Приредила
Лина Ќостарова Унковска

Право на родово чувствително училиште

Превенција и рана интервенција на родово засновано насилство во училиштата – водич за наставници и стручни служби во училиштата

CIP - Каталогизација во публикација

Национална и универзитетска библиотека "Св. Климент Охридски", Скопје

305:364.632-053.6]:373.3/.5(497.7)(036)

ЌОСТАРОВА Унковска, Лина

Право на родово чувствително училиште : превенција и рана интервенција на родово засновано насилство во училиштата - водич за наставници и стручни служби во училиштата / приредила Лина Ќостарова Унковска. - Скопје : Коалиција Сексуални и здравствени права на маргинализираните заедници, 2018. - 150 стр. : илустр. ; 25 см

Фусноти кон текстот. - Речник на термини: стр. 9-13

ISBN 978-608-4803-07-2

а) Родово насилство - Превенција и интервенција - Училиште - Македонија

- Водичи

COBISS.MK-ID 109181194

Илустрација на насловна страна и графичко уредување: Делов Игор, 2018

Издава:

Поддржано од:

Приредила
Лина Ќостарова Унковска

Право на родово чувствително училиште

Превенција и рана интервенција на родово засновано насилство во училиштата – водич за наставници и стручни служби во училиштата

Содржина

7 **Речник на термини**

12 **Вовед**

15 **Што, кому и зошто ни е потребен ваков водич?**

21 **Подготовка на наставникот за компетентно водство во превенција и справување со родово засновано насилство во училиштето**

23 Усогласување на концептите, јазикот и значењата и нивно критичко преиспитување

37 Подготовка на наставникот за разговори со учениците, во училница

45 **Разговори и активности со учениците во училница**

47 Разбирање на родот и родовите еднаквости

48 Концепти за родот и родовата еднаквост низ нормативната култура на родот

70 Како до родова еднаквост со позитивни родови модели ?

89 Подигнување на свеста за насилството и за родово заснованото насилство во училиштата

90 Насилство, родово засновано насилство и негативни ефекти врз здравјето

102 Сеопфатен пристап кон родово засновано насилство во училиштата

115 Комуникациски вештини за позитивни и респектабилни релации

116 Вештини на позитивна комуникација во превеницијa и справување со родово засновано насилство

125 Сведоци на насилството и вештини на реагирање

134 Барање помош и вештини на добивање (врсничка) поддршка

141 **Работни материјали за наставниците**

Речник на термини

БАРАЊЕ ПОМОШ: Барањето помош вклучува комуникација со други луѓе за да се добие помош во смисла на разбирање, совет, и општа поддршка како реакција на одреден проблем или мачно искуство. Барањето помош се потпира на други луѓе и затоа често се темели на општествени односи и меѓучовечки вештини.

БИСЕКСУАЛЕЦ: Некој кого го привлекуваат и/или има полови односи со лица од повеќе родови.

ГЕЈ: Лице кое првенствено го привлекуваат и/или има полови односи со некој од истиот пол. Иако вообичаено се користи за машки лица, овој термин го користат и некои жени.

ДИСКРИМИНАЦИЈА: Дискриминација е исклучување или неправедно однесување кон одредено лице или група луѓе врз основа на разни особини, на пример пол, род, религија, националност, етничка припадност (култура), `раса', или други лични карактеристики. Луѓето кои се подложени на дискриминација не можат да ги уживаат истите права и можности како другите. Дискриминирањето е спротивно на основното начело на човековите права: дека сите луѓе се еднакви во достоинството и им припаѓаат истите основни права.

ЕМПАТИЈА: Способност да се замисли или почувствува што мисли или чувствува некое друго лице.

ИЗВРШИТЕЛ /НАСИЛНИК/: Лице кое извршува насилен чин или нанесува навреда и/или повреда.

ИНТЕРСЕКС/МЕЃУПОЛ/: Овој израз се користи за категоризирање на оние кои се родени со атипични или измешани машки и женски внатрешни и/или надворешни анатомски полови карактеристики. Интерсекс лицето може да се идентификува себеси како машко или како женско или како ниту едно од двете. Кај статусот интерсекс не станува збор за сексуална ориентација или родов идентитет.

Интерсекс лицата искусуваат еднаков дијапазон на сексуална ориентација и родови идентитети како и не-интерсексуалните лица.

ЛЕЗБЕЈКА: Жена која ја привлекуваат и/или има полови односи со други жени. Лезбејката може да е и асексуално, трансродово, геј лице, итн.

МАЛТРЕТИРАЊЕ: Кога некое лице или група луѓе многу често повредува некого или прави нешта поради кои тој/таа се чувствува лошо. Таквите луѓе ги викаме силеџии. Главно, силеџиите повредуваат некого за кој процениле дека е послаб или поинаков. Малтретирањето често вклучува постојано нарекување со навредливи имиња; заплашување; оштетување или одземање на разни работи од малтретираното лице; предизвикување физичка повреда или лажно набедување некое лице за нешта што не се во ред. Малтретирањето е облик на насилство.

МИТ: Митот е идеја, или уверување, широко распространето и прифатено како факт, иако не е вистина.

МОЌ: Моќта може да биде позитивна или негативна. Позитивната моќ се гледа кога ја користиме моќта што ја имаме во себе за да ја промениме својата средина кон подобро. Негативната моќ може да се види кога една група луѓе ги користи своите културни предности за да контролира друга група. Родовата нееднаквост е во тесна врска со нееднаквата моќ на мажите и жените.

ПОЧИТ: Чувство на разбирање и уважување на сите човечки и други суштества во светот.

ПРЕДРАСУДА: Неразумни чувства, мислења, или ставови генерално обликувани без знаење, мисла, или причина, често со непријателска природа, во однос на некоја расна, религиозна или некаква друга група.

РОД: Се однесува на ставовите, чувствата и начините на однесување поврзани со полот со кој се раѓа некој човек. Однесувањето компатибилно со очекувањата на дадената култура се нарекува родово-нормативно, а некомпатибилното однесување се смета за родово несообразено.

РОДОВА ЕДНАКВОСТ: Еднакво вреднување од страна на општеството на сите луѓе без оглед на родот, и еднакви услови за за целосно остварување на човековите права, со придонесување

кон, и имање полза од економскиот, социјалниот, културниот и политичкиот развој на заедницата.

РОДОВА ЕКСПРЕСИЈА (ИЗРАЗУВАЊЕ): Начинот на кој едно лице го искажува својот род во односите со други, вклучително облека, фризура, глас, однесување и користење на заменки.

РОДОВО ЗАСНОВАНО НАСИЛСТВО (РЗН): Родово засонованото насилство е насилство чија мета се поединци или групи поради нивниот род. Родово засонованото насилство е секој чин кој за последица има, или може да има, физичка, сексуална, или психолошка повреда или страдање нанесени врз некого врз основа на родова дискриминација, очекувања за родовите улоги и родови стереотипи.

РОДОВО ЗАСНОВАНО НАСИЛСТВО ПОВРЗАНО СО УЧИЛИШТЕ (РЗНПУ): Сите облици на насилство (експлицитни или симболички облици на насилство), вклучително страв од насилство, што се јавува во контекст на образованието (вклучително неформални и формални контексти, на пример училишни простории, до и од училиште, и во критични и конфликтни околности) кои имаат за последица физичка, сексуална или психолошка повреда на деца (женски, машки, интерсекс и трансродови деца и млади од сите сексуални ориентации). РЗНПУ се темели врз стереотипи, улоги и норми што им се припишуваат или се очекуваат од децата поради нивниот пол , или родов идентитет. Може да се спои со маргинализација и други ранливости. Родово засонованото насилство поврзано со училиште може да опфаќа физичко, психолошко, вербално и сексуално насилство.

РОДОВ ИДЕНТИТЕТ: Идентификување на поединец како маж, жена, или комбинација од двете, што може или не да соодветствува со полот со кој се родил. За разлика од родовата експресија, родовиот идентитет не е видлив за другите.

РОДОВА ПРАВДА: Еднаков третман и правично вреднување на сите родови.

РОДОВА ПРАВЕДНОСТ: Процес на праведност во третманот на луѓето без оглед на нивниот род. За да се осигури праведност, мора да се воспостават мерки за компензирање на историските и општествените неповолности што спречуваат сите луѓе да дејствуваат под еднакви услови и правила. Праведноста е средството. Еднаквоста е резултатот.

САЈБЕР НАСИЛСТВО: Облик на малтретирање со користење на интернет (на пр., чет соба, сајтови на социјални мрежи, имејл) или мобилни телефони (на пр., СМС) за да некој се почувствува непријатно или да му се нанесе зло.

СЕКСУАЛНОСТ: Сексуална свест, убедувања, ставови, вредности и однесување на поединците. Нејзините димензии ја опфаќаат физиологијата и биохемијата на системот на сексуална реакција, сексуалниот идентитет, ориентација и улоги, поврзани со мисли, чувства и врски. Изразувањето на сексуалноста е под влијание на етичките, духовните, културните и моралните фактори.

СЕКСУАЛЕН НАПАД: Сексуален контакт за кој другото лице не дало согласност. Тука спаѓаат допирање, пипкање, силување, секс под принуда и слични постапки.

СЕКСУАЛНО ВОЗНЕМИРУВАЊЕ: Сексуално вознемирување е непосакувано сексуализирано вербално или физичко однесување. Примерите вклучуваат непосакувани сексуални коментари и гестикулации. Сексуалното вознемирување често го врши лице на позиција кон подредено лице (на пример од работодавец кон вработен/а).

СЕКСУАЛЕН ИДЕНТИТЕТ: Како поединците ја идентификуваат сопствената сексуалност (обично врз основа на сексуалната ориентација).

СЕКСУАЛНА ОРИЕНТАЦИЈА: Емоционална и сексуална привлеченост кон друго лице или други луѓе кои може да се од спротивниот род, истиот род или некаков поинаков родов идентитет.

СИЛУВАЊЕ: Присилување на друго лице на чин на пенетрациски полов однос против негова/нејзина/ волја.

СОУЧЕСНИК: Лице или лица што поддржува/ат или поттикнува/ат насилство.

СОЦИЈАЛНА КОХЕЗИЈА: Социјално кохезивно општество е она во кое сите групи имаат чувство на припадност, признаеност и легитимност и покрај разликите во идеите, мислењата, квалификациите и искуството. Образованието може да помогне да се поттикне социјалната кохезија преку вклучување на млади

луѓе и подучување за важноста на граѓанските вредности, здравите мирољубиви односи и почитта за различноста.

СТЕРЕОТИП: Генерализирана и препоедноставена претстава за луѓето врз основа на една карактеристика или некој специфичен збир карактеристики. Стереотипите се обично неточни и често водат во предрасуди (погледнете дефиниција погоре) и дискриминација. Стереотипот кој се однесува на девојчиња, момчиња, мажи или жени се нарекува родов стереотип.

УПРАВУВАЊЕ СО ПОЗИТИВНО ОДНЕСУВАЊЕ: Пристапите за управување со позитивно однесување се оние кои нагласокот го ставаат врз превенирање, поддршка и одбегнување на конфронтации и кои се фокусираат на вредности, односи и вештини што овозможуваат позитивно однесување на учениците, наместо на казнување за лошото однесување на учениците.

ФИЗИЧКО КАЗНУВАЊЕ: Секоја казна во која се користи физичка сила со намера да се нанесе извесен степен на болка или непријатност, колку и да е незначителна.

ХОМОФОБИЈА: Страв, непријатно чувство, нетолеранција или омраза кон хомосексуалноста или сексуално различните лица.

ХОМОФОБИЧНО НАСИЛСТВО: Родово одреден вид на малтретирање што се темели на вистинска или перцепирана сексуална ориентација или родов идентитет. Може да се нарекува и малтретирање врз основа на перцепирана сексуална ориентација.

ЧОВЕКОВИ ПРАВА: Слободите и правата што им припаѓаат на сите затоа што се човечки суштества. Човековите права се почит за достоинството на луѓето, и осигурување да имаат средства што ќе им овозможат да се издржуваат, да се развиваат и да учествуваат во општеството. Овие права се универзални и не смеат никому да му бидат одземени.

Вовед

Децата најдобро учат и напредуваат кога се безбедни во својот развој и кога добиваат поддршка од средината во која растат. Тие го имаат правото да се чувствуваат сигурни, прифатени и почитувани, независно од нивната родова, социјална, етничка и/или која било друга припадност. Училиштето, во кое децата минуваат најголем дел од денот, е најразнообразната животна средина во која тие, некои за прв пат, запознаваат и учат да живеат со различните од себе. Затоа е училиштето идеална средина за учење на почитување на еднаквоста и можност таа да се прифати како основно право на секој член на заедницата.

И затоа тоа мора да се гради како простор за поврзување, препознавање и признание, наместо за подвојување, изолација и исклучување[1].

Предизвици со кои се соочуваат училиштата

И покрај постојаните напори да се стави крај на насилствата во училиштата, образовните политики и практики не се снаоѓаат најдобро со воспитно - образовните предизвици на поврзување, соработка и размена и меѓусебно почитување на членовите на училишната заедница. Според најновите истражувања, разните форми на малтретирање меѓу учениците, но и помеѓу учениците и наставниците се во пораст. Малку, ако воопшто, се обрнува внимание на родово заснованото насилство (РЗН), поради високиот праг на толеранција кон насилството воопшто, како и традиционалните норми и очекувања што успешно го маскираат, РЗН станува прифатлива реакција на неконформните родови однесувања. Малку се води сметка дека таквата практика сериозно ја нарушува атмосферата за учење и развој и широко ги отвара вратите за родова дискриминација и нееднакво учество на мажот и жената во заедницата, додека за ЛГБТ луѓето не останува ништо друго освен маргинализација и (само)изолација, како единствени форми на (само)заштита.

1 Blum, R. W. (2005). A case for school connecteness. The Adolescent Learner, 62(7): 16-20

Потребата од градење култура на нулта толеранција на насилството останува еден од најголемите предизвици на воспитно-образовниот процес кај нас, како и во многу други земји во светот. Игнорирањето на проблемот со насилствата во училиштата и со родово заснованото насилство, посебно, може да има долгорочни последици по здравјето и добросостојбата на младите, на целата заедница, а преку нив и на идните генерации.

Училиштата можат и мораат да создаваат услови за респектабилни и чувствителни меѓуврснички и меѓуродови релации, како и знаења и вештини за барање и добивање помош кога работите ќе излезат од контрола. Учениците треба да знаат како родовите норми влијаат врз мислењето и однесувањата на луѓето и да станат свесни за трајните ефекти на родовите стереотипи и практики врз нивните животни можности.

Евиденција што бара акција

Истражувањата на малтретирањето и насилствата меѓу учениците[2] даваат податоци за насилничкото однесување како одговор во „разрешување" на проблемите на младите адолесценти (момчиња и девојчиња) во многу земји во светот. Според студијата[3] за однесувањата поврзани со здравјето кај младите од 42 земји, меѓуврсничкото насилство меѓу момчињата (15 год.) во Македонија во последната декада опаѓа од 20% - 13%, додека кај девојчињата се задржува на истото, ниско ниво 4%-3%. Но, зато, за разлика од повеќето земји каде што со возраста, преваленцата на насилствата опаѓа, кај нас таа со возраста расте.

Карактеристични за момчињата се и нивните поизразени склоности кон ризични однесувања како што се: пиењето, пушењето, марихуаната и раните сексуални искуства, за разлика од девојчињата кои почесто страдаат од други знаци на неприлагоденост, со високи стапки на нервоза (52%), мултипли психосоматски проблеми (53%), безнадежност и депресивни расположенија. Највисоките меѓуродови разлики се забележуваат во сексуалните искуства (36%-М; 3%-Ж) и заштитата од несакана бременост (64%-М; 48%-Ж), кај 15-годишните момчиња и девојчиња од Македонија.

2 United Nations Special Representative of the Secretary General on Violence Against Children, Tackling Violence in Schools: A Global Perspective: Bridging the Gap between Standards and Practice. 2012, UN Special Representative of the Secretary General on Violence against Children: New York

3 Inchley J., Curry D. at al. edit. Growing up Unequal: Gender and Socioeconomic Differences in Young People's Health and Welbeing – Health Behavior ins School Aged Children (HBSC) Study – International Report from the 2013/2014 Survey; WHO: Health Policy for Children and Adolescent, No 7., 2016

Ваквите меѓуродови разлики во одговорите на младите на животните предизвици, во истите социо/економски услови, се силен индикатор за нееднаквоста во третманот (улогата и очекувањата) на момчињата и девојчињата во заедницата. За разлика од Македонија, има земји во кои меѓуродовите разлики во здравствените однесувања и самозаштитата на младите се многу помали, или воопшто ги нема.

Уште полоша е состојбата на 15-годишните млади со хомо и бисексуална привлечност, кои страдаат два и повеќе пати почесто од мултипли психосоматски симптоми (74%), тага и безнадежност (47%) или се со сериозни размислувања за самоубиство (30%), во споредба со хетеросексуалните млади.

Што, кому и зошто ни е потребен ваков водич?

Што е родово засновано насилство (РЗН)?

Родово засновано насилство е секој акт на насилство врз поединци или групи што предизвикува или има намера да предизвика физичка или психичка повреда или страдање врз база на родови очекувања, дискриминација или родови стереотипи. Родово засованото насилство (РЗН) е поврзано со нормираните родови улоги и очекувања од мажот и жената, што се потпираат на нееднаквоста во употребата на моќ меѓу двата рода (Блум, 2008)[4]. И покрај тоа што и жените и мажите можат да бидат жртви на родово засновано насилство, поради поврзаноста со злоупотребата на моќ многу повисока е преваленцијата на насилство врз жената отколку врз мажот. Родово засованото насилство може да се јави во форма на вербално, физичко, психичко, сексуално и економско насилство, присустно во сите животни средини од домот, училиштето, работното место до улицата, а се јавува во сите општествени структури и слоеви на население.

Хетеронормативниот контекст и неговата хегемонистичка позиција на единствен пропишан модел на сексуално однесување и изразување во општеството е силен генератор на РЗН, што е особено изразено кон сексуално маргинализираните ЛГБТ заедници[5], поради што тоа најчесто минува незабележливо и неказниво.

4 Bloom, Shelah (2008), Violence against Women and Girls: A Compendium of Monitoring and Evaluation Indicators. (Bloom 2008)

5 Mahidol University, Plan International Thailand, and UNESCO Bangkok Office, Bullying targeting secondary school students who are or are perceived to be transgender or same-sex attracted: Types, prevalence, impact, motivation and preventive measures in five provinces of Thailand. 2014, Mahidol University, Plan International Thailand, UNESCO Bangkok Office: Bangkok.

Кому му е наменет овој водич?

Овој водич им е наменет на наставниците и стручните служби во училиштата, но и на останатите возрасни задолжени за грижа и заштита на децата од сите форми на насилство и дискриминација во текот на нивното школување. Тој поаѓа од идејата за наставникот, како позитивен родов модел за идентификација, во училиштата.

Наставникот, со своето однесување и став е тој/таа кој може да одигра клучна улога во градењето нови погледи и пристапи кон еднаквоста и недискриминацијата на сите членови на училишната заедница, во која младите, охрабрени и поттикнувани ќе стекнуваат поголема самодоверба во градењето здрави и респектабилни релации со другите. За потоа и самите да станат компетентни во раното препознавање и спречување на родовото и сите други форми на насилство во нивната средина.

Зошто се важни овие работи?

Затоа што постои богата евиденција[6] со многу сведоштва на деца и возрасни кои немаат убави спомени од своите училишни денови, и на нив се сеќаваат како на најтежок период од својот живот. Нивните негативни искуства најчесто се врзуваат за малтретирањето, насилствата и заканите што секојдневно ги добивале од своите врсници и соученици во училиштето и/или на патот до и од него. Притоа, без да имаат чувство дека на каков било начин нивното страдање било препознаено или дека некогаш биле земани во заштита за тоа што им се случува. Искуствата на родово заснованото насилство (РЗН), можат да траат долго и да останат незабележани од средината, која останува безчувствителна за нефер меѓуродовите релации. Затоа е потребно континуирано, системско вложување во образовни програми и практики, што ќе ја развиваат чувствителноста за овие теми во училиштата. Потребно е развивање на емоционална писменост и комуникациски вештини кај децата, за тие да научат како да ги препознаат и како да се справуваат со социјалните предизвици на својот развој.

6 Allison, S., L. Roeger, and N. Reinfeld-Kirkman, Does school bullying affect adult health? Population survey of health-related quality of life and past victimization. Australian & New Zealand Journal of Psychiatry, 2009. 43(12): p. 1163-1170.

Како да се приближиме до посакуваните цели?

Децата имаат право на навремено и сеопфатно информирање, како и право на почитување, поддршка и активно вклучување во сопственот живот и развој. Само така тие ќе развијат способности и вештини за препознавање и ефикасна (само)заштита од појавите на сите форми на дискриминација и насилство.

Справувањето со родово заснованото насилство како една од формите на насилството, во голема мера зависи од атмосферата на еднаквост и недискриминација во училиштата, како и од детската самодоверба и чувството дека се почитувани во нивните избори и одлуки. Училиштата, како доминантна средина за учење и развој, мора да сметаат на активно учество на младите во улогата на клучни чинители во процесите на промени, а со нив и во градење на културата на нулта толеранција кон насилството.

Што содржи овој водич?[7]

Овој водич е кусо патешествие низ полето на родовите прашања, поврзани со човековите права на еднаквост, учество и заштита од дискриминација, во училиштата. Наменет им е на наставниците и на членовите на стручните служби во нашите средни училишта, со цел да ги запознае и води низ предизвиците на улогата на позитивни модели во критичкото препознавање, заштитата и активната поддршка на учениците, жртви на родово - заснованото насилство (РЗН) во училиштата.

Структурата и дел од работилниците и вежбите со учениците се преземени од публикацијата: „*Поврзи се со почит : превенција на родово-засновано насилство во училиштата*", во издание на УНЕСКО[8]. Водичот е прилагоден за примена во нашите училишта, и е наменет за младите од предадолесцентниот и адолесцентниот период на развој (11 - 18 год.).

7 Овој водич е уреден според насоките и препораките на публикацијата „Поврзи се со почит - превенција на родово-заснованото насилство во училиштата", " чии содржини се прилагодени на нашата средина и училишта. Публикацијата е резултат на колаборативните заложби на организации и експерти за заштита на децата и младите од родово заснованото насилство во училиштата, како: Иницијативата за образование на девојчиња на Обединетите Нации за Источна Азија и Пацифик (UNGEI) и Работната група за родово – засновано насилство во училиштата, во состав: Меѓународен План, ОН Жени, Детски фонд на обединетите нации (УНИЦЕФ) и Организацијата за наука, образование и култура при Обединетите Нации (УНЕСКО).

8 UNESCO., Connect with Respect: Preventing gender-based violence in schools – United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO): France and Bangkok, 2018

За успешно минување низ сите етапи на оваа задача, наставниците ќе треба да поминат повеќе последователни чекори од: разбирање на основите поими и концепти за сексуалноста и родовите прашања, преку усвојувањето на позитивните ставови и сфаќања за родовите различности и нивно вградување во актуелните училишни практики, до себе-изградување во позитивни родови модели за учениците, во превенција и справување со РЗН во училиштата.

Едукативни цели во барањето одговор на родово заснованото насилство во училиштата

- **Усогласување на концептите, јазикот, говорот и значењата**, што ја обезбедуваат комуникацијата, разбирањето и критичката мисла на ова поле;

- **Запознавање со, и поттикнување на критичката мисла за меѓуродовите релации на моќта** - Запознавањето со негативните родови норми и како тие ги обликуваат родовите идентитети, желби, практики и однесувања, односно влијанието на традициите, практиките, уверувањата, законите и политиките кои ја потпомагаат родовата нееднаквост во домот, училиштето, заедницата и на работното место, се меѓу главните предизвици во справувањето со РЗН. Како и важноста тие да се идентификуваат и постојано да се преиспитуваат, за во од да се надминува нееднаквоста.

- **Поттикнување на про-социјалното однесување во заедницата** – Заложбата за нулта толеранција на насилството, уверувањето дека секој човек се раѓа со еднакво право на полно остварување на своите човекови права, независно од родот или која било друга припадност, и дека секој од нас поединечно и сите заедно сме одговорни за тоа да се оствари во практиката, е основната вредност/максима на идните акциони планови на училиштата.

