobom, da li ih možemo svrstati u one koji

podržavaju nasilje? (odgovor je da, jer navijanje za osobu koja vrši nasilje znači odobravanje nasilja i podršku nasilju koje sprovodi).

Pitajte šta je sa osobama koje svjedoče, a ne reaguju. Kako to utiče na osobu koja je izložena nasilju, a vidi da niko na primjer u razredu ne staje na njenu/njegovu stranu? Da li i u tom slučaju možemo zaključiti da osobe koje ignoriru nasilje, prečutno odobravaju čin nasilja?

#### Prepoznamo nasilje

Učenike podijelite u četiri grupe i svakoj grupi dajte jednu od studija slučaja radnog materijala *Primjeri nasilja*. Zamolite svaku grupu da unutar grupe pročitaju slučaj koji im je dodijeljen i da odgovore na pitanja koja se nalaze ispod primjera nasilja. Učenicima dajte 10 minuta da odgovore na zadatak.

Zamolite svaku grupu da prezentuju zaključke do kojih su došli. Prezentacije učenika ne bi trebale trajati duže od 2 minute po grupi. Obratite pažnju da li je svaka grupa identifikovala sve forme nasilja koje se nalaze u slučaju koji im je dodijeljen.

#### Napomena za edukatore/ke vršnjaka

Na tablu zapišite svaki oblik nasilnog ponašanja koji su učenici navodili tokom prezentacija. Odgovori učenika, zajedno sa „asocijacijama“ sa početka radionice, potrebni su vam za izvođenje posljednje aktivnosti! Svakoj grupi sada dajte radni materijal „*Vrste nasilja*“.

Prije nego učenici nastave raditi u timovima, prezentujte radni materijal *Vrste nasilja* i objasnite značenje svakog izraza i ponašanja koja ulaze u kategoriju svakog od navedenih oblika nasilja:

- > **Fizičko nasilje (FN)** za posljedicu ima podjednako kratkoročnu i dugoročnu štetu. Fizičko nasilje može dovesti do ozbiljnih povreda, a ono što je specifično je da svaki vid fizičkog nasilja prati i psihološki efekt, pa je to još jedna posljedica fizičkih oblika nasilja. Uključuje udaranje, guranje, podapinjane, odguravanje, štipanje i oštećivanje imovine.
- > **Verbalno nasilje (VN)** Ponekada može započeti kao bezazlen akt, no vrlo lako može eskalirati do nivoa koji ozbiljno utiče na izloženu osobu. Verbalno nasilje može dovesti do ozbiljnih po-

sljedica, posebno ukoliko je kontinuirano i uko-liko izložena osoba osjeća da joj niko ne pruža podršku. Uključuje nazivanje imenima, uvrede, zastrašivanje, zadirkivanje, homofobne i nacio-nalističke etikete i verbalno zlostavljanje.

- › **Socijalno nasilje (SN)** često se naziva relacijskim nasiljem ili „prikrivenim nasiljem“ jer ga je često teže otkriti i može se provoditi iza leđa osobe koja mu je izložena. Namjera koja stoji iza ovog vida nasilja je želja da se naruši nečijii socijalni status, reputacija ili da se osoba ponizi.

Socijalno nasilje uključuje

- » Laganje i širenje glasina
  - » Negativne facialne i tjelesne ekspresije, prijeti ili prezirući pogledi
  - » Zbijanje šala sa namjerom da se osoba osramoti ili ponizi
  - » Nepristojna mimika usmjerenata na drugu osobu
  - » Nagovaranje drugih da socijalno isključe drugu osobu
  - » Nagovaranje drugih da ne prihvate osobu u društvo
  - » Narušavanje reputacije druge osobe ili njenog prihvatanja u društvu.

- › **Digitalno nasilje (DN)** je znatno složenije jer je osoba izložena nasilju mnogo duže nego je to slučaj sa drugim formama nasilja. Postavljanjem negativnih komentara, slika i drugih sadržaja, efekt nasilja traje sve dok su ti sadržaji online i dok su dostupni. To ostavlja devastirajući efekt na socijalnu reputaciju izložene osobe, te posljedice mogu biti mnogo izraženije. Srećom, nasilje na mrežama ostavlja trag pa je lako učiti u trag osobama koje koriste tehnologiju da povratak rijeđe drugu osobu. *Digitalno nasilje može biti direktno ili prikriveno ponašanje koje se temelji na upotrebni mobilnih telefona, tableta, kompjutera i softvera (software) kao što su društvene mreže, instant poruke, komentari na veb portala/stranicama i drugim onlajn platformama.* Digitalno nasilje se može desiti bilo kada. Može biti javno ili privatno i ponekada samo vidljivo od strane žrtve i osobe koja vrši nasilje. Digitalno nasilje uključuje:

- » Zloupotrebljavajući ili škodljiv tekst e-pošte ili postova, slika ili videozapisa
  - » Namjerno isključujući druge na mreži
  - » Trač ili glasine

## *Vrstе nasiља*

U nastavku radionice, učenicima podijelite radni materijal „*Vrste nasilja*“ i zamolite učenike da priču koju su analizirali unutar grupe svrstaju u kategoriju nasilja koja se pojavljuje u priči. U radnom materijalu navedena su različita ponašanja koja su podijeljena u četiri kategorije nasilja (*fizičko nasilje, verbalno nasilje, socijalno nasilje i digitalno nasilje*). Svaka grupa treba da na osnovu ponuđenih primjera, identifikuje sve forme nasilja zastupljene u slučaju koji im je dodijeljen.

Objasnite učenicima da kod nekih primjera postoji više skrivenih formi nasilja i da je zadatak učenika da ih identificuje. Ukoliko identificuju više formi nasilja (na primjer, verbalno i socijalno), važno je da to navedu. Dajte grupama 5 minuta da pročitaju tekst radnog materijala i unutar grupe odrede o kojoj formi ili više formi nasilja se radi. Takođe, zamolite svaku grupu da revidira prethodni zadatci i provjere da li su u odnosu na primjere različitih formi nasilja, a koji su navedeni u radnom materijalu identifikovali novu formu nasilja koju su prethodno izostavili (na primjer, širenje laži, ogovaranje, etiketiranje i sl.). Zamolite svaku grupu da prezentuju svoje zaključke.

#### Aktivnost: Posliedice nasilia

Napomena za edukatore vršnjaka: Ova aktivnost predstavlja nastavak radionice o posljedicama nasilja sa prethodne radionice. Kroz ovu aktivnost želimo podstaći učenike da razmišljaju o nasilju kroz prizmu posljedica, a ne forme nasilja. Zamolite učenike da nabroje različite forme nasilja, a na osnovu prethodne aktivnosti i radnog materijala. Obratite pažnju na obilje nasilja koje su učenici identifikovali kroz rad u grupama prethodne vježbe, ali i kroz asocijacije sa početka radionice. Potrebno je da kroz diskusiju dođete do sljedećih odgovora: ogovaranje, ismijavanje, širenje tračeva i lažnih informacija, odbacivanje, izolacija, izbacivanje iz grupe na društvenim mrežama, давање pogrdnih nadimaka, udaranje, guranje, seksualno nasilje, zlostavljanje, prisiljavanje. Ukoliko učenici zaborave neke od navedenih oblika nasilnog ponašanja, kroz interakciju dođite do formi nasilja koje su izostavili.

- » Uhođenje na društvenim mrežama i virtuelnom prostoru
  - » Oponašanje drugih korisnika putem interneta ili korišćenjem njihovog log-ina

*Primjer kako možete putem interakcije obuhvatiti dodatne forme nasilja koje su učenici izostavili:  
Postavite pitanje: Da li je ogovaranje nasilje? Da li je izolacija nasilje? Budite slobodni da pitate  
učenike jasno navodeći primjer nasilja koji su izostavili!*

Nakon što završite listu, pitajte učenike da svaki od navedenih forma nasilja postave u kategoriju od 1 do 5, gde je 1 bezazlen oblik nasilja dok je 5 na

teži oblik nasilja. Ove kategorije možete napisati na tabli ili flipčart (flipchart) papiru:

Nakon završetka aktivnosti, ohrabrite učenike da diskutuju o svojim izborima. Za svaku pojedinacnu formu nasilja na flipčartu (flipchart), pitajte učenike (važno je uključiti što veći broj učenika diskusiju):

- > Zašto mislite da je ovaj vid nasilja manje/više opasan?
  - > Koje su posljedice ovog vida nasilja? Kako utiče na osobu koja mu je izložena?
  - > Šta ako neku osobu nazivaju svaki dan pogromnim imenima, ili odbacuju tu osobu ili šikaniraju? Kako se ta osoba osjeća? Šta može uraditi Šta mogu uraditi osobe koje su u blizini (vršnjaci iz razreda)? Da li je ovo manje ozbiljno od fizičkog nasilja? Šta ako ogovaranje pređe u online prostor, na internet?
  - > Šta je zajedničko za sve oblike ponašanja koji odnosi se na osjećanja osobe koja je izložena nasilju?

**Zaključite:** Ne postoje blaže ili teže forme nasilja niti postoje forme nasilja koje su bezazlene. Sve forme nasilja negativno utiču na život osobe kojoj mu je izložena. Istraživanja su pokazala da i one forme koje su učenici smatrali bezazlenim (davanje nadimaka i ogovaranje) ostavljaju posljedice na osobu koja je izložena nasilju. Istraživanja su pokazala da u tim slučajevima osobe izložene nasilju postižu slabije rezultate tokom školovanja, to se odražava na njihovu akademsku budućnost i postizanje uspjeha, što se kasnije može odraziti na izbor i mogućnosti pronalaženja boljih poslova a u konačnici, sve skupa utiče na kvalitet života.

Da li možemo zaključiti da ono što smo maloprije svrstavali u kategoriju blažeg nasilja, ostavlja cijeloživotne posljedice. Ako da, postoji li zaista blaže i teže nasilje? Ili postoje blaže i teže posljedice? Ili trebamo potpuno zaboraviti korišćenje riječi blaže i teže, već napraviti drugačiju podjelu koja će nam pomoći da bolje razumijemo oblike ponašanja koji ugrožavaju sadašnjost i budućnost osobe koja im je izložena. Učenicima podijelite materijal *Posljedice nasilja* i zamolite ih da pročitaju sadržaj materijala.

**Zaključite:** Ljudi često težinu nasilja percipiraju kroz stepen štete i posljedica koje to nasilje ostavljala na osobe koje su mu izložene. No površno poznavanje nasilja i posljedica, često nas dovede u zabludu da pojedine oblike nasilja nazivamo „blažim formama“ nasilja. Pitajte učenike da li su prije ove radionice znali da se ogovaranje i davanje etiketa, koje često izgledaju bezazleno, mogu uticati na život neke osobe i sve što mu taj život može ponuditi. Sada kada znamo ove informacije, da li i dalje možemo reći da su ogovaranje i etiketiranje blage forme nasilja?

Završna diskusija – slažem se / ne slažem se (15 minuta)

U nastavku radionice, učenike zamolite da stanu na centralno mjesto u učionici. Učionicu prethodno podijelite na lijevu i desnu stranu, lijevu stranu obilježite papirom na kojem piše SLAŽEM SE, a desnú stranu sa papirom na kojem piše NE SLAŽEM SE. Prostoriju možete podijeliti tragom krede ili lje-

pljivom trakom koju lijepite po sredini prostorije. Objasnite učenicima da ćeće čitati tvrdnje i da je njihov zadatak da stanu na poziciju koja odgovara njihovom slaganju ili ne slaganju sa tvrdnjom.

Učenici nakon pročitane tvrdnje zauzimaju poziciju. *Pitajte tri ili više učenika obje pozicije zašto su zauzeli to mjesto.* Jako je važno da osobe koje su stale na „pogrešnu“ poziciju dobiju informacije u vezi ispravnosti određene tvrdnje. Koristite sljedeće tvrdnje:

- Pojedine forme nasilja „jačaju“ osobu kao ličnost tako da za te forme nasilja možemo reći da su korisne! **Netačno:** Sve forme nasilja su štetne i izloženost bilo kojoj formi nasilja, ostavlja posljedice.
- Nakon što se prvi put desi nasilje u vezi, velika je vjerojatnoća da će se desiti ponovo. **Tačno:** Istraživanja pokazuju da nasilje koje se jednom desi, ponoviće se u budućnosti.
- Na nasilje je najbolje i najefikasnije odgovoriti nasiljem! **Netačno:** Nasilje ne smije proizvoditi nasilje. U situacijama kada osoba na nasilje odgovara nasiljem, postoji rizik da nasilje eskalira, dok prijavljivanjem nasilja eliminišemo tu mogućnost. Sa druge strane, nasilje nije normalno ponašanje, a odlukom da na nasilje odgovorimo nasiljem, prihvatom takvo ponašanje kao normalno. Nasilje treba zaustaviti ili prijaviti.
- Većina muškaraca koji su nasilni prema svojim suprugama/djevojkama, odrasli su u nasilnim porodicama. **Tačno:** Istraživanja pokazuju da su osobe sklone nasilnom ponašanju, često osobe koje su odrastale u porodicama u kojima su svjedočili nasilju.
- Ogovaranje je oblik nasilja! **Tačno!**
- Postoje forme nasilja koje si doživio/la a koje su tebe učinile boljom i jačom osobom. **Netačno:** Nasilje osobu ne čini boljom, već tužnom i povrijeđenom. Mit je da osobe postaju bolje ili snažnije kao posljedica nasilja. Nasilje proizvodi štetu!
- Da li je postavljanje provokativnih komentar o drugoj osobi na Facebook ili Twitter oblik nasilja. **Da,** jer je namjera poniziti drugu osobu!
- Nasilje putem društvenih mreža ostavlja veće i kompleksnije posljedice od verbalnog (direktног) nasilja? **Da,** jer mu svjedoči mnogo veći broj ljudi i dešava se sve dok komentar dostupan na internetu (24 sata dnevno, 7 dana u sedmici).

➢ Žena treba da toleriše nasilje da bi održala porodicu na okupu. **Netačno!** Niko ne treba i ne smije da trpi nasilje!

➢ U redu je da muškarci plaču i pokazuju emocije pred drugima. **Tačno!** Ljudi su emotivna bića i sve emocije su normalne i prirodne. Ponekada nas društvo uči da sakrivamo emocije (na primjer, dječaci strah / na primjer, djevojčice ljutnja).

#### Završna aktivnost: Kampanja Iznad linije / Ispod linije

Trajanje: 30 Minuta

**Napomena za edukatore/ke vršnjaka:** U okviru kampanje *Iznad linije / Ispod linije*, svaki razred kreira poster koji će biti postavljen u razredu i koji će učenicima pomoći da naučene informacije sa prethodno održanih radionica primjene u izradi koncepta materijala koji će dodatno ohrabriti pozitivne obrasce ponašanja. Svaki učenik će na kraju procesa potpisati „poster“ sa porukama koje jasno naglašavaju koji su to oblici ponašanja koji su ispod linije tolerancije, a koji iznad linije.

Potrebni materijali:

- Radni materijal „Iznad linije/Ispod linije“
- Flipchart ili Hamer papir
- Markeri različitih boja
- Ljepljiva traka
- Opcionalno: Ilustracije

**Cilj aktivnosti:** Pomoći učenicima da razumiju koncept ponašanja iznad linije u odnosu na ona ispod linije te da se posvete promovisanju ponašanja iznad linije u svom razredu i školi.

#### Aktivnosti:

Podsjetite učenike na prethodne radionice, obratite pažnju na sve forme nasilja koje su učenici identificirali kroz igru *Asocijacije* sa početka radionice, ali i one koje su kasnije identificirali kroz rad u grupama i diskusije. U kratkim crtama podsjetite na posljedice koje nasilje ostavlja na njihove vršnjake, te ulogu svjedoka nasilja kao važnih saveznika u prevenciji nasilja.

Podijelite svim učenicima radni materijal „*Iznad linije / Ispod linije*“ i objasnite da ćeće u nastavku radionice razgovarati o ponašanjima koja se mogu srvesti u ona koja su prihvatljiva i treba da budu

iznad linije u odnosu na ona koja štete drugima i treba ih postaviti ispod linije.

**Opcija 1:** Objasnite da je važno da učenici odrede ponašanja, a u odnosu na sve o čemu ste razgovarali tokom posljedne tri radionice. U nastavku zamolite učenike da razmisle o ponašanjima koja treba postaviti ispod linije. Odgovori bi mogli uključivati sljedeće:

#### Ispod linije:

- Ismijavanje drugih
- Udaranje ili guranje
- Davanje pogrđnih nadimaka drugima
- Pridruživanje ismijavanju ili nasilju protiv druge osobe
- Širenje tračeva i neistina
- Odbacivanje
- Prijetnje
- Ogovaranje
- Udaranje, guranje i podapinjanje

#### Iznad linije:

- Reći osobi koja je nasilna prema drugoj da to što radi nije ok
- Ohrabriti vršnjaka da zajedno odete kod pedagogice/ga (prijaviti nasilje)
- Reći osobi koja je izložena nasilju da bude sa vama ili da budete zajedno na velikom odmoru
- Reći nešto lijepo osobi koju ogovaraju ili vrijedaju

Zapisujte odgovore učenika na pripadajuća mjesta na posteru. Pitajte učenike da razmisle o odgovorima na sljedeća pitanja:

- Kakav će vaš razred i vaša škola biti ako se svi budu ponašali u skladu sa *Iznad linije* konceptom?
- Kakav će razred biti ukoliko učenici praktikuju *Ispod linije* ponašanja?
- Pitajte učenike da li smatraju da će ponašanja iznad linije učiniti njihov razred boljim i njihove živote manje stresnim?

Zamolite učenike da potpisom na prostor iznad linije, pokažu posvećenost da praktikuju ponašanja iznad linije.

*U nastavku objasnite da će poster biti postavljen u razredu i da je svaki učenik u razredu zaštitnik vri-*

*jednosti i principa na kojima se temelji ono što su kreirali.*

Učenicima objasnite da je neophodno da svaka tri mjeseca organizuju sastanak na nivou razreda i otvoreno razgovaraju o napretku u kontekstu pridržavanja pravilima „*Iznad/ispod linije*“. Zamolite da se učenici vrate u grupe u kojima su učestvovali tokom današnje radionice.

Objasnite da ćeće u nastavku formirati grupe „zaštitnike principa deklaracije“. Grupe pravite na osnovu grupa sa radionice. Svaka grupa je nakon što preuzme mandat, dužna da brine i štiti principa na kojima se temelji poster *Iznad/ispod linije*. Takođe, nakon tri mjeseca, svaka grupa organizuje sastanak na kojem razgovaraju o svom mandatu sa ostalim učenicima i njihovim zapažanjima tokom prethodna tri mjeseca. Nakon svakog tromjesečnog sastanka, nova grupa preuzima ulogu zaštitnika.

Nakon što svaka grupa prođe svoju tromjesečnu ulogu, svi u razredu će glasati i odabrati tim koji je sa najviše posvećenosti radio na zaštitu principa koje ste dogovorili i ta grupa će biti nagrađena. Napišite na papir imena članova svake grupe i objasnite da će razrednici dobiti imena svake grupe kako bi pružili podršku organizaciji sastanka. Svaki razrednik zna za ove aktivnosti tako da će ih podržati. Važno je da na sastancima ne budu odrasle osobe i da sastanke organizuju i vode učenici.

Grupa 1 je odgovorna za prvi sastanak, druga grupa za drugi, treća grupa za treći i četvrta grupa za četvrti sastanak. Svaka grupa ima odgovornost da dogovori i da vodi sastanak. Tokom školske godine razred bi trebao održati četiri sastanka na kojim trebaju da razgovaraju o pridržavanju pravilima koja su uspostavili tokom radionice. Prije svakog sastanka učenici ispunjavaju radni materijal „*Da li...?*“, a koji služi da se procjeni da li su neke od situacija koje su se dešavale u razredu u skladu sa principima iznad linije ili su se desile situacije sa ponašanjima koja su ispod linije. *Cilj sastanaka je kontinuirano podsjećanje na pravila koja su učenici postavili, ali i primjena principa i vrijednosti u kontekstu restrukturisanja razreda u okruženje koje ne toleriše niti jedan oblik nasilja.* Na jednom od planiranih sastanaka, potrebno je učešće vršnjaci edukatora/ki koji će zajedno sa učenicima „evaluirati“ poštovanje pravila i definisati načine kako da se unaprijedi.

Format sastanka:

- > Uvod u sastanak
- > Osvrt na napredak u posljednja tri mjeseca
  - » Da li su se u posljednja tri mjeseca desile situacije koje se mogu svrstati ispod linije
  - » Šta ćete uraditi da se to ne ponavlja i da na taj način stanete iza obećanja koje ste napravili?
  - » Da li želite dopuniti poster (ispod linije) dodatnim oblicima ponašanja koja ulaze u kategoriju nasilnih?
  - » Dogovor termina za naredni sastanak

**RADNI MATERIJAL: PRIMJERI NASILJA** (imena iz slučaja možete prilagođavati)

**SLUČAJ 1:** Ivan je učenik 7. razreda osnovne škole i posljednjih nekoliko dana učenici iz njegovog razreda odbijaju da ga zovnu na termin, pravdujući to činjenicom da nije dobar u fudbalu. Iako je jedan od učenika predložio da ipak pozovu Ivana, nekoliko učenika je reklo da ga namjerno izbjegavaju jer je dosadan i ne zna da igra fudbal. Kada ih je pitao da dođe na naredni termin, barem da gleda, neko od učenika je dobacio da se Ivan trebao zvati Ivana pa bi treba da pita djevojke iz razreda da se pri-druži njima, a ne muškarcima. Ivan ga je zamolio da prestane, a drugi učenik je ustao, gurnuo Ivana uz zid i pitao ga šta će uraditi da ga sprijeći. Od tada, nekoliko učenika konstantno dobacuje Ivanu nazivajući ga ženskim imenom (Ivana). Ivana je to mnogo pogodilo jer su se i drugi učenici smijali i niko nije stao na njegovu stranu.

**SLUČAJ 2:** Armin pokušava da nađe torbu, dok se ostali učenici smiju. Shvatio je da mu je neko sakrio torbu i zamolio je učenike da ga ne zezaju već da mu kažu gdje mu je torba. Ovo nije prvi put da mu se to dešava. Posljednje dvije sedmice, svaki put kada Armin izade na mali ili veliki odmor, Damir koji ide sa njim u razred, sakrije mu torbu. Damir je dobacio da je Armin glup, jer svaki dan zaboravlja gdje je ostavio torbu. Nekoliko učenika se glasno smijalo i navijalo pružajući podršku Damiru. Jedan od učenika je slikao telefonom Armina dok je tražio torbu i postavio sliku na Facebook uz komentar „opet je izgubio torbu!“. Post je brzo postao viralan i učenici više razreda su lajkovali post dodajući negativne komentare. Armin je rekao mami da se ne osjeća dobro i zamolio je da ne ide u školu. Juče, a ni danas, Armin se nije pojavio u školi.

Ukoliko novi/a učenik/ca dođe u razred, važno je da ga/je upoznamo sa principima postera i svaki novi učenik treba da se potpiše i time iskaže posvećenost sadržaju i svrsi zajedničke deklaracije.

U komunikaciji sa razrednicima, odredite vidljivo i adekvatno mjesto na kojem ćete postaviti poster. Poster će učenike podsjećati na posvećenost koju su iskazali tokom izrade postera.

**Zadaci:**

1. Identifikujte sve oblike nasilja koji su prisutni u ovoj priči.
2. Odgovorite na sljedeća pitanja:
  - » Kako se Ivan osjećao i kako cjelokupna situacija utiče na Ivana?
  - » Da li se u ovoj situaciji radi o rodno zasnovanom nasilju? Ako da, obrazložite zašto?
  - » Ko sve vrši nasilje prema Ivanu? (učenici koji su uključeni u nasilje, ali i učenici koji su se smijali dok je Ivan bio izložen nasilju)
  - » Ko su pomagači u nasilju, a nisu direktno uključeni u nasilje? (ostali učenici koji su svjedočili tome što se dešavalo, a nisu reagovali)

**Zadaci:**

1. Identifikujte sve oblike nasilja koji su prisutni u ovoj priči!
2. Odgovorite na sljedeća pitanja:
  - » Kako se Armin osjeća i kako cjelokupna situacija utiče na njega?
  - » Da li je post na društvenim mrežama učinio ovo nasilje složenijim? Zašto? Zašto ne? (razgovarajte sa učenicima o činjenici da post na Facebooku stoji 24/7 i da je to nasilje koje traje sve dok je post prisutan na internetu, dugotrajnije izlaganje nasilju dodatno usložnjava posljedice do koji može doći)
  - » Ko sve vrši nasilje prema Arminu? (učenici koji su uključeni u nasilje, ali i učenici koji su se smijali dok je Armin bio izložen nasilju)

**SLUČAJ 3:** Sanja je učenica 8. razreda i prije 10 dana Dajana, učenica iz njenog razreda, napravila je grupu na Facebook-u u kojoj se nalaze sve učenice iz razreda. Sanja je poslala zahtjev, međutim Dajana ne želi da je uključi u grupu. Sanja je čula od jedne učenice da je Dajana unutar grupe ismijavala nazivajući je pogrdnim imenima, čemu su se neke od učenica pridružile. Rekla joj je i da je Dajana u grupi napisala kako je čula da Sanja ne bira momke, već bude sa svakim koji joj pride. Učenica je zamolila Sanju da nikome ne kaže od koga je sve ovo čula i da je imala potrebu da joj ovo kaže. Sanja se zahvalila i nije se mogla vratiti u razred već je zamolila nastavnici da je pusti sa zadnjeg časa. Sanja se osjeća zbunjeno, uplašeno i razočarano. Šta su još pisale, da li je još neko u grupi iz drugih razreda? Šta ako učenici povjeruju u te laži?

**SLUČAJ 4:** Petra je juče doživjela neugodno iskušto u školi. Nekoliko dječaka u razredu su joj dobacivali da je debela i da bi trebala da sjedne u zadnju klupu jer zaklanja pogled cijelom razredu. Petru je ovo mnogo potreslo jer su i drugi učenici dobacivali i svi su se smijali na njen račun. Posebno joj je teško palo što u razred sa njom ide i njena skrivena simpatija. Sutradan učenici su nastavili sa ismijavanjem Petre, no ovaj put su se pridružilo i nekoliko učenica. Ostali su ignorisali, praveći se da ništa ne čuju i da se ništa ne dešava. To se nastavilo i sedmicu nakon, Petra, inače izrazito vesela djevojka, počela se povlačiti u sebe i dolazak u školu joj je predstavljao noćnu moru. Petra je gotovo svaku noć plakala pa je to uticalo na njenu koncentraciju, učenje i ocjene.

U nastavku radionice, učenicima podijelite radni materijal „Vrste nasilja“ i zamolite učenike da priču koju su analizirali unutar grupe, svrstaju u kategoriju nasilja koja se pojavljuje u priči. Ukoliko identificuju više formi nasilja (na primjer verbalno i socijalno), važno je da to navedu. Dajte grupama 5 minuta da pročitaju tekst radnog materijala i unutar grupe odrede o kojoj formi ili više formi nasilja se radi. Zamolite svaku grupu da prezentuju svoje zaključke.

**Zadaci:**

1. Identifikujte sve oblike nasilja koji su prisutni u ovoj priči!
2. Odgovorite na sljedeća pitanja:
  - » Kako se Sanja osjeća i kako cjelokupna situacija utiče na nju?
  - » Da li je post na društvenim mrežama učinio ovo nasilje složenijim? Zašto? Zašto ne? (razgovarajte sa učenicima o činjenici da post na Facebooku stoji 24/7 i da je to nasilje koje traje sve dok je post prisutan na internetu, dugotrajnije izlaganje nasilju dodatno usložnjava posljedice do kojih može doći)
  - » Ko sve vrši nasilje prema Sanji? (Dajana i učenice koje su unutar grupe podržavali Dajanu u neprovjerenim navodima)
  - » Ko su pomagači u nasilju, a nisu direktno uključeni u nasilje? (ostali učenici koji su svjedočili tome što se dešavalo, a nisu reagovali)

**Zadaci:**

1. Identifikujte sve oblike nasilja koji su prisutni u ovoj priči!
2. Odgovorite na sljedeća pitanja:
  - » Kako se Petra osjeća i kako cjelokupna situacija utiče na nju?
  - » Da li se u ovoj priči radi o rodno zasnovanom nasilju? Ako da, obrazložite zašto?
  - » Ko sve vrši nasilje prema Petri?
  - » Ko su pomagači u nasilju, a nisu direktno uključeni u nasilje? (ostali učenici koji su svjedočili tome što se dešavalo, a nisu reagovali)

**Radni materijal: Posljedice nasilja**

Bez obzira na to o kojoj se vrsti nasilja radi, svaki oblik na žrtvu ostavlja određene posljedice. Svi oblici nasilja ostavljaju psihološke posljedice, pa za njih možemo zaključiti da su zajedničke za sve oblike nasilja kojima je osoba izložena. Psihološke posljedice se mogu pojaviti u obliku anksioznosti, agresivnosti, povlačenja, depresije, gubitka samopoštovanja i sl. Moguće su i teže psihološke posljedice, posebno u slučajevima kada nasilje traje i kada žrtva ne dobije potrebnu podršku.

Izloženost nasilju učenika ili učenicu može dovesti do gubitka koncentracije, postizanja manjih rezultata tokom školovanja, gubitka interesa za školovanjem, prebacivanja u drugu školu, bježanja iz škole i sl. Tokom školovanja izloženost nasilju može dovesti do veoma štetnih i dugoročnih posljedica, kao što su sljedeće:

- › uslijed straha može doći do otuđenosti, gubitka socijalnih kontakata, pojave depresija i sl.;
- › gubitak pažnje i volje za učenjem, što se odražava na školovanje i postizanje akademskih uspjeha;
- › osoba može biti ranjiva na druge oblike rizičnih ponašanja (konzumiranje alkohola, ilegalnih psihoaktivnih supstanci, duhanskih proizvoda i sl.);
- › gubitak samopoštovanja, samouvjerenosti i narušenost mentalnog zdravlja;
- › ako je žrtva izložena kontinuiranom nasilju, to kod nje može razviti osjećaj da mora preuzeti drastične mjere kako bi ga zaustavila (uzvraćanje nasilja, nošenje oružja i samoubistvo);
- › u slučaju seksualnog rodno zasnovanog nasilja, pored emocionalnih i fizičkih posljedica, moguće je da dođe do prenosa polno prenosivih infekcija i pojave neplanirane trudnoće.

Izloženost rodno zasnovanom nasilju može se odraziti na sposobnost mlade osobe da postiže akademske uspjehе. Različita istraživanja su potvrdila da mladi, ukoliko su izloženi određenim oblicima nasilja, teže postižu očekivane rezultate od svojih vršnjaka koji nisu izloženi nasilju. Analiza podataka TIMSS 2011 prikupljenih iz 48 većinom razvijenih zemalja pokazuje da su učenici četvrtih razreda osnovne škole koji su prijavili sedmičnu izloženost određenom nasilju postizali za 32 poena manje rezultate u matematici nego njihovi vršnjaci koji su izjavili da nikada nisu bili izloženi nasilju.

Istom analizom uočeno je da su dječaci i djevojčice koji pohađaju osme razrede u većini zemalja takođe postizali manje uspjeha od svojih vršnjaka koji nisu bili izloženi nasilju. Mladi ljudi sve više vremena posvećuju društvenim mrežama koje su u velikoj mjeri izmijenile način na koji oni međusobno komuniciraju, uspostavljaju nova prijateljstva i upoznaju nove ljubavi. Iako u našoj zemlji nedostaje informacija o izloženosti rodno zasnovanom nasilju posredstvom interneta, lako je pretpostaviti da nas ovaj fenomen nije zaočiao. Nekoliko nedavno objavljenih studija povezuje internet s nasiljem i postizanjem manjih uspjeha kod mladih koji su izloženi nasilju putem digitalnih mreža i interneta. Studija urađena u Sjedinjenim Američkim Državama pokazala je da su učenici koji su postigli manje uspjeha u školi takođe dva puta više prijavljivali da su žrtve digitalnog nasilja i nasilja u školi (Schneider et al., 2012).

Uzmemo li u obzir činjenicu da obrazovanje predstavlja stub modernog društva i da od ishoda obrazovanja zavise mogućnosti koje će osoba imati u budućnosti, možemo zaključiti da izloženost rodno zasnovanom nasilju kod mladih ostavlja cjeloživotne posljedice. U pojedinim zemljama, među kojima je i Bosna i Hercegovina, postoje pravila i politike da se trudne djevojke isključuju iz škole. U društvu kakvo je naše, trudne djevojke suočavaju se s različitim oblicima stigmatizacije i odbačenosti, prvenstveno jer se njihova trudnoća povezuje s nemoralnim ponašanjem koje nije u duhu tradicije i društvenih normi i očekivanja. Izbacivanje iz škole, kao i različite vrste zabrana i nejednakosti s kojima se suočavaju maloljetne trudnice spada u kategoriju rodno zasnovanog nasilja. Čak i ako nastave školovanje tokom ili nakon trudnoće, mlade majke se suočavaju s različitim oblicima rodno zasnovanog nasilja u školi – od strane vršnjaka ili nastavnika i drugog osoblja.

**Radni materijal<sup>13</sup>****RADNI MATERIJAL ZA SASTANKE PREVENTIVNE GRUPE „DA LI SI?“**

Učenicima podijelite radni materijal „Da li si...?“. Objasnite učenicima da ne upisuju ime i prezime na papir i da će ispunjeni radni materijal zadržati. Zamolite učenike da odgovore na pitanja iz radnog materijala. Učenici odgovaraju stavljajući X ili kvakicu pored pitanja.

**Radni materijal**

Molimo te da pročitaš pitanja i da razmisliš o odgovorima. Od kako ste napravili poster iznad i ispod linije, da li se neka od dolje nevednih situacija desila tebi ili nekom vršnjaku u razredu?

- Da li su te vršnjaci nazivali pogrdnim imenima/nadimcima?
- Da li su te vršnjaci gurnuli, udarili, uštinuli i/ili stisnuli?
- Da li su ti zabranili ulazak u Facebook/Viber grupu ili te isključili iz neke u kojoj su ostali vršnjaci iz tvog okruženja?
- Da li su se druge osobe smijale ili šalile u vezi stila tvog oblačenja ili ponašanja?
- Da li se ponekada plašiš da ideš u školu (zbog mogućeg sukoba, prijetnje ili konflikt-a sa vršnjacima)?
- Da li su se vršnjaci smijali kada te druga osoba povrijedila?
- Da li te neko ignorisao dok su drugi gledali?
- Da li si se ikada osjećao/la loše zbog načina na koji se neko ophodio prema tebi?
- Da li je neko širio netačne informacije o tebi?

Ako ste na jedno ili više postavljenih pitanja odgovorili potvrđeno, bili ste izloženi nasilju i predlažemo da na narednom sastanku „Iznad i ispod linije“ razgovaraš sa svojim vršnjacima i podsjeti ih na obećanje koje su dali prilikom izrade postera i razloga zbog kojih ste svi taj poster potpisali.

<sup>13</sup> The National Centre Against Bullying (NCAB).

## Radionica 24:

### Nasilje i osjećanja

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- › Razviti empatiju prema osobama izloženim nasilju
- › Razviti vještine kritičkog promišljanja o uticaju nasilja na različite aspekte života

#### POTREBNI MATERIJALI:

- › Radni materijal „Stres i nasilje“
- › Tabela efekti stresa: napisati na tabli prije ili tokom radionice

#### UVOD

Pozdravite učenike i objasnite da će danas razgovarati o emocijama, stresu i nasilju, kroz aktivnosti koje zahtijevaju njihovu pažnju i direktno učeće. Navedite da planirate razgovarati o uticaju nasilja na ljudsko tijelo, misli, osjećanja i ponašanje.

#### Aktivnost 1: Istražimo osjećanja

Objasnite učenicima da će u nastavku radionice mimikom lica pokazivati različita emocionalna stanja, a učenici treba da pogode o kojoj se emociji radi. Napomena: napravite listu emocija koje planirate demonstrirati prije radionice. Predlažemo sljedeće emocije:

- › radost
- › strah
- › ljubav
- › sreća
- › ljutnja
- › tuga
- › zabrinutost
- › gađenje (osjećaj da nešto nije dobro ili je gadno)

#### Aktivnost 1B: Osjećanja i nasilje

Zamolite sve učenike da ustanu i stanu na centralno mjesto u učionici (na primjer ispred table). Objasnite da će postavljati lična pitanja na koja učenici ne treba da odgovaraju, već da zauzmu mjesto koje će precizirati tokom vježbe. Krenite sa test pitanjem, a kako bi pojasnili izvođenje aktivnosti.

- › **Korak 1:** Svi koji vole sladoled neka stanu na desnú stranu prostorije, a oni koji ne vole, na lijevu stranu. Dajte učenicima 5-10 sekundi vremena

nje osoba koje su izložene. Prije nego krenete sa izvođenjem aktivnosti modula, kroz interakciju provjerite da li učenici razumiju šta znače emocije i kako pojedine okolnosti utiču na emocionalno stanje određene osobe.

Zahvalite se učenicima na aktivnom učešću i ponovite sve navedene emocije. Listu emocija ostavite na tabli jer će biti korišćene i u narednim aktivnostima. Objasnite da su ljudi osjećajna ili emotivna bića i da različite okolnosti iz naše okoline utiču na nas, a tako i na naše emocije. Iako smo svi emotivni i posjedujemo iste emocije, ne reagujemo svi identično na iste situacije i to je ono što je veličanstveno. Zbog toga postoje oni koji se raduju pobedi kluba za koji navijaju, oni koji se raduju ocjeni i učenju ili se raduju novoj igri za Play Station 5. Neko se plaši pauka, drugi visine....i tako dalje i tako dalje.

na da zauzmu mjesto. To radite nakon svakog postavljenog pitanja.

- › Sada objasnite da će u nastavku postavljati pitanja i da će učenici zauzimati mjesto po istom principu kao i kod prethodnog pitanja.

› Možete dodati: upravo smo shvatili da postoje oni koji vole sladoled i oni koji ne vole sladoled. Da vidimo kako će odgovoriti na naredno pitanje. Zamolite učenike da se vratre u centralnu poziciju

- › **Korak 2:** Svi koji vole da igraju video igre stanite lijevo, a oni koji ne vole, desno. Nakon što se učenici pozicioniraju, postavite pitanje nekom od učenika koji se nalazi na poziciji „volim video igre“, kako bi se osjećali da vam neko pokloni najbolju video igru koja je trenutni hit! Objasnite da osobe koje vole video igre, već i na samu pomisao o igranju, osjećaju da je to ono što vole da rade. Zato će nova igra koju vam neko pokloni, dovesti do pojave emocije koja reflektuje ono što volite. Sada pridite grupi/osobi koja je zauzela poziciju „ne volim da igram igre“ i pitajte kako bi se on/ona osjećao/la kada bi dobio istu igru. Da li bi reagovali sa istim emocijama kao i osobe koje su zauzele drugu poziciju. **Zaključite da isti poklon neće izazvati iste emocije kod različitih ljudi i da mnogo faktora utiče na to.** Zamolite učenike da se vratre na istu poziciju.

- › **Korak 3:** Svi koji se plašite pauka stanite lijevo, a vi koji se ne plašite, desno. Pridite grupi koja se ne plaši pauka i pitajte kako bi reagovali kada bi na stolu ispred sebe vidjeli pauku. Zamolite više učenika da odgovori na ovo pitanje.

- › Zatim pridite grupi/osobi koja se plaši pauka i pitajte kakav osjećaj kod njih prati ista situacija, tj. da ispred sebe na stolu vide pauku. Ako je u grupi više učenika, pitajte za više mišljenja. Pitajte da navedu više emocija koje se mogu javiti kada vide pauku, a učenici mogu konsultovati *Listu emocija* koja se nalazi na tabli. Zaključite da i u ovom slučaju, u istoj situaciji možemo da reagujemo drugačije.

- › Nastavite u istom ritmu. Zanimljivo je da i u situacijama kada se pojavi ista emocija kod dve osobe, neće ih pokazivati na isti način. Evo primjera: *da li ste se nekada osjećali postiđeno, ali da to niste htjeli pokazati osobi do vas pa ste*

#### Aktivnost 2: Nasilje i stres

Podsjetite učenike na drugu radionicu tokom koje ste došli do zaključka da ne postoji blago ili teško nasilje, već da svako nasilje na svaku osobu utiče drugačije i da težina nasilja ne zavisi od vrste nasilja. No, da bi shvatili kako nasilje utiče na ljudе, moramo razumjeti kako naše tijelo reaguje na nasilje i kakve posljedice mogu nastati kod dugotrajnog izlaganja nasilju. **Pitajte učenike da li su čuli za stres i da li mogu objasniti povezanost nasilja i stresa?** Za interakciju možete koristiti ponuđena pitanja:

„iskulirali“, tj. pravili se da vas to nimalo ne pogđa? Da li ste se nekada uplašili, ali niste pokazali da vas je strah, iz bilo kog razloga?

» **Primjer:** Mladići odrastaju u okruženju koje im govori da ne pokazuju da se plaše i da je strah emocija koju treba da skrivaju. Koliko puta ste čuli „nemoj da plaćeš, ti si muško“ ili „normalno je da plaće, ona je žensko“. Problem je u tome što su i mladići i devojke emotivna bića i svaka osoba na planeti posjeduje iste emocije, ali ih ne pokazuje na isti način.

› Dok učenici stoje u pozicijama (obje pozicije), nastavite sa aktivnosti: zamislite sada vašeg vršnjaka/vršnjakinju, kojeg učenici u razredu etiketiraju tj. daju provokativne nadimke. To se dešava pred drugim učenicima.

» Pitajte učenike o kojem nasilju se radi?

» Naglasite da pored uticaja nasilja kojem je izložen, spoznaj da drugi gledaju i ne reaguju, dodatno negativno utiče na osjećanja. Pitajte učenike zbog čega je to tako? Zašto nas dodatno „boli“ činjenica da drugi gledaju i ignoruš ili dobacuju?

» Kakve emocije se mogu javiti u njegovom/njenom slučaju? Učenicima možete reći da pogledaju primjere emocija iz prethodne aktivnosti, a koja se nalazi na tabli. Od učenika očekujte sljedeće odgovore: *zabrinutost, strah, ljutnja, tuga, osjećaj odbačenosti, postidnost*. Govorimo o prisutnosti veoma teških emocija koje, ako traju duže, mogu učiniti mnogo štete, utičući na apsolutno svaki segment života. A na koji način emocionalno stanje razgovara sa našim tijelom i koje reakcije možemo očekivati, pojasnićemo kroz narednu aktivnost.

› Da li ste čuli za stres?

› Šta je to stres? Zamolite da neko od učenika proba objasniti značenje termina stres.

› Koje situacije nas često dovode u situaciju povišenog stresa? Ukoliko vas nastavnik/ca prozove, a vi se niste pripremili za odgovaranje, da li to može biti stresna situacija? Kako naše tijelo reaguje u takvim situacijama?

› Da li nasilje može biti uzrok stresa? Kako?

Nastavite radionicu. *Nasilje i izloženost nasilju može biti snažan uzrok stresa, za osobu koja je izložena nasilju, za osobe koje svjedoče nasilju, ali i za osobu koja vrši nasilje.* Nasilje može svakoga učiniti tužnim, nesretnim, nezadovoljnim, uplašenim ili čak dovesti i do većih problema, kao što je gubitak koncentracije, izolacija, depresija i sl. Česta izloženost nasilju (ismijavanje, ponižavanje, postavljanje provokativnih statusa, odbacivanje i sl.) može dovesti do niza problema koji su izraženiji što je izloženost nasilju duža i intenzivnija.

Prije nego nastavite sa temom, pitajte učenike da objasne značenje izraza nasilje. *Zaključite da nasilje predstavlja agresivno ponašanje koje može biti fizičko, verbalno ili socijalno.* Dječaci najčešće koriste fizičko nasilje i prijetnje, dok djevojčice u većoj mjeri uključuju ili koriste verbalno ili socijalno nasilje.

**Naglasite sljedeće:** *Bez obzira o kojem se nasilju radi, kod žrtve nasilje dovodi do osjećanja kao što su tuga, ljutnja, zabrinutost, strah, bespomoćnost, osjećaj beznađa, posramljenost, osjećaj povrijednosti, a čak se može pojaviti i osjećaj krivnje zbog nasilja kojem je osoba izložena (osoba sebe okrivljuje za nasilje kojem je izložena).*

**Najopasniji aspekt nasilja se krije u nasilju koje se ponavlja.** Osobe koje su izložene nasilju koje se ponavlja, žive u konstantnom strahu i zabrinutosti jer razmišljaju o tome kada će se i na koji način nasilje ponoviti narednog puta. Bez pomoći vršnjaka iz razreda, osobi će biti teže suprostaviti se onima koji vrše nasilje, stoga je važan faktor u sprečavanju nasilja reakcija učenika.

**Pitanje za razmišljanje:** Zamislite da vašeg najboljeg prijatelja ili prijateljicu, svakog dana u razredu neko provocira, prijeti, odbacuje. Kako bi se vaš prijatelj/ica osjećao/la? Kako bi se osjećao kada niko iz razreda ne bi reagovao na nasilje kojem svjedoče? Zapisujte odgovore učenika na tablu. U nastavku objasnite da ćete nastaviti razgovor o stresu i povezanosti stresa sa nasiljem.

#### Objasnite učenicima sljedeće:

*Stres je prirodna reakcija organizma na situacije i zahtjeve svakodnevnog života. Bez obzira da li se radi o odraslima ili mladima (kojima i učenici pripadaju), stres u manjoj ili većoj mjeri može biti prisutan.* Kada naš organizam „primijeti“ određenu prijetnju ili zabrinutost, naše tijelo počne sa inten-

zivnom proizvodnjom hormona (n na primjer, kortisol) čija je uloga da „potpomognu“ našem tijelu da se efektivnije nosi sa tim problemom ili situacijom.

#### Primjeri faktora stresa:

Kada vas nastavnik/ca prozove, kada prvi put dolazite u razred, prvo upoznavanje, javni govor, ispitivanja pred ostatom razreda, odgovaranje za zaključnu ocjenu, prilazak djevojci ili momku sa namjerom da ih pitamo da izađu, dovodi do tjelesne reakcije tj. naše tijelo reaguje na stres. Učenicima objasnite da su tjelesne reakcije na primjer, znojenje dlanova, bol u stomaku ili ubrzan rad srca. Ukoliko je osoba izložena dugotrajnom stresu, u tijelu te osobe će biti velika količina hormona stresa. Ovaj hormon, iako služi da nam pomogne u stresnim situacijama, ukoliko su one česte i dugotrajne, može da poremeti sve druge hormone u organizmu i da napravili ogromnu štetu.

#### Efekti i posljedice stresa

Osjećaj da ste pod izraženim pritiskom ili da se suočavate sa komlikovanim zahtjevima koji prevazilaze vaše mogućnosti, nije jedinstven samo vama. Gotovo svi ljudi tokom života, a posebno mladi tokom puberteta, suočavaju se istim ili sličnim osjećanjima. Pojednostavimo ovu temu primjerima koji najbolje ilustruju situacije u kojima možemo osjećati stres: ispitivanje u školi, vršnjački pritisak, prilazak simpatiji, gubitak novca, promjena škole, prekid sa voljenom osobom, odnosi sa vršnjacima, nezdravi odnosi, nasilje, ocjene u školi, odlazak roditelja/staratelja na roditeljski sastanak (a osoba je sakrila ocjenu ili smanjeno vladanje) i sl.

#### Efekti stresa

Ne samo da stres utiče na naša osjećanja i misli, već zajedno sa emocijama i mislima utiče na gotovo sve procese u našem tijelu. **Primjer:** Nastavnik/ca je okrenuo/la list u dnevniku na kojem se nalazi vaše ime i kaže da će danas ispitivati vaše znanje. U trenutku, srce počinje da kuca brže, krvni pritisak raste i već sada možete lako prepoznati tjelesne reakcije na stres. Dlanovi se znoje, razmišljate brže nego inače, pokušavate riješiti situaciju i tjelesni odgovor prati vaše mentalno i emocionalno stanje.

Prije radionice pripremite tabelu *Efekti stresa*, a u nastavku radionice je postavite na tablu i nastavite.

Nastavite radionicu: U tabeli možete vidjeti kako stres utiče na naš organizam, ali i kako relaksirajući i opušten pristup suočavanju sa stresom može otkloniti tjelesne znakove koji su posljedica stresa:

- Ubrzan puls
- Povišen krvni pritisak
- Ubrzan rad srca
- Povišene mišićne kontrakcije i povišene tenzije mišića
- Otežano disanje
- Intenzivnije stomačne tegobe
- Povišena tjelesna temperatura
- Sužavanje krvnih sudova

Stres može uticati na naše tijelo, ponašanje, osjećanja i misli. U nastavku objasnite kako stres utiče na ljudski organizam:

#### Promjene u tijelu

- Zategnutost mišića (kao da ste u grču)
- Ubrzano disanje i ubrzan rad srca
- Glavobolja
- Problemi sa spavanjem
- Mučnina i povraćanje

#### Promjene u motivaciji i ponašanju

- Izostajanje iz škole
- Gubitak motivacije za učenjem
- Gubitak motivacije za druženjem
- Povlačenje u sebe
- Povišena osjetljivost na stresne situacije

#### Promjene osjećanja

- Zabrinutost
- Osjećaj ljutnje i gnjeva
- Osjećaji bespomoćnosti i beznadežnosti
- Iritiranost
- Osjećaj nemoći da se osoba nosi sa nasiljem
- Osjećaj krivnje

#### Promjene u mislima

- Problem sa koncentracijom, pamćenjem i donošenjem odluka
- Gubitak samouvjerjenosti
- Osoba može razviti negativne stavove o sebi i svom životu

Zaključite da bez obzira da li se radi o fizičkom nasilju ili omalovažavanju, posljedice mogu biti jednak ozbiljne. Sa druge strane, obje forme nasilja dovode organizam u stanje stresa, a stres utiče na sve druge aspekte života, pa čak i na tjelesne procese i funkcije. Jednostavan primjer da vidite kako stres u kratkom vremenu utiče na naše tijelo: da li vam se desilo da dok silazite niz stepenice, da promašite slučajno stepenicu ali ipak ne izgubite ravnotežu, ili da neko dok se vozite naglo zakoči? Da li ste osjetili trnjenje nogu ili bol u stomaku, a zbog straha, emocije koja je normalna u takvim situacijama.

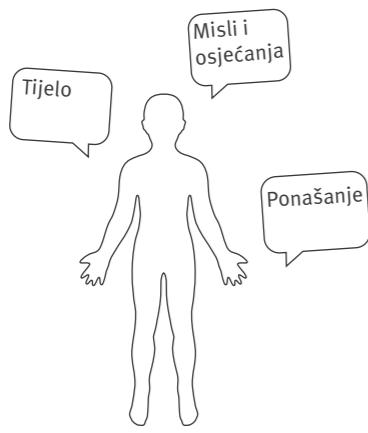
#### Rad u grupama

Objasnite učenicima da ćete u nastavku radionice učenike podijeliti u grupe i da će svaka grupa dobiti drugačiji slučaj nasilja i da unutar grupe treba da odgovore na dva zadatka. Učenike podijelite u četiri grupe i podijelite im zadatke. Učenicima dajte 15 minuta da odgovore na oba zadatka i naglasite da svaka grupa treba da odredi osobu koja će predstaviti zajedničke rezultate rada u grupi.

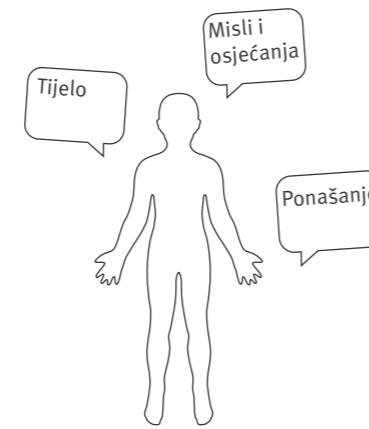
Nakon što odgovore na oba zadatka, svakoj grupi dajte maksimalno 2 minute da predstave svoje zaključke. Svaka grupa prije zaključaka treba da pročita priču koju su analizirali (30 sekundi). Radioniku završite diskusijom koristeći ponuđena pitanja:

- Da li su situacije koje ste analizirali realne i česte među mladima?
- Šta ste naučili iz današnje radionice?
  - » Da li ste znali za povezanost stresa sa svim drugim funkcijama u organizmu?
  - » Kako danas objašnjavate povezanost stresa sa nasiljem i kakve posljedice strest ostavlja na osobu?
- Kako učenici u razredu mogu doprinijeti da se situacije iz priča koje ste analizirali ne dešavaju i da se zaustavi kontinuitet u nasilju kojem je osoba izložena? Da li pridržavanje deklaracije koju su potpisali, može spriječiti da se primjeri iz priča ne dese nikome.

Zahvalite se učenicima i objasnite da ćete u nadređenoj radionici govoriti o savršenoj školi u kojoj nema nasilja i da ćete razgovarati o tome kako učenici mogu doprinijeti da škola zaista postane takva.

**Radni materijal: Stres i nasilje**

Iju. Da li je uticalo na ocjene u školi, da li se osoba osjeća drugačije nego prije, da li osjeća tjelesne posljedice stresa uzrokovanih nasiljem? U prazna polja upišite sa kojim se efektima stresa suočava lik iz vaše priče. Navedite kako nasilna situacija i stres koji je prati, utiče na njegovo/njeno tijelo, misli, osjećanja i ponašanje. Odredite u grupi lidera/ku koji/a će predstaviti zaključke rada u grupi.



**GRUPA 1:** Denis je miran i povučen mladić. Prije nekoliko dana su mu u razredu sakrili torbu i svi su se smijali dok je tražio po učionici. Par učenika je dobacivalo kako je svakako glup i da mu torba nije potrebna. Nekoliko učenika se smijalo, dok je druga polovina razreda ignorisala nasilje kojem je Denis bio izložen. Sutra dan Denisu su sakrili pernicu, a dan kasnije jaknu. Denis je gotovo svakog dana bio izložen nasilju i vi ste primijetili da se u zadnjih nekoliko dana promjenio. Kada ste mu prišli i pitali kao se osjeća, Denis vam je rekao da zadnjih dana neprestano razmišlja da kaže mami da je bolestan i da mu se ne dolazi u školu. Juče je dobio 1 iz Geografije, a s obzirom da mu je to omiljeni predmet, ova je ocjena iznenadila i njegovog nastavnika. Kada ga je nastavnik pitao zašto se nije pripremio, Denis je šutio. Vama je u povjerenju rekao da ne može da uči i da se ne može skoncentrisati na učenje. Čak je rekao da krivi sebe zbog svega što mu se dešava i da posljednjih nekoliko dana ne može da spava i da ga glava danima boli.

**Zadatak 1: Analiza slučaja**

Pažljivo proučite situaciju koja vam je dodijeljena. Odgovorite na pitanja koja se nalaze ispod slučaja koji analizirate:

- > Koje oblike nasilnog ponašanja ste identifikovali u priči koja vam je dodijeljena?
- > Ko su akteri nasilja? Aktivni i pasivni!
- > Kako je nasilje uticalo na osobu koja mu je izložena?

**Zadatak 2: Uticaj stresa**

Nakon što ste analizirali priču koja vam je dodijeljena, diskutujte unutar grupe o tome kako se nasilje u priči odrazilo na osobu koja je izložena nasi-

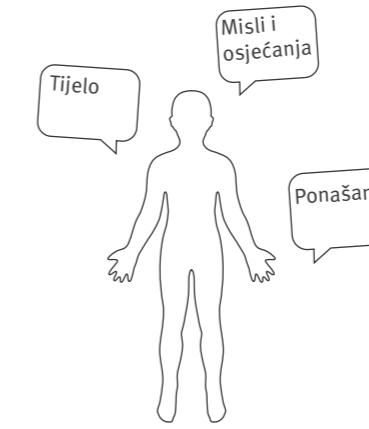
**Zadatak 3: Analiza slučaja**

Pažljivo proučite situaciju koja vam je dodijeljena. Odgovorite na pitanja koja se nalaze ispod slučaja koji analizirate:

- > Koje oblike nasilnog ponašanja ste identifikovali u priči koja vam je dodijeljena?
- > Ko su akteri nasilja? Aktivni i pasivni
- > Kako je nasilje uticalo na osobu koja mu je izložena?

**Zadatak 3: Uticaj stresa**

Nakon što ste analizirali priču koja vam je dodijeljena, diskutujte unutar grupe o tome kako se nasilje u priči, odrazilo na osobu koja je izložena nasilju. Da li je uticalo na ocjene u školi, da li se osoba osjeća drugačije nego prije, da li osjeća tjelesne posljedice stresa uzrokovanih nasiljem? U prazna polja upišite sa kojim se efektima stresa suočava lik iz vaše priče. Navedite kako nasilna situacija i stres koji je prati, utiče na njegovo/njeno tijelo, misli, osjećanja i ponašanje. Odredite u grupi lidera/ku koji/a će predstaviti zaključke rada u grupi.



**GRUPA 3:** Prošle sedmice neko od učenika je na društvenim mrežama objavio video u kojem Petru sezaju učenice iz razreda, a u vezi njenog izgleda. Dok su je snimali, neko je rekao da je stil oblačenja koji Petra prati iz 16. vijeka. Video je ubrzo postao viralan, pa je gotovo cijela škola svjedočila nasilju kojem je Petra bila izložena. Mnogi učenici su se pridružili nasilju kroz komentare kojim su ohrabrali i pravdali nasilno ponašanje vršnjaka koji su snimili i objavili video. Petra je vidjela komentare i to ju je mnogo pogodilo. Osjećala se povrijedeno, poniženo i bespomoćno, ipak su svi u školi vidjeli sporni video i komentare. U jednom trenutku nije znala da li su joj gori komentari ili činjenica da su ih svi vidjeli. Video su vidjeli prijatelji, osobe koje poznaje i one koje ne poznaje, ali najteže joj je palo što ga je video i momak koji joj se sviđa. Smatra da je to nepovratno uništilo njen status u školi. Školu koju je voljela zbog društva, sada prezire i ne želi da ide na nastavu. Juče Petra nije došla u školu, ali nije došla ni na rođendan najbolje prijateljice. Kada ste i danas vidjeli da nije došla u školu, otišli ste da razgovorate sa njom. Rekla vam je da sve to utiče na nju i da posljednjih 7 dana ne može da uči, da je svaki dan boli stomak i da je konstantnom grču. Poredila je to sa osjećajem kada te prozove nastavnik, samo što u njenom slučaju taj grozni osjećaj traje 10 dana bez prekida.

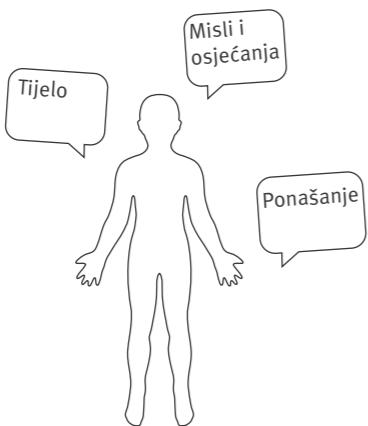
**Zadatak 4: Analiza slučaja**

Pažljivo proučite situaciju koja vam je dodijeljena. Odgovorite na pitanja koja se nalaze ispod slučaja koji analizirate:

- › Koje oblike nasilnog ponašanja ste identificirali u priči koja vam je dodijeljena?
- › Ko su akteri nasilja? Aktivni i pasivni
- › Kako je nasilje uticalo na osobu koja mu je izložena?

**Zadatak 5: Uticaj stresa**

Nakon što ste analizirali priču koja vam je dodijeljena, diskutujte unutar grupe o tome kako se nasilje u priči odrazilo na osobu koja je izložena nasilju. Da li je uticalo na ocjene u školi, da li se osoba osjeća drugačije nego prije, da li osjeća tjelesne posljedice stresa uzrokovanih nasiljem? U prazna polja upišite sa kojim se efektima stresa suočava lik iz vaše priče. Navedite kako nasilna situacija i stres koji je prati, utiče na njegovo/njeno tijelo, misli, osjećanja i ponašanje. Odredite u grupi lidera/ku koji/a će predstaviti zaključke rada u grupi.



**GRUPA 4:** Nekoliko učenika posljednjih 2-3 sedmice od Ivana uzima novac koji donese za užinu. Reklji su mu da će u slučaju da ih prijavi ili prestane donositi novac, početi sa drastičnijim mjerama, misleći pri tome na fizičko zlostavljanje. Niko u razredu nije reagovao, pa se Ivan osjećao ponizeno i bespomoćno. Kada je prije nekoliko dana pokušao da ignoriše njihov poziv da im da novac, prišli su mu i počeli ga udarati, ni tada niko nije reagovao. Ivan je imao modricu na licu, a nastavnici i roditeljima je rekao da se slučajno udario. Zlostavljanje se nastavilo i Ivan je svakog dana trpio ponizavanje, ucjene, prijetnje i povremene udarce. Prestao je da uči i već se primijetilo da se sve to odrazilo na njegovo učenje i ocjene. Danas je dobio dvije jedinice i to iz predmeta koji voli, a kaže da se posljednjih dana ne može fokusirati na učenje i da danima ne može da spava. Čak se požalio da ga svaki dan boli glava od pritiska i razmišljanja.

**Zadatak 6: Analiza slučaja**

Pažljivo proučite situaciju koja vam je dodijeljena. Odgovorite na pitanja koja se nalaze ispod slučaja koji analizirate:

- › Koje oblike nasilnog ponašanja ste identificirali u priči koja vam je dodijeljena?
- › Ko su akteri nasilja? Aktivni i pasivni
- › Kako je nasilje uticalo na osobu koja mu je izložena?

**Radionica 25:****Procijeni situaciju****TRAJANJE:**

45 minuta

**CILJEVI RADIONICE:**

- › Učenici će naučiti o različitim pozicijama u nasilju i kako se adekvatno nositi s njima
- › Učenici će naučiti kako bezbjedno procijeniti situaciju prije donošenja bilo kakvih odluka
- › Učenici će naučiti kako reagovati na najbolji i najsigurniji način na osnovu donesenih procjena

**POTREBNI MATERIJALI:**

- › Flipchart (flipchart) papiri
- › Markeri (4 ili više markeri)

**NAPOMENA ZA VRŠNJAČKE EDUKATORE:**

Edukativni modul „*Procijeni situaciju*“ usmjeren je na razvoj vještina procjene situacije i odabira adekvatne strategije u slučaju da učenici svjedoče nasilju, a ne u situacijama kada su izloženi nasilju. Istraživanja pokazuju da insistiranje na tome da osoba izložena nasilju mora da prijavi nasilje nije dobra strategija i da može stvoriti dodatnu štetu. Razlog je činjenica da je osoba već izložena nasilju i da nema snagu da se suprotstavi, a insistiranje na tome da treba da reaguje, kod osobe može stvoriti osjećaj dodatne nemoći.

U slučajevima nasilja, učenici mogu intervenisati i zaustaviti nasilje, ali da li je to u određenom trenutku sigurno za njih, zavisi od različitih faktora, kao što su sljedeći:

- › Da li se nalaze u krugu poznatih osoba?
- › Da li nasilje vrši više osoba?
- › Da li se u blizini nalaze drugi učenici koji žele zaustaviti nasilje?
- › Da li nasilje kojem svjedoče podrazumijeva upotrebu oštih predmeta?
- › Da li je osoba koja vrši nasilje pod uticajem određenih psihoaktivnih supstanci?

Navedeni faktori mogu povećati rizik od eskalacije nasilja kojem svjedoče. Procjena je važna da učenici mogu odabrati najbezbjedniju strategiju koja neće ugroziti sudionike situacije nasilja.

**UVOD**

Tokom današnje radionice, razgovaraćemo o situacijama nasilja i idejama kako se adekvatno nositi u takvim situacijama. Učenike podsjetite na tri pozicije u nasilju:

- › Osoba koja je izložena nasilju
- › Osoba koja vrši nasilje
- › Osoba koja svjedoči nasilju

Pitajte učenike za mišljenje u vezi svjedoka nasilja. U odnosu na reakciju na nasilje, kakvi svjedoci mogu biti:

- › Aktivni: koji se suprotstavljaju nasilju
- › Pasivni: koji ne reaguju na nasilje
- › Oni koji podržavaju nasilje: dobacuju, smiju se, navijaju i sl.

Učenike podsjetite na *Deklaraciju protiv nasilja* i zamolite grupu koja je u datom trenutku zaštitnik deklaracije nasilja da se predstave i da kažu svoje mišljenje o ulozi zaštitnika deklaracije u slučaju da se nasilje desi. Koje strategije možete preuzeti da bi zaustavili nasilje, ali na način koji ne ugrožava osobu koja je izložena nasilju, ali ni osobu koja vrši nasilje? Da li postoji prijateljski način da se zaustavi nasilje prije nego eskalira u problem koji je teže riješiti?

**PRIPREMA:**

Učenike zamolite da navedu primjere nasilja koji se mogu desiti u školi ili van škole. Odgovore zapisujte na tabli ili flipchart (flipchart) tabli. Ukoliko učenici ne budu odgovarali ili se ne mogu sjetiti određenih formi nasilja, podsjetite ih na Deklaraciju na kojoj su navedeni primjeri različitih oblika nasilja.

**Napomena:** Ukoliko ste prethodno radili „mini istraživanje – nasilje kojem sam svjedočio/la, nasilje kojem sam bio izložen/na“, izdvojite primjere koje ste prepoznali ili one koje su vam zaštitnici deklaracije naveli tokom razgovora. Nastavite radionicu. *Iako su sve forme nasilja štetne, pojedini oblici ponašanja mogu biti opasniji nego drugi, a često takve forme predstavljaju ponašanje koje je suprotno zakonu.* Posebno je važno pomenuti nasilje koje se ponavlja. Na primjer, učenici svakog dana omalovažavaju učenika u razredu ili mudaju etikete koje svakog dana koriste u komunikaciji sa njim/njom. U takvim situacijama, osoba je izložena nasilju koje je kontinuirano (ponavlja se) i uključuje jednog ili više učenika koji vrše nasilje.

Šta možemo uraditi u datom trenutku? Da li je bolje sačekati pa pomoći osobi koja je izložena nasilju, nakon nasilja kojem svjedočimo? Postoji li i najmanji rizik da vi budete ugroženi? Da li kao pojedinac/pojedinka imamo snage da zaustavimo nasilje ili nam je potrebna podrška, to su pitanja na koja trebamo dogovoriti prije nego reagujemo. *Razmisliti prije nego djelovati,* najvažnija je strategija u pripremi adekvatnog odgovora na nasilje. Ne smijemo zaboraviti da je važna vaša lična sigurnost i da želja da zaustavimo nasilje ne smije biti prepreka da prije nego reagujemo, procijenimo da li postoji rizik za nas.

Situaciju nasilja možemo procijeniti koristeći pitanja poput ovih:

- Da li neko može biti ozlijeden (fizičko nasilje) ukoliko reagujemo?
- Da li se radi o situaciji koja podrazumijeva kršenje zakona (osoba je ukrala nešto, osoba prijeti nožem ili drugim opasnim predmetom)?

- Da li vam je mjesto gdje se nalazite nepoznato?
- Da li se u vašoj blizini nalaze osobe koje ne poznajete?
- Da li ste sami i udaljeni od drugih učenika koji bi mogli pomoći?

Ako su odgovori na gore postavljena pitanja DA, tada se radi o potencijalno rizičnoj situaciji. No, ukoliko se određena situacija dešava u razredu i u blizini učenika koji vam se mogu ili žele pridružiti i pomoći u zaustavljanju nasilja, tada je rizik znatno manji i procjena vam može pomoći da odaberete adekvatan način reakcije.

U nastavku radionice na tabli nacrtajte strelicu kao na slici ispod, sa lijeve strane napišite „opasno“, a desno „manje opasno“. Zamolite učenike da prethodno pobrojane vrste nasilja razvrstaju u ove dvije kategorije. Cilj je „istači“ situacije u kojima postoji mali rizik da će problem eskalirati, a u slučaju da grupa učenika „interveniše“ i utiče na učenika koji vrši nasilje da to ne radi. Takođe, ovom vježbom želimo izdvojiti i one radnje koje nose visoki rizik, pa je u njihovom slučaju najbolje potražiti pomoći nastavnika ili druge starije osobe.

**Napomena:** u koloni „opasno“ će se nalaziti manji broj radnji u poređenju sa drugom kolonom. Većina učenika se neće sresti sa takvim situacijama, no svakako ih je važno pomenuti.

**Procijeni situaciju**

Učenike podijelite u 4 grupe. Svaka grupa treba da dobije svih pet primjera nasilja. Zadatak grupa je da analiziraju sva četiri slučaja i procijene situacije, te prezentuju svoje zaključke. Po završetku svake prezentacije, edukatori vršnjaka treba da pitaju ostale učenike da li se slažu sa zaključcima grupe te da eventualno ponude drugačije mišljenje.

Potrebno vrijeme za rad u grupama: 15 minuta

Prezentacije: 2 minute po grupi = 8-10 minuta

Diskusija: 5-10 Minuta

**SLUČAJ 1**

*Nalazite se ispred škole sa prijateljem iz razreda. Pored vas je grupa učenika iz starijeg odjeljenja i ne poznajete ih. Primijetili ste da su okružili učenika iz vašeg razreda i da ga ismijavaju. Kada je pokušao da se izmake, oni su zatvorili krug oko njega i počeli da ga guraju ne dozvoljavajući mu da izđe. Molio ih je da ga puste na miru, no oni su postajali sve glasniji i agresivniji. Razmišljate šta je najbolje da učinite: da li da pokušate zaustaviti nasilje kojem svjedočite ili da potražite nastavnika/cu u školi ili...*

*Procijenite situaciju koristeći predviđena pitanja.*

- Da li neko može biti povrijeden (fizičko nasilje) ukoliko reagujemo?
- Da li se radi o situaciji koja podrazumijeva kršenje zakona (osoba je ukrala nešto, osoba prijeti nožem ili drugim opasnim predmetom)?
- Da li vam je mjesto gdje se nalazite nepoznato?
- Da li se u vašoj blizini nalaze osobe koje ne poznajete?
- Da li ste sami i udaljeni od drugih učenika koji bi mogli pomoći?
- Šta možete uraditi?
- Da li je to bezbjedno za vas?

**SLUČAJ 3**

*Pao je mrak, a vi se vraćate iz škole. Primijetili ste grupu od tri mladića i dvije djevojke, a koji sudeći prema njihovom ponašanju, izgledaju kao da su pijani. Jeden mladić nosi flašu sa alkoholom, a drugi se ponaša krajnje agresivno i počinje da vrijeđa mladića koji ide u vašu školu, a koji je prolazio preko puta vas. Mladić se okrenuo i pitao da li se njemu obraća, a ova grupa je krenula prema njemu. U trenutku je nastao metež. Razmišljate šta je najbolje da učinite! Procijenite situaciju koristeći predviđena pitanja.*

- Da li neko može biti povrijeden (fizičko nasilje) ukoliko reagujemo?
- Da li se radi o situaciji koja podrazumijeva kršenje zakona (osoba je ukrala nešto, osoba prijeti nožem ili drugim opasnim predmetom)?
- Da li vam je mjesto gdje se nalazite nepoznato?
- Da li se u vašoj blizini nalaze osobe koje ne poznajete?
- Da li ste sami i udaljeni od drugih učenika koji bi mogli pomoći?
- Šta možete uraditi?
- Da li je to bezbjedno za vas?

**SLUČAJ 2**

*Nalazite se u razredu gdje grupa učenika snima mobilnim telefonom nasilje kojem svjedočite. Dvije djevojke udaraju učenicu koja je na podu, dok drugi učenici dobacuju. Nekoliko vaših prijatelja je tu sa vama i razmišljate da ih zamolite da prestanu. Procijenite situaciju koristeći predviđena pitanja.*

- Da li neko može biti povrijeden (fizičko nasilje) ukoliko reagujemo?
- Da li se radi o situaciji koja podrazumijeva kršenje zakona (osoba je ukrala nešto, osoba prijeti nožem ili drugim opasnim predmetom)?
- Da li vam je mjesto gdje se nalazite nepoznato?
- Da li se u vašoj blizini nalaze osobe koje ne poznajete?
- Da li ste sami i udaljeni od drugih učenika koji bi mogli pomoći?
- Šta možete uraditi?
- Da li je to bezbjedno za vas?

**SLUČAJ 4**

*Izašli se u lokalni park i sjedite u društvu prijatelja iz razreda. Primijetili ste da na klupi pokraj vas sjedi grupa mladića koji piju alkohol i koji su vidno pijani. Jeden od njih nosi palicu i sa njom udara klupu koja je već napukla. Prišao im je stariji čovjek koji ih je ljubazno zamolio da to ne rade, na što je grupa mladića ustala i odgurnula starijeg čovjeka koji je zvao upomoć. Nalazite dovoljno blizu da pomognete, no da li je to bezbjedno za vas? Procijenite situaciju koristeći predviđena pitanja.*

- Da li neko može biti povrijeden (fizičko nasilje) ukoliko reagujemo?
- Da li se radi o situaciji koja podrazumijeva kršenje zakona (osoba je ukrala nešto, osoba prijeti nožem ili drugim opasnim predmetom)?
- Da li vam je mjesto gdje se nalazite nepoznato?
- Da li se u vašoj blizini nalaze osobe koje ne poznajete?
- Da li ste sami i udaljeni od drugih učenika koji bi mogli pomoći?
- Šta možete uraditi?
- Da li je to bezbjedno za vas?

## SLUČAJ 5

Primjetili ste da učenici iz škole „share-uju (dijele na internetu, prim.aut.)“ video mladića kojeg je grupa učenika iz starijih odjeljenja maltretirala i snimala kamerom mobilnog telefona. Veoma brzo, video je postao viralan i nekoliko učenika iz vašeg razreda su ispisali komentare kojim opravdavaju nasilje kojem je učenik bio izložen. Procijenite situaciju koristeći predviđena pitanja.

- > Da li neko može biti povrijeđen (fizičko nasilje) ukoliko reagujemo?
- > Da li se radi o situaciji koja podrazumijeva kršenje zakona (osoba je ukrala nešto, osoba prijeti nožem ili drugim opasnim predmetom)?
- > Da li vam je mjesto gdje se nalazite nepoznato?
- > Da li se u vašoj blizini nalaze osobe koje ne poznajete?
- > Da li ste sami i udaljeni od drugih učenika koji bi mogli pomoći?
- > Šta možete uraditi?
- > Da li je to bezbjedno za vas?

## ZAKLJUČAK RADIONICE

Prije odluke o reakciji na nasilje kojem osoba svjedoči, važna je procjena. Procjena je važna iz više razloga:

- > Da zaštитimo sebe
- > Da spriječimo eskalaciju nasilja
- > Da spriječimo još veću štetu koja može nastati neadekvatnom intervencijom

Ukoliko osoba koja vrši nasilje posjeduje oštri predmet ili se radi o grupi koja vrši nasilje, bolje je potražiti pomoć odraslih nego se izlagati riziku da nasilje kojem svjedočimo preraste u nasilje kojem smo izloženi. *Ukoliko procijenite da je osoba pod uticajem psihoaktivnih supstanci, tada vam savjetujemo da potražite pomoć starije osobe ili prolaznika, a nikako da sami reagujete.* Ukoliko se radi o grupi koja vrši nasilje, a vi se nalazite daleko od poznatih osoba ili autoriteta koji vam mogu pomoći, izbjegavajte bilo kakve reakcije koje bi vas mogle uključiti u nasilje kojem svjedočite.

U narednoj radionici govorićemo o reakcijama na nasilje, te je za tu vježbu važna priprema, pa zamolite učenike da intervjuju roditelje i sa zaključcima intervjuja, dođu na narednu radionicu. Učenicima podijelite kopije intervjuja i objasnite da ispunjeni upitnik ne moraju donositi na radionicu, već da će tokom radionice razgovarati o ključnim nalazima do kojih su došli.

## Radionica 26:

## Šta mogu uraditi ako...

## 🕒 TRAJANJE:

45 minuta

## 📍 CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici se upoznaju sa pojmom „trougla nasilja“
- > Učenici kroz date primjere diskutuju sigurne načine uključivanja u nasilje, te se upoznaju sa načinima na koje mogu donijeti sigurne odluke
- > Učenici spoznaju važnost pravilne procjene rizika prije bilo kakve reakcije prema osobi koja vrše ili trpi nasilje

## 📘 POTREBNI MATERIJALI:

- > Deklaracije nasilja kreirane tokom sesije „Mladi protiv nasilja“
- > Nalazi mini istraživanja „Zastupljenost nasilja nakon kreiranja deklaracije“
- > Kreda i tabla
- > Kopije slučajeva nasilja
- > Prazni protokoli za intervjuiranje roditelja

## 📢 UVOD

Prije nego što krenete sa tematskim dijelom radionice, zamolite „zaštitnike deklaracije“ sa aktivnim mandatom da vam se pridruže i da u sumiraju svoj, ali i zaključke prethodnih grupa. Ukoliko su učenici prethodno radili mini istraživanje, diskutujte o rezultatima:

*Ako su zabilježeni slučajevi nasilja*

- > Šta možemo uraditi da se ovakvi slučajevi ne ponavljaju?
- > Ko je sve mogao uticati da se nasilje spriječi?

*Ako se nasilje nije desilo nakon formiranja deklaracije*

- > Čestitajte učenicima na rezultatu i podsjetite na razloge potpisivanja deklaracije, te podržite učenike u dalnjem pridržavanju principa deklaracije motivišućim porukama.

Zatim se učenicima zahvalite na intervjuu koji su napravili u okviru radnog zadatka nakon prethodne radionice. Pitate da li neko od učenika želi da podijeli određeno zapažanje tokom intervjuja koji su obavili sa svojim roditeljima/starateljima.

*Trougao nasilja i svjedoci nasilja*

Učenike podsjetite na trougao nasilja (*žrtva nasilja, osoba koja vrši nasilje i svjedoci nasilja*). Zatim

učenike pitajte kakvi svjedoci mogu biti? Kroz interakciju sa učenicima, objasnite nekoliko pozicija svjedoka nasilja:

- > Aktivni pozitivni svjedoci
- > Pasivni svjedoci
- > Svjedoci koji učestvuju u nasilju

Važno je da sa učenicima objasnite značenje svake pojedinačne pozicije:

**Aktivni svjedoci** su osobe koje na određeni način zaustavljaju nasilje prije nego se desi, zaustavljaju nasilje koje se dešava, ili preduzmu korake koji pokazuju neslaganje sa nasiljem koje druga osoba/grupa vrši.

**Pasivni svjedoci** su osobe koje ne reaguju na nasilje kojemu svjedoče.

**Svjedoci koji učestvuju u nasilju** su osobe koje navijaju, dobacuju, smiju se i na taj način doprinose nasilju koje se dešava.

U nastavku radionice, učenike pitajte zašto u trouglu nasilja najveću snagu imaju svjedoci? Prihvataljivi odgovori su: „svjedoci su najveća grupa“, „osoba koja vrši nasilje najčešće time privlači pažnju ostatka razreda (svjedoka), ako dajemo tome

*značaj, ta osoba će prestatи“, „nasilje se hrani pažnjom pa je prisustvo svjedoka i više nego važno“, „ukoliko osoba primijeti neslaganje većine sa nasiljem koje vrši, osoba će prestatи“, „jer smo potpisali deklaraciju i pristali da radimo zajedno na tome da ovo bude razred bez nasilja“.*

Zaključite da brojna istraživanja potvrđuju da svjedoci nasilja zaista imaju najveću snagu da zaustave ili utiču na nasilje, pa čak i da određeno okruženje kao što su škole, razredi, klubovi i slično, učine mjestom na kojem nema nasilja. **Nasilje se hrani pažnjom** i ukoliko osoba koja vrši nasilje osjeti da to pozitivno utiče na njegov/njen imidž i da pri tome neće snositi nikakve posljedice, **tada će osoba nastaviti ponašati se nasilno i proširiti vremenom listu onih koji su njegova/njena meta**. Zato je važno stvoriti okruženje u kojem niko ne osjeća da nasilje ima bilo kakvu pozitivnu stranu i da ne postoje oni koji tolerišu nasilje u svom okruženju.

**Objasnite:** *Istraživanja su pokazala da su vršnaci tj. svjedoci nasilja najsnažniji faktor koji može zaustaviti ili iskorijeniti nasilje.* Ipak, mnogi mladi ljudi ne reaguju.

Učenike pitajte zašto se učenici koji svjedoče nasilju, odluče da ostanu pasivni i ne reaguju? Pokušajte dobiti što više različitih odgovora. Možete postavljati isto pitanje „koji je još razlog zašto neki ne reaguje na nasilje kojem svjedoči?“ više puta, a sve dok ne dobijete 4-6 odgovora.

Zatim učenicima predstavite najčešće razloge. Primere možete pripremiti na flipčart papiru ili na tabli. Dok vi govorite, član tima može ispisivati primere na tabli.

Mnogo je razloga zašto mladi koji svjedoče nasilju ne reaguju na isto. Na primjer:

- › *Nije moje da se miješam, to je njihov problem.* Nasilje se hrani pažnjom i ignoriranjem čina nasilja. Nasilje je svačiji problem, bez obzira da li smo mi žrtva ili bilo ko drugi
- › *Bolje je da ne budu povrijeđeni ili ne postanu nova žrtva nasilnika.* Procjena je u tom slučaju od posebne važnosti. Zamolite učenike da se prisjetete prethodne radionice i navedu primjer kako mogu napraviti procjenu i o čemu treba da razmislimo prije nego reagujemo
- › *Osjećaju se bespomoćno da zaustave nasilje.*
- › *Ne vole žrtvu ili smatraju da žrtva zasluzuje to što joj/mu se dešava*

- › *Ne žele skrenuti pažnju na sebe*
- › *Plaše se osvete nasilnika*
- › *Smatraju da ukoliko kažu odraslima, neće postići ništa ili mogu još više zakomplikovati situaciju*
- › *Smatraju da samo slabici prijavljuju nasilje*
- › *Ne znaju šta da urade*

Važno je napomenuti da osobe koje dobacuju i tako ohrabruju nasilje ili se ismijavaju žrtvi, nisu svjedoci već saučenici nasilja. Kako se svjedok osjeća zbog izostanka reakcije?

1. *Frustrirano* – jer se osjećaju bespomoćnim da nešto urade. Smatraju da ne mogu ili nisu u poziciji da kažu ili urade nešto što bi zaustavilo nasilje ili pomoglo žrtvi.
2. *Zbunjeno i nekomotno* – pritisak da se pridružimo nasilju jer želimo biti na strani pobjednika ili većine vršnjaka (fenomen: „sakrivanja u grupi“).
3. *Uplašeno* – biti na strani nasilnika jer ne želi da postane nova žrtva.
4. *Krivim* – jer nisu reagovali i pomogli žrtvi.

**Objasnite učenicima:** Važno je naučiti mlade, posebno potencijalne svjedoke nasilja kako da na sigurne i pozitivne načine djeluju preventivno ili intervenišu u slučaju rizika da dođe do nasilja ili uznemiravanja. Pristup **aktivnih svjedoka nasilja** podrazumijeva intervencije u slučaju fizičkog, verbalnog, digitalnog i drugih oblika nasilja, zaustavljući ih prije nego se i dese, zaustavljući ih tokom dešavanja, govoreći javno protiv nečije ideje da se ponaša nasilno, ohrabrujući druge vršnjake da postupe pozitivno, obeshrabrujući pojedince i grupe da budu nasilni prema nekome.

#### Aktivnost: *Slažem se / Ne slažem se*

Objasnite učenicima da će u nastavku radionice diskutovati o čestim uvjerenjima u vezi nasilja i da će narednih 7-10 minuta čitati izjave, a učenici treba da kažu da li se slažu ili se ne slažu sa određenom izjavom. Nakon što facilitator/ka ili vršnjački edukator/ka pročita izjavu, ukoliko se učenici slažu, podižu ruku, a ukoliko se ne slažu, ostave ruku spuštenu.

Nakon što pročitate izjave, učenike pitajte da obražlože stajalište:

- › *Ako nekome kažem o nasilju kojem sam svjedočio, ja sam šmeker/ka!*

» **Netačno!** Zaključite: Dok se „šmekanje“ koristi da bi se nekome napakostilo, sa druge strane, prijavljivanje nasilja se koristi da bi se nekome pomoglo. Osobe kojima pomognete, nikada neće zaboraviti to što ste za njih uradili i veća je vjerojatnoća da će sutra za vas uraditi isto.

- › *Nazivanje smiješnim imenima je bezopasno i sastavni dio odrastanja.*

» **Netačno!** Zaključite: Ne postoje blage i teške forme nasilja i svako nasilje ostavlja posljedice. Niko ne voli da ga nazivaju pogrdnim imenima, iako neko može na njih reagovati kao da mu je svejedno.

- › *Ako pokušam zaustaviti nasilje mogu postati naredna žrtva.*

» **Netačno!** Zaključite: Ako više učenika reaguje, osoba ne može odabratи sve kao narednu metu. Sa druge strane, postoje različite strategije koje možemo preduzeti da bi omeli osobu koja vrši nasilje. Iskazati neslaganje više učenika i podsjećanje na deklaraciju i sve o čemu ste razgovarali tokom posljednjih radionica, može biti dovoljno snažan faktor u smislu sprečavanja nasilja ili zaustavljanja nasilja koje se dešava u tom trenutku. Istraživanja su pokazala da u razredima u kojima svjedoci ne tolerišu nasilje, mogućnost pojave nasilja se drastično umanjuje.

- › *Ne treba da reagujemo na nasilje jer će vremenom proći i osoba će biti dobro.*

» **Netačno!** Zaključite: Izlaganje nasilju koje je kontinuirano može stvoriti daleko veće posljedice od nasilja koje se desi jednom. Sa druge strane, nasilje utiče na zdravlje osobe koja mu je izložena, pa i u tom slučaju važno je reagovati prije nego nasilje dovede do težih posljedica po zdravlje žrtve. Nasilje koje se ignorise, često eskalira u nasilje koje traje duže i koje može dovesti do vrlo ozbiljnih posljedica.

#### Šta možemo napraviti?

Diskutujte sa učenicima o tome kako na direktni ili indirektni način mogu intervenisati i prijaviti nasilje:

- › *Sigurniji načini uključivanja svjedoka u situacijama nasilja.*
- › *Mladi često imaju osjećaj da je jedini način da se zaustavi nasilje „uskočiti“ i fizički razdvojiti ili verbalno zaustaviti nasilje kojem svjedočimo.*

No, postoje daleko sigurnije metode koje mogu biti efikasne, a sa druge stane jednako bezbjedne za one koji se odluče da ih koriste.

#### Indirektne intervencije:

##### *Usmjereni na osobu koja vrši nasilje*

- › *Ne ohrabruj nasilje!* Pitajte učenike zašto je ovo potencijalno koristan metod. Tražite tri ili više odgovora od tri ili više učenika.

» *Ignoriši ukoliko vidiš da može eskalirati!* Pitajte učenike zašto je ovo potencijalno koristan metod. Tražite tri ili više odgovora od tri ili više učenika.

- › *Odmakni se i ohrabri druge da se odmaknu zajedno sa tobom!* Pitajte učenike zašto je ovo potencijalno koristan metod. Tražite tri ili više odgovora od tri ili više učenika.

##### *Usmjereni prema osobi koja je bila izložena nasilju*

- › *Reći nešto lijepo!* Pitajte učenike zašto je ovo potencijalno koristan metod. Tražite tri ili više odgovora od tri ili više učenika.

» *Pozovi osobu sa sobom na mali ili veliki odmor!* Pitajte učenike zašto je ovo potencijalno koristan metod. Tražite tri ili više odgovora od tri ili više učenika.

- › *Pitaj kako se osjeća i reci da se ne slažeš sa onim što su mu/joj napravili!* Pitajte učenike zašto je ovo potencijalno koristan metod. Tražite tri ili više odgovora od tri ili više učenika.

» *Diskretno ohrabri druge učenike da se pridruže osobi koja je bila izložena nasilju i budu podrška!* Pitajte učenike zašto je ovo potencijalno koristan metod. Tražite tri ili više odgovora od tri ili više učenika.

Sada objasnite da će diskutovati o direktnim intervencijama tj. šta svjedoci nasilja mogu direktno uraditi da bi zaustavili nasilje ili pomogli žrtvi. Korisno je da napišete direktnе intervencije na flipčart papir ili tablu, tako da ih učenici vide tokom diskusije. Nakon što pročitate svaku tvrdnju, zamolite dva ili više učenika da kažu mišljenje o tome zašto određena intervencija može biti korisna.

#### Direktne intervencije

##### *Prema osobi koja vrši nasilje*

- › *Iskaži neslaganje sa ponašanjem!* Pitajte učenike da navedu primjer.

- » Reci nešto poput „To što radiš nije ok“.
- » Ustanite kao grupa i zajedno iskažite neslaganje sa ponašanjem osobe koja vrši nasilje (ovo je najefektivniji način). Ukoliko se nasilje dešava u vašem razredu, podsjetite osobu na ono o čemu smo razgovarali. Podsjetite osobu koja vrši nasilje na posljedice nasilja i štetu do koje nasilje dovodi i deklaraciju koju ste svi potpisali, a kako bi spriječili da neko u vašem razredu bude povrijeđen ili na bilo koji način ugrožen. To je vaš razred! Zamolite učenike da podijele iskustva ili primjere: da li su svjedočili ili bili sudionik situacije u kojoj je grupa uticala na osobu da prestane da se ponaša nasilno (bez primjera upotrebe fizičkog nasilja, fokus je na verbalnom pristupu)? Kako je izgledala ta situacija? Kako se osjećaju osobe koje zaustave ili spriječe nasilje prema nekome?
- » Na šaljiv način probaj promjeniti temu ili predloži bolje rješenje.
- » Možete reći da dolazi nastavnik/ca i probajte omesti situaciju koja se dešava.
- » Možete reći „*Stani, možeš mnogo bolje od toga.*“
- » Reci „*NE, to nije ok*“ i izadi iz razreda.
- » U postu/komentaru istaknite da to što osoba radi nije ok.

#### *Prema osobi koja je izložena nasilju*

- » Pomozite učeniku da izade iz situacije u kojoj se nalazi.
- » Ponudite se da budete uz njega/nju i recite da možete zajedno obratiti se za pomoć.
- » Pošaljite osobi poruku i napišite šta stvarno osjećate u vezi situacije kojoj ste svjedočili. **Pojasnite:** Podrška je jako važna za osobu koja je izložena nasilju, posebno kada se radi o okruženju u kojem ta mlada osoba provodi najviše vremena. Jako je važno da žrtva nasilja zna da nije usamljena u problemu i da postoje drugi koji je/ga razumiju.

#### Izaberimo pravu strategiju

Zahvalite se učenicima na aktivnom učešću i objasnite da će u nastavku radionice razgovarati o bezbjednim i sigurnim načinima uključivanja svjedoka u sprečavanje nasilja. Za ovu aktivnost vam trebaju četiri dobrovoljca. Prije nego se javi, objasnite da vam trebaju četiri osobe koje će pročitati četiri različite kratke priče i da će ostali učenici zatim krenuti u diskusiju. Naglasite da dobrovoljci trebaju samo da pročitaju priče, a facilitatori/ke ili edukatori/ke vršnjaka će voditi diskusiju.

Svakom od četiri dobrovoljca/ke dajte po jedan primjer slučaja nasilja koji su učenici analizirali na prethodnoj radionici. Nakon što učenik pročita slučaj koji mu je dodijeljen, vodite diskusiju o intervencijama koje svjedoci mogu napraviti kako bi spriječili ili zaustavili nasilje u razredu ili na društvenim mrežama koristeći predviđena pitanja. Učenicima možete reći da se mogu podsjetiti na primjere direktnih i indirektnih intervencija.

Nakon svake pročitane priče, koristite ista pitanja:

- > O kojem/im obliku/cima nasilja se radi?
- > Gdje se nasilje dešava?
- > Kako su u ovom slučaju reagovali svjedoci nasilja?
- > Kako izostanak reakcije ostalih učenika utiče na nasilje i žrtvu?

- > Šta bi svjedoci mogli uraditi da bi spriječili nasilje prije nego je počelo ili na samom početku?
- > Šta bi svjedoci mogli uraditi da bi zaustavili nasilje?
- > Šta bi svjedoci mogli uraditi da pomognu žrtvi?
- > Koje je dodatne korake potrebno napraviti kako bi se spriječilo slično poнаšanje istog ili drugih učenika?

Drugi član tima može zapisivati odgovore na tabli.

#### **Radni materijal: Kopije slučajeva nasilja**

**Napomena:** Za potrebe izvođenja ove radionice koristite radni materijal radionice broj 24. Nasilje i osjećanja.

#### **ZATVARANJE RADIONICE:**

Zahvalite se učenicima na aktivnom učešću tokom svih šest radionica. Podsjetite učenike da su radionice dio šireg programa koji škola sprovodi, a u cilju uspostavljanja prvih škola na ovim prostorima, a koje će se moći nazvati *školama bez nasilja*. Podsjetite učenike na Deklaraciju i zamolite ih da svaki put kada su ljuti, bijesni ili razočarani, u situacijama kada svjedoče nasilju ili primijete da bi se moglo desiti, sjete se ovih šest radionica i zajedničkih zaključaka koji su bili iskreni, njihovi i podržavajući za ideju da pravimo razred koji kaže NE nasilju.

U ovom dijelu radionice možete istaći vlastita zapažanja u kontekstu razreda i učenika koji su prisustvovali radionicama. Zamolite učenike da vam dozvole da se i vi upišete na Deklaraciju. Istaknite da ste svjesni da ne možete biti aktivni zaštitnici deklaracije njihovog razreda, ali da vjerujete da kao razred imaju snage da se drže zajedničkih zaključaka i zajedničke odluke da se aktivno suprostavite bilo kom vidu nasilja u svom razredu. S obzirom da ste i sami učestvovali kao vršnjački edukatori/ke ili kao nastavnik/ca, bila bi vam čast da i vaše ime bude među onima koji žele svoje okruženje učiniti divnim i ugodnim za svakog učenika i učeniku! Tako i za sve generacije koje dolaze. Objasnite da će biti dostupni u slučaju da neko od njih treba savjet ili informaciju.

#### **PROTOKOL ZA INTERVUJISANJE RODITELJA**

Koristite sljedeća pitanja tokom intervjuja jednog ili dva roditelja ili staratelja. Odgovore ne moraš zapisivati i odgovori na ova pitanja su povjerljivi.

1. Kada kažem nasilje u školi, šta ti prvo pada na pamet?

**Napomena:** Pokaži roditeljima karticu sa navedenim formama nasilja i zamoli ih da ih pročitaju. Pitaj da li je neka od navedenih formi za njih novost tj. da li su prepoznali određeno ponašanja kao nasilno a da ga takvim prije nisu vidjeli.

Ako je odgovor DA, šta su naučili:

2. Kada si bio/la mojih godina, da li si svjedočio/la nekom slučaju nasilja u školi ili ispred škole? Ako jesi, o kakvom se nasilju radilo? Koristeći bilješke i materijale sa radionice, odredite o kojoj kategoriji ili više kategorija nasilja pripada slučaj koji je roditelj pomenuo.

3. Kada se desilo nasilje koje si pomenuo/la na početku, koja je bila tvoja uloga: *osoba koja je izložena nasilju, osoba koja vrši nasilje ili svjedok nasilja*. Ako je odgovor svjedok nasilja, objasni roditelju da postoje svjedoci koji gledaju nasilje i ne reaguju, postoje oni koji navijaju i time doprinose nasilju i postoje svjedoci koji za-

ustavljaju nasilje. Zamoli roditelja/staratelja da objasni svoju poziciju u situaciji koju su izdvojili na početku intervjuja.

4. Šta si uradio/la tokom svjedočenja nasilju ili nakon što se nasilje desilo? Objasni roditeljima šta svjedoci nasilja mogu uraditi u slučaju nasilja.

#### Intervju za roditelje – završna pitanja

*Napomena: Ovaj dio ispunjavate nakon završenog intervjuja. Važno je da odgovoriš na svako pitanje, potpišeš se, zamoliš roditelje da oni potpišu i vratiš popunjeni upitnik nastavniku/razredniku. (popunjava učenik/ca, a potpisuju nastavnik i roditelj)*

1. Da li ti je intervjuisanje bilo zanimljivo? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Da li si nešto naučio/la tokom intervjuja? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Smatraš li da je osoba koju si intervjuisao/la, od tebe naučila nešto tokom intervjuja? \_\_\_\_\_  
Ako da, šta je osoba naučila? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Da li si bio/la iznenaden/na iskustvima osobe koju si intervjuisao/la jer su slična tvojima? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Šta je najvažnija stvar koju si naučio/la tokom intervjuja sa roditeljem/starateljem? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mjesto i datum: \_\_\_\_\_

Potpis učenika

Potpis roditelja

## Radionica 27:

### Nasilje u školi i na internetu

#### TRAJANJE:

45 Minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- Učenici iznova obnavljaju znanje o nasilju i različitim vrstama nasilja
- Učenici diskutuju vršnjačko nasilje i posljedice koje ostavlja na mlade ljude
- Razvijanje prezentacijskih i vještina za donošenje odluka kod učenika

#### POTREBNI MATERIJALI:

Radni materijal

- Kartica 1 *Svjedok nasilja*
- Kartica 2 *Žrtva nasilja*
- Kartica 3 *Pridruženi nasilju*
- Kartica 4 *Prijatelj nasilnik*

#### PRIPREMA:

Tokom pripreme radionice, facilitator/ka treba postaviti radne materijale na prazno polje drugog nivoa. Vodeći računa da svaka grupa ima drugačiji zadatak, facilitator treba da nasumično odredi koja grupa će dobiti određeni zadatak. Zadaci su podijeljeni u 4 kartice:

- Kartica 1 *Svjedok nasilja*
- Kartica 2 *Žrtva nasilja*
- Kartica 3 *Pridruženi nasilju*
- Kartica 4 *Prijatelj nasilnik*

Svaka grupa dobija jednu od ove četiri kartice. Učenici se zatim povlače u kutak za promišljanje i tu samostalno rade na rješavanju zadatka. Sva-

ka kartica sadrži uputstva grupama za samostalan rad, no predlažemo da facilitatori posjete svaku grupu i ponude pomoć. Grupe imaju 20 minuta na raspolaganju da riješe zadatak i 5 minuta da obražole rješenje.

**Facilitator/ka objašnjava:** nakon ugodnog ljetnog raspusta, najbolji prijatelj svake pojedinačne grupe se vraća u školu. Ovog puta, vaši najbolji prijatelji su se suočili sa izazovom i svaka grupa ima drugačiji zadatak i treba da ponudi adekvatno rješenje. Zamolite učenike da unutar grupe podijele materijal sa zadatom i prateće materijale neophodne za bolje razumijevanje problema i potencijalnog rješenja.

#### PRIPREMNI ZADATAK

Ukoliko učenici nisu prethodno prošli edukaciju/e iz oblasti nasilja, važno je da prije samostalnog rada učenika u grupama, facilitator/ka ponudi osnovne informacije o nasilju. Može koristiti ponudeni koncept:

*Nasilje predstavlja „namjernu upotrebu sile ili moći, prijetnju ili stvarno djelovanje, protiv sebe, druge osobe ili protiv grupe ili zajednice, a što dovodi ili postoji velika vjerovatnoća da dovede do povrede, smrti, psiholoških posljedica, neadekvatnim razvojem ili oduzetošću. Kroz interakciju sa*

učenicima, provjerite da li znaju navesti kategorije nasilja i provjerite stav o najzastupljenijim formama nasilja kojima su izloženi djeca i mлади u našoj zemlji.

Naglasite da će tokom ove radionice govoriti o dvije kategorije nasilja, i to o nasilju prema sebi i interpersonalnom nasilju.

Objasnite učesnicima da svaka grupa ima 20 minuta na raspolaganju da razmotri i riješi zadatak i dodatnih 5 minuta da predstave svoja rješenja.

Uloga facilitatora je da tokom prezentacije timova, razgovara o svakom odgovoru te ponudi zdrave perspektive, u slučaju da mladi u svojim rješenjima nude štetne i nezdrave prakse. Svaka grupa ima četiri pitanja na koja treba da odgovore, i svako pitanje nosi određeni broj pozitivnih ili negativnih poena. Da bi olakšali praćenje i kalkulacija, u nastavku predstavljamo sve četiri kartice sa zadacima i odgovorima sa unaprijed definisanim poenima. Facilitator/ka na taj način treba da prati ponuđena rješenja i tokom prezentacije svakog tima, a po predstavljanju svakog odgovora, kaže učenicima koliko su poena dobili i obrazloži zašto.

**Materijal za facilitatore:** Kartice sa zadacima i definisanim rezultatima

#### KARTICA 1 SVJEDOK NASILJA

Denis je miran i povučen mladić. Danas su mu u razredu sakrili torbu i svi su se smijali dok je tražio po učionici. Par učenika je dobacivalo kako je svaka „loš učenik“ i da mu torba nije potrebna. Vaš najbolji prijatelj je to gledao i razmišljaо da li da reaguje i pokuša zaustaviti nasilje kojem svjedoči. Plaši se da, u slučaju da reaguje, ne postane i sam žrtva ove grupice, no isto tako zna da ako prečuti, direktno je doprinio nasilju. Šta će uraditi? Molimo vas da prvo diskustujete unutar grupe o sljedećim pitanjima, a zatim da odgovorite na pitanja kojim rješavate zadatak.

#### KARTICA 2 ŽRTVA NASILJA

Juče je vaš prijatelj doživio vrlo neugodnu situaciju. Grupa učenika ga je zezala zbog stila oblaćenja. Majica koju je dobio od vas, za ovu grupu nije dovoljno muška/ženska, pa su se učenici udružili i počeli da daju vrlo neugodne etikete. Neko je dobio da je peško/muškobara, ostali su se smijali i nastavili dobacivati. Sutra se zezanje nastavilo i tako već nekoliko sedmica i vaš prijatelj se užasno osjeća. Ne ide mu se u školu, pomisao da će i danas biti predmet zezanja ga užasava. Razmišljanje o ovome utiče i na njegovo/njeno učenje, pa je dobio loše ocjene. Molimo vas da prvo diskustujete unutar grupe o sljedećim pitanjima, a zatim da odgovorite na pitanja kojim rješavate zadatak.

#### Pitanja za diskusiju unutar grupe:

- › Zašto mladi ne reaguju na nasilje kojem svjedoče?
- › Zašto bi trebali?
- › Kakve su posljedice nasilja?
- › Da li postoji blago i teško nasilje?
- › Šta možemo uraditi?
  - » Razgovarati sa Denisom!?
  - » Prijaviti nasilje!?
  - » Stati uz Denisa i reći ostalima da prestanu!?
  - » Savjetovati Denisa da razgovara sa nastavnikom ili pedagogicom i biti svjedok nasilja kojemu je bio izložen!?

#### Pitanja za diskusiju unutar grupe:

- › Da li su ovo česte situacije u školama?
- › Kakva osjećanja prate vašeg prijatelja?
- › Šta bi vi mogli uraditi da pomognete prijatelju?
- › Zašto mladići ili djevojke izbjegavaju da traže pomoć?
- › Da li bi trebali tražiti pomoć i zašto?
- › Kome se može obratiti i šta može očekivati?

Šta bi vaš prijatelj trebao uraditi? Odgovorite na sljedeća pitanja kojima ćete objasniti reakciju vašeg najboljeg prijatelja:

#### KARTICA 3 PRIDRUŽENI NASILJU

Prošle sedmice je neko objavio na društvenim mrežama video u kojem vašeg prijatelja zezaju učenici iz razreda. Video je ubrzo postao viralan, pa je gotovo cijela škola svjedočila nasilju kojem je vaš prijatelj bio izložen. Mnogi učenici su se pridružili nasilju kroz komentare kojim su ohrabrivali i pravdali nasilno ponašanje vršnjaka koji su snimili i objavili video. Video su vidjeli prijatelji, osobe koje poznaje i one koje ne poznaje, ali najteže mu je palo što ga je vidjela i djevojka/momak koji mu/joj se sviđa. Smatra da je to nepovratno uništilo njegov/njen status u školi i školu koju je volio/la zbog društva, sada prezire i ne želi da ide na nastavu. Plaši se reakcije vršnjaka.

**Napomena za facilitatore:** Jako je važno da u slučaju „negativnih odgovora“ definijete posljedice takve odluke, kao i u slučaju pozitivne odluke obrazložite značaj takve odluke. Vi ste vidjeli taj video i odlučili ste da uradite sljedeće:

Molimo vas da prvo diskustujete unutar grupe o sljedećim pitanjima, a zatim da odgovorite na pitanja kojim rješavate zadatak.

#### KARTICA 4 PRIJATELJ NASILNIK

Vaš najbolji prijatelj/ica zeza Ivana, učenika iz vašeg razreda i gotovo svi učenici dobacuju, što stvara totalni haos. Naziva ga različitim pogrdnim imenima, a jedan od učenika to snima mobitelom. Treći učenik dobacuje da ukoliko ne prizna da je glup, da će video objaviti na Facebooku i da će onda dati svima priliku da sami procjene odgovor na to pitanje. Ivan moli da ga puste i vidi se da je jako uznemiren. Naredni dan, Ivan nije došao u školu, a neko u razredu je rekao da je to zbog jučerašnje situacije. Vi ste bili u razredu kada sve to dešavalo. Kako bi postupili u ovom slučaju?

Molimo vas da prvo diskustujete unutar grupe o sljedećim pitanjima, a zatim da odgovorite na pitanja kojim rješavate zadatak.

#### Pitanja za diskusiju unutar grupe:

- › O kakvoj formi nasilja se radi?
- › Da li je i ako jeste, zbog čega je ovaj vid nasilja kompleksniji i teži od drugih oblika nasilja?
- › Koliko nam je važno što drugi misle o nama?
- › Da li se njegov status može popraviti i da li se zaista radi o nepopravljivoj šteti?
- › Šta prijatelji mogu uraditi da se osjeća bolje?
- › Šta učenici u razredu mogu uraditi da se osjeća bolje?
- › Kome se može obratiti i šta može očekivati?

Šta bi od navedenog savjetovali, a u cilju pružanja pomoći/podrške prijatelju u nevolji? Odgovorite na sljedeća pitanja kojima ćete odrediti savjete i odluku vašeg najboljeg prijatelja:

#### Pitanja za diskusiju unutar grupe:

- › Da li su ovakve ili slične situacije prisutne u našim školama?
- › Da li se u ovom slučaju radi o nasilju i koje forme nasilja su prisutne?
- › Koje posljedice ovakvo ponašanje ostavlja na osobu koja vrši nasilje, a koje na osobu koja mu je izložena? (identifikujte i navedite što više posljedica za oba aktera nasilja)
- › Kome je u ovom slučaju potrebna pomoć i podrška? (objasni)
- › Šta bi predložili vašem prijatelju?
- › Šta bi uradili u slučaju vršnjaka koji je bio izložen ovoj neugodnoj situaciji?

**Dodatna pitanja:**

- › Da li bi se obratili razredniku i/ili pedagogu?
- › Da li je važno pokušati stupiti u kontakt sa Ivanom i zašto?
- › Ukoliko Ivan ne odgovara na poziv, koliko je važno i zašto, kontaktirati Iva-nove roditelje?

**Napomena:** Prilikom testiranja radionice, učenici su iznosili primjere u koji-ma su prijavljivali nasilje osoblju škole, no najčešće su reakcije profesional-nog osoblja izostajale. Takođe, prilikom testiranja, većina učenika je nagla-sila da su nastavnici često ohrabrivali „etiketiranje“ pojedinih učenika. Primjer je slučaj učenika jedne srednje škole u Sarajevu, a koji je da umjesto da igra fudbal sa mladićima, odlučio da igra odbojku sa učenicama iz razreda. Na-stavnik je pred svim učenicima nazvao učenika feminizirani, pa je to etiketa koju je nosio sve do završetka srednjeg obrazovanja u toj školi.

Facilitatori moraju biti spremni da odgovore na ovakve primjere i da insistira-ju na prijavljivanju nasilja, ali i da ohrabre učenike da kao grupa, vrše pritisak na osoblje škole, zahtijevajući da se počiniovi nasilja adekvatno tretiraju, a žrtva zaštiti. Upravo je ovo primjer institucionalne praznine zbog koje postoji prostor za pojavu nasilja i kontinuirano izlaganje žrtve novim stresnim situ-acijama. Izostanak institucionalne reakcije može kod žrtve podstaći razvoj osjećaja bespomoćnosti, te obeshrabriti da traži pomoć i onda kada stanje može biti daleko složenije ili kada se u najgorem slučaju pojave znakovi sui-cidalnog ponašanja ili namjere.

**Radionica 28:****Nasilje u vezama****TRAJANJE:**

45 minuta

**CILJEVI RADIONICE:**

- › Učenici definisu nasilne oblike ponašanja u vezama i njihove posljedice
- › Učenici se upoznaju na koji način trebaju reagovati ukoliko se sami susret-nu sa nasilnim oblicima ponašanja ili na koji način mogu pružiti podršku njihovim vršnjacima koji se nalazi u takvoj situaciji

**POTREBNI MATERIJALI:**

- › kreda i tabla ili *flipchart* papiri,
- › markeri,
- › Ijepljiva traka, *stickeri* i makaze,
- › kopije radnog materijala.

**IZVOĐENJE RADIONICE:**

Učenicima/cama objasnite da će tokom radio-nice razgovarati o odnosima između dvije osobe koje su u vezi.

**Napomena:** Važno je uključiti više učenika/ca u interakciju. S Obzirom da se radi o komplikovanoj temi, prilikom uspostavljanja interakcije, koristite pitanja zatvorenog tipa. Kasnije, nakon što se veći broj učenika/ca uključi u interakciju i diskusiju, isključivo koristite pitanja otvorenog tipa. Kada govorimo o vezama među ljudima, pojedina ponašanja, čak i ako ulaze u kontekst nasilja, nisu prepoznata kao takva, pa se osobe ne bune i često, pojedine nasilne oblike ponašanja, mijesaju sa zabrinutošću, brigom pa čak i ljubavlju.

Podijelite učenicima/ama radni materijal *Priča o savršenoj romantičnoj vezi*. Učenike/ce zamolite za mir i objasnite im da je važno da sa pažnjom pročitaju priču iz materijala Xo, a da će sadržaj tek-sta biti predmet diskusije koja će trajati do kraja radionice.

**Pitajte učenike/ce:**

- › Kako se osjećate nakon ove priče?
- › Da li su neke od situacija u ovoj priči, realne i dešavaju se vašim vršnjacima/kinjama?
- › Zašto se osobe odlučuju da ostanu u takvim ve-zama?

- › Kada bi se ovakva situacija desila vašoj prijate-ljici ili prijatelju, kakav bi mu/joj savjet dali?

Nastavite radionicu. Veza između dvije mla-de osobe, odlična je prilika za zdrav emocionalni ra-zvoj. Međutim, ukoliko su odnosi u vezi nezdravi, ukoliko jedna osoba u vezi dominira u odnosu na drugu ili direktno kontroliše odluke druge osobe, tada govorimo o kontroli nečijeg ponašanja, a što ujedno predstavlja nezdrav odnos. Šta bi onda predstavlja zdrav odnos? Prisjetimo se koje su karakteristike zdravih odnosa. Učenike/ce pod-sjetiti na faktore koji doprinose i znak su zdravih odnosa među ljudima: povjerenje, komunikacija, iskrenost, posvećenost, lojalnost, humor, neosu-đujući stavovi i drugo.

Na tabli nacrtajte 9 kolona, a možete koristiti i 9 *flipchart* papira. Na vrhu svake kolone napišite je-dan od pripadajućih naslova:

- › Psihološko i emocionalno zlostavljanje
- › Vršnjački pritisak
- › Korištenje društvenog statusa
- › Prisiljavanje
- › Minimiziranje
- › Prijetnje
- › Seksualna prisila
- › Izolacija
- › Pritisak putem socijalnih mreža.

Objasnite učenicima/ama da će u nastavku radionice razgovarati o različitim oblicima ponašanja, a zadatak učenika/ca je da kroz diskusiju sa ostalim učenicima/ama, definišu pripadajuće mjesto u svakoj od ponuđenih kolona. Takođe, učenici/e treba da identifikuju one oblike ponašanja koji se pojavljuju u priči o kojoj je prethodno vođena diskusija. Za facilitatore/ke je važno da interpretiraju termine koje učenici/e ne poznaju ili im je značenje nejasno. Takođe, ukoliko to vrijeme dozvoljava, bilo bi korisno da se facilitator/ka nakon postavljanja svake pojedinačne izjave na pripadajuće mjesto, pojasni svaki vid ponašanja i definiše negativne ishode svakog od njih. Za vježbu su vam potrebne kartice Radni materijal *Oblici nasilnih ponašanja i Oblici nasilnog ponašanja poredani po kategorijama*. Radni materijal *Oblici nasilnog ponašanja* sadrže izjave tj. oblike nasilnog ponašanja poredanih po kategorijama, ali bez naslova kategorija. To olakšava razumijevanje konteksta svake

pojedinačne izjave i potencijalne pozicije izjave u odnosu na postavljene forme nasilja u vezama.

Nakon što ste sve kartice postavili na pripadajuće mjesto, učenike/ce pitajte da li i jedan od navedenih oblika ponašanja ostavlja fizičke posljedice. S obzirom da niti jedan od oblika ponašanja na koje se referira materijal ne ostavlja fizičke posljedice, facilitator/ka treba da to naglasi. Nastavite interakciju:

Da li za svaki od navedenih oblika ponašanja, možemo zaključiti da ulazi u kategoriju nasilja? Koje od navedenih možemo svrstati u kategoriju rodno zasnovanog nasilja? Šta predstavlja rodno zasnovano nasilje? Facilitator/ka bi trebao/la da objasni razliku između nasilja i rodno zasnovanog nasilja, ali bez pretjeranog zadržavanja na ovoj temi zbog ograničenog vremena modula i činjenice da se ta oblast obrađuje kroz naredne module.

#### NAPOMENA:

*Objašnjenje rodno zasnovanog nasilja: Ukoliko je grupa prošla radionicu 12 Društvena pravila i nasilje, podsjetite ih šta znači rodno zasnovano nasilje i koja je razlika u odnosu na generalne forme nasilja. Ukoliko učesnici nisu prošli pomenutu radionicu, možete koristiti objašnjenje koje je navedeno u radionici Društvena pravila i nasilje.*

#### Šta je zajedničko za sve pobrojane oblike nasilnog ponašanja?

U ovoj fazi facilitator/ka ukazuje na emocionalne posljedice nasilja tj. sve navedene forme kontrole i nasilnog ponašanja negativno utiču na mentalno zdravlje izložene osobe. Šta možemo uraditi da prijateljici ili prijatelju pomognemo da izađe iz kruga nasilja i kontrole? Važno je da facilitatori/ke uključe što veći broj učenika/ca u diskusiju o ovom pitanju.

Zašto mladi, ukoliko vide da njihova prijateljica ili prijatelj su izloženi jednoj ili više navedenih formi kontrole i nasilja, ne razgovaraju sa njihovim roditeljima/starateljima ili drugom starijom osobom?

Zašto se ne „petljamo“ u odnose dvoje ljudi? Da li je nasilje privatna stvar ukoliko smo svjesni da pojedini ljudi ne prepoznaju nasilje ili kontrolu njihovog ponašanja? Ukoliko osoba ne reaguje, a i prijatelji/ce se ne uključuju, koje su posljedice za osobu izloženu nasilju?

Ako tu osobu koja je izložena nasilju nazivamo prijateljicom/prijateljem, a ne uključujemo se u pomoć, kome direktno pomažemo? Njoj ili osobi koja vrši nasilje?

Šta ste naučili iz ove radionice?

#### ZAKLJUČAK

*Nasilje ne podrazumijeva isključivu upotrebu fizičke sile. Osoba može biti u višegodišnjoj vezi i da nikada ne bude fizički napadnutu ali da je sve vrijeme veza nezdrava i nasilna. Nedostatak moći odlučivanja, kontrola ponašanja, vrijeđanje i uticaja na vaše stavove i mišljenje o sebi i drugima, mogu biti primjeri izraženog psihološkog nasilja kojem je osoba izložena. Zdrava veza se temelji na međusobnom poštovanju, uvažavanju, ljubavi, komunikaciji, kompromisu, iskrenosti, povjerenju, pravednosti, podršci i sl. Sve suprotno navedenom, vezu čini nezdravom i u takvim vezama, jedna osoba ima apsolutno moći odlučivanja i kontrole, dok druga osoba, ukoliko ne dobije potrebnu pomoć, može ostati u toj vezi misleći da nasilna osoba kontrolu vrši zbog ljubavi i posvećenosti vezi, a ne zbog vlastitih i sebičnih interesa.*

#### NAPOMENA ZA FACILITATORE:

Važno je da prije kraja radionice facilitatori/ke objasne učenicima/ama da će nakon završene radionice svi/e učenici/e imati mogućnost da razgovaraju sa facilitatorima/kama i postave pitanja. Ovo je specifična radionica s obzirom da obrađuje osjetljiva pitanja nasilja u vezama i postoji velika mogućnost samo identifikacije učesnica sa „djevojkom iz priče“. Upravo je to razlog rezervacije vremena nakon radionice i davanja mogućnosti učenicima/ama da nakon radionice potraže savjet ili informaciju.

#### Radni materijal: Priča

Često se prisjetim početka naše veze. Upoznali smo se mnogo prije u jednom sarajevskom klubu, no tek dvije godine kasnije smo se upustili u ono što svi zovemo veza. Međutim, naša veza je po mnogo čemu bila drugačija. Sjećam se prvog izlaska, euforije, sređivanja, čekanja da pozvoni na interfon. Prva večera, smijeh, zezanje, bilo je drugačije, posebno, šarm, humor, inicijativa...ispunjeno je gotovo sve sa moje ček liste savršenosti. Izleti na Trebević, rafting Unom i Tarom, planinarenje, kafane do 4 ujutro, odlazak u Dubrovnik. Naša veza je zaista bila dinamična, zanimljiva i puna ljubavi. Govorio mi je da me voli, da sam ispunjenje njegovih snova. Bila sam posebna, a svako voli taj osjećaj posebnosti, pažnje i bezuvjetne ljubavi.

Onda je tražio lozinku (password) sa mog Facebook profila. Mislila sam da se šali i tražila sam njegov za uzvrat, međutim, taj pogled i izraz lica koji je napravio i sada ledi krv u mojim žilama. Na trenutak, mislila sam da mi se učinilo. Rekao je da nema potrebe da komuniciram sa drugima, da to rade osobe niskog moralu i da njegova djevojka neće biti takva. Neće, već je odredio moje ponašanje. Pitala sam se, da li je to dokaz iskrene ljubavi, prolazna faza, možda mu je toliko stalno da se prestao kontrolisati.

Kada sam neke od tih situacija ispričala prijateljici, nije burno reagovala, što sam očekivala. Naprotiv, rekla je da su ljudi u vezama često takvi, posebno kada im je do nekoga mnogo stalo. Drugi put je pitao gdje i sa kim idem u grad. Na trenutak sam htjela da slažem, no bila sam iskrena i rekla da idem vani sa rajom iz osnovne škole. Crvenilo je preplavilo njegovo bijedno lice. Pitao me da li sam ga pitala za dopuštenje. Mislila sam opet da se šali. Tada smo se prvi put ozbiljno posvađali i gurnuo me. Kasnije je to pravdao ljubavlju koju osjeća prema meni i željom da naša veza opstane. Čak me uspio uvjeriti da sam kriva što me gurnu...zapravo...udario. Čudno je kako želja za nečim savremenim, može da obmane iskrene emocije i jasnu sliku koju sam

tada trebala da vidim. Vremenom, njegova agresivnost i kontrola svega što radim, postajale su mi opravdane i prestala sam da izlazim, izgubila sve druge i gotovo sve drugarice. Imali smo zajednički Facebook profil...zapravo... pristala sam na sve. **Pristala sam da budem sve što želi i prestala sam da budem ja.**

Svaki put kada bih razmišljala o mogućem prekidu veze, pronalazila sam načina da opravdam njegove postupke. Dovoljno je bilo da se sjetim odslaska na planinu, na more i da šetajući tim prekrasnim trenucima naše veze, zaboravim razlog zbog kojeg sam počela dovoditi u pitanje njegovu iskrenost i našu budućnost. Ipak me voli, želi me samo za sebe, plaši se, nesiguran je, možda sam najbolja koju je imao pa želi da me zadrži po svaku cijenu. Možda ga prijatelji savjetuju da se tako ponaša, možda...možda...možda ne.

Jedno jutro, neko mi je pozvonio na vrata i ostavio ceduljicu sa porukom. U poruci se nalazila lista sa praznim kvadratićima. Mislila sam da je reklamna anketa u pitanju, no u naslovu se nalazilo moje ime. Kada sam malo bolje pogledala šta piše, iznad iste sa kvadratićima nalazio se kratki tekst o tome kako postoje ljudi koji me vole, brinu se za mene i žele da sam sretna. Niže se nalazio tekst o zdravoj vezi, iskrenosti, ljubavi, povjerenju, uzajamnom poštovanju...odnosno...svemu onome što je našoj vezi nedostajalo.

Pogledala sam listu ispod i u naslovu liste pisalo je: „Ako na jednom od polja DA upišeš kvačicu, tvoja veza nije zdrava i ti si žrtva nasilja“. Pomislila sam da je pretenciozno zaključiti da lista koju neko sastavi, na tako jednostavan način definije da li je neko žrtva nasilja ili ne. Lista je bila jednostavna, razumljiva, a obilježenih kvadratiča je bilo više od jednog. Tada sam, bez posebne intervencije, shvatila da ne samo da sam žrtva nasilja, već sam postala neka druga osoba koja pristaje na poziciju u kojoj sam se našla, da sam saveznik nasilja kojem sam apsolutno izložena.

Stavila sam X kod svake od ovih rečenica. Tek sam tada shvatila obim i složenost problema. Zato se molim da neko od vas, svoj problem otkrije na prvom kvadratiču i da ne dozvolite da kao ja, stavite X na svaku rečenicu koja produbljuje problem i uništava ono najljepše u vama...vašu osobnost. Drage djevojke i momci, pogledajte listu koju sam vam kopirala. Možda, nekom od vas, bude korisna jednako kao meni.

Da li si izložen/na nasilju? Ako na jednom od polja odgovoriš sa DA, tvoja veza nije zdrava i izložen/a si emocionalnom i/ili fizičkom nasilju	DA	NE
Vrijedna te i daje ti pogrdne nadimke		
Brani ti da izlaziš s prijateljima i to pravda ljubavlju.		
Kontroliše tvoju komunikaciju putem socijalnih mreža ili insistira na zajedničkom profilu.		
Govori da žene trebaju biti toliko odane svojim momcima da ne smiju komunicirati s drugim muškarcima.		
Čak i kada želiš nešto, ukoliko mu se to ne sviđa, izričit je u zabrani istog.		
Ljubomoran je i u napadu ljubomore ne bira šta govoriti pred kim to izgovara.		
Gurnuo te ili udario ili stisnuo tokom svade.		
Uspio je kod tebe stvoriti osjećaj da sve gore navedeno, ukoliko si tome izložena, si sama skrivila zbog svog ponašanja, a njega vidiš kao nekoga ko to radi iz najbolje namjere		

## Radionica 29:

### Je li to ljubav?

#### 🕒 TRAJANJE:

45 minuta

#### 📍 CILJEVI RADIONICE:

- Učenici prave razliku između ljubavi i sličnih emocija
- Učenici reflektuju na to što je ljubav, zaluđenost i ljubomora
- Jačanje vještina analitičkog razmišljanja kod učenika

#### 📎 POTREBNI MATERIJALI:

- Tabla i krede
- Komadi papira sa napisanim frazama

#### 📝 PRIPREMA:

Lekciju prilagodite na način da odgovara kulturi, okruženju i jeziku kojeg govore vaši učenici. Uzmite pet komada papira i na njih napišite sljedeće fraze:

- zaluđenost
- biti zaljubljen
- romansa
- seksualna privlačnost
- ljubomora

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Učenike podijelite u pet grupa. Zamolite svaku od grupa da izvuče jedan od komada papira koje ste pripremili. Na tabli napišite: „Koja je razlika između ljubavi i \_\_\_\_?“

Zamolite grupe da izvade komad papira te da prepišu rečenicu s table, ispunjavajući prazni dio riječju napisanoj na komadu papira. Zamolite ih da razgovaraju o svojim pitanjima i da zapisuju svoje odgovore.

Nakon par minuta, zamolite grupe da pročitaju svoja pitanja i predstave svoje odgovore. Naredna pitanja mogu poslužiti u vođenju kratke diskusije:

- Želi li neko iskazati svoje neslaganje ili komentarisati?
- Da li kultura djevojkama i momcima jednako dopušta da iskuse ovaj osjećaj?
- Možete li dati primjer gdje neko ovaj osjećaj zamjeni ljubavlju? Šta se dogodi ukoliko se ovaj osjećaj zamjeni ljubavlju?
- Može li ovaj osjećaj biti dio ljubavi?

Prethodni korak ponovite za preostale četiri grupe.

Izdvojite 10 minuta kako biste razgovarali o sljedećem i na taj način završili radionicu:

- Na koji način mladi razviju doživljaj ljubavi i romanse?
- Da li filmovi i ljubavni romani daju realnu sliku ovih osjećanja? Ukoliko ne, šta mislite kakav uticaj imaju na očekivanja mladih?
- Zašto je važno shvatiti šta su to vlastita uvjerenja vezana za razlike između ljubavi i ovih drugih emocija?

# Oblast: Donošenje zdravih i ispravnih odluka

## Radionica 30:

### Procjena rizika

**TRAJANJE:**

90 minuta

**POTREBNI MATERIJALI:**

Kopije radnog materijala A1

**CILJEVI RADIONICE:**

- > Učenici se upoznaju sa osnovnim tehnikama procjene rizika
- > Učenici kroz radni materijal identificiraju dobre i loše odluke te njihove moguće ishode ili posljedice
- > Učenici kroz revidiranje ličnih odluka iz prošlosti spoznaju važnost ispravne procjene rizika i analiziranja svih dostupnih informacija

**UVOD**

Dok smo djeca, naše odluke regulišu naši roditelji, rodbina i druge starije osobe koje smatramo autoritetima. Kako odrastamo i postajemo adolescenti, pa kasnije i odrasli mlađi ljudi, postajemo autonomniji i dobijamo više, pa u konačnici i potpunu slobodu odlučivanja i donošenja odluka. Dok smo mlađi, odluke donosimo znatno drugačije od odraslih. Iskustvo i znanje odraslih, u velikoj mjeri doprinosi boljim ishodima „naših“ odluka. Odluke mogu biti donesene impulsivno, često vođene našim emocijama, a ne logikom i opreznom procjenom. Impulsivne odluke, kao što je prva cigareta, prva čašica alkohola, često je uslovljena uticajem vršnjaka, bez procjene koliko rizika takva odluka nosi sa sobom. Impulsivne odluke često ne uključuju razumijevanje kakve koristi ili posljedice možemo očekivati od takvih odluka.

Da li ste u ljutnju nekome do koga vam je stalo rekli nešto što u biti ne mislite i zbog čega ste kasnije kajali. U ljutnji, emocije često nadvladaju logiku, i kažemo ono što ne mislimo. Isto tako možemo da uradimo i druge stvari koje ne bi željeli. No da li je to moguće spriječiti? Kako možemo donijeti bolje odluke?

Važan preuslov za donošenje dobrih odluka je adekvatna procjena rizika i posljedica tih odluka. Prva vježba sa kojom ćemo započeti radionicu, pomoći će nam u upoznavanju osnovnih tehniki u procjeni rizika. Podijelite učenicima radni materijal A1. Zamolite učenike da ispune prazna polja odgovarajući na svaku pojedinačnu izjavu. Nakon toga diskutujte sa učenicima o njihovim odgovorima. Koristite sljedeća pitanja:

- > Da li su kod nekih izjava naišli na teškoće u formulaciji rizika ili posljedica?
- > Šta su odgovorili na pitanje o prvom kockanju?
- > Po čemu se pitanje o kockanju razlikuje od pitanja u vezi zabavljanja (pitate osobu da se zabavljate)
- > Zamolite svakog od učenika da odabere jednu od izjava kod kojih je na trenutak zastao/la u formulaciji rizika.
- > Šta nam nedostaje da u potpunosti odredimo rizik?
- > Koliko nam dodatne informacije mogu biti korisne u procjeni rizika?

Učenike podijelite u četiri grupe. Svaka grupa treba da dobije jedan od slijedećih problema:

- » Prijatelji nagovaraju Edinu da proba prvu cigaretu
- » Ivona razmišlja da započne intenzivnu dijetu kako bi redukovala višak kilograma
- » Saša i Dejan su primjetili da mnogi njihovi vršnjaci odlaze u kladionice. Dejan nagovara Sašu da posjete kladioniku iako su maloljetni
- » Dejan je na zabavi sa prijateljima i jedan od njih mu nudi pivo. Dejan nikada prije nije pio alkohol

Iako rade u grupama, učenicima podijelite kopije materijala A2. Svaki učesnik treba da dobije jednu kopiju, kako bi se lakše koordinirale aktivnosti unutar grupe. Takođe, svaka grupa treba da dobije jednu kopiju materijala A2 koji članovi grupe popunjavaju zajedno. Grupama dajte 15 minuta da odgovore na sljedeća pitanja:

**IZBOR: Koje izbore osoba ima?**

- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_

**DONESITE ODLUKU:**

Napišite šta ste odlučili: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Učenike zamolite da se vrate na svoja mjesta. Svaka grupa treba da izađe pred ostatak učenika i predstavi svoje rezultate. Potrebno je da predstave odgovore na svako od postavljenih pitanja.

Nakon prezentacija, započnite diskusiju koristeći sljedeća pitanja:

- > Šta ste naučili iz ove vježbe?
- > Da li je lako donijeti dobru odluku?
- > Koliko nedostatak znanja o određenom problemu može uticati na naše odluke?
- > Koliko je važna procjena rizika?
- > Da li je važno prikupiti informacije da bi adekvatno procijenili određeni rizik?
- > Koliko je važna informišenost prije donošenja odluke?

**PRIKUPLJANJE INFORMACIJA:** Koje informacije oso- ba treba da prikupi da bi donijela pravilnu odluku?

- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_

**ISHOD DOBRE I ISHOD LOŠE ODLUKE:** Identifikujte dobru i lošu odluku te nabrojte ishode dobre i moguće ishode loše odluke

**DOBRA ODLUKA:** \_\_\_\_\_

**LOŠA ODLUKA:** \_\_\_\_\_

- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_
- > \_\_\_\_\_

**Opcionalno za rad sa učenicima:**

Zamolite svakog od učenika da podijeli primjer neke odluke, naglašavajući da ne moraju govoriti o osjetljivim temama, a u kojem su zbog nedostatka informacija pogrešno procijenili rizik. Sada objasnite da će svaki učenik raditi zadatak samostalno. Svaki učenik/ca treba da dobije kopiju materijala A2.

Učenicima objasnite individualni zadatak. Pri tome naglasite da popunjeni papir ne dijele sa ostalim učenicima i da po završetku vježbe učenici ne treba da predstave ono što su pisali, već da će po završetku razgovarati o procesu ispunjavanja. Upišite dilemu u pripadajuće polje i ispod napišite šta je odluka o kojoj razmišljate. Navedite odluku A i odluku B.

**Završna diskusija:**

- › Da li vam je lakše bilo odgovarati na pitanja samostalno, ili u grupi - učešćem u prethodnoj vježbi?
- › Koliko su nam važni sagovornici u doноšenju odluka?
- › Da li su u odnošenju osjetljivih odluka, češće sagovornici roditelji ili vršnjaci?
- › Da li naši vršnjaci imaju dovoljno znanja i iskustva da budu kvalitetni sagovornici?
- › Ko može biti bolji sagovornik od naših vršnjaka?
- › Zašto o nekim pitanjima ne razgovaramo sa našim roditeljima?
- › Koliko je važno prevazići vlastite strahove i otvoreno razgovarati sa roditeljima?
- › Da li ste iz ove posljednje vježbe izvukli određenu poruku?
- › Da li ste iskusniji nego što ste bili prije ovoga časa i da li postoji nešto što ste naučili i što bi podijelili sa svojim najboljim prijatelje/icom?
- › Šta je to što bi podijelili? (ohrabrite učenike da podijele lične percepcije naučenog)

**ZAKLJUČAK RADIONICE:**

Kvalitetna i dobra odluka zavisi od dobre procjene. Ponekada, bez kvalitetnih informacija, možemo donijeti pogrešne odluke zbog kojih se možemo kajati. Zato je važno da odluke ne odnosimo impulsivno, već da damo sebi vremena da prikupimo sve potrebne informacije i donešemo odluku koja će biti temeljena na tačnim i provjerenim informacijama.

Impulsivne odluke su brze, često ishitrene, a tave odluke ne moraju biti i dobre odluke. *Odluke*

*određuju našu budućnost, a baziraju se na izborima koje imamo.* Često, mladi tvrde da nisu imali drugog izbora, no da li je to zaista uvijek tako? *Uvjek postoji izbor*, no takođe, uvijek postoji dobar i rizičan izbor. Naša budućnost ne bi smjela biti uslovljena lošim i ishitrenim odlukama i površnim izborima. Ipak, radi se o našem životu i zato imamo odgovornost prema sebi, ali i našim roditeljima koji nam pomažu da bezbjedno i sigurno dođemo u fazu kada ćemo i mi biti odrasli i donositi odluke koje nas neće ugrožavati.

**Radni materijal A1**

U kakvom si riziku kada...

Postavljaš negativne komentare na društvenim mrežama

Pitaš osobu da se zabavlja

Prvi put se kladiš (kockaš) i mnogo ti se dopadne

Igraš video igre duže od 6 sati u kontinuitetu

Na zabavi piješ bez kontrole

Družiš se samo sa osobama od kojih imaš direktnu korist

Ne slušaš osobe kada ti govore

Ne uvažavaš tuđe mišljenje

Penješ se na stablo

Odlučiš da je jedino zanimanje kojim želiš da se baviš modeling

Ideš na zabavu na kojoj ne znaš nikoga

Ispisuješ grafit na zabranjenoj površini

Zapališ prvu cigaretu

Izlažeš se intenzivnim dijetama kako bi reduciraо/la težinu

Podložan/na si tuđem mišljenju i uticajima

**Radni materijal A3****Dilema**

Opišite dilemu o kojoj razmišljate ili ste razmišljali u posljednjih 6 mjeseci:

**IZBORI:**

Napišite potencijalne odluke u pripadajuća polja (odluka 1 i odluka 2)

**ODLUKA 1****ODLUKA 2****Procjena rizika**

Koje su vam informacije potrebne da bi donijeli odluku?

**Potencijalne dobiti odluke A****Moguće negativne posljedice odluke A****Potencijalne dobiti odluke B****Moguće negativne posljedice odluke B**

Šta bi o vašoj odluci rekli vaši roditelji/staratelji? Da li bi je podržali ili ne?

Zašto bi je podržali?

Zašto je roditelji ne bi podržali?

Da li bi vam otvoren razgovor sa odraslim osobom olakšao donošenje odluke?

Zaokružite odgovor!

DA

NE

**ODLUKA**

Navedite svoju odluku:

Kada bi se vaši roditelji našli u istoj dilemi, da li bi im preporučili baš ovu odluku(odluka koju ste zapisali na kraju)?

**Korak 6:** Ukoliko na neko od pitanja niste pronašli odgovor, možete poslati upit nekoj od poznatih organizacija koje se bave pitanjima mladih. Predla-

žemo ti da se javiš jednoj od ponuđenih organizacija IPD, Perpetuum Mobile i Snaga Mladih.

**Mostar:**

Snaga Mladih

Dr Ante Starčevića 32 A, 88000,  
Mostar, Bosnia and Herzegovina.

Phone: +387 36 835 028  
Fax: +387 36 835 029

E-mail: [info@youth-power.org](mailto:info@youth-power.org)  
[www.youth-power.org](http://www.youth-power.org)

**Banja Luka:**

Perpetuum Mobile - Institut za

razvoj mladih i zajednice  
Ravnogorska 5, 78000 Banja Luka

Tel: +387 51 303 310  
Fax: +387 51 303 290

E-mail: [perpetuum-mobile@blic.net](mailto:perpetuum-mobile@blic.net)  
[www.pm.rs.ba/bh/](http://www.pm.rs.ba/bh/)

**Sarajevo:**

Institut za populaciju i razvoj IPD

Danijela Ozme 12  
71000 Sarajevo

Tel: +387 33 260 761; 260 615  
Fax: +387 33 260 617;

E-mail: [ured@IPDbh.org](mailto:ured@IPDbh.org)  
[www.IPDbh.org](http://www.IPDbh.org)

**Intervju:**

1. Da li si tokom puberteta bio/la u situaciji da si trebao/la donijeti određenu važnu odluku, a da nisi imao/la dovoljno znanja koje bi ti pomoglo da adekvatno procjeniš dobiti i posljedice određene odluke?
  2. Koliko si imao/la godina?
  3. Da li si tokom puberteta donio/la pogrešnu odluku zbog koje si se kajao/la? Šta si naučio/la iz te greške?
  4. Sa kim si razgovarao/la o osjetljivim pitanjima, prilikom donošenja određenih važnih odluka?
  5. Da li su tvoji roditelji bili sagovornik o temama koje su bile predmet donošenja osjetljivih i teških odluka?
- 
- 

Odreži donji dio i donesi ga na nastavu.

Popunjeni upitnik možeš zadržati!

**Domaći zadatak i priprema za narednu radionicu****Intervju za roditelje**

Kako bi se pripremili za naredni čas, potrebna nam je pomoć vaših roditelja/staratelja. Pripremili smo nekoliko pitanja na koja vaš roditelj ili druga odrasla osoba kojoj vjeruješ mogu dati odgovor. Ukoliko tokom razgovora osjetiš potrebu da sa roditeljem razgovaraš o nekom drugom pitanju ili zabilještiviš, ovo je odlična prilika. Donošenje odluka nije jednostavno! Nedostatak znanja i životnog iskustva često je limitirajući faktor koji nam otežava da donosimo odluke kao što to rade odrasli. Iskustvo naših roditelja može biti snažan i pozitivan faktor u donošenju odluka, no i naši roditelji su nekada bili mladi, pa su se kao i vi, suočavali sa brojnim izazovima. S obzirom da je to bilo davno, vaši roditelji mogu imati problem da odmah odgovore na pitanja. Zato predlažemo da upitnik date dan ili dva prije intervjuja, kako bi se roditelji pripremili.

Nakon pripreme, možete započeti sa intervjuom! Intervju napravite slijedeći naredne instrukcije:

**Korak 1:** Ponesi upitnik kući

**Korak 2:** Pokaži roditeljima/starateljima ovaj upitnik i dogovorite da zajedno prođete kroz odgovore na ova pitanja.

**Korak 3:** Dogovori termin kada ćete razgovarati o ovim pitanjima. Daj roditeljima upitnik kako bi se pripremili za intervju

**Korak 4:** Intervjuiraj roditelja korišćenjem priloženih pitanja. Intervju ne bi treba trajati duže od 30 minuta

**Korak 5:** Nakon što ste odgovorili na sva pitanja, potpišite se i intervju je završen

Ime učenika/ce

Ime roditelja/staratelja

## Radionica 31:

### Donošenje odluka

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici u sigurnom okruženju grupe dijele lične primjere i iskustva donošenja važnih odluka
- > Učenici analiziraju radne materijela koristeći metodu „Točak odluka“
- > Učenici će biti u mogućnosti donositi odluke na sigurniji i oprezniji način korišteći metodu „Točak odluka“ u svakodnevnom životu

#### POTREBNI MATERIJALI:

Kopije „Točka odluka“ za svakog učenika radionice

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Pozdravite učenike i pitajte ih da li su uradili domaći zadatak. Zamolite svakog od učenika da kaže što su naučili tokom intervjuja roditelja/staratelja. Zamolite učenike da vam daju odsječke sa potpisom roditelja. Objasnite učenicima da će ova radionica otvoriti diskusije o temama koje su često tajna i da zbog toga trebate uspostaviti pravila koja će biti važna osnova za otvorenu diskusiju i iskren razgovor. Naglasite da sve što učenici kažu, ostaje među vama i da vi kao nastavni/ekuator, informacije o onome o čemu ste razgovarali, nećete zloupotrijebiti.

#### Pravila:

- > Sve ostaje među četiri zida učionice!
- > Lična iskustva i podijeljene primjere nećemo koristiti uzbijanju šala
- > Bez osuđivanja
- > Morate koristiti izjavu „moj prijatelj/moja prijateljica“ - objasnite učenicima da tokom diskusija, u vlastitim iskustvima govore kroz prizmu njihovih vršnjaka, kako bi minimizirali rizik da neko od učenika, nakon radionice, zloupotrijebi izjave vršnjaka i podijeljene lične primjere

Radionicu nastavite sljedećim izjavama:

Tokom života donosimo različite odluke, neke od njih rezultiraju pozitivnim ishodima, dok neke pak, dovode do posljedica koje nismo očekivali, željeli ili predviđeli. Donošenje odluka nije jednostavno, posebno uzmemu li u obzir činjenicu da odluke koje donosimo ne utiču samo na nas već i na naše prijatelje, porodicu, simpatiju itd.

Podijelite učenicima radni materijal AX – *Točak odluka*. Objasnite da ćete u nastavku sesije pročitati priču, a učenici treba da zatvore oči. Naglasite da je važno da učenici budu mirni i da svako od njih treba da se pokuša uživjeti u slučaju na kojem se temelji priča. Prije nego počnete sa sesijom, pitajte

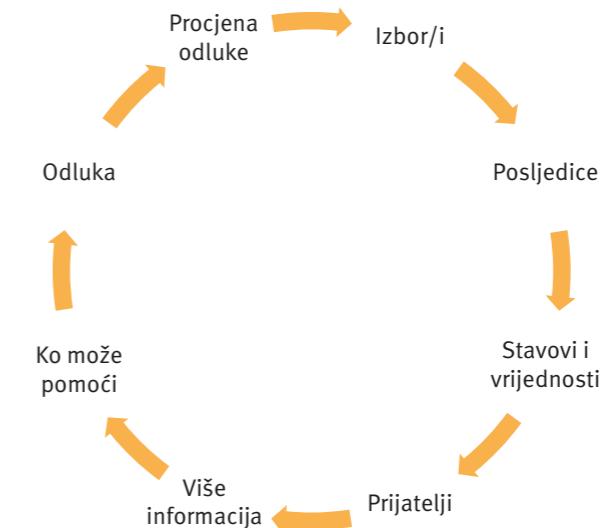
učenike koliko su u našim životima važni najbolji prijatelji? Istaknite i to da možda neko od učenika, trenutno nema najboljeg prijatelja, no da tokom života, prije ili kasnije, svi pronađemo osobe koje volimo, cijenimo i koje možemo nazvati najboljim prijateljima. Zamolite učenike da zatvore oči.

#### Studija slučaja 1

*Sjedite na klupi u obližnjem parku. Vaš najbolji prijatelj vam govori da želi nešto da vam kaže, ali da mu obećate da nećete nikome reći. Reklisti da će to biti vaša tajna! Priznao vam je da je nedavno sreto starog prijatelja kojeg nije video više od pet godina. Bili su na zabavi i prijatelj mu je ponudio marihuanu. Kaže da je probao i da mu se mnogo svidjelo. Vi ste iznenađeni i pokušavate mu objasniti koliko to može biti opasno i savjetujete ga da porazgovara sa stručnom osobom. Kaže da to nije opasno i da može da kontroliše svoje ponašanje. Čak se pohvalio da sa prijateljem odlazi u kladionice i da je tu upoznao još mlađih koji se klade, ali i koriste marihuanu.*

*Otišli se kući. Zabrinuti za svog prijatelja, uzimate mobilni telefon i okrećete broj njegovih roditelja. Na trenutak zastajete i razmišljate o svojoj odluci. Ako nazovete roditelje, kako će on reagovati? Možda ćete izgubiti prijatelja?! Ako ne nazovete, ignorisete ono što može biti opasno za vašeg prijatelja i sutra, ako mu se nešto desi, vi ćete snositi dio odgovornosti. Otvorite oči?*

Objasnite da ćete u nastavku diskutovati o priči koju ste prethodno pročitali, ali koristeći „Točak odluka“.



Koristeći „Točak odluka“, diskutujte sa učenicima o sljedećim pitanjima:

- > Koji problem se pojavljuje u ovoj priči?
- > Koje izbore imate?
- > Šta mislite do kakvih će posljedica za vas ili vašeg prijatelja dovesti vaše odluke?
- > Kakve vrijednosti i stavove treba uzeti u obzir?
- > Kako se osjećate u vezi situacije iz priče?
- > Da li su vam potrebne dodatne informacije ili znanje kako bi donijeli bolju odluku?

- > Da li vam je potrebna nečija pomoć? Ko vam može biti od pomoći?
- > Koja je vaša odluka?
- > Da li mislite da ste donijeli dobru odluku? Zašto?

Objasnite učenicima da ćete pročitati još jedan scenario. Učenike zamolite za pažnju i pročitajte scenario.

**Studija slučaja 2**

*Sjedite sa najboljom prijateljicom u njenoj sobi i ona vas moli da joj dodeste torbu. Iz torbe vadi kutiju cigareta i nudi vam jednu. Kaže da vam neće biti ništa i da ste dovoljno odrasli da možete u svakom trenutku odlučiti da ne zapalite drugu. Vi čete....*

Učenike zamolite da sami ispune prazna polja u radnom materijalu Točak odluka.

U nastavku učenike pitajte:

Sada kada ste naučili praviti oprezne odluke, da li bi postupili drugačije nego onda kada niste znali za metod Točak odluka?

Šta dobijamo ukoliko pravimo oprezne odluke?

**ZAKLJUČAK RADIONICE:**

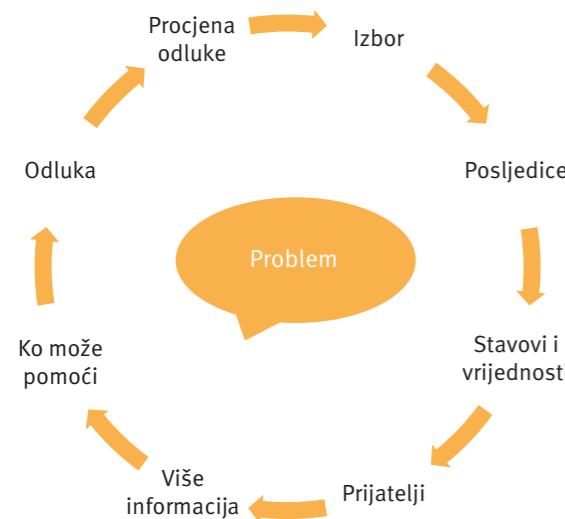
Ponekada je teško donijeti kvalitetnu odluku, čak iako imamo informacije i napravimo dobru procjenu. Ponekada, informacije nisu dovoljne jer pojedine odluke ne zavise isključivo od informacije, već i od daleko složenije procjene i uplitanja vlastitih stavova i vrijednosti, kako bi stvorili osjećaj ispravnog i pogrešnog. Ukoliko naši prijatelji praktikuju određeno ponašanja koje ih može dovesti u određenu opasnost, odluka da im pomognemo može biti uslovljena strahom da ne izgubimo prijatelja. U tom slučaju sama informacija i procjena nisu dovoljne.

U pojedinim situacijama, naše odluke su uslovljene očekivanjima i stavovima naših vršnjaka.

Zamolite učenike da razmisle o trenutnim životnim dilemama i odlukama koje treba da donesu!

Naglasite da *Točak odluka* može biti koristan kada smo sami sa svojim odlukama i da nam može pomoći da identifikujemo one koji nam mogu pomoći, odredimo vlastite prioritete, prepoznamo potencijalne rizike te doneсemo odluku najbolju za nas i ljudе oko nas.

U takvim situacijama potrebno je više informacija, bolja i složenija procjena, a ponekada i savjet odraslih. Razmislite ko su odrasli sa kojima možete podijeliti svoju zabrinutost. Nemojte se truditi da budete iskusniji od iskusnih, *potrudite se biti mudri i tražite savjet iskusnih*. U situaciji da razgovarate sa odraslim o problemu svojih prijatelja, ne morate reći o kome se radi. Važno je da teške odluke i vaše zabrinutosti budu posavjetovane od strane onih kojima vjerujete i za koje možete reći da su zbog životnog ili profesionalnog iskustva, kvalitetan i pouzdan sagovornik. Upravo takva odluka u kojoj u procjenu uključujete odrasle je dobra odluka. Zašto da sami donosite teške odluke, kada tu težinu možete podijeliti na dvoje ili troje.

**Donošenje odluka****Opcionalno****Domaći zadatak: Kolaž odluka**

Učenike zamolite da istraže primjere poznatih ličnosti koje su donosile određene odluke koje su ih koštale karijere ili zbog kojih su se pokajali. Kolaž treba da sadrži lik osobe koju su odabrali. Crtež koji ilustruje odluku koju su donijeli i ilustracije posljedica te odluke na život/karijeru te osobe. Na narednom času učenici mogu predstaviti svoje crteže, svoja zapažanja tokom rada na domaćem zadatku.

**Radionica 32:****Istraživanje****Posjeta savjetovalištu za mlade**

Dragi učenici,

Hvala vam na vašem istraživačkom duhu i energiji koju ulažete tokom nastave. Naredna radionica vas vodi van školskih prostorija, odnosno, vaš zadatak je da posjetite *savjetovalište za mlade* i intervjujete psihologa/inju ili drugog profesionalca/ku koji rade u savjetovalištu. Vaše odgovore i zapažanja ćeće predstaviti na narednom času. S obzirom da ste podijeljeni u dvije grupe, kako je važno da se sa nastavnikom/com dogovorite u vezi posjete savjetovalištu, kako bi se izbjegla slučajnost da obje grupe intervjuju istu osobu u istom savjetovalištu. Možete posjetiti isto savjetovalište, ali bi bilo dobro da razgovarate sa različitim savjetnicima/psiholozima. Svako od njih ima lično iskustvo i sigurni smo da više različitih stručnjaka mogu ponuditi više kvalitetnih odgovora.

- Šta je psihološko savjetovanje?
- Da li se mladi javljaju u vaše savjetovalište?
- Ko se češće javlja, dječaci ili djevojčice?
- Zbog čega se najčešće javljaju?
- Da li postoje neke specifične teme koje interesuju dječake odnosno djevojčice?
- Šta bi ste poručili mladima našeg uzrasta, a koji nemaju informacije o vašem savjetovalištu.

Hvala vam puno!

## Radionica 33:

### Jesam li to rekao/la? Različiti stilovi komunikacije

#### TRAJANJE:

45 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- › Učenici ispituju alternativne načine za verbalni odgovor u neugodnoj situaciji i razlikovanje agresivne, asertivne i pasivne komunikacije
- › Učenici ispunjavaju upitnik o vlastitom stilu reagovanja u neugodnim situacijama
- › Učenici povećavaju sposobnost formulisanja asertivnih odgovora kroz razumjevanje različitih stilova komunikacije
- › Jačanje analitičkih i dijaloških vještina kod učenika

#### POTREBNI MATERIJALI:

- › Tabla i krede
- › Radni materijal/list „Analiziraj ovaj odgovor“
- › Radni materijal/list „Samoprocjena“

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Upoznati se sa aktivnošću:

- › Danas ćemo učiti o različitim stilovima komunikacije.
- › Pogotovo ako se osjetimo posve neugodno u situaciji, ne možemo komunicirati jasno i na način na koji želimo.
- › Koji su neki od razloga zbog kojih bismo mogli imati problema s izražavanjem naših želja na najbolji način? [Probajte sa sljedećim razlozima i napišite ih na tabli]

*Ne znam kako da se jasno izrazim.*

*Plašim se da će druga osoba misliti loše o meni ako se ne slažem.*

*Plašim se da ionako neću biti saslušan, da je ono što kažem nevažno.*

*Plašim se da bih mogao izgubiti živce.*

*Mislim da je lakše osloniti se na zastrašivanje druge osobe.*

Prvo, pogledat ćemo razlike između agresivne, pasivne i asertivne komunikacije. Tada ćete ispuniti upitnik o vlastitom stilu reagovanja u neugodnoj situaciji.

*Šta mislite u čemu je razlika između pasivne i agresivne komunikacije? Šta znači „deklarativna“ komunikacija? [ Probajte sa: Biti iskren, biti direktni, govoriti o svojim osjećajima i potrebama; koristiti asertivni govor tijela; govoriti za sebe; komunicirati jasno, ali bez agresivnosti]*

*Šta znači komunicirati indirektno? [Ne biti potpuno pasivan, ali ne uspjeti biti direktni.]*

Zamolite učenike da formiraju parove i proslijede (ili pripreme za čitanje) radni list „Analiziraj ovaj odgovor“. Objasnite sljedeće: Sa svojim partnerom, pročitajte opis konfliktne situacije u lijevom stupcu. Zatim pročitajte različite odgovore u sljedećoj koloni. Za svaki odgovor, označite da li je agresivan, pasivan ili asertivan. Za odlučivanje o sukobu 5, iznadjite neku konfliktnu situaciju i različite vrste odgovora.

Pregledati svaki sukob i zamoliti učenike da osiguraju ispravne odgovore i komentarišu o tome kakav je osjećaj čuti agresivan odgovor, u poređenju s asertivnim. (Rješenje: Odgovori a, f, i, k su agresivni. Odgovori c, d, h su pasivni. Odgovori b, e, g, j su asertivni.)

Proslijedite radni list „Samoprocjena“ i zamolite učenike da ga ispune za sebe. Alternativno, napišite izjave i moguće odgovore na tabli, pročitajte ih naglas i zamolite učenike da napišu svoje odgovore.

Zatvorite raspravu sa sljedećim pitanjima:

- › Šta ste naučili o vlastitom stilu komunikacije?
- › Dali bi bilo korisno naučiti kako komunicirati asertivno?

#### UČENIČKI RADNI LIST

##### *Samoprocjena: Kako komuniciram kad se osjećam neugodno?*

Kad sam u neugodnoj situaciji s dječakom imam tendenciju da sam:

? pasivan ? asertivan, uljudan ? agresivan ? indirektni ili manipulativan

Kad sam u neugodnoj situaciji s djevojčicom imam tendenciju da sam:

? pasivan ? asertivan, uljudan ? agresivan ? indirektni ili manipulativan

Kad sam u neugodnoj situaciji s odraslim muškarcem imam tendenciju da sam:

? pasivan ? asertivan, uljudan ? agresivan ? indirektni ili manipulativan

Kad sam u neugodnoj situaciji s ženom imam tendenciju da sam:

? pasivan ? asertivan, uljudan ? agresivan ? indirektni ili manipulativan

Kad sam u neugodnoj situaciji s nekim koga ne smatram sebi ravnim imam tendenciju da sam:

? pasivan ? asertivan, uljudan ? agresivan ? indirektni ili manipulativan

Ne mogu odgovoriti na ovo jer osjećam da su mi svi jednaki.

Za mene, izražavanje osjećaja ljutnje je:

? dosta lako (ali ponekad reagujem agresivno)

? dosta lako (i nikada nisam odgovorio/la agresivno ili nasilnički)

? ni lako ni teško

? ponešto ili vrlo teško

Za mene, izražavanje kad se osjećam ranjivim ili slabim je:

? dosta lako (ali ponekad reagiram agresivno)

? dosta lako (i nikada nisam odgovorio/la agresivno ili nasilnički)

? ni lako ni teško

? ponešto ili vrlo teško

## UČENIČKI RADNI LIST

ANALIZIRAJ OVAJ ODGOVOR		ODGOVOR	Agresivni	Pasivni	Asertivni
KONFLIKT					
Momak i djevojka će imati polni odnos prvi put, ali nemaju kondom. Jedno od njih kaže:	a. Koliko ja znam, ti imaš HIV! Ti si glupi idiot.				
	b. Takođe želim da imamo seks, ali samo ako koristimo kondom. Znam gdje ih možemo dobiti.				
	c. Oh, u redu je, mislim.				
Momak je uzrujan jer je djevojka s kojom je pričao, s drugim momkom na zabavi. On kaže:	d. To je bila dosadna zabava.				
	e. Kada si pričala s tim tipom, pomislio sam da bi htjela biti s njim umjesto sa mnom.				
	Zbog toga se osjećam loše.				
Momak pita djevojku da izađe s njim. Ona ne želi. Kaže:	f. Vidio sam to! Kako se usuđuješ pričati s drugim tipom kad si otišla na zabavu sa mnom?				
	g. Hvala, ali ne želim. Izvini.				
	h. Hmm, u redu.				
Djevojka je uzrujana jer ju je prijateljica Lulu ismijavala kod Amine.	i. Nikad ne bih izašla s nekim poput tebe. Bježi od mene!				
	j. Lulu, uzrujana sam zato što si mi se izrugivala...				
	k. Lulu, ti si najgluplja osoba na svijetu, i okolo ču širiti priče o tebi!				
Razmisli o sljedećoj konfliktnoj situaciji.		x			
Napiši je ovdje, a zatim napiši tri odgovora u stupcu s desne strane.			x		x

## Radionica 34:

## Vježbanje asertivne komunikacije

## 🕒 TRAJANJE:

30-40 minuta

## 📍 CILJEVI RADIONICE:

- Učenici razmatraju asertivno ponašanje i raspravljaju o kulturnoj implikaciji u praksi koristeći asertivnu komunikaciju u kojima su ugrožena prava
- Jačanje dijaloških vještina kod učenika

## 📦 POTREBNI MATERIJALI:

Vaš primjerak popisa zahtjeva i primjeri odgovora

## 📝 PRIPREMA:

Pročitajte zahtjeve i uzorce odgovora, možda ćete željeti promijeniti neke od njih da bi bili više kulturološki prikladni.

## IZVOĐENJE RADIONICE:

Počnite sa sljedećim glavnim pitanjima:

- Danas ćemo saznati više o asertivnoj komunikaciji. Ponekad je teško jasno reći ono što želite (na primjer, da želite da vas se uzme u obzir za poziciju vođe u školi). Takođe, može biti teško reći ono što ne želite (na primjer, da ne želite jesti ono što je neko spremio za vas).
- Ko se može sjetiti situacije kada ste bili nesigurni o tome kako jasno izraziti svoje želje? [Posmatrajte da li je vjerovatnije da će djevojčice ili dječaci odgovoriti na ovo pitanje.]
- Progovoriti može biti teško čak i kad je u pitanju za nas važna situacija, ili kada mogu biti u pitanju prave fizičke ili emocionalne posljedice. Praktikovanje uljudne ali asertivne komunikacije može biti korisno.
- Izvadite svoje bilježnice. Ja ću pročitati niz pitanja ili izjava koje su „tražilačke“. Za svaku od njih, napišite odgovor koji je asertivan, ali ne i agresivan. Koristite rečenice.
- Prvo „tražilačko“ pitanje je: „Reci mi zašto bih trebao glasati za tebe, kao predsjednika razreda?“
- Ko može ponuditi asertivan odgovor? [Pomožite učenicima da dođu do odgovarajućih odgovora,

kao što su: „Ja vjerujem da sam najkvalifikovani kandidat za predsjednika razreda. Nadam se da mogu računati na vašu podršku.“ Budite sigurni da su odgovori kompletne rečenice.]

Ponovite postupak za svaki zahtjev (vidi popis).

Završite raspravljajući o sljedećim pitanjima:

- Neki ljudi mogu misliti da biti asertivan znači izaći izvan okvira kulture ili da je to nepristojno. Koja je situacija u kojoj osoba treba biti asertivna, čak i ako se takva reakcija smatra nepristojnom? [Proba: Kada osjećate da se vaša prava krše]
- Da li se djevojke koje su asertivne tretiraju na isti način kao i dječaci koji su asertivni? Da li se na nekoga ko je asertivan gleda drugačije ako potiče iz etničke ili rasne manjinske grupe? Kako takve predrasude ograničavaju sposobnost ljudi da se založe za sebe?

Domaća zadaća: Vježbijte da budete više asertivni barem jednom u sljedećih nekoliko dana. Zapišite ono što se događa i kako se osjećate.

**MATERIJAL ZA FACILITATORE*****Lista zahtjeva i primjeri assertivnih odgovora***

Koristite sljedeće izjave za koje zahtijevate assertivne odgovore. Primjeri odgovora su takođe uključeni u nastavku u slučaju da učenici imaju poteškoće u pronaalaženju odgovarajućih odgovora.

1. zahtjev: „Hoćeš li me pustiti da prepisem tvoj test? Nastavnik neće znati.“  
Primjer odgovora: „Žao mi je. Ja ne vjerujem u dijeljenje odgovora na teste.“

2. zahtjev: Vidite vašeg nadzornika s posla i želite ga pitati za povišicu.  
Primjer odgovora: „Nadzorniče, želim razgovarati s vama o povišici za koju mislim da je zaslužujem“.

3. zahtjev: Reci svom ocu da želiš nastaviti školovanje iduće godine, unatoč njegovim željama.  
Primjer odgovora: „Oče, ja poštujem tvoje mišljenje, ali je izuzetno važno za mene da se i dalje školujem. Želim s tobom razgovarati o mojim razlozima.“

4. zahtjev: „Zašto ne voliš sport kao i svi drugi? Šta nije u redu s tobom?“  
Primjer odgovora: „Svako je drugačiji. Ja uživam u čitanju i muzici.“

5. zahtjev: „Dođi da se družiš s nama iza stare fabrike, tamo nikad nema policije.“  
Primjer odgovora: „Ne, hvala. Nisam zainteresovan.“

6. zahtjev: „Ja sam gradonačelnik. Čujem da ste podnijeli zahtjev za korištenje jedne od gradskih zgrada za klub vanškolskih aktivnosti“.  
Primjer odgovora: „Da, gospodine gradonačelniče. Mi smo odgovorni i dobro ćemo iskoristiti prostor. Želite li više informacija o našim planovima?“

7. zahtjev: „Ako možete uvjeriti dvoje kolega iz razreda kraj vas da rade s vama na muralu, mi ćemo vam dopustiti da obojite zid.“ (Odgovoriti razrednim kolegicama i kolegama.)  
Primjer odgovora: „Imamo dozvolu za slikanje murala ako se još dvoje učenika pridruži. Želite li da mi se pridružite?“

8. zahtjev: „Mi idemo na izlet. Gdje mislite da bismo trebali ići?“  
Primjer odgovora: „Želio bih otići u \_\_\_\_\_ i mislim da bi to bilo zanimljivo i za druge“

9. zahtjev: „Novi klinac iz drugog razreda se šeta u ovom pravcu. Idemo ga presresti“  
Primjer odgovora: „Pusti ga. Nije nam ništa uradio“.

10. zahtjev: Sada mislite o situaciji koju pamtite s početka ove vježbe, kada ste upitani o situaciji za koju želite da ste izrazili želje direktnije. Zapišite ono što bi rekli u toj situaciji. Neće od vas biti zatraženo da podijelite ovaj odgovor.

**Radionica 35:****Pet koraka za komuniciranje prilikom sukoba****TRAJANJE:**

45–60 minuta, zavisno od lakoće prihvatanja ovog koncepta od strane učenika

**CILJEVI RADIONICE:**

- Učenici uče i vježbaju model od pet koraka za uljudnu i jasnou komunikaciju u interpersonalnom sukobu
- Učenici razvijaju komunikacijske vještine prilikom sukoba u intimnom odnosu
- Jačanje analitičkih, dijaloških i naprednijih komunikacijskih vještina kod učenika

**POTREBNI MATERIJALI:**

Tabla i krede

**PRIPREMA:**

Upoznajte se s pet koraka za rješavanje sukoba razmišljajući kako bi ih primijenili na situaciju u svom životu. Možda ćete željeti promijeniti primjer sukoba sa situacijom koja je prikladnija za vašu grupu. Ako je tako, budite sigurni da ćete odabrat jednostavan primjer, i razmislite kako prikazati svaki korak u tom primjeru. Korištenje ovih koraka može isprva biti čudno za učenike, ali korištenje jednostavnih primjera i vježbanje će im olakšati. (Čak i mlađa djeca mogu učestvovati u ovim koracima, ali ako vam je vježba previše opsežna, to prilagodite usredotočujući se samo na korake 2 i 4)

**IZVOĐENJE RADIONICE:****Objasniti sljedeće:**

- Danas ćemo učiti i vježbati tehnike komunikacije prilikom konflikta. Proći ćemo kroz jednu situaciju zajedno. Poslije ćemo formirati parove i svako će dobiti priliku da vježba.
- Ovdje je jedna zamisljena situacija pomoću koje ćemo svi zajedno vježbati: Emir misli da ga Darko ismijava pred nekim prijateljima. Emir je veoma uzrutan. Namjerava se sukobiti s Darkom.

Na ploči ispiši prvi zahtjev („KADA TI \_\_\_\_\_“) i prodiskutuj.

- Razmisli koje je određeno ponašanje uznemirilo Emira u ovom slučaju. Prije nego što napraviš optužbu, tipa „Ti si loš prijatelj...“, razgovaraj o specifičnom ponašanju koje je bilo uznemirujuće u ovom slučaju [Proba: „Kada ste se šalili na moj račun...“ ili „Kada sam čuo da ste me ismijavali...“]. Na tabli, ispunite ostatak zahtjeva s ponašanjem, koristeći riječi koje vam je dala grupa.]

- › Zašto je važno komunicirati s osobom, posebno o ponašanju koje uzne-mirava?
- › Prepoznajte ako niste sigurni da je vaša percepcija ponašanja tačna. Na primjer, možete reći: „Možda sam pogriješio, ali sam čuo da si mi se rugao pred drugim ljudima.“ Zašto je važno ostaviti mogućnost prilagodbe vašeg razumijevanja onoga što se dogodilo?

Napišite drugi zahtjev: „JA RAZMIŠLJAM O...“ i diskutujte o njemu.

- › Mnogi ljudi preskaču ovaj korak, ali je on izuzetno važno. On zahtijeva da razmišljamo o vlastitim odgovorima i reakcijama.

- › Što bi (Emir) mogao zamisliti ili početi misliti? „Kada me ismijavaš pred drugim ljudima, ja zamišljam (počnem misliti)...“

*da te nije briga za moje osjećaje. Ili:*

*da si mogao pričati drugim ljudima o meni u prošlosti. Ili:*

*da se ne moraš osjećati baš tako zadovoljan sam sobom. Ili:*

*da mi se svi smiju.*

Ostali odgovori?

(Imajte u vidu da mnogi odgovori mogu biti adekvatni i primijenite jedan od učeničkih odgovora da bi kompletirali drugi zahtjev). Kako se izjava „Ja mislim (ili se brinem) da tebe nije briga o mojim osjećajima“ razlikuje od izjave „Tebe nije briga za moje osjećaje“!

Neka učenici pročitaju prva dva zahtjeva, uključujući one ispunjene riječima. Onda ispunite treći zahtjev: „ZATO SE OSJEĆAM \_\_\_\_.“ Raspravite sljedeće:

- › Obratite pažnju s kojim tačno emocijama bi se Emir mogao suočavati. To nije ono što on misli; to je kako se on osjeća.
- › Koji su neki od osjećaja koje možete imati ako mislite da vas prijatelj ismijava s drugima? [Proba: Povrijeđen, izdan, ljut, zbumjen, osamljen, poniran]. [Kompletirajte treći zahtjev pisanjem na tabli dvije ili tri riječi koje opisuju osjećaje].

Zamolite učenike da pročitaju kompletну komunikaciju koju ste napisali do sada na tabli. Napišite četvrti zahtjev „I ZBOG TOGA ŽELIM \_\_\_\_.“ Raspravite sljedeće:

- › Koje su neke od stvari koje bi Emir želio učiniti: [Probajte bilo koji mogući odgovor, kao što je „Zbog toga želim reći ljudima ružne stvari o tebi; vikati; prestati biti tvoj prijatelj; ostati kod kuće i nikada se više ni sa kim ne vidjeti“.

[Kompletirajte četvrti zahtjev u pisanom obliku s jednim ili dva od ponuđenih odgovora. Podsetite učenike da ono što možda želite učiniti u određenom trenutku često nije ista stvar koju smo planirali učiniti].

Zamolite jednog učenika da pročita kompletnu komunikaciju na tabli, a zatim napišite i završni zahtjev: „ALI JA JOŠ UVIJEK \_\_\_\_.“ Raspravite sljedeće:

- › U nekim situacijama, osoba se može osjećati tako povrijeđeno da on ili ona ne želi nikada više komunicirati s drugom osobom. No, često, govornik i dalje želi zadržati odnos s drugom osobom. Kako bi se „slušatelj“ mogao osjećati nakon svega što je čuo?

- › Kako Emir može ponuditi jednostavno i jasno uvjeravanje kako se on osjeća nakon svega? [Proba takvih odgovora kao što su: „Još uvijek... marim za tebe“, ili „želim da budemo prijatelji.“]

[Na tabli, napiši odgovarajući odgovor za konačni zahtjev]. Pročitajte kompletну komunikaciju. Pitajte za bilo kakve komentare. Zatražite od učenika da formiraju parove, a zatim objasnite sljedeće:

- › Sada ćete imati priliku vježbatи ove korake na vlastiti način. Razmislite o sukobu za koji osjećate da se u njemu niste ponijeli kako treba. [Ako se niko ne može sjetiti situacije za korištenje, možete predložiti jedno od sljedećeg:

*Tvoj otac je jako bolestan i tvoj najbolji prijatelj ne izražava puno simpatija.*

*Tvoj rođak je rekao tvojim prijateljima istinu o tvom oču, koji je u zatvoru.*

*Tvoj prijatelj ne dijeli svoj udžbenik s tobom, iako si ti svoj izgubio i ne možeš si priuštiti novi.*

*Tvoj prijatelj uvijek kasni kada trebate raditi nešto zajedno.*

*Tvoja djevojka većinu vremena priča s drugim momkom na zabavi.*

*Tvoj dečko je rekao da ako ga stvarno voliš, imat ćeš seks s njim.*

*Tvoji prijatelji vrše pritisak na tebe da „izgubiš nevinost.“*

*Tvoja djevojka se ljuti kada želiš koristiti kondome.]*

- › Osoba koja je prva na redu kaže njegovom / njezinom partneru koji sukob će biti uzet za razmatranje.

Koristite pet uputstava za rješavanje sukoba. Uzmite oko pet minuta za prolazak kroz sve korake, jedan po jedan. Ne brinite ako se isprva budete osjećali neugodno. Gledajte kako ćete se osjećati na kraju.

- › Kada ste slušatelj, pomožite vašem partneru da se sjeti o čemu se razgovara u svakom koraku.

Pregledajte ponovno pet koraka kako bi bili sigurni da se učenici mogu lako osvrnuti na njih:

*Kada ti \_\_\_\_ (određeno ponašanje)*

*Ja zamišljam (ili počinjem misliti) da \_\_\_\_*

*I zbog toga se osjećam \_\_\_\_ (rijec za emociju)*

*I zbog toga želim da \_\_\_\_*

*Ali ja još uvijek \_\_\_\_ tebe*

*Imajte po pet minuta vremena za svakog partnera.*

Podstaknite raspravu sljedećim pitanjima:

- › Jeste li se ovog puta uspjeli izraziti drugačije u usporedbi kada ste se prvi put suočili s takvim sukobom?
- › Da li vam ove riječi pomažu da izrazite svoje prave osjećaje?
- › Kakav je osjećaj prepoznati i priznati svoje osjećaje?
- › Ne zaboravite da imate pravo biti tretirani s poštovanjem. Kada osjetite da se ne tretirate s poštovanjem, trebali bi govoriti za sebe. Ako vi nećete, ko će?

## Radionica 36:

### Stajati iza vlastitog mišljenja



UZRAST:

5. i 6. razred



TRAJANJE:

45 minuta



CILJEVI RADIONICE:

- › Razvijanje samopouzdanja i hrabrosti.
- › Prepoznavanje raznolikosti mišljenja u grupi.
- › Učenici su u stanju da nezavisno od grupe stoje iza vlastitog mišljenja.
- › Smanjuje se napetost među učenicima.
- › Učenici se bolje upoznaju, otkrivaju međusobne sličnosti.
- › Učenici koji imaju manjak samopouzdanja govore pred grupom učenika koji ga/ju pomno gledaju i slušaju.



POTREBNI MATERIJALI:

Nisu potrebni posebni radni materijali

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Učenici formiraju krug sa stolicama. Nastavnik/ca izgovori jednu kratku i pozitivnu rečenicu (na primjer: „Volim da slušam muziku“) djeca u isto vrijeme ustaju ili ostaju na stolici, čime vizualno iznose svoje mišljenje u vezi sa tom izjavom.

Sada se kreće redom, da svaki učenik izgovara jednu rečenicu. Kod potvrđnog odgovora („Ja takođe volim da slušam muziku“) učenici ustaju sa stolica, a kod negacije ostaju da sjede na stolicama. Ako je učenik/ca neodlučan/na, tada ustane samo napolia i ostane u tom položaju.

**Pravilo:** učenici odgovaraju na pitanje isključivo neverbalno. Niko ne priča i ne komentariše rečenice.

#### Pitanja za diskusiju:

- › Da li je bilo pred grupom teško iznijeti svoje mišljenje?
- › Da li je bilo teško govoriti samo neverbalno?
- › Koliko je važno smjeti iznijeti vlastito mišljenje?
- › Koliko je važno moći iznijeti vlastito mišljenje?
- › Zašto smo uradili ovu vježbu?

## Radionica 37:

### Timski ja



UZRAST:

6. i 7. razred



TRAJANJE:

45 minuta



CILJEVI RADIONICE:

- › Podsticanje komunikacije među učenicima
- › Podstiče se osjećaj zajedništva
- › Učenici uče da preuzmu odgovornost jedni za druge
- › Smanjuje se napetost među učenicima
- › Razvija se osjećaj pripadnosti grupi
- › Zajedničko rješavanje problema



POTREBNI MATERIJALI:

Nisu potrebni posebni radni materijali

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Nastavnik/ca zamoli sve učenike da postave svoje stolice u sredinu učionice tako da nasloni stolica budu okrenuti prema sredini kruga, a zatim da se popnu na svoju stolicu. Postepeno nastavnik uklanja stolice iz kruga. Učenici prelaze na stolice koje su još u krugu, a njihov broj biva sve manji, jer ih nastavnik postepeno sklanja u stran. Vježba je završena onog trenutka kada jedan od učenika stane na pod.

#### PITANJA ZA DISKUSIJU:

- › Šta je to što čini zajedništvo?
- › Da li ste ikada bili tako blizu jedni drugima?
- › Gdje ste jedni druge pridržavali-dodirivali?
- › Da li je vježba bila priyatna?
- › Poznajete li još neke situacije iz života u kojima osobe budu tako blizu jedne drugima?
- › Šta je bilo neophodno da bi ste u ovoj vježbi postigli dobar rezultat?

## Radionica 38:

### Upravljanje emocijama<sup>14</sup>

#### TRAJANJE:

90 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

- > Učenici spoznaju važnost neverbalne komunikacije u svakodnevnim razgovorima i odnosima
- > Učenici istražuju svoja unutrašnja osjećanja i emocije, te svoje reakcije na njih
- > Učenici diskutuju važnost otvorenosti prema iskazivanju i dijeljenju emocija sa svojim vršnjacima, učetiljima ili roditeljima

#### POTREBNI MATERIJALI:

- > Tabla ili flipchart (flipchart) tabla
- > Krede ili markeri
- > Teke i olovke

#### UPUTSTVO ZA FACILITATORE:

Za izvođenje radionice potrebno je pripremiti materijale koje će učenici koristiti tokom radionice. Na prazne papire upišite emocije, tako da svaka

emocija bude na jednom papiru. Za drugi dio radionice nedovršene izjavne rečenice na flipchart papir ili tablu.

#### Aktivnost 1: Šarada emocija

Učenicima dajte papir sa emocijama tako da svaki učenik dobije jednu emociju. Ukoliko je u razredu više od 20 učenika, slobodno ponovite određene emocije.

Emocije za vježbu:

Zbunjenost	Posramljenost
Krvnja	Opreznost
Iscrpljenost	Usamljenost
Ljutnja	Ljubomora
Tuga	Depresivnost
Samouvjerjenost	Dosada
Poniženost	Anksioznost
Sreća	Šok
Strah	Stid
Bijes	Iznenađenost

Objasnite učenicima da će u nastavku radionice, svaki učenik/ca odgumiti emociju koja im je dodijeljena, dok ostali učenici treba da pogode o kojoj se emociji radi. Objasnite da ljudi mogu pokazati mnoge emocije kroz neverbalnu komunikaciju (objasnite učenicima šta znači govor tijela, ton govora i sl.). Takođe, ljudi mogu primijetiti osjećanja drugih posmatrajući njihov govor tijela. Ponekada, govor tijela nam može bolje reći o osjećanjima drugih prije nego da to pokazuju riječima.

Ukoliko želimo da ljudi razumiju kako se osjećamo, važno je da su poruke koje izgovaramo i one koje šalje naše tijelo, ujednačene. *Učenicima objasnite da razumijevanje osjećanja drugih zovemo empatiju.* Ukoliko vidite nekoga ko se povrijedio i razmisljate o njihovim osjećanjima, tada kažemo da se saosjećate sa njima tj. da pokazujete empatiju.

Dobro je da znamo kako se drugi osjećaju jer ponекada, vaši vršnjaci pokušavaju da sakriju određena osjećanja, plašeći se reakcije svoje okoline.

#### Aktivnost 2: Istražimo osjećanja

- Zamolite učenike da individualno završe izjave u svojim sveskama. Pročitajte svaku pojedinačnu izjavu i dajte učenicima nekoliko sekundi vremena da odgovore tj. da je dovrše:
- > Najsretniji/ja sam kada....
  - > Najtužniji/ja sam kada....
  - > Mrzim kada....
  - > Moj najveći strah je....
  - > Kada sam sretan/na, ja....

- > Kada sam tužan/na, ja...
- > Kada sam ljut/a, ja...
- > Kada sam uplašen/na, ja....
- > Ponekad osjećam.....
- > A kada se osjećam tako (prethodna rečenica), ja...

Učenike zamolite da u parovima podijele svoje odgovore. Zamolite učenike da podijele svoje odgovore i zapišite ih na tablu ili flipchart tablu.

#### Aktivnost 3: Podijelimo osjećanja

Učenike zamolite da formiraju parove u kojim su bili tokom aktivnosti 2. Zamolite učenike da u parovima razgovaraju o situacijama kada su imali snažna osjećanja kao što su strah, tuga, ljutnja i sreća. Zamolite učenike da objasne kako su se osjećali i na koji način su pokazali to osjećanje. Ako nisu pokazali, zamolite da to upišu i pojasne kasnije zašto nisu pokazali određeno osjećanje.

Zamolite ih da u parovima diskutuju o tome da li su iz sadašnje perspektive, mogli bolje pokazati osjećanja koja navode kao primjer nego su to uradili u situaciji koju prepričavaju. Da li je postojao neki bolji način da se nose sa osjećanjima koja navode u paru? Učenici ne moraju podijeliti primjere sa ostatkom razreda/grupe, no zamolite grupu da navedu pozitivne primjere dobrog nošenja sa osjećanjima.

#### ZAKLJUČAK RADIONICE:

Objasnite da su osjećanja važan faktor u našim životima jer nam tako naše tijelo govori o određenoj situaciji ili okruženju, čak i onda kada mi o tome svjesno ne razmišljamo. Ukoliko se vozite u autu i neko naglo zakoči, vaše tijelo će reagovati brže nego vaše misli i možete osjetiti trnce rukama, stomaku ili nogama, prije nego ste primijetili da je osoba naglo zakočila. Na taj način naše tijelo nam govori o opasnosti, prije nego i sami razmislite o istoj. Međutim, mnogi mladi ljudi žive u zabludi da je pokazivanje osjećanja pogrešno ili pokazatelj slabosti, što nije tačno.

*Sasvim je normalno biti emotivan i iskazivati osjećanja.* Svi ljudi su emotivna bića, no ne pokazuju svi ljudi emocije na isti način. Dječaci i djevojčice posjeduju iste emocije, bez ikakvih razlika. Međutim, da li dječaci i djevojčice pokazuju svoja osjećanja podjednako. Učenike pitajte da li dječa-

ci i djevojčice podjednako kalo pokazuju strah? A tugu? Zašto postoje razlike među njima?

Snažne emocije poput ljutnje ili bijesa su takođe normalne, međutim važno je naučiti kako upravljati ovakvim osjećanjima i pokazivati ih na zdrav i nenasilan način. Ponekada dječaci smatraju da se od njih očekuje da ova dva osjećanja pokazuju na agresivan način, što je potpuno pogrešno.

Pojedina osjećanja mogu biti snažna i bolna, na primjer, uslijed gubitka bliske osobe ili zbog nečega što se trenutno dešava (izloženost nasilju). Ako osoba ne pokazuje ova osjećanja i „skriva ih u sebi“, to može potaći dodatne emocije kao što su ljutnja, bijes i depresija. Podsjetite učenike da je važno otvoreno razgovarati o osjećanjima, a kako bi se lakše nosili sa ljutnjom, tugom, strahovima i sl.

<sup>14</sup> Preuzeto i adaptirano iz Doorways I Students training manual on School Related Gender-Based Violence Prevention and Response & Program Y, <https://healtheducationresources.unesco.org/library/documents/doorways-iii-teacher-training-manual-school-related-gender-based-violence>.

## Radionica 39:

### Izražavanje sopstvenih osjećanja

#### TRAJANJE:

90 minuta

#### CILJEVI RADIONICE:

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

#### POTREBNI MATERIJALI:

- Flipčart papir
- Markeri,
- Komadići papira
- Tabela resursa

#### PRIPREMA:

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

#### IZVOĐENJE RADIONICE:

Nacrtajte pet kolona na flipčart papiru i napišite sljedeća osjećanja kao naselove: *strah, ljubav, tuga, sreća i ljutnja* (vidjeti Tabelu resursa kao primjer na koji način treba raspoređiti riječi i kako ih rangirati prema objašnjenju koje slijedi).

Objasnite učenicima da su ovo osjećanja<sup>15</sup> o kojima će se raspravljati tokom ove aktivnosti i da treba da razmislite o tome koliko je mladićima i djevojkama lako ili teško da izraze ova različita osjećanja.

Dajte svakom učesniku komadić papira i zamolite ih da napišu ovih pet osjećanja o kojima se raspravlja onim redoslijedom kojim ste ih vi napisali na flipčart papiru. Zatim pročitajte sljedeća uputstva:

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

<sup>15</sup> U grupi se mogu pojavit i drugi prijedlozi osjećanja koji, uopšteno govoreći, odgovaraju ili su povezani sa nekim od onih koji su već spomenuti. Na primjer, mržnja je u vezi sa ljutnjom. Jednom je jedan mladić predložio indiferentnost kao osjećanje, ali dok ga je analizirao otkrio je da su prava osjećanja koja stoe iza njegove indiferentnosti zapravo strah i tuga. Takođe se kao osjećanja mogu pojavit stid, krivica ili nasilje. Istražite sa učesnicima šta se nalazi iza ovih osjećanja i ohrabrite ih da razmislite o cijeni i posljedicama takvih osjećanja (prim.aut.).

Kada učenici završe rangiranje svojih osjećanja, pokupite komadiće papira i napišite rangiranja u kolone na flipčartu (vidi primjer).

Zajedno sa čitavom grupom razmislite o sličnostima i razlikama koje ste pronašli među učenicima. Objasnite da:

- Osjećanja koja smo označili brojevima 1 i 2 su ona osjećanja koja smo često navikli da izražavamo na pretjeran način;
- Brojevi 4 i 5 predstavljaju osjećanja koja smo navikli da izražavamo slabije ili možda čak i da ih potiskujemo ili skrivamo;
- Broj 3 može predstavljati osjećanje koje ne izražavamo ni na pretjeran način, niti ga potiskujemo, već je vjerovatno to ono osjećanje sa kojim se suočavamo na prirodniji način.

Iskoristite sljedeća pitanja kako biste započeli diskusiju.

#### PITANJA ZA DISKUSIJU:

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

**ZAKLJUČAK RADIONICE:**

Osjećanja se mogu posmatrati kao neki oblik energije koja vam omogućava da uočite šta vas muči ili šta vam smeta. Različita osjećanja su jednostavno odraz različitih potreba i najbolje je da naučite kako da se nosite sa svim svojim osjećanjima onako kako se ona javljaju u vašem životu.

Sposobnost da izrazite svoja osjećanja, a da ne povrijedite druge pomaže vam da postanete jači pojedinci i da uspostavite bolje odnose sa svjetom oko vas. Način na koji svaka osoba izražava svoja osjećanja se razlikuje. Međutim, važno je

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

**TABELA RESURSA**

Primjer rangiranja osjećanja na flipchart papiru

Ispod je dat primjer kako organizovati kolone osjećanja i odgovore učenika. Za vrijeme diskusije, voditelj bi trebalo da pomogne učenicima da identifikuju sličnosti i razlike u rangiranju. Na primjer, navedena tabela pokazuje da postoji gotovo ravnomerna podjela u broju učenika 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 je dan interesantan obrazac u primjeru ispod jeste da većina učenika smatra da je teško izraziti strah. Često se od muškaraca zaista očekuje da budu hrabri i neustrašivi i ovaj bi primjer bilo interesantno iskoristiti kao osnovu za diskusiju o socijalizaciji i rodnim normama.

	Strah	Ljubav	Tuga	Sreća	Ljutnja
Učesnik br. 1	5	4	3	2	1
Učesnik br. 2	2	3	4	1	5
Učesnik br. 3	4	1	3	2	5
Učesnik br. 4	4	3	5	2	1
Učesnik br. 5	5	1	3	2	4

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

učenika, ali bez njegovog imena. Kao što je prikazano u prethodnom primjeru, voditelj umjesto toga može napisati broj na koji se učenici mogu lako pozvati tokom diskusije.

**Radionica 40:****Inspirise se! Stvaranje promjene****TRAJANJE:**

60-90 minuta, zavisno o tome koliko citata ste odabrali

**CILJEVI RADIONICE:**

- Učenici odabiraju citate koji ih motivišu i istražuju šta bi značilo primijeniti poruku iz citata u vlastitim životima
- Povećanje motivacije i samopuzdanja učenika radi promjene svijeta u kojem žive

**POTREBNI MATERIJALI:**

- Tabla + krede
- Citati o socijalnoj pravdi i aktivizmu

**PRIPREMA:**

Pregledati citate i eliminisati sve koji nisu pogodni za vaše okruženje. Možda želite dodati druge iz vlastite zemlje ili regije. Prilagodite broj citata (i

učeničkih recitacija) kako bise uklopili u dopušteno vrijeme. Napravite kopije citata koje ćete koristiti ili ih napišite na tabli.

**IZVOĐENJE RADIONICE:**

Objasnite sljedeće:

- Danas ćemo istražiti šta znači raditi za društvenu pravdu ili promjeniti svijet u kojem živimo, čak i u vrlo maloj mjeri. Razmotrićemo niz citata ljudi koji su izazvali promjene vlastitim naporima.
- Pročitajte popis i odaberite citat koji vas najviše inspiriše. Zatim izvadite svoje bilježnice i na vrhu stranice prepisite citat (uz ime osobe kojoj se pripisuje).
- Razmislite šta vaš citat znači. Napišite odgovor od najmanje tri paragrafa. Prvi paragraf treba objasniti šta vi mislite da je poruka citata. Drugi paragraf bi trebao govoriti o tome zašto ovaj citat ima značenje za vas i zašto ste ga odabrali. U završnoj tački, raspravite šta bi moglo značiti ako primijenite poruku ovog citata u svojem vlastitom životu (ili ako ga već primjenjujete, razgovarajte o tome). [Dopustite učenicima vrijeme za pisanje.]

Pitajte da li je iko izabrao prvi citat sa popisa. Ako jeste, zamolite učenika/cu da pročita svoje paragrafe. (Dajte učenicima dopuštenje da ne čitaju dijelove koje žele zadržati privatnim.) Ako je više

od jednog učenika odabralo ponuđenu temu, razmotrite mogućnost odobravanja čitanja njihovih odgovora. Prođite kroz sve citate na popisu na ovaj način. Planirajte približno 12 dvominutnih čitanja.

Zaključite sa sljedećim pitanjima:

- Koje su neke od ključnih poruka koje ste izvukli iz tih citata?
- Koje su neke od pozitivnih ličnih koristi koje uživaju aktivisti za socijalnu pravdu?
- Koji su neki od izazova i rizika?
- Je li važno za obične građane da preduzmu akciju oko pitanja do kojih im je stalo?

**Domaći zadatak**

Pronađite način da podijelite svoj citat. Možete razgovarati o njemu kod kuće s članovima porodici, možete koristiti socijalne mreže, pažljivo ga napisati i objaviti u formi statusa, staviti na vaše-mail potpis ili pronaći neki drugi način za dijeljenje nadahnjujućih poruka. Zapišite i prezentujte na narednom času kako dijelite vaš citat i kakva su vaša zapažanja.

**CITATI O SOCIJALNOJ PRAVDI I AKTIVIZMU**

*Budite promjena koju želite vidjeti u svijetu.*

- › Mohandas Gandhi (Mohandas Gandhi), smatran od Indijaca za oca njihove nacije. Nadahnuo je nenasilan građanski neposluh, što je dovelo do nezavisnosti Indije od Velike Britanije i nadahnulo pokrete za građanska prava i slobode širom svijeta.

*Pranje svojih ruku u sukobu između moćnih i ne-moćnih znači biti na strani moćnih, a ne biti neutalan.*

- › Paolo Freire (Paulo Freire), uticajni brazilski pedagog koji je bio pionir obrazovne prakse podizanja kritične svijesti siromašnih.

*Moćne priznaje ništa bez traženja. Nikada nije i nikada neće. Saznajte samo ono što će ljudi podnijeti, i pronašli ste tačan iznos nepravde i zla koji će im biti nametnut, i ovo će se nastaviti sve dok se ne odupru bilo riječima bilo udarcima, ili s oboje. Granice silnika propisane su izdržljivošću onih koje se tlači.*

- › Frederik Daglas (Frederick Douglass) je rođen kao rob; postao je vođa u pokretu protiv ropstva u Sjedinjenim Državama. Bio je pisac, govornik i savjetnik predsjednika Abrahama Lincoln i vjerovalo je u univerzalnu jednakost.

*Sloboda nije nešto što jedan narod može ponuditi i dati drugome kao dar. Oni je smatraju svojom i niko je ne može sačuvati od njih.*

- › Kwame Nkrumah (Kwame Nkrumah), osnivač i prvi predsjednik moderne Gane i uticajni pripadnik panafričkog pokreta.

*Odgovornost ne leži samo u čelnicima naše zemlje ili onima koji su imenovani ili izabrani da naprave određeni posao. Nalazi se u svakom od nas pojedinačno.*

- › Njegova Svetost 14. Dalaj Lama (Dalai Lama), duhovni vođa tibetanskih budista i aktivist za autonomiju Tibeta.

*Nikada ne sumnjajte da mala grupa mislećih, po-svećenih građana može promijeniti svijet. Zaista, to je jedina stvar koja se uopšte i događa.*

- › Margaret Mead (Margaret Mead), američki kulturni antropolog.

*Svijet je opasno mjesto, ne zbog onih koji čine зло, nego zbog onih koji to gledaju i ne rade ništa.*

- › Albert Ajnštajn (Albert Einstein), dobitnik Nobelove nagrade za teorijsku fiziku, najpoznatiji po teoriji relativnosti. Otvoreni protivnik nacizma, bio je i aktivist protiv nuklearnih testiranja i razarma.

*Kada su nacisti došli po komuniste, nisam rekao ništa, nisam bio komunist. Kada su zatvorili socijaldemokrate, nisam rekao ništa, nisam bio socijaldemokrat. Kad su došli po sindikaliste, nisam progovorio, nisam bio sindikalist. Kad su došli po Židove, nisam rekao ništa, ja nisam bio Židov. Kad su došli po mene, više nije bilo nikoga ko bi išta rekao.*

- › Martin Nejmeler (Martin Niemöller), poznati antinacistički njemački teolog i pastor, koji je bio poslan u logor, ali je preživio. Nastavio je antiratnu aktivnost tokom cijelog života.

*Nepravda bilo gdje prijetnja je pravdi svugdje. Mi smo uhvaćeni u neizbjježnu mrežu uzajamnosti, povezani u jednu odoru sudbine. Što utiče na jedno direktno, utiče na druge indirektno.*

- › Martin Luter King Mlađi (Martin Luther King Jr.), sveštenik, bio je najpoznatiji vođa američkog pokreta za građanska prava. Promotor nenasilja i aktivista za jednak tretman svih rasa, najmlađi je dobitnik Nobelove nagrade za mir.

*Male su stvari koje građani rade. To je ono što će napraviti promjenu. Moja mala stvar zasadit će stabla.*

- › Wangari Matai (Wangari Maathai), kenijski aktivistkinja za životnu sredinu, rodnu jednakost i političke djelatnosti. Osnovala je pokret Zeleni pojasi i bila nagrađena Nobelovom nagradom za mir u 2004. godini (prva afrička žena koja ju je primila). Takođe je postala član kenijskog parlamenta.

**Radionica 41:****Problem do kojega mi je stalo****TRAJANJE:**

- › Koraci 1-4: 45 minuta
- › Korac 5-8: 45 minuta

**CILJEVI RADIONICE:**

- › Učenici identifikuju pitanje ili problem u društvu do kojeg im je stalo
- › Učenici istražuju ideju zagovaranja u vlastitim životima
- › Učenici razmišljaju o pravljenju pozitivnih promjena u svojim životima
- › Razvijanje komunikacijskih vještina i javnog govora kod učenika

**POTREBNI MATERIJALI:**

- › Tabla i krede
- › Popis „Problem do kojeg mi je stalo“ za svakog učenika
- › Kopija Resursna lista

**PRIPREMA:**

Pregledajte popis „Problem do kojeg mi je stalo-resursna lista“. Orišite pitanja koja mogu biti nesigurna za angažman vaših učenika. Dodajte lokalno relevantna pitanja. Pregledajte brošuru „Pismo iz srca“. Ako planirate voditi učenike u projektu zago-

varanja (koristeći lekciju 8 smjernica), zadržati desni stupac „zajedničkih akcija“ u brošuri. Ako ne, brišite taj stupac kako bi se izbjeglo pokretanje tog projekta od strane učenika bez vodstva i podrške.

**IZVOĐENJE RADIONICE:**

Predstaviti temu:

- › Učili smo o raznim pitanjima koja imaju uticaj na naš život - posebno o pitanjima pola, zdravlja i prava. Koja su neka od specifičnih pitanja koja smo proučavali? [Proba za teme.]
- › Svako od vas će identifikovati društveni problem do kojeg mu je stalo. Problem bi se trebao odnosi na pitanja o kojima smo razgovarali.

Distribuišite popis „Problem do kojeg mi je stalo“ svakom učeniku. Objasnite sljedeće:

- › Napišite svoje ime na objema stranama ovog lista. Zatim pregledajte popis pitanja o socijalnoj pravdi, pitajući se: „Do kojih pitanja mi je stalo?“
- › Vidjećete da je popis podijeljen u tri kategorije (pol, seksualno zdravlje i seksualna prava). Obilježite tri teme koje vas zanimaju. Sve one mogu biti u jednoj kategoriji ili mogu dolaziti iz različitih kategorija.

- › Takođe možete dodati pitanje iz domena socijalne pravde do kojeg vam je stalo a koje nije na popisu.

Rasporedite učenike u istopolne parove. Objasnite sljedeće:

- › U parovima, u trajanju od oko 20 minuta raspravljajte o jednom ili vise pitanja koja su predmetom vašeg interesovanja.
- › Podijelite s drugima ono što ste našli privlačnim u vašim izborima ili zašto želite saznati više o njima. Možete imati priču koju želite podijeliti s drugima.
- › Vježbajte pažljivo slušanje jedni drugih i sudjelujte u uljudnom dijalogu.
- › Ne zaboravite: Odnosite se prema svim zabrinutostima svojih kolega s poštovanjem. Jednačka pravda i poštovanje počinju upravo ovdje u razredu i u načinu na koji se ponašamo jedni prema drugima.

Okupite grupe ponovo zajedno i pitajte da li neko želi reći koji problem ili problem su odabrani i zašto. Dopustite svim volonterima da govore.

Upoznajte učenike s konceptom rada za društvene promjene (zagovaranje). Objasnite sljedeće:

- > Neki ljudi koji se uključuju u velike kampanje za promjenu svijeta. Je li iko od vas čuo za akcije koje su ljudi preduzeli da bi popravili jedan od problema iz popisa na radnom listu do kojeg je vama ili vašem kolegi stalo?
- > Što je s akcijama na područjima koja smo proučavali - ravnopravnosti polova, seksualno i reproduktivno zdravlje i seksualna prava? [Uzmite neki primjeri. Ako je potrebno, ponudite primjer iz lekcije 8 smjernica ili iz vlastitog iskustva.]
- > Šta je primjer promjena do koje su takve aktivnosti dovele u svijetu? [Neki primjeri koje bismo mogli spomenuti su: prestanak prakse genitalnog sakaćenja, sve veći broj djevojaka u školi, ljudi se pridružuju kampanjama protiv rodno utemeljenog nasilja, legalizacija pobačaja, veća sigurnost u školama za homoseksualnu omladinu i dopuštanje trudnim djevojčicama ostanak u školi.]

Uvedite ideju male promjene. Vodite raspravu koristeći sljedeće tačke:

- > Zagovaranje se često odnosi na velike promjene. No, čak i malo truda može napraviti smislenu promjenu na bolje - u svom vlastitom životu ili životu nekoga oko sebe.
- > Zamislite i razmotrite mali korak koji možete preduzeti da biste napravili promjenu, posebno za poboljšanje ravnopravnosti polova ili za zaštitu seksualnih ili reproduktivnih prava svojih ili druge osobe. [Proba ideje: ne diskriminirati druge osobe, dijeljenjem odgovornosti koje su obično odvojene po polovima, odlučiti nikada ne nagovarati drugu osobu da ima polni odnos ili pisanjem isprike zato što nekoga niste tretirali s poštovanjem u prošlosti.]
- > Možete li razmisiliti o situaciji koju ste vidjeli u svom životu, gdje je neko napravio pozitivne promjene, bilo velike ili male?

Podsjeti učenike da postoje lične koristi i rizici za sudjelovanje u zagovaranju. Pitajte:

- > Koje prednosti ili razvoj može iskusiti osoba uključena u akciju zagovaranja ili socijalne pravde? [Proba: osjećati se jakim jer znate da možete imati uticaj na druge, izgradnja novih odnosa, jačanje ličnih vještina, kao što su govorjenje ili pisanje, divljenje od strane drugih.]
- > Koji su rizici s kojima se može susresti osoba koja se bavi zagovaranjem i akcijama za socijalnu pravdu? [Proba: moguće društvene neodobravanje; ometanje školovanja ili drugih važnih dijelova života, biti razočarani ako ne postigne promjene kojima težite, biti uhapšen ili se suočiti s drugim opasnostima, čak i ako su vaše aktivnosti u potpunosti legalne i nenasilne. Podsjetite učenike da je važna sigurnost.]

Može se dodijeliti kao domaća zadaća: Razdijelite brošure ili napišite pitanja iz brošure na tablu.

Recite učenicima sljedeće:

- > Napišite „pismo iz srca“ o pitanju koje vam je bitno i šta možete učiniti u vezi njega.
- > Pismo se može napisati sebi, roditelju, prijatelju ili ljubavniku, vođi zajednice.

#### *Jedan problem do kojeg mi je stalo*

Sljedeći popis sadrži neke od društvenih problema do kojih je mnogim ljudima stalo i pokušavaju ih popraviti. Ovaj popis fokusira se na pitanja iz tri kategorije: *pol, seksualno zdravlje i seksualna prava*. Razmislite o tome koja su pitanja od najvećeg interesa za vas. Možda je problem do kojeg vam je stalo sličan jednom od ovih problema. Ili možete razmisliti o posve različitom problemu.

Zabilježite tri pitanja do kojih vam je stalo. Sva ona mogu biti u jednoj kategoriji ili dolaziti iz različitih kategorija.

## RESURSNA LISTA

### PITANJA RAVNOPRAVNOSTI POLOVA

- > naši udžbenici pojačavaju stereotipe.
- > određene politike u našem školstvu diskriminiraju neke grupe ljudi.
- > previše nasilnika ide u školu.
- > dječaci u našoj zajednici osjećaju pritisak da dještu „tvrdi“ ili hrabro.
- > dječaci osjećaju pritisak da pridruživanjem bandi dokažu da su muškarci.
- > djevojkama nedostaje mogućnost da nauče ono što trebaju znati o novcu kada budu starije.
- > djevojke nemaju dovoljno prilika za sportove ili da budu u timovima.
- > djevojke nemaju sigurno mjesta za susrete sa svojim prijateljima i kolegama.
- > reklame prikazuju muškarce i žene na načine koji su štetni za nas.
- > mnogim mladim očevima nedostaju mogućnosti za učenje o tome kako biti dobri očevi.
- > rodno uvjetovano nasilje (nasilje nad ženama i djevojkama) je takođe često, a još je i prihvачeno.

### PITANJA SEKSUALNOG ZDRAVLJA

- > adolescenti nemaju pristup ustanovama za seksualno i reproduktivno zdravlje koje su prijateljski naklonjene mladima.
- > teško je dobiti kondome.
- > mnogi od mojih kolega ne znaju o HIV-u.
- > mnoge škole na našem području ne uče o HIV-u.
- > mnogi ljudi ne znaju svoj HIV status.
- > mlađi ljudi nemaju osnovne informacije o svojim tijelima.

### PITANJA SEKSUALNIH PRAVA

- > problem incesta je u velikoj mjeri zanemaren u mnogim društvima.
- > previše djevojaka je u braku još u dječjem dobu.
- > ljudi još uvek praktikuju žensko genitalno sakaćenje.
- > mnoge djevojke seksualno iskoristavaju „šećerne tatice“.
- > mnogi mlađi ljudi, osobito djevojčice, žrtve su seksualne trgovine.
- > silovanje je previše često, pa čak i tolerisano.
- > ljudi ne shvataju da su i dječaci u opasnosti od seksualnog zlostavljanja.
- > prema homoseksualcima se često ne odnose s dostojanstvom.
- > mnogi mlađi ljudi, posebno djevojčice, ne osjećaju da stvarno imaju pravo insistirati na upotrebi kondoma.
- > ljudi koji žive s HIV-om i AIDS-om ne dobivaju dovoljno podrške i poštovanja.
- > ostalo:

Budite sigurni da ste napisali svoje ime na obje strane ovog radnog lista!

**NAPOMENA:** Postoji mnogo načina da pokušate napraviti pozitivne promjene. Upamtite: važno je početi s malim stvarima. Takođe je važno odabratи akciju koja je sigurna i legalna. Neke uobičajene aktivnosti koje ljudi preduzimaju uključuju:

***U našim životima:***

- > odlučiti da se ne diskriminiše neko drugi
- > otpratiti prijatelja koji treba njegu u zdravstvenoj ustanovi
- > obećanje da se neće uključiti u nasilje nad drugom osobom
- > saslušati nekoga ko treba razgovor
- > više učiti o pitanju do kojeg mi je stalo
- > razgovarati s prijateljima i porodicu o tom pitanju

***U širem okruženju:***

- > stvaranje male društvene akcione grupe
- > pisanje pisma javnom službeniku
- > pisanje članka za moje kolege
- > uključivanje u organizaciju koja radi na pitanju do kojeg mi je stalo
- > tražiti od moje škole promjenu politike (povezano s pitanjem)
- > planiranje događaja u zajednici

Pismo od srca

Dragi/a \_\_\_\_\_

Učim o ravнопravnosti polova te o seksualnom zdravlju i seksualnim pravima. Znam da mogu preduzeti mali, ali značajan korak ka pozitivnoj promjeni.

Problem do kojeg mi je stalo je \_\_\_\_\_

Jedna stvar koju moguće učiniti da napravim pozitivnu promjenu je [izabrati jednu akciju s popisa iznad ili napisati neku drugu ideju]:

Ono čemu se nadam je \_\_\_\_\_.

Želim biti osoba koja \_\_\_\_\_.

Potpisujem se s poštovanjem.



## Literatura

- Agencija za ravnopravnost polova BIH. (2013). *Rasprostranjenost i karakteristike nasilja nad ženama u Bosni i Hercegovini*. Sarajevo.
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, Nj: Erlbaum.
- Alan Rogers. (2005). Non-Formal Education: Flexible Schooling or Participatory Education?
- Amin, S., Ahmed, J., Saha, J., Hossain, I., & Haque, E.F. (2016). Delaying child marriage through community-based skills-development programs for girls. Results from randomized controlled study in rural Bangladesh. Bangladesh Association for Life Skills, Income and Knowledge for Adolescents. Population Council. Preuzeto 11.6.2021. godine sa [https://www.popcouncil.org/uploads/pdfs/2016PGY\\_BALIKA\\_EndlineReport.pdf](https://www.popcouncil.org/uploads/pdfs/2016PGY_BALIKA_EndlineReport.pdf).
- Ávila, M.B. (1993). Direitos Reprodutivos: Uma Invencao Das Mulheres Reconhecendo A Cidadania. Preuzeto 11.12.2020. godine sa [https://www.cfemea.org.br/images/stories/publicacoes/direitos\\_reprodutivos\\_quem\\_stao\\_cidadania.pdf](https://www.cfemea.org.br/images/stories/publicacoes/direitos_reprodutivos_quem_stao_cidadania.pdf).
- Badenes-Ribera L, Frias-Navarro D, Bonilla-Campos A, Pons-Salvador G, Monterde-i-Bort G. (2015). Intimate partner violence in self-identified lesbians: a meta-analysis of its prevalence. *Sex Res Soc Policy*, 2015;12(1):47–59.
- Braeken, D., Shan, T., & Silva, U.d. (2010). *IPPF Framework for Comprehensive Education (CSE)*. London: IPPF.
- Barker, G. (2001). „Peace boys in war zone: Identity and coping among adolescent men in a favela in Rio de Janeiro, Brazil“ („Miroljubivi dječaci u ratnoj zoni: Identitet i suočavanje među maloljetnim muškarcima u favelama u Rio de Žaneiru, Brazil“); neobjavljena doktorska disertacija, Erikson Institut, Loyola Univerzitet, Čikago.
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27-36.
- Bigler, R., Hayes, A.R., & Hamilton, V. (2013). *The Role of Schools in the Early Socialization of Gender Differences*. Encyclopedia on Early Childhood. Preuzeto 15.6.2021. godine sa <https://www.child-encyclopedia.com/sites/default/files/textes-experts/en/2492/the-role-of-schools-in-the-early-socialization-of-gender-differences.pdf>.
- Birkeland, M.S., Breivik, K., & Wold, B. (2014). Peer Acceptance Protects Global Self-esteem from Negative Effects of Low Closeness to Parents During Adolescence and Early Adulthood. *J. Youth Adolesc.*, 43(1), 70-80. doi: 10.1007/s10964-013-9929-1.
- Blondeel, K., Vasconcelos, S., Garcia – Moreno, C., Stephenson, R., Temmerman, M., & Toskin, I. (2017). Violence motivated by perception of sexual orientation and gender identity: a systematic review. *Bull World Health Organization*, 96(1), 29-41L. doi: 10.2471/BLT.17.197251.
- Bundy, D.A.P., Silva, N., Horton, S., Jamison, D.T., & Patton, G.C. (2017). *Child and Adolescent Health and Development. Disease Control Priorities* (third edition), Vol. 8. Washington, DC: World Bank.

- Bognar, B. (2015). *Čovjek i odgoj*. Osijek: Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera. Dostupno na <https://hrcak.srce.hr/file/233823>.
- CARE International Balkans. (2020). *Sažetak prijedloga javne politike broj 1. Program Y - program za zdravo i sigurno odrastanje mladih*. Preuzeto 17.3.2020. godine sa <https://youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2020/12/F4Y-PolicyBrief01-A4-BIH.pdf>.
- CARE International Balkans. (2020). *Sažetak prijedloga javne politike. Program Y Dokazi i implikacije*. Dostupno na: <https://youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2020/12/F4Y-PolicyBrief02-A4-BIH.pdf>.
- CARE International Balkan. (2018). *Inicijativa mladića - Program za promociju rodne ravnopravnosti, nenasilja i zdravih životnih stilova*. Preuzeto 30.9.2019. godine sa: [https://youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2018/09/YMI\\_PROGRAM-Brochure-BIH.pdf](https://youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2018/09/YMI_PROGRAM-Brochure-BIH.pdf).
- CARE International Balkan. (2017). *Budi muško, mijenjam pravila! Nalazi i lekcije naučene tokom sedmogodišnjeg projekta Inicijativa mladića*. Preuzeto 13.3.2020. godine sa <https://beta.youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2017/07/Nalazi-i-lekcije-nau%C4%8Dene-tokom-sedmogodi%C5%A1njeg-projekta-inicijativa-mladi%C4%87a-u-organizaciji-CARE-International-Balkan.pdf>.
- CARE International Balkan. (2016). *Program Y (Mladi) – Inovativni pristupi u prevenciji rodno zasnovanog nasilja i promociji zdravih životnih stilova kod mladića i djevojaka*. Preuzeto 20.9.2020. godine sa: <https://beta.youngmeninitiative.net/wp-content/uploads/2017/07/Program-Y-BIH.pdf>.
- CARE International Balkans. (2016). *Boys and men as allies in violence prevention and gender transformation in the Western Balkans – Young Men Initiative, Bosnia and Herzegovina, Serbia, Kosovo\*, Albania*. <https://youngmeninitiative.net/en/about-us/program-y/>.
- CARE International Balkan. (2018). Muškarci i dječaci kao partneri u promovisanju rodne ravnopravnosti i rješavanju pitanja ekstremizma i nasilja mladih na Zapadnom Balkanu”, Izvještaj o finalnoj evaluaciji dostupan na <http://www.CAREevaluations.org/evaluation/men-and-boys-as-partners-in-promoting-gender-equality-and-prevention-of-youth-extremism-and-violence-in-the-balkans/>
- CARE International Balkans. (2020). *Men and boys as partners in promoting gender equality and prevention of youth extremism and violence in the Balkans, Bosnia and Herzegovina, Serbia, Kosovo\*, Albania*.
- Center for Disease Control and Prevention. (2020). *Characteristics of An Effective Health Education Curriculum*. Preuzeto 21.9.2020. godine sa <https://www.Cdc.Gov/Healthschools/Sher/Characteristics/Index.Htm>.
- Dustin, A., Chein, J., & Steinberg, L. (2013). The Teenage Brain: Peer Influences on Adolescent Decision Making. *Curr Dir Psychol Sci.*, 22(2), 114–120. doi: [10.1177/0963721412471347](https://doi.org/10.1177/0963721412471347)
- Dustin, M., Chen, J., & Steinberg, L. (2014). *Peer Influences on Adolescent Decision Making. Empowering Adolescents with Life Skills Education in Schools – School Mental Health Program: Does It Work?* P-834 - Effect of Life Skills Education on Academic Achievement of First Year High School Male Students.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: W. W. Norton Company.
- Gale Academy. (2012). *Teen Depression and Suicide: Effective Prevention and Intervention Strategies*. Preuzeto 11.3.2021. godine sa <https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA319811844&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&linkaccess=abs&issn=10864385&p=AONE&sw=w&userGroupName=anon%7E22dd075c>. <https://www.WHO.int/reproductivehealth/publications/violence/24159358X/en/>.
- Gvozdanović, A., Ilišin, V., Adamović, M., Potočnik, D., Baketa, N., Kovacić, M. (2019). Istraživanje mladih u Hrvatskoj 2018/2019. Zaklada Friedrich Ebert. Preuzeto 11.3.2020. godine sa [https://croatia.fes.de/fileadmin/user\\_upload/190503\\_ISTRAZIVANJE\\_MLADIH\\_U\\_HRVATSKOJ\\_2018.\\_2019.pdf](https://croatia.fes.de/fileadmin/user_upload/190503_ISTRAZIVANJE_MLADIH_U_HRVATSKOJ_2018._2019.pdf).
- Haberland, N., Rogow, D., Aguilar, O., Braeken, D., Clyde, J., Earle, C., Kohn, D., Madunagu, B., Osakue, G., & Whitaker, C. (2009). *It's All One Curriculum: Guidelines and Activities for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education*. Population Council. Preuzeto 27.4.2021. godine. <https://www.popcouncil.org/research/its-all-one-curriculum-guidelines-and-activities-for-a-unified-approach-to->.
- Health Communication Capacity Collaborative. (2014). *Gender Transformative Approaches An HC3 Research*. Preuzeto 11.2.2021. godine sa: <https://healthcommcapacity.org/hc3resources/gender-transformative-approaches-hc3-research-primer/>.
- Hunter-Geboy, C. (2007). *Life Planning Education. A Youth Development Program*. Washington, DC: Advocates for Youth. Preuzeto 2.3.2020. godine sa <https://www.advocatesforyouth.org/wp-content/uploads/storage/advfy/documents/lpe.pdf>.
- In Fondacija. (2016). Izvještaj o rezultatima istraživanja o rodno zasnovanom nasilju u intimnim partnerskim vezama mladih u BiH. Preuzeto 11.9.2020. godine sa <https://infondacija.org/izvjestaj-o-rezultatima-istraživanja-o-rodno-zasnovanom-nasilju-u-intimnim-partnerskim-vezama-mladih-u-bih>.
- Life Magazine. (1955, 2. maj). Death of a Genius—Old Man's Advice to Youth: Never Lose a Holy Curiosity, 38(18), 64. Preuzeto 14.4.2019. godine sa [https://www.sundheimgroup.com/wp-content/uploads/2018/05/Einstein-article-1955\\_05.pdf](https://www.sundheimgroup.com/wp-content/uploads/2018/05/Einstein-article-1955_05.pdf).
- Lumen. (2016). Cultural and Societal Influences on Adolescent Development. Boundless Psychology. Boundless, 26 May. 2016. Preuzeto 12.11.2016. godine sa <https://courses.lumenlearning.com/boundless-psychology/chapter/adolescence/>
- Martin, C.L., & Fabes, R.A. (2001). The stability and consequences of same-sex peer interactions. *Developmental Psychology*, 37(3), 431-446.
- Manganello, J.A. (2009). Adolescent Judgment of Sexual Content on Television: Implications for Future Content Analysis Research. *The Journal of Sex Research*, 47(4), 364-73. DOI: [10.1080/00224490903015868](https://doi.org/10.1080/00224490903015868).
- McDonald, J., Roche, A., Durbridge, M., & Skinner, N. (2003). *Peer Education: From Evidence to Practice: An alcohol and other drugs primer*. Adelaide, Australia: National Centre for Education and Training on Addiction.
- Meyer, I.H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychol Bull.*, 129(5), 674–97. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.129.5.674> pmid: [12956539](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12956539/).
- Nasheeda, A., , H.B., Krauss, S.E., & Ahmed, N.B. (2019). A Narrative Systematic Review of Life Skills Education: Effectiveness, Research Gaps And

- Priorities. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(3), 362-379. doi.org/10.1080/02673843.2018.1479278.
- Olavarria, J. (2002). 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).
- Ombudsman za djecu Republike Srpske Banja Luka. (2010). Problemi i rizici maloljetničkih brakova. Preuzeto 11.2.2018. godine sa: [http://www.djeca.rs.ba/uploaded/MALOLJETNICKI\\_BRAKOVI\\_.pdf](http://www.djeca.rs.ba/uploaded/MALOLJETNICKI_BRAKOVI_.pdf).
- Pearson, S. (2003). Men's use of sexual health services. *Journal of Family Planning and Reproductive Health CARE*, 29(4), 190-199.
- Polić, Milan. (1993). Odgoj i svije(s)t, Zagreb: Hrvatsko filozofsko društvo
- Roggof, B. (1990). *Rogoff B. Apprenticeship in Thinking*. New York, NY: Oxford University Press.
- Ricardo, C., Barker, G., Nascimento, M., & 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.
- Thorne, B. (1993). *Gender play: Girls and boys in school*. New Jersey: Rutgers University Press.
- Tudor, K. (2008). *The adult is parent to the child. Transactional analysis with children and young people*. Dorset: Russel House Publishing.
- UNESCO. (2014). Good policy and practice in health education. Booklet 9: Puberty Education & Menstrual Hygiene Management. Preuzeto 11.6.2020. godine sa <https://healtheducationresources.unesco.org/library/documents/good-policy-and-practice-health-education-booklet-9-puberty-education-and>.
- UNESCO. (2018). International technical guidance on sexuality education, An evidence-informed approach
- UNICEF. (2014). Eliminating discrimination against children and parents based on sexual orientation and/ or gender identity. Preuzeto 14.6.2020. godine sa <https://resourcecentre.savethechildren.net/library/unicef-position-paper-eliminating-discrimination-against-children-and-parents-based-sexual>.
- UNICEF. (2013). Children and Young People with Disabilities Fact Sheet. Preuzeto 14.6.2020. godine sa [https://sites.unicef.org/disabilities/files/Factsheet\\_A5\\_\\_Web\\_REVISED\(1\).pdf](https://sites.unicef.org/disabilities/files/Factsheet_A5__Web_REVISED(1).pdf).
- UNICEF. (2006). World report on violence against children. Preuzeto 11.6.2020. godine sa <https://digitallibrary.un.org/record/587334?ln=en>.
- United Nations. (1994). Program akcije usvojene na Međunarodnoj konferenci o stanovništvu i razvoju, Kairo, 5-13 septembar 1994, paragraf 7.3.
- United Nations. (2016). Protecting children from bullying. Report of the Secretary-General. Preuzeto 13.4.2021. godine sa <https://violenceagainstchildren.un.org/content/protecting-children-bullying-report-secretary-general>.
- United Nations. (2015). Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development. Dostupno na: <https://sdgs.un.org/2030agenda>.
- Unger, D.G., & Wandersman, L.D. (1985). Social support and Adolescent Mothers: Actions Research Contributions to theory and practice. („Socijalna podrška i maloljetne majke: doprinosi aktivnosti istraživanja teoriji i praksi“). *Journal of Social Issues*, 41, 29-41.
- Ured za ravnopravnost spolova Vlade RH. (2007). Pojmovnik rodne terminologije prema standardima Europske unije
- Vukasović, Ante. (1989). Analiza i unapređivanje odgojnog rada, Samobor: Zagreb
- Weimer, M. (2002). Learner-centered teaching: Five key changes to practice. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Wood, K., & Aggleton, P. (1999). Stigma, Discrimination and Human Rights. London: Thomas Coram Research Unit Institute of Education, University of London. Preuzeto 11.2.2021. godine sa: <https://assets.publishing.service.gov.uk/media/57ao8cb940fob652dd0014fo/HSafeGoodstigma.pdf>.
- World Health Organization. (2020). *Life Skills Education School Handbook - Noncommunicable Diseases: Approaches for Schools*. Preuzeto 11.2.2021. godine sa - <https://www.WHO.int/publications/item/9789240005020>.
- World Health Organization. (2017). Federal Centre for Health Education (BZgA). Training matters. Preuzeto 23.4.2020. godine sa [https://www.euro.WHO.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/337593/BZgA-training-framework.pdf](https://www.euro.WHO.int/__data/assets/pdf_file/0003/337593/BZgA-training-framework.pdf).
- World Health Organization. (2016a). Inspire. Seven strategies for ending violence against children.
- World Health Organization. (2016b). *Sexuality Education, Policy Brief No. 1*. Preuzeto 21.4.2019. godine sa [https://www.euro.WHO.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0008/379043/Sexuality\\_education\\_Policy\\_brief\\_No\\_1.pdf](https://www.euro.WHO.int/__data/assets/pdf_file/0008/379043/Sexuality_education_Policy_brief_No_1.pdf).
- World Health Organization. (2015). *Health BeHAVior in School-Aged Children; WHO Global School-based Student Health Surveys; Children's World Report*. Preuzeto 23.4.2020. godine sa: <https://digitallibrary.un.org/record/587334?ln=en>.
- World Health Organization. (2013). *Health literacy: the solid facts*. Preuzeto 19.07.2020. godine sa <https://apps.WHO.int/iris/handle/10665/326432>.
- World Health Organization. (1999). *Partners in Life Skills Education, Conclusions from a United Nations Inter-Agency Meeting, Department of Mental Health*. Geneva: World Health Organization Geneva.
- World Health Organization. (2003). *Skills for health : skills-based health education including life skills: an important component of a child-friendly/health-promoting school*. World Health Organization. Preuzeto 23.7.2019. godine sa: <https://apps.WHO.int/iris/handle/10665/42818>
- World Health Organization. (2005). *Multi-country study on women's health and domestic violence against women report - Initial results on prevalence, health outcomes and women's responses*. Geneva: WHO. Preuzeto 7.6.2021. godine sa <https://www.WHO.int/reproductivehealth/publications/violence/24159358X/en/>.
- World Health Organization. (1994). *Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools. Introduction and Guidelines to Facilitate The Development and Implementation of Life Skills Programmes*. WHO/MNH/PSF/93.7 A.Rev.2. Preuzeto 23.9.2020. godine sa [https://Apps.WHO.Int/Iris/Bitstream/Handle/10665/63552/WHO\\_MNH\\_PSF\\_93.7A\\_Rev.2.Pd?Sequence=1](https://Apps.WHO.Int/Iris/Bitstream/Handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.Pd?Sequence=1).

CIP - Katalogizacija u publikaciji  
Nacionalna i univerzitetska biblioteka  
Bosne i Hercegovine, Sarajevo

305-053.5:364.63]:373.3(035)

MEHMEDOVIĆ, Feđa

Program E : sveobuhvatni pristup u prevenciji rodno zasnovanog  
nasilja i promocije zdravih životnih stilova kroz razvoj životnih vještina đaka  
u osnovnim školama : knjiga aktivnosti / Feđa Mehmedović. - Sarajevo :  
Glavni ured CARE Deutschland e. V. u BiH, 2022. - 181 str. ; ilustr. ; 30 cm

Bibliografija: str. 177-181 ; bibliografske i druge bilješke uz tekst.

ISBN 978-9926-8168-4-1

COBISS.BH-ID 47642118