



LEEDS
BECKETT
UNIVERSITY

Citation:

Milnes, K and Turner-Moore, T and Zoppi, I and Secchi, F and Denison, J and Gatere, L and Gough, B and Haslam, C and Taneva, T and Zajsek, T (2015) Awareness, Co-operation, Tackling to Stop Sexual Bullying: An empowerment pack for young people and the people working with them (The ACT Pack). Manual. UNSPECIFIED.

Link to Leeds Beckett Repository record:

<https://eprints.leedsbeckett.ac.uk/id/eprint/4304/>

Document Version:

Monograph (Published Version)

Creative Commons: Attribution 4.0

The aim of the Leeds Beckett Repository is to provide open access to our research, as required by funder policies and permitted by publishers and copyright law.

The Leeds Beckett repository holds a wide range of publications, each of which has been checked for copyright and the relevant embargo period has been applied by the Research Services team.

We operate on a standard take-down policy. If you are the author or publisher of an output and you would like it removed from the repository, please [contact us](#) and we will investigate on a case-by-case basis.

Each thesis in the repository has been cleared where necessary by the author for third party copyright. If you would like a thesis to be removed from the repository or believe there is an issue with copyright, please contact us on openaccess@leedsbeckett.ac.uk and we will investigate on a case-by-case basis.

AWARENESS

COOPERATION

TACKLING

to **STOP** sexual **bullying**

Paket za opolnomočenje
mladih in oseb, ki delajo z njimi

Vsebina

Informacije o tem paketu	4
Zahvale	5
POGLAVJE 1: Uvodna predstavitev	6
1.1 Organizacija tega paketa	6
1.2 Kaj je spolno trpinčenje?	7
1.3 Projekt ASBAE (Addressing Sexual Bullying Across Europe - Obravnava spolnega trpinčenja po Evropi)	7
1.4 Zakaj ACT za preprečevanje spolnega trpinčenja?	8
POGLAVJE 2: Paket ACT	9
2.1 Umestitev paketa ACT	9
2.2 Vrednotenje vašega šolskega ali drugega izobraževalnega okolja	10
2.3 Cilji delavnic ACT in paketa ACT	10
2.4 Predvideni rezultati delavnic ACT in paketa ACT	11
2.5 Uporaba pristopa vzajemnega izobraževanja	11
2.6 Izvedba delavnice ACT	12
2.7 Prepoznavanje in pridobivanje moderatorjev	13
2.8 Usposabljanje moderatorjev	13
2.9 Varstvo in zaščita otrok	14
POGLAVJE 3: Prepoznavanje in pridobivanje moderatorjev	15
3.1 Moderatorji: Ključ do uspešne delavnice:	15
3.2 Pridobivanje potencialnih moderatorjev	15
3.3 Prepoznavanje ustreznih moderatorjev	16
POGLAVJE 4: Informacije za odrasle moderatorje	18
4.1 Spolno trpinčenje: Definicija, razširjenost in vpliv	18
4.2 Ključni pojmi	20
4.3 Vloga odraslega moderatorja v delavnici ACT	21
4.4 Izvajanje delavnice ACT	21

POGLAVJE 5: Informacije za mlade moderatorje **22**

5.1	Spolno trpinčenje: Definicija, razširjenost in vpliv	22
5.2	Ključni pojmi	25
5.3	Vzajemno izobraževanje: Vloga mladih v delavnici ACT	27
5.4	Izvajanje delavnice ACT	28

POGLAVJE 6: Program usposabljanja strokovnih skupin (mladi in odrasli moderatorji)

6.1	Pregled programa usposabljanja	29
6.2	Napotki za samostojno usposabljanje	30
6.3	Aktivnosti pri usposabljanju: Prvi dan	32
6.4	Aktivnosti pri usposabljanju: Drugi dan	37
6.5	Aktivnosti pri usposabljanju: Tretji dan	54

POGLAVJE 7: Čas je za ukrepanje z ACT-OM: DEJAVNOSTI V SKLOPU DELAVNICE, KI OBRAVNAVAJO SPOLNO TRPINČENJE **65**

7.1	Pregled vsebin delavnice ACT	65
7.2	Nasveti za izvajanje delavnice	69
7.3	Uvodni pozdrav in predstavitev namena srečanja	69
7.4	Postavitev osnovnih pravil delavnice	69
7.5	Aktivnosti za "prebijanje ledu"	71
7.6	Aktivnosti za 1. temo: Ozaveščenost o spolnem trpinčenju	74
7.7	Aktivnosti za 2. temo: Spol in spolnost	78
7.8	Aktivnosti za 3. temo: Pošiljanje kratkih sporočil s seksualno vsebino	93
7.9	Aktivnosti za 4. temo: Posledice spolnega trpinčenja	99
7.10	Aktivnosti za 5. temo: Reševanje problema spolnega trpinčenja	103
7.11	Zaključek srečanja	117

POGLAVJE 8: Dodatne informacije in viri **118**

8.1	Ekipa projekta ASBAE in stiki za izvajanje usposabljanja moderatorja	118
8.2	Uporabne multimedijske povezave	120
8.3	Viri in nadaljnje branje	121

PRILOGE **122**

Priloga A	Orodje za ovrednotenje vašega šolskega ali izobraževalnega okolja	122
Priloga B	Listi načrtovanja delavnice	136
Priloga C	Obrazec za povratne informacije o delavnici s strani udeležencev	148
Priloga D	Dopolnilne dejavnosti delavnice	151

Z ACT-om ustavimo spolno trpinčenje: Paket za opolnomočenje mladih in oseb, ki delajo z njimi

“Paket ACT” (2015)

...

To gradivo so pripravili:

Kate Milnes (Univerza Leeds Beckett, Združeno kraljestvo)
Tamara Turner-Moore (Univerza Leeds Beckett, Združeno kraljestvo)
Ivano Zoppi (Pepita onlus, Italija)
Francesca Secchi (Pepita onlus, Italija)
Jassy Denison (Leap, Združeno kraljestvo)
Liene Gātere (Center MARTA, Latvija)
Brendan Gough (Univerza Leeds Beckett, Združeno kraljestvo)
Carey Haslam (Leap, Združeno kraljestvo)
Teodora Taneva (Demetra, Bolgarija)
Tom Zajšek (Papilot, Zavod, Ljubljana, Slovenija)

z usmerjanjem in s pomočjo mladih v Italiji, Združenem kraljestvu, Sloveniji, Latviji in Bolgariji.

Grafika in oblikovanje

Pepita onlus

Stališča, izražena v tem viru, so odgovornost avtorjev in ne odražajo nujno tudi stališč avtorjevih organizacij ali Evropske komisije.

Avtorske pravice za to publikacijo so v skupni lasti Univerze Leeds Beckett (Združeno kraljestvo), Pepita onlus (Italija), Papilot (Slovenija), Leap Confronting Conflict (Združeno kraljestvo), Center MARTA (Latvija) in Demetra (Bolgarija). Noben del te publikacije se ne sme razmnoževati ali prenašati v komercialne namene v kakršnikoli obliki ali na kakršen koli način, bodisi elektronsko (CD-ROM, internet in podobno) ali mehansko (vključno s fotokopiranjem, snemanjem ali s pomočjo katerega koli načina ali sistema za skladiščenje informacij) brez pisnega dovoljenja organizacije za koordinacijo Univerze Leeds Beckett.

Razmnoževanje gradiva iz te publikacije je dovoljeno samo za nekomercialne izobraževalne namene ter pod pogojem, da je vir pravilno citiran in naveden.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Zahvale

Besede zahvale, priznanja in spoštovanja bi radi izrazili:

- svetovalnim skupinam za mlade (Young People Advisory Groups - YPAGs) v Italiji, Združenem kraljestvu, Sloveniji, Latviji in Bolgariji, ki so nam podale lokalno relevantne podatke in povratne informacije o vseh fazah projekta;
- udeležencem raziskave, tako mladim kot strokovnjakom na področju izobraževanja in varstva otrok, ki so predstavili svoje razumevanje spolnega trpinčenja in predloge o tem, kako bi ga bilo mogoče preprečiti;
- mladim, ki so sodelovali pri razvoju in pilotnem testiranju paketa ACT;
- mladim in odraslim moderatorjem, ki so izvedli pilotski program opolnomočenja;
- vsem šolam, mladinskim skupinam in drugim organizacijam, ki so pomagale pri raziskavi, ki podpira paket ACT, pri usposabljanju moderatorjev in s pilotskim izvajanjem paketa;
- Jonu Brownu, Nathalie Fontenay, Nicku Frostu, in Penny Wymer za pregled paketa ACT in posredovanje dragocenih povratnih informacij;
- Vicky Crossley za administrativno podporo pri celotnem projektu.

Pred začetkom

Izraz "bullying" se v slovenščino prevaja različno. Nekateri avtorji (Pečjak) uporabljajo termin **medvrstniško nasilje**, nekateri izraz slovenijo kot **nadlegovanje**, spet drugi izraz puščajo kar v angleškem jeziku. Za namene uporabe tega paketa za opolnomočenje bomo uporabljali izraz **trpinčenje**, pri katerem je pomembno poudariti, da gre za trpinčenje med vrstniki.

POGLAVJE 1: Uvodna predstavitev

1.1 Organizacija paketa ACT

Ta paket vključuje:

- Razlaga spolnega trpinčenja, projekta ASBAE in razlogov, zakaj je treba obravnavati spolno trpinčenje (Poglavje 1);
- Pregled paketa ACT, njegovih ciljev, želenih izidov in korakov, potrebnih za zagotavljanje uspeha (Poglavje 2);
- Postopek prepoznavanja in novačenja mladih in odraslih moderatorjev (Poglavje 3);
- Informacije za odrasle moderatorje;
- Informacije za mlade moderatorje (Poglavje 5);
- Program usposabljanja vrstniških skupin - mladi in odrasli moderatorji (Poglavje 6);
- Delavnica ACT o spolnem trpinčenju (Poglavje 7);
- Dodatne informacije in viri (Poglavje 8).

Poglavja 1 - 7 so bila napisana za različno občinstvo in se zato nekatere informacije v poglavjih ponavljajo;

- Poglavja 1 - 3 so za vodje organizacij oziroma vsakega, ki ima namen organizirati in nadzirati celotno posredovanje.
- Poglavje 4 je namenjeno odraslim moderatorjem, ki bodo podpirali mlade moderatorje pri izvedbi delavnice ACT.
- Poglavje 5 je namenjeno mladim moderatorjem.
- Poglavje 6 je namenjeno izvajalcu usposabljanja ali vodilnemu moderatorju, ki vodi program usposabljanja.
- Poglavje 7 je namenjeno mladim in odraslim moderatorjem.

1.2 Kaj je spolno trpinčenje?

Spolno trpinčenje je krovni izraz, ki vključuje spolno nadlegovanje, nadlegovanje zaradi spolne identitete ali izraza osebe, ter transfobično nadlegovanje:

- **Spolno nadlegovanje** lahko razumemo kot neželena spolno obarvano vedenje ali ravnanje (na primer, neželena seksualno pozornost ali spolno prisilo).
- **Nadlegovanje zaradi spolne identitete ali izraza posameznika** lahko razumemo kot ustrahovanje ali nadlegovanje zaradi neke dejanske ali domnevne spolne usmerjenosti posameznika, njegovih izkušenj ali neizkušenosti ali zanimanj (na primer, vrsta in/ali število spolnih partnerjev ali vrsta, obseg in/ali pogostost njegovih spolnih aktivnosti). To vključuje homofobično nadlegovanje (ustrahovanje ali nadlegovanje zaradi dejanske ali domnevne gejevske ali lezbične spolne usmerjenosti posameznika) in druge oblike nadlegovanja, povezane s spolno usmerjenostjo (npr. bifobično nadlegovanje, nadlegovanje, ki se nanaša na aseksualnost).
- **Transfobično nadlegovanje** lahko razumemo kot ustrahovanje ali nadlegovanje zaradi spolne identitete ali izraza posameznika, v primeru, ko se samoopredeljeni spol posameznika (na primer opredelitev kot moški, ženska ali pa nekje vmes oziroma izven teh) razlikuje od njegovega dodeljenega spola in/ali zato, ker njegov videz ali obnašanje nista v skladu z družbenimi normami spolnih vlog.

1.3 Projekt ASBAE (Addressing Sexual Bullying Across Europe - Obravnava spolnega trpinčenja po Evropi)

Projekt ASBAE se odziva neposredno na prioritete programa Evropske komisije Daphne III za opolnomočenje mladih na lokalni ravni. Njegov namen je preko vzajemnega izobraževanja/intervencijskega programa usposobiti mlade, stare od 13-18 let, da prepoznajo in obravnavajo spolno trpinčenje. Vodi ga Univerza Leeds Beckett iz Združenega kraljestva, dvoletni projekt pa je združil strokovnjake iz nevladnih organizacij v Italiji (Pepita onlus), Sloveniji (Papilot), Združenem kraljestvu (Leap Confronting Conflict), Bolgariji (Demetra) in Latviji (Center MARTA).

Prvo leto projekta je bilo namenjeno raziskavi o spolnem trpinčenju s pomočjo mladih in strokovnjakov s področja izobraževanja in varstva otrok. Vključevala je razprave ciljnih skupin z več kot 250 mladimi in 35 strokovnjaki iz petih držav, s pomočjo katerih so raziskovali svojo ozaveščenost in razumevanje spolnega trpinčenja, kot tudi svoje zamisli in dobre prakse pri reševanju in preprečevanju spolnega trpinčenja. Kot rezultat te raziskave se je projekt v drugem letu osredotočil na razvoj delavnice ACT, ki bo izboljšala ozaveščenost mladih glede spolnega trpinčenja in jih opremila z znanjem, da bodo lahko sebe in druge zaščitili pred to obliko trpinčenja.

Mladi so bili v središču tega projekta od vsega začetka. Poleg mladih, ki so sodelovali pri raziskavi in oblikovanju delavnice ACT, so bile v vsaki od petih držav ustanovljene svetovalne skupine za mlade (YPAGs) za delo s projektno skupino med dvoletnim obdobjem. Svetovalne skupine YPAG so pomagale pri načrtovanju, izvajanju, razširjanju in ocenjevanju projekta. Paket ACT je rezultat sodelovanja med projektno skupino ASBAE in mladimi po vsej Evropi.

1.4 Zakaj ACT za preprečevanje spolnega trpinčenja?

Spolno trpinčenje je zelo razširjen pojav, ki ga vse bolj olajšuje uporaba pametnih telefonov in socialnih medijev. Raziskava v prvem letu projekta ASBAE je pokazala, da je 73% mladih, starih od 13–18 let, doživelo spolno trpinčenje več kot enkrat. Ta stopnja razširjenosti je bila podobna v Bolgariji, Italiji, Latviji, Sloveniji in Združenem kraljestvu. Mladi so v raziskavi pokazali, da je spolno trpinčenje tako vseprisotno, da je sprejeto kot “normalen” ali “standardni” del vsakdanjega življenja.

Spolno trpinčenje je pogosto spregledana oblika trpinčenja, ki pa ima daljnosežne posledice. Tisti, ki doživijo spolno trpinčenje, poročajo o vrsti socialnih posledic (npr. socialna izolacija), psiholoških posledic (npr. občutki tesnobe, ponižanja, sramu, zadrege, depresivni občutki), fizičnih posledic (npr. siljenje na bruhanje, težave s spanjem) in učnih posledic (npr. težave pri učenju, odsotnost od pouka, poslabšanje ocen). To lahko pri mladih posledično vodi do povečanega poseganja po alkoholu, cigaretah in prepovedanih drogah, pa tudi do samopoškodb in samomorov.

Ta paket predstavlja prvi korak k reševanju problema spolnega trpinčenja med mladimi. Njegov namen je ozaveščanje o spolnem trpinčenju in opolnomočenje mladih ter tistih, ki delajo z mladimi, da znajo reševati in preprečevati spolno trpinčenje na svojih šolah, mladinskih skupinah in skupnostih. Paket je osnovan na podlagi obširne raziskave med mladimi in s strokovnjaki na področju izobraževanja in varstva otrok; raziskava se je izvedla v okviru projekta ASBAE, ob podpori mladih iz Bolgarije, Latvije, Slovenije, Italije in Velike Britanije.

POGLAVJE 2: PAKET ACT

2.1 Umestitev paketa ACT

Mladi bi se morali v šoli in v drugih mladinskih okoljih počutiti varni in gotovi ter se neobremenjeno učiti in družiti z drugimi brez nevarnosti poškodb ali trpinčenja. Šole in druge mladinske organizacije so dolžne zagotoviti varno okolje za vse mlade ter odpraviti vse oblike diskriminacije, ki se pojavljajo v njihovem okolju. Takšne organizacije lahko naredijo pomemben korak v smeri preprečevanja spolnega trpinčenja z razvijanjem in vzdrževanjem pozitivnega, spoštljivega in spodbudnega ozračja. Paket ACT je zasnovan kot orodje, ki lahko prispeva k vzpostavitvi takšnega ozračja. Cilj paketa ACT je mladim in odraslim zagotoviti orodja za ozaveščanje o spolnem trpinčenju med mladimi in jih usposobiti za reševanje in preprečevanje tega problema. Kot tak je paket namenjen za podporo mladim in odraslim pri njihovih prizadevanjih, da njihova šola ali drugo mladinsko okolje postane bolj varno in enakopravno. Pomembno se je zavedati, da paketa ACT ne smemo imeti le za prvi korak v procesu reševanja spolnega trpinčenja. Če želimo biti uspešni, mora biti paket ACT izvajan v okviru širše, splošnejše strategije preprečevanja in reševanja spolnega trpinčenja v šolah in drugih izobraževalnih okoljih.

Celovita strategija za preprečevanje spolnega trpinčenja zahteva sodelovanje med učitelji in drugimi strokovnjaki, starši, voditelji skupnosti, mentorji in samimi mladimi. Priporočamo, da se paket ACT izvaja skupaj s širšimi pobudami proti nadlegovanju, ki vključujejo oblikovanje:

- politike šole ali organizacije glede spolnega trpinčenja,
- postopkov znotraj šole ali organizacije za evidentiranje in obravnavo primerov spolnega trpinčenja,
- programa za usposabljanje osebja glede spolnega trpinčenja,
- komunikacijskih protokolov s starši ter
- učnega načrta in aktivnosti (na primer povabilo feminističnega govorca ali LGBT organizacij), ki prepoznajo in razpravljajo o ključnih temah povezanih s spolom, spolnostjo in nadlegovanjem.

Čeprav ima vaša šola na primer že splošna pravila glede komuniciranja s starši, je treba previdno razmisliti, kako se bo v zvezi s spolnim trpinčenjem v komunikaciji postopalo s starši. Na primer:

- Katere informacije boste podali staršem o tem: kaj je spolno trpinčenje, katere znake iskati, katere oblike podpore so na voljo za mlade, ki so spolno nadlegovani?
- V kakšni obliki bo potekalo to komuniciranje - v obliki pisem, okrožnic, elektronske pošte, javnih srečanj itd. - in kako pogosto bo?
- Za katere vrste informacij bi želeli, da jih starši delijo z vami?

Kot minimalno zahtevo priporočamo, da pred odločitvijo za paket ACT v svoji organizaciji dobro premislite o tem:

- ali je vaša organizacija združljiva s cilji in zelenimi izidi paketa ACT (glej poglavja 2.3 in 2.4), in če ne, katere ukrepe je treba izvesti, da bo to doseženo;
- ali boste morali dodatno izobraziti osebje, preden začnete s tem programom, in če, katere kompetence so potrebne in na kakšen način jih boste dosegli.

2.2 Vrednotenje šolskega ali drugega izobraževalnega okolja

Spolno trpinčenje se najučinkoviteje prepreči in odpravi z obravnavo šole kot celote; to pomeni z ukrepanjem na institucionalni ravni preko politike šole (npr. politika šole ali organizacije glede spolnega trpinčenja in jasni postopki poročanja), z delom z zaposlenimi (npr. usposabljanje osebja na temo spolnega trpinčenja) in z delom z mladimi (npr. izvedba delavnice ACT iz tega paketa).

Pred izvedbo delavnice ACT priporočamo, da ovrednotite svoje prakse dela z mladimi in prakse vaše šole/ organizacije ter razmislite o načinih, kako bi jih bilo mogoče še izboljšati. Priloga A vsebuje obrazce za ocenjevanje, ki jih lahko uporabite za ta namen, in sicer obrazec za ocenjevanje na šolski ravni (ali v katerem drugem izobraževalnem kontekstu) in obrazec za samoocenjevanje zaposlenih. Morda bi želeli spodbuditi vse člane osebja vaše organizacije, da izpolnijo obrazec za samoocenjevanje, in nato o odgovorih razpravljati kot skupina; tako bi skupaj opredelili, kako bi lahko izboljšali vašo sedanjo institucionalno prakso in prakso zaposlenih. Vse uvedene spremembe (npr. novi postopki poročanja) se lahko mladim predstavijo med delavnico ACT, ko je to primerno (na primer, glejte aktivnosti 'Izkušnja spolnega trpinčenja: Pomoč in podpora' v razdelku 7.10).

Če izvedete ukrepe za preprečevanje in odpravljanje spolnega trpinčenja, kako boste vedeli, ali je kateri od teh ukrepov na ravni institucije, osebja ali dela z mladimi učinkovit? V zvezi s ciljem tega paketa (delo z mladimi) priporočamo, da ovrednotite osveščenost mladih o spolnem trpinčenju, njihova stališča in prepričanja v zvezi s spolnimi vlogami in spolnostjo, njihovo vedenje in izkušnje v zvezi s spolnim trpinčenjem ter njihova predvidevanja o tem, kako bi se najverjetneje odzvali, če bi bili priča spolnemu trpinčenju. S pripravo teh ocen pred izvedbo delavnice, ter znova po izvedbi le-te boste lahko ocenili uspešnost delavnice za mlade ljudi v vaši organizaciji, na primer boljšo ozaveščenost o spolnem trpinčenju, bolj ozaveščeno prepričanje glede spola in spolnosti, manj primerov spolnega trpinčenja ter bolj ozaveščene pristope pri reševanju tega problema. Priloga A vključuje obrazce za vrednotenje, ki bi jih morda želeli uporabiti za ta namen, vključno z obrazcem, ki je primeren za razred (ali drugo izobraževalno skupino), obrazcem za opazovanje ter obrazci, ki jih s svojimi stališči in izkušnjami mladi lahko izpolnijo sami. Poleg tega, da ta vrednotenja izvedete pred in po delavnici, se boste morda želeli tudi pogovoriti z vodstvom vaše šole ali organizacije glede možnosti uporabe teh evalvacijskih obrazcev na letni ravni za spremljanje, kako se stvari spreminjajo skozi čas (in upajmo, da izboljšujejo).

2.3 Cilji delavnice in paketa ACT

Delavnica ACT je bila oblikovana za:

1. Spodbujanje medvrstniške kulture spoštovanja in enakopravnosti v odnosu do spola in spolnosti;
2. Ozaveščanje o spolnem trpinčenju med mladimi;
3. Pomoč mladim pri razvijanju znanja in veščin za preprečevanje in reševanje spolnega trpinčenja.

S širjenjem paketa ACT po šolah in drugih institucijah želimo doseči cilj:

1. Zagotoviti tem organizacijam orodja za doseganje ozaveščenosti in izvajanje iniciativ za preprečevanje trpinčenja;
2. Širjenje dobre prakse v zvezi s preprečevanjem in bojem proti spolnem trpinčenju.

2.4 Predvideni rezultati delavnice ACT in paketa ACT

Po izvedbi delavnice ACT na vaši šoli ali v drugi mladinski organizaciji so za mlade ljudi želeni naslednji specifični in merljivi rezultati:

1. Večje zavedanje o tem, kaj je spolno trpinčenje, in različne vrste vedenja, ki jih obsega.
2. Zmanjšana razširjenost in intenzivnost seksističnih, homofobičnih, bifobičnih in transfobičnih stališč in pričanj.
3. Večje zavedanje med mladimi o tem, kaj ukreniti, če so priča ali če doživijo spolno trpinčenje.
4. Večje število prijav spolnega trpinčenja primernim odraslim osebam;
5. Zmanjšano število primerov spolnega trpinčenja.

Paket vprašalnikov in obrazcev za podajanje povratnih informacij, ki so vsebovani v Prilogi A, lahko skupaj s poročili šole/organizacije o spolnem trpinčenju pomaga pri vrednotenju teh želenih rezultatov.

S širjenjem paketa ACT po šolah in agencijah želimo doseči cilj:

1. Večje število preventivnih programov proti spolnemu trpinčenju v šolah in v izobraževalnih centrih v vseh petih državah (Bolgarija, Italija, Latvija, Slovenija in Združeno kraljestvo);
2. Večja ozaveščenost med osebjem ter sprejemanje teh najboljših programov dobre prakse za preprečevanje in boj proti spolnemu trpinčenju.

2.5 Uporaba pristopa vzajemnega izobraževanja

Po 12. členu Konvencije Združenih narodov o otrokovih pravicah (United Nations Convention on the Rights of the Child, 1989) imajo otroci pravico do svobodnega izražanja v vseh zadevah v zvezi z njimi. Sodelovanje mladih v oblikovanju in izvedbi pristopov k reševanju spolnega trpinčenja je lahko dobrodejno za mlade, za njihove skupnosti in organizacije. Na primer, sodelovanje spodbuja mlade, da pridobijo večine in se tega znajo ubraniti. Paket ACT je bil torej načrtovan kot program vzajemnega izobraževanja, ki ga mladi podajajo drugim mladim (nekoliko mlajšim) - od vrstnika do vrstnika.

Vzajemno izobraževanje ima dve glavni koristi in prednosti pred bolj tradicionalnimi pristopi v izobraževanju. Prvič, pri tradicionalnih pristopih v izobraževanju, pri katerih odrasli strokovni delavec prenese svoje znanje na poslušalce, ki so ponavadi (ali pa se vsaj domneva, da so) manj izkušeni ali predstavljeno temo poznajo slabše kot pedagog, nastane neravnovesje moči med učiteljem in učencem. Za pedagoge se predpostavlja, da so strokovnjaki, in v tem smislu zavzamejo položaj avtoritete, ki je verjetno močnejši od bolj pasivne vloge učenca. V nasprotju s tem se v vzajemnem izobraževanju pripoznava, da imajo tako moderator kot učenci pomembno znanje in izkušnje, ki jih doprinesejo k izobraževalnemu programu. Izobraževanje se torej ne dojema kot enosmerni proces, v katerem pedagog podaja znanje učencem, temveč bolj kot dvosmerni proces, v katerem si moderator in učenci izmenjujejo svoja znanja, da imajo tako moderatorji kot učenci koristi od programa. Tak model izobraževanja torej velja za obliko izobraževanja, ki učencem omogoča, da učinkoviteje igrajo aktivno vlogo pri svojem razvoju. Ta program opolnomočenja bo predajanje znanja od vrstnika do vrstnika mladim omogočil, da igrajo aktivno vlogo pri krepitvi ozaveščenosti o spolnem trpinčenju nad sabo in nad svojimi vrstniki ter pri razvoju strategij za spoprijemanje s spolnim trpinčenjem.

Druga velika prednost vzajemnih izobraževalnih programov je ta, da so zato, ker je moderator bolj podoben učencem in je razmerje med njimi enakopravnejše, učenci morda bolj zaupljivi do moderatorja in se odkrito pogovarjajo z njim o svojih izkušnjah (deloma tudi zato, ker je za moderatorja verjetneje, da ima sam te izkušnje in jih zato razume). Nedavna študija kaže, da se mladi o spolnem trpinčenju lažje pogovarjajo z vrstniki kot s starši, učitelji ali drugimi odraslimi (Phippen 2012). Morda moderatorju pripišejo tudi večjo kredibilnost kot v primeru, če bi bil pedagog zelo drugačen od učencev. Tako se na primer na delavnicah o spolnem trpinčenju mladim morda zdi, da imajo odrasli pedagogi zelo drugačen odnos in izkušnje glede spolnosti in razmerij kot oni, ali pa da imajo tako omejeno znanje o novih tehnologijah, kot so pametni telefoni in internet, da o tem ne morejo nuditi koristnih nasvetov. Izobraževalne dejavnosti v okviru tega paketa naj izvajajo mladi ljudje podobne starosti in iz podobnega okolja kot učenci na delavnicah, za katere je bolj verjetno, da imajo podobne izkušnje. To spodbuja medsebojno razumevanje in zaupanje.