- **Мотивирање на учениците за преземање акции** – е заложба за повикување на учениците да бидат еднакви и слободни во разговорите на овие теми. Тие треба да ги разберат механизмите на РЗН, неговите негативни последици по сопственото здравје и живот, и да поверуваат дека со своето учество и акции, можат да направат позитивни промени.

- **Зајакнување на заедницата** – Со континуирано менување на негативните социјални норми и родови очекувања, врз кои потоа се градат мали островца од непосредни позитивни искуства

и практики, ослободени од родови стереотипи и дискриминирачки размислувања, се ослободува и еманципира целата заедница. Нивната одржливост ќе зависи од поддршката на силни авторитети и научно-истражувачката евиденција, од областа.

- **Развивање вештини и стратегии за оптимално дејствување -** кога, како, каде, и кој, може да известува, да пружа отпор, да решава, предизвикува, но и да организира заштита и превенција од РЗН, со стратегии и вештини на истражување, критичко размислување, спротивставување, носење одлуки, активна поддршка, барање помош итн. се бројните задачи и одлуки при соочување и намалување на РЗН во училиштата.

За остварувањето на овие цели, а во рамки на човековите и детските права, стручните служби и наставниците се охрабруваат да поминат низ следните неколку поглавја/ чекори.

ДЕЛ:

1.

Подготовка на наставникот за компетентно водство во превенција и справување со родово засновано насилство во училиштето

ПОГЛАВЈЕ:

1.1

Усогласување на концептите, јазикот и значењата и нивно критичко преиспитување

Усвојувањето на јазикот и значењата со кои комуницираме, како и фактите со кои располагаме, поврзани со родовите прашања, а во најдобриот интерес на детето, се единствениот начин на препознавање и справување со РЗН.

Разбирање на поимите за родот, родовите норми и идентитети

Не е едноставно да се отвараат темите за родовите прашања, доколку учениците претходно не ги разберат разликите помеѓу вродените биолошки обележја на двата пола (машкиот и женскиот), и усвоените културни норми кои го определуваат родот. Терминот пол ги означува, и се користи за разграничување на биолошките и физичките особености на машкото и женското тело, кои се генетски детерминирани. Терминот род се однесува на разликите што се креирани како резултат на општествените и културните очекувања и норми за тоа што значи „да се биде жена“, или „да се биде маж“ (Табела 1).

Табела 1: Разлики во природата на полот и родот

Разлики засновани на пол	Разлики засновани на род
Со раѓањето човекот се стекнува со машки, или женски пол, како резултат на различни биолошки, или физиолошки карактеристики, кои учествуваат во формирањето на сексуалните обележја на машкото, или женското тело. Кај меѓуполовите лица, овие разлики се помалку јасни, или се комбинација од двата пола.	Разликите се научени низ обликување и посматрање и се пренесуваат од генерација на генерација.
Разликите меѓу машкото и женското тело се еднакви секаде во светот.	Во различни средини родовите норми се разликуваат бидејќи произлегуваат од различни социјални и културни контексти.
Разликите остануваат од раѓањето до крајот на животот.	Родовите разлики можат да водат кон експлоатација, или нееднаков третман, доколку луѓето не се вреднувани еднакво, или доколку отстапувањето од нормата не е прифатено.
Меѓуполовите разлики стануваат повидливи со пубертетот	Родовите норми можат да се менуваат со време.

Родовите норми и улоги се креирани од заедницата и општеството кое ги пропишува правилата како некој треба да изгледа, зборува, да се однесува или иразува, како маж или жена.

Родовите норми знаат да бидат стриктни и ограничувачки по правата на човекот и да бидат штетни по квалитетот на неговиот живот. На пример, ставот дека жената не мора да има еднакво образование со мажот, или дека нејзината најважна улога во животот е да биде мајка, или дека меѓуполовите , или трансродовите лица се „болни", „згрешени" и сл.

Најзагрозени се младите кои не се поистоветуваат со пропишаната родова улога и одбиваат да се конформираат со неа. Или оние кои не се чувствуваат комотно во своето биолошко тело стекнато со раѓањето, како на пример трансродовите луѓе, чиј биолошки пол на машко, или женско, не се совпаѓа со нивното чувство на родова припадност[9]. Некои луѓе не сакаат да се идентификуваат ни како маж, ни како жена, бидејќи се комбинација од двата пола. Тие се родени со атипични сексуални обележја, хромозомска структура и хормонска поддршка. Други се идентификуваат како лица од „трет род", како некои народи во Јужна Азија, и на Пацификот, во земји како Непал, Бангладеш, Пакистан каде што е тоа сосема легално, и тие се така заведени, во нивните лични документи.

Наставникот /членот на стручната служба/, во улогата на компетентен лидер во разговорот со учениците за родово заснованото насилство, треба да биде добро информиран, да ги разбира и прифати концептите за родот и родовите норми, и да умее да им објасни на учениците на што се должат разликите врзани за полот, родот, родовите идентитети и сексуалната ориентација (табела 2).

Односно, како родовите норми влијаат врз ставовите, однесувањата, сликата за себе и самодовербата, како и врз здравствениот и социјалниот статус на младите, кои живеат под постојани социјални притисоци на прилагодување.

На пример: Како последица на идеалот за женското тело и убавина, како и очекувањата поврзани со него се и бројните пореметувања во исхраната кај младите девојки, како: анорексија, булимија, прекумерна тежина, проследени со анксиозни и депресивни состојби, и силно незадоволство од сопствениот изглед. Сеопфатни студии ја

9 UNESCO, From Insult to Inclusion: Asia-Pacific report on school bullying, violence and discrimination on the basis of sexual orientation and gender identity. 2015, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO): Bangkok

потврдуваат поврзаноста на мајчините ставови и однесувања со пореметувањата во исхраната на своите деца. Осум од десет девојки (79%), и уште повеќе жени (85%) изјавиле дека се откажале од важни настани во својот живот, само затоа што не биле задоволни од својот изглед, во тој момент. Анорексијата е третата најчеста хронична болест меѓу млдите, после астмата и дијабетот тип 1.[10]

Последици на родовите норми врз животот на младите и нивното здравје и добросостојба

Аргументирано и во размена со учениците, од наставникот се очекува да ги препознае и нагласи штетните последици од стриктните родови улоги и очекувања што им се наметнуваат на младите. Особено по нивните можности за еднаков третман и пристап до ресурсите за учење, развој и заштита, како на пример, еднаквоста во пристапот до образованието, до можностите и слободите на избор, а подоцна и во пристапот и изборот на работни места.

Наставникот треба да биде запознаен и со стигматизацијата на трансродовите млади, честите прогонства и нивно исклучување од групата врсници, со високи ризици по нивната безбедност и живот. Тие информации тој/таа треба да ги сподели и разговара со учениците, со податоци од истражувачка евиденција, или студии на случај.

Во традиционалните заедници, на пример, родово заснованото насилство кон членовите на ЛГБТ заедницата, знае да биде ризично и по нивниот живот. Така, 15-годишните млади, со хомо и би-сексуални привлечности во Македонија, се дваипол пати почести жртви на малтретирање и насилство во училиштата (21%), и семејството (29%), во споредба со нивните хетерсексуални врсници (8% училиште; 12% дома). Последиците по нивното ментално и емоционално здравје се гледаат во високата стапка на нерасположенија (67%) и раздразливост (47%), и трипати повисоката преваленца на обидите за самоубиство (30%) споредено со нивните хетеросексуални врсници (10%)[11].

10 D. L. Franko, R. H. *Striegel-Moore,* Psychosocial risk for eating disorders - what's new? *in* Annual Review of Eating Disorders. by Wonderlich, S., Mitchell, J., de Zwaan, M. London: CRC Press. (2007).

11 Ќостарова-Унковска Л., Колку се еднакви и безбедни младите во Македонија, во нивниот сексуален развој и сексуални искуства.- за сексуалноста и сексуалното здравје низ родова припадност, улоги, однесувања и детските права – податоци од HBSCM истражувањето со млади на 15 години, Коалиција сексуални и здравствени права на маргинализираните заедници, Скопје, 2016

Добро информираниот наставник создава атмосфера на еднаквост во класот, во која родовите норми се преиспитуваат, се проблематизираат и менуваат, и во која младите се охрабруваат да ги истражат и критички да ги анализираат. Истовремено, да стекнат вештини како ефикасно да им се спротивстават, особено кога со нивното неконформирање се изложени на ризиците да бидат стигматизирани и исклучени.

Видови насилство и родово засновано насилство

Наставникот би требало лесно да ги препознава и отворено да ги именува сите форми на насилство, како: физичко, вербално, психичко, и сексуално. А, потоа да ја види и врската помеѓу различните форми на насилство и родово-заснованото насилство, како форма на интерперсонално насилство кое може да остане и скриено, па дури и прифатено поради непочитувањето на нормата што се наметнува.

На пример не се ретки случаите кога насилството врз жената се квалификува како „оправдано“ и/или „неоправдано“, во нашата култура. Коментарите дека таа самата „си го барала“ , „носела кусо здолниште, била разголена“, „предизвикувала, или одела сама, кај што не требало“. За жал, сѐ уште е голем бројот на жени, кои сметаат дека мажот има право да ја удри, доколку заслужила... Или, во брак, таа често пристанува на сексуален однос и кога тоа не го посакува, само затоа што тоа се смета за „брачна должност“, која се подразбира со самото стапување во брак.

Родово заснованото насилство предизвикува физичка и психичка повреда, или страдање. Негова основна карактеристика е што се потпира на човековата родова припадност и на очекувањата поврзани со родовата улога, кои не се остваруваат. Родово заснованото насилство е резултат на нееднаквата дистрибуција и злоупотреба на моќта во меѓучовечката релација.

Злоупотребата може да биде **физичка** (тепање, клоцање, буткање); **психичка** (обраќање со погрдна родова реторика, ширење гласини, или невистини поврзани со сексуалноста; заканувања, уцени и застрашување; ограничување и скратување на правата и слободите); **сексуална** (сексуален напад, сексуално вознемирување /притисоци, предлози, гласини, милување, допирање по интимни делови без согласност, силување. (табела 2) Имајќи предвид дека според родовите норми жената му е подредена на мажот, па така ТАА и „нормирано“ е помалку моќна, што значи и неспособна да се спротивстави и справи со

насилството, жената е значително поизложена на РЗН, од мажот. Уште поголем проблем е што таа премногу лесно се поистоветува со улогата на „жртва“, од која тешко се излегува. Спротивставувањето на родовите норми можеби треба да почне токму од менувањето на женската позиција на жртва, зашто таа не е добра стартна основа за предизвиците што ја очекуваат жената, но и мажот, на патот на справување со родовото насилство.

Табела 2: Примери на родово засновано насилство:

ФИЗИЧКО – маж кој ја удира жената затоа што не направила ручек/вечера на време

ВЕРБАЛНО – Наставник повикува ученик на табла со зборовите: „Ајде излези, ти од последната клупа, машко си или женско си, што и да си, ајде да ја решиш задачата...

ПСИХИЧКО – група момчиња која шири гласини, прикажувајќи лажна слика на ФБ на момче (прикажано во женско здолниште) затоа што неговото однесување е женствено

СЕКСУАЛНО – група момчиња кои довикуваат погрдни сексуални имиња, или ги пресретнуваат и пипкаат девојчињата на сексуален начин, на патот кон училиште

Наставникот треба да ги знае клучните точки/фактори на влијание (графикон 1) во одржување на негативните родови норми, затоа што се тоа истите места од каде што треба да се тргне, и на кои може да се делува, во менување на вредностите поврзани со човековите права на еднаквост, заштита и слободи. Во истите тие точки треба да се отпочне и со превенирање на РЗН, при што најголем потенцијал за промени има училиштето, клучното место за пресврт во односот кон родовите норми и очекувања во заедницата.

Графикон 1: **Мултипли фактори на влијанија во превенција на РЗН.**

1. Култура, религија, норми

- Норми што промовираат родови еднаквости
- Нетолеранција на хомофобија
- Нетолеранција на дискриминација
- Национални, медиумски кампањи
- Религиозни слободи

2. Институционална средина и мерки /систем/

Образовни политики
еднаков пристап на момчињата и девојчињата, квалитетни обуки за наставниците; подобра родова застапеност меѓу вработените; регулативи против физичкото казнување во училиштата.

Политики на заштита
законска регулатива за заштита од насилствата во училиштата, сервиси /услуги/ за унапредување на здравјето во заедницата акции за зајакнување на заедницата

Други поддржувачки политики:
намалување на сиромаштијата; зајакнување на жените, еднаквост во здравствената заштита подобрување на вработеноста

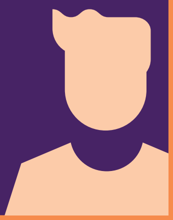
3. Непосредна средина

Училиште:
позитивен однос наставник – ученик, праведни дисциплински политики, добра релација со родителите, јасен позитивен курикулум.

Соседство:
безбедни улици, образование на заедницата, санкции за насилството, поврзаност и грижа за заедницата.

Семејство:
релации на взаемна доверба и љубов, ист третман на момчињата и девојчињата, нетолеранција за насилство, позитивни дисциплински практики, отсуство на алкохол и дроги.

Дете
Личност



Училиштето е средина со огромен потенцијал за градење „светови на заедништво“ од млади кои учат да ги почитуваат и афирмираат различностите. Со позитивен пристап и активна заложба и практикување на правата на секој поединец, член на училишната заедница, таа би можела да се трансформира во заедница на еднакви можности за развој, без оглед на родовата или каква било друга припадност на своите членови. Училиштето, повеќе од кое било друго место во општеството, има можности да прерасне во инклузивна заедница без насилство и со должна почит кон секој свој член.

Моќта на образованието да предводи во отфрлањето на штетните родови стереотипи е дотолку поголема, колку побргу се препознае неговата улога и одговорности во градењето на родово чувствителни политики и практики, како дел од воспитно-образовниот систем. Во спротивно, доколку образованието и училиштето не ја препознааат таа своја улога и не ги искористат можностите за промена, тие можат да прераснат во невралгична точка на континуирано повредување и негативни исходи по менаталното и емоционалното здравје на младите, како и по нивните животни перспективи.

Важно е да се напомене дека не сите млади подеднакво го доживуваат насилството. Додека едни, добро се справуваат и немаат долготрајни последици, за други, насилните искуства можат трајно да го обележат нивниот живот. Истражувањата потврдуваат дека девојчињата се полесна цел на насилствата од момчињата, но и дека двата рода, покажуваат различни симптоми на страдање. Додека девојчињата многу повеќе страдаат од лоши расположенија, вознемиреност и депресија, момчињата се повеќе склони кон ризични однесувања, со разни видови злоупотреба, и/или деликвентно однесување[12].

12 Ќостарова-Унковска Л., Георгиевска-Наневска Е., Колку здраво и еднакво живеат младите во Македонија. Студија: Однесувања поврзани со здравјето кај учениците на 11, 13 и 15 години, HBSCM, 2014, Малинска, 2017

Табела 3: Ефекти и психолошки последици од родово заснованото насилство (РЗН) во училиште

Ефекти на РЗН врз учењето	Психолошки последици на РЗН
• Намалена концентрација	• Ниска самодоверба
• Намалување на успехот	• Анксиозност
• Губење интерес за училиштето	• Депресија и лоши расположенија
• Страв за вклучување во училишни активности	• Лошо здравје /слаб имунитет/
• Повлекување пред проблемите	• Недоверба во другите
• Страв да се побара помош од наставникот	• Високо ризично сексуално однесување
• (само)исклучување од бројни школски активности – спорт, забави, екскурзии	• Зголемена изложеност на ризични однесувања (алкохол, дроги, насилство)
• Промена во друго училиште	• Конфликти во семејството
• Напуштање на училиштето	• Самоповредување
• Намалување на опциите за избор на предмети, училишта, и идни планови	• Обиди за самоубиство

Кој сè може да биде цел на родово засновано насилство во училиштето и што можат да бидат причините?

Секој може да биде цел на РЗН во училиштата. Евиденцијата покажува дека момчињата се повеќе цел на физичко насилство, додека девојчињата се поизложени на сексуални и вербални напади[13].

13 Inchley J., Curry D. at al. edit. Growing up Unequal: Gender and Socioeconomic Differences in Young People’s Health and Welbeing – Health Behavior ins School Aged Children (HBSC) Study - International Report from the 2013/2014 Survey; WHO: Health Policy for Children and Adolescent, No 7., 2016

Во истражувањата на насилствата во училиште, РЗН не е посебно издвоено, и е прикажано како дел од малтретирањето меѓу врсниците. И покрај тоа што причините за малтретирањето во училиштата се многу често резултат на дискриминација врз основ на родов, социјален, етнички или друг статус на учениците.

Состојбите со меѓуврсничкото насилство не се еднакви во сите земји, а се разликуваат и од училиште до училиште, во истата земја, што говори дека училиштето може и самото многу да направи за промена на својата средина, од дискриминирачка во безбедна и праведна.

Студијата за однесувањата поврзани со здравјето кај младите на училишна возраст[14], покажува значајни меѓуродови разлики во малтретирањето во македонските училишта, и во двете улоги, на насилник, и на жртва. И во двата случаи, на 15 години, повеќе биле малтретирани и малтретирале момчињата (8 % : 11%) од девојчињата (6% : 6%), Мерката се однесува на малтретирање (неспецифично) најмалку два-три пати месечно, во последните неколку месеци. Мерките за секој специфичен вид малтретирање, се меѓутоа, двојно и повеќе повисоки. Овие податоци се од училиштата во Македонија, кои се некаде околу просекот, од 42 земји на Европа и Америка, но кога ќе се види рангот, на врвот на листата земји (по малтретирање во училиштата) се: Латвија, Литванија и Руската Федерација, додека на дното се Исланд, Норвешка, Данска и Шведска. Училиштата во Македонија (во просек) се во горната половина, на 19 место од 42 земји.

За трансродовите млади, како и за младите со истополова сексуална ориентација, има сѐ повеќе сознанија дека се под висок ризик од насилства и малтретирање, не само во училиштата, туку и во семејството.

Истата студија, покажува значајни разлики во изложеноста на насилство, како и во емоционалното и социјалното здравје меѓу 15-годишните млади, со хомосексуална /бисексуална/ и хетеросексуална ориентација, во Македонија.

Младите со хомо и би-сексуална привлечност се дваипол пати почесто жртви на малтретирање во училиштето, и двојно повеќе жртви на физичко насилство во семејството, во споредба со младите со хетеросексуална привлечност. Тие се и четири пати повеќе жртви на

14 Ќостарова-Унковска Л., Колку се еднакви и безбедни младите во Македонија, во нивниот сексуален развој и сексуални искуства.- за сексуалноста и сексуалното здравје низ родова припадност, улоги, однесувања и детските права – податоци од HBSCM истражувањето со млади на 15 години, Коалиција сексуални и здравствени права на маргинализираните заедници, Скопје, 2016

полов напад, почесто од еднаш, од своите хетеросексуални врсници (Табела 4).

Табела 4: Пропорции на 15-годишни млади, (момчиња и девојчиња) со искуство на вљубување во ист, спротивен или двата пола, изложени на разни видови насилство.

Во поглед на менталното здравје, висока е пропорцијата (74%), на 15-годишните ЛГБТ млади во Македонија, кои страдаат од два и повеќе психосоматски симтоми, повеќе од еднаш неделно. Речиси секој втор живее со чувството на тага и безнадежност, што кај една третина од нив завршува со сериозно размислување за самоубиство (Табела 5).

Табела 5: Пропорции на 15-годишни млади, (момчиња и девојчиња) со искуство на вљубување во ист, спротивен или двата пола, низ индикатори на ментално емоционално здравје

За разлика од нивните хетеросексуални врсници, ЛГБТ младите во Македонија поретко се дружат и имаат помала поддршка од родителите и врсниците. (табела 6)

Табела 6: Пропорции на 15-годишни млади, (момчиња и девојчиња) со искуство на вљубување во ист, спротивен или двата пола и разни видови социјална поддршка.

ПОГЛАВЈЕ:

1.2

Подготовка на наставникот за разговори со учениците, во училница

Темите за родовите прашања се комплексни теми поврзани со културата, нормите, навиките и однесувањата на членовите на заедницата. Разговорите на овие теми бараат познавања, умешност и посебни вештини за вклучување на учениците во улогата на рамноправни и почитувани учесници.

Позитивна рамка за разговори на теми за родот и сексуалноста со учениците

Учениците како рамноправни партнери во дијалогот – вклучувањето на учениците подразбира рамноправна меѓусебна интеракција, како и со наставникот, низ: дискусии, игри на решавање проблеми, играње улоги и други форми на изразување и заклучување. Водителот /наставник, психолог, педагог и сл./ е повеќе модератор, отколку подучувач. Тој дава информации за темата, ја поставува целта, дозволува поставување прашања, го објаснува методот на работа, поставува временска рамка, и ја следи работата и учеството на учениците (во групи). На тој начин тој го води процесот на учење, но никако не го проценува и/или суди. Ваквото учество на учениците им помага да стекнат знаења, ставови и вештини низ лични искуства и во актуелна размена со другите, чие мислење им е од голема важност за градење на чувството за себе, и за (само)довербата, во сопствените можности за учество. Низ таквите практики учениците стекнуваат социјални вештини, вештини на критичко мислење и на решавање проблеми, во размена со другите наместо во улогата на пасивни слушатели, во едно-насочна комункација со возрасниот /наставникот/.

Справување со чувствителни теми – Наставникот треба да биде подготвен дека некои од темите се пречувствителни за некои од учениците, поради нивните минати, или актуелни искуства со врсничкото, или семејното родово насилство. За други, можно е, и самите да биле во улогата на насилник, со искуства на агресивно однесување кон другите. Наставникот треба да избегнува да спомнува имиња, да раскажува препознатливи стории, или да суди и осудува, било кого. Наспроти тоа тој треба да се насочи на примери на позитивно и ненасилно однесување, и да поттикнува односи на почитување, како основа за побезбедна, поддржувачка и силна училишна средина.

Заштита на приватноста – Во разговорите на теми за насилството и за родово заснованото насилство приватноста е прв приоритет за наставникот. Затоа, темите се поставуваат со општи, претходно подготвени сценарија, наместо со примери од лични истории, и искуства. Доколку наставникот забележи дека некој од учениците го прекршува правилото на приватност треба да го прекине и да го потсети на договорот.

На пример - На ученик кој почнува да раскажува случај наставникот може да му се обрати со зборовите: „Имам впечаток дека сакаш да ни раскажеш чувствително лично искуство, имаш време да

помислиш, дали тоа можеби нема да ги повреди нашите правила за приватност и достоинство".

Правилото важи подеднакво и за наставникот, кој мора добро да се подготви особено доколку и самиот е/бил/ изложен на форма на семејно, или партнерско насилство.

Табела 7: Заштита на приватноста, и позитивна стимулација на разговорот

Некогаш изгледа полесно да се раскажат лични приказни и доживувања, но тоа би можело да ја одведе дискусијата во насока кон расправии, обвинувања, или осуди. Користењето на неутрално сценарио/ја, овозможува фокусирање на темата и многу полесна и побезбедна дискусија. Во тој случај дискусијата може да се фокусира и на тоа што би можело да се направи, работите во иднина да бидат подобри и насилството да не се повтори. Доколку научиме да раскажуваме приказни без да посочуваме имиња, препознатливи ситуации и/или луѓе, сме научиле и да ја почитуваме приватноста на другиот/ата и да помагаме во учењето на сите страни, заедно.

Примена на вештини на активно слушање, или парафразирање

Еден од начините да избегнеме недоразбирање во комуникацијата е да го слушаме внимателно соговорникот. Тој/таа потоа ќе ја потврдат, или ќе ја дополнат и појаснат содржината, и така ќе бидеме сигурни. Една од техниките на активно слушање е и парафразирање (рекфлектирање) на кажаното. Парафразирање е прераскажување со наши зборови на она што сме го слушнале, при што содржината и значењето остануваат исти. Затоа провеюруваме дали сме разбрале точно. Целта на оваа техника е да се провери и потврди тоа што сме го разбрале, а и да се покаже почит и уважување кон соговорникот. Со тоа тој/таа се поттикнува да продолжи со разговорот, и повеќе да се отвори.

Пример на парафразирање: „Сакаш да кажеш дека девојката воопшто не прозборела таа вечер, бидејќи се плашела дека ќе помислат дека е глупава и дека ќе и се смејат? Тоа ли сакаше да кажеш?"

Активното слушање ја стимулира дискусијата и е многу подобро од генерализирана проценка и/или одобрување, како „браво", „супер пример е

тоа“ и сл., бидејќи го појаснува разбирањето, ја артикулира мислата и ја поттикнува дискусијата.

Застапување на родовата еднаквост со прифаќање на разликите

Некои луѓе, млади и возрасни, не се конформираат со традиционалните сфаќања за сексуалноста, или со наметнатите родови идентитети, и тоа е нивната единствена „мана“. Тие се соочуваат со дискриминација, исклучувања и прогонства, со тешки последици по нивното учење, здравје и добросостојба, до закани по животот.

Затоа е важно наставникот да започне со темите за правата на човекот, а потоа да ги отвори родовите прашања, во чии рамки посебно место заземаат прашањата за дискриминација, стигматизација и насилствата врз младите со различна сексуална ориентација, односно родови идентитети. Неопходно е наставникот да биде модел за респектабилно однесување кон родовите различности, што може да се направи на многу начини и со бројни примери, каде што се нагласува инклузивноста за различните, наместо нивната стигмтизација, негирање и исклучување. На пример, тој/таа може да раскаже: успешни приказни за трансродови лица, или за геј врски меѓу познатите, или меѓу позитивните идоли на младите и сл.

Во некои средини овие теми се одамна дел од сеопфатното сексуално образование, и им се познати на учениците. Во средини како нашата, учениците / а делумно и наставниците/ немаат доволно сознанија, па често застапуваат стереотипни ставови и уверувања, што ја прави комунукацијата за родовите прашања и сексуалноста, исклучително тешка и деликатна. Во такви околности е најдобро да се даваат јасни и неутрални информации, без осудување и исмевање на различностите, но и да се прикаже евиденција за стигматизацијата и исклучувањето на оние млади, кои не се конфомираат со родовите норми.

Информирање за концептите и поимите поврзани со родовите прашања и сексуалноста

При воведување на темите за родовите прашања, наставникот треба да ги објасни и продискутира со учениците, разликите меѓу поимите и нивните значења.

Табела 8: Обележја на полот, родот, родовиот идентитет и сексуалната ориентација

Обележја на полот	Обележја на родот	Обележја на родовиот идентитет	Сексуална ориентација
Биолошките и физиолошки разлики на машкото и женското тело при раѓањето го определуваат машкиот /женскиот пол. Разликите се помали, или дури невидливи кај интерполовите - андрогените особи. Половите разлики се должат на хромозомската структура и хормоните, кај момчињата и девојчињата.	Родот е термин со кој се објаснуваат разликите во родовите улоги, создадени под влијание на општествените и културните норми и очекувања, а по пат на идентификација со модели. Се пренесуваат од генерација на генерација.	Родов идентитет е терминот со кој се опишува чувството на припадност на човекот на одреден род.	Сексуалната ориентација ја одразува сексуалната привлечност што една особа, ја чувствува кон лице од ист, спротивен, или и двата пола.
Со развојот на секундарните сексуални карактеристики во пубертетот, типични за машкиот /женскиот пол, половите разлики стануваат повидливи.	Постојат разлики во родовите улоги и норми во различни средини, култури и општествени контексти.	Иако во најголем број случаи постои поклопување помеѓу биолошкиот пол и родовиот идентитет, има ситуации во кои човекот се чувствува како да е роден/ заробен во погрешно тело.	Сексуалната ориентација нема никакви допирни точки со припадноста на одреден пол или род.
Половите карактеристики не се менуваат до крајот на животот.	Разликите можат да бидат големи и да водат кон експлоатација или нееднаков третман, доколку родовите улоги не се еднакво вреднувани. Тие можат да се менуваат со тек на време.	Кога полот, стекнат со раѓањето не се совпаѓа со чувството на родова припадност, тогаш се работи за транс-родово лице, при што родовиот идентитет ја определува насоката. На пример, транс-жената, (од машко кон женско) е жена родена во машко тело, со машки телесни карактеристики, но и со силно чувство дека е вистинска жена. Оттука и желбата за нејзина целосна трансформација: во изгледот, облеката, улогата и самоизразувањето, е во согласност со нејзината родова припадност. Нејзината потреба да се прикаже како вистинска жена, може да биде попречена само поради стравот од повредување (закани, малтретирање и исклучување).	Сексуалната ориентација не е научена, туку се јавува со првите сексуални потреби, што најчесто се поврзува со периодот на пубертетот. Трансродовите лица можат да ги имаат сите видови сексуална ориентација.

*останатите термини важни за разбирање и комуникација на темата за РЗН се објаснети во речникот, на крајот од овој водич.

Брз квиз за проверка на вашето знаење

Користете ги следните прашања да го проверите своето знаење во врска со клучните прашања од претходните поглавја. (Одговорите се дадени на крајот.) Заокружете го тврдењето што сметате дека е точно.

1. Родот е...

а. Определен со месецот во кој сте родени

б. Биолошките или физичките разлики меѓу машките и женските лица

в. Ставовите за тоа што значи да се постапува, зборува, облекува или изразува себеси како маж или како жена.

2. Полот е...

а. Одреден со месецот во кој сте родени

б. Биолошките или физичките разлики меѓу машките и женските лица

в. Ставовите за тоа што значи да се постапува, зборува, облекува или изразува себеси како маж или како жена.

3. Кое од долунаведените НЕ Е родов стереотип?

а. Жените се покорни

б. Мажите се силни и доминантни

в. Жените можат да раѓаат деца

г. Мажите ги бидува за математика и науки

4. Кое од долунаведените е пример на физичко родово базирано насилство поврзано со училиште?

а. Момче ѝ се потсмева на девојче затоа што е гласна

б. Девојче одбива да зборува со друго девојче затоа што смета дека другото девојче носи грда облека

в. Крупно момче турка друго момче на земја затоа што другарите сметаат дека не е вистински маж

г. Група ученици свиркаат по ново девојче додека таа влегува во училиштето

5. Кое од долунаведените е пример на вербално родово засновано насилство поврзано со училиште?

а. Момче му кажува на друго момче дека е женски петко/ женче

б. Две девојчиња не ѝ даваат на некое девојче да учи со нив

в. Момче се обидува да ѝ ја допре ногата на девојче без нејзина дозвола додека заедно работат на некоја задача.

г. Група момчиња се степуваат по фудбалски натпревар

6. Кое од долунаведените е пример на сексуално родово засновано насилство поврзано со училиште?

а. Наставникот ѝ вели на ученичка дека никогаш нема да се запише на универзитет затоа што тоа е за машки

б. Ученик следи ученичка која оди кон тоалетот и коментира за тоа како ѝ се менува телото и колку е привлечна

в. Девојче ѝ го краде ланчето на друго девојче

г. Девојче турнува момче откако тој ѝ вели дека е грда

7. Што од долунаведеното е пример за психолошко родово засновано насилство поврзано со училиште?

а. Момчиња задеваат и малтретираат соученик кој им се чини женствен, го исклучуваат од своите игри и му викаат да оди да си игра со девојчињата

б. Возач на такси се обидува да дава бесплатни возења до училиште во замена за
сексуални услуги

в. Група момчиња му вика на друго момче дека е несмасен и затоа не може да игра фудбал
со нив

г. Две момчиња се степуваат поради девојче кое на обајцата им се допаѓа

8. Точно или погрешно? Поголема е веројатноста дека учениците кои имаат позитивен однос со своите наставници ќе бидат поангажирани во учењето, ќе се трудат најмногу што можат и ќе го сметаат наставникот за некој кому може да му се обратат за помош.

9. Кое од долунаведените не е точно? Истражувањето покажува дека учениците ценат кога нивните наставници:

а. Се насмевнуваат и ги поздравуваат учениците

б. Се интересираат за она што го прават учениците

в. Применуваат строга дисциплина

г. Покажуваат дека се горди на своите ученици

10. Кое од долунаведените не е добро наставникот да му го каже на ученикот кој му пријавува насилство?

а. Сакам да помогнам

б. Можеш ли да ми кажеш нешто повеќе за тоа што се случува?

в. Не сакам веќе да слушнам за ова

г. Ова училиште сака да му стави крај на ваквото однесување

Одговори: 1:в, 2:б, 3:в, 4:в, 5:а, 6:б, 7:а, 8:точно, 9:в, 10:в

ДЕЛ:

2.

Разговори и активности со учениците во училница

ПОГЛАВЈЕ:

2.1

Разбирање на родот и родовите еднаквости

Во првиот дел од ова поглавје ќе бидат отворени, истражени, дискутирани /одиграни/ повеќе различни теми поврзани со родот, родовите норми и митови, како и улогата на родовите модели во градење и менување на состојбите. Учениците се активни учесници во процесот на учење.

ТЕМА 1:

Концепти за родот и родовата еднаквост низ нормативната култура на родот

РАБОТИЛНИЦА 1:

Отворено за полот, родот и родовите идентитети, сексуалноста и родовите норми

Темата за родово заснованото насилство неизбежно се врзува за биолошките разлики меѓу половите, но и за разликите во општествените и културните норми и очекувања поврзани со родовите улоги на „мажот" или „жената".

Во разговорот со учениците наставникот настојува сите заедно да утврдат, кои од тие разлики се биолошки детерминирани, а кои се научени под влијание на средината и културата.

Вежба 1: Бура на идеи за типични карактеристики на мажот и жената

Учениците се воведуваат во темата со повикување да набројат типични карактеристики, особини и улоги во описот на маж и жена. Предлозите се запишуваат на голем лист хартија.

Наставникот објаснува дека по сите наброени, „типично" машки или женски сексуални карактеристики, постојат и други форми на полова и родова идентификација, како на пример, меѓупол, кај лицата со нетипични сексуални или хромозомски ознаки на полот, кои тешко се идентификуваат како маж/жена. Како што постои и трет род, кај лица кои не сакаат да се идентификуваат ниту како машко, ниту како женско.

Трансродовите лица за кои сè уште малку се зборува кај нас, иако се повеќе знаеме и се запознаваме со трансродови момчиња и девојчиња во нашата средина и училиштата, имаат родов идентитет спротивен на нивниот биолошки пол и за нив често се кажува дека се чувствуваат како да се родени во погрешно тело.

Сексуалната ориентација е одраз на сексуалните желби и привлечности кон припадници на истиот, спротивниот или и двата пола, и се врзува за длабоко интимни чувства, кои се сосема легитимни и неповрзани со родовиот идентитет и припадноста. Родово изразување е пак само надворешна манифестација на родовиот идентитет, преку

однесувањето, гестикулацијата, облеката, стилот, фризурата, бојата на гласот и сл. и не мора да ги следи типично женствените, или мажествените обележја (Графикон 2) .

Откако ќе ги објасни разликите меѓу полот, родот, родовиот идентитет, родовото изразување и сексуалната ориентација, (График 2; Табела 8), наставникот ја нагласува разликата помеѓу вродените биолошко / физиолошки карактеристики на машкото/женското тело и научените родови улоги.

Биолошките и телесните карактеристики на машкото и женското тело се дадени со раѓањето, со хромозомската структура и активноста на хормоните, што ги определува машкиот /женскиот пол. Во одреден број случаи, поради атипичноста во развојот на телесните сексуални обележја, хромозомската структура и активноста на хормоните, биолошкиот пол не е јасно машки, ниту женски, туку е комбинација од двата пола.

Родовите улоги и норми пак, се одраз на нормираните очекувања што заедницата (културата) ги поставува пред мажот, или жената. Уште поважно е што таквите родови норми, базирани исклучиво на машко - женската дихотомија, ги обликуваат нашите ставови и проценки за тоа што е правилно, или погрешно, што е нормално, или болно, во тоа како изгледаме, како се однесуваме, говориме и изразуваме. Во многу случаи тоа ги засега и човековите основни права на развој, слободи и живот.

Децата, од најмала возраст учат да ги следат очекувањата поврзани со родовите улоги, често и сосема независно од тоа како се чувствуваат во поглед на својата родова припадност. Во текот на својот развој тие се под постојана корективна интервенција на семејството, врсниците, училиштето, и медиумите. Целата социјализација, всушност им поминува во усвојување и развој на нивната родова идентификација.

Во дискусијата наставникот може да извлече повеќе заклучоци, на пример: дека секоја култура има свои „правила“, или очекувања што ги поставува пред момчето или девојчето во поглед на начинот на однесување, општо, или во одредени прилики, како – типична облека, фризура, комуникација и сл. Така, во повеќе култури од момчето се очекува да покаже дека е јако, храбро и да ги држи емоциите под контрола, за еден ден да стане моќен и успешен маж, додека за девојчето се очекува да покаже скромност, послушност и да биде „умна“, за еден ден како нежна, слаба и чувствителна, да побара заштита од спротивниот пол, во фигурата на мажот, партнерот, сопругот, шефот.

Вежба 2: Враќање на најраните родови очекувања во животот на децата

Наставникот разговара со учениците за времето кога тие станале свесни за своите родови улоги - по начинот на кој родителите ги облекувале, советувале и им дозволувале да се однесуваат и забавуваат на одреден начин, или како ги вклучувале во домашните работи и други активности Дискусијата може да продолжи и за времето како било некогаш, со нивните родители, или во споредби со други култури, за кои учениците имаат сознанија.

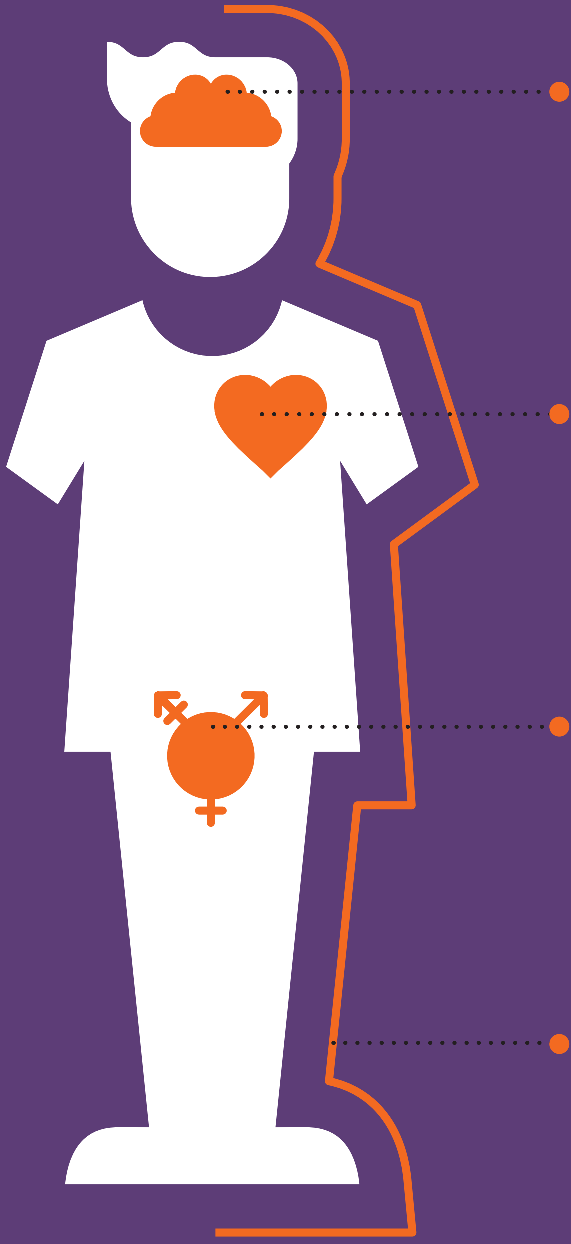
Но, некои луѓе не се комотни со тие очекувања, затоа што чувствуваат дека можат повеќе или поинаку да се изразат и однесуваат, или затоа што премногу отстапуваат од „типичната" слика, додека трети не се чувствуваат удобно ни во сопственото тело.

Учениците можат да се повикаат да размислат за сложената и тешка положба на меѓуполовите деца и млади или за трансродовите момчиња/девојчиња и да се идентификуваат со нивната позиција, за да станат повеќе свесни за нивните животни проблеми со кои секојдневно се соочуваат[15]. Наставникот може да даде и примери од животот на овие деца.

(Темата за трансродовите млади наставникот може да ја отвори на ова место, или во рамки на втората тема, од ова поглавје, за еднаквоста и правата на децата на недискриминација.)

15 Greytak, E., Harsh realities: The experiences of transgender youth in our nations schools, in The School Report. 2007, GLSEN; Stonewall New York.

Карактеристики на полот, родот и сексуалната ориентација



Родов идентитет

Родовиот идентитет претставува како индивидуата се доживува себеси и својата родова припадност.

Сексуална ориентација

Сексуалната ориентација ја одразуваат физичките, духовните и емотивните привлекувања.

Биолошки пол

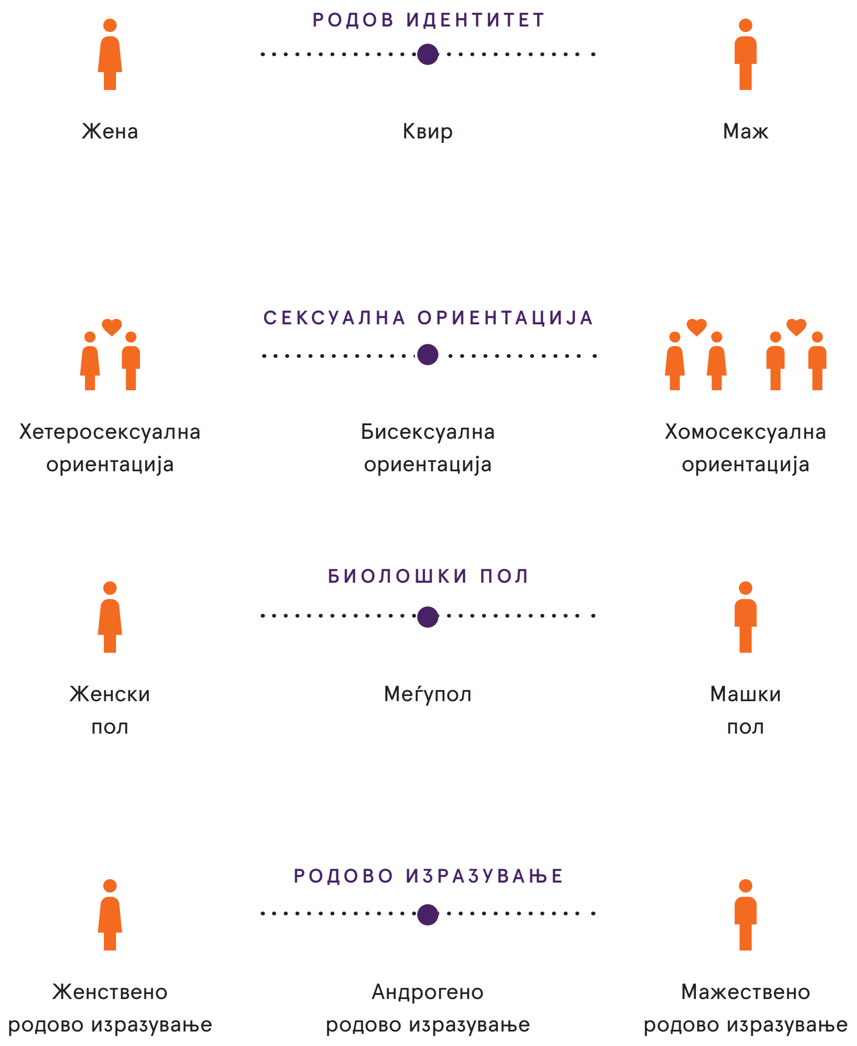
Биолошкиот пол е одреден според органите, хормоните и хромозомите.

Родово изразување

Родовото изразување се однесува на начините на кои се покажува родовата припадност - однесување, стил, фризура и сл.

Графикон 2

Родови аспекти и сексуална ориентација


РОДОВ ИДЕНТИТЕТ
Жена
Квир
Маж
СЕКСУАЛНА ОРИЕНТАЦИЈА
Хетеросексуална ориентација
Бисексуална ориентација
Хомосексуална ориентација
БИОЛОШКИ ПОЛ
Женски пол
Меѓупол
Машки пол
РОДОВО ИЗРАЗУВАЊЕ
Женствено родово изразување
Андрогено родово изразување
Мажествено родово изразување

Пропишаните родови норми влијаат врз животните патишта на човекот, како: пристапот до образованието, слободите на изборот, и степенот на учество на младите во разни области во заедницата.

Вежба 3: Примери на учениците за нееднакви можности

Учениците во групи, даваат примери на нееднаков пристап до образованието или други поволности и можности што не се еднакво достапни на момчињата и девојчињата.
Потоа дискутираат каде тоа води и како обично завршува.

На пример, во некои средини девојчињата, за разлика од момчињата, иако посетуваат настава, не се ослободени и од домашните обврски и грижата за своите помали браќа и сестри. Таквиот нееднаков однос кон школувањето на женското дете, може да резултира во ниска самодоверба, пад на амбициите, ран прекин на образованието и рано стапување во брак, што целосно го менува животниот пат на женското дете. Од друга страна и момчињата, од кои се очекува да успеат и да се грижат за егзистенцијата на целото семејство, тешко се носат со задачата, а доколку не успеат се чувствуваат како губитници.

Нееднаквоста во пристапот до образовните и други животни ресурси, како и очекувањата од младите да бидат успешни во родово поделените активности, дисциплини и професии**,** можат да имаат долгорочни последици по нивните животи, независно на кој род му припаѓаат. Повторно најзасегнати се трансродовите млади, кои ретко опстануваат во традиционалните училишни средини, и пред време го напуштаат образованието.

Степенот на образование, како и слободите на избор, директно влијаат врз животните можности и перспективи на младите, а посредно и врз шансите на идните генерации. Образуваните и задоволни од своите избори (идни) родители, имаат поздрави деца, постабилни врски, подобри работни можности и позиции, и поголем удел во сопствените животи, и во градењето на заедницата.

Резиме за родот, родовите норми и можности

Постојат големи разлики помеѓу термините и поимите: пол, род, родови норми, родов идентитет, сексуална ориентација, и нивните изразни карактеристики.

Родовите улоги и очекувања можат да се менуваат.

Некои родови норми се штетни и можат да влијаат луѓето да се откажат од работите што ги интересираат и за кои веруваат дека се вистинскиот избор за нив.

Во ред е луѓето да не се согласуваат и да не се поистоветуваат со родовите норми и стереотипи

Заедницата /културата/ која нема доволно знаење и толеранција за различностите, почесто „избира" да не ги види, или да ги прогласи за болни, наместо да се информира и да ги вклучи во своите редови тие (трансродови, меѓуполови, истополово атрактивни и др.) лица.

РАБОТИЛНИЦА 2:

Ефекти на негативните родови норми врз здравјето и безбедноста на младите

За разлика од девојчињата, кои почесто се жалат на психосоматски тегоби, како главоболка, болки во стомакот, чести нерасположенија и несоници, момчињата се повеќе изложени на ризични однесувања како, пиење алкохол, пушење, незаштитен секс, агресивно однесување, и повреди. Резултатите од меѓународната студија, спроведена и во Македонија (13), покажуваат највисока преваленција на нервози (52%) кај македонските девојчиња, во Европа, што е двојно повисока од онаа кај момчињата (27%). Ваквите состојби имаат далекусежни последици по менталното здравје на младите девојки, но и по нивните актуелни избори, и долгорочни животни перспективи.

Вежба 1: Младите и влијанието на корективното родово воспитување

Учениците (во групи) се потсетуваат и разговараат за очекувањата, советите, пораките, дозволите/забраните од родителите, или од другите во нивната средина, поврзани со однесувањето, изразувањето, облекувањето, говорот, поврзани со родовите улоги, за кои чувствуваат дека постојано им се наметнуваат.

Учениците разговараат за тоа како се чувствуваат и како се справуваат? Што прифаќаат, а што не и дали и како се борат за себе во тие околности? А како би се чувствувале сите останати, родово нетипични млади, во истите околности? Што би можеле тие да им порачаат на таквите барања и очекувања?

На пример, момчињата од кои се очекува да бидат јаки, храбри и цврсти, на тешкотиите често одговараат со ризични однесувања, како што се: алкохолот, дрогите, и насилствата, наместо отворено да проговорат за нив. Тие не се осмелуваат да покажат слабост и да ги пријават своите емоционални проблеми, затоа што „тоа не е машки“, „не им прилега“ и силно ја нарушува идеализираната слика за цврстината и моќта на мажествената машката фигура. Потполно несвесни дека тоа ги оддалечува од квалитетните, блиски релации со другиот. Особено во култури, со отсуство на почит кон другиот и различниот од себе, таквите

очекувања ги туркаат момчињата своето незадоволство и фрустрации да ги префрлаат врз послабите од себе. Тоа се најчесто помалите брат/сестра, другар/ка, или партнер/ка, и/или некој трет и сосема непознат, но различен.

Од друга страна, девојчињата, подучувани да бидат слаби и беспомошни, покажуваат почеста склоност кон ментални здравствени проблеми, како што се депресивните расположенија и нервозите. Длабоко незадоволни од себе и од тоа што „никој не ги разбира", тие често бараат спас во раните интимни врзувања и/или бракови, со надеж дека можеби таму, ќе успеат да ги реализираат, истите тие неостварени (родови) улоги. Очекувано (и нормирано) овие субмисивни, исцрпени и со ниска самодоверба жени, остануваат да бидат лесен плен на туѓата контрола и „заштита", со кое никогаш нема да научат да се справат, како ни со лошите животни избори по сопственото здравје, и здравјето на своите деца.

Ваквиот исход на нештата, во голема мерка се должи на лошата информираност, на некритичноста и на неснаодливоста на младите да се носат со притисоците на строгите родови норми, што ретко кој, во текот на целиот нивни развој, се обидел да ги оспори или менува низ позитивни и респектабилни релации со детето, наспроти катастрофичките сценарија, што му се нудат. А, доколку тоа и се случело, таквите исклучоци речиси никогаш не биле поддржани и охрабрувани од мнозинството.

Во истиот контекст на строгите родови норми, трансродовите млади се во уште потешка положба. Тие живеат во хаосот од тага, немоќ и безизлез, сосема осамени пред социјалните притисоци да бидат тоа што не се, додека безуспешно докажуваат кои се и што се, најчесто без поддршката од најблиските. Најхрабрите од нив се информираат и поврзуваат меѓусебно или со групи на поддршка, кумуницираат виртуелно и се дружат, имајќи привид дека не се сами. Дел од нив се одлучуваат за хормонска терапија, по или пред пубертетот (со хормон-блокатори), како би го поправиле /одложиле/ физичкото менување на своето тело и би се приближиле до родовиот идентитет што го чувствуваат како свој. Стигмата и дискриминацијата што ги следат, меѓутоа трајно го обележуваат нивниот живот, со високи преваленци на депресивни состојби, социјална изолација и суицидални обиди, на кои се одлучуваат во моментите на криза, како на единствен излез од своите страдања.

Вежба 2: Менување на родовите очекувања низ ликовите на детските приказни

Учениците добиваат задача да изберат некоја позната детска или народна приказна, која ги зајакнува стеротипните родови норми, и да ја раскажат наново, со тоа што главните карактери ќе ги прикажат со особини спротивни од родовите стереотипи. Наставникот ги охрабрува учениците да ги подготват приказните, а потоа и да ги прочитаат на групи помали деца и да известат за детските реакции.

Ваквото прераскаскажување би можело да помогне да ги научиме помладите како се излегува од тесните родови норми и дека тие можат да бидат и почитувани и прифатени и кога се разликуваат од она што се очекува од нив.

Резиме за ефектите на родовите норми врз здравјето и животот

Родовите очекувања и норми влијаат на тоа како човекот го живее својот живот и какви се неговите животни перспективи.

Некои норми се наметнати и штетни и водат кон големи нееднаквости. Затоа е важно да се подигне свеста за нивната улога и влијание врз здравјето и животот на човекот и да се работи на нивната промена кога се тие ограничувачки.

Секој човек би требало да има еднаков пристап до ресурсите за развој и учество во заедницата, независно од својата полова, родова и/или сексуална припадност.

РАБОТИЛНИЦА 3:

Каде и како се учат родовите улоги и норми – медиумски пораки?

Родовите улоги се учат во семејството, од рол-моделите меѓу кои највлијателни се родителите. Но, ништо помалку влијателна не е и средината, со својата култура на вредности, пренесувани низ образованието, медиумите (попкултурата) и уметноста (филмот, литературата).

Децата имаат идоли кои сакаат да ги следат и имитираат. Тие читаат списанија, книги, активно комуницираат преку електронски медиуми, гледаат тв-серии, слушаат музика. Со голем број различни, родово профилирани ликови и однесувања тие се споредуваат, ги дискутираат, се идентификуваат, или ги исмеваат и отфрлаат.

Вежба 1: Улога на медиумите во афирмација на родовите улоги и очекувања

На учениците им се дава да разгледаат повеќе списанија или весници и да анализираат како се во нив претставени мажите / жените. Дали тие ги следат културните норми и очекувања на типичните родови улоги во заедницата? На пример: Мажите ги гледаат во улога на водачи, тренери, политичари, криминалци и сл., со моќ, и лидерски способности, наспроти жените претставени почесто како убавици, мајки, нежни, незаштитени и грижливи кон другите...

Врсничката група е исклучително моќна во изборот и одлуките за привлекување, или исклучување на младите од нејзините редови. Можно е таа да биде уште порестриктивна во барањата пред своите членови, доколку се потпира на нереални, идеализирани родови слики /идоли/. Нормите што врсничката група ги наметнува се критични за сите оние што настојуваат да ја добијат нејзината поддршка, што практично ја прави групата незаменлива со ништо друго. Наставникот треба да ја потенцира важноста на раното препознавање на родовите стереотипи и митови, нивното критичко преиспитување и оспособување на младите да кажат НЕ на очекувањата што се штетни и ограничувачки по нивниот развој и добросостојба.

Вежба 2: Посакувани / идеализирани родови улоги

Учениците, во мали групи, ги дискутираат идеалните родови улоги што високо ги вреднуваат и тежнеат да ги достигнат. Тие разговараат за тоа, на прим. како, според нив треба да изгледа идеална девојка, или момче?

Кои карактеристики, особини, и однесувања, за нив, би биле пожелни, а кои не? И што е тоа што едно момче, или девојче го прави да биде посакуван / отфрлен член на групата врсници /пријатели? Како тоа може да влијае на сликата за себе, на пријателствата, на вклученоста и самодовербата? Како на тоа реагираат момчињата, а како девојчињата? Има ли начини да се избегне таквото условување за влез и учество во врсничката група?

Наставниците, како и родителите имаат голема одговорност во помошта на децата да се стекнат со вештини на рано препознавање и квалитетно справување со сите форми на родова дискриминација и насилство.

Резиме за природата и потеклото на родовите улоги и норми

Родовите норми и очекувања се учат и применуваат во семејството, училиштето, заедницата. Некои од нив се штетни и дискриминирачки, и генерираат големи родови нееднаквости.

Препознавањето на потеклото и влијанието на родовите норми, помага да се дојде до одговорите на (не)праведноста и штетноста на родовите улоги и очекувања.

Во ред е младите да кажат НЕ на неправедните родови улоги и очекувања.

РАБОТИЛНИЦА 4:

Спротивставување на негативните родови норми и стереотипи

Негативните норми нанесуваат повреди и ограничувања (повреди и ограничувања) врз слободите и правата на младите. Затоа, учениците треба да се охрабруваат да ги препознаат, да им се спротивстават, и без чувство на вина, да ги проблематизираат и менуваат. Родителите треба да бидат чувствителни на забелешките на своите деца, и да ги уважат со почит, затоа што тие многу кажуваат за тоа како децата се чувствуваат во своите родови улоги.

Примери на чести прашања што девојчињата им ги упатуваат на родителите, заради нивниот однос, што го чувствуваат како неправеден:

- *Зошто јас морам да доаѓам секогаш порано, или морам да кажувам каде одам и кога треба да се вратам, а брат ми не мора?*
- *Зашто јас морам да помагам во раскревањето и миењето садови, а тој не мора?*
- *Зошто јас кога учам, тоа е како нормално, а тој не учи и пак има се што ќе посака?*

Или примери кога родителот се жали дека нивниот син:

- *Не сака ниту еден спорт, а повеќе сака да танцува, или да црта;*
- *Сака само да игра со кукли, или е во кујна со мајка му;*
- *Повеќе сака да биде сам, да игра игрици, или да гледа цртани, дискавери, национална географија, отколку да се дружи; или*
- *Постојано му пречи кога другите се прегласни, или кога се буткаат по ходници во училиштето.*

Сеуште има примери на традиционални семејства, кои не се еднакво задоволни кога ќе им се роди девојче, како кога ќе добијат син, иако знаат да кажат: „Не е важно, само да биде здраво“. Некои од нив ретко се одлучуваат и на повеќе деца за да добијат машко, додека жената

честопати се чувствува неуспешна затоа што не го исполнила очекувањето, да обезбеди „наследник“.

Не така одамна, девојчињата воопшто немале право да го наследуваат имотот, или доколку имале брат, сестрите најчесто се откажувале од својот дел во полза на братот. Денес, ваквиот став дури и кога не е отворен, се пренесува врз односот кон девојчето, како да е помалку вредно, уште пред да се роди.

Вежба 1: Реагирање на негативните родови норми

Учениците се охрабруваат, по зададените примери да дадат аргументи против тврдењето, и да наведат уште примери.

Кога ова се кажува како факт:	Што може да одговорат девојчето / момчето кога ќе научат како да се спротивстават?
Фудбалот не е за тебе, не е за девојчиња (кон 12 год. девојче)	Добра сум во фудбал, само јас дадов гол, во последната игра. Не е фер да ми забрануваш, можам да помогнам да победите
Девојчињата треба да им помагаат на мајките, оди во кујна и помогни и на мајка си околу садовите (кон 14 год. девојче)	И момчињата можат да помагаат. Ќе помогнам кога ќе завршам со учењето, ако ми остане време.
Што му стоиш, што не му ја врзеш една, види колку си голем и поголем од него? (кон 13 год. момче)	Не сакам да се тепам, ќе му кажам да не го прави тоа веќе. И ќе го пријавам на дежурниот, ако продолжи.
Брат ти треба да продолжи со студиите, тебе те чекаат други, поважни работи (кон 17 г. девојка)	Јас сум одлична, добро ми оди учењето, и сакам и јас да продолжам со студии. И немам поважни работи од таа.
Момчињата не се плеткаат во кујна, не биди женско петле (кон 12 год.)	Не сум женско петле, сакам да научам да готвам

Во сите овие примери, девојчето, како да се подготвува за партнерска врска, за бргу потоа да избере и брак, како излез од нејзината подредена улога во семејството, наместо да се поттикнува да ги развива своите

способности и самодоверба дека може да успее и во други, поинакви и попросперитетни улоги. Во другиот случај, момчето исто така не е поддржано да биде поинакво - чувствително и нежно, и да се интересира за теми и содржини што не се типично машки.

Резиме за препознавање на штетните родови норми:

Децата и младите треба да научат да ги препознаат и безбедно да им се спротивстават на штетните родови норми, за да креираат родово праведни заедници, во семејствата, училиштата и работните средини.

Одговорноста е на возрасните да ги поддржат децата во нивните обиди критички да гледаат на родовите улоги и да сфатат дека можат слободно да им се спротивстават, секогаш кога тие не одговараат на нивните инереси, можности и таленти.

РАБОТИЛНИЦА 5:

Мит и спротивставување на митот

Митот е идеја, или уверување, широко распространето и прифатено, како факт, иако не е вистина. Поради својата широка употреба, митот тешко се побива. Уште полошо, кога нормата ќе ја достигне вредноста на еден МИТ, ретко кој се бави со тоа да ја преиспита и аргументирано да ја проблематизира. Така одредени митови се пренесуваат и преживуваат генерации, без било каква промена или интервенција.

На пример: Девојчињата се понежни од момчињата, а момчињата се поспособни од девојчињата, се само некои од таквите митови за меѓуродовите разлики.

Вежба 1: Митот и аргументи против

Митови за мажите и жените	Аргументи против митот/од пракса и истражувања/
Жените се подобри во грижата околу домаќинството и децата	
Момчињата се попаметни од девојчињата	
Момчињата што плачат се слабаци	
Мажот треба да ги носи важните одлуки во семјеството	
Момчињата не носат розева боја и не играат со кукли	
Мажите не се способни да размислуваат за повеќе работи истовремено	

Вежба 2: Пример за МИТ со етаблирани родови норми

Мажот е силен и предодреден да ја штити жената и семејството и да заработи за обезбедување на неговата егзистенција. Тој е помоќен од жената затоа што е појак, попаметен и поспособен, а има и поголема контрола врз својот живот. Жената е слаба, поводлива и емотивно нестабилна и затоа треба да го слуша. Таа е предодредена и способна да раѓа и да се грижи за децата и семејството

Развојни услови

- Додека девојчињата од мали играат со кукли, за кои се грижат во мини домаќинства (од играчки) опремени со кујни, садови и мебел, на момчињата им се купуваат автомобилчиња, топки, пушки, пиштоли. Машките деца се пофаворизирани од женските и имаат поголема слобода и поддршка во својот развој и интереси. Истовремено, тие се и позаштитени, помалку работат, не се самостојни во грижата за себе и не се стимулирани да се грижат за другите, освен во улогата на заштитници. Во домашните работи не се снаоѓаат најдобро, дури и кога сакаат да помогнат.
- Ваквите родови очекувања за момчето и девојчето, воспоставени од традиционалната култура се практикуваат со децении, со минимални измени што само значат „преоблекување" на старите навики во современо руво.

Непосредни ефекти

- Момчињата потешко се снаоѓаат во нови средини, имаат поинакви очекувања и често полесно се разочаруваат, имаат и послаба концентрација и послаб успех во училиште од девојчињата. Понесигурни се во своите избори, а кога настојуваат да бидат еднакви со девојчињата, чекаат да им се дадат задачи за да се вклучат. За разлика од нив, девојчињата се поснаодливи и вешти, но нивниот труд не е еднакво вреднуван, освен во училиштето. Во домот, работата што ја вршат се зема здраво за готово; на работното место /кога ќе пораснат/ позициите што ги заземаат, како и приходите што ги остваруваат се помали, од оние на мажот. Доколку се случи жената да е пообразована, и/или има повисока позиција, и/или повеќе заработува од мажот, тој може да се чувствува лошо, неадекватно и неуспешно.

Долгорочни исходи

- Во ситуации на лично незадоволство, фрустрации и страдање, „моќната позиција" на мажот, му дозволува да се постави кон жената, наместо со почит, со потценување и навреди. Неговата улога на надреден, му дава за право, да и се обраќа со вулгарни зборови за нејзиниот изглед и однесување, дури и кога не ја познава, само затоа што е жена. Тоа му дозволува грубо и насилно да ја попречува и во нејзините избори и слободи, секогаш кога не му е возвратено на барањата /очекувањата/ на кои тој смета дека има право, исклучиво поради тоа што е маж. Во одредени ситуации тој може да си даде за право да ја злоупотреби својата моќ до таму што ќе ја вознемирува сексуално, спротивно на нејзината волја, или физички ќе ја повредува, често и по цена и на нејзиниот живот.

Оспорувањето на елементи од овој и други митови, може да прерасне во вежба за експериментирање со нови гледишта и искуства. На пример, да се воведат нови очекувања, или да се смени текот на настаните, или контекстот, кој наметнува нови правила.

Резиме за спротивставување на штетните родови норми и митови

За родовите норми се разговара отворено, критички и на време. Има многу начини на спротивставување на штетните и неправедни родови стереотипи и норми.

Во спротивно, тие прераснуваат во МИТОВИ, или „квази-вистини" кои креираат ставови и услови за тоа ШТО Е возможно, а што НЕ Е и/или што е „нормално" и прифатливо, а што „ненормално" и недопуштиво, како на пример, за луѓето со нетипични родови идентитети и сексуалност.

Што треба учениците да знаат за подобро разбирање на родовите норми?

Учениците треба да го знаат значењето на клучните термини за - родот, полот, родовиот идентитет, сексуалната ориентација, и да ги разберат концептите за родовите норми, улоги, и еднаквости, за да можат рамноправно да учествуваат во дискусијата за родовите прашања. Таму каде што поимите не им се доволно јасни, или се сосема нови за учениците, наставникот треба да биде отворен и доволно информиран, но и сигурен во себе, за да умее да одговори на нивните прашања.

Учениците треба да можат да ја препознаат штетноста на некои родови норми, и нивната ограничувачка и дискриминирачка моќ врз развојот на младите и нивните перспективи, независно на кој род му припаѓаат. Учениците треба да имаат можност да дискутираат колку се тие фер и праведни и да останат со уверувањето дека имаат право да им се спротивставаат на родовите очекувања, доколку почувствуваат дека се тие неправедни и штетни.

Учениците треба да знаат за потеклото на родовите норми и очекувања. Тие треба да станат свесни дека нивните омилени јунаци од книгите и списанијата, пеачите-идоли, или ликовите од омилените ТВ серии, на кои им се восхитуваат, дека сите тие со своето однесување, изглед и ставови отсликуваат одредени родови норми, кои младите често ги следат. Учениците би требало да умеат да се запрашаат критички, зошто тие ликови/ однесувања/ им се допаѓаат, и дали и како тие влијаат на зацврстувањето на негативните родови очекувања, или дали тие можеби содржат и потенцијали за менување на негативните родовите очекувања.

Спротивставување на штетните родови норми и митови. Учениците треба да бидат слободни да ги истражуваат овие теми (на родови норми, митови и стеротипи) а кога ќе ги препознаат/ или почуствуваат, како неправедни, да знаат дека можат да им се спротивстават, дури и кога тие изгледаат толку „природни" и „нормални", за средината. Особено затоа што тие често им се пласираат низ двојни, загрижувачко-заканувачки пораки на кои некогаш не е лесно да се одговори.

- Ако останеш таква (бунтовна, амбициозна), никој нема да те земе
- Ако чекаш и избираш, ќе останеш стара мома
- Мажите не се жалат, и од ништо не се плашат

- Биди маж да те видам, немаш „муда“ тоа да го направиш
- Мајчинството е најважната улога во животот на жената
- Жената треба да го слуша мажот, затоа што тој се мачи за целото семејство
- Мажот подобро од жената знае што е за неа најдобро, зашто таа е расеана, изгубена, премногу емотивна.

Учениците треба да научат да препознаат митови што функционираат како „факти“, размислувајќи критички и аргументирано. Тие треба да станат свесни за „жилавоста“ на МИТ-от, и за неговата упорност да се одржи по секоја цена. Во митот тие треба да препознаат „инструмент на контрола“, кој не се предава лесно. И да бараат примери (од практиката, или од литературата) со кои секогаш одново ќе го побиваат митот во неговата лажна вистинитост.

Препораки до наставникот

Наставникот треба да се повикува на факти (од истражувачки извори) во своите информации, коментари и заклучоци. Тој/таа мора да биде сигурен/а во себе, да умее да води и да посредува без да наметнува сопствени гледишта и да умее да го слушне и почитува мислењето на учениците, и кога со нивните ставови не се согласува. Токму тие разлики можат да бидат дел од нормираната култура која им се наметнува на младите и за која треба поинаков пристап и вештини, за да се менува.

Доколку наставниците се однесуваат кон учениците како кон рамноправни учесници во дискусијата, тие така ги охрабруваат да придонесат во истражувањето и разговорите за сопствените улоги и очекувања, како и за особините што најчесто им се припишуваат и ги дефинираат различно.

Наставникот треба да биде човек од доверба за учениците. Само така тие ќе ја стекнат потребната (само)доверба за активно вклучување во дискусијата на чувствителни теми, за потоа и критички да расправаат за родовите улоги и стереотипи, од кои најголемиот дел, веќе самите усвоиле.

Наставникот треба да умее да ги воведе и води учениците низ процесот на критичко размислување – поентирајќи ги местата (во медиумите, литературатурата, учебниците) кои што ги фаворизираат родовите

стереотипи, покажувајќи ја нивната манипулативна и дискриминирачка моќ. Тој/таа требаат да им обрнат внимание на младите за влијанието на медиумите врз размислувањата, очекувањата и постапките.

Наставникот треба да биде подготвен доколку учениците не отстапуваат од своите уверувањата, и ги третираат како факти, да понуди примери на познати жени /мажи кои со својата улога, успешност и позиција успешно му се спротивставуваат на митот. Како и да потенцира дека разликите во истата родова група, од мажи, или жени, знаат често да бидат многу поголеми отколку меѓуродовите разлики.

ТЕМА 2:

Како до родова еднаквост со позитивни родови модели ?

Повикувањето на позитивни родови модели во справувањето со родовите стереотипи, е во нивната снага и можности да иницираат, предводат и да поддржуваат промени

РАБОТИЛНИЦА 1:

Препознавање на позитивни родови модели

Повикувањето на позитивни родови модели во справување со родовите стереотипи, е во нивната снага и можности да иницираат, предводат и да поддржуваат промени Идејата за идентификација со родови модели се врзува за квалитетите на човекот кој предизвикува восхит кај младите, особено со својот однос на праведност, доследност, и респектабилно однесување кон другите /нив/.

Вежба 1: Бура на идеи

На учениците им се дава да замислат личност на која и се восхитуваат, да помислат на нејзините најдобри особини и да ја опишат со три збора. На голем лист се пишуваат примерите што ги дава целата група. Се резимира што е заедничко во тие особини и се заклучува дека тие најчесто не се родово определени.

Вежба 2: Потенцијали на личните особини

На учениците (во мали групи) им се дава листа со зададени описи на лични особини (табела 9), од кои тие избираат по неколку и објаснуваат, што тие значат и како се манифестираат во практиката.

Наставникот поентира дека обично ги избираме оние особини што и самите ги имаме или сакаме да ги видиме кај себе, и дека се тие голем личен потенцијал што може да се искористи. Како и дека секој човек има снаги и позитивни особини, кои треба се обиде да ги открие и да ги употреби.

Вежба 3: Особини што ги цениме кај другите

Учениците прават избор на особини кои би било пожелно да ги имаат членовите на една заедница, за да биде праведна, поттикнувачка и безбедна за сите нејзини членови. Потоа разговараат за тоа што им е потребно на учениците од возрасните /родителите, наставниците/ и како тие би можеле да ги инспирираат, за да бидат подобри, а и да ги почитуваат и следат.

Вежба 4: Особини што нè прават модели за другите

Учениците се повикуваат да размислат кои се тие особини со кои тие самите би можеле да бидат модели за помалите од себе и како би можеле да ги употребат доколку станат нивни ментори (во што сè би можеле да им помогнат и да ги водат).

Наставникот како модел за следење - Учениците умеат да препознаат со кого, меѓу наставниците, можат да изградат позитивни релации. Во нивните описи омилените наставници се обично претставени како добри, организирани, доследни, строги, но и еднакво праведни кон секого. Учениците учат со набљудување на наставниците, на нивните ставови и постапки, како и од нивниот стил на предавања и оценување. Наставникот што е омилен меѓу учениците, може да стане влијателен, позитивен родов модел за нив.

Табела 9: Карактеристики на позитивната релација

Грижлив/а Прави работи за другите, без да очекува нешто за возврат	**Храбар/храбра** Го прави она што знае дека е добро, дури и кога е уплашен/а или нервозен/нервозна	**Праведен/на** Обезбедува секој да дојде на ред и ги почитува правилата
Водач Смислува работи и дава предлози да и помогне на групата / заедницата	**Дарежлив/а** Споделува со другите тоа што има и им дозволува да земат учество во играта	**Простува** Бргу се ослободува од лутината и повредата, кога некој ќе го/ја налути, или навреди
Духовит/а Прави шеги, сака да се смее, и сака и другите да ги види насмеани	**Со самоконтрола** Умее да ги контролира силните чувства, и покрај тоа што му/и доаѓа да вресне	**Љубопитен/а** Сака да открива и радосен е кога учи за нови работи

Резиме за снагите и потенцијалите за промени

Секој човек има квалитети, независно од неговата родова припадност.

Самите избираме кои луѓе и заради кои вредности и квалитети ги следиме, како модели.

Позитивните карактерни особини и вредности можат да бидат искористени за градење на респектабилна и инклузивна заедница за сите.

РАБОТИЛНИЦА 2:

Праведност, еднаквост и човекови права

Обединетите Нации е организациија формирана да се грижи за правата на човекот и правата на децата и жените, низ целиот свет. Човековите/ детските права им припаѓаат на сите луѓе, затоа што се човечки суштества. Со самото раѓање детето и човекот се стекнуваат со своите права на достоинствен, рамноправен и безбеден развој и живот. Затоа за човековите права не велиме дека некој му ги дава, ниту може да му ги одземе на човекот. Во исклучителни случаи правото на слобода може времено и под одредени околности, да се ограничи.

Декларацијата за правата на детето е посебен документ кој ги гарантира правата на сите деца во светот незвисно од нивната припадност, или местоположба. Јадрото на детските права го сочинуваат: правото на живот и развој, правото на недискриминација и правото на учество. Од ова јадро се изведуваат сите останати детски права.

Вежба 1: Создавање и заштита на идеалниот свет

Од учениците (во мали групи) се бара да замислат како би изгледал идеалниот свет – мирен, безбеден и праведен, за сите негови жители. По нивните описи, учениците (во парови) се поттикнуваат да размислат кои правила и очекувања би требало да се воведат и да се почитуваат, за тој свет да опстане, таков?

А потоа и да ги издвојат најприоритетните пет правила, со кои би се гарантирале еднакви услови за сите, независно од нивната родова припадност и разлики.

Наставникот резимира дека луѓето, веќе долг период (повеќе децении), организирано размислуваат за условите за фер и достоинствен живот, за сите луѓе на планетата, но и за регулативите во спроведувањето и одржливоста на тие услови.

Декларацијата за детските права, заедно со Конвенцијата за елиминација на сите форми на дискриминација врз жената, како и Истанб-

улската Конвеција против насилството врз жената[16], се меѓународни документи, усвоени од многу земји, меѓу кои и од Македонија. Тие се збир на услови и очекувања поставени и гарантирани од секоја земја потписничка, во нејзините усилби секој човек да биде третиран еднакво, и со достоинство и почит.

Од најрана возраст учениците треба да ги запознаат и да научат како да ги уживаат своите права, за да можат аргументирано да дискутираат за нив. За потоа и да ги застапуваат и да ги штитат. Тие мора да умеат да ја препознаат (не)правдата, или (не)фер условите за живот на секој човек, независно од неговата родова, или каква било друга припадност.

За подобро разбирање на правата на децата, учениците можат да ги дискутираат и препознаваат така што ќе ги разгледуваат во различни контексти, како што се: семејството, училиштето, работното место. Подигнувањето на свеста за правата на човекот и неговото третирање со почит и еднакво внимание, ја намалува можноста за поделби и за дискриминација меѓу родовите.

Резиме за човековите права

Човековите права се алатки со кои луѓето се потсетуваат како секој човек треба да се третира еднакво, со почит и достоинство.

Учениците треба да знаат за своите права и да научат да ги користат и штитат.

Луѓето и децата можат и треба да учествуваат во креирање поправеден свет за сите.

Учениците можат да работат на поставување услови и правила со кои ќе ги заштитат своите и правата на другите во заедницата /училиштето.

16 Конвенцијата на Советот на Европа за превенција и борба против насилството врз жената и семејното насилство од 11.5.2011 година, позната како Истанбулска конвенција, претставува најзначајниот меѓународен документ за борбата со семејното насилство. Како меѓународен документ, Конвенцијата е потпишана од 120 земји, меѓу кои и од Македнија (2017)

РАБОТИЛНИЦА 3:

Моќ, видови и начини на користење на моќта

Моќта се дефинира како капацитет на поединецот да влијае врз другите, и/или на она што се случува. Таа (моќта) се врзува за (не)почитувањето и (не)уживањето на правата на човекот и на детските права, но и за можностите за нејзина лесна злоупотреба во меѓуродовите односи, најчесто меѓу мажот и жената, и пошироко.

Вежба 1: Игра на моќ и контрола

Учениците ја играат играта „контролор – робот", така што застануваат еден наспроти друг. Контролорот ја држи раката во висината на носот/челото на роботот, кој треба да ги следи движењата на раката на контролорот, со движење на главата и телото. Учениците ги менуваат улогите и разговараат за тоа како се чувствуваат во двете улоги, кога имаат неограничена моќ /да наредуваат и водат, и кога само ги извршуваат задачите.

Наставникот поентира како поседувањето моќ може да направи човекот да посака да ја прошири и искористи моќта врз другите, и без да забележи дека ја злоупотребува. Моќта лесно го прави човекот нечувствителен за тоа дека тој може, преку неа, сосема да ја преземе контролата врз нештата, и да го диктира квалитетот на животот на другите.

Формите низ кои може да се манифестира моќта се исто така разнолики: како **контрола врз нештата или некого** (на пример, на родител врз дете, што може да биде ограничувачки, но и стимулативно и од помош); **надворешна / споделена/** (моќ што доаѓа од припадноста на идеја, група, заедничка иницијатива); и **внатрешна моќ** (што произлегува од сопствените знаења, ресурси, позиции, возраст, добросостојба и сл.). Сите овие форми можат да означуваат позитивно и/или негативно користење на моќта.

Во користењето на моќта важно е да се види што се влијае на генерирање и одржување на моќта кај луѓето – парите, позицијата, пријателите и познанствата, снагата, популарноста, величината, знаењето, умешноста, и како тие се менуваат со промена на условите. И кои сè привилегии луѓето стекнуваат со моќта , заради што не можат лесно ни да се откажат од неа.

Вежба 2: Видови моќи

Учениците разговараат за тоа какви се видови моќи постојат: позитивни и негативни, внатрешни, надворешни и сл., од што зависат и како се менува моќта зависно од околностите?

На пример како се менува моќта /се зголемува, или намалува/ кога ќе се смени контекстстот, или учесниците во него, или возраста на протагонистите, или кога ќе се воведе надворешна контрола?

Важно е да се нагласи дека луѓето со моќ ја имаат не само моќта, туку и одговорноста во комуникација со другите, да ги почитуваат нивните права. Односно, дека за контрола на моќта, покрај самоконтролата, поптребни се и силни надворешни механизми на контрола / како правила, регулативи, закони, политики, тела и сл./

Резиме за моќта, видовите моќи, и ризиците од нејзина (зло)употреба

Луѓето можат да ја користата сопствената моќ на позитивен и негативен начин. Постојат повеќе видови моќ – моќ над некого, или нешто; моќ со некого, или група заради идеја, определба и сл.; внатрешно чувство на моќ.

Односите меѓу луѓето се под силно влијание на взаемното чувство на моќ.

Моќта е променлива категорија, зависна од: родот, возраста, позицијата, образованието, добросостојбата, и сите овие форми се зависни од контекстот на примена.

Луѓето со контрола врз нештата, или некого, се одговорни како ќе ја користат својата моќ, и дали ќе ја злоупотребат, или ќе придонесат кон позитивни промени.

РАБОТИЛНИЦА 4:

Разлики и дискриминација

Дискриминацијата е неправеден третман на особа, или група луѓе, поради нивната родова, етничка, религиска или каква било друга припадност, нивната социјална позиција во општеството, или поради одредени лични карактеристики. Предмет на дискриминација се луѓето, или групите со најмала моќ во општеството, а тоа се најранливите и најмаргинализираните, а поради тоа и често невидливите луѓе во заедницата.

Вежба 1: Примери на дискриминација

Учениците се повикани да набројат групи/ поединци кои се дискриминирани во општеството, кај нас и во светотот, што не ги уживаат истите права како и останатите, а потоа и да разговараат што мислат, врз кои основи и зошто тоа им се случува на овие луѓе/ групи.

Вежба 2: Нееднаквости во дискриминацијата

Долж континуум на дискриминација, претставен со замислена линија (на подот), учениците се повикуваат да постават листови со имиња на поединци, и/или цели групи, од најниската до највисоката точка на дискриминација и потоа да ја диксутираат нивната позиција и да увидат дека има разни степени на ранливост и маргинализираност за членовите на разни групи во заедницата. Некои од нив се дискриминирани и по повеќе основи, како на пример: деца со посебни потреби на невработени родители, ЛГБТ млади во хомофобични средини, жени или самохрани мајки во прифатилишта за бегалци и сл.

Наставникот треба да објасни дека луѓето се дискрминираат најчесто поради недостиг од информации, дезинформации, неосновани стравови и чувството на различност од другиот, или групата, како и поради непознавањето и непочитувањето на човековите права. За да ја надраснат таа позиција, на некој што осудува и стигматизира, учениците се поттикнуваат да ја зголемат својата информираност, чувствителност и вештините на комуникација со другиот/ата, и различниот/ата од себе.

За стигмата поврзана со родот и сексуалноста – говориме кога одредени групи луѓе доживуваат тешка форма на дискриминација, поради својата родова припадност или сексуална ориентација.

Во многу земји, не секаде еднакво, жените се поизложени на дискриминација и намалени можности, од мажите. Нормираноста на нивните улоги и стриктноста во нивното исполнување, во дадените култури, ја зголемуваат дискриминацијата врз жената.

Вежба 3: Дискриминација на традиционалната жена

Од учениците се бара да размислат и набројат во што се се дискриминирани жените во нашето општество.

Примери што наставникот може да ги извлече од учениците се: Подредената положба и местото што и се „доделува" на жената во домот, на работното место и во релација со другите; недовербата во нејзините способности и квалитети; потценувањето на нејзините постигнувања, преку ниското вреднување; стеснетите рамки за остварување на нејзините можности, таленти и амбиции; сведување на нејзиното тело на предмет на задоволство или за репродукција; сведување на нејзините интереси и способности на вештините „да се грижи" и „да ги задоволува" интересите и потребите на другите (деца, сопруг, претпоставен), пред сопствените.

Друг основ за дискриминација и сгигматизација е човековата сексуална ориентација, изразена како емоционална и/или сексуална привлечност кон припадници/чки на спротивниот пол (хетеросексуална), истиот пол (хомосексуална), или / и двата пола (бисексуална).

Високо дискриминирана група се и трансродовите млади, како и сите останати родово нетипични млади, за кои наставникот ги информира учениците, сега од аспект на поголема чувствителност за тоа како се тие третирани од средината која не ги разбира, и ги отфрлува заради тоа. Чувството на родова припадност е комплексно чувство во чие формирање учествуваат повеќе фактори – социјални, генетски, физиолошки, културни. Родовиот идентитет, на пример са врзува за длабоки, субјективни чувства на родова припадност кои се манифестираат од најрана возраст. Поновите истражувања[17] на трансродовите луѓе покажуваат напредок во откривањето на невронските активности во де-

17 Boston University Medical Center. "Transgender: Evidence on the biological nature of gender identity" Science Daily, 13 February, 2015

лови од мозокот, за кои се смета дека се можен одговор за чувството на родова припадност, кои се активираат уште во пренаталниот период, но не секогаш го следат и формирањето на биолошкиот пол на детето.

Имено, биолошкиот пол го одредуваат структурата и бројот на хромозоми (X, Y), со поддршка на хормоналните жлезди, и формирањето на телесните сексуални карактеристики кај момчето/ девојчето, при раѓањето. Поради несовпаѓањето на биолошкиот пол на детето со чувството на родова припадност, трансродовите момчиња/девојчиња се доживуваат родово неадекватно и туѓо во сопственото тело.

Наставникот може да ги информира учениците, преку студии на случај, за стигмата на „ненормалност" со која живеат трансродовите луѓе од најрана возраст, обидувајќи се да се изборат за себе, наспроти сите останати (членовите на семејствата, врсниците, соучениците и целата заедница). И дека сè што знаат за себе е отпорот што го пружаат на силните социјални притисоци да се откажат од „идеите" за својот родов идентитет, кој самиот по себе е конфузен и тешко разбирлив и за нив самите.

Уште една високо дискриминирана/ стигматизирана група се меѓуполовите лица - родени со нетипична полова анатомија, која се разликува од билошки детерминираните машки или женски тела. Биолошки тие не се ниту сосема машки, ниту сосема женски. Овие деца не се болни, тие се само различни, затоа што се така родени. Незнаењето и неразбирањето за што станува збор се најчестата причина за силната стигматизација и дискриминација на овие луѓе. Меѓуполовите лица се под постојан притисок да се менуваат, неприфатени се и изолирани, или се срамат што се различни, наместо да бидат прифатени и горди, такви какви што се.

Резиме за дискриминација и стигматизација

Некои луѓе се третирани лошо и неправедно само заради својата припадност - родова, национална, културна, религиска, сексуална или други лични карактеристики.

Дискриминацијата предизвикува непосредни и долготрајни повреди затоа што спречува одредени луѓе/групи да имаат еднакви можности за развој и да се чуствуваат безбедно, вклучено и почитувано во средината во која живеат.

Родово заснована дискриминација е последица на злоупотребата на моќ врз групи, или поединци (жени, хомосексуалци, трансродови лица, меѓуполови лица и сл.) исклучиво поради нивната родова припадност, идентитет или сексуална определба.

Поддржувачите, сведоците и/или посматрачите на актот на малтретирање и насилство, имаат голем удел во одговорноста за оддржување и продлабочување на дискриминацијата: директни учесници (преку говорот на омраза, заканите, поттикнувањето и нападите), како и индиректните (преку своето пасивно присуство и нереагирање во спречување на истата).

РАБОТИЛНИЦА 5:

Лидери во намалување на родовата дискриминација

Вежба 1: Лидерски карактеристики

На младите им се даваат три сценарија со опис на постапките на нивни врсници во одредени ситуации, преку кои тие треба да ги извлечат главните карактеристики на нивните личности.

Дрита

Враќајќи се од училиште Дрита наидува на сцена зад училишниот двор во која четири момчиња влечат за ранец и удираат едно момче кое не може да се одбрани, ниту да избега. Таа застанува и ги гледа, на што едниот и дофрла вулгарни зборови: Што е, сакаш и ти да си го добиеш? Таа одговара: Не смеете да го тепате, потоа забрзано продолжува и во првата продавница, на 10-тина метра од училиштето, бара помош од вработените. Другарите ја знаат дека е секогаш и кон секого пријателски расположена и спремна да помогне. Има голем брат и често ја испраќа до училиште. Кога има некоја неправда, во оценувањето на своите соученици, секогаш се јавува да бара објаснување. А објаснување бара и кога нешто не и е јасно или сака повеќе да дознае. За неа велат дека секогаш исправала „криви дрини".

Митко

Има многу другари, меѓу нив и некои за кои велат дека биле проблематични /насилници. Секогаш е пристапен и љубезен, а знаат и да го зафркаваат за тоа. Знае и да се шегува и многу е популарен заради тоа. Но, кога неколку момци од неговото маало го нападнаа Ромчето и тоа не можеше утредента да дојде во училиште, тој беше многу сериозен. Организира неколку другари и отидоа да го посетат, а разговараше и со неговите загрижени родители за тоа што мисли за настанот и колку е загрижен. Потоа седна и напиша кус текст за насилството кое не смее да се случува во училиштето кон никого - кој се читаше на училишниот разглас и дека тој никогаш нема да се помири со тоа, насилниците да не се откријат и казнат. Потоа редовно информираше за состојбата на неговиот другар, формираше група на поддршка и неговите постапки наидоа на голема поддршка од сите во училиштето.

Дона

Дарко излезе многу храбар, кога после прва година во гимназијата во која беше постојано малтретиран и прогонуван заради својот изглед и однесување на девојче (поради тоа што беше трансродово лице), кога побара од родителите, а потоа и од училиштето, да го смени името во Дона и да го продолжи животот како девојче. Со поддршката од родителите и директорот на училиштето, Дона доби нови документи, а наставниците и родителите на децата од нејзиниот клас, откако беа детално информирани, се договорија целосно да ја поддржат неговата „нова" родова улога. Но, тоа не беше секогаш лесно за Дона. Напротив, таа мораше да биде уште похрабра од порано и поупорно да ги следи своите амбиции и потреби, кои другите не ги разбираа доволно. Сепак, бариерите што ги сретнуваше на секој чекор и што тешко ги совладуваше, ја правеа уште посилна, а нејзините врсници на крајот мораа да и ја признаат посветеноста и храброста, да остане и да се избори за тоа што е.

Лидерството се препознава во позитивните вредности, во пријателското однесување, но и во одлучното дистанцирање од сите видови насилство врз одредени лица /ученици/, и групи.

Поентите на наставникот треба да се движат околу препознавањето на дискриминацијата, особено кон оние под најсилен притисок на родовите норми, како и во подвлекување на карактерните црти на храброста, љубезноста и респектот во комуникација со другиот, што учениците треба да ги развиваат кај себе за поуспешно справување со притисоците.

Резиме за лидерството меѓу учениците

Секојдневното пријателско однесување и поддршката на другите се често доволни за препознавање на поединецот, кој не прифаќа дискриминација и насилства.

Лидерските способности се откриваат низ пријателство и љубезност кон припадници на ранливите групи, но и низ отворено и гласно спротивставување на секој акт на дискриминација.

Што треба учениците да знаат за еднаквоста и позитивните родови модели?

Учениците треба да се свесни за квалитетите на луѓето на кои им се восхитуваат и да увидат дека тие не се родово определни (како храброст, праведност, поврзаност, мудрост, чувство за хумор и сл.). Истите квалитети, во голема мерка ги поседуваат и самите тие, но треба да научат да ги користат и преведат во правила и очекувања, за заедничко градење на позитивна, фер и безбедна училишна средина.

Учениците треба да знаат за правата на човекот /децата и за нив да дознаваат преку размена на сопствените сфаќања за тоа што е фер општество. Тие треба да се запознаат со декларациите и конвенциите на организациите на ОН, и на нив да гледаат како на збир регулативи и очекувања, усвоени од владите на многу земји, во кои највисоко се поставени правата на живот, учење и развој, како и правата на недискриминација и учество, како база за градењето фер-општества.

Добро е учениците да прават разлика помеѓу позитивното користење на моќта (кога сопствените ресурси, вештини, акции и влијанија се споделуваат за доброто на другите), наспроти злоупотребата на моќ, кога се презема контролата врз нештата или луѓето за лична корист, и без грижа како тоа ќе се одрази на животите на другите и на заедницата. Учениците треба да увидат како степенот на моќта се менува зависно од условите, што се исто така променливи: позицијата, возраста, снагата, контекстот, релацијата со другите и сл.

Учениците треба да станат свесни и за сопствената одговорност во користењето на моќта, но и за потребата од надворешни механизми за нејзина контрола.

Различни луѓе /групи во различни средини можат да бидат дискриминирани во различен степен, и по различен основ /примери за ЛГБТ луѓето во Македонија и Европа/. Дури и во развиени средини каде што одредени ранливи групи (Роми, бегалци) живеат (навидум) безбедно и со еднакви права, тие можат да бидат дискриминирани и да немаат исти можности со останатите граѓани.

Учениците треба да разликуваат отворени форми (стигматизација, исклучување, насилство) и скриени форми на дискриминација (преку заштитни мерки и регулативи кои се ограничувачки, или закони кои во практиката не се применуваат). Исто така, да препознаат форми на мултипли дискриминирачки позиции на одредени групи и/или поединци, што страдаат од повеќе неправди истовремено.

Учениците треба да знаат за мноштвото форми на родова и сексуална дискриминација / стигматизација кон групите, трансродови лица, хомосексуалци, бисексуалци, меѓуполови лица, кон кои треба да развиваат релации на почит, инклузивност и нулта толеранција на насилство во училиштата, и пошироко. Тие треба да знаат да ги препознаат овие млади, и да ги поддржат во еднаквоста и во напорите да го остварат своето право на родов идентитет.

Учениците треба да знаат дека клучни каракетристики на лидерството во борбата со дискриминација се: храброста да се дејствува во согласност со сопствените вредности, почитувањето на другиот/та и вештината за преземање акции за намалување на стигматизацијата во секојдневниот живот на младите во училиштето.

Учениците треба да се свесни за сопствената одговорност кога заземаат страна за, или против правата на маргинализираните и дискриминирани групи/поединци. Помошта во преземањето на личната одговорност ја добиваат од возрасните (родители, наставници) со навремено информирање и учење вештини на комуникација, како и со надминување на разликите, низ респектабилен дијалог и позитивен однос кон аргументите на соговорникот.

Препораки до наставникот

Секој човек има добри особини и позитивни карактеристики и во тоа е неговата снага и способности да учи нови работи, да се менува и да ја презема контролата врз својот живот. Затоа е важно наставникот да им помага на учениците да ги препознаат своите способности и квалитети, зашто тоа води кон поголема самодоверба, и нивни подобри резултати во училиштето.

Наставникот треба да се запраша кои се неговите лични квалитети на добар учител. И да биде свесен дека може да биде моќен модел за родова идентификација за своите ученици. Учениците учат од односот, ставовите и постапките на своите наставници, како и од стилот на предавањата и оценувањето.

Наставникот треба да биде свесен и за почитувањето / кршењето на правата на учениците секогаш кога зазема личен став кон нивното однесување, кога ги проценува или им суди. Сложеноста на прашањата за детските права бара од возрасните во образованието, да постават дополнителни правила и процедури за нивна заштита и за обезбедување сите во училишната заедница да бидат третирани еднакво и со почит.

Наставникот треба да умее да се справи со спротивставените мислења и да ја насочи дискусијата кон градење заеднички став, наместо користење сарказам, иронија или лични напади. Тој/таа треба да покажат како се одржува дискусијата и кога е тензична, на пример, така што ќе ги насочи учениците прво да го сумираат (накусо) она што претходно го чуле од соговорникот, пред да го соопштат својот став. За да бидат сигурни дека добро го разбрале. На крајот, двете страни можат да резимираат каде се разликите и сличностите во нивните размислувања. Тој/таа треба да ги познаваат и да ги користат правилата на позитивниот фид-бек, и да бидат пример на употребата на „јас говорот", кога ги изразуваат своите чувства, наместо да ги нагласуваат слабостите на другиот/ата, или да бараат изговори во одговорноста на трети лица.

Наставникот треба да биде свесен за степенот на моќ што го поседува во релација со учениците и да биде внимателен да не ја (зло)употребува како закана, да не условува или манипулира со неа, туку да ја употреби за охрабрување и поддршка, дури и кога не се сложува со ставовите или постапките на учениците.

Но, пред се друго, од наставникот се очекува да расчисти со личните предрасуди, дилеми и фрустрации поврзани со половата, родовата, сексуалната и која било друга припадност. Тој/таа треба да биде подготвен/а да застане на страната на фактите, а тоа е страната на правата на жената, мажот, но и на ЛГБТ луѓето на еднаков развој, заштита и учество, и еднаков пристап до сите ресурси на заедницата. Тој/ таа мора недвосмислено да го го покаже својот став и однесување во училницата преку респектабилно однесување, ставови и коментари во текот на предавањата и разговорите со учениците на овие теми.

ПОГЛАВЈЕ:

2.2

Подигнување на свеста за насилството и за родово заснованото насилство во училиштата

Свеста дека живееме во насилно опкружување не е секогаш присутна кај луѓето кои живеат во заедници, во кои контролата врз другиот, и злоупотребата на моќта се речиси нормирани однесувања. Важно е учениците да научат да го препознаат, именуваат и да информираат за насилството. Тие треба да знаат за сите негови последици, а треба да научат и како да известуваат за искуствата со насилството, за да ја добијат поддршката што им е потребна.

ТЕМА 1:

Насилство, родово засновано насилство и негативни ефекти врз здравјето

РАБОТИЛНИЦА 1:

Насилство и видови насилство

Терминот насилство се однесува на широк опсег на дејствија и однесувања кои вознемируваат и нанесуваат повреди. Покрај физичкото, насилството може да биде и психичко, вербално и сексуално. *Физичкото насилство* вклучува напад и повреда на телото, како и оштетување (кршење, рушење, палење) лични предмети, или крадење туѓи работи. *Психичкото насилство* вклучува закани, злоставување, застрашување, засрамување, што ги прави луѓето да се чувствуваат лошо, посрамено, несигурно и немоќно. *Сексуалното насилство* е недозволен сексуален контакт (без согласност) што вклучува: силување, допирање интимни делови од телото, без дозвола, сексуални коментари, ширење лаги, раскажување приказни и/или постирање слики со сексуална содржина. *Вербалното насилство* вклучува пишано или изговорено довикување,ословување со погрдни имиња, етикетирање, ширење невистини /гласини /.

Вежба 1: Видови насилство

На листови хартија учениците добиваат исцртана табела со четири полиња, насловени како: физичко, психичко, вербално и сексуално насилство. Под секој наслов, од учениците се бара да напишат примери, а потоа и да се обидат да го опишат секое од наведните видови насилство. Некои видови насилство одат заедно и тешко можат да се разграничат, како на пример психичкото насилство како составен дел од сите останати видови насилство.

Насилството може да се случи во сите животни средини (семејството, училиштето, работната средина, на отворен, или затворен простор). Тоа се одигрува непосредно (лице в лице) или со посредство на социјалните медиуми (ткн. електронско насилство) како: електронска пошта, СМС пораки, ФБ статуси, твитер, инстаграм и сл. И децата и возрасните можат да се најдат во улогата на жртва и во улогата на насилник.

На сцената на насилството често се вклучени и други лица - сведоци, како пасивни набљудувачи или активни учесници, во улогата на поддржувачи /следбеници што го охрабруваат насилството, му се при-

случуваат, или се забавуваат/, или оние, на страната на жртвата, кои се обидуваат да ја заштитат и да ја спречат ескалацијата на насилството.

Резиме за насилството, улогите и одговорноста

Формите на насилство можат да бидат различни и да се случуваат на различни места во училиштето

Постојат повеќе од две позиции во актот на насилството: позицијата на набљудувач - сведок, и позицијата на (со)учесник во сцената на насилството, на страна на насилникот, или на страна на жртвата.

На секоја од овие улоги отпаѓа дел од одговорноста за насилството, но секој од нив може да претрпи и долготрајни негативни последици од преживеаното искуство.

Што треба учениците да знаат за насилството, улогите и одговорноста?

Учениците треба да знаат за формите на насилството, но и за ефектите што насилството ги има врз сите присутни: жртвата, насилникот, пасивните сведоци и активните учесници – подржувачи /на едната или другата страна/ и на насилникот.

Тие треба да знаат и за улогите и одговорностите на сите присутни, кои пасивно, или активно учествуваат во сцената на насилството (спротивставување, барање помош, или со поддржување/навивање за насилството), а потоа и да размислат дали некогаш и самите се нашле во некоја од тие улоги.

Учениците треба да знаат дека секоја од овие улоги носи дел од одговорноста за насилството и за неговото спречување/поддршка.

Препораки до наставниците

За некои ученици насилството е дел од нивниот секојдневен живот и темата насилство е премногу чувствителна за нив. Затоа е важно наставникот да покаже емпатија и дискретност при отворање и разговор на темата. Некои од децата можат да се најдат и од спротивната страна, од страната на насилникот.

Наставникот треба да се држи до темата, без некого да именува лично, и да остане фокусиран на алтернативните ненасилни однесувања во градењето позитивни релации со учениците.

Тој/таа треба да ја пренесе пораката за избегнување на училницата како место за исмејување, окривување или засрамување на учениците. Тоа значи и да ги прекине сите приказни на учениците, за тоа кој што лошо направил, охрабрувајќи ги оние што сакаат да пријават насилно однесување, тоа да го направат во четири очи со наставникот/одговорниот.

Наставникот треба да понуди соодветно време и место (безбеден контекст, надвор од училницата) за разговор со било која страна (жртва, сведок, насилник).

РАБОТИЛНИЦА 2:

Родово засновано насилство и влијанието на родовите норми врз здравјето

Родово засновано насилство (РЗН) е поткатегорија на интерперсоналното насилство. Тоа вклучува разни форми на насилство засновани на родот и родовите очекувања и стереотипи. РЗН е било кој акт / дејствие/ кое произведува физичка, психичка или сексуална повреда и страдање кај лицето (маж, жена, трансродово, или геј лице и др.), поради неисполнување на родовите норми и очекувања.

РЗН се потпира на злоупотребата на моќ во меѓуродовата релација. Злоупотребата може да биде во физичка сила, но може да биде и психолошка и емоционална злоупотреба на моќта. На пример, во случај кога за некого се шират гласини, или се убедуваат другите да се свртат против нечиј интерес, или кога се прекршуваат човековите права, или се контролира некој/а со закани и страв, само затоа што не се конформира со родовата улога и очекувањата на средината.

Вежба 1: Препознавање разни видови РЗН

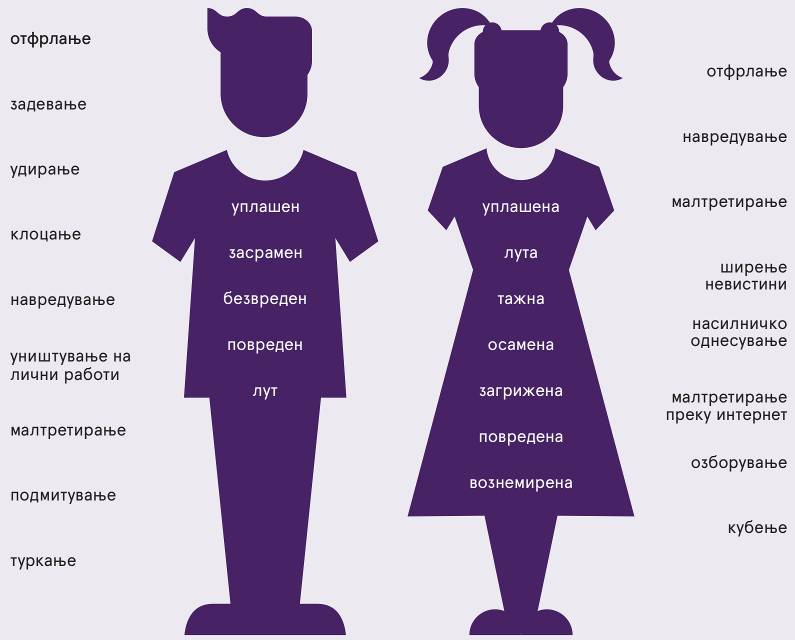
Наставникот дели неколку сценарија на разни видови РЗН, вербално (на прим. довикување вулгарни зборови кон девојка која минува по улица), физичко (туркање, удирање момче кое изгледа, или се движи женствено), психичко (исклучување од тим, од игра, ширење гласини заради изгледот, движењата, облеката или бојата на гласот) и сексуално (допирање по интимни делови, штипење, милување, бакнување, без дозвола).

Потоа наставникот ги повикува учениците самите (во мали групи) да направат свои сценарија, и да разговараат за можните ефекти на тие искуства врз лицето на кое тоа му се случува. Како и да дадат предлози со кои би се спречило таквото однесување и би се решил проблемот.

РЗН е поврзано и со начинот на кој различни општества и култури гледаат и/или ги разбираат родовите улоги. Нивното уредување и норми влијаат врз организацијата на тие заедници, на нивното образование, политики и закони кои со различен степен на чувствителност реагираат на прашањето на правата на жената и мажот, а оттука и на нивната заштита од РЗН. Во секоја заедница, РЗН и мерките за негова

превенција и намалување, се потпираат на влијателните агенси во општеството, како, културата, религијата и традицијата, кои ги обликуваат вредностите и го нормираат однесувањето на своите членови.

Вежба 2: Видови насилни однесувања и емоционални реакции



Наставникот бара од учениците на надворешната страна на двете зададени фигури, да ги запишат видовите напади за кои знаат или им се случиле, додека во внатрешноста да ги набројат сите чувства и емоции кои тие ги предизвикуваат кај двата рода. Истата задача може да се зададе и со фигура на трансородово лице.

Дискусијата се одвива во насока на утврдување на можните разлики меѓу насилствата врз двата рода, како и, каде најчесто се јавуваат, кои форми се забележани во училиштето, дали некои од нив и кои се прифатени како „оправдани", и на што се се должи тоа. Зошто момчињата повеќе страдаат од физичко насилство, наспроти девојчињата врз кои почесто се применува сексуалното и психичкото насилство?

Истражувањата на РЗН зборуваат за сериозни последици на искуствата на насилство по менталното и емоционалното здравје на младите (момчиња и девојки) кои страдаат од депресија, замор, чувство на безвредност и беспомошност и зголемен ризик од зависности од алко-

хол и дрога. Во уште потешка ситуација се трансродовите луѓе[18], или хомосексуалците, бидејќи тие уште помалку се однесуваат во склад со пропишаните родови улоги и очекувања. Доколку насилството продолжува неговите последици се рефлектираат понатаму на општата добросостојба, секојдневното функционирање, на самодовербата, дури и на падот на имунитетот на ЛГБТ лицата (9,13).

Вежба 3: Анализа на меѓуродовите разлики и нивно толкување

На учениците им се даваат листи со податоци од истражувања, локални и меѓународни, за разликите во менталното, емоционалното и социјалното здравје, меѓу момчињата и девојчињата, како и во нивните однесувања поврзани со здравјето (примери во додатокот) . Потоа се избира еден сет од наоди, со големи меѓуродови разлики и се поставуваат прашања пред класот:

- Што мислите на што се должат овие разлики во однесувањата, или состојбите на двата рода?
- На кој начин родовите норми можеле да влијаат врз ова слика?

На учениците потоа им се објаснува за важноста на овие податоци, за нивната компаративна вредност и за следење на состојбите во подолг период на време, како и за нивно користење во политиките на владите за намалување на разликите и подобрување на условите за поправедно општество.

Од фактите може да се види како стриктните и ограничувачки родови норми и очекувања кои од момчињата на пример, бараат издржливост, снага и храброст, а од девојчињата послушност, скромност и чувствителност, како тие можат да бидат во спротивност со нивните потреби, склоности и права. Но и, како слепото следење на пропишаните норми води кон ризични избори, нарушување на здравјето и намалување на можностите за квалитетен живот.

На пример, девојчињата со одличен успех се често испишувани од училиштата во некои рурални средини во Македонија, затоа што им дошло времето за мажење, што е кршење на нивните права на

18 Couch, M., et al., Tranznation: A report on the health and wellbeing of transgendered people in Australia and New Zealand. 2007,
Australian Research Centre in Sex, Health and Society (ARCSHS), La Trobe University: Melbourne.

еднакви можности и развој, со долгорочни последици по нивната добросостојба, но и по здравјето на идните поколенија.

Од разговорите со родителите на овие девојчиња се гледа многу често дека и самите се свесни за неправдата што им се нанесува, но не се осмелуваат да бидат првите што ќе го прекршат правилото. Тоа значи дека многу често е потребна и храброст, покрај сè друго, да се издржи социјалниот притисок и да се напушти старата /традиционална/ родова норма.

Меѓународните конвенции, како ОН Конвенцијата против дискриминација и насилство врз жената, односно, Истамбулската декларација против семејното насилство, неодамна потпишана и од нашата земја, се притисоци на меѓународната заедница и право врз традиционалните општества, да стават крај на родово заснованото насилство. Сепак, нееднаквоститите и слабостите во решавањето на овој проблем и натаму остануваат, па така преваленцијата на родово заснованото насилство сè уште го задржува високиот примат во традиционалните средини. Иако, и таму има разлики помеѓу различните слоеви и групи на население, па така најзагрозени се сиромашните и необразованите. Но, факт е дека родовото насилство опстојува и во најразвиените земји и тоа кај сите социјални слоеви граѓани, вклучително и оние најимотните и/или со највисоко образование. Очигледно дека решението не е исклучиво во образовниот статус и добросостојбата, туку и во некои други вредности, кои недостасуваат како: почитувањето на различностите и на човековите права, односно вештините на позитивна комуникација во градењето инклузивна заедница, еднакво добра за сите.

Вежба 4: Подготовка на презентација од наодите

Учениците прават избор и подготвуваат презентација од наодите што ги добиле, а потоа со нивни заклучоци од дискусиите, ги презентираат пред своите врсници од другите класови, или пред целото училиште.

Тие можат да бидат повикани своите ставови да ги претставаат и креативно, во вид на уметнички творби – песна, постер или приказна /стрип/, преку кои ќе го изразат своето разбирање и став кон меѓуродовите нееднаквости и / или РЗН и неговите последици врз менталниот, емоционалниот и социјалниот живот на учениците.

Од собраните материјали можат да подготват и кампања со пораки со кои ќе ја информираат и пошироката заедница, соседството и пошироко, за своите гледишта и заложби.

Учениците можат активно да се вклучат во намалување на меѓуродовите разлики и во превенцијата на родовото насилство, преку учество во посебни тела од обучени млади и возрасни, за заштита од РЗН во училиштата.

Вежба 5: Осмислување референ училишен центар за родова дискриминација

Од стекнатите сознанија, учениците се повикуваат да направат нацрт за референ училишен центар за родова дискриминација/ насилства во училиштето, со обучен тим млади за поддршка на учениците. На тој начин, тие стануваат учесници во сеопфатно третирање на проблемот, со план и стратегија на училиштето во справување со проблемот.

Резиме за родово заснованото насилство и неговите ефекти врз здравјето

Родово заснованото насилство може да се случи секому, но најчесто страдаат оние кои отворено одбиваат да ги следат пропишаните родови улоги и очекувања.

РЗН може да помине незабележано, дури и да биде прифатено, како оправдана реакција на непослушноста кон нормата, која поседува моќ на контролен механизам, еднаков на закон.

РЗН има силна контролна и корекктивна функција, па затоа тешко се препознава како насилство.

Родовото насилство има негативни последици врз емоционалното и социјалното и менталното здравје на учениците, како и на нивните оспособности за учење и училишниот успех.

Препознавањето на ефектите од насилството врз здравјето и добросостојбата на учениците е првиот чекор кон одлучно спротивставување на овој вид насилства во училиштата.

Сочувството со жртвите и нивните болни искуства е клучно за намалување на игнорирантското, толерантно, или шегобијно однесување кон РЗН.

Првите организирани чекори во спротивставување на РЗН е препознавањето и именувањето на сите негови форми во училиштето, нивната квалификација како штетни и неприфатливи однесувања, што е единствениот адекватен одговор на насилството.

Решението на проблемот со РЗН може да се најде исклучиво во комбинација со добро обмислени и системски поврзани стратегии на превентивно делување и справување.

Во доминантно традиционалните средини, потребни се заеднички напори, штетните родови норми и очекувања да се менуваат со позитивни практики, авторитетни лидерства и модели за следење, кои аргументирано ќе застанат на страната на менувањето на родовите митови, и стереотипи.

Што треба учениците да знаат за природата и ефектите на родово заснованото насилство?

Родово заснованото насилство во многу случаи се игнорира или се релативизира, а неретко се смета и за оправдано („што барала да облече толку тесно или кусо здолниште, што се фрцка толку, зошто минувал-а од таму, сама си го барала и сл.“).

Заради односот на замолчување, игнорантност и неказнивост, РЗН се доживува како двојна траума, прво како преживеано искуство на насилство и второ, заради неговата релативизација, неказнивост и недостиг на поддршка.

Последиците од родовата дискриминација се непосредни и/или далекусежни по животот на жртвата и сведоците на насилството. Тоа се: влошување на општата добросостојба и функционирање, со чувствата на: тага, вознемиреност и чести промени на расположението, како и чувствата на беспомошност, повлекување и емоционална тапост. Што се одразува и на физичкото здравје, пад на имунитетот, слабеење на самодовербата и/или свртување кон ризични однесувања.

Согледувањето на ефектите од РЗН по здравјето и по училишниот успех на учениците, што може да заврши и со напуштање на училиштето, е првиот знак за негово препознавање и одлучно спротивставување во училишната средина.

Решението на РЗН е комплексно и може да се најде исклучиво во комбинација со добро обмислени и системски поврзани стратегии на превенција и справување. Потребни се напори на целата заедница, штетните родови норми да се напуштат и заменат, со поддршката од позитивни лидери и модели, кои храбро и достоинствено ќе им се спротивстават.

Често е потребна голема индивидуална храброст, упорност и континуирана поддршка во менувањето на родовите норми и очекувања, но секој и најмал чекор е добредојден и може да биде од полза. Затоа не треба предолго да се чека на условите за дејствување.

Препораки до наставникот

Наставникот треба да ги потсети учениците за правото на приватност, што значи и да обезбеди примери што не содржат лични имиња, да не

раскажува туѓи искуства во детали, особено не во присуство на учени-
ците, сведоци на насилството.

Наставникот треба да се повика на релевантна истражувачка евиден-
ција (која претходно ја обезбедил и проучил), за да ги аргументира
своите ставови пред учениците, и да биде отворен да го слушне и
нивното мислење за прашањата за кои може да им подели и листи со
статистички податоци.

ТЕМА 2:

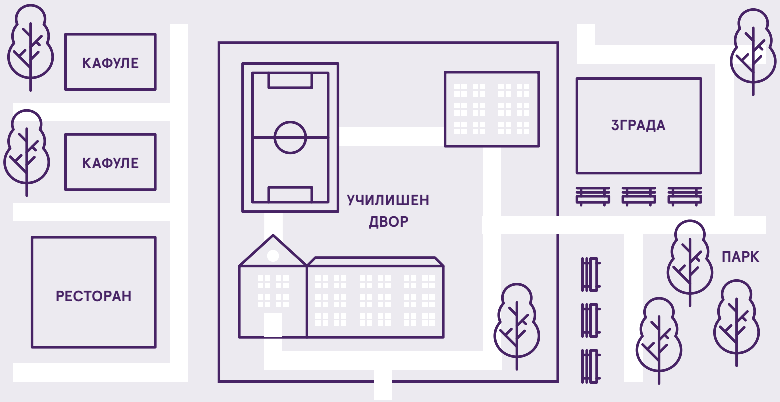
Сеопфатен пристап кон родово засновано насилство во училиштата

РАБОТИЛНИЦА 1:

Родово засновано насилство во училиштата – сеопфатност во справувањето

Одговорност на сите членови на заедницата е унапредување на училиштето во безбедна, пријателска и пријатна средина за учење и развој, за сите нејзини деца. Еден од првите чекори во постигнувањето на таа цел е евидентирање на можните точки на ризик од РЗН во училиштето, што самите ученици релативно лесно (и анонимно) можат да го истражат меѓу себе. Информациите за тоа каде и кога РЗН најчесто се случува во училиштето, како тоа влијае врз учениците и каде и како може да им се даде поддршка на погодените, можат многу да помогнат во намалување на ризиците и подобрување на условите.

Вежба 1: Мапирање на училиштето



Од учениците се бара да направат мапа на своето училиште, со сите патишта кои водат до и од него, од нивните домови. Дискусијата треба да се насочи околу безбедните и пријатни места, во и околу училиштето, кои можат да се маркираат со одредена боја и знак (за видот на пријатноста), наспроти оние каде што децата доживуваат непријатности и напади, маркирани со друга боја и знак (за видот на насилствата). Овие анализи можат да помогнат во откривање на обрасците на насилното однесување, со идентификување на критичните места во училиштето.

Дискусијата оди во насока на градење безбедно и фер училиште, што може да почне со атмосферата во класот и донесување позитивни правила на однесување во училница. Потоа се разговара и за дополнителните механизми за оддржливост на позитивната атмосфера, каде што секој се чувствува прифатен и почитуван, меѓу своите соученици.

Работата на истражувањето на критичните точки за РЗН во училиштето, како и градењето правила за безбедна и позитивна атмосфера во класот, треба да биде инклузивна за сите ученици во класот да можат да учествуваат во неа. Но, и доволно чувствителна, да води сметка за најранливите ЛГБТ и други млади.

Вежба 2: Правила за подобрување на сигурноста и атмосферата во класот

Учениците работат (во мали групи) на донесување правила за подобрување на сигурноста и атмосферата во класот / и училиштето.

Во разговорот учениците треба да се потсетат дека секој, независно од својот род, изглед, однесување и сл., а особено оние што НЕ се конформираат со родовите норми и очекувања, треба да имаат еднаков третман и да се чувствуваат еднакво безбедно, пријатно и вклучено, како и секој друг. Во оваа активност секој треба да биде вклучен, а не пречи групите да бидат и исторoдови.

Работата на правилата може да се подели на повеќе теми и подрачја, на пример: правила за пријатна атмосфера, со градење естетски уредена, природна околина која е прилагодена на возраста, до безбедна средина во училилницата со позитивни правила на однесување и меѓусебна комуникација, односно опфат на целото училиштето, вклучувајќи ја и околината, со сеопфатни правила и процедури за безбедност и заштита.

На пример, процедури за влез во училиштето, за ред во движењето по ходниците (со водење сметка за возраста и за другите посебни потреби на децата), за воведување еколошки стандарди за хигиена, воздух, светлина, простор и исхрана; за оптималното време за паузи, со физички и други активности; за креативно катче за одмор и опуштање; систем на дежурства на наставници и ученици со конкретни задачи и одговорности; за организирани групи ученици што помагаат (на помалите), или патролираат да видат каде е потребна помош и сл.

Резиме – откривање ризични места за РЗН и правила на постапување

Насилството може да се случи на различни места, во училиштето и околу него, како и на патот од дома до училиштето и назад.

Критичните точки и препознавањето на обрасците на РЗН, може да помогнат во развивање стратегии за спречување на насилствата и креирање безбедни места за учениците.

Правилата за спречување на родовата дискриминација се заедничка одговорност на сите членови на училишната заедница, со која треба да се почне во класот, и активно учество на сите ученици.

Правилата мораат да ги земаат предвид најранливите во класот, како девојките, геј или транс младите, кои се под највисок ризик од насилство и дискриминација.

Посебни правила се потребни за местата, во и околу училиштето каде што се регистрирани најчести напади (на прим. редовни патроли, осветлување, камери и сл.)

Што треба учениците да знаат за организацијата и справувањето со РЗН во училиштето:

Правилата мора да бидат донесени транспарентно, и да станат видливи за целото училиште, за што е потребно да се изработи, или да се искористи постоечката хиерархиска структура на известување и постапување во училиштето од: ученици, наставници, наставнички колегиум, родители, родителски совет, директор и училишен совет.

Со правилата и процедурите неопходно е да се донесат и мерки за заштита на правилата од прекршување и непочитување.

Правилата треба да имаат временска рамка за испробување, со можности за корекција таму каде што не ги исполнуваат очекувањата за ефикасност.

Препораки до наставникот

При формулирање на правилата, наставникот треба да води сметка за распределбата на одговорностите и за тоа кој се треба и може да биде надлежен во училиштата, донесените правила да се спроведуваат во пракса.

Наставникот треба да раководи со процесот на тестирање и анализа на правилата во предвидениот период за проверки, каде и во што тие успеале, а каде потфрлиле, и што се причините. Со негова поддршка учениците ги согледуваат точките на проблеми и предлагаат промени за подобрување на правилата.

Во разговорите со учениците, наставникот прв треба да се воздржува од погрдни зборови и етикетирање на ученици кои извршиле насилство, како и да не дозволи кој било од ученици да посочува некого во негативна конотација. Тој/таа треба да направат јасна разлика помеѓу однесувањето кое е дискриминирачко, и затоа неприфатливо, и личноста на ученикот, кој и натаму се третира со почит.

Наставникот треба да ги опомене учениците што користат навредливи зборови како: жена, женче, педер и сл. со цел да омаловажат нечие однесување или појава, и да објасни дека со тоа прават двојна дискриминација, една кон значењето на терминот што го користат во погрдна конотација, а втора кон лицето што се нарекува со тие зборови за да се навреди.

РАБОТИЛНИЦА 2:

Емпатија, чувствителност во класот и извинување

Емпатијата е способност да замислиме и да го почувствуваме она што го мисли и чувствува некој друг/а. Или, како што знаеме да кажеме: „Емпатијата е способност да се влезе во чевлите на другиот и да се види и почувствува светот со неговите /нејзините очи и душа“.

Важно е кога човек може да почувствува, на пример, што преживува некој кога чувствува тага, губиток и траума, или радост и возбуда. Умешноста да се биде емпатичен се стекнува и учи. Тоа е вештина на соживување со другиот, со полно внимание кон она што тој/ таа го кажува, или манифестира со изразот на лицето, тонот на гласот, држењето и покретите на телото.

Емпатијата помага да разбереме многу подобро што се случува кај другиот, дури и кога чувствата не се изразени отворено, кога се вешто сокриени, маскирани или потиснати. Или кога свесно се задржуваат само за себе, како право на приватност. Во тие случаи, емпатијата помага да се „прочита меѓу редовите“ и да се дојде до вистинските емоции и чувства, најмоќните двигатели на нашите реакции, постапки и однесувања.

Вежба 1: Игри на пантомима

Наставникот предлага игри на пантомима, на теми поврзани со РЗН, со погодување на емоционалните реакции по повод случка на насилство. Притоа, другите учениците се обидуваат да ги препознаат и именуваат обрасците на различните емоционални состојби.

За учениците е многу корисно да ја разберат сложеноста и моќта на емоциите и чувствата. Дека тие делуваат и кога се скриени и непрепознатливи, дека можат да бидат видливи и/или потиснати и дека лесно се поврзуваат, пренесуваат и трансформираат едни во други. На пример, лутината и бесот се лесно препознатливи, но и често предизвикани од чувствата на обесправеност или беспомошност; додека љубомората и сомничавоста доаѓаат од сопствената несигурност и ниската самодоверба, а можат да бидат и резултат на стравот од напуштање, кој е често маскиран со чувството на помала вредност.

Сите видови емоции се природни и човечки, но контролата на негативните емоции е неопходна за да се живее достоинствено, безбедно и квалитетно. Неконтролирани, негативните емоции како гневот, бесот и лутината, се повеќекратно деструктивни по животот на луѓето и заедницата.

Вежба 2: Приказни за РЗН со изразување емоции

Наставникот им предлага на учениците (во мали групи) да креираат приказни на тема РЗН, и да ги продискутираат двата вида емоции, скриени и отворени, кои ги чуствува главниот протагонист /жртвата/ во приказната.

(Приказните /сценарија/ можат да бидат поделени и од наставникот.)

На посебен лист се наброени скриени емоции како: тага, лутина, загриженост, страв, срам, храброст, обезвреденост, очај, осаменост, беспомошност, нерасположение, депресија и сл.

Учениците можат да разговараат за главниот јунак, и како тој/таа се обидува да сокрие дел од своите емоции, или како ги маскира, и колку е тоа различно кај момчињата и девојчињата?

Можат ли учениците да ги забележат разликите? Што сметаат тие дека им е допуштено да изразат, како емоција, а што не е, на девојчето, односно на момчето, од нашата култура?

Конечно, секој прави грешки, но грешките можат и да се поправат, доколку се забележат на време и се прифатат. Кога размислуваме со емпатија, грешките можеме да ги забележиме и подоцна, на пример кога со своите реакции или зборови сме предизвикале некој да се почувствува засрамено, или сме го повредиле неговото достоинство. Во такви околности, потребна е храброст да се признае грешката и да се извиниме.

Но, извинувањето не е секогаш лесно и често е потребно учениците да се охрабрат да го направат тој чекор, така што претходно ќе научат како и со што да настапат, кога се извинуваат.

Табела 10: Шест чекори за успешно и лесно извинување

План за учениците, кои препознаваат дека згрешиле, за полесно да се извинат.

Ученикот што згрешил треба:

1. Да раскаже што направил/а или кажал/а за некого/ја, за што мисли дека не е во ред.
2. Да ја опише повредата, нападот, или другите ефекти, што му се нанесени на повреденото лице.
3. Да каже за намерата, што со тоа сакал/а да каже или покаже.
4. Да каже што има намера во иднина да направи по тоа прашање, на пример, има ли идеја како да ја поправи ситуацијата, да ја плати штетата, или да вети дека тоа нема да се повтори, или да понуди нешто за возврат, или нешто друго.
5. Да каже „извини".
6. Да прифати што и да дојде од другата страна, оставајќи и доволно време да размисли кога и дали ќе го прифати извинувањето.

Вежба 3: Извинување

Учениците, на готови сценарија го вежбаат извинувањето, следејќи ги горенаведените чекори, со техниката на играње улоги.

Дискусијата се води околу храброста да се прифати сопствената грешка, и разликите кога има /нема извинување, по натамошниот тек на работите, односно по намалувањето на штетните ефекти од повредата.

Резиме за емпатијата, емоциите и извинувањето

Емпатија е способност да се замисли и почувствува тоа што другиот/ата мисли или чувствува во моментот. Способноста се развива и учи преку практикување на вештините на посматрање, слушање, имагинација, проверки и покажување грижа кон другиот/та.

Вештините на посматрање, слушање и грижа за другиот/та се клучни за препознавање на луѓето што преживеале траума, а сè уште не се подготвени да ја откријат својата болка пред другите.

Тие се важни за развојот на сочуство со другите /ранливите, со што се развива похуман однос, кој ја намалува можноста да делуваме насилно, или да оправдуваме насилство.

Емоциите се видливи од говорот на телото, но има и такви за кои луѓето не зборуваат, ги маскираат, или потиснуваат. И кога се невидливи и нејасни емоциите се моќни резервоари на енергија, што влијаат врз нашите постапки и однесувања.

Препознавањето, именувањето, контролата и пренасочувањето на негативните емоции може многу да помогне во намалување на нивното деструктивно дејство по животот на човекот и заедницата.

Извинувањето може да ја ублажи болката, и да посведочи дека сме чувствителни и самокритични, кога ја забележуваме и признаваме повредата што сме ја предизвикале со сопственото невнимание.

Што треба учениците да знаат за емпатијата, емоциите и извинувањето?

Емпатијата е способност да замислиме и почувствуваме како некој/а може да се чувствува во дадениот момент. Со вештините на обрнување внимание и активно слушање, како и со покажувањето грижа за другиот/та, секој може да ја подобри способноста за емпатија.

Емпатиските вештини се многу значајни, зашто жртвите на РЗН се почесто склони да го премолчат тоа што им се случило или им се случува, отколку да го споделат. Емпатијата може да помогне побргу да ја откриеме нивната траума и страдање, подобро да ги разбереме и да им помогнеме.

Учениците треба да ги знаат природата и влијанието на скриените, маскирани, и/или потиснати емоции. Некои од тие емоции лесно се препознаваат или „издаваат" преку невербалниот говор на телото, но, голем дел од нив се длабоко потиснати, останувајќи да влијаат и да управуваат со нашите избори и одлуки.

Доколку знаеме да се поистоветиме со жртвите на РЗН и умееме да сочуствуваме со нивните тешки искуства, помала е опасноста дека ќе се најдеме на страната на насилникот, или на поддршката на насилничкото однесување.

Секој прави грешки, но има и простор за извинување. Потребно е да се увиди и прифати грешката и да знаеме како да се извиниме.

Препораки до наставникот

Важно е наставникот да биде свесен дека заради општоприфатените родови норми, некогаш е многу тешко да се препознае и прифати РЗН (примери со реакциите на кампањата „Сега кажувам" во Македонија, или „И јас исто" во Америка), дури и од припаднички од истиот род.

Наставникот треба да го знае механизмот на РЗН, за полесно да го препознае, особено кога тоа се негира, или релативизира:

Кога насилството се релативизира, и одговорноста се избегнува, со секој притисок за признание, таа (одговорноста) се префрла на жртвата. Идејата е вниманието да се сврти кон неа, нејзиното однесување,

изглед и држење, кои се проблематизираат за да се предизвика срам, нелагодност и вина, за потоа уште полесно таму, кај неа, да се најдат причините и поводот за насилството. Во околности без надвореш-на поддршка, на жртвата не и останува друго, освен да се повлече и замолчи, во самозаштита и спас од натамошни повреди. Со тоа се затвора кругот на насилството, со неразрешената траума, до следниот настан, каде што сега со намалена самодоверба жената (во овој слу-чај) станува уште полесен плен на насилникот. Истиот овој механизам може да се примени на сите видови родово засновано насилство.

Наставникот може да игра значајна улога во навремено стопирање на РЗН, секогаш кога ќе дознае или е сведок на насилството. Тој/таа не смее да го релативизира или да замижува пред родовото насилство, затоа што тоа за учениците би значело тројна виктимизација: неги-рање на проблемот, нечувствителност кон повредата, и скратување на поддршката. За сите што еднаш го преживеале тоа и ја имале смелоста да пријават и да се борат со било која форма на РЗН, скратувањето на поддршката значи многукратна и долготрајна повреда, некогаш и поголема од самиот насилнички акт.

ПОГЛАВЈЕ:

2.3

Комуникациски вештини за позитивни и респектабилни релации

Родово позитивните релации се дел од стратегијата за превенција на родово заснованото насилство. Со вештините на позитивна и достоинствена меѓуродова комуникација учениците се стекнуваат со голема предност во разбирањето и прифаќањето на различностите.

ТЕМА 1:

Вештини на позитивна комуникација во превеницијa и справување со родово засновано насилство

РАБОТИЛНИЦА 1:

Што прават добрите пријатели?

За младите пријателството е многу важно затоа што дава чувство на припадност и прифатеност, и е потврда дека се забележани, значајни и дека нешто вредат. Но, градењето пријателство не е секогаш лесно, особено кога постои стравот од напуштање и/или осаменост. Потребата да ги задоволиме другите и кога тоа не ни се допаѓа, само затоа што се плашиме да не го загубиме пријателството, ги изложува учениците на ризици од манипулација и насилство. Младите се несигурни и често загрижени дали некој ги сака.

Затоа е важно учениците да знаат да распознаваат што е тоа што го ценат кај своите пријатели, и што е она што не го сакаат кај нив. И да бидат внимателни да не ги прифаќаат и да не им повладуваат, по секој цена. Учењето да се прави разлика помеѓу релациите засновани на меѓусебна почит и маинпулативните и насилните релации, е првата лекција што треба да ја научат учениците.

Вежба 1: Прифатливи и неприфатливи особини кај пријателите

Од учениците се бара да ги набројат особините на пријателите со кои се дружат и да ги запишат во две колони: оние што им се допаѓаат, и што не им се допаѓаат, без да спомнуваат имиња. Наставникот потоа може да им ја додаде и листата на 45 изрази на љубезност (во додатокот), и да ги вклучи во изборот на оние за кои тие сметаат дека најдобро би помогнале ученикот да се чувствува прифатено и пријатно меѓу врсниците.

Вежба 2: **Подваријанта на вежба 1**

Добро е кога твојот/твојата пријател/ка	Не е добро кога твојот/твојата пријател/ка
Е доверлив/а	Те озборува
Те развеселува	Е нечесен/на
Ти помага околу домашното	Ти наредува
Излегува со тебе	Е љубоморен/на
Ги дели работите со тебе	Нема време за тебе
Те вика да се дружите	Те исмејува

Релации на почитување помеѓу девојчињата и момчињата

Меѓуродовите врски имаат посебен квалитет, зависно од возраста и контекстот во кој се одвиваат (семејството, училиштето, работното место).

Наставникот може да побара од учениците да му наведат некои од квалитетите што веќе ги дискутирале, но сега меѓу момчињата и девојчињата (жените /мажите) - врсници, брачни партнери, соработници, браќа и сестри.

Вежба 3: Квалитети на блиските и пријателите од доверба

Наставникот бара од учениците да се вратат на листата на пожелни квалитети, што ги очекуваат од пријателите (од претходната активност) и покрај секоја да стават различен знак – за брат/сестра ★ ; за партнер/партнерка ♥ ; и за соработник/колега # , но тоа да го направат само за лицата од спротивниот пол .

Добро е кога е твојот/а пријател/ка: *брат/сестра, партнер/ка, колега/шка:*

- Е доверлив/а ★ ♥ #
- Те развеселува ♥
- Ти помага околу домашното ★
- Излегува со тебе ♥
- Ги дели работите со тебе ★ #
- Те вклучува во активностите #
- Те разбира кога ти е тешко ★ ♥
- Го почитува твоето мислење ♥ #

Учениците се охрабруваат да ја дополнат листата и со други квалитети, и да увидат дека нема особени разлики во посакуваните особини, во позитивните меѓуродови релации.

Резиме за позитивните меѓуродови релации

Квалитетот на една релација се потпира и гради врз отворена, љубезна и респектабилна комуникација со другиот, во било која средина.

Квалитетите што ги очекуваме од пријателите, а обезбедуваат еднаквост и почит, ги препознаваме и во долготрајните и успешни меѓуродови врски, во семејството, училиштето, и на работното место.

РАБОТИЛНИЦА 2:

Како да се каже НЕ – јасно, љубезно и со почит

Луѓето имаат потреба од стекнување вештини како да ги соопштат своите потреби и права, во комуникација со другите (родителите, пријателите, претпоставените, непознатите), без притоа да бидат насилни, да се бранат, или да мораат да се повлечат. Тие можат да научат како да обезбедат нивните права да бидат почитувани независно која и колку е моќна нивната позиција, или таа на соговорникот, во моментот.

Со други зборови тоа се вештините да се каже НЕ секогаш кога работите не се добри за човекот, кога се навредливи, или опасни по него.

Табела 11: Стилови на комуникација во чувствителни ситуации

Агресивен – лицето ги изразува своите чувства, ставови и мислења на заканувачки начин, со омаловажување на соговорникот. Тој притиска неговите/нејзините права да бидат уважени и испочитувани, но притоа не го интересираат правата на другиот/та.

Пораката е: Ова е тоа што јас го сакам, не е важно што сакаш ти.

Овој стил ја користи сопствената моќ, да се наметне врз другиот/другата..

Со самодоверба – јасен, љубезен и со почит – лицето отворено ги соопштува своите мислења и ставови, без да го навредува, омаловажува, или негира мислењето и правото на соговорникот. Во овој однос ДА или НЕ на упатеното барање или очекување се кажува со љубезност и почит кон другиот, но без жртвување на сопственото добро, и без вина за направениот избор.

Пораката е: Се почитувам себе си, но те почитувам и тебе.

Потчинет /сумбисивен – лицето пропушта да ги искаже своите чувства, потреби, ставови и преференции, или ги изразува на начин кој е толку индиректен што соговорникот не ги препознава /разбира пораките. Овие луѓе се согласни да направат работи, дури и кога се тие штетни по нив, само за да избегнат да кажат НЕ и често се чувствуваат виновни кога мораат некого да одбијат.

Пораката е : Тоа што го бараш од мене повеќе вреди од тоа кој/а сум јас, и како се чувствувам. Јас тука не сум важен/важна, не мораш да се грижиш со мене.

Откако ги запознава со трите стила на однесување, наставникот/та нуди повеќе сценарија низ кои бара од учениците да ги илустрираат сите три вида одговори.

Откако ќе ги запознае со трите стила на однесување, наставникот може да понуди повеќе сценарија и да побара од учениците да ги илустрираат сите три вида одговори,, а потоа и да ги одиграат, спротивставувајќи им се на агресивното и потчинетото однесување, со поголема самодоверба.

Вежба 1: Сценарија со три стила на реагирање на насилството

Сценарио 1:

Другари се собираат да играат фудбал, едниот прашува: „А, да го викнеме Мирко?" Другите се смеат: „..тој е женче, не игра фудбал." Мирко го слуша коментарот на кој може да одреагира на три начина:

- **Агресивно** – Ти си педер, ако сум јас женче... Јас сум за тебе Роналдо, ебати муцката...
- **Со самодоверба** – Јас сум добар во фудбал и само ќе добиете ако играм. Чувај си го тоа мислење за себе, нека ти служи на чест.
- **Потчинето** – Мирко не вели ништо, се прави како да не го слушнал разговорот.

Сценарио 2:

Три момчиња стојат на крајот од училишен ходник, низ кој поминува ученичка (16 год.) која гледа да биде што понезабележлива, но дофрлувањата со погрдни зборови, за нејзиното тело и изглед, не може да ги одбегне. Таа реагира:

- **Агресивно** – Марш будало една, гони се, види се во огледало.
- **Со самодоверба** – Момци, тоа не е најдобриот начин да се покажете пред една девојка. Знаете вие и подобро.
- **Потчинето** – Девојката забрзано си заминува, и потоа плаче.

„Јас - говор" во изразувањето емоции, во тензични ситуации

Односите со луѓето се полни со предизвици и корисно е да знаеме како да ги изразиме своите емоции во напнати ситуации, особено во блиски и/или интимни релации со другите, кога сме загрижени, уплашени, навредени или несигурни што можеме да очекуваме.

На пример, кога сме вознемирени, добро е да им соопштиме на луѓето како се чувствуваме и што не загрижува, но притоа да ја задржиме контролата врз начинот на кој тоа го правиме.

Преку „Јас - говорот“, т.е. обраќањето во прво лице еднина, најлесно искажуваме како туѓите однесувања или постапки прават да се чувствуваме. Воведувањето на „јас-говор“ во конфликтна комуникација овозможува да зборуваме за себе без меѓусебни обвинувања, напади и оправдувања, со што комуникацијата продолжува, со многу подобри изгледи да се реши проблемот. „Јас – говорот“ може да се искористи и за нудење решенија.

Табела 12: Видови на „Јас-говор“

Примери на „јас говор“

- Кога ме исмејуваш што сум дебела, тоа ме прави да се чувствувам неубаво и тажно.
- Кога се организирате да одите некаде без да ми јавите каде ќе бидете, се чувствувам исклучен/а и отфрлен/а.
- Кога ми упаѓаш сред збор, се чувствувам како моето мислење да не е важно или дека не те интересира што мислам.

Примери на „јас-говор“ со понудено решение:

- Кога ме исмејуваш што сум дебела, тоа ме прави да се чувствувам неубаво и тажно и те молам не го прави тоа повеќе пред моите пријатели.
- Кога се организирате да заминете, без да ми јавите каде ќе бидете, се чувствувам исклучен/а, и неважен/а. Во иднина, кажи ми дека не сте ме планирале или дека имате други планови, наместо самата да дознавам, нема да се лутам.
- Кога ми упаѓаш во збор, се чувствувам како моето мислење да не е важно, и да не те интересира што мислам. Прво ислушај што имам да ти кажам, потоа кажи го своето мислење.

Вежба 2: „јас говорот" на примери од искуството и литературата

Наставникот го презентира (пред учениците) образецот на „јас-говор" /во продолжение/ и ги повикува да вежбаат на веќе познатите сценарија. Наставникот /учениците можат да земат и примери од литературата со протагонисти кои се чувствуваат тажни, депресивни, несреќни и да се обидат со „јас-говорот' да го изразат своето чувство во дијалог со другите ликови.

Табела 13: Образец за „јас-говор" со понудено решение:

- Се чувствувам ______________ (кажи како се чувствуваш).
- Заради ______________ (наведи го однесувањето или настанот)
- Затоа ______________ (наведи го очекувањето, или барањето за промена)

Се чувствувам лошо кога ги позајмуваш моите работи без прашање, и кога не се таму кога ми требаат, затоа те молам прашај прво пред да земеш било што.

Резиме за вештини на справување во конфликтна ситуација

Јасното, љубезно и со почит кон другиот однесување, ни помага да ги заштитиме своите права, без да бидат прекршени, или доведени во прашање, правата на другиот.

Умешноста да се каже НЕ, секогаш кога работите не се добри, или се штетни за човекот, со почит кон туѓото мислење и став, ги зајакнува младите и овозможува нивно успешно справување со насилничкото и конфликтно однесување.

„Јас-говорот" е начин на изразување на сопствените емоции во сложени и тензични релации, со самодоверба, што вклучува добра грижа за себе, без обвинувања и префрлање на одговорноста врз другиот/та.

Што треба учениците да знаат за стиловите на комуникација во конфликтни ситуации?

Учениците треба да бидат внимателни да не го прифаќаат она што не им се допаѓа кај нивните врсници и пријатели и да не им повладуваат по секој цена. Тие треба да научат да прават разлика помеѓу релациите засновани на меѓусебна почит и манипулативните и насилните релации, без да се плашат дека ќе го загубат пријателството, ако се спротивстават и кажат НЕ.

Квалитетите што ги очекуваме од другите во меѓуродовите релации се многу слични на оние што ги очекуваме од пријателите. Многу од квалитетите што обезбедуваат еднаквост и почит се препознаваат како најпожелни и во блиските меѓуродови релации.

За да научат безбедно да кажат НЕ на притисоците, очекувањата и повредите од другите, учениците треба да се запознаат со трите стила на реагирање (агресивно, асертивно и потчинето) и да направат правилен избор во заштита на своите права на сопствено мислење и став.

Однесувањето со самодоверба (јасно, отворено и со почит кон другиот) овозможува легитимно изразување на сопствените чувства, потреби, права и размислувања, без закани и нарушување на правото на соговорникот да го изрази своето мислење и став.

Учениците треба да научат да применуваат „јас-говор" во конфликтни и чувствителни ситуации, достоинствено и со контрола врз своите емоции. „Јас-говорот", или обраќањето во прво лице еднина, ја одржува комунукацијата, без да ја префрли на теренот на меѓусебни обвинувања, напади и оправдувања, со многу поголеми изгледи да доведе до решение на проблемот.

Препораки до наставникот

Наставникот треба да биде добро запознаен со различните начини на комуникација и изразување на емоции, и самиот тој да ги практикува, и надвор од училиштето.

Пожелно е наставникот и лично да ги почувствувал добрите страни на однесувањето со самодоверба и „јас - говорот", и нивниот потенцијал за подобро разбирање меѓу луѓето, особено меѓу родовите, како и во зајакнување на учениците и подигнување на нивната самодоверба во меѓусебната комунукација.

ТЕМА 2:

Сведоци на насилството и вештини на реагирање

РАБОТИЛНИЦА 1:

Ефекти на насилството врз сведоците

Сведок е некој што бил присутен или слушнал за насилството од други.

Зајакнувањето на сведоците да реагираат на насилството, има поголем ефект врз неговото спречување, отколку исклучивиот фокус на насилникот и жртвата, покажуваат истражувањата на малтретирањето во училиштата.

Вежба 1: Учениците во улоги на сведоци

Наставникот ги повикува учениците, во зададени сценарија на родово насилство, да се замислат во улогата на сведоци, како се чувствуваат и што мислат во тој момент.

Примери на чувства и размислувања:

Се плашам; дали да се замешам; да повикам ли помош; да не направам полошо; да се правам ли дека не ме интересира; училиштево е небезбедно; како би се справил на негово/нејзино место и сл.

Можни прашања за дискусија:

Дали нешто би се сменило доколку жртвата, или насилникот би биле друг род,
или друга возраст, или поголеми/помали, или поснажни / послаби?

Би биле ли реакциите и постапките на сведокот поинакви во зададеното сценарио?

Градење стратегии на поддршка

Важно е да се знае дека сведокот може да влијае врз стопирање на насилството и намалување на неговите последици, но и дека може со своето однесување да придонесе кон негово прифаќање, или поттикнување, доколку стане дел од поддржувачката и навивачка публика или се приклучи кон насилничката група.

Вежба 2: Што може да направи сведокот на насилството?

На готово сценарио на РЗН, од учениците се бара да набројат реакции и однесувања на замислен сведок на насилството. Потоа, од набroените реакции, да ги издвојат негативните (што се препознаваат како негативно користење на моќта на сведокот (смеење, навивање и сл.), и позитивните (обидите да се преземе нешто насилството да се прекине). Потоа да побараат негативните да се исклучат/прецртаат, за да останат само позитивните, како на пример:

- Побарај од насилникот да запре
- Продолжи по патот, но набргу потоа алармирај одговорно лице
- Побарај ја жртвата за да прашаш како е
- Јави се на дежурниот наставник, или на училишното обезбедување
- Сподели со пријател/и
- Друго

На учениците им се објаснува дека на сведокот на насилството не му е лесно и едноставно да преземе акција затоа што постојат и реални ризици. Позитивните и ефикасни стратегии се секогаш поврзани со личната безбедност. Според можностите за помагање тие се делат на непосредни, за време на насилството, и одложени, некое време потоа.

Вежба 3: Практикување на добрата проценка за вклучување

На учениците (во парови) им се даваат готови сценарија во кои тие избираат што е подобро, дали да реагираат веднаш или одложено (бргу потоа) имајќи предвид две работи - моќта на насилникот и сопствената безбедност. /сценарија во додатокот.

Учениците треба да ја продискутираат позицијата и улогата на сведокот, во конкретните сценарија и да станат свесни дека самите треба да проценат што е најдобро да се направи и кој е најбезбедниот избор за нив и за жртвата. Сведокот што презема акција треба однапред да знае за ризиците, како и да процени што е во која ситуација најдобро да се направи - како веднаш да се реагира, а што да се направи подоцна, за да се намалат ризиците. Преземањето дејствија против насилството бара снага, самодоверба, храброст и поддршка.

Учениците треба да станат свесни и за своите постапки на поддржувачи и охрабрувачи на насилството, кога се смеат или ги поттикнуваат своите другари во малтретирањето, додека се забавуваат.

Резиме за улогата и ризиците на сведоците на насилството

Покрај жртвата, и сведокот на насилството претрпува повреди, а може да развие и силни чувства на страв и загриженост за сопствената и за безбедноста на другите.

Во некои средини, сведокот може да мисли дека насилното однесување е вообичаен начин на однесување, и дека е прифатливо другите да се третираат на тој начин.

Ефектите од присуството на актот на насилството може да биде и чувството на немоќ, а изборот да се остане пасивен да биде израз на стравот дека секој може лесно да стане мета на истото насилство и неговите извршители.

Важно е да се вложува во зајакнување на сведоците да реагираат на насилството на правилен и ефикасен начин.

Зајакнувањето на сведоците, кога и како да реагираат, има поголем ефект врз спречувањето на насилството, отколку исклучивото фокусирање на насилникот, или жртвата.

РАБОТИЛНИЦА 2:

Сакам да помогнам - како, кога и каде?

Дел од стратегиите за помош треба да ја содржат и одлуката за тоа каде да се пријави насилството. Тоа може да биде одговорното лице (ако го има), возрасниот (од доверба) во училиштето, или обезбедувањето (ако е обучено за РЗН). Во некои училишта, постои и посебно тело од ученици (вид институционална врсничка поддршка) и наставници, кај кои може да се пријави насилството. Најдобро е доколу училиштето има реферален центар за пријавување насилства во училиштето. Сите овие тела и пунктови за поддршка, со развиени протоколи на постапување, треба да бидат дел од училишните стратегии за помош на жртвата/сведоците на насилството. Тогаш и сведокот на насилството, како и целата заедница се позаштитени.

Вештините на ефикасно и навремено реагирање се врзани не само за потребата од помагање, туку и за проценка на условите (што, како и каде) во пружањето помош.

Вежба 1: Проценка на моментот/времето/и формите на интервенција

Од учениците се бара да работат на неколку сценарија, на своите одлуки и проценки по следните прашања:

- **безбедноста на жртвата /себе си** – Во случај ученикот -сведок на насилството, да треба нешто итно да направи, како би ја оценил сопствената, односно безбедноста на погодените, и што би направил/а?
- **врсничката поддршка** - Што можат самите ученици да направат, без вклучување на возрасните во справување со насилството?
- **пријавување на насилството** – Кога и зошто се носи одлука за вклучување и на други, со совети и постапки, односно, кога станува неопходно учениците да се обратат за помош на другите?

Исто така, што од сето тоа би можело да се направи веднаш, а што би требало и можело да се направи одложено и зошто?

Во дискусијата се нагласува дека приоритетот на поддршката е личната безбедност и безбедноста на жртвата, но и дека кога ситуацијата е многу критична и тогаш има повеќе опции за барање помош.

Наставникот резимира со учениците за потребата (неопходноста) од грижата за себе и сопствената безбедност, при правењето избори, како

и дека низ практикување на поддршката во наједноставни ситуации, учениците можат да научат добро да проценуваат, кога самите да помагаат, а кога да побараат помош од други, возрасни или врсници.

Вежба 2: Ефектна врсничка поддршка и известување за насилството

На зададени сценарија учениците пишуваат за РЗН, сега со фокус на:

- обраќањето (формулацијата) за подрршка на жртвтата на нападот,
- формулацијата на пријавата за насилството

и во двата случаи користејќи „јас- говор"

Активното слушање како вид поддршка

Еден од основните предизвици на давањето поддршка е слушањето со внимание. Активното слушање обезбедува говорникот да се следи со полно и автентично внимание, не дозволувајќи фокусот да се сврти кон пораките и решенијата што веднаш ги имаме на ум, кога сакаме да помогнеме. Активното слушање подразбира умешно рефлектирање (парафразирање) на тоа што сме го чуле, за говорникот да може да потврди, поправи, или појасни, дали точно сме разбрале. Техниката на рефлектирање му помага на говорникот да ги артикулира своите чувства и мисли и да си ги појасни искуствата. Активното слушање го опфаќа и говорот на телото и степенот на емоционална вклученост, и го рефлектира и тој дел од комунукацијата. Активното слушање НЕ Е согласување со ставовите и мислењето на соговорникот, туку е само потврда дека разбираме за што тој/таа говори, и како се чувствува.

Вежба 3: Активно слушање како алатка на поддршка

Учениците (во парови) играат улоги на лице А - кое се жали, и лице Б – кое активно слуша, за да ја вежбаат техниката на активно слушање. Потоа, ги менуваат улогите и разговараат за искуствата да се биде во едната или другата улога.

Истата техника се користи кога е некој силно вознемирен и бара поддршка, со големи очекувања да биде, слушнат/а и разбран/а.

Резиме за врсничката поддршка – како, кога и каде

Да се дејствува во спречување на насилството бара храброст и знаење, а изборот е секогаш одговорност на оној што сака и може да помогне.

Проценката дали, кога и како да се помогне останува на помагачот, кој во секое време треба да ја има предвид сопствената безбедност и безбедноста на жртвата, но и да знае кога самиот да помага, а кога да побара помош од другите.

Активното слушање е вештина на покажување емпатија и поддршка, и успешно е само доколку покажеме што и колку сме разбрале од она што го кажува и чувствува соговорникот.

Што треба учениците да знаат за улогата на сведоците на РЗН, а што кога сакаат да помогнат?

Покрај жртвата, и сведоците на насилството претрпуваат повреди, а можат да развијат и силни чувства на страв и загриженост, за сопствената и безбедноста на другите.

Учениците треба да станат свесни за својата улога на сведоци, односно дека нивното држење и однесување носи одговорности во спречување, или поттикнување на насилството.

Ученикот - сведок на насилството треба да научи да ја проценува ситуацијата секогаш од аспект на релативната моќ на насилникот и на сопствената и безбедноста на жртвата, за потоа да го избере и најдобриот начин на постапување.

Позитивната реакцијата на сведокот може да биде непосредна, но и одложена, зависно од ситуацијата. И во двата случаи, таа може да биде од помош.

Учениците што сакаат да помогнат треба да научат кога и како поддршката, да ја дадат самите, а кога заштитата да ја побараат од други – возрасни, или врсници, обучени за поддршка.

Давањето поддршка бара вештини на комуникација како активно слушање, слушање со емпатија, покажување грижа и сл., при што говорникот се следи со полно и автентично внимание, не дозволувајќи фокусот да се сврти кон пораките и решенијата што ги сугерира поддржувачот.

Важно е за учениците да го знаат опсегот на ситуации за кои можат и треба да побараат помош, а и како и од кого можат да ја добијат. Тие треба да ги знаат изворите на поддршка меѓу наставниците, стручните служби и врсничките групи, како и за постоењето на посебни тимови / референтни центри за помош.

Учениците треба добро да ги знаат процедурите и стратегиите на помагање и да ги користат со доверба дека ќе наидат на позитивен одзив, на кој можат да се потпрат и од чиј одговор ќе зависи нивното однесување и во иднина, доколку РЗН се повтори.

Препораки до наставникот

Сценаријата на кои работи наставникот треба да бидат релеватни и блиски на младите, со теми од нивниот живот, во училиштето и надвор од него. Тие треба да содржат примери кои се познати и лесно препознатливи, но не и екстремни. Сценаријата е добро да се имаат пред почетокот на часот.

Наставникот треба да се држи до општите идеи и принципи на помагање, наместо да раскажува лични примери и/или да ја менува темата со интересни стории. Наставникот треба да избегнува да ги персонализира постапките и препораките.

Вежбите на активно слушање можат да се поврзат со вежбите за слушање со емпатија или препознавање на скриените емоции.

ТЕМА 3:

Барање помош и вештини на добивање (врсничка) поддршка

Кога и дали да се побара помош?

Учениците минуваат низ многу предизвици во својот развој во перидот на адолесценција. Затоа е важно тие навремено да бидат информирани за своите права на еднаквост, учество и заштита, како и за помошта што им следува кога тие се прекршуваат по која било основа на припадност или различност.

Секој може да се најде во ситуација на криза и болка, кога му е потребна помош. Кога ученикот што претрпел повреда во училиштето, ќе се најде во таква ситуација, првите прашања, се: кому, каде и дали да се обратам за помош?

На учениците им се нагласува дека барањето помош е храброст, не слабост, и дека злоупотребата на моќ врз некого, го оправдува повикувањето на моќ за спречување на злоупотребата. Поддршката од поголема група или од возрасен е некогаш неопходна за да се спречи прекршувањето на правата.

Да се побара помош, како и сè друго бара вештини и искуство, но отвара простор и за рана интервенција, и за запирање на работите да се влошат, и да се повтори насилното и деструктивно однесување, во иднина.

Вежба 1: Проценка на ситуацијата од аспект на загрозениот

Во групи по шест, учениците анализираат исто сценарио, проценувајќи ја ситуацијата од аспект на загрозениот и потребата од помош – колку е сериозна, дали справувањето може да му/и се остави нему/нејзе, или треба да се побара помош, и од кого /врсници, возрасни, родители/? Групите реферираат и ги споредуваат своите размислувања.

Се користат истите сценарија, само сега од аспект на жртвата на насилството.

Каде да се побара помош?

За можните извори на помош од поединци и/или групи, учениците мораат да знаат однапред дека во нив можат да имаат доверба и поддршка во секое време.

Вежба 2: Лица од доверба и лица за помагање

Наставникот бара од учениците да нацртаат две дланки, и на секој прст на десната дланка да наведат имиња на лица во кои имаат доверба, а на секој прст на левата, кому тие би можеле и сакале да помогнат, во невоља. Добро е меѓу имињата да се најдат лица од семејството, училиштето, пријателите, соседството и сл.

Врсничката поддршка - Врсничката поддршка е извонредна можност за континуирано градење силни ненасилни заедници.

Табела 14: Пет чекори на пружање врсничка поддршка

ЧЕКОР 1 – Гледај и слушај со цело внимание додека ученикот зборува
ЧЕКОР 2 – Помисли дали некогаш си бил/а во слична ситуација (ако ДА, не брзај да го раскажеш својот случај)
ЧЕКОР 3 – Замисли како би се чувствувал/а на местото на говорникот
ЧЕКОР 4 – Откриј како се чувствува говорникот така што ќе го/ја прашаш
ЧЕКОР 5 – Кажи или направи нешто за да покажеш дека си со него/неа и дека се грижиш

Надминување на отпорот да се побара помош

Препреките на патот до помошта се најчесто психолошки – срам, страв, непријатност, недоверба, но можат да бидат и технички, или организациски: големи училишта, со настава во неколку смени, лошо пристапни патишта/ ходници; недоволно организирани, нечисти, пренатрупани со мебел училници. Потребна е одлучност и храброст да се побара помош,

но потребно е и развиено чувство за праведност, како и поврзаност, сочувство и чувствителност за проблемите со насилството.

Учениците треба да се потсетат на принципите на однесувањето со самодоверба, и на „јас-говорот“ како ефикасна алатка/ во барањето помош. Помошта може да биде побарана лично, или преку група пријатели /врсници/ кои бараат помош за својот соученик.

Подготовката на ученикот за барање помош е клучниот момент во надминување на отпорот и се потпира на одговорот на пет прашања, што се увежбува со играњето улоги и симулирање на случката.

Табела 15: Пет клучни прашања за ефикасно барање помош

КОЈ – Кој учествува во барањето помош (на пр. два ученика, наставник).

КАДЕ – Во која просторија се случува разговорот за помош? (просторијата мора да биде соодветна, да обезбеди приватност, мир, без присуство на страни лица).

КОГА – кое време е најпогодно за разговор, за деликатен и итен проблем? (по часовите, на големиот одмор, веднаш?)

ШТО – Содржината што треба да се раскаже треба добро да се обмисли. Настанот на насилството мора да биде во фокусот. Да не се оди од тема на тема или да се разговара за други неповрзани прашања.

КАКО – Важно е и како ќе се презентира проблемот – јасно, кусо, концизно со неколку поентирања и јасни очекувања од помошта.

Вежба 3: Пишување сценарија за барање помош

Учениците во парови пишуваат сценарија следејќи ги петте чекори за градење стратегија на барање помош, независно дали помошта ја бара погоденото лице или пријателите/соучениците кои бараат помош во негово/нејзино име. Потоа сценаријата се читаат и споделуваат во класот.

Важно е да се разговара и за чувствата што стојат во заднината на барањето помош, како што се: стравот, загриженоста, надежта и сл. и што е се потребно како енергија и снага, барањето помош да се спроведе во пракса. Во текот на вежбата учениците можат да добијат идеи за совети и за охрабрување на учениците кои бараат помош.

Пораки на поддршка

Поддршката значи многу кога е човекот во невоља. Подршката од врсниците, и со малку и едноставни зборови, може да биде огромна кога младите страдаат од нефер и лоши релации.

Вежба 4: Препознавање насилство во партнерска релација

Наставникот ја започнува темата за ученичка во класот која делува повлечено, вознемирено и расеано, затоа што момчето не и дозволува да се дружи со најдобрата другарка, и
и се заканува дека ќе ја напушти, ако не го послуша. Притоа, тврди дека ја сака и дека тоа го прави за нејзино добро. Еднаш дури и ја удрил затоа што го изнервирала. Таа веќе две недели не излегува од дома и со никого не се дружи, плашејќи се да не го налути.
Од учениците се бара да напишат текст со зборови на поддршка и со идеи за можни стратегии на справување, како и совети каде таа би можела да побара помош.

Во случај да се работи за вознемирувачки СМС или инстаграм пораки, за што учениците дознаваат од самата жртва, постапката е иста, но и со барање истите пораки да се испратат и до некој што е најблизок до загрозената ученичка.

После првичните пораки на поддршка, потребно е да се сврти и телефон за да се разговара за настанот и да се следи состојбата.

Резиме за барањето помош и врсничката поддршка

Има ситуации и периоди во животот кога помошта и поддршката се неопходни и кога е важно да се побара помош од другите.

Кога младите избираат да трпат неправда и насилства, тоа само води кон влошување, никогаш кон подобрување на злоупотребите.

Важно е однапред да се знае КАДЕ и од КОГО може да се добие помошта за себе или за другите.

Важно е да се разговара и за чувствата што стојат во заднината на барањето помош, како што се: стравот, загриженоста, надежта...

Барањето помош може да биде тешко, и бара храброст заради стравот од осуда, отфрлање, исмевање, или обвинување и неверување.

Поддршката е најмоќна кога се дава на вистинското место, и во вистинското време

Што треба учениците да знаат за да побараат помош ?

Учениците треба да знаат дека е добро да се побара помош за себе или другите, и дека секое одложување да се побара помошта може да ја влоши состојбата.

Добро е младите да знаат дека можат да им се обратат и на врсниците, тие за нив да побараат помош, доколку самите не можат.

Важно е за учениците да го знаат опсегот на ситуации за кои можат и треба да побараат помош, а и како и од кого можат да ја добијат. Тие треба да ги знаат изворите на поддршка меѓу наставниците, стручните служби и врсничките групи, како и за постоењето на посебни тимови / референтни центри за помош.

Учениците треба добро да ги знаат процедурите и стратегиите на помагање и да ги користат со доверба, како кон сигурен ресурс, на кој можат да се потпрат и од чиј одговор ќе зависи нивното однесување во иднина, доколку РЗН се повтори.

Доколку учениците знаат за местата и видовите помош, тие често и самите можат добро да се справат со ситуацијата.

Однесувањето со самодоверба е најдобриот одговор на насилството, наспроти прифаќањето на улогата на жртва. Тоа е и вистинскиот начин да се побара помош.

Препораки до наставникот

Важно е да се биде човек од поддршка за учениците и тие тоа да го почувствуваат, за да можат да се доверат без страв од негативни последици. Поддршката може да биде силна и со малку зборови /гестови доколку содржи препознавање на емоциите и оставање „отворена врата" за секогаш кога е потребно.

Истото важи и за врсниците, кои се силен извор на поддршка за своите соученици. Притоа, наставникот, со својот пристап и чувствителност е секогаш најдобриот модел за следење.

ДОДАТОЦИ:

Работни материјали за наставниците

3.1. Резултати од истражувања за дискусија со учениците.[19]

Меѓуродови разлики во менталното, емоционалното и социјалното здравје кај 15 -годишни девојчиња и момчиња од Р. Македонија /наоди од HBSC студијата, 2014.

Пример 1: Рани сексуални односи кај 15-годишните млади во Македонија

На прашањето **дали сте имале сексуален однос**
36% од момчињата и 3% од девојчињата на 15 години во Македонија, одговориле потврдно.
Овој резултат со истата меѓуродова разлика, се повторува веќе 12 години, во истата Студија, која се спроведува на секоја четврта година, со различни ученици.

Пример 2: Заштита од несакана бременост и СПБ, кај 15 годишни млади со сексуални искуства во Македонија

На прашањето **дали при последниот сексуален однос, вие, или вашиот партнер /партнерка сте користеле кондом?** 15 -годишните момчиња и девојчиња одговориле на следниот начин:

Меѓу девојчињата 20% од албанската заедница, и 53% од македонската одговориле потврдно, додека меѓу момчињата, 62% од албанските момчиња и 63 % од македонските, исто одговориле потврдно. Истото прашање, поставено за заштитата со кондом **при првиот сексуален однос**, на истите деца, го дава следниот наод.

Меѓу 15-годишните девојчињата, само 5% од албанските, и 31% од македонските, односно 48% од албанските момчиња и 51 % од македонските, одговориле потврдно, дека користеле кондом при првиот сексуален онднос.Во користењето пилули за контрацепција соодносот меѓу девојчињата се менува, на 40% за албанските, наспроти 6% кај македонските.

Прашања за дискусија:

1. Што ви говорат овие меѓуродови разлики?
2. Што мислите на што се должат тие?

19 1 Inchley J., Curry D. at al. edit. Growing up Unequal: Gender and Socioeconomic Differences in Young People's Health and Welbeing - Health Behavior ins School Aged Children (HBSC) Study - International Report from the 2013/2014 Survey; WHO: Health Policy for Children and Adolescent, No 7., 2016

Пример 3: Меѓуродови споредби во сексуалното однесување кај 15-годишните млади од Европа

Европските проседи за кондом и пилули меѓу 15-годишните млади, изведени од одговорите на учениците од 42 земји.

1. За кондом М (67%) и Д (59%)

2. За пилули М (27%) и Д (24%)

Што говорат овие меѓуродови разлики, споредени со разликите меѓу момчињата и девојчињата

Пример 4: Меѓуродови разлики во здравствените однесувања кај децата од Македонија

Социјално здравје на 15-годишни млади во Македонија
Семејство:

- Лесно разговара со таткото за работи што го/ја/ зарижуваат 84%-М; 63%-Д
- Лесно разговара со мајката за работи што го/ја загрижуваат 89%-М; 88%-Д

Врсници:

- Секојдневно дружење со врсниците, пред 8 часот 49%-М; 30%-Д
- Соучениците се љубезни и од помош, тврдат 78%-М; 70%-Д

Ментално здравје на 15 годишни млади во Македонија

- Мултипли здравствени проблеми, почесто од еднаш неделно пријавиле: 27%-М; 53%-Д
- Интензивна физичка активност, барем 60 минути дневно 27%-М; 12%-Д

Ризични однесувања на младите на 15 години од Македонија:

- Алкохол, најмлаку еднаш недело: 19%-М; 9%-Д
- Опивање 2-3 пати: 15%-М, 8%-Д
- Сексуални искуства: 36%-М; 3%-Д
- Повреди, за кои е потребно медицинска нега, најмалку еднаш во последната година кај 15 год. млади: 23%-М; 14%-Д
- Со прекумерна тежина се 23%-М; 13%-Д, но затоа само 5%-М, односно 10%-Д, сметаат дека се дебели.

Пример 5: Млади под ризик (со рани сексуални искуства) на 15 години

Социјално здравје

- Родителска поддршка 77%-М; 61%-Д ;
- Врсничка поддршка 61%-М; 50%-Д
- Дневна електронска комуникација со другарите 58%-М; 44%-Д
- Дружење по часовите 59%-М; 30%-Д

Ментално здравје

- Лекови за смирување нервоза 22%-М; 29%-Д
- Размислување за самоубиство – 8%-М; 30%-Д

Ризични однесувања

- Алкохол неделно - 24%-М; 22%-Д
- Опивање 2/3 пати - 22%-М; 18%-Д
- Учество во тепачка 19%-М; 9%-Д
- Жртва на сексуално вознемирување 18%-М, 5%-Д

3.2. Сценарија за родово засновано насилство, за работа со учениците

1. Сценарија за проценка на ефектите од насилствата, врз жртвата и сведоците

Што помислува девојчето/момчето во улога на жртва, а што како сведок, и како се чувствуваат?

Две другарки на патот за дома, се пресретнати од група момчиња, кои се затрчуваат кон нив и се буткаат во едното од девојчињата, пипкајќи ја по задникот.

Тројца другари се смеат над фотографии на свој соученик, кој е прикажан во женска облека, /фотошоп монтажа/ објавени на ФБ.

Возрасно момче му го попречува патот на ученик и не го пушта да помине по ходникот, удирајќи му ластици, исмевајќи ја неговата фризура.

Во училишниот двор нова ученичка им приоѓа на група девојки и сака да им се придружи, а едната и вели, не е ова друштво за тебе, тргај се.

2. Сценарија за практикување помош и поддршка на жртвите од насилствата

На одмор еден од момчињата вокласот постојано задева едно исто девојче, гледајќи како другарите се смеат, а таа е се понерасположена, и не знае како да се заштити.	Минатата недела група девојки од нашиот клас, почнаа да ширaт гласини и невистини за својата другарка на ФБ, за тоа со кого одела, и што правела. Јас знаев дека тоа не е вистина. Но, таа беше многу вознемирена и неколку дена не одеше на училиште.
Наставникот по физичко, редовно ни влегува во соблекувалните и проверува до каде сме со облекувањето, а кога ги правиме вежбите девојките што се поразвиени ги тера да ги повторат по неколку пати, додека за останатите воопшто не е заинтересиран. Голем број од девојките, заради тоа не доаѓаат на часови, или се ослободени од физичко.	Во нашиот клас дојде нова ученичка, ромка. Едно момче направи алузија на нејзиниот темен тен, и го затвори носот, како да сака да се заштити од смрдеата. Дел од неговите другари и другарки се насмеаја. И во деновите што следеа никој не се дружеше со неа.
На автобуската станица, едно момче и пријде на другарка ми и ја фати за гради, и избега. Таа беше многу засрамена. Двете останавме шокирани.	Другарка ми ми раскажа дека во нивниот клас, еден наставник е премногу пријателски настроен кон девојчињата, седнува на нивна клупа, ги допира по рацете и рамењата, им ја коментира фигурата, и отворено им дава комплименти за нивниот изглед
На влезот во училиште, едно момче имитираше ученик од соседниот клас, одејќи по него, со „женствени‟ покрети, додека другите се смееа на глас.	На вратата од училишниот тоалет има група момчиња, кои чекаат да наиде некој од помалите ученици, за да му ја затворат вратата и да не го пуштат да излезе од WC-то. Децата се преплашени и не го користат тоалетот

45 Изрази на љубезност

Направете честитка	Испратете СМС порака	Подарете насмевка или прегратка
Потупкајте го/ја по рамото	Споделете го со неа/него тоа што го јадете	Поканете го/ја да ви се придружи
Седнете со неа/него	Поразговарајте за ситуацијата	Играјте некоја игра заедно
Сработете ја домашната задача заедно	Отпешачете заедно до дома	Испратете пријателска фотографија
Кажувајте си шеги	Позајмете му/и нешто од своите работи	Поканете го/ја на ваш роденден
Пејте и танцувајте заедно	Ракувајте се	Кажете здраво
Прашајте го/ја како е, или како се чувствува	Споделете некоја шега	Дајте му/и комплимент
Замолете го/ја да ви помогне	Понудете се да му/и помогнете	Извинете се за тоа што му/и се случило, доколку се чувствувате одговорни
Ислушајте го/ја	Постирајте пријателска порака на социјалните медиуми	Сликајте се заедно со неја/него
Помогнете му/и во училишните задачи	Возете заедно велосипеди	Поканете го/ја да се зачленат во вашиот спортски клуб
Кажете му/и дека сте против насилничкото однесување кон нив	Одете со него/неа да побарате помош или да пријавите напад	Седнете до него/неа во автобус
Замолете го/ја да ви помогнат да ја завршите вашата задача	Побарајте совет од него/неа	Минувајте со него/неа дел од слободното време по часовите

Овој материјал е целосно или делумно финансиран од Шведската агенција за меѓународен развој (Sida) и Kvinna till Kvinna. Sida и Kvinna till Kvinna не мора да се согласуваат со изразените мислења. Самиот автор е одговорен за содржината.