Program opolnomočenja ACT je sestavljen iz dveh faz in za uspeh programa vzajemnega izobraževanja sta obe bistvenega pomena. Prvi del je prepoznavanje in novačenje moderatorjev za delavnico ACT, drugi del je izobraževanje moderatorjev, ki bodo izvajali delavnico, tretji in zadnji del pa je dejanska izvedba delavnice. Čeprav se bo usposabljanje moderatorjev kronološko odvijalo pred izvedbo delavnic, oris same izvedbe nudi koristne informacije glede okoliščin in pomaga razjasniti, kakšna je vloga moderatorjev; zato je logično, da ta del predstavimo najprej.

2.6 Izvedba delavnice

Delavnica ACT je bila zasnovana za mlade med 13 in 18 letom starosti. Zasnovana je tako, da se lahko uporabi ali priredi za širok spekter organizacij, v katerih poteka delo z mladimi, kot na primer:

- šole,
- mladinske organizacije,
- organizacije za usposabljanje,
- dobrodelne organizacije, ki delajo z mladimi,
- oddelki služb Centrov za socialno delo,
- verske skupnosti, ki delajo z mladimi.

Prvotno je bila delavnica mišljena kot dvodnevna delavnica, vendar se jo lahko prilagodi do te mere, da se ustvari reden tedenski program srečanj, ki trajajo približno 45 do 60 minut. Če je izvedena v obliki rednih srečanj v šolah, predlagamo spojitev delavnice z osebno, socialno ali zdravstveno vzgojo.

Čeprav je bila delavnica zasnovana tako, da omogoča določeno stopnjo fleksibilnosti, je namenjena izvajanju v mešanih skupinah po 12 mladih. Minimalno število udeležencev delavnice je 10, maksimalno pa 15; tako se olajša interakcija med udeleženci delavnice, velikost delavnice je obvladljiva za mlade moderatorje, izvedba aktivnosti na delavnici pa je v okviru dodeljenega časa mogoča s kar največ koristi. Priporočljivo je, da se skupine, ki so večje od 15 udeležencev, razdeli v podskupine s po 10 do 15 udeleženci, vsaka skupina pa ima svojega moderatorja. Udeleženci delavnice naj bodo vsi podobne starosti (tj. skupina mladih, ki so vsi stari 13 do 15 let ali pa vsi 16 do 18 let). Delavnica je zasnovana za mlade z splošno razvitimi sposobnostmi, vendar pa se lahko ACT paket ob skrbni presoji uporablja ali prilagodi za mlade z različnimi učnimi potrebami (npr. za mlade s hudo disleksijo, za tiste z motnjami avtističnega spektra ali za tiste s počasnejšim čustvenim in kognitivnim razvojem).

Delavnica ACT vsebuje sedem aktivnosti. Te aktivnosti so bile načrtovane tako, da uresničujejo cilje delavnice in paketa ACT. Med izvajanjem delavnice bo pomembno, da se pri delu z mladimi uporabi primere dobrih praks; na primer ustvari se prijetno in prijateljsko vzdušje, posluša se mlade, kaj imajo za povedati, poskrbi se za to, da lahko vsak od njih prispeva, če želi, ter se spoštuje mnenje in čustva mladih. Razlaga teh načel je moderatorjem razložena med programom usposabljanja, osnovna pravila programa usposabljanja in delavnice ACT, v katerih se odražajo dobre prakse, pa so posebej razložena v razdelkih 6.3 in 7.4.

Vsako delavnico naj izvede "vrstniška skupina", ki sestoji iz dveh mladih moderatorjev (en fant in eno dekle, oba stara od 16 do 15 ali od 19 do 21 let) in enega odraslega moderatorja. Pomembno je, da sta to mlada ženska in mlad moški, zato da lahko mladi moderatorji aktivno opravljajo vlogo pozitivnega zgleda pri vzajemnem delovanju med moškimi in ženskami. Glede na naše izkušnje z vodenjem in ovrednotenjem delavnic ACT za maksimalno učinkovitost priporočamo, da so mladi moderatorji malce starejši od udeležencev delavnice; na primer, če so udeleženci delavnice stari 13 do 15 let, bi morali biti mladi moderatorji stari 16 do 18, če pa so udeleženci delavnice stari 16 do 18, bi mladi moderatorji morali biti stari 19 do 21 let. Mlada moderatorja naj imata vodilno vlogo, odrasli moderator pa naj prevzame podporno vlogo.

2.7 Prepoznavanje in pridobivanje moderatorjev

Pomembnosti te faze kot take ne gre podcenjevati. Bistveno je, da se nameni dovolj časa prepoznavanju in pridobivanju moderatorjev, ki so pripravljeni in primerni za to vlogo. V tretjem poglavju smo podrobno opisali proces prepoznavanja in pridobivanja moderatorjev, kar vam bo olajšalo izbiro moderatorjev, ki so dobro opremljeni in bodo delavnice z veseljem izvajali. Priporočamo, da ta proces prevzame starejši član organizacije, čemur naj se posveti en polni delovni dan (ali se razdeli na dva dneva s krajšim časom).

2.8 Usposabljanje moderatorjev

Kot pri vsakem programu vzajemnega izobraževanja je bistveno, da so moderatorji, ki izvajajo delavnice, usposobljeni in pripravljeni. Program usposabljanja v tem paketu je zasnovan tako, da se ga mora udeležiti celotna vrstniška skupina. Z drugimi besedami, predpostavlja se, da se bodo mladi in odrasli moderatorji usposabljali skupaj.

Močno priporočamo, da za primer, če bi se zgodilo, da se kateri od njih odloči, da ne želi več sodelovati v izvedbi delavnice, za delavnico usposobite več moderatorjev, kot jih boste potrebovali. Bistvenega pomena je pridobiti takšne moderatorje, ki so izobraženi, prijetni, samozavestni in so navdušeni nad izvedbo delavnice ACT (kot je opisano v razdelku 3.1), zato obstaja v usposabljanju več točk, na katerih se potencialne moderatorje spodbuja k tehtnemu razmisleku ali jih to delo in izvedba delavnice veselita. Torej, program usposabljanja v tem paketu je oblikovan za usposabljanje skupine šestih ljudi (dveh vrstniških skupin) naenkrat, čeprav ga je mogoče prilagoditi za manjše ali večje skupine. Če je vaš namen izvajati delavnico za obe starostni skupini (13 do 15 in 16 do 18 let), predlagamo, da usposobite dve vrstniški skupini za vsako starostno skupino ter si zagotovite rezervno ekipo moderatorjev v primeru izostankov, bolezni ali odsotnosti; če pa imate večje skupine (na primer celotne razrede), se lahko vrstniške skupine razdelijo v manjše skupine, ki lahko vodijo delavnice istočasno. Med usposabljanjem in izvedbo delavnice ACT naj preteče dovolj časa, da lahko obravnavate kakršnakoli vprašanja, ki bi se lahko pojavila (na primer potreba po usposabljanju nove ekipe moderatorjev).

Močno priporočamo, da usposabljanje vodi sodelavec, ki sodeluje v projektu ASBAE (za kontaktne informacije za vsakega sodelavca glejte razdelek 8.1). Projektni partnerji, ki so razvili paket ACT, bodo

zagotovo poskrbeli za to, da bo delavnica vodena korektno, občutljivo, temeljito in na koncu koncev učinkovito. V tem primeru je zagotovljeno, da bodo moderatorji, ki bodo vodili delavnice ACT, svoje delo izvajali učinkovito in kar najbolj predano. Projektni partnerji imajo v okviru paketa ACT izkušnje z izvajanjem usposabljanja mladih in odraslih, prav tako z opazovanjem usposobljenih moderatorjev med izvajanjem delavnice ACT, zato lahko zaradi svojih izkušenj najboljše odgovorjajo na vprašanja, ki bi se moderatorjem lahko porajala med programom usposabljanja. Za organizacije, ki bi želele, da usposabljanje vodi partner ASBAE, obstaja vrsta možnosti, vključno s celovitim pristopom, pri katerem bo partner ASBAE določil in pridobil moderatorje za delavnico, vodil program usposabljanja, opazoval in ocenil izvedbo delavnice in podal povratne informacije vaši organizaciji; druga možnost pa so selektivni pristopi, pri katerem partner ASBAE program usposabljanja le vodi. Program usposabljanja za mlade in odrasle moderatorje je bil zasnovan tako, da je lahko samooskrben (vrstniške skupine lahko na primer uporabijo gradivo za to, da se same usposobijo) v primeru, da ima vaša organizacija pretekle izkušnje z izvajanjem programa usposabljanja in programov vzajemnega izobraževanja na to temo, ali pa so v organizaciji predhodno že potekale delavnice ACT in želite usposobiti dodatne ekipe moderatorjev. V tem primeru bi moral eden od odraslih v organizaciji prevzeti vlogo vodilnega moderatorja za usposabljanje.

Program usposabljanja je bil načrtovan za izvedbo v treh dneh, vendar je mogoče doseči, da usposabljanje poteka več dni in krajši čas.

2.9 Varstvo in zaščita otrok

Vsakdo, ki stopi v stik z otroki, je dolžan poskrbeti za to, da so mladi varni in zaščiteni pred trpinčenjem. Med potekom ozaveščanja o spolnem trpinčenju in ob iskanju rešitev in preprečevanja se lahko zgodi, da vam ali drugim odraslim v organizaciji mladi moderatorji, udeleženci delavnice ali drugi mladi razkrijejo svoje izkušnje spolnega trpinčenja ali drugih vrst trpinčenja ali zlorabe. Pomembno je, da imajo celotno osebje in moderatorji delavnice jasna navodila o tem, katere postopke je potrebno v tem primeru ubrati in katere oblike podpore so na voljo mladim, ki so žrtve trpinčenja ali trpinčenja. Še posebej v primerih, kjer poteka program usposabljanja samooskrbno (in ga ne vodi ena od partnerskih organizacij ASBAE), bo vodilni moderator moral poznati pravna sredstva, pravila organizacije in postopke ob odkritju spolnega trpinčenja, saj bo moral te informacije med osmo aktivnostjo programa usposabljanja posredovati ostalim moderatorjem. Vse to bodo morali imeti mladi in odrasli moderatorji v mislih zato, da bodo lahko udeležencem delavnice samozavestno pojasnili, kaj storiti, če kdo izmed njih doživi spolno trpinčenje ali pa je temu priča, ter kakšna podpora jim je na voljo. Te informacije so udeležencem delavnice natančno podane tudi v poglavju delavnice ACT 'Reševanje problema spolnega trpinčenja'.

POGLAVJE 3: 2.7 PREPOZNAVANJE IN PRIDOBIVANJE MODERATORJEV

3.1 Moderatorji: Ključ do uspešne delavnice:

Pri določanju uspešnosti delavnice igrajo ključno vlogo mladi in odrasli moderatorji. Dva različna moderatorja lahko uporabljata enako gradivo za delavnico in dobita povsem različne rezultate, to pa je odvisno od njihovih lastnosti, prepričan in sposobnosti. V tem poglavju so opisana navodila, kako prepoznati tiste, ki bodo po vsej verjetnosti najučinkovitejši moderatorji in zatorej tudi tisti, ki bodo po vse verjetnosti delali z mladimi in prinesli največjo pozitivno spremembo na vaši šoli ali v drugi organizaciji. Bistvenega pomena je, da se prepoznavanju tistih, ki so voljni in primerni za to vlogo, posveti dovolj časa. Za podrobnosti o tem, koga je treba usposablјati, glejte razdelek 2.6.

3.2 Pridobivanje potencialnih moderatorjev

Prvi korak pri prepoznavanju in pridobivanju moderatorjev je, da povabite mlade in odrasle moderatorje na sestanek o programu opolnomočenja ACT.

Ko razmišljate o tem, koga bi poklicali na sestanek, vam predlagamo, da pokličete tiste, za katere:

- mislite, da so zainteresirani in si želijo biti moderatorji (nezainteresirani in nenaklonjeni moderatorji niso učinkoviti moderatorji);
- mislite, da imajo potrebne lastnosti, ki so opredeljene v razdelku 3.3;
- (za mlade moderatorje) veste, da so v preteklosti že sodelovali v delavnici ACT (tako bodo potencialni mladi moderatorji že seznanjeni z vsebino in zgradbo delavnice, še pomembneje pa je, da bodo že razmišljali o temah, povezanih s spolnim trpinčenjem, spolom in spolnostjo, pošiljanjem kratkih sporočil s spolno vsebino, posledicami spolnega trpinčenja in o tem, kako reševati in preprečevati spolno trpinčenje).

Namen sestanka je podati informacije o tem, kaj obsega vloga moderatorja. Predlagamo enourno neformalno srečanje, na katerem se na hitro dotaknete naslednjih tem:

- Kaj je spolno trpinčenje? (glejte razdelek 1.2);
- Zakaj je treba reševati problem spolnega trpinčenja? (glejte tudi razdelek 1.4, čeprav predlagamo, da vključite tudi informacije, ki so značilne za vašo šolo/drugo okolje organizacije);
- Cilji in želeni rezultati delavnice ACT (glejte razdelka 2.3 in 2.4);
- Pomembnost vzajemnega pristopa vrstnik-vrstniku (glejte razdelek 2.5);
- Pregled delavnice ACT (glejte razdelka 2.6 in 2.7);
- Pregled programa usposabljanja za moderatorje (glejte razdelek 6.1);
- Vprašanja.

Morda bo dovolj, če se preprosto posedete, skupaj preberete te razdelke paketa ACT in se pogovorite o vprašanih in skrbeh, ki so se porodile. Cilj sestanka je, da se do konca sestanka tako poučeni udeleženci lahko odločijo, ali želijo biti izbrani za vlogo moderatorja. Udeleženci morajo imeti dovolj časa za razmislek tudi po sestanku, prav tako pa morajo imeti na voljo možnost, da se jim odgovori na vprašanja, ki se jim porodijo po koncu sestanka.

3.3 Prepoznavanje ustreznih moderatorjev

Naslednji korak pri prepoznavanju in pridobivanju moderatorjev je določanje, kateri prostovoljci bodo po vsej verjetnosti učinkoviti moderatorji. Predlagamo kratko srečanje z vsakim od mladih in odraslih prostovoljcev za moderatorje. V nekaterih primerih bi bilo morda primerno imeti skupinsko srečanje, vendar je treba vse možne zaplete zelo pazljivo premisliti že vnaprej. Če imate v vaši organizaciji mlade ali odrasle, ki so že bili na usposabljanju za moderatorje na delavnici ACT, je morda smiselno, da povabite zraven enega od njih, saj bo zaradi svojih izkušenj z vodenjem delavnice ACT najverjetneje lahko postavil udeležencem primerna vprašanja, povezana z določenimi situacijami, ter vam tako pomagal določiti, kateri od prostovoljcev bi bili učinkoviti moderatorji.

Priporočamo, da prostovoljcem postavite vprašanja, podobna naslednjim:

- Kaj menite o tem, da bi vodili delavnico v zvezi s spolnim trpinčenjem?
- Kaj si mislite o enakopravnosti med moškimi in ženskami? Ali mislite, da so moški in ženske enakopravni? Ali menite, da bi morali biti?
- Kaj si mislite o homoseksualnosti in biseksualnosti? Ali menite, da bi morali s heteroseksualnimi, homoseksualnimi in biseksualnimi ljudmi ravnati enako?
- Če bi vam mlada ženska povedala, da je nesrečna, ker ima dekliško ime in z njo ravnajo kot z dekletom, ter da dojema sebe kot fanta, kaj bi si mislili o tem?
- Ali menite, da je prav, če se fantje oblačijo in obnašajo kot dekleta in če se dekleta oblačijo in obnašajo kot fantje?
- Kaj po vašem mnenju vodi k spolnemu trpinčenju? Kako pride do tega?
- Katere lastnosti in okrepitve bi doprinesli k vlogi moderatorja vi?
- Katere lastnosti ali veščine bi morali po vašem mnenju nadalje razvijati, da bi bili učinkovit moderator na delavnici?
- Ali ste morda razmišljali o svojih izkušnjah pri tematiki delavnice in ali bodo te vplivale na vas med delavnico? Na primer, ali bi vam izkušnje, povezane s spolom, spolnostjo ali trpinčenjem, olajšale ali oteževale delo moderatorja na delavnici s takšno tematiko? Kaj bi lahko bili za vas osebno pozitivni in kaj negativni učinki moderiranja v tej delavnici?
- Kako bi se odzvali na nekoga, ki bi izražal stališča, ki bi bila za vas težka ali žaljiva?
- Ali so v skupini, kjer boste najverjetneje moderator, ljudje, ob katerih vam bo neprijetno moderirati, ali pa vas njihova navzočnost v skupini skrbi?

Cilj teh vprašanj je določiti, ali ima prostovoljec potrebne lastnosti, ki jih potrebuje za učinkovitega moderatorja. Te lastnosti obsegajo:

- Zmožnost dobrega sodelovanja z mladimi/drugimi mladimi ljudmi;
- Zmožnost pridobivanja spoštovanja drugih ljudi (na primer, če je razgledan, samozavesten, sočuten in zaupanja vreden);
- Drža in prepričanja, ki se ujemajo s cilji paketa ACT (na primer neseksistična, nehomofobna, netransfobična drža ter takšna prepričanja, zaradi katerih se žrtev zlorabe ne šikanira);
- Zavedanje, da seksistične, homofobične, bifobične in transfobične šale niso primerne;
- Zmožnost pogovora o tematikah, vezanih na spol, spolnost in trpinčenje brez očitne nerodnosti in sramu;

- Zavedanje lastnih misli, čustev, vrednot, izkušenj in vprašanj povezanih s spolom, spolnostjo in trpinčenjem ter možnega vpliva le-teh na njega samega ali na druge med delavnico;
- Spoštovanje do drugih in priznanje, da ima vsaka oseba pravico do lastnega stališča, da se jo posluša in da se sama odloča:
- Zmožnost osredotočiti se na vedenje in ne na osebo ter podajati pripombe in ne obsojati;
- Prepričanje, da ima vsaka oseba pozitivne lastnosti in je sposobna osebno zrasti in se spremeniti:
- Odprtost za mnenja, ki se razlikujejo od lastnih;
- Zavedanje lastnih omejitev in meja.

Lahko se zgodi, da bo mlada oseba med tem srečanjem razkrila, da je sama doživela katero od oblik spolnega trpinčenja. V tem primeru je pomembno pretehtati vprašanja, ki se porajajo v zvezi z odzivom na to, kakor tudi vprašanje, kako bi to lahko vplivalo na ustreznost prostovoljca za moderatorja. Priporočamo, da se z njim pogovorite o tem, ali bo to nanj kot na moderatorja delavnice in na udeležence delavnice vplivalo pozitivno ali negativno.

Predlagamo, da si vzamete nekaj dni za razmislek o primernosti vsakega od prostovoljcev; če so v izbiro vpleteni tudi drugi, pa se o tem pogovorite tudi z njimi. Če ima prostovoljec že dobro razvite zgoraj opisane lastnosti (to velja posebej za mlade), ali če so te lastnosti nakazane, ob tem pa je med programom usposabljanja prisotna očitna sposobnost in volja za nadaljnje razvijanje teh lastnosti, priporočamo, da prostovoljca vzamete v obzir za opravljanje vloge moderatorja. Prostovoljci, ki jim manjka katera od lastnosti oziroma ne kažejo znakov katere od potrebnih lastnosti ali pa kažejo znake lastnosti, ki so nasprotno od zgoraj opisanih, niso primerni za vlogo moderatorja. Medtem ko ni nujno potrebno, da so mladi ali odrasli moderatorji 'idealni', pa je nujno, da imajo izbrani prostovoljci držo, prepričanja in lastnosti, ki se ujemajo s tistimi, ki jih paket ACT poskuša vzbuditi v mladih, da lahko ti postanejo pozitiven vzor drugim mladim ljudem.

Priporočamo tudi, da v primeru pomislekov v zvezi z določenim prostovoljcem, ki bi postal moderator, o tem razmislite in se o načinu, kako bi se spoprijeli s problemi, pogovorite z ostalimi, ki sodelujejo pri izbiranju prostovoljcev. Na primer, če je imel eden od prostovoljcev v preteklosti izkušnjo s spolnim trpinčenjem, boste morda želeli razmisliti o njegovi primernosti ter o vplivu, ki ga bo imelo moderatorstvo nanj in na druge, kakor tudi o tem, ali potrebuje dodatno podporo izven usposabljanja in kdo mu jo bo nudil (na primer vi ali odrasli moderator), ter ali bo odrasli moderator sposoben paziti nanj in opaziti znake, da mlada oseba med delavnico morda doživlja nelagodje. Pomembno je usklajevati neodvisnost in željo po prostovoljstvu mladih z njihovimi potrebami po varnosti; če obstajajo večji pomisleki, prostovoljec ne sme priti v poštev za vlogo moderatorja.

Če bo potekal program usposabljanja samooskrbno (in ga ne bo vodila ena od partnerskih organizacij ASBAE), bo moral biti eden od odraslih moderatorjev vodilni moderator¹ na usposabljanju. Vodilni moderator bo moral organizirati, se pripraviti na in voditi usposabljanje (ter tudi sodelovati na njem). Vse informacije in gradiva, ki jih bodo potrebovali za to, so vključeni v ta paket. Potem ko so določeni odrasli moderatorji, se morate odločiti, kateri od njih bodo vodilni moderatorji, zato da se lahko začnejo dogovarjati in pripravljati na izvedbo programa usposabljanja.

¹ Če bo program usposabljanja izvajala ena izmed partnerskih organizacij ASBAE, bo vlogo vodilnega moderatorja prevzel član te organizacije.

POGLAVJE 4: INFORMACIJE ZA ODRASLE MODERATORJE

4.1 Spolno trpinčenje: Definicija, razširjenost in vpliv

Spolno trpinčenje je krovni izraz, ki vključuje spolno nadlegovanje in ustrahovanje zaradi spolne identitete ali izraza osebe, ter transfobično nadlegovanje:

- **Spolno nadlegovanje** lahko razumemo kot neželjeno spolno obarvano vedenje ali ravnanje (na primer neželjeno seksualno pozornost ali spolno prisilo).
- **Nadlegovanje zaradi spolne identitete ali izraza posameznika** lahko razumemo kot ustrahovanje ali nadlegovanje zaradi neke dejanske ali domnevne spolne usmerjenosti posameznika, njegovih izkušenj ali neizkušenosti ali zanimanj (na primer vrsta in/ali število spolnih partnerjev ali vrsta, obseg in/ali pogostost njegovih spolnih aktivnosti). To vključuje homofobično nadlegovanje (ustrahovanje ali nadlegovanje zaradi dejanske ali domnevne gejevske ali lezbične spolne usmerjenosti posameznika) in drugih oblik nadlegovanja, povezanih s spolno usmerjenostjo (npr. bifobično nadlegovanje, nadlegovanje, ki se nanaša na aseksualnost).
- **Transfobično nadlegovanje** lahko razumemo kot ustrahovanje ali nadlegovanje zaradi spolne identitete ali izraza posameznika v primeru, ko se samoopredeljeni spol posameznika (na primer opredelitev kot moški, ženska ali pa nekje vmes oziroma izven teh) razlikuje od njegovega dodeljenega spola in/ali zato, ker njegov videz ali obnašanje nista v skladu z družbenimi normami spolnih vlog.

Leta 2013 je ekipa ASBAE izvedla raziskavo o spolnem trpinčenju med 253 mladimi, starimi od 13 do 18 let, v petih državah (Bolgariji, Italiji, Latviji, Sloveniji in Združenem kraljestvu; za podroben povzetek ugotovitev glej Milnes and colleagues, 2015). S pomočjo anonimnega vprašalnika smo ugotovili, da je 73 odstotkov vseh mladih v raziskavi doživelo spolno trpinčenje več kot enkrat in ta stopnja razširjenosti je bila podobna v vseh petih državah. V sklopu več kot 40 fokusnih skupin so se mladi pogovarjali o tem, da je spolno trpinčenje tako pogosto, da so ga dojemali kot "normalen" ali "standardni" del vsakdanjega življenja.

Raziskava je pokazala, da obstaja veliko oblik spolnega trpinčenja. Najpogosteje je šlo za trpinčenje, ki temelji na videzu (npr. zmerjanje nekoga z žaljivkami ali širjenje govoric o njegovem telesu, o slogu oblačenja, o tem, kako je videti, ali o njegovi privlačnosti). Druge oblike so vključevale fizično spolno trpinčenje (npr. dotikanje prsi, prsnega koša, mišic, zadnjice ali genitalij, ko to ni bilo željeno), spolno nadlegovanje (npr. pošiljanje spolno obarvanih šal, naključno dotikanje, fotografiranje pod krilom/s spuščeni hlačami, pritisk na nekoga, da pošlje svoje spolno obarvane fotografije/video posnetke), nadlegovanje, povezano s spolnimi izkušnjami (npr. pošiljanje neželenih sporočil o tem, da je nekdo imel spolni odnos, zmerjanje nekoga z žaljivkami ali širjenje govoric, ker je nekdo imel spolni odnos, širjenje spolno obarvanih fotografij/video posnetkov) in pritisk, da bi bili heteroseksualno aktivni (npr. zmerjanje z žaljivkami ali širjenje govoric o nekem, da je lezbijka, gej ali biseksualec, ali da nima spolnih odnosov). Mladi so se pogovarjali o tem, kako spolno trpinčenje pogosto poteka prek pametnih telefonov in socialnih omrežij.

Ravno tako smo ugotovili, da izkušnje spolnega trpinčenja pri mladih ženskah običajno niso bile enake kot pri mladih moških. Ženske na primer so pogosteje doživljale trpinčenje zaradi svojega videza, fizično spolno trpinčenje in nadlegovanje kot mladi moški; kljub vsemu pa so tako mlade ženske kot mladi moški doživljali podobno močan pritisk, naj bodo heteroseksualno aktivni. Pogovori z mladimi so osvetlili, da kljub temu obstajajo močna dvojna merila, saj so mlade ženske, ki so (ali naj bi bile) spolno aktivne, oklicali za 'cipe' in 'kurbe', mladim moškim, ki so postali spolno aktivni, pa sta se dozdevno dvignila ugled in položaj v družbi.

Mladi so v raziskavi izpostavili tudi močno negativen vpliv, ki ga ima lahko spolno trpinčenje. Pogovarjali so se o občutkih socialne izoliranosti, tesnobe, ponižanja, sramu, zadrege in depresije. Neko dekle je na primer poročalo:

Počutiš se, kot da je ves svet proti tebi, občutila sem to, postaneš anksiozen, ker občutiš, kot da so vsi in vse proti tebi, in nočeš se kazati v javnosti.

V nekaterih primerih je spolno trpinčenje privedlo do samopoškodb in poskusov samomora. Neko dekle je v svojem vprašalniku zapisalo:

O meni kroži veliko govoric, da sem seksala. Nisem. To ni pošteno, vsi mi pravijo kurba, vlačuga, lovača, dovolj imam. Najraje bi umrla, tudi režem se.

V raziskovalnem projektu ASBAE odmevajo prejšnje ugotovitve na tem področju (npr. Duncan, 1999; Meyer, 2009; Rivers & Duncan, 2013; WOMANKIND Worldwide, 2010a). Na primer:

- Študija združenja American Association of University Women's (AAUW) na temo spolnega trpinčenja v šolah v Združenih državah Amerike je razkrila, da je v šolskem letu 2010-11 v 7. do 12. razredu 48 odstotkov učencev doživelo katero od oblik spolnega trpinčenja (56 odstotkov od tega mlade ženske in 40 odstotkov mladi moški; Hill & Kearl, 2011). Od tistih, ki so bili spolno trpinčeni, jih je 78 odstotkov izjavilo, da je to nanje imelo negativen vpliv, težave pa so obsegale občutek slabosti, težave s spanjem, težave z učenjem, odpor do odhajanja v šolo in izostajanje od pouka.
- Ameriška raziskava, ki jo je izvedla Koalicija za varne šole v Kaliforniji (California Safe Schools Coalition), je ugotovila, da je bilo 65 odstotkov dijakov in študentov, ki so lezbijke, geji, biseksualci in transseksualci, trpinčenih ali ustrahovanih zaradi njihove dejanske ali domnevne spolne usmerjenosti. Poleg tega je 53 dijakov in študentov dejalo, da njihove šole niso varne za "fante, ki niso tako moški kot drugi fantje", in 34 odstotkov jih je izjavilo, da njihove šole niso varne za "dekleta, ki niso tako ženstvena kot druga dekleta". Študentje in dijaki, ki so bili nadlegovani zaradi svoje dejanske ali domnevne spolne usmerjenosti, so trikrat pogosteje kot neprizadeti dijaki in študentje poročali o odsotnosti od pouka v zadnjih 30 dneh, ker se niso počutili varne, več kot dvakrat bolj pogosto so poročali o depresiji in o uporabi metamfetaminov in inhalantov, resno so razmišljali o samomoru ali pripravi načrta za samomor in pogosteje so poročali o nizkih ocenah, kajenju cigaret, uživanju alkohola ali uporabi drugih prepovedanih drog (O'Shaughnessy in sodelavci, 2004).

Ključno je omeniti, da ob podpori mladi lahko preživijo spolno trpinčenje in postanejo glavni akterji v boju proti njem.

4.2 Ključni pojmi

Tu je nekaj ključnih izrazov, ki jih boste morali poznati za izvedbo delavnice. Morda boste želeli ti dve strani natisniti in ju imeti pri roki, da ju boste lahko med delavnico prebrali.

Spol: biološki spol osebe (npr. moški, ženski), ki se običajno določi glede na videz genitalij ob rojstvu.

Spolna identiteta: Kakor se nekdo samoidentificira; kot moški, kot ženska, nekje vmes ali izven tega.

Transeksualci: Ljudje, katerih spolna identiteta se razlikuje od njihovega določenega spola (npr. oseba z biološkim spolom moškega, ki se identificira kot ženska). Opomba: če je oseba transeksualna, to ne pove ničesar o spolni usmerjenosti te osebe; transeksualci so lahko heteroseksualci, geji, biseksualci, aseksualci itd.

Ljudje, ki niso skladni s pravili spolnih vlog: Ljudje, katerih spolni izraz (tj. njihov videz in obnašanje) ni v skladu z družbenimi normami glede spolnih vlog (npr. možate ženske, feminilni moški). Opomba: če je spolni izraz posameznika v neskladju z družbenimi normami, to ne pove ničesar o spolni usmerjenosti te osebe; takšni posamezniki so lahko heteroseksualci, geji, biseksualci, aseksualci itd.

Transfobija: sovraštvo ali strah pred transeksualci in ljudmi, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog. To pogosto vodi do diskriminacije transeksualcev in ljudi, ki ne ustrezajo predstavam o spolnih vlogah.

Seksizem: Diskriminacija na podlagi spola ali spolne vloge posameznika. Lahko izhaja iz prepričanja, da je en spol boljši od drugega, da se moški in ženske bistveno razlikujejo med seboj, ali iz sovraštva do moških ali žensk.

Aseksualci: Ljudje, ki ne občutijo spolne privlačnosti. Aseksualni ljudje si ponavadi še vedno želijo zgraditi tesne medosebne odnose z drugimi, vendar pa spolna privlačnost pri njih ne igra vloge.

Biseksualci: Ljudje, ki jih privlači več kot en spol.

Bifobija: sovraštvo ali strah pred ljudmi, ki so, ali za katere se zdi, da so biseksualni.

Homofobija: Sovraštvo ali strah pred ljudmi, ki so, ali za katere se zdi, da so lezbijke ali geji. Včasih je ta izraz uporabljen kot krovni izraz, ki obsega sovraštvo ali strah pred vsakim, ki ni heteroseksualno usmerjen (na primer obsega tudi sovraštvo in strah pred biseksualnimi ljudmi). To pogosto vodi do diskriminacije neheteroseksualnih ljudi.

4.3 Vloga odraslega moderatorja v delavnici ACT

Vloga odraslega moderatorja je, da:

- se zaveda ključnih vprašanj, ki se nanašajo na spolno trpinčenje;
- je dobro seznanjen s paketom ACT in njegovimi vsebinami;
- organizira in zagotavljanje potrebnih potrebščin in vire za program usposabljanja in delavnico ACT;
- podpira in nadzoruje mlade moderatorje med njihovim usposabljanjem za izvajanje delavnice ACT.
- med delavnico in izven nje deluje kot vzor mladim tako, da je z besedami in dejanji spoštljiv do čustev, želja in pravic drugih ljudi (vključno do njihovega spola, spolnosti in spolne usmerjenosti).

Moderatorji naj bodo "gonilna sila" v ozadju delavnice, ki spodbuja uresničevanje ciljev paketa ACT.

4.4 Izvedba delavnice ACT

Delavnica ACT je bila zasnovana za izvedbo v skupini s približno 12 mladimi fanti in dekleti (najmanj 10, največ 15 udeležencev), starimi bodisi od 13 do 15 let ali pa od 16 do 18 let. Delavnica je bila zasnovana za mlade s splošno razvitimi sposobnostmi. Aktivnosti se lahko uporablja ali prilagodi za mlade z različnimi učnimi potrebami; vendar pa je pri presoji, ali je to ustrezno, treba razmisliti o potrebah udeležencev, pa tudi mladih moderatorjev, ki izvajajo delavnico (npr. vrsta in zahtevnost učnih potreb udeležencev, na kakšen način bi morali spremeniti gradivo, da bi ustrezalo dotičnim udeležencem, v kakšnem obsegu bi lahko mladi moderatorji podajali prilagojena gradiva in kakšno dodatno podporo ali usposabljanje bi potrebovali ter razprave o tem, kako reševati morebitne s tem povezane težave, ki bi lahko nastale, itd.)

Dva mlada moderatorja bi morala izvesti delavnico s pomočjo enega odraslega moderatorja. Mladi moderatorji bi morali biti malce starejša od udeležencev delavnice. Če so torej udeleženci delavnice stari od 13 do 15 let, bi morala biti mlada moderatorja stara od 16 do 18 let, če pa so udeleženci delavnice stari od 16 do 18 let, bi morala biti mlada moderatorja stara od 19 do 21 let. Idealno je, če je en mladi moderator fant, drugi pa dekle; to mladima moderatorjema omogoči pred udeleženci delavnice ustvariti ustrezen model odnosa med spoloma, da se skozi spoštljiv in enakopraven pogovor med moškim moderatorjem in žensko moderatorko udeleženci delavnice naučijo več o tem, kako naj to delajo tudi sami. Pomembno je, da se predhodno vsi moderatorji, mladi in odrasli, v celoti usposobijo z uporabo programa usposabljanja v poglavju 6. Močno priporočamo, da program usposabljanja izvaja ena od partnerskih organizacij ASBAE. Če se je vaša organizacija odločila, da bo potekal program usposabljanja samooskrbno, je treba upoštevati, da mora biti eden od odraslih moderatorjev, ki se usposablja, vodilni moderator na usposabljanju in se bo moral temeljito pripraviti na izvedbo - za podrobnosti glejte poglavje 6.

Delavnici ACT zajema sedem aktivnosti; te so nujne za doseganje ciljev paketa in delavnice ACT. Prvotno je bila delavnica mišljena kot dvodnevna delavnica, vendar se jo lahko prilagodi do te mere, da se ustvari reden tedenski program srečanj, ki trajajo približno od 45 do 60 minut. Upoštevajte prosim, da je za delavnico ACT potrebna priprava - za podrobnosti glejte poglavje 7.

V prilogi C je obrazec za povratne informacije, ki ga boste ob koncu delavnice morda želeli izročiti udeležencem v izpolnitev. Obrazec je bil oblikovan za hiter in kratek vpogled v to, kaj so se udeleženci naučili med delavnico, kakor tudi za zbiranje informacij, ki bodo v pomoč moderatorjem pri oceni in izboljšanju izvajanja delavnic v bodoče.

POGLAVJE 5: INFORMACIJE ZA MLADE MODERATORJE

Pozdravljen/a, to poglavje je tvoj prvi korak na poti do tega, da postaneš moderator/ka v delavnici ACT. Zelo cenimo tvojo pomoč in trud pri tem, da bi bile te delavnice uspešne. Če je kaj nerazumljivo ali težko, se prosim obrni na vodilnega moderatorja.

Hvala in srečno!

5.1 Spolno trpinčenje: Definicija, razširjenost in vpliv

Spolno trpinčenje zajema veliko različnih stvari. To so:

- **4.1 Spolno nadlegovanje:** Je kakršnakoli oblika neželene vedenja spolne narave (na primer neželena dotikanje telesa, neželena pošiljanje kratkih sporočil s spolno vsebino, neželene pripombe o velikosti ženskih prsi).
- **Nadlegovanje nekoga zaradi njegove spolne usmerjenosti, zaradi dejanj, povezanih s spolnostjo, ki jih ta oseba počne ali ne počne, ali zaradi njegovih zanimanj, povezanih s spolnostjo:** Na primer, ker je gej, lezbijka ali biseksualec, ker je že imel/a spolne odnose, ker še ni imel/a spolnih odnosov, ker je imel/a spolne odnose z veliko ljudmi.
- **Transfobično nadlegovanje:** Nadlegovanje nekoga zato, ker ima moško telo, vendar se sam ne dojema kot moški, ali pa ima žensko telo, vendar se ne dojema kot ženska. Ali nadlegovanje nekoga, ker se njegov videz, način oblačenja ali dejanja ne skladajo s predstavo o tem, kako je ponavadi videti, kako se oblači ali obnaša moški oziroma ženska; na primer, moški, ki je videti in se obnaša kot ženska.

V nadaljevanju je nekaj primerov spolnega trpinčenja:

- Zmerjanje nekoga z žaljivkami ali širjenje govoric o njegovem telesu, načinu oblačenja, videzu in privlačnosti.
- Dotikanje prsi, prsnega koša, mišic, zadnjice ali genitalij nekoga, ki tega noče.
- Pošiljanje seksualno obarvanih šal nekemu, ki tega ne želi.
- Pritisk na nekoga, da pošlje svoje seksualno obarvane fotografije/video posnetke.
- Pošiljanje nezaželenih sporočil nekemu o seksu z njim.
- Zmerjanje nekoga z žaljivkami ali širjenje govoric o nekom zaradi njegovih domnevnih dejanj, povezanih s spolnostjo.
- Širjenje spolno obarvanih fotografij/video posnetkov nekoga brez njegovega predhodnega dovoljenja.
- Zmerjanje nekoga z žaljivkami ali širjenje govoric o njem, da je lezbijka, gej ali biseksualec.

Spolno trpinčenje se lahko zgodi vpricho dotične osebe, za njenim hrbtom ali preko mobilnih telefonov in interneta.

Spolno trpinčenje ima lahko nekaj res hudih posledic. Ljudje, ki so žrtve spolnega trpinčenja, občutijo:

- tesnobo,



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

- depresijo,
- osamljenost,
- ponižanje,
- zadrego.

To lahko privede tudi do:

- slabega počutja,
- težav s spanjem,
- izogibanja šoli,
- in v skrajnih primerih do samopoškodovanja in samomorilnosti.

Pomembno je vedeti, da spolno trpinčenje lahko ustavimo, žrtve tega trpinčenja pa lahko s podporo živijo srečno življenje.

Spolno trpinčenje je zelo razširjeno. Morda ste bili pogosto priča primerom spolnega trpinčenja na vaši šoli, v mladinski skupini ali v svoji skupnosti. Naredili smo raziskavo o spolnem trpinčenju med 253 mladimi, starimi od 13 do 18 let, v petih državah (Bolgariji, Italiji, Latviji, Sloveniji in Združenem kraljestvu). Ugotovili smo, da je 73 odstotkov vseh mladih v raziskavi doživelo vsaj eno vrsto spolnega trpinčenja več kot enkrat. Stopnja je bila podobna v vseh petih državah. Mnogi mladi so spolno trpinčenje dojemali kot "normalni" ali "standardni" del vsakdanjega življenja. Vendar temu ne bi smelo biti tako! In ni treba, da tako ostane. Pri tem lahko pomagate vi.

Na naslednji strani je plakat, ki zajema glavne točke iz tega dela.

Kaj je to SPOLNO TRPINČENJE ?

Trpinčenje in medvrstniško nasilje v povezavi s SEKSNOM, SEKSUALNOSTJO in SPOLOM

Fizično

Dotikanje
Poljubljanje
Odrivanje
Potiskanje...

Verbalno

Šaljenje
Posmehevanje
Klicanje imen...

Družbeno

Širjenje govoric
Ignoriranje

Spletno

Trpinčenje preko interneta ali mobilnega

Vplivi spolnega trpinčenja

- Depresija in manjša samozavest
- Izostajanje od pouka
- Strah, stres in tesnoba
- Slabo počutje, bolezen in težave s spanjem
- Občutek osamljenosti
- V ekstremnih primerih samopoškodovanje in samomor

KAJ LAHKO NAREDIŠ ?

Se upreš diskriminaciji in trpinčenju

Sprejemaš vse vrste drugačnosti!

Pogovoriš se z nekom starejšim, ki mu zaupaš

Pomisliš preden kaj objaviš ali komentiraš

Prijaviš primere spolnega trpinčenja, ki jih opaziš

5.2 Ključni pojmi

Spodaj je nekaj ključnih izrazov, ki jih boste morali poznati za izvedbo delavnice. Morda boste želeli ti dve strani natisniti in ju imeti pri roki, da ju boste lahko med delavnico prebirali.

Spol: biološki spol neke osebe (npr. moški, ženski). Družba običajno določi spol osebe na podlagi videza njenih spolovil (na primer, penisa ali vagina). Tako je nekdo, ki je rojen s penisom, označen za moškega, če pa je bil rojen z vagino, je označen za žensko.

Spolna identiteta: Kakor se nekdo samoidentificira; kot moški, kot ženska, nekje vmes ali izven tega. Torej, ali oseba sebe dojema kot moškega ali žensko ali nekaj drugega. Večina ljudi, ki so po biološkem spolu moški, ima moško spolno identiteto, in večina ljudi, ki so po biološkem spolu ženske, ima žensko spolno identiteto. Vendar pa to ne velja za vse.

Transseksualci: Ljudje, ki čutijo, da se njihov spol in spolna identiteta ne ujemata. Na primer nekdo, ki je moškega spola (moško telo), pa se dojema kot ženska, ali pa nekdo, ki je ženskega spola (žensko telo), vendar sebe dojema kot moškega. Pomembno je vedeti, da so lahko transseksualci po usmerjenosti heteroseksualci, geji, biseksualci, asekualci itd.

Ljudje, ki niso skladni s pravili spolnih vlog: Ljudje, ki so videti in se oblačijo ali obnašajo na drugačen način, kot bi običajno pričakovali, da so videti in da bi se oblačili ali obnašali kot moški oziroma ženska. Na primer, moški, ki je videti in se oblači ali obnaša kot ženska, ali ženska, ki je videti in se oblači ali obnaša kot moški. Pomembno je vedeti, da so lahko ljudje, ki se ne skladajo s pravili spolnih vlog, heteroseksualci, geji, biseksualci, asekualci itd. Torej samo zato, ker se moški oblači ali obnaša ženstveno, to še ne pomeni, da je gej, in samo zato, ker se ženska oblači ali obnaša kot moški, to ne pomeni, da je lezbijka.

Transfobija: sovražstvo ali strah pred transseksualci in ljudmi, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog. To pogosto privede do slabega ravnanja s temi ljudmi. Na primer:

- Nazivanje nekoga, ki se opredeljuje kot ženska, z "on", ali nekoga, ki se opredeljuje kot moški, z "ona".
- Prepoved transseksualni osebi, da bi uporabila stranišče in garderobo, ki ustrezata njeni spolni identiteti.

Seksizem: Grdo ravnanje z nekom zaradi njegovega spola ali spolnega izraza. To lahko izhaja iz prepričanja, da je en spol boljši od drugega (npr. da so moški boljši od žensk), da se moški in ženske bistveno razlikujejo med seboj ali iz sovražstva do moških ali žensk na splošno. V nadaljevanju je nekaj primerov seksizma:

- Za isto plačilo ženska prejme nižje plačilo kot moški.
- Dekletom omogočiti le šivalne tečaje, fantom pa samo tehnične tečaje.
- Dekleta učiti, da ni prav, da imajo spolne odnose, fantom pa reči, da je v redu, če imajo spolne odnose.

Asekualci: Ljudje, ki jih drugi ljudje spolno ne privlačijo. Torej ljudje, ki jim drugi ljudje niso všeč na spolni način. Asekualni ljudje si ponavadi še vedno želijo zgraditi tesen medosebni odnos z drugo osebo, vendar pa spolna privlačnost te osebe pri njih ne igra vloge.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Biseksualci: Ljudje, ki jih privlači več kot en spol. Na primer moški, ki ga privlačijo tako moški kot ženske. Ali ženska, ki jo privlačijo moški in ženske.

Bifobija: sovraštvo ali strah pred biseksualci (ali sovraštvo oziroma strah pred ljudmi, ki so domnevno biseksualni). Pogosto to vodi do slabega ravnanja z biseksualnimi ljudmi.

Homofobija: sovraštvo ali strah pred lezbijkami ali geji (ali sovraštvo oziroma strah pred ljudmi, ki so domnevno lezbijke ali geji). Včasih to vključuje tudi sovraštvo in strah pred vsemi, ki niso heteroseksualno usmerjeni (na primer sovraštvo ali strah pred biseksualnimi ljudmi). To pogosto privede do grdega ravnanja z neheteroseksualnimi ljudmi. Na primer:

- Nekoga se ne zaposli zato, ker je gej.
- Gejem se ne dovoli, da se poročijo ali posvojijo otroke.

5.3 Vzajemno izobraževanje: Vloga mladih v delavnici ACT

V delavnici ACT ključno vlogo igrate mladi. Delavnica je bila zasnovana v sodelovanju z mladimi in je namenjena prenašanju znanj od mladih na mlade. Cilj delavnice je mlade usposobiti, da prepoznajo in preprečijo spolno trpinčenje v svojem življenju in življenju drugih mladih. Ste prvi korak pri spremembi na bolje. Ker ste sami mladi, ste v najboljšem položaju, da se o tem pogovorite z drugimi mladimi. Morda ste že opazili, doživeli ali slišali za spolno trpinčenje na vaši šoli, v vaši mladinski organizaciji ali v svoji skupnosti na splošno. To znanje in izkušnje vas postavljajo v sijajen položaj, da lahko z drugimi spregovorite o spolnem trpinčenju. To pomeni tudi, da vas bodo drugi mladi morda bolj poslušali in bili zato bolj pripravljeni ukrepati. Poleg tega imate najbrž tudi boljšo možnost za uspešnejše širjenje sporočila o spolnem trpinčenju kot učitelji ali vodje mladinskih skupin. Seveda pa bosta vaša zagretost in motivacija zelo pomembni pri uresničevanju te spremembe na bolje.

Kot mladi moderatorji boste imeli nalogo, da (s podporo odraslih moderatorjev):

- se seznanite s ključnimi vprašanji, ki se nanašajo na spolno trpinčenje, tako da se lahko o tem pogovarjate z drugimi,
- se zares dobro seznanite z delavnicami ACT (glejte poglavje 7);
- se udeležite programa usposabljanja za moderatorje,
- izvedete delavnico ACT za mlade s pomočjo drugih moderatorjev.
- Bodite vzor drugim mladim na delavnici in izven nje. To lahko naredite tako, da pokažete, da vam je mar za čustva, želje in pravice drugih; na primer za ženske, moške, geje, biseksualce, heteroseksualce, transeksualce in ljudi, ki niso v skladu s postavljenimi pravili o spolnih vlogah. Med delavnico boste z drugim mladim moderatorjem lahko vzor za to, kako lahko moški in ženske sodelujejo in ravnajo drug z drugim spoštljivo.
- Nudite podporo bodočim mladim moderatorjem tako, da delite svoje prvoosebne izkušnje vodenja z drugimi mladimi, ki se zanimajo za to vlogo, vključno s primeri dobrih praks in z vsemi težavami, na katere ste naleteli, ter načini, kako ste jih premagali.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

5.4 Izvajanje delavnice ACT

Delavnica ACT je namenjen za izvedbo s skupino okrog 12 mladih fantov in deklet, starih bodisi od 13 do 15 let ali od 16 do 18 let.

Delavnico naj izvedeta dva mlada moderatorja s pomočjo in podporo enega odraslega moderatorja. Oba mlada moderatorja bi morala biti malce starejša od udeležencev delavnice; če so torej udeleženci delavnice stari od 13 do 15 let, bi morala biti mlada moderatorja stara od 16 do 18 let, če pa so udeleženci delavnice stari od 16 do 18 let, bi morala biti mlada moderatorja stara od 19 do 21 let. Eden od mladih moderatorjev bi moral biti mlad moški, drugi pa mlada ženska. Že skozi samo skupno vodenje delavnice lahko moderator in moderatorka udeležencem delavnice pokažeta, kako lahko moški in ženske dobro sodelujejo ter eni z drugimi ravnajo enakopravno in na spoštljiv način.

Delavnica zajema sedem aktivnosti. Delavnico ACT smo zasnovali za izvedbo v dveh dneh, vendar jo je mogoče prilagoditi tako, da se jo izvede v obliki rednih tedenskih srečanj, ki trajajo približno od 45 do 60 min. Za več informacij o tem, kaj vsebuje delavnica, glejte poglavje 7.

Seveda pa vam bomo najprej omogočili usposabljanje!

POGLAVJE 6: PROGRAM USPOSABLJANJA STROKOVNIH SKUPIN (MLADI IN ODRASLI MODERATORJI)

6.1 Pregled programa usposabljanja

To poglavje opisuje program usposabljanja za mlade in odrasle moderatorje. To usposabljanje je bistvenega pomena za uspešno izvedbo delavnice ACT. Program usposabljanja je zasnovan za dve vrstniški skupini, ki se usposabljata skupaj (torej štirje mladi in dva odrasla).

Program usposabljanja ima šest ciljev:

1. Spoznati moderatorje s paketom ACT (vključno z njegovimi cilji in nalogami) in z aktivnostmi delavnice;
2. Spodbuditi moderatorje k razmisleku in k pogovoru o mogočih vprašanjih ali skrbah v zvezi z izvedbo delavnice ACT;
3. Opremiti moderatorje z znanjem, ki ga bodo potrebovali za izvedbo delavnice (na primer osveščanje o tem, kaj je spolno trpinčenje in kakšno vedenje lahko privede do spolnega trpinčenja);
4. Dati moderatorjem priložnost, da se predstavijo pred občinstvom in vodijo skupino;
5. Omogočiti moderatorjem, da razmislijo o potencialnih vprašanjih in problemih, ki bi morda nastali med izvajanjem delavnice, in se pogovoriti/vaditi načine, kako jih reševati;
6. Podpirati moderatorje med načrtovanjem delavnice.

Program usposabljanja je sestavljen iz devetih aktivnosti in je razdeljen na tri polovične dni. Prvi dan sestavljajo aktivnosti za uresničevanje ciljev 1 in 2, drugi dan obsega aktivnosti v zvezi s ciljema 3 in 4, zadnji dan pa je sestavljen iz aktivnosti, ki so pomembne za cilja 5 in 6.

Predlog urnika za vsak dan posebej:

Dan 1 (4 ure in 10 minut + odmori)

Čas	Aktivnost
10 min	Uvodna predstavitev
10 min	Osnovna pravila
10 min	Aktivnosti za prebijanje ledu
1 ura	1. aktivnost: Branje in pogovor o paketu ACT
Odmor	
2 uri	1. aktivnost: Branje in pogovor o paketu ACT (nadaljevanje)
Odmor	
20 min	1. aktivnost: Branje in pogovor o paketu ACT (nadaljevanje)
20 min	2. aktivnost: Razmišljanje o vlogi moderatorja

Dan 2 (4 ure in 25 minut + odmori)

Čas	Aktivnost
30 min	3. aktivnost: Izmenjava znanj
1 ura	4. aktivnost: Razumevanje povezave med odnosom in vedenjem
Odmor	
50 min	5. aktivnost: Postavljanje meja
1 ura	6. aktivnost: Vadimo predstavljanje in vodenje
Odmor	
1 ura 5 min	6. aktivnost: Vadimo predstavljanje in vodenje (nadaljevanje)

Dan 3 (5 ur in 30 minut + odmori)

Čas	Aktivnost
2 uri 10 min	7. aktivnost: Delo s skupinami
Odmor	
20 min	8. aktivnost: Kako obravnavati izpovedi
1 ura 5 min	9. aktivnost: No, pa začnimo!
Odmor	
1 ura 55 min	9. aktivnost: No, pa začnimo! (nadaljevanje)

Ne priporočamo, da bi se stiskalo izvajanje aktivnosti v krajše časovno obdobje; ugotovili smo, da mladi in odrasli prostovoljci postanejo utrujeni, če so dnevi usposabljanja predolgi, zaradi česar obstaja možnost, da si bodo manj zapomnili.

6.2 Nasveti za izvedbo samostojnega usposabljanja

Če bo potekal program usposabljanja samooskrbno (in ga ne bo vodila ena od partnerskih organizacij ASBAE), bo moral biti na usposabljanju eden od odraslih moderatorjev vodilni moderator², kar pomeni, da bo moral odrasli moderator organizirati, se pripraviti in izvesti usposabljanje. Vse informacije in gradiva, ki jih bodo potrebovali za to, so vključeni v ta paket.

² Če bo program usposabljanja izvajala ena izmed partnerskih organizacij ASBAE, bo vlogo vodilnega moderatorja prevzel član te organizacije.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Vodilni moderator bo moral prebrati to poglavje in se temeljito seznaniti z vsebino. Poiskati bo moral nasvet glede vseh nejasnosti. Vodilni moderator bo moral tudi razmnožiti kopije paketa ACT za vsakega od moderatorjev in pripraviti vse potrebščine, ki so potrebne za izvedbo delavnice. Potrebščine za vsako od aktivnosti so navedene v tabeli na začetku vsake od aktivnosti. V sklopu aktivnosti 8 (3. dan) se bo vodilni moderator pogovoril z ostalimi moderatorji o različnih naslovih, ki so jim na voljo, in na katere se lahko obrnejo za podporo, če se oni ali pa kdo, ki ga poznajo, sooča s spolnim trpinčenjem (naslove se pozneje izroči tudi udeležencem delavnice). Vodilni moderator bo moral poskrbeti, da bo seznam naslovov za podporo narejen pred začetkom te aktivnosti (kar bo zahtevalo dobro poznavanje vseh vrst podpore v organizaciji ali izven nje).

Čeprav vodilni moderator vodi program usposabljanja, se za samooskrbni program usposabljanja pričakuje, da ta oseba sodeluje tudi v aktivnostih usposabljanja skupaj z drugimi v skupini (tj. moderator je tudi udeleženec usposabljanja).

Vsi moderatorji naj s seboj na usposabljanje prinašajo svoj izvod paketa ACT; prav tako naj se jih spodbuja, da si v njega zapisujejo opombe, ko je to potrebno.

6.3 Aktivnosti usposabljanja: Prvi dan

Osnovna pravila

Pomembno je določiti osnovna pravila za udeležence že na začetku delavnice, tako da vsi vedo, kaj je v redu in kaj ni v redu (10 min). Tukaj je nekaj primerov:

- Naj ima vsakdo možnost spregovoriti, če hoče.
- Govori naj ena oseba naenkrat. Potrudite se, da ne govorite drug čez drugega ali prekinjate drugih.
- Poskušaj biti odprt in spoštljiv do stališč drugih ljudi. V redu je, če se ne strinjaš z drugimi, vendar izrazi to na spoštljiv način. Izzovi idejo, ki jo je neka oseba izrazila, a ne izzvati te osebe same.
- Govori zase (ne govori v imenu drugih v skupini).
- Prostovoljno se javi (poskusi se vključiti v pogovor ali dejavnost).
- Pozorno poslušaj in ostani osredotočen na razpravo in dejavnosti skupine (npr. ne pogovarjaj se z drugimi iz skupine ločeno od skupine).
- Vse, kar si drugi mladi povedo v tem prostoru, ostane v tem prostoru. Potrudi se, da o tem, kar se pogovarjate v skupini, ne govoriš z ljudmi, ki niso v skupini. Lahko govoriš o tem, kaj si delal ali se naučil iz aktivnosti.

Izjeme k zgornjim pravilom: Pomembno je, da je že od začetka jasno, kaj sodi med izjeme k osnovnim pravilom. Na primer, če bi eden od moderatorjev razkril, da se trenutno sooča s spolnim trpinčenjem, bi bilo to treba povedati komu izven usposabljanja, in če, komu? Pomembno je, da se vsi moderatorji zavedajo okoliščin, v katerih morda ne bo mogoče zadržati zaupnosti, zato se morajo ozaveščeno odločiti, kaj bi radi in kaj ne bi radi delili s skupino.

O osnovnih pravilih se morate v skupini pogovoriti in se odločiti, ali želite k njim dodati še kakšna pravila.

Aktivnosti za prebijanje ledu

Izberite eno od aktivnosti za prebijanje ledu iz poglavja 7.

1. aktivnost

Naslov	Branje in pogovor o paketu ACT
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Da bi razumeli ključne pojme in izrazoslovje, ki se uporablja med usposabljanjem in aktivnostmi delavnice. • Da bi se seznanili z vsebino delavnice ACT, ki jo boste izvajali, ter kaj njeno izvajanje obsega. • Razmislili o pričakovanih ciljih delavnice ACT • Si razjasnili paket ACT in vašo vlogo v izvedbi delavnice.
Trajanje	3 ure 20 min + odmori
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • En izvod paketa ACT za vsakega od moderatorjev.

Ta aktivnost ima štiri korake.

Korak 1 (30 min)

Vsak za sebe naj odrasli moderatorji preberejo poglavje 4 (Informacije za odrasle moderatorje), mladi moderatorji pa poglavje 5 (Informacije za mlade moderatorje):

Korak 2 (30 min)

V skupini se pogovorite o ključnih točkah in vseh vprašanjih, ki so povezana z naslednjimi stvarmi:

- Kaj je spolno trpinčenje.
- Posledice spolnega trpinčenja.
- Ključne točke, predstavljene v teh poglavjih.
- Vloga mladih in odraslih moderatorjev pri izvedbi delavnice.

Opomba vodilnemu moderatorju: Pomembno je, da se vse neznane pojme razloži in se o njih pogovori. Če so kateri od pojmov, ki so uporabljeni v paketu, neznani tako odraslim kot mladim moderatorjem in obstajajo v zvezi z njimi po tem, ko so jih prebrali in se o njih pogovorili, še vedno kakšne nejasnosti, naj eden od odraslih pojme dodatno razišče in pojasni ostalim na začetku drugega dneva usposabljanja. To mora biti opravljeno pred drugim dnevom usposabljanja, ko pride na vrsto aktivnost "Raziskovanje odnosov", v kateri so uporabljeni nekateri od teh osnovnih pojmov.



Morda boste želeli tu narediti premor.

Korak 3 (2 uri)

Moderatorji naj preberejo poglavje 7.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Opomba vodilnemu moderatorju: To lahko poteka tako, da se moderatorji izmenjujejo pri glasnem branju, medtem pa se v skupini sproti pogovarjajo o nastalih vprašanjih, ali pa moderatorji berejo vsako poglavje za sebe, medtem pa se na koncu vsakega poglavja ustavijo za pogovor o morebitnih vprašanjih. Ključni cilj je seznanitev vseh moderatorjev s splošno vsebino delavnice ACT; v drugem in tretjem dnevu usposabljanja so priložnosti za poglobljeno raziskovanje gradiva in načrtovanje aktivnosti delavnice.

Morda boste želeli tu narediti premor.

Korak 4 (20 min)

To je končni korak. V skupini se na kratko pogovorite o tem, kaj želite, da bi se mladi ljudje naučili iz udeležbe na delavnici ACT. Kaj mislite, da so cilji delavnice ACT?

Opomba vodilnemu moderatorju: Tu lahko za primerjavo pogledate v razdelka 2.3 in 2.4 - ali so vaši cilji, ki so povezani z delavnico ACT, enaki/drugačni od ciljev, ki so zadani za delavnico ACT?

2. aktivnost

Naslov	Razmišljanje o vlogi moderatorja
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> Razmisliti in se pogovoriti o vseh vprašanih ali pomisleki v zvezi z izvedbo delavnice ACT. Preveriti, ali se še vedno veselite in ali ste še vedno sposobni voditi delavnico ACT.
Trajanje	20 min
Potrebščine	Niso potrebne.

Ta aktivnost je zadnja aktivnost za prvi dan usposabljanja. Ta aktivnost ima dva koraka.

Korak 1 (5 min)

Pojasnite, da:

- Cilji te aktivnosti so razmislek in pogovor o vseh vprašanih ali pomislekih o izvajanju delavnice ACT in preverjanje, ali jih to še vedno veseli in ali so še vedno sposobni voditi delavnico.
- V sklopu tega procesa se bodo morda moderatorji želeli pogovoriti o nekaterih svojih izkušnjah in premisliti o tem, kako bodo le-te vplivale nanje med izvajanjem delavnice. Čeprav bodo imeli tu priložnost deliti svoje izkušnje, ne bi smeli čutiti nikakršnega pritiska, da to morajo narediti. Nihče ne pričakuje od posameznih članov skupine, da bodo delili informacije o sebi, če tega ne želijo.

Potem opomnite moderatorje na osnovna pravila, ki zadevajo osebna stališča in izkušnje:

- Vse, kar si poveste v tem prostoru, ostane v tem prostoru. Moderatorji naj se torej o tem, kar povejo drugi med to aktivnostjo, ne bi pogovarjali z ljudmi, ki niso na tem usposabljanju. Imeti morajo v mislih tudi to, kot je omenjeno že zgoraj, da obstajajo pri tem pravilu izjeme. Na primer, če bi mlad moderator razkril, da je pred kratkim doživel spolno trpinčenje, je precej verjetno, da bi bilo treba to povedati še komu izven programa.

Korak 2 (15 min)

To je končni korak. V skupini se pogovorite o naslednjih vprašanih:

- Ko razmišljate o delavnici ACT, kaj mislite, kako se boste počutili ob vodenju delavnice, v kateri bodo udeleženi drugi mladi ljudje?
- Kako mislite, da se boste počutili, ko boste poslušali različne ljudi govoriti o svojih pogledih na spol in spolnost?
- Kako mislite, da se boste počutili, če boste slišali ljudi govoriti o svojih izkušnjah o spolnem trpinčenju?
- Ali boste vodili delavnico, v kateri bodo ljudje, ki jih že poznate? Če je odgovor da, katere prednosti in pomanjkljivosti to predstavlja za vas?

- Ali vas v zvezi z vodenjem delavnice ACT še kaj (drugega) skrbi?
- Ali se še vedno veselite, da boste vodili delavnico ACT?

Opomba vodilnemu moderatorju: To poglavje temelji na procesu prepoznavanja in izbiranja potencialnih moderatorjev v poglavju 3; potem ko so prebrali aktivnosti za delavnico, bodo moderatorji v boljšem položaju glede prepoznavanja vprašanj ali skrbi, ki jih imajo glede izvajanja delavnice; bolj si bodo na jasnem, ali jih vodenje še vedno veseli, in lažje bodo presodili, ali so še vedno sposobni biti moderator. Ta aktivnost daje moderatorjem tudi priložnost za razpravo z vrstniško skupino o vprašanjih in skrbih, ki jih imajo. Izvajanje te aktivnosti ob koncu prvega dneva usposabljanja vam pomaga zgodaj ugotoviti, ali je katerega od moderatorjev pred bolj intenzivnim usposabljanjem, ki sledi drugi in tretji dan, treba zamenjati.

6.4 Aktivnosti usposabljanja: Drugi dan

3. aktivnost

Naslov	Izmenjava znanj
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> Izmenjava znanj med mladimi in odraslimi moderatorji o spolnem trpinčenju in o načinih njegovega zmanjševanja.
Trajanje	30 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> Listki z vprašanji (glejte spodaj). Nogavica.

Ta aktivnost ima dva koraka.

Korak 1 (7 min)

Moderator začne aktivnost, ko vrže nogavico enemu od udeležencev. Kdor nogavico ujame, iz nje potegne enega od listkov in potem, ko vprašanje naglas prebere, nanj odgovori. Potem vsi mladi in odrasli dalje razpravljajo o vprašanju.

Korak 2 (23 min)

To je končni korak. Nogavico morajo potem vreči naslednji osebi in proces ponavljati toliko časa, dokler niso vsa vprašanja odgovorjena. Za vsako vprašanje porabite približno 7 minut.

Opomba vodilnemu moderatorju: Če se zdi, da vprašanje ni sprožilo prave razprave, poskusite razpravo spodbuditi s spodbujanjem (glejte v nadaljevanje nekaj primerov). Glavni namen te aktivnosti je izmenjevanje znanja o spolnem trpinčenju in njegovem zmanjševanju med mladimi in odraslimi moderatorji. Raziskava, ki smo jo izvedli za projekt ASBAE, je pokazala, da se mladi včasih bolj zavedajo nekaterih oblik spolnega trpinčenja kot odrasli; še posebej so bili mladi bolj seznanjeni s spolnim trpinčenjem, ki se lahko zgodi preko mobilnih telefonov in interneta. Preko pogovorov pa smo ugotovili, da se odrasli pogosto bolj kot mladi ljudje zavedajo, kako bi se spolno trpinčenje lahko in moralo reševati.

Vprašanja o spolnem trpinčenju (Natisnite kopijo te strani na list in ga razrežite tako, da bo vsako od vprašanj na ločenem koščku papirja. Zvijte lističe in jih dajte v nogavico – vprašanj za spodbujanje ne smete dati zraven, ta so samo za vodilnega moderatorja.)

- Katere so po vašem mnenju najpogostejše oblike spolnega trpinčenja?

(Vprašanje za spodbujanje razprave: Osebno, preko mobilnega telefona ali preko interneta? Verbalno, fizično ali socialno? Seksistično, homofobično, bifobično ali transfobično?)

- Katere vrste spolnega trpinčenja se lahko zgodijo s pomočjo mobilnih telefonov in interneta?

(Vprašanje za spodbujanje razprave: Uporaba kratkih sporočil, sporočil s fotografijami ali videi? Uporaba socialnih medijev in spletnih strani kot so Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat, Tumbler, Vine, Ask. fm ali WhatsApp? Uporaba spletnih kamer in spletnih strani?)

- Kaj bi storili, če bi bili priča spolnemu trpinčenju?

(Vprašanje za spodbujanje razprave: Se pridružili? Se ne bi zmenili za to? Bi komu povedali za to? Bi to poskušali zaustaviti? Ali lahko poveste kaj več o tem, zakaj bi tako ravnali?)

- Kaj so glavni vzroki, zaradi katerih mladi ne prijavijo izkušnje spolnega trpinčenja?

(Vprašanje za spodbujanje razprave: Ali menite, da jih skrbi, kakšne bi bile negativne posledice za njih in osebo, ki je dejanje prijavila, na primer, da bi jo vrstniki zmerjali ali pa bi sama postala žrtev trpinčenja? Ali menite, da jih skrbi, kakšne bi bile negativne posledice za njihove vrstnike, na primer, da bi imeli težave z učitelji, bi bili morda kaznovani, morda prijavljeni policiji? Ali menite, da bi jih skrbelo, da jih osebe, katerim bodo dejanje prijavile, ne bodo vzele resno?)

4. aktivnost

Naslov	Razumevanje povezave med stališči in vedenjem
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> Preveriti, ali so vsi moderatorji seznanjeni s ključnimi besedami v delavnici ACT (sledi prvemu dnevu usposabljanja). Povezati seksistična, homofobična, bifobična in/ali transfobična stališča s spolnim trpinčenjem.
Trajanje	60 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> Kartice (glejte spodaj).

Ta aktivnost ima dva koraka.

Korak 1 (2 min)

Razdelite kartice tako, da ima vsak od moderatorjev eno kartico (vključno z vodilnim moderatorjem, če gre za samooskrbno usposabljanje). Če predpostavljamo, da se usposabljuje štiri mladi ljudje in dva odrasla, naj vzameta oba odrasla kartici za *transeksualnost* in *ljudje, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog*, vsak od mladih ljudi pa naj vzame eno od ostalih kartic.

Opomba vodilnemu moderatorju: Predvidevamo, da sta izraza transeksualnost in ljudje, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog, takšna, ki ju mladi najmanj poznajo in sta iz tega razloga največji izziv.

Korak 2 (58 min)

To je končni korak. Sledite navodilom na karticah; vsaka oseba naj poskusi opisati svojo ključno besedo z izrazi, ki so napisani na kartici, pojasniti, zakaj je primer, opisan na kartici, pravi za tisto ključno besedo in prositi ostale v skupini, naj podajo primere nadlegovanja, ki se lahko zgodijo v povezavi s ključno besedo na kartici. Za vsako kartico porabite približno 10 minut.

Opomba vodilnemu moderatorju: Ta korak naj bi sprožil razpravo o različnih vrstah spolnega trpinčenja in o tem, kako seksistična, homofobična, bifobična in transfobična stališča podpirajo in omogočajo spolno trpinčenje. Če ima skupina težave z navajanjem primerov trpinčenja, ki se lahko pojavijo v zvezi z vsakim ključnim pojmom, jim boste morali pri tem pomagati. Spodnji primeri vam bodo pri tem v pomoč. Če boste morali uporabiti primer, vam svetujemo, da najprej poveste primer in potem vprašate skupino, kako je ta povezan z določenim ključnim pojmom (na primer na kakšen način je ta oblika spolnega trpinčenja povezana s seksističnimi/homofobičnimi/transfobičnimi stališči ali negativnimi stališči v zvezi z biseksualnostjo, transseksualnimi ljudmi in ljudmi, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog?). Iz izkušenj pri usposabljanju moderatorjev za delavnico ACT vemo, da je za mlade in odrasle moderatorje zelo pogosto, da na začetku usposabljanja ne poznajo vsaj enega ali dveh ključnih pojmov. Po tej aktivnosti in po aktivnosti 1 je cilj to, da so vsi moderatorji v celoti seznanjeni s pojmi in tudi razumejo, zakaj je v sklopu delavnice ACT pomembno raziskovati in podvomiti v seksistična, homofobična, bifobična in transfobična stališča (temu se v prvi vrsti posveča del delavnice 'Spol in spolnost').

Primeri trpinčenja, ki temeljijo na seksizmu

- Zmerjati mlado žensko z besedami 'cipa', 'candra' in 'lovača' le zato, ker je imela spolni odnos (to je seksistično, ker temelji na seskističnem stališču, da je dobro, če ima mlad moški spolni odnos in da ni dobro, če ga ima mlada ženska):
- Podajati pripombe v zvezi z videzom mlade ženske ali na internetu objavljati fotografije mlade ženske v spodnjem perilu ali kopalkah (to je seksistično zato, ker je to oblika 'objektivizacije', kar pomeni, da se ravna z žensko kot z objektom ali v tem primeru, kot da je le telo/del telesa in ne resnična oseba, kar se pogosteje dogaja ženskam kot moškim).

Primeri trpinčenja, ki temeljijo na homofobiji

- Zmerjati nekoga samo zato, ker ni heteroseksualen (to je homofobično vedenje, ker temelji na homofobičnem stališču, da je samo heteroseksualnost normalna in/ali, da je heteroseksualnost boljša od ostalih vrst spolnih nagnjenj).
- Žaliti nekoga, ker se drži za roke ali si izkazuje čustva z nekom, ki je istega spola (to je homofobično, ker temelji na homofobičnem stališču, da se heteroseksualni pari lahko držijo za roke v javnosti/izkazujejo svoja čustva, istospolni pari pa tega ne smejo).

Primeri nadlegovanja biseksualne osebe (ki temeljijo na bifobiji)

- Širiti govorice o nekom ali ga zmerjati, ker je imel razmerja tako z mladimi moškimi kot z mladimi ženskami (v teh primerih se je nadlegovanje zgodilo zaradi bifobičnega stališča, da je samo heteroseksualnost normalna in/ali je heteroseksualnost boljša od drugih vrst spolnih nagnjenj).

Primeri nadlegovanja transeksualne osebe

- Objavljanje poniževalnih opazk na spletu samo zato, ker ima nekdo 'moško' telo, vendar samega sebe vidi kot žensko (to je transfobično vedenje, ker temelji na transfobičnem stališču, da se mora naša samopodoba vedno ujemati z našim biološkim spolom oziroma telesom).
- Nespodobno nagovarjati nekoga, ker ima 'žensko' telo, vendar samega sebe vidi kot moškega (to je transfobično vedenje, ker temelji na transfobičnem stališču, da se mora naša samopodoba vedno ujemati z našim biološkim spolom oziroma telesom).

Primeri nadlegovanja osebe, ki ni v skladu s pravili spolnih vlog

- Zbadati mladega moškega in ga zmerjati, ker ima dolge lase/se ukvarja z gimnastiko/nosi rožnata oblačila (to je transfobično vedenje, ker temelji na transfobičnem prepričanju, da bi se morali vsi podrežati normam spola).
- Širjenje govoric, da je mlada ženska gej zaradi svojega videza, načina oblačenja in obnašanja, ki se komu zdi možat (to je transfobično vedenje, ker temelji na transfobičnem stališču, da sta neskladnost s pravili spolnih vlog in spolnost vedno povezana in da so ljudje, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog, vedno geji).

Primeri trpinčenja, ki temeljijo na transfobiji

- Glejte 'Transeksualnost' in 'Neskladnost s pravili spolnih vlog' (zgoraj). Transfobija obsega nadlegovanje zaradi tega, ker je nekdo transeksualec in/ali zato, ker ni skladen s pravili spolnih vlog.

Kartice (Natisnite spodnje kartice in vsako izrežite, da dobite šest ločenih kartic)

Ključni pojem: Seksizem

Najprej morate drugim članom skupine opisati, kaj je seksizem ("Seksizem je ..."). Vaša definicija mora vključevati besede, ki so navedene spodaj.

Besede, ki jih morate vključiti v vašo definicijo: moški, ženske.

Potem morate prebrati primer seksističnega stališča ali prepričanja, ki je napisan spodaj, in razložiti skupini, zakaj je primer seksističen.

Primer seksističnega vedenja ali prepričanja: Misliti, da je fant 'legenda', če je imel spolni odnos s svojo punco, njegova punca pa je 'kurba', ker je spala z njim.

Nazadnje prosite ostale v skupini, naj se poskusijo spomniti primerov nadlegovanja, do katerih bi lahko prišlo zaradi sekstičnega stališča ali prepričanja.

Ključni pojem: Homofobija

Najprej morate drugim članom skupine opisati, kaj je homofobija ("Homofobija je ..."). Vaša definicija mora vključevati besede, navedene spodaj.

Besede, ki jih morate vključiti v vašo definicijo: lezbijka, gej.

Potem morate prebrati primer homofobičnega stališča ali prepričanja, ki je napisan spodaj, in razložiti skupini zakaj je primer homofobičen.

Primer homofobičnega vedenja ali prepričanja: Misliti, da se dekle in fant, ki se privlačita, lahko v javnosti držita za roke, ne smeta pa se v javnosti držati za roke dva fanta, ki se privlačita.

Nazadnje prosite ostale v skupini, naj se poskusijo spomniti primerov nadlegovanja, do katerih bi lahko prišlo zaradi homofobičnega stališča ali prepričanja.

Ključni pojem: Biseksualnost

Najprej morate drugim članom skupine opisati, kaj je biseksualnost ("Biseksualnost je ...").
Vaša definicija mora vključevati besede, navedene spodaj.

Besede, ki jih morate vključiti v vašo definicijo: oba.

Nato morate prebrati spodnji primer o biseksualnosti in razložiti skupini, zakaj je to primer biseksualnosti.

Primer biseksualnosti: Sara ima trenutno fanta Ivana. Prej je hodila s punco.

Nazadnje skupino vprašajte, naj se poskusijo spomniti primerov nadlegovanja, do katerih bi lahko prišlo, ker je nekdo biseksualec.

Ključni pojem: Transseksualec

Najprej morate drugim članom skupine opisati, kaj je transeksualnost ("Transeksualnost je ...").
Vaša definicija mora vključevati besede, navedene spodaj.

Besede, ki jih morate vključiti v vašo definicijo: biološki spol, spolna identiteta.

Nato morate prebrati spodnji primer transeksualne identitete in razložiti skupini, zakaj je to primer transeksualne identitete.

Primer transeksualne identitete: Oseba, ki ima moško telo in se dojema kot ženska.

Nazadnje skupino prosite, naj se poskusijo spomniti primerov trpinčenja, do katerih bi lahko prišlo, ker je nekdo transseksualec.

Ključni pojem: Ljudje, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog

Najprej morate drugim članom skupine opisati, kaj pomeni, da nekdo ni v skladu z družbenimi normami glede spolnih vlog ("Neskladnost s pravili spolnih vlog je ..."). Vaša definicija mora vključevati besede, navedene spodaj.

Besede, ki jih morate vključiti v vašo definicijo: videz, oblačenje, obnašanje.

Nato morate prebrati spodnji primer neskladnosti s pravili spolnih vlog in razložiti skupini, zakaj je to primer neskladnosti s pravili spolnih vlog.

Primer osebe, ki ni v skladu s pravili spolnih vlog: ženska z moškimi značilnostmi.

Nazadnje skupino prosite, naj se poskusijo spomniti primerov nadlegovanja, do katerih bi lahko prišlo, ker je nekdo oseba, ki ni v skladu s pravili spolnih vlog.

Ključni pojem: Transfobija

Najprej morate drugim članom skupine opisati, kaj je transfobija ("Transfobija je ..."). Vaša definicija mora vključevati besede navedene spodaj.

Besede, ki jih morate vključiti v vašo definicijo: transeksualnost, neskladnost s pravili spolnih vlog.

Nato morate prebrati spodnji primer transfobičnega vedenja in razložiti skupini, zakaj gre tu za primer transfobičnega vedenja.

Primer transfobičnega vedenja ali prepričanja: Misliti, da bi se morali fantje, ki se oblačijo ali obnašajo kot ženske, potruditi biti bolj možati.

Nazadnje prosite ostale v skupini, naj se poskusijo spomniti primerov nadlegovanja, do katerih bi lahko prišlo zaradi transfobičnih stališč ali prepričanj.

5. aktivnost

Naslov	Postavljanje meja
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Določiti osebne meje za vsakega od moderatorjev. • Ustvariti pravila obnašanja za moderatorje. • Pregledati in soglašati z osnovnimi pravili za udeležence delavnice. • Pogovoriti se o tem, kaj je potrebno storiti, če se pravil obnašanja ali osnovnih pravil ne upošteva.
Trajanje	50 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • List papirja in pisalo za vsakega od moderatorjev. • Tabla in kreda.

Ta aktivnost ima dva koraka.

Korak 1 (2 min)

Prosrite vsakega od moderatorjev, naj v središče svojega lista nariše majhnega človečka, ki predstavlja njega samega. Nato naj okrog človečka narišejo krog, ki je dovolj velik, da se lahko vanj piše, hkrati pa naj pustijo tudi dovolj prostora za pisanje izven kroga. Pojasnite, da krog predstavlja osebno mejo udeleženca.

Korak 2 (8 min)

Vsakega od moderatorjev prosite, naj si predstavljajo sebe, kako vodi delavnico ACT v skupini mladih ob pomoči ostalih iz njegove vrstniške skupine. Prosite jih, naj vpišejo v *sredino kroga* vse, kar bi jih med vodenjem delavnice ACT pomirjalo in zaradi česar bi se počutili sproščeni in spoštovani. Prosite jih, naj vpišejo *izven kroga* vse, kar bi jih med vodenjem delavnice ACT razburjalo in zaradi česar bi se počutili nesproščeni in nespoštovani.

Opomba vodilnemu moderatorju: Medtem ko moderatorji to delajo, naj razmišljajo o stvareh, ki so navedene spodaj. Morda boste želeli najprej moderatorjem prebrati ta vprašanja, da bi jim pomagali pri tej vaji.

- Koliko 'osebnega prostora' potrebujete med sabo in drugimi? (Fizične meje)
- Ali obstajajo primeri, ko je dovoljeno dotikanje drugih ljudi (na primer objem) in ali obstajajo primeri, ko to ni sprejemljivo? (Psihične meje)
- Kako bi se počutili, če bi vas nekdo spraševal osebne stvari, povezane z vašim videzom, spolnostjo ali spolom? (Čustvene meje)
- Kako radi razpravljate o svojem življenju in izkušnjah z drugimi? (Čustvene meje)
- Kakšne vrste dejanj ali govora bi se vam zdela žaljiva? (Čustvene meje)
- Katere druge stvari bi lahko *udeleženci* naredili, da bi se vi ob tem počutili lagodno, sproščeno in spoštovani (na primer pozorno poslušanje) ali nelagodno, nesproščeno in nespoštovani (na primer, če bi udeleženci med seboj klepetali in ne bi poslušali)?

- Katere druge stvari bi lahko drugi moderatorji naredili, da bi se vi ob tem počutili lagodno, sproščeno in spoštovani (na primer smehljanje in kimanje, medtem ko govorite skupini), ali nelagodno, nesproščeno in nespoštovani (na primer, da bi vas neposredno izzivali zaradi vaših besed pred udeleženci delavnice ali pa vas prekinjali)?

Korak 3 (5 min)

Skupina se zbere skupaj in razpravlja o tem, kakšne stvari so napisali znotraj in zunaj meja na svojih listih.

Opomba vodilnemu moderatorju: Zelo verjetno bodo razlike (morda celo zelo močne) med tem, kaj ljudi sprošča, in tu morate izpostaviti, da ni nujno, da tu obstajajo 'pravi' ali 'napačni' odgovori.

Korak 4 (20 min)

Skupina naj se pogovori in dogovori za skupna pravila za moderatorje, ki naj veljajo med vodenjem delavnice. Eden od udeležencev (odrasel ali mlad) naj na tablo napiše seznam, kaj skupina sprejema kot ključna 'pravila', glede katerih se vsi strinjajo. Skupina naj se po tem pogovori o tem, kaj je treba storiti, če se kdo 'pravil' ne drži.

Opomba vodilnemu moderatorju: Cilj teh 'pravil' je poskrbeti, da se vsi moderatorji strinjajo glede tega, kaj je med vodenjem delavnice v zvezi z medsebojnim obnašanjem moderatorjev 'dobro' in kaj ni 'dobro' (na primer pomagati drugemu moderatorju, če ima težave, ne neposredno izzivati drugega pred udeleženci delavnice in ne prekinjati drug drugega). Ta pravila obnašanja bodo morda podobna osnovnim pravilom za usposabljanje moderatorjev iz prvega dne usposabljanja, lahko pa bodo povsem drugačna. Določanje pravil vedenja zmanjša verjetnosti, da bi se moderatorji med delavnico počutili neprijetno, ali pa da ne bi bili prepričani v to, kako naj se odzovejo na situacije, ki se bodo morda pojavile. Glede tega, kaj je treba narediti, če se kdo ne drži 'pravil', naj morda moderatorji za vsako od pravil določijo posebne ukrepe; lahko določijo tudi več ukrepov za enega od pravil, odvisno od tega, kdo se pravila ni držal (na primer mladi ali odrasli moderator) in kolikokrat je pravilo prekršil. Lahko bodo prekršek na primer celo spregledali ali se z moderatorjem pogovorili na štiri oči; lahko da bodo prosili za nasvet drugega moderatorja; lahko pa se zgodi, da bodo poiskali pomoč izven vrstniške skupine (na primer pri osebju šole itd.)

Korak 5 (15 min)

To je končni korak. Skupina naj pregleda in soglaša z osnovnimi pravili za udeležence delavnice in kaj je treba narediti, če se katero od teh pravil ne upošteva. v skupini preberite razdelek 7.4 in se odločite, ali bi želeli osnovnim pravilom kaj dodati ali jih spremeniti.

Opomba vodilnemu moderatorju: Če se skupina odloči, da bo osnovnim pravilom kaj dodala ali kaj popravila v zvezi s kršenjem pravil, priporočamo, naj dodajo zaznamke v zvezi s tem v svoje izvode paketa ACT, tako da imajo to informacijo med vodenjem delavnice ACT pri roki.

6. aktivnost

Naslov	Vadimo predstavljanje in vodenje
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> Naučiti se obvladovati čustva in nervozo. Ugotoviti, kako verbalno in neverbalno učinkovito voditi ter vaditi izvajanje teh veščin. Vaditi načrtovanje in izvajanje aktivnosti delavnice znotraj vrstniških skupin. Pridobiti nekaj začetnih izkušenj na področju vodenja in komuniciranja s skupino.
Trajanje	2 uri 5 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> List papirja in pisalo za vsakega od moderatorjev. Potrebščine za skrajšane aktivnosti delavnice ACT 'Prepoznavanje in raziskovanje norm in stereotipov', ki bodo uporabljene v korakih od 4 do 6 tega usposabljanja (glejte spodaj - potrebščine navedene v preglednici na začetku skrajšanih aktivnosti).

Ta aktivnost ima šest korakov.

Korak 1 (10 min)

V skupini preberite spodnje namige, kako obvladati občutke nervoze, in nasvete o učinkoviti neverbalni in verbalni komunikaciji.

Korak 2 (10 min)

Vsak od moderatorjev naj si izbere temo, na katero bo lahko stoje govoril pred skupino 2 minuti, ter naj si na list papirja zapiše, kaj bo govoril.

Opomba vodilnemu moderatorju: Moderatorji naj si izberejo takšno temo, o kateri vedo nekaj veliko in jih veseli: to je lahko na primer hobi ali zanimanje, lahko pa si izberejo nekaj, o čemer so se učili v šoli. Za to zadostuje že niz besed po alinejah, ki jih bodo opomnile na to, katere podatke želijo omeniti. Moderatorji naj upoštevajo nasvet iz koraka 1, torej naj si morda ob svojem nizu besed delajo kratke zaznamke ali 'opomnike', ki jim bodo v pomoč; če jih na primer skrbi, da ne bodo vzpostavili očesnega stika s poslušalci, naj si kot opomnik poleg niza besed preprosto napišejo 'očesni stik'.

Korak 3 (40 min)

Vsak udeleženec naj vstane in se 2 minuti pogovarja s skupino o izbrani temi s pomočjo osnutka, ki ga je izdelal v 2. koraku. Predlagajte moderatorjem, naj med govorjenjem poskušajo upoštevati nasvet iz koraka 1. Ko vsak od udeležencev neha govoriti, morate:

1. Prosim skupino, naj opredeli dve stvari, ki ju je udeleženec izvedel še posebej dobro, in naj ju izpostavi udeležencu.

2. Prosite moderatorja, ki je govoril, naj izpostavi vse, kar ga morda skrbi, ali za kar meni, da mu ni dobro uspelo, da lahko dobi v zvezi s tem povratne informacije (na primer, če se moderatorju zdi, da je govoril prehitro, ali da ni vzpostavil očesnega stika, lahko vpraša skupino, ali se je tudi njim tako zdelo in če, ali imajo kakšen nasvet, kako naj to odpravi).

Opomba vodilnemu moderatorju: Ključni cilj korakov 2 in 3 je, da vsak od moderatorjev vadi učinkovito vodenje in pri tem upošteva nasvet iz 1. koraka. Na tej točki tema predstavitve ni pomembna; moderatorji naj se potrudijo obvladati spretnosti učinkovitega vodenja, preden jih uporabijo pri aktivnostih delavnice, katere teme ne bodo enako dobro poznali.

Tu priporočamo, da naredite premor.

Korak 4 (15 min)

V preostalem delu te aktivnosti se uporablja skrajšana različica aktivnosti 'prepoznavanje in raziskovanje norm in stereotipov' za delavnico ACT (podrobno v nadaljevanju). Udeleženci naj oblikujejo dve vrstniški skupini ("Vrstniška skupina 1" in "Vrstniška skupina 2"). Naročite vrstniški skupini 1, naj se pripravi na izvedbo koraka 1 in 2 skrajšane aktivnosti pred vrstniško skupino 2, vrstniški skupini 2 pa naročite, naj se pripravi na izvedbo koraka 3 pred vrstniško skupino 1. Vsaka vrstniška skupina naj prebere skrajšano aktivnost in se odloči, kako bo izvedla potrebne korake (npr. naloge si razdelijo različni člani vrstniške skupine - Kdo bo vodil? Kdo bo meril čas? Kako bodo drugi moderatorji podpirali ekipo?).

Opomba vodilnemu moderatorju: Koraki 4 do 6 te aktivnosti nadgrajujejo prejšnje korake; cilji korakov 4 do 6 so dati moderatorjem priložnost uporabiti svoje spretnosti v aktivnosti delavnice ACT, pridobiti izkušnje pri načrtovanju in izvajanju aktivnosti delavnice znotraj vrstniške skupine ter pridobiti nekaj začetne prakse pri vodenju skupinskih aktivnosti. Ti dve vrstniški skupini naj bosta isti skupini, ki bosta izvedli delavnico ACT za mlade. Vsaka skupina naj ima 2 mlada moderatorja; npr. dva mlada od 16 do 18 let - en fant in eno dekle, ali dva mlada od 19 do 21 let - en fant in eno dekle, ter enega odraslega moderatorja.

Korak 5 (25 min)

Vrstniška skupina 1 naj predstavi svoje korake vrstniški skupini 2, pri tem pa naj se trudi upoštevati nasvet iz koraka 1.

Potem naj vrstniška skupina 2 izpostavi in se pogovori o dveh stvareh, ki jih je vrstniška skupina 1 opravila posebej dobro, in o dveh stvareh, kjer bi jima koristilo več vaje (te povratne informacije se lahko na primer nanašajo na njihov nivo načrtovanja, njihove govorniške sposobnosti, način, na katerega so delovali kot vrstniška skupina, ali pa na način, na katerega so vodili skupinske aktivnosti).

Korak 6 (25 min)

To je končni korak. Ponovite korak 5 za vrstniško skupino 2.

Namigi za korak 1

Namigi, kako obvladovati čustva in nervozo

Povsem normalno je občutiti nervozo pred nastopom, vendar obstajajo tehnike, ki vam lahko pomagajo omiliti te občutke.

- Poskrbite, da boste dobro pripravljene; to vam bo omogočilo, da se boste počutili bolj sproščeni in da boste manj nervozni.
- Preden začnete govoriti, nekajkrat globoko vdihnite in govorite z odmerjenim tempom.
- Mislite na to, da ste tam kot del skupine moderatorjev, ter da ste tam zato, da drug drugega podpirate; če imate težave, vam bo nekdo priskočil na pomoč.
- Če vas je strah, da vas bo kdo vprašal nekaj, na kar ne poznate odgovora, se zavedajte, da je povsem sprejemljivo reči, da ne poznate odgovora. Celo najbolj izkušeni učitelji in vodje ne poznajo odgovorov na vse. Če niste prepričani v odgovor, lahko rečete da ne veste, vendar se boste pozanimali in jim sporočili.

Nasveti za neverbalno komunikacijo:

Ko naslavljate celotno skupino med delavnico:

- Vstanite, tako da vas lahko vidijo vsi v sobi.
- Poskusite z občinstvom obdržati stalni očesni stik. To jim pomaga, da ostanejo osredotočeni na to, kar govorite. Pogled v občinstvo in gor ter ne v tla omogoča, da vaš glas potuje dovolj daleč, da vas občinstvo lahko sliši.
- Poskusite vzpostaviti očesni stik z vsakim v prostoru, ne pa gledati ves čas isto osebo. To bo pripomoglo k temu, da se bodo vsi počutili vključene, in preprečilo, da bi se en ali dva posameznika počutila neprijetno ali se spraševala, zakaj vedno gledate njiju.
- Ročne kretnje so včasih lahko koristno orodje za komunikacijo in njihova občasna uporaba je sprejemljiva. Vendar pa kretnje ob prepogosti uporabi lahko postanejo moteče, zato se temu poskusite izogniti.
- Izogibajte se nervoznim kretnjam (npr. vrtenju palcev, igranju z lasmi ali nakitom, prestavljanju papirja) ali pretirani hoji sem in tja. Te dejavniki so namreč lahko moteči in zaradi njih dajete vtis nervoznega posameznika.

Ko udeleženci govorijo z vami (na primer med skupinsko diskusijo):

- Imejte očesni stik s tistim, ki govori, in vmes občasno pokimajte ali se nasmehnite. Tako pokažete, da poslušate, in dajete vtis, da cenite prispevek govornika k razpravi. Zato je govorec bolj sproščen, prav tako pa je tudi verjetneje, da se bodo drugi opogumili in pridružili razpravi. Tisti, ki so se do zdaj udeležili delavnic ACT, so nam povedali, da jim je bilo na delavnici najbolj všeč toplo, prijateljsko vzdušje, zaradi katerega so se počutili udobno med govorjenjem, zato je to zelo pomembno. Če se bodo ljudje počutili dobro, bo delavnica veliko bolj uspešna.
- Če nekdo dvigne roko in nakaže, da bi rad spregovoril naslednji, jasno pokažite, da ste ga opazili tako, da vzpostavite očesni stik z njim.

Nasveti za verbalno komunikacijo:

Ko naslavljate celotno skupino med delavnico:

- Govorite s primerno hitrostjo. Če govorite prepočasi ali zavlačujete, lahko vaše občinstvo izgubi zanimanje in se težko osredotoči na to, kar govorite. Toda če govorite prehitro, (kar se lahko zgodi včasih, ko ste živčni, ne da bi se sploh zavedali), ljudje težko sledijo vsemu, kar ste povedali.
- Govorite jasno in pazite, da ne momljate. Kot je bilo že omenjeno, glejte v občinstvo namesto v zapise ali v tla, da vaš glas nese do poslušalcev in vas tako bolje slišijo.
- Prepričajte se, da govorite dovolj glasno, da vas slišijo tudi tisti, ki so zadaj. Če je prostor velik, se ne bojte vprašati tistih, ki so bolj zadaj, ali vas dobro slišijo, ko začnete govoriti, ter/ali jih prosite, naj vam kadar koli med delavnico povedo, če vas slabo slišijo.
- Poskusite se izogniti uporabi zapletenega jezika ali izrazov, ki jih občinstvo morda ne pozna. Morda ste se tekom tega usposabljanja naučili veliko novih besed, in lepo bi bilo, če bi to lahko prenesli na udeležence delavnice, vendar pa si zapomnite, da ne uporabljate novih besed, ne da bi jih prej pojasnili.

Med skupinskimi razpravami:

- Če se razprava začne oddaljevati od teme določene aktivnosti in postaja nebitvena, poskusite pogovor počasi usmeriti nazaj na temo (ne pa prekiniti nekoga, medtem ko govori, ali mu naravnost oporekati, da to, kar je povedal, ni pomembno, saj bi se govorec najbrž počutil, kot da ne cenite njegovega prispevka).
- Če ugotovite, da sta le dva od udeležencev vpletena v razpravo, poskusite opogumiti ostale udeležence, naj se pridružijo razpravi. To lahko naredite z naslednjimi izjavami: 'Kaj pa si ostali mislite o tem?' ali 'Ali bi kdo, ki še ni nič povedal, kaj povedal v zvezi s tem?'. Kljub temu ne izpostavite nobene od oseb. Če je nekomu neprijetno govoriti o določeni temi, se ne sme počutiti prisiljen, da bi o tem govoril. Morate se izogibati tudi temu, da bi silili udeležence v to, da razlagajo zakaj imajo določeno mnenje o nečem, posebej če se to zelo razlikuje od mnenj drugih ljudi v skupini.
- Poskusite imeti v mislih, da so udeleženci delavnice zelo verjetno drugačni eden od drugega na več načinov, vključno z njihovim spolom in spolnostjo (na primer biseksualni, geji, heteroseksualni, transseksualni, taki, ki niso v skladu s pravili spolnih vlog itd.) in da imajo verjetno tudi zelo različne življenjske izkušnje (v povezavi z nadlegovanjem in spolnim trpinčenjem). Izogibajte se postavljanju vprašanj na licu mesta, zaradi katerih bi morali govoriti o svojem spolu, spolnosti in izkušnjah glede nadlegovanja.

Skajšana verzija aktivnosti za korake 4 do 6 'Prepoznavanje in raziskovanje norm in stereotipov'

Naslov	Prepoznavanje in raziskovanje norm in stereotipov
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Prepoznati in se pogovoriti o predstavah, ki jih imajo udeleženci o spolu in spolnosti. • Pomisliti, od kje izvirajo te predstave. • Podvomiti in pretehtati te predstave. • Pomisliti, kako bi lahko te predstave vodile k spolnemu trpinčenju.
Trajanje	30 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Komplet fotografij slavnih oseb in izmišljenih junakov (te lahko poiščete na koncu aktivnosti za delavnico ACT 'Prepoznavanje in raziskovanje norm in stereotipov' - v razdelku 7.7) • Seznam vprašanj za korak 1 in seznam vprašanj za korak 3 na tabli/v PowerPointu (če uporabljate tablo, boste potrebovali lepilni trak, da nalepite seznam vprašanj za korak 3 na vidno mesto). • Dodatni papir in pisalo.

Koraka 1 in 2 za vrstniško skupino 1, da se pripravi na vodenje vrstniške skupine 2

Korak 1 (5 min)

Pokažite spodnja vprašanja na tabli ali projekciji. Dajte vrstniški skupini 2 komplet fotografij slavnih oseb in izmišljenih junakov in jih prosite, da se pogovorijo o svojih odgovorih na ta vprašanja.

- Katere ženske so jim najbolj všeč? Zakaj?
- Kateri moški so jim najbolj všeč? Zakaj?
- Katere od žensk najbolj spoštujejo in se po njih zgledujejo? Zakaj?
- Katere od moških najbolj spoštujejo in se po njih zgledujejo? Zakaj?
- Za katero od žensk menijo, da je videti najboljše, ali je fizično najbolj privlačna? Zakaj?
- Za katerega od moških menijo, da je videti najboljše, ali je fizično najbolj privlačen? Zakaj?

Opomba vodilnemu moderatorju: Cilj tega koraka je spodbuditi vrstniško skupino 2, da prepozna in razpravlja o lastnih predstavah in mišljenju o spolu in spolnosti.

Če je na fotografiji igralec ali igralka, ki igra neko vlogo, lahko izberejo igralca/igralko (na primer Johnny Depp) ali pa junaka, ki ga igra (Jack Sparrow). Ni potrebno, da so soglasni v svojem odgovoru, pomembna je le razprava.

Smisel vprašanj o privlačnosti je ta, da tako moški kot ženski člani vrstniške skupine 2 določijo, katera ženska je po njihovem mnenju najbolj fizično privlačna in kateri moški je po njihovem mnenju najbolj fizično privlačen. Morda bodo malce zadržani ali pa jim bo nerodno govoriti o tem, zaradi česa je nekdo, ki je istega spola kot oni, fizično privlačen. Prosimo vas, če jim razložite, da nas zanimajo le različna mišljenja o tem, kaj je tisto, kar naredi moškega ali žensko privlačno. Vsi lahko ocenimo ali je nekdo videti dobro ali ne, kar pa še ne pomeni, da nas osebno privlači. Kljub temu pa ne smemo siliti nekoga v to, da nam pove, katera oseba istega spola se mu zdi najbolj privlačna, če tega ne želi.

Korak 2 (10 min)

Po sredini table potegnite črto in na eno stran napišite 'moški', na drugo stran pa 'ženske'. Nato spodbudite vrstniško skupino 2, da pove lastnosti (na podlagi prejšnje razprave), zaradi katerih so moški všečni, spoštovani ali privlačni. Te lastnosti naj se zapiše v stolpec 'moški'. Ponovite isti postopek pri stolpcu 'ženske'.

Korak 3 za vrstniško skupino 2, da se pripravi na vodenje vrstniške skupine 1

Korak 3 (15 min)

To je končni korak. Pokažite spodnja vprašanja na tabli³ ali projekciji. Prosite vrstniško skupino 1, naj si ogleda seznam lastnosti, zaradi katerih so moški in ženske všečni, spoštovani in privlačni (ta seznam je skupina sestavila v prejšnjem koraku 2), potem pa razpravljajte o naslednjem:

³ Ker že uporabljate tablo, na kateri je seznam lastnosti, zaradi katerih so moški in ženske všečni, spoštovani in privlačni (in ga boste potrebovali tudi pri tej aktivnosti), napišite ta vprašanja na drug list papirja in ga nalepite na vidno mesto ali pa pripravite projekcijo s temi vprašanji.

- Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški všečni/spoštovani, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so všečne/spoštovane ženske?
- Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški fizično privlačni, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so fizično privlačne ženske?
- Od kod izvirajo predstave o tem, kako naj bi se ženske in moški obnašali in kakšni naj bi bili videti?
- Ali čutite pritisk, da bi se podredili tem idejam ali 'pravilom' o tem, kako naj bi se moški in ženske obnašali in/ali kako naj bi bili videti?
- Ali menite, da lahko ta 'pravila', kako naj bi se moški in ženske obnašali/bili videti, vodijo do trpinčenja? Ali se lahko domislite kakšnega primera, kako bi lahko prišlo do tega?

Opomba moderatorju, ki vodi razpravo:

Cilji tega koraka so:

- Začeti dvomiti v nekatere predstave, ki so bile izpostavljene med korakom 2, in jih izpodbijati;
- Pomisliti, kako bi lahko te predstave vodile k spolnemu trpinčenju.

Za eno vprašanje je časa približno 3 minute (če se boste želeli pri nekaterih vprašanjih zamuditi dlje kot pri drugih, je to povsem sprejemljivo). Ne bojte se ustaviti razprave o enem vprašanju in se pomakniti na naslednje vprašanje, če se vam zdi čas primeren za to.

S spodnjimi zapiski si lahko pomagate pri vodenju razprave, ni pa nujno potrebno, da uporabite čisto vse - to ni potrebno in verjetno ne boste imeli dovolj časa za kaj takega:

- *Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški všečni/spoštovani, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so všečne/spoštovane ženske?*

Vrstniška skupina 1 je morda izpostavila stereotipne predstave o moških in ženskah, ko je odgovarjala na to vprašanje. Lahko so na primer odgovorili, da spoštujejo in so jim všeč ženske, ki so nežne, občutljive in postavljajo druge pred sebe. Lahko so odgovorili, da spoštujejo in so jim všeč moški, ki so močni, atletski, uspešni, ambiciozni in žilavi. Lahko rečejo tudi, da spoštujejo ženske, ki nimajo spolnih odnosov z veliko ljudmi, po drugi strani pa spoštujejo moške, ki lahko spravijo v posteljo veliko žensk. Če se to zgodi, jih poskušajte napeljati na razmišljanje o tem, ali je takšno mišljenje problematično. Na primer, ali ne bi bilo prav, če bi tudi moške spoštovali zato, ker so nežni, občutljivi, ter spoštovali ženske zato, ker so atletske, močne in uspešne? Zakaj se ženske ne bi mogle enako odločati glede svoje spolnosti, kot moški?

- *Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški fizično privlačni, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so fizično privlačne ženske?*

Poskusite spodbuditi vrstniško skupino 1 k spoznanju, da obstajajo v večini družb močne stereotipne predstave o tem, kako naj bi bili videti moški in kako naj bi bile videti ženske. Lahko namreč rečejo, da morajo ženske: biti lepe, imeti vitko, suho in natrenirano postavo (vendar ne preveč mišičasto), odstraniti vsaj nekaj dlak s svojega telesa (na primer oblikovati obrvi, se briti pod pazduho in po nogah) in imeti na obrazu ličila, medtem ko pa bi morali moški biti: mišičasti, relativno visoki in imeti dokaj kratke lase. Poskusite jih spodbuditi, da bi podvomili v te predstave (s postavljanjem vprašanj, kot so 'zakaj morajo biti ženske suhe/nositi ličila/briti noge in pazduhe, da bi bile privlačne?' ali 'zakaj morajo biti moški možati/visoki/imeti kratke lase, da bi bili privlačni?'). Poudarite, da ni razloga, zaradi katerega bi morali moški in ženske imeti določen videz.

- *Od kod izvirajo predstave o tem, kako naj bi se ženske in moški obnašali in kakšni naj bi bili videti?*

Ker je ta aktivnost osredotočena na slavne ljudi in junake iz filmov, bo odgovor vrstniške skupine gotovo vezan na medije. Morda jih boste želeli spodbuditi k razmišljanju o različnih vrstah medijev in katere vrste medijev predstavljajo bolj pozitivne/negativne podobe moških in žensk kot druge. Na primer, glasbeni videospoti velikokrat 'objektivizirajo' ženske (ker se osredotočajo na njihov zunanji videz, ne pa na stvari, ki jih znajo ali so v njih dobre) in so preveč spolno nazorni (ženske kažejo gole, v kopalkah, v oblačilih, izpod katerih se vidi spodnje perilo, prikazujejo ljudi v pozah, ki napeljujejo na spolnost). Modna industrija je bila deležna kritik zaradi pretiranega osredotočanja na zelo vitke ženske in zelo mišičaste moške. Tudi Disneyjevi filmi so bili deležni kritik zaradi podajanja stereotipnih predstav o moških in ženskah (na primer ženske so lepe/dobre/prijazne in jih mora rešiti pogumen in postaven princ, ali pa so zlobne in nesramne). Temu nasprotno pa so športniki in športnice velikokrat postavljeni za vzor mladim ženskam in moškim.

Vrstniško skupino 1 lahko opozorite na to, da so geji, lezbijke in biseksualci manj izpostavljeni v medijih. Lahko izpostavite tudi, da ko se zvezdniški geji, lezbijke in biseksualci pojavijo v vlogah, niso vedno predstavljeni zelo pozitivno in tudi kadar se zdi, da so predstavljeni na pozitiven način, je ta še vedno zelo stereotipen (na primer, da so geji smešni in ljubki). To je oblika homofobije/bifobije.

Morda boste želeli vrstniško skupino spodbuditi k razmišljanju o tem, kje vse so se še naučili o spolu in spolnosti. Na primer od mladih nog se učimo od družine, prijateljev, učiteljev itd. o tem, kakšne igrače, oblačila, televizijski programi, filmi in knjige so bolj primerni za fante in kateri za deklice, kako se 'morajo' dečki in deklice obnašati, pri čem naj bi bili dečki in deklice dobri in kakšni predmeti v šoli in poklici naj bi bili najbolj primerni za dečke/deklice. Od ranega otroštva naprej nas učijo tudi, da bi ljudje morali biti heteroseksualni in da morajo moške privlačiti samo ženske, ženske pa morajo privlačiti samo moški. To je problematično zato, ker vodi ljudi v miselnost, da je normalno, če te privlači nasproten spol, če te pa privlači isti spol ali oba spola, pa to ni normalno.

- *Ali čutite pritisk, da bi se podredili tem idejam ali 'pravilom' o tem, kako naj bi se moški in ženske obnašali in/ali kako naj bi bili videti?*

Predstave ali 'pravila' o teh stvareh imajo močan učinek na ljudi in se ga včasih sploh ne zavedamo. Če celotna vrstniška skupina 1 trdi, da ne obstajajo pritiski na obnašanje ali oblačenje na določen način, jim na najboljši način razširite obzorja tako, da jih vprašate, kaj bi se zgodilo, če bi ljudje 'prekršili pravila' (na primer moški postanejo medicinske sestre ali plesalci, ženske se ne brijejo po telesu in ne nosijo ličil, nekoga pa privlači ali ima odnose tako z ženskami kot z moškimi). To je dober uvod v naslednje vprašanje.

- *Ali menite, da lahko ta 'pravila', kako naj bi se moški in ženske obnašali/bili videti, vodijo do trpinčenja? Ali se lahko domislite kakšnega primera, kako bi lahko do tega prišlo?*

Prosimo vrstniško skupino 1, naj razmisli o tem, kako lahko ta pravila (ali bolj natančno kršitve teh pravil) pripeljejo do različnih vrst trpinčenja. Če imajo težave z navajanjem primerov, jih nežno usmerite proti kateremukoli od naslednjih primerov:

- Trpinčenje zaradi videza (zbadanje deklice, ker vedno nosi hlače in nikoli krila/obleke ali draženje dečka, ker ni močan, atletski in mišičast);
- Trpinčenje zaradi tega, ker je nekdo gej, lezbijka ali biseksualec (na primer širjenje govoric ali tračev o spolni usmerjenosti nekoga, ga zbadati in žaliti, ker mislite, da je gej, lezbijka ali biseksualec);
- Trpinčenje zaradi tega, ker je nekdo imel ali ni imel spolnega odnosa (na primer zbadati mlado žensko, da je 'lovača', ker je imela spolni odnos, ali širjenje govorice, da je fant gej, ker še ni imel spolnega odnosa).

6.4 Aktivnosti usposabljanja: Tretji dan

7. aktivnost

Naslov	Delo s skupinami
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Zavedanje težav skupine, ki se lahko pojavijo med izvajanjem delavnice ACT. • Prepoznavanje in strinjanje ob pojavu težav skupine in kako te težave rešiti. • Vaditi odziv na težave v vrstniški skupini, ki vrstniške skupine najbolj skrbijo.
Trajanje	2 uri 10 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Scenariji (glejte spodaj) na predstavitveni tabli ali predstavitvi.

Ta aktivnost ima šest korakov.

Korak 1 (5 min)

Prikažite Scenarij 1 na predstavitveni tabli ali predstavitvi in nato zastavite vprašanja o njem.

Scenarij 1: Nekateri udeleženci delavnice so nezainteresirani v skupinskih aktivnostih in/ali so moteči

Med aktivnostjo 'Skupna prizadevanja za zaustavitev spolnega trpinčenja' v delavnici ACT se dva mlada moška igrata s svojima mobilnima telefonoma in pričneta hoditi po prostoru. Prav tako se med mini igrami pogovarjata s svojimi prijatelji. Eden od moderatorjev ju vpraša, zakaj nista osredotočena na aktivnost in ona dva odgovorita, da je dolgočasno in ne vidita smisla.

Vprašanja:

- Kaj mislite, da bi morali vi in drugi moderatorji v vrstniški skupini v tej situaciji narediti?
- Bi morali to prezreti ali bi morali posredovati?
- Če bi posredovali, kako bi to naredili?

Opomba vodilnemu moderatorju: Moderatorji lahko predlagajo udeležencem, da morajo v vsakem primeru sodelovati v aktivnosti, ali bi morali to narediti, ker jim je bilo rečeno, da morajo. To verjetno vodi do nadaljnjega oddaljevanja udeležencev. Bolj produktivni pristop bi bil podrobnejša razlaga ciljev te določene aktivnosti.

Korak 2 (10 min)

Kot skupina preberite nasvete o posredovanju (glejte naslednjo stran) in nato razpravljajte o naslednjih vprašanjih:

- Katero vrsto posredovanja bi uporabili vi/vaša vrstniška skupina, če med izvajanjem delavnice ACT izkusite Scenarij? Zakaj?
- Bi vi/vaša vrstniška skupina uporabili drugačno posredovanje, če je vključenih več ljudi ali če se to nadaljuje ves čas delavnice?

Opomba vodilnemu moderatorju: V povezavi z nasvetom 'menjava sestave skupin za naslednjo aktivnost', ko morda moderatorji želijo, da udeleženci sami tvorijo svoje skupine za nekaj prvih aktivnosti delavnice; ko se udeleženci dobro počutijo in se ustalijo, morda moderatorji želijo preurediti skupine, še posebej pri težavah z udeleženci, ki niso zbrani ali motivirani. Na primer moderator gre lahko naokrog po prostoru, označi vsakega udeleženca s številkami od 1 do 4 in nato prosi vse s številko 1, da naredijo skupino, vse s številko 2, da naredijo skupino, in tako naprej. Pomembno je vedeti, da nasvet o posredovanju (na naslednji strani) v nobenem primeru ni izčrpen seznam posredovanja za ta scenarij in da bo skupina morda želela dopolniti svoje izvode paketa ACT z dodatnimi zamislimi.

Variacija na ta scenarij, ki bi lahko moderatorje skrbela, je, da udeleženci sprašujejo, zakaj se na sploh 'morajo' udeležiti delavnice ACT. Na primer udeleženec lahko dokazuje, da so njihovi pogledi na spol in spolnost njihova osebna mnenja in to nikogar nič ne briga. Odgovor na to bi lahko bile informacije v razdelku 2.1 (npr. da poudarite, da se morajo ne glede na to, kakšna so mnenja posameznika, mladi ljudje počutiti v šoli in v drugih mladinskih okoljih varno in brezskrbno, ter da morajo imeti možnost učenja in vzajemnega delovanja z drugimi brez groženj ali trpinčenja. Šole in druge mladinske organizacije so obvezane zagotavljati varno okolje za vse mlade ljudi in ugotoviti kakršnokoli obliko razlikovanja; izvajanje delavnice ACT z vsemi mladimi ljudmi v organizaciji so za doseganje tega najboljši način).

Korak 3 (70 min)

Za vsak scenarij v krogu (scenariji 2 do 8) prikažite scenarij na predstavitveni tabli ali predstavitvi, nato vprašajte moderatorje, kaj bi v takem primeru naredili oni in razpravljajte o odgovorih. Za vsak scenarij porabite približno 10 minut.

Opomba vodilnemu moderatorju: Cilj tega koraka je ugotovitev in strinjanje o rešitvah težav in problemov druge skupine, ki se lahko pojavijo. Zaglavje vsakega scenarija (glejte spodaj) označuje vrsto težave, ki jo je treba pretehtati; primer, ki je priložen vsakemu scenariju, se lahko prilagodi odvisno od poudarka, za katerega mislite, da bi bil v skupini najbolj uporaben. V pomoč in usmeritev razprave so vam na voljo pojasnila, a na njih se ne sme gledati kot na zagotovljen izčrpen ali zaključen seznam posredovanj; skupina lahko določi tudi druge ustrezne odzive. Moderatorji se morajo odločiti, kaj bi naredili kot vrstniška skupina, in povsem možno je, da se dve vrstniški skupini lahko odločita za povsem drugačno pot ukrepanja. Zagotavljanje obeh načinov ukrepanja je ustrezno in to ni težava; ni enega 'pravega' odgovora. Prav tako priporočamo spodbujanje skupine, da v nekaterih situacijah, kjer so spol, starost ali izkušnje vsakega moderatorja še posebej pomembne pri odločanju, pretehta, kdo se bo odzval in kako. Morda je bolj primerno, da se na nekatere težave odzove moški ali pa ženska (npr. na seksistične komentarje)? In kako se lahko moderator izogne nenehnim spolnim stereotipom pri reševanju težav skupine (npr. moški 'rešuje' žensko)? Po scenariju 4 priporočamo kratek odmor.

Korak 4 (20 min)

Vrstniška skupina 1 naj:

- Ugotovijo naj, pri katerem od osmih scenarijev so najbolj zaskrbljeni o pojavih med izvajanjem njihove delavnice;
- Opomnite jih, kaj naj naredijo v taki situaciji (kot v razpravi v predhodnem koraku).

Vsi moderatorji naj nato improvizirajo 2- do 3- minutne vloge tega scenarija; vrstniška skupina 2 naj se pretvarja, da so udeleženci delavnice, medtem ko vrstniška skupina 1 deluje kot moderatorji in vadi uporabo njihovega izbranega posredovanja.

Po igranju vloge povabite vrstniško skupino 1, da deli mnenja in razpravlja:

- Kakšen občutek je biti moderator v taki situaciji (in v okviru tega, kakšen občutek je biti vodilni ali podporni moderator);
- Kako preprosto ali težko je bilo obvladovati situacijo;
- Ali bi moral v tej situaciji vsak moderator storiti več ali manj;
- Kako bi lahko moderatorji v prihodnosti položaj rešili še bolje.

Opomba vodilnemu moderatorju: Cilji korakov 4 do 5 so zagotoviti moderatorje z možnostjo vadbe odziva na težave v skupini, ki so najbolj zaskrbljujoče. Pogovor o scenarijih je uporaben, a prav tako je pomembno, da moderatorji razvijejo praktična znanja za uporabo v takih posredovanjih.

Korak 5 (20 min)

Ponovite korak 4 z vrstniško skupino 2. Vrstniška skupina 2 mora izbrati drugačen scenarij od tistega, ki ga je izbrala vrstniška skupina 1.

Korak 6 (5 min)

To je zadnji korak. Moderatorji morajo ugotoviti, ali imajo kakšne dodatne pomisleke o vodenju skupin, in če jih imajo, razpravljati o tem, kako na njih odgovoriti.

Nasvet pri ukrepanju

Posredovanje je lahko preprosto, recimo z neko izjavo, vprašanjem ali neverbalnim vedenjem, kot je majanje z glavo. Morda je potrebno različno ukrepanje glede na vrsto in resnost situacije, kdo in koliko ljudi je vključenih in kolikokrat se situacija dogodi.

Primeri posredovanja nizke stopnje so:

- Opominjanje udeležencev delavnice na cilje aktivnosti 'Skupna prizadevanja za zaustavitev spolnega trpinčenja' in eventualne nadaljnje razlage;
- Sklicevanje na prej sprejeta osnovna pravila (npr. strinjanje celotne skupine, da lahko v nekem trenutku govori samo ena oseba in da naj ne bi bilo ločenih pogovorov s prijatelji);
- Menjava sestave skupin za naslednjo aktivnost.

Primeri posredovanja srednje stopnje so:

- Pogovorite se s posamezniki med odmorom.
- Eden od moderatorjev diskretno povabi na stran posameznike in se z njimi pogovori.

Primeri posredovanja visoke stopnje so:

- Posameznika ali posameznike zaprosite, naj zapusti(jo) delavnico in o tem obvestite ravnatelja, vodjo mladinske skupine ali drugo odgovorno osebo;
- V celoti prekinite delavnico in o tem obvestite ravnatelja, vodjo mladinske skupine ali drugo odgovorno osebo.

Scenariji 2 do 8

Scenarij 2: Udeleženec delavnice moderatorja sprašuje osebna vprašanja o spolu, spolnosti ali izkušnjah z nadlegovanjem

Med aktivnostjo 'Kaj je spolno trpinčenje?' udeleženec delavnice pove, da se iz vsakogar norčujejo o tem, kakšen je v določenem trenutku videti, in sprašuje enega od moderatorjev pred celotno skupino, ali se je to kdaj zgodilo njim. Kaj naj naredi(jo) moderator(ji)?

Opomba vodilnemu moderatorju: Kako se bo moderator odzval, je odvisno od tega, kaj čuti o deljenju osebnih informacij takih vrst (kot v pogovoru v aktivnosti usposabljanja 5 – 'Postavljanje meja'). Če moderator nima težav z odgovorom na vprašanje, potem je to v redu. Če moderator noče odgovoriti na vprašanje, bo morda želel opomniti udeležence na cilj(e) aktivnost in/ali reči nekaj podobnega kot 'poudarek aktivnosti je spolno trpinčenje/spol in spolnost na splošno, in ne določene izkušnje ljudi'. V takem primeru morda lahko moderator izpostavi, da čeprav so ljudje na račun svojega videza pogosto nadlegovani, to še ne pomeni, da je to sprejemljivo.

Scenarij 3: Za enega od moderatorjev v vrstniški skupini se zdi, da mu je neprijetno/je zelo živčen/ima težave s tem, kaj narediti

To je prva aktivnost delavnice ('Kaj je spolno trpinčenje?'). Mladi ljudje so pravkar izpolnili svojo anketo. Moderator, stiskajoč njihove zapise pred njimi, tiho in hitro vpraša udeležence, kako so se odzvali na prvo izjavo. Med govorjenjem udeležencev moderator strmi navzdol in se zaskrbljeno igra z njihovimi opombami. V razpravi nastopi premor in udeleženci gledajo moderatorja v pričakovanju, a kaže, da je moderator 'zamrnil' in ostaja tiho. Kaj naj naredi(jo) moderator(ji)?

Opomba vodilnemu moderatorju: Pomembno je, da vrstniška skupina podpira drug drugega v okoliščinah, kot je ta; moderatorji morajo pazljivo opazovati drug drugega in biti pozorni na znak, da ima eden od njih težave. Idealno je, da poskuša drug moderator najti način, da premosti to situacijo in da ne pritegne preveč pozornosti na dejstvo, da ima moderator težave (saj je to lahko neprijetno in jih lahko spodkoplje). Eden načinov premostitve tega je lahko drug moderator, ki obzirno začasno prevzame vodenje razprave, medtem ko se prvi moderator poskuša zbrati in pridobiti zaupanje. Moderator, ki prevzame, lahko nadaljuje z vodenjem razprave do konca aktivnosti (ali do zaključka koraka, če gre za daljšo aktivnost) in nato obzirno preveri, ali je prvi moderator pripravljen/sposoben nadaljevati.

Scenarij 4: Skupinska razprava postane zelo vroča in nekateri udeleženci so precej nastrojeni proti drugim

Med aktivnostjo 'Preverjanje norm in stereotipov' udeleženci razpravljajo, ali ni ali je v redu, če se javno poljubita dva fanta. Nekateri udeleženci povedo, da je to v redu, kot če se javno poljubita fant in dekle, nekateri udeleženci povedo, da bi se morala fanta poljubiti nekje zasebno, medtem ko nekateri udeleženci govorijo, da homoseksualnost sploh ni 'v redu'. Razprava postaja bolj in bolj razgreta; nekateri udeleženci pričnejo dvigovati svoje glasove in govoriti eden čez drugega. Nekaj udeležencev izjavi nasprotno komentarje, kot "dobro, kaj pa to sploh veš?". Kaj naj naredi(jo) moderator(ji)?

Opomba vodilnemu moderatorju: Moderatorji bodo morda hoteli povrniti udeležence nazaj na osnovna pravila, kajti številna pravila so prekršena (npr. samo ena oseba naj govori v določenem trenutku, vsi udeleženci morajo pazljivo poslušati druge, naj bodo spoštljivi do drugih ljudi, naj poskusijo biti odprti za drugačna mnenja itd.). Morda je dobra zamisel za moderatorje, da poskusijo spremeniti smer razprave. Če udeleženci še naprej kršijo osnovna pravila tudi po tem, ko jih je na to moderator opozoril, lahko moderatorji razmislijo o posredovanju srednje ravni (kot je pogovor s posamezniki med odmorom ali da moderatorji obzirno odpeljejo posameznike na stran in se z njimi pogovorijo).

Scenarij 5: Udeleženec izreče nekaj problematičnega ali žaljivega (npr. nekaj seksističnega/homofobičnega/transfobičnega, da so žrtve odgovorne za svojo viktimizacijo)

Med aktivnostjo 'Seksting' (pošiljanje kratkih sporočil s seksualno vsebino) eden od udeležencev pove, da če mlada ženska pošilja svoje slike v spodnjem perilu svojemu fantu, on pa jih pošlje na splet, kjer jih vidijo sošolci in jo pričnejo nadlegovati, je ona sama kriva za nastalo situacijo. Drugi udeleženec se strinja in nihče ne nasprotuje. Moderator noče, da gre ta pogled mimo ne da bi se mu oporekalo, saj je za zavedanje udeležencev pomembno, da spoznajo, da za spolno trpinčenje ni kriva oseba, ki spolno trpinčenje doživlja. Kaj naj naredi(jo) moderator(ji)?

Opomba vodilnemu moderatorju: Zelo je pomembno, da moderator poskusi oporekati seksistični/homofobični/bifobični/transfobični/kriva je žrtev pogled, ko ga udeleženci izrazijo. Vendar je prav tako pomembno, da moderatorji ne oporekajo tem odnosom na način, s katerim bi bilo osebi, ki to izrazi, nerodno, bi bila užaljena ali osmešena. Zaradi premočnega oporekanja udeležencem lahko razprava zamre, udeležence bo strah spregovoriti, češ da bodo rekli 'nekaj narobe'. Relativno nenasprotujoči in neprisiljeni način ukvarjanja s situacijo take vrste je, da se ohrabri ostale udeležence delavnice, da se odzovejo, z vprašanjem kot na primer 'kaj pa drugi misijo o tem?'. Moderatorji morda hočejo postopno dvigovati raven oporekanja med potekom delavnice tako, da med zgodnejšimi vajami (ko se udeležencem še vedno predstavlja, kaj spolno trpinčenje je in kako je povezano s seksističnim, homofobičnim, bifobičnim in transfobičnim odnosom), manj oporekajo, a ko delavnica napreduje, se povečuje oporekanje problematičnih odnosov. Moderatorji morda prav tako želijo opomniti udeležence na osnovno pravilo 'Poskušajte biti odprti in spoštljivi do drugačnega mnenja ljudi. V redu je, če se ne strinjate z drugimi, vendar to izrazite na spoštljiv način. Oporekajte idejo, ki jo je neka oseba izrazila, ne pa osebe same'.

Scenarij 6: Udeleženec delavnice prevladuje v razpravi

S sledenjem Scenariju 5 moderatorju uspe, da nekateri drugi udeleženci izrazijo drugačen pogled (npr. da je fant mlade ženske, ki je poslal fotografijo na splet, izdal njeno zaupanje, in da je narobe, da jo ljudje zato nadlegujejo), a mlada ženska še naprej trdi, da če ne bi poslala fotografije, ne bi izkusila nadlegovanja, in da to pomeni, da je nadlegovanje njena lastna krivda. Ko se drugi ne strinjajo z njo, mlada ženska govori preko njih. Tudi ko skupina prične obravnavati novo temo (npr. kako hitro se na splet poslani materiali razširijo), mlada ženska še naprej govori, ne pusti drugim do besede in jih prekinja, ko skušajo govoriti. Kaj naj naredi(jo) moderator(ji)?

Opomba vodilnemu moderatorju: Včasih lahko moderator tako situacijo reši neposredno. Izvede nekaj preprostega, na primer povabi druge ljudi v razpravo (npr. z vprašanjem, kaj oni mislijo), kar je lahko dovolj, da prepreči prevlado ene osebe v razpravi. Prav tako je lahko dobra strategija sprememba smeri razprave.

Če se te strategije ne obnesejo, je to še ena situacija, v kateri je morda uporabno, da se udeležence povrne na osnovna pravila (npr. ne govoriti eden preko drugega ali prekinjati druge, naj ima vsakdo možnost govoriti, če hoče). Če udeleženci še naprej kršijo osnovna pravila tudi po tem, ko jih je na to moderator opozoril, lahko moderatorji razmislijo o posredovanju srednje ravni (kot je pogovor s posamezniki med odmorom ali da moderatorji obzirno odpeljejo posameznike na stran in se z njimi pogovorijo).

Scenarij 7: Udeleženci delavnice so zašli s teme

Med aktivnostjo 'Seksting' udeleženci razpravljajo za in proti pošiljanju sporočil in fotografij s spolno vsebino na splet, a nato razprava spet zaide od teme in se prične razprava o stvareh, ki so jih nedavno videli na spletu (npr. sporočila prijateljev na Facebooku, posnetke, ki so bili objavljeni na Vine ali YouTube). Kaj naj naredi(jo) moderator(ji)?

Opomba vodilnemu moderatorju: Moderatorji morajo poskusiti usmeriti razpravo nazaj na temo. Če to ne učinkuje, je morda naslednja in preprosta strategija za moderatorja, da opomni udeležence na cilje aktivnosti, in morda širše razloži cilje, če misli, da udeleženci niso prepričani o njih. Če so številni udeleženci videti utrujeni in izgubljajo zbranost, lahko morda moderator zaželi premakniti odmor naprej.

Scenarij 8: Udeležencu delavnice je nelagodno/je razburjen/v stiski

Med razpravo skupine o mini igri za Scenarij 2 aktivnosti 'Skupna prizadevanja za zaustavitev spolnega trpinčenja' moderator opazi mlado žensko, ki sedi na stolu s telesom obrnjenim tako, da gleda rahlo stran od skupine. Ima sklonjena ramena in njene roke so prekrižane v naročju. Videti je, da namenoma gleda navzdol v svoje naročje, je zelo tiha in se izogiba očesnemu stiku z ostalimi. Videti je, kot da bo morda pričela jokati, a niste prepričani. Kaj naj naredi(jo) moderator(ji)?

Opomba vodilnemu moderatorju: To je kar težavna situacija, kajti v idealnem primeru nočete privleči pozornosti na mlado žensko (tej je lahko nerodno in/ali lahko še povečate njeno stisko, če je že tako razburjena). Eden načinov, kako k temu pristopi moderator, je lahko, da najde ugoden trenutek, da obzirno potegne mlado žensko na stran in jo vpraša, če je dobro (npr. v trenutku, ko so vsi udeleženci zaposleni z nalogo). Če mlada ženska reče, da je bila samo živčna, se lahko moderator na kratko pogovori z njo in jo vpraša, ali lahko kaj naredi, da bi se počutila bolje. Če postane očitno, da je mlada ženska razburjena ali v stiski, bo morda odrasli moderator želel podaljšati odmor, zato da bi se lahko ustrezno posvetil situaciji (npr. raziskal, zakaj je udeleženka razburjena/v stiski, se pogovoril z udeleženko, ali si še vedno želi udeležbe na delavnici ali ne, in pretehtal, ali bi bilo varneje/ustrezneje zanje, da nadaljuje, in ali udeleženka potrebuje usmeritev na neki vir podpore, npr. na šolskega svetovalca, podporno organizacijo itd.).

8. aktivnost

Naslov	Kako obravnavati razkritja
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> Kako ukrepati, če nekdo razkrije, da je bil priča ali žrtev zlorabe, virtualnega nadlegovanja ali spolnega trpinčenja. Poznati, kakšni viri lokalne podpore so na voljo za mlade moderatorje in udeležence, ki podajo razkritje.
Trajanje	20 minut
Materiali	<ul style="list-style-type: none"> Kopirajte organizacijske politike in postopke moderatorjev za mlade ljudi, ko v njihovih organizacijah nekdo izpove ali prijavi pričevanje ali izkušnjo nadlegovanja (npr. politiko šole X in postopki pri nadlegovanju). Izpolnjeni letak o lokalnih virih podpore iz aktivnosti delavnice 'Izkustvo spolnega trpinčenja: Pomoč in podpora' (glejte razdelek 7.10) – natisnite po en izpolnjeni letak za vsakega moderatorja.

Ta aktivnost ima dva koraka.

Korak 1 (15 min)

Preberite in razpravljajte s skupino o politiki in postopkih njihove organizacije, ko mladi ljudje izpovejo ali prijavijo pričevanje ali izkustvo nadlegovanja. To mora pokrivati:

- Kaj bi moral narediti mladi ali odrasli moderator, če udeleženec poda razkritje;
- Kakšno raven zaupnosti lahko/ne more nuditi udeležencem pri razkritju (če to področje še ni pokrito, preberite spodnje smernice o zaupnosti za mlade moderatorje);
- Če mora moderator prijavi razkritje nekemu drugemu (to je najverjetneje odrasli moderator in bi ga mladi moderator moral zahtevati), kaj se zgodi/kakšen ukrep se nato izvede.

Opomba vodilnemu moderatorju: Cilj tega koraka je zagotoviti, da so vsi moderatorji seznanjeni, kaj morajo narediti, če udeleženec izpove, da je bil nadlegovan ali je bil priča nadlegovanju. Prav tako je pomembno, da vsi moderatorji dobro razumejo, kaj se zgodi, ko se razkritje prenese, saj bodo moderatorji morali komunicirati s temi udeleženci.



Korak 2 (5 min)

To je zadnji korak. Podajte vsakemu moderatorju izvod izpolnjenega letaka z lokalnimi viri podpore (glejte razdelek Potrebščine). Skupaj preberite vsebino. Na koncu preverite, ali so vsi razumeli informacijo in odgovorite na kakršnokoli vprašanje.

Opomba vodilnemu moderatorju: Cilj tega koraka je zavedanje vseh moderatorjev o lokalnih virih podpore, ki so na voljo za udeležence, ki podajo razkritja, kakor tudi, da se mladi moderatorji zavedajo lokalnih virov podpore, do katerih lahko pristopijo sami, če to želijo.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Mladi moderatorji – Ključne točke zaupnosti

Če udeleženec delavnice razkrije izkušnjo ali je priča nadlegovanju:

- Ne smete deliti razkritja s svojimi prijatelji, prijatelji mlade osebe, ki je podala razkritje, ali širše.
- O razkritju morate vedno povedati odraslemu moderatorju.
- Z občutkom boste morali seznaniti udeleženca, da morate povedati odraslemu moderatorju, in razloge za to.
- Ni vaša odgovornost, da se ukvarjate s samo situacijo nadlegovanja, vaša odgovornost je, da o razkritju poročate odraslemu moderatorju.

9. aktivnost

Naslov	Prav, pa pričnimo!
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Načrtovanje korak po koraku z vašo vrstniško skupino, kako boste predavali na delavnici ACT. • Razpravljajte o praktičnih vprašanjih v organizaciji in o izvajanju delavnice. • Preverite vsa nerešena vprašanja med moderatorji.
Trajanje	3 ure + odmori
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Komplet listov za načrtovanje delavnice iz Dodatka B za vsakega moderatorja (Op. vsak moderator potrebuje 7 izvodov listov za načrtovanje za aktivnosti 1 do 7). • Pisala

Ta aktivnost ima tri korake.

Korak 1 (2 uri 30 min)

S svojimi vrstniškimi skupinami morajo moderatorji izpolniti delovne liste za načrtovanje iz Dodatka B.

Opomba vodilnemu moderatorju: Med izvajanjem tega koraka na primerni točki priporočamo odmor.

Korak 2 (15 min)

S svojimi vrstniškimi skupinami morajo moderatorji pregledati svoje izpolnjene liste za načrtovanje in pretehtati seznam za preverjanje na strani spodaj. Ko je končano, preverite, ali imajo moderatorji kakšna vprašanja ali povpraševanja.

Opomba vodilnemu moderatorju: Nekateri moderatorje lahko skrbi, da bodo kljub največjim naporom pri določenih korakih ali aktivnostih zamujali z urnikom. Odkrili smo, da je urnik delavnice ustrezen; vendar če v vrstniški skupini mislijo, da bodo verjetno potrebovali več časa za določen korak ali aktivnost za določene udeležence, s katerimi bodo delali zlasti v posebni zvezi, priporočamo ustrezno podaljšanje delavnice. Za moderatorje bo zelo pomembno, da se med trajanjem delavnice tesno držijo urnika in ne dopuščajo prekoračenja časa za korake ali aktivnosti; tako početje bo na račun možnosti učenja udeležencev v naslednjih korakih in aktivnostih. Če moderator zamuja, priporočamo manjšo porabo časa pri izvajanju vsakega koraka, da se doprinese čas; ne priporočamo odstranjevanja celih korakov iz aktivnosti, saj vsak korak gradi na predhodnih korakih, kar pomeni, da ne bodo izpolnjeni vsi cilji delavnice ACT.

Korak 3 (15 min)

To je zadnji korak pred zaključkom programa usposabljanja. Kot skupina morajo vsi moderatorji razpravljati:

- Kako zdaj gledajo na izvajanje delavnice ACT;
- Koliko se čutijo pripravljene;

- Ali imajo kakšno posebno vprašanje ali skrb o izvajanju delavnice;
- Ali imajo potrebo po dodatnem usposabljanju ali podpori, in če, kako naj se to izvede (npr. ali vrstniška skupina čuti, da potrebuje usposabljanje za glasen uvod in zaključek vsake aktivnosti?);
- Ali so še vedno pripravljeni izvajati delavnico.

Seznam preverjanja za vrstniške skupine

- Ali razumete vse cilje vsake aktivnosti delavnice?
- Ali ste se odločili, kako boste postopali, da bo namen vsake aktivnosti udeležencem delavnice jasn (npr. ko povežete z ene aktivnosti na naslednjo)?
- Ste pretehtali praktične težave, povezane z izvajanjem delavnice (npr. prostor, oprema, materiali, urnik)? Zaradi narave aktivnosti je potreben relativno velik prostor za delavnico (npr. igranje vlog).
- Ali bo vsak na ta dan nosil uro ali je ura v prostoru?
- Ali ste se odločili, ali želite uporabljati predstavitevno tablo ali PowerPoint za prikaz informacij?
- Ste se odločili, koliko informacij bi radi postavili na predstavitevno tablo ali predstavitev? Morda si želite prikazati načrt dneva, osnovna pravila in vprašanja za aktivnosti. Morda si boste zaželeli dodatno prikazati povzetek vsake aktivnosti ali povezave na medijske posnetke.
- Ste bili občutljivi na prednosti in potrebe vsakega moderatorja (npr. ali so nekatere teme ali predmet razgovora, ki je vrstniški skupini posebej všeč ali ji delno ni všeč)?
- Ali ste vključili 15-minutni sestanek vaše vrstniške skupine na koncu vsakega dneva delavnice? Na sestanku se mora zbrati vsa vrstniška skupina, da oceni potek delavnice tega dne, vse nastale težave in kako bi lahko te težave naslednjič bolje reševali (to je lahko v povezavi s katerimkoli vidikom delavnice, vključno s težavami ekipe pri delu).
- Ali so potrebne nadaljnje dopolnitve za vaše liste načrtovanja, da pri izvajanju delavnice zagotovite občutek samozavesti in varnosti celotne skupine?

POGLAVJE 7: ČAS JE ZA UKREPANJE: DEJAVNOSTI V SKLOPU DELAVNICE, KI OBRAVNAVAJO SPOLNO TRPINČENJE

7.1 Pregled vsebin delavnice ACT

Na podlagi raziskav, vodenih z mladimi ljudmi in strokovnjaki za projekt ASBAE, se delavnica ACT osredotoča na pet tem:

Tema	Aktivnost	Cilji
Ozaveščenost o spolnem trpinčenju	1.	<ul style="list-style-type: none"> Ozavestiti ljudi o tem, kaj je spolno trpinčenje. Identificirati različne vrste vedenja pri spolnem trpinčenju. Razumeti razliko med šalo/zafrkavanjem in nadlegovanjem.
Spol in seksualnost	2.	<ul style="list-style-type: none"> Identifikacija in razprava o idejah udeležencev o spolu in seksualnosti. Da razmislijo, od kod bi lahko prišle take ideje. Da pričnejo spraševati in oporekati tem idejam. Da določijo, kako take ideje lahko vodijo v spolno trpinčenje.
	3.	<ul style="list-style-type: none"> Uporaba znanja udeležencev iz predhodne aktivnosti o izjavah spola/spolnosti, ki se lahko izjavijo ali slišijo. Spraševanje in oporekanje predsodkom in stereotipom, o spolu in spolnosti.
Seksting – Pošiljanje kratkih sporočil s spolno vsebino	4.	<ul style="list-style-type: none"> Identificiranje, komu udeleženci lahko zaupajo s svojimi osebnimi sporočili ali fotografijami. Razumevanje, da morajo udeleženci vedno vprašati za dovoljenje pošiljatelja, preden delijo njegova osebna sporočila/fotografije. Razumevanje, kako hitro se lahko delijo sporočila in fotografije preko mobilnega telefona ali spleta. Razumevanje stalnost sporočil in fotografij, poslanih na splet. Opredeliti strategije, s katerimi lahko mladi sebe in svoje prijatelje zaščitijo na spletu.
Posledice spolnega trpinčenja	5.	<ul style="list-style-type: none"> Razumeti čustveni vpliv, ki ga ima lahko spolno trpinčenje na tiste, ki so ga doživeli. Identifikacija razpona kratkoročnih in dolgoročnih učinkov in posledic spolnega trpinčenja za tiste, ki so to doživeli.

Tema	Aktivnost	Cilji
Reševanje problema spolnega trpinčenja	6.	<ul style="list-style-type: none"> • Razumevanje, da vsakdo lahko pomaga umiriti ali preprečiti situacije spolnega trpinčenja. • Prepoznavanje, kaj lahko prepreči ali podpre posredovanje v situacijah spolnega trpinčenja. • Poznati potrebne korake pred posredovanjem kot očividec. • Identifikacija varnih načinov posredovanja, če je udeleženec očividec spolnega trpinčenja. • Uporaba novega znanja za razlikovanje scenarijev spolnega trpinčenja. • Vadba posredovanja kot očividec.
	7.	<ul style="list-style-type: none"> • Razprava o idejah udeležencev o tem, kaj narediti, če sami osebno izkusijo spolno trpinčenje, in tehtanje možnih izidov uporabe teh idej. • Zagotavljanje smernic o tem, kaj naj bi ob izkušnji spolnega trpinčenja naredili. • Da razpravljajo o razlogih, zakaj udeleženci morda ne bodo prijavili spolnega trpinčenja, in da poskusijo opredeliti te pomisleke. • Da razložijo, kakšni lokalni viri podpore so na volja za tiste, ki izkusijo spolno trpinčenje. • Da uporabijo to novo znanje pri določitvi osebnega načrta, kaj narediti, če izkusijo spolno trpinčenje.

Za izpeljavo ciljev paketa ACT je treba zaključiti vseh sedem aktivnosti. Delavnica ACT je bila vnaprej zasnovana za izvajanje v dveh poldnevni delavnicah; vseeno jo je mogoče prilagoditi in ustvariti program za redne tedenske delavnice, ki trajajo 45 do 60 minut. Naslednje strani nudijo primer urnika za dve poldnevni delavnici ACT, ki potekata prvi dan od 9.00–13.20 in od 9.00–13.20 drugi dan. Ne priporočamo krčenja delavnice v en sam dolg dan; ugotovili smo, da tako moderatorji kot tudi udeleženci delavnice postanejo utrujeni, če traja delavnica dolgo in manj je verjetno, da bodo udeleženci delavnice sposobni obdržati zbranost in razmišljanje o materialu.

Dan/ datum	Ura pričetka	Kaj delati/ime aktivnosti	Dolžina	Pripraviti potrebščine
1.	9.00	Dobrodošlica in uvod	10 min	Dnevni načrt na predstavitveni tabli/predstavitvi
1	9.10	Osnovna pravila	10 min	Osnovna pravila na predstavitveni tabli/predstavitvi
1	9.20	Aktivnosti za prebijanje ledu	15 min	
1	9.35	1. aktivnost Kaj je spolno trpinčenje?	45 min	Natisnjene ankete in pisala
1	10.20	2. aktivnost Identificiranje in raziskovanje pravil in stereotipov	45 min	Natisnjene slike znanih oseb/ domišljjskih likov, seznam vprašanj za korak 1 in korak 3 na predstavitveni tabli/predstavitvi, papir za predstavitveno tablo in pisalo
1	11.05	Odmor	15 min	
1	11.20	3. aktivnost Preverjanje norm in stereotipov	55 min	Stoli, natisnjen seznam izjav
1	12.15	4. aktivnost Seksting – Pošiljanje kratkih sporočil s spolno vsebino	55 min	Računalnik s priklopom na splet in projektor, seznam vprašanj na predstavitveni tabli/predstavitvi, papir in pisala za vsako skupino, predstavitvena tabla in pisalo, natisnjen letak o varnosti socialnih omrežij za vsakega udeleženca
1	13.10	Zaključek aktivnosti	10 min	
1	13.20	Zaključek delavnice: Kratek sestanek moderatorjev	15 min	

Dan/ datum	Ura pričetka	Kaj delati/ime aktivnosti	Dolžina	Pripraviti potrebščine
2	9.00	Dobrodošlica, uvod in kratek opomnik osnovnih pravil	15 min	Dnevni načrt na predstavitveni tabli/predstavitvi
2	9.15	Aktivnosti za prebijanje ledu	15 min	
2	9,30	5. aktivnost Učinki in posledice	65 min	Scenarij in vprašanja na predstavitveni tabli/predstavitvi, slika besednega oblaka na zaslonu, papir za predstavitveno tablo in izbor barvic za vsako skupino, natisnjeni scenariji
2	10.35	6. aktivnost Skupna prizadevanja za zaustavitev spolnega trpinčenja (1. del)	35 min	Predstavitvena tabla/predstavitev s koraki pred posredovanjem in vprašanja, predstavitvena tabla in pisalo, natisnjeni letaki o posredovanju očitca, scenariji iz pretekle aktivnosti
2	11.10	Odmor	15 min	
2	11.25	6. aktivnost Skupna prizadevanja za zaustavitev spolnega trpinčenja (2. del)	45 min	Predstavitvena tabla/predstavitev s koraki pred posredovanjem in vprašanja, predstavitvena tabla in pisalo, natisnjeni letaki o posredovanju očitca, scenariji iz pretekle aktivnosti
2	12.10	7. aktivnost Izkušnja spolnega trpinčenja: Pomoč in podpora	60 min	Predstavitvena tabla in pisalo, natisnjen letak o tem, kako ukrepati, natisnjen letak o virih podpore, natisnjen delovni list 'Moj načrt'.
2	13.10	Zaključek aktivnosti	15 min	
2	13.25	Zaključek delavnice: Kratek sestanek moderatorjev	15 min	

7.2 Nasveti za izvedbo delavnice

- Začnite ob dogovorjenem času in poskrbite, da imate vse potrebne materiale pri roki.
- Na začetku vzpostavite toplo, prijazno, sprejemljivo okolje; to ustvari veliko razliko pri uspešnosti vaše delavnice.
- Načrt delavnice je zelo širok; del vloge moderatorja je, da poskusi obdržati udeležence delavnice "pri temi", tj. osredotočene na aktivnosti delavnice. Če pričnejo govoriti o drugih stvareh, vrnite pogovor nazaj na aktivnosti.
- Zagotovite, da je eden od moderatorjev 'časomerilec'; časomerilec mora pozorno spremljati čas vsake aktivnosti, opomniti moderatorje in udeležence, ko je čas, da se premaknejo na naslednji korak ali aktivnost.
- Nasmehnite se in spodbudite udeležence k sodelovanju.
- Eno oko imejte ves čas na udeležencih, ki so morda potrti, zelo tihi ali zapustijo prostor.
- Uživajte!

7.3 Uvodni pozdrav udeležencem in predstavitev namena delavnice

Na pričetku delavnice mora en moderator pozdraviti udeležence na delavnici, nato se vsi moderatorji predstavijo.

Nato spodbudite vsakega od udeležencev, da se predstavi (morda boste pomislili o koristnosti znakov z imeni).

Nato en moderator razloži namen delavnice. Na primer:

"Na tej delavnici bomo skupaj spoznavali vrsto nadlegovanja, imenovano 'spolno trpinčenje'. Oglevali si bomo, kaj to je, kaj lahko pripelje do tega, kako se za spolno trpinčenje zlorablja mobilne telefone in splet, kako se počutijo žrtve nadlegovanja, in kako lahko to preprečimo in se proti temu skupaj borimo."

Pri pripravi, kaj boste povedali o namenu delavnice, boste morda hoteli pomisliti na predhodno aktivnost usposabljanja 1 (korak 4) – kaj je upala tvoja vrstniška skupina, da bodo mladi ljudje pridobili z udeležbo na delavnici ACT? Kaj je tvoja vrstniška skupina opredelila kot cilje delavnice ACT?

Končno podajte oris načrta dela za ta dan (prikažite to na predstavitveni tabli ali predstavitvi) – kdaj bodo odmori in kosilo?

(10 min)

7.4 Postavitev osnovnih pravil delavnice

Pomembno je določiti osnovna pravila za udeležence že na začetku delavnice, tako da vsi vedo, kaj je v redu in kaj ni (10 min). Osnovna pravila napišite na predstavitveno tablo ali predstavitev, tako da jih lahko vsi vidijo ali preverijo med potekom delavnice.

Tukaj je nekaj primerov osnovnih pravil:

- Govori naj ena oseba na enkrat. Potrudite se in ne govorite drug čez drugega ali prekinjate drugih.
- Če nekdo govori in želiš nekaj povedati, naj dvigne roko in nakaže s tem moderatorju, da bi rad spregovoril kot naslednji.
- Naj ima vsakdo možnost spregovoriti, če hoče.
- Govori vsak zase (ne govori v imenu drugih v skupini).
- Prostovoljna prijava (poskus vključiti se v pogovor ali dejavnost).
- Dobro premisli, preden spregovoriš o svojih izkušnjah (ne boš zaprosen, da na katerikoli točki govoriš o svojih lastnih izkušnjah z nadlegovanjem in ne smeš se čutiti pod pritiskom, da to storiš. Ni nobenega pričakovanja, da katerikoli udeleženec deli svoje podatke o sebi, razen če to sam želi). Izogibaj se pogovoru o stvareh, ki bi tebe ali kogarkoli drugega v skupini motile.
- Če bi rad govoril o primerih spolnega trpinčenja, ki si ga videl, o tem govori na splošno; ne podajaj podrobnosti ali imen ljudi.
- Skrbno premisli, preden spregovoriš, in razmisli, ali je to, kar boš rekel, morda žaljivo za druge.
- Pozorno poslušaj in ostani osredotočen na razpravo in dejavnosti skupine (npr. ne pogovarjaj se ločeno s prijatelji).
- Bodi spoštljiv do drugih ljudi (ne ponižuj/ne govori za njihovim hrbtom).
- Poskušaj biti odprt in pretehtajte stališča drugih ljudi. V redu je, če se ne strinjaš z drugimi, vendar to izrazi na spoštljiv način. Oporekaj idejo, ki jo je neka oseba izrazila, ne pa osebe same.
- Vse, kar je drugi mladi povedo v tem prostoru, ostane v tem prostoru. Potrudi se, da ne razpravljaš z ljudmi, ki niso bili na delavnici, o tem, kaj so povedali drugi mladi na delavnici. Lahko govoriš o tem, kaj je rekel moderator, ali kaj si se naučil iz aktivnosti.
- Prosimo, med delavnico izklopite svoje mobilne telefone.

Izjeme od zgoraj naštetega: Že od začetka je pomembno biti zelo jasen o vseh izjemah glede na osnovna pravila. Na primer, če mlada oseba razkrije, da trenutno doživlja spolno trpinčenje, bi bilo to treba deliti z nekom izven delavnice, in če, s kom? Pomembno je, da se vsi udeleženci zavedajo okoliščin, v katerih morda ne bo mogoče zadržati zaupnosti, zato se morajo ozaveščeno odločiti, kaj bi radi in kaj ne bi radi delili s skupino.

Prav tako se je treba pogovoriti, kaj se bo zgodilo, če se udeleženci ne bodo držali osnovnih pravil. Spodaj je opisan postopek, kako ukrepati v okoliščinah, ko udeleženci prekršijo osnovna pravila:

- Pri prvem kršenju pravil se vas opomni na pravila.
- Pri drugem kršenju pravil se vas zadnjič opomni na pravila.
- Pri tretjem kršenju pravil se vas zaprosi, da zapustite delavnico.
- Vendar če so prekršena pravila prvič ali drugič z na tak način, za katerega se misli, da je še posebej resen, ste lahko zaproseni, da takoj zapustite delavnico.

Preverite, ali se udeleženci strinjajo z osnovnimi pravili in tem postopkom (ali kakršnimikoli osnovnimi pravili in postopkom, o katerem so se moderatorji strinjali po Aktivnosti usposabljanja 5).

7.5 Aktivnosti za “prebijanje ledu”

Namen aktivnosti za prebijanje ledu je pričetek dogodka v sproščenem ozračju in vzpodbujanje udeležencev, da se med seboj spoznajo in pričnejo vzajemno delovati kot skupina. Izberite ENO od naslednjih aktivnosti za prebijanje ledu.

Naslov	Vi ne veste, da je ...
Trajanje	15 minut
Potrebščine	Niso potrebne.

Navodila za aktivnosti

Prosrite udeležence, da povejo svoja imena in eno stvar o sebi, ki je smešna, zanimiva ali presenetljiva.

Naslov	Iskanje skupnih lastnosti
Trajanje	15 minut
Potrebščine	• Stoli

Ta aktivnost za prebijanje ledu je povzeta iz Whitman (2007).

Navodila za aktivnosti

To aktivnost sestavljajo štirje koraki.

1. korak:

Udeleženci naj se posedejo v krog. Ena oseba stoji v sredini. Vsak stol v krogu mora biti zaseden in oseba v sredini nima kam sesti. Eden od mladih moderatorjev je lahko prva oseba v sredini, da pokaže, kaj je treba narediti.

2. korak:

Oseba, ki stoji v sredini, reče, "Iščem skupno točko z ljudmi, ki _____," in dopolni prazen prostor z osebnimi značilnostmi (npr. "ljudmi, ki imajo brata", "ljudmi, ki jim je všeč rožnata barva", "ljudmi, ki jim je všeč [vstavite ime] TV program", "ljudmi, ki igrajo instrument").

3. korak:

Tisti, ki delijo to lastnost, vstanejo in si poiščejo nov sedež, hkrati pa tudi oseba v sredini poskuša najti sedež. Udeležencem je treba povedati, da se morajo premakniti vsaj za dva sedeža (tako da se ne morejo preprosto premakniti samo en sedež levo ali desno od sebe), razen če je edina oseba, ki vstane, nekdo, ki sedi neposredno ob njih.

4. korak:

To je zadnji korak. Kdor zadnji stoji, gre na sredino in s svojo izjavo "poišče skupne lastnosti". Nadaljujte z aktivnostjo, dokler ne preteče 15 minut.

Naslov	Pridevniška igra
Trajanje	15 minut
Potrebščine	Niso potrebne.

Navodila za aktivnosti

To aktivnost sestavlja pet korakov.

1. korak:

Prosrite udeležence, naj poiščejo pridevnik, ki jih opisuje. Ta pridevnik naj se začne z isto črko kot njihovo ime. Na primer "Diana družabna."

2. korak:

Prva oseba predstavi svoje ime in pridevnik.

3. korak:

Druga oseba ponovi ime in pridevnik prve osebe, nato najavi svoje ime in pridevnik (npr. "Diana družabna", "Klara krasna").

4. korak:

Tretja oseba ponovi imena in pridevnike prvih dveh oseb ter doda svoje lastne (tj. "Diana družabna, Klara krasna, Simon simpatičen").

5. korak:

To je zadnji korak. Nadaljujte, dokler se ne predstavijo vsi udeleženci.

Komentarji

Ta aktivnost je lahko precej dolgotrajna, če je delavnica polno zasedena.

7.6 Aktivnosti na temo 1: Zavedanje spolnega trpinčenja

Na to temo obstaja ena aktivnost.

Naslov	Kaj je spolno trpinčenje?
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Vedeti, kaj je spolno trpinčenje. • Identificirati različne vrste vedenja kot primere spolnega trpinčenja. • Razumevanje, kateri dejavniki (reči) lahko ustvarijo razliko med šalami/zbadanji in trpinčenjem nekoga.
Trajanje	50 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Izvodi ankete (1 izvod na 2 udeleženca) (glejte spodaj). • Pisala

Deli te aktivnosti so povzeti iz WOMANKIND Worldwide (2010b).

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima štiri korake.

Korak 1 (5 min)

Udeležencem zastavite spodnje vprašanje in razpravljajte o njihovih odgovorih:

- Kaj je 'spolno trpinčenje'? Kaj vi mislite, da je 'spolno trpinčenje'?

Opomba za moderatorja: Definicija spolnega trpinčenja za odrasle moderatorje je podana v razdelku 4.1, za mlade moderatorje pa v razdelku 5.1. Pomembno je poudariti, da se za spolno trpinčenje ne štejejo samo izjemni primeri in fizično trpinčenje (npr. neželeno spolno dotikanje, spolni napad, posilstvo); to je pogosto napačno razumevanje med mladimi ljudmi.

Korak 2 (10 min)

Razdelite spodnjo anketo in prosite udeležence, da jo v parih izpolnijo.

Opomba za moderatorja: Priporočamo, da omogočite, da se udeleženci samo razporedijo po parih, saj bodo tako v paru z nekom, s katerim bodo sproščeni še posebej pri tej prvi aktivnosti delavnice.

Korak 3 (25 min)

Pojdite skozi vsako trditev/okoliščino v anketi v krogu in vprašajte skupino o njihovem odzivu in poslušajte njihove odgovore; razpravljajte, ali je vsaka okoliščina spolno trpinčenje ali ne in zakaj tako mislijo.

Opomba za moderatorja: Ni nujno, da se vsak par odzove in deli z drugimi svoje odgovore na vsako trditev; ključno je, da vsaj nekaj odzivov na vsako trditev in da to sproži nekaj razprave. Verjetno boste ugotovili, da pri nekaterih stvareh porabite več časa kot pri drugih (npr. vsi udeleženci se lahko hitro strinjajo o nekaterih trditvah). Poskušajte porabiti največ dve minuti za vsako podano trditev.

Dve od trditev/okoliščin v anketi nista primera spolnega trpinčenja: "Fantovski nogomet je pogosteje prikazan na TV kot dekliški nogomet" je seksistična izjava, a ni primer spolnega trpinčenja in "Spletni ogled pornografije" je nekaj, o čemer imajo udeleženci različne občutke, a to ni primer spolnega trpinčenja.

Nekateri udeleženci lahko rečejo, da nekatere trditve niso primer nadlegovanja, saj vsi to počnejo oziroma se to venomer dogaja. Treba je poudariti, da če to počne veliko ljudi, to še ne pomeni, da je to v redu ali da to ni spolno trpinčenje.

Morda boste ugotovili, da udeleženci pri trditvah pogosto označijo odgovor 'Včasih'; spodbudite jih k razpravi, zakaj so označili ta odgovor. To je lahko zato, ker morda mislijo, da je včasih v nekaterih okoliščinah to lahko šala/zafrkavanje, včasih pa je lahko nadlegovanje; to lahko vodi k naslednjemu koraku.

Korak 4 (5 min)

To je zadnji korak. Zaključite z vprašanjem udeležencem:

- Ali obstajajo razlike med zafrkavanjem, šalo in nadlegovanjem?
- Če so, kakšne naj bi bile?

Opomba za moderatorja: Poskušajte spodbuditi udeležence k razmišljanju o trditvah, ki so jih označili z 'Včasih': Kaj bi se jim moralo zgoditi, da bi se odločili, da je bila to samo šala/zafrkavanje? Kaj bi se jim moralo zgoditi, da bi se odločili, da je bilo to nesporno nadlegovanje? Dejavniki ali stvari, ki napravijo razliko med tem, ali je nekaj šala/zafrkavanje ali nadlegovanje, so:

- Kako dobro poznajo osebo, kateri to počnejo (razmerje med dvema osebama);
- Ali oseba, ki to počne, to razume kot šalo/zafrkavanje, ali to počne samo iz zlobe (namen osebe);
- Ali oseba, ki to doživlja, to razume kot zabavo ali kot vznemirjanje (kako to vpliva na osebo, ki to doživlja);
- Ali oseba to počne kljub temu, da se zaveda, da druga oseba tega ne mara ali noče (pomanjkanje spoštovanja želja osebe);
- Ali oseba, ki to počne, to počne vedno znova in znova (ponavljanje).

Prepoznavanje, da so lahko pogledi na zafrkavanje, šale in nadlegovanje različni od osebe do osebe in da kar ena oseba morda šteje za šalo, lahko druga oseba to doživlja kot nadlegovanje. Morda se boste hoteli pogovarjati o tem, kako je lahko šala zabavna in prijazna, a so šale lahko tudi nizkotne; poimenovanje nečesa za 'šalo' še ne pomeni, da je v redu in da ni bil namen nekoga prizadeti.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne 'učne točke' te aktivnosti (2 do 3 min). Z 'učnimi točkami' mislimo:

- Ali obstajajo točke, ki so bile obravnavane v tej aktivnosti, ki bi jih radi ponovili in se tako prepričali, da si jih bodo udeleženci zapomnili?
- Ali obstaja kaj točno določenega, za kar mislite, da se morajo udeleženci naučiti v tej aktivnosti, in na kar jih hočete opozoriti?

Morda boste zaželeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo. Na primer:

- Spolno trpinčenje ni vedno skrajno ali fizično nadlegovanje;
- Kar šteje ena oseba kot šalo, lahko druga oseba doživlja kot nadlegovanje.

Komentarji

Če se udeleženci med seboj dobro poznajo in jim ni nerodno pred drugim, boste morda želeli, da posamezno izpolnijo anketo v koraku 2; če ne, vam priporočamo, da izpolnijo anketo v parih, saj je manj ogrožajoče, še posebej za prvo aktivnost v delavnici.

Anketa (natisnite to stran po en izvod za vsakega udeleženca)

Ali so to primeri spolnega trpinčenja ...?	Vedno	Včasih	Nikoli
Strmenje v telo nekoga (npr. v prsi, mišice ali zadnjico) na način, ki mu je neprijeten.			
Klicanje dekleta z vzdevki, ker nima dolgih las ali ker ni naličena ali zaradi obleke.			
Ustvarjanje šal o seksu z nekom.			
Ustvarjanje zlobnih komentarjev o nekom, da še ni seksal.			
Pokanje z vlečenjem trakov nedrčka.			
Poimenovanje dekleta z 'cipa' ali 'lovača', ker je morda seksala.			
Pošiljanje spletnih sporočil z namigovanjem, da je dekle v vašem razredu morda lezbijka.			
Zavračanje skupnega dela s sošolko, ker morda misli o sebi kot o fantu in ji je ljubše klicanje s fantovskim imenom.			
Grabljenje zadnjice nekoga kot šala.			
Ponazarjanje spolnih gibov za hrbtom nekoga (npr. pretvarjanje seksanja z njimi).			
Deljenje slik s pomanjkljivo oblečeno osebo, ki jo poznate, preko socialnih medijev.			
Fantovski nogomet je pogosteje prikazan na TV kot dekliški nogomet.			
Pritisk na nekoga, da naj deli svoje fotografije, kjer je gol(a) ali v spodnjem perilu.			
Šale o fantu, ker je privlačen tako za dekleta kot za fante.			
Pošiljanje nekomu pornografske slike ali posnetke s spleta.			
Poimenovanje fanta s 'strahopetec' ali 'punčka', ker ne mara športa.			
Gledanje pornografije na spletu.			

7.7 Aktivnosti na temo 2: Spol in seksualnost

Na to temo sta dve aktivnosti. Obe dejavnosti je treba dokončati.

Naslov	Identificiranje in raziskovanje pravil in stereotipov
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Identifikacija in razprava o idejah udeležencev o spolu in seksualnosti. • Da razmislijo, od kod bi lahko prišle take ideje. • Da pričnete spraševati in izzovete te ideje. • Da razmislijo, kako take ideje lahko vodijo v spolno trpinčenje.
Trajanje	45 minut
Materiali	<ul style="list-style-type: none"> • Niz slik znanih oseb in izmišljenih likov za vsako skupino (skupine s 3 do 4 udeleženci). • Seznam vprašanj za korak 1 in korak 3 na predstavitveni tabli/predstavitvi (če uporabljate predstavitveno tablo za lepljenje seznama vprašanj za korak 3 potrebujete lepilni trak). • Dodatni papir za predstavitveno tablo s pisalom

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima tri korake.

Korak 1 (5 min)

Prikažite spodnja vprašanja na predstavitveni tabli ali predstavitvi. Prosite udeležence, da oblikujejo majhne skupine (pribl. 3 do 4 osebe). Vsaki od majhnih skupin dajte enak niz slik in jih prosite, da razpravljajo o njihovih odgovorih na vprašanja (poudarite, da ni nujno deliti odgovorov z drugimi izven njihove skupine). Krožite med skupinami, medtem ko razpravljajo o vprašanjih.

Vprašanja:

- Katera od žensk jim je najbolj všeč? Zakaj?
- Kateri od moških jim je najbolj všeč? Zakaj?
- Katero od žensk spoštujejo ali se po njej zgledujejo? Zakaj?
- Katerega od moških spoštujejo ali se po njem zgledujejo? Zakaj?
- Za katero od žensk menijo, da je videti najboljše, ali je fizično najbolj privlačna? Zakaj?
- Za katerega od moških menijo, da je videti najboljše, ali je fizično najbolj privlačen? Zakaj?

Opomba za moderatorja: Cilj tega koraka je spodbujanje udeležencev, da identificirajo in razpravljajo o lastnih idejah in mislih o spolu in seksualnosti. Prosimo jih, da to opravijo v majhnih skupinah, da jim ni treba deliti svojega osebnega mnenja preko celotne skupine. V idealnem primeru bi priporočili, da udeleženci sami izberejo svojo lastno skupino za to aktivnost in se tako bolje počutijo s soudeleženci v skupini.

Kjer je na sliki igralec ali igralka v liku, lahko izbirajo bodisi med igralcem/igralko (npr. Johnny Depp) ali likom (Jack Sparrow). Ni nujno, da se strinjajo o njihovih odgovorih, pomemben je razgovor.

Pri vprašanju o privlačnosti je ideja ta, da vsi udeleženci (mlada dekleta in mladi fantje) identificirajo žensko, za katero mislijo, da je fizično najprivlačnejša, in moškega, za katerega mislijo, da je fizično najprivlačnejši. Morda bodo malce zadržani ali pa jim bo nerodno govoriti o tem, zaradi česa je nekdo, ki je istega spola kot oni, fizično privlačen. Prosimo vas, če jim razložite, da nas zanimajo le različna mišljenja o tem, kaj je tisto, kar naredi moškega ali žensko privlačno. Vsi mi lahko prepoznamo, ali je nekdo videti dobro ali ne, a to ne pomeni, da se nam zdi privlačen. Kljub temu pa ne smemo siliti nekoga v to, da nam pove, katera oseba istega spola se mu zdi najbolj privlačna, če tega ne želi.

Korak 2 (10 min)

Narišite navpično črto na sredini predstavitvene table in napišite na eno stran 'moški', na drugo pa 'ženska'. Prosite udeležence, da povejo (glede na njihov razgovor v skupini), katere lastnosti naredijo moškega všečnega, spoštovanega ali privlačnega. To se zapiše v stolpec 'moški'. Ponovite enak postopek pri stolpcu 'ženska'.

Opomba za moderatorja: Cilj tega koraka je spodbuditi udeležence, da delijo svoje ideje in misli o spolu in seksualnosti s preostalimi v skupini. Vendar pa ni več potrebno, da bi identificirali svoja osebna mnenja o znanih osebah/likih, ki so všečni/privlačni, ter zakaj. Cilj je le zbrati podatke celotne skupine o tem, katere stvari so identificirali kot tiste, ki naredijo moškega/žensko všečnega, spoštovanega ali privlačnega.

Korak 3 (25 min)

To je zadnji korak. Prikažite spodnji seznam z vprašanji na predstavitveni tabli⁴ ali predstavitvi.

Prosite udeležence, da pogledajo seznam lastnosti, ki naredijo moškega ali žensko všečnega, spoštovanega in privlačnega (ki ga je skupina skupaj ustvarila v koraku 2) in razpravljajte o naslednjem:

- Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški všečni/spoštovani, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so všečne/spoštovane ženske?
- Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški fizično privlačni, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so fizično privlačne ženske?
- Od kod izvirajo predstave o tem, kako naj bi se ženske in moški obnašali in kakšni naj bi bili videti?
- Ali čutite pritisk, da se držite teh predstav ali 'pravil' o tem, kako naj bi se moški in ženske obnašali/bili videti?
- Ali mislite, da take vrste 'pravil' o tem, kako naj bi se moški in ženske obnašali/bili videti, vodijo v trpinčenje? Ali se lahko domislite kakšnega primera, kako bi lahko do tega prišlo?

⁴ Če uporabljate predstavitveno tablo za prikaz seznama lastnosti, ki naredijo moškega ali žensko všečnega, spoštovanega in privlačnega, prilepite ta seznam na ločen del table nekam na vidno mesto ali pa pripravite predstavitev s seznamom.

Opomba za moderatorja: Cilji tega koraka so:

- Pričnite spraševati in izzovite nekatere predstave, ki so bile identificirane v koraku 2;
- Da razmislijo, kako take ideje lahko vodijo v spolno trpinčenje.

Tukaj imamo približno 5 minut za eno vprašanje (čeprav boste hoteli potrošiti malce več časa za nekatera vprašanja kot za druga in to je tudi prav). Smernice o točkah, ki jih uporabite med razpravo o vsakem vprašanju, so podane spodaj.

- *Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški všečni/spoštovani, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so všečne/spoštovane ženske?*

Udeleženci lahko na to vprašanje odgovorijo s stereotipnimi idejami o moških in ženskah. Lahko so na primer odgovorili, da spoštujejo in so jim všeč ženske, ki so nežne, občutljive in postavljajo druge pred sebe. Lahko pa tudi rečejo, da so jim všeč ali spoštujejo ženske, ki so močne, atletske, uspešne, ambiciozne ali čvrste. Prav tako lahko rečejo, da spoštujejo ženske, za katere se zdi, da niso imele spolnih odnosov z veliko partnerji, po drugi strani pa spoštujejo moške, za katere se zdi, da so spali z veliko ženskami. Če to počnejo, jih poskušajte spodbuditi, da razmislijo o težavah s tem. Na primer, ali ne bi bilo prav, če bi tudi moške spoštovali zato, ker so nežni, občutljivi, ter spoštovali ženske zato, ker so atletske, močne in uspešne? Zakaj ne bi ženske imele enake možnosti spolne izbire kot moški?

- *Ali so lastnosti, zaradi katerih so moški fizično privlačni, podobne ali različne od lastnosti, zaradi katerih so fizično privlačne ženske?*

Poskušajte spodbuditi udeležence, da prepoznajo, da ima večina družb močne, stereotipne ideje o tem, kakšen naj bi bil videti moški in kakšna naj bi bila videti ženska. Na primer, lahko rečejo, kakšna naj bi bila ženska: ljubka ali lepa, suha, vitka ali porjavela (a ne preveč mišičasta), da naj si odstrani vsaj nekaj dlak (npr. oblika obrvi, britje nog/pazduh) in uporabi ličila, medtem ko bi morali moški: biti mišičasti, atletski in porjaveli; idealno bi bilo, če bi bili kar visoki in z relativno kratkimi lasmi. Poskusite spodbuditi udeležence, da se vprašajo o teh idejah (z vprašanjem kot 'zakaj mora biti ženska suha/naličena/z obritimi nogami ali pazduhami, da je privlačna?' ali 'zakaj mora biti moški mišičast/visok/s kratkimi lasmi, da je privlačen?'). Poudarite, da ni razloga, zaradi katerega bi morali moški in ženske imeti določen videz.

- *Od kod izvirajo predstave o tem, kako naj bi se ženske in moški obnašali in kakšen naj bi bil njihov videz?*

Ker je ta aktivnost osredotočena na znane osebe in like iz filmov, bo večina odgovorov udeležencev kot vzrok za to navedla medije. Morda jih boste želeli spodbuditi k razmišljanju o različnih vrstah medijev in katere vrste medijev predstavljajo bolj pozitivne/negativne podobe moških in žensk kot druge. Na primer, glasbeni videospoti velikokrat 'objektivizirajo' ženske (ker se osredotočajo na njihova telesa in videz, ne pa na stvari, ki jih znajo ali so v njih dobre) in so preveč spolno nazorni (ženske kažejo gole, v bikinkah, v oblačilih, izpod katerih se vidi spodnje perilo, prikazujejo ljudi v pozah, ki napeljujejo na spolnost). Modno industrijo kritizirajo zaradi prehudega osredotočenja na suhe/porjavele ženske in na zelo atletske/mišičaste moške. Tudi Disneyjevi filmi so bili deležni kritik zaradi podajanja stereotipnih predstav o moških in ženskah (na primer ženske so lepe/dobre/prijazne in jih mora rešiti pogumen in postaven princ, ali pa so zlobne in nesramne). V nasprotju s tem so športniki in športnice pogosto videni kot bolj pozitivni vzori za mlade moške in ženske. Morda boste hoteli poudariti udeležencem, da je v medijih manj poudarka na tistih ljudeh, za katere je znano, da so geji, lezbijke ali biseksualci. Prav tako lahko poudarite, da kjer se pojavijo v medijih znane

osebe ali liki, ki so geji lezbijke ali biseksualci, ti niso vedno predstavljeni v zelo pozitivni luči, in če so že prikazani v navidez pozitivni luči, je ta lahko zelo stereotipska (npr. gej je zabaven ali srčkan). To je oblika homofobije/bifobije.

Prav tako boste hoteli spodbuditi udeležence, da razmislijo, kje drugje se še lahko naučili o spolu in spolnosti. Na primer od mladih nog se učimo od družine, prijateljev, učiteljev itd. o tem, kakšne igrače, oblačila, televizijski programi, filmi in knjige so bolj primerni za fante in kateri za deklice, kako se 'morajo' dečki in deklice obnašati, pri čem naj bi bili dečki in deklice dobri in kakšni predmeti v šoli in poklici naj bi bili najbolj primerni za dečke/deklice. Od ranega otroštva naprej nas učijo tudi, da bi ljudje morali biti heteroseksualni in da morajo moške privlačiti samo ženske, ženske pa morajo privlačiti samo moški. To je težava, ki vodi ljudi v razmišljanje, da je biti privlačen drugemu spolu običajno, biti privlačen istemu spolu ali obema spoloma pa ne.

- *Ali čutite pritisk, da se držite teh predstav ali 'pravil' o tem, kako naj bi se moški in ženske obnašali/bili videti?*

Predstave ali 'pravila' o teh stvareh imajo močan učinek na ljudi in se ga včasih sploh ne zavedamo. Če vsi udeleženci trdijo, da ne obstajajo pritiski na obnašanje ali oblačenje na določen način, jim na najboljši način razširite obzorja tako, da jih vprašate, kaj bi se zgodilo, če bi ljudje 'prekršili pravila' (na primer moški postanejo medicinske sestre ali plesalci, ženske se ne brijejo po telesu in ne nosijo ličil, nekoga pa privlači ali ima odnose tako z ženskami kot z moškimi). To bi moralo voditi k naslednjemu vprašanju.

- *Ali mislite, da take vrste 'pravil' o tem, kako naj bi se moški in ženske obnašali/bili videti, vodijo v trpinčenje? Ali se lahko domislite kakšnega primera, kako bi lahko do tega prišlo?*

Prosrite udeležence, naj razmislijo o tem, kako lahko ta pravila (ali bolj natančno kršitve teh pravil) pripeljejo do različnih vrst trpinčenja. Poskusite poiskati primer vsakega od naslednjih vrst nadlegovanja:

- Nadlegovanje zaradi videza (zbadanje deklice, ker vedno nosi hlače in nikoli krila/obleke ali draženje dečka, ker ni močan, atletski in mišičast);
- Nadlegovanje nekoga, da je gej, lezbijka ali biseksualec (npr. razširjanje govoric ali opravljanje o seksualni usmerjenosti nekoga ali zafrkavanje/zmerjanje nekoga, ker mislite, da je gej, lezbijka ali biseksualec);
- Nadlegovanje zaradi tega, ker je nekdo imel ali ni imel spolnega odnosa (na primer zbadati mlado žensko, da je 'kurba', ker je imela spolni odnos, ali širjenje govorce, da je fant gej, ker še ni imel spolnega odnosa).

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

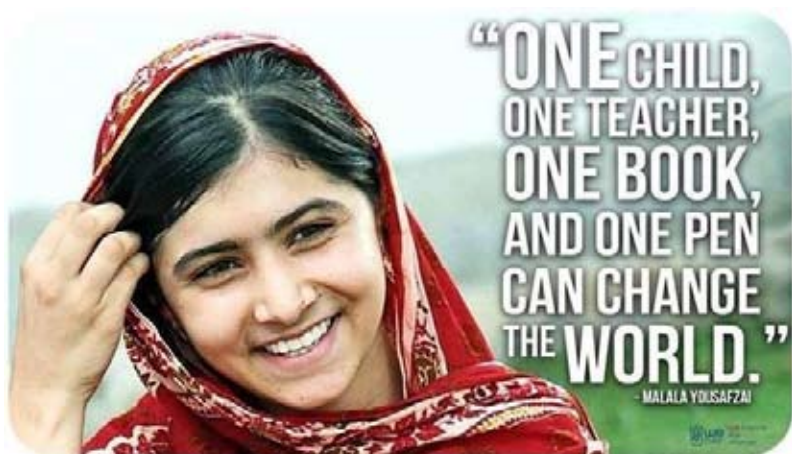
Komentarji

Zagotovili smo niz slik (fotografij), ki jih lahko uporabite za to aktivnost, vključno s slikami dobro znanih ljudi in likov (izmišljenih) iz knjig, stripov, iger, filmov ali televizijskih programov, lahko pa uporabite tudi svoje slike. Če hočete imeti svoje slike, jih boste morali za delavnico pripraviti vnaprej.

Slike za korak 1 (Natisnite niz slik za vsako majhno skupino)⁵



Angelina Jolie – igralka, posebna odposlanica Visokega komesariata Združenih narodov za begunce (UNHCR) in borka za človekove pravice.



Malala Yousafzai – borka za izobraževanje žensk in dobitnica Nobelove nagrade za mir.

⁵ Te slike so bile, kar se tiče avtorskih pravic, uporabljene na podlagi “poštene uporabe”, kar krije uporabo ilustracij za učenje, kritiko in pregled. Kot take ne smejo biti uporabljene za druge namene, kot je navedeno v paketu ACT.



Emma Watson (igralka) kot Hermione Granger (lik iz filmov o Harryju Potterju).



Jennifer Lawrence (igralka) kot Katniss Everdeen (lik v filmih Igre lakote).



Kristin Stewart (igralka) kot Bella Swan (lik v filmih Somrak).



Anna in Elsa iz Disneyjevega filma Ledeno kraljestvo.



Barbie



Merida iz Disneyjevega Poguma.



Miley Cyrus (pop pevec).



Rhianna (pop pevka).



Jay Z in Beyonce (pop pevca).



One direction (fantovski ansambel/pop pevci).



Justin Bieber (pop pevec).



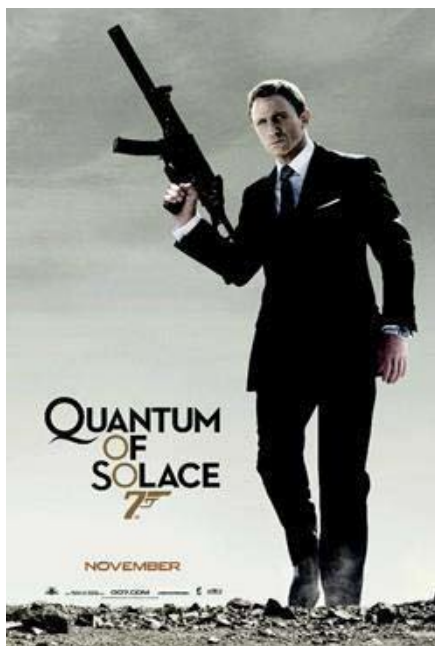
David Beckham
(angleški nogometaš in kapetan).



Tom Daley (britanski voznik).



Usain Bolt (jamajški sprinter).



Daniel Craig (igralec) kot James Bond (glavni lik v filmih o Jamesu Bondu).



Robert Downey jr. (igralec) kot Iron Man (glavni lik v filmih Iron Man).



Johnny Depp (igralec) kot Jack Sparrow (lik v Disneyjevih filmih Pirati s Karibov).

Naslov	Preverjanje norm in stereotipov
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Uporaba znanja udeležencev iz predhodne aktivnosti o izjavah spola/spolnosti, ki se lahko izjavijo ali slišijo. • Spraševanje in oporekanje predsodkom in stereotipo, o spolu in spolnosti.
Trajanje	55 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Stoli • Natisnjen list z izjavami, ki jih moderator glasno prebere (glejte spodaj).

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila za aktivnosti

Ta aktivnost ima štiri korake.

Korak 1 (1 min)

Zaprosite udeležence, da se posedejo v krog.

Korak 2 (1 min)

Recite "kdor misli ... (*glasno preberite prvo izjavo s spodnjega seznama*) ... naj zamenja stol s sosedom". Vsi udeleženci, ki se strinjajo z izjavo, morajo vstati in zamenjati sedež. Udeleženci, ki se ne strinjajo z izjavo, morajo ostati tam, kjer so.

Opomba za moderatorja: Poskušajte prebrati izjavo tako, da ne napeljete na 'pravi odgovor' (npr. vaš izraz na obrazu in ton glasu naj bo čimbolj nevtralen).

Korak 3 (4 min)

Povabite udeležence k razpravi, zakaj so ali zakaj niso zamenjali sedežev (npr. zakaj so se ali se niso strinjali z izjavo).

Opomba za moderatorja: Poskusite odkrito povabiti udeležence, da delijo svoje poglede. Ne priporočamo izbire enega posameznika, ki bi delil svoje poglede, ali zahtevati, da bi delili svoje poglede samo tisti, ki so zamenjali sedeže, oziroma tisti, ki niso zamenjali sedežev. Udeleženci nikoli ne smejo biti izpostavljeni pritisku, da razlagajo svoje mnenje. Smernice za moderatorje o vrstah stvari, ki naj bile vključene v razpravo o tej izjavi, so podane pod seznamom izjav.

Korak 4 (45 min)

To je zadnji korak. Ponavljajte koraka 2 in 3 za vsako od preostalih izjav na seznamu (5 min za izjavo).

Opomba za moderatorja: Cilj te aktivnosti je razmišljanje udeležencev in preverjanje predsodkov in stereotipov o spolu in spolnosti. Korak 2 je preprosto način vodenja v razpravo o teh težavah; ne skrbite, če je videti, da nekateri mladi ljudje 'prepisujejo' ali 'sledijo' odločitvam drugih mladih ljudi, da zamenjajo sedež ali ne, pomembna točka je naknadno razpravljanje o izjavi. Smernice za moderatorje o vrstah stvari, ki naj bile vključene v razpravo o tej izjavi, so podane pod seznamom izjav.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Komentarji

To aktivnost se lahko skrajša tako, da se prebere manj izjav. Če naredite to, vam priporočamo pokrivanje dveh netransfobnih/transfobnih izjav (izjave 1, 8 in 10), dveh nehomofobnih/homofobnih izjav (izjave 2, 5 in 7), in dveh neseksističnih/seksističnih izjav (izjave 3, 4, 6 in 9).

Seznam izjav za branje (to stran natisnite za moderatorja)

“Kdor misli ... (glasno preberite izjavo s spodnjega seznama) ... naj zamenja stol s sosedom”.

1. Nič ni narobe, če fant joka.
2. Nič ni narobe z zmerjanjem nekoga z ‘gejem’, če ga ne marate.
3. Dekleta ne bi smela povabiti fantov za zmenke.
4. Dekletom bi moralo biti dovoljeno nositi nizke teniške čevlje/kratka krila.
5. Nič ni narobe s tem, če se dva fanta poljubljata v javnosti.
6. Nič ni narobe, če fantje spiyo z veliko dekleti, toda dekleta ne smejo seksati z veliko ljudmi.
7. Za dekleta je v redu, če so ‘naklonjena’ tako fantom kot dekletom.
8. Dekleta bi se morala vedno truditi, da bi bila videti ‘dekliško’ ali žensko.
9. Normalno je, da fant pritiska na dekle, da gre spat z njim.
10. Nič ni narobe, če oseba z ‘moškim’ telesom razmišlja o sebi kot ženska in prosi druge, da jo kličejo z ženskimi imeni.

Opomba za moderatorja:

Izjava 1: Naša kultura nam pravi, da se morajo dekleta in fantje obnašati na določen način; na primer povsem v redu je, če deklica joka, fant pa ne. A ni razloga, da bi moralo biti tako. Vsakdo je včasih žalosten in jok je običajen odziv, ko smo žalostni. Potrebna pa je moč, da si iskren o svojem počutju in da izraziš svoja čustva.

Izjava 2: Tukaj je beseda ‘gej’ uporabljena kot ponižujoča in tako je beseda ‘gej’ povezana z nečim slabim. To namiguje, da je nekaj narobe s tem biti gej. Oseba, ki to izreče, morda ne namiguje na to, ali z izrečenim ne namerava prizadeti, a biti gej je povezano z nečim slabim, kar prizadene in je nespoštljivo do gejevske populacije.

Izjava 3: Naša kultura nam pripoveduje, da morajo prvo potezo pri povabilu na zmenek potegniti fantje, a ni razloga zakaj bi to moralo biti tako. Moški in ženske so enakopravne in bi jim moralo biti dovoljeno vprašati drugega za zmenek, če to želijo. Pravzaprav veliko deklet vpraša fanta za zmenek. Vprašanje o zmenku je lahko tudi malce zastrašujoče – zato je lahko lepo, če si vprašan, namesto da vedno sprašuješ!

Izjava 4: Naša kultura je usmerjena ustvarjanju veliko več pravil o tem, kaj dekleta smejo ali ne, kot kaj smejo ali ne smejo fantje. Telesa deklet in fantov so njihova in od njih je odvisno, kakšno obleko bodo oblekli. Nekateri ljudje mislijo, da dekleta ne bi smela nositi nizkih telovadnih copat in kratkih kril, ker bi lahko fantje gledali njihova telesa in to bi jih motilo. Težava pri tem je, da se tako pojmovanje osredotoča na sramotenje deklet zaradi njihove obleke in ne razloži fantom, da deklet ne bi smeli ‘objektivizirati’ (jih videti samo kot telesa/telesni del, ne pa dejanske osebe). Nekateri ljudje mislijo, da so nizke telovadne copate in kratka krila znak, da dekleta hoče nekaj spolnega, ali počne spolne stvari, a to ni res. Zaradi številnih razlogov sami izberemo, kaj bomo oblekli. Ne ugibajte dvakrat, kaj želi dekleta; najboljši način, da izveste, kaj želita dekleta ali fant je, da ju vprašate.

Izjava 5: Za fante je zdravo in normalno, da so privlačni za dekleta, da so dekleta privlačna za fante, fantje privlačni za fante in dekleta privlačna za dekleta. Nekateri ljudje mislijo, da so geji ali biseksualni ljudje

lahko ljubeči (kažejo, da imajo radi drug drugega) samo zasebno, vendar se o tem vprašajte. Zakaj bi morale veljati eno pravilo za heteroseksualne ali usmerjene v nasprotni spol in drugo pravilo za tiste, ki niso heteroseksualni ali usmerjeni v nasprotni spol? Pogosto vidimo heteroseksualne ljudi, ki se poljubljajo javno ali na TV; trditev, da bi morali fantje poljubljati druge fante v zasebnosti, napeljuje, da je nekaj narobe s tem, da je nekdo gej ali biseksualec, in to je vrsta homofobije/bifobije.

Izjava 6: Temu se včasih reče 'dvojna merila v spolnosti'. Naša kultura nam pripoveduje, da je v redu, če fantje seksajo izven romantične zveze ali z veliko ljudmi, a dekleta naj ne bi seksala, dokler niso poročena ali so v dolgotrajnem razmerju. Zakaj bi morale biti za fante v redu, da delajo stvari, ki bi jih radi počeli, a dekleta ne smejo početi enako? Zakaj je treba dekleta presojati strožje za iste stvari, ki jih počnejo tudi fantje? Dekleta in fantje so enakopravni in oboji bi morali biti sposobni odločiti o svoji izbiri spolnosti. To 'pravilo' napeljuje, da so na neki način fantje bolj pomembni od deklet in da lahko počnejo, kar hočejo, medtem ko so na neki način dekleta manj pomembna kot fantje in bi se morala počutiti slabo, če počnejo kar hočejo.

Izjava 7: Kot pri izjavi 5 je za fante zdravo in normalno, da so privlačni za dekleta, dekleta privlačna za fante, fantje privlačni za fante in dekleta privlačna za dekleta. Nekateri ljudje so bolj privlačni samo za en spol, nekateri so privlačni za več kot en spol in to je v redu. Nekateri ljudje mislijo, da deklet, ki privlačijo druga dekleta, ne bi smeli jemati resno; na primer, da so v resnici privlačna (samo) za fante ali poskušajo vzbuditi pozornost fantov. To ni res, a mediji često napeljujejo na taka nepravilna sporočila. Nekateri ljudje mislijo, da je v redu, če je dekle biseksualno, a narobe je, če je biseksualen fant. Tako je morda zato, ker deklet, ki so privlačna za dekleta, ne jemljejo resno in/ali morda, ker mislijo, da je narobe, če fantje privlačijo druge fante, kar je vrsta homofobije.

Izjava 8: Naša kultura nam pravi, da morajo dekleta in fantje imeti določen videz; na primer, da morajo dekleta biti videti dekliško ali žensko, fantje pa morajo biti videti moško ali mišičasto. Od mladih nog govorimo dekletom, naj uporabljajo ličila, si lakirajo nohte, nosijo krila, obleke in visoke pete, da bi morale imeti dolge lase, da naj jim bodo vseč rožnate in pastelne barve. Nekaterim dekletom je vseč biti 'dekliško dekle' in nekaterim ne. Oboje je prav. Pomemben poudarek je, da mora biti dekle sposobno izbirati, kakšno naj bo videti in kako je oblečeno; ne smejo biti pod pritiskom, da morajo biti videti na določen način.

Izjava 9: Dekleta in fantje bi morali imeti spolne odnose takrat, ko si to želijo. Nihče ne sme biti pod pritiskom, da mora imeti spolni odnos. Pomembno je, da si oba vpletena (bodisi dekle in fant, fant in fant ali dekle in dekle) želita spolni odnos in se za to odločita oba. Spolne odločitve bi morale biti vedno skupne. Naša kultura pravi, da fantje 'potrebujejo seks' ali 'ves čas hočejo seks', a to ni res. Ljudje lahko živijo brez spolnosti; nekateri moški in ženske živijo brez spolnosti ves čas (npr. nekateri menihi, nune, asexualni ljudje). Prav tako nihče ne želi spolnosti ves čas, pa tudi če bi si, bi morali vedno vprašati drugo osebo, kaj si želi, in nadaljuje samo, če si to prav tako želi tudi druga oseba.

Izjava 10: Ko se rodimo, običajno zdravniki in sestre odločijo, kdo je fant in kdo dekle na osnovi videza (npr. penisa ali vagine) naših genitalij. A zakaj bi morale biti naše genitalije tisto, kar odloča, ali je nekdo fantič ali deklica? Zakaj se ne morejo ljudje odločiti sami, ali so fant ali dekle ali nekdo, ki je nekje vmes, ali nekdo, ki ni nič od tega? Nekateri ljudje so zadovoljni z oznako 'fantič' ali 'deklica', ki jo dobijo ob rojstvu, in drugi niso. Oba spola sta v redu; ključno je, da bi morale osebe same odločiti, ali so 'fantič' ali 'deklica' (ali nekaj drugega). Pomembno je obravnavati ljudi na način, ki prepozna in podpira njihovo 'identiteto spola' (če vam ni znan pomen tega strokovnega izraza, glejte razdelek 5.2). V tem primeru bi bilo pomembno klicati osebo z ženskim imenom, ki ga sama izbere, in jo obravnavati kot 'ona'. Zavračanje prepoznavanja identitete spola osebe s klicanjem z moškim imenom, ki so jim ga dali starši ob rojstvu, ali mu dodeliti 'on', bi bila vrsta transfobije.

7.8 Aktivnosti na temo 3: Seksting – Pošiljanje kratkih sporočil s spolno vsebino

Na to temo je ena aktivnost.

Naslov	Pošiljanje kratkih sporočil s spolno vsebino
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Identificiranje, komu udeleženci lahko zaupajo s svojimi osebnimi sporočili ali fotografijami. • Razumevanje, da morajo udeleženci vedno vprašati za dovoljenje pošiljatelja, preden delijo njegova osebna sporočila/fotografije. • Razumevanje, kako hitro se lahko delijo sporočila in fotografije preko mobilnega telefona ali spleta. • Razumevanje stalnost sporočil in fotografij, poslanih na splet. • Opredelitev strategij, s katerimi lahko mladi sebe in svoje prijatelje zaščitijo na spletu.
Trajanje	55 minut
Materiali	<ul style="list-style-type: none"> • Računalnik s priklopom na splet in projektor. • Seznam vprašanj na predstavitveni tabli ali predstavitvi (glejte spodaj). • Papir in pisala za vsako skupino. • Predstavitvena tabla in pisalo • Natisnjen letak o varnosti socialnih omrežij (en izvod za vsakega udeleženca).

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima pet korakov.

Korak 1 (5 min)

Vprašajte udeležence:

- Kaj je 'seksting'? Ali bi rad kdorkoli delil svoje misli o tem, kaj je 'seksting' in katera vrsta 'sekstinga' je najpogostejša?

Opomba za moderatorja: 'Seksting' je izraz, ki se uporablja za izmenjavo spolno obarvanih sporočil ali fotografij preko mobilnega telefona. Ta izraz je občasno uporabljen tudi za opis spletnega deljenja spolno obarvanih sporočil in fotografij. Seksting je lahko zelen ali neželen s strani osebe, ki sprejema sporočila ali fotografije.

Korak 2 (5 min)

Prikažite posnetek "#usalatesta" (1,5 min) in nato zastavite udeležencem spodnja vprašanja (vprašanja prikažite na predstavitveni tabli ali na predstavitvi).

Video posnetek najdete tukaj: <https://www.youtube.com/watch?v=KD4xzMMipGI&feature=youtu.be>

Vprašanja za razpravo:

1. Ko dekle v videu pravi, da naj "to ostane med nama", meni, da lahko zaupa temu fantu svojo fotografijo. Kako naj se odločimo, komu zaupati naše osebne slike in sporočila?
2. Dekle na posnetku fotografijo dojema kot nekaj zasebnega med njo in fantom, a fant fotografijo vidi kot nekaj, kar je "javna lastnina" in se lahko deli z drugimi. Se lahko spomnite drugih primerov, kjer ena oseba za svoje fotografije ali sporočila misli, da so zasebni, druga oseba pa te fotografije ali sporočila dojema, kot nekaj, kar se lahko pokaže drugim? Kako se lahko po vašem mnenju to prepreči?
3. Če pomislite na posnetek, kolikim ljudem je bila po vašem mnenju poslana fotografija v eni uri? Dnevu? Tednu? Na kakšne druge načine se lahko material še deli?

Opomba za moderatorja:

Vprašanje 1: Če ljudje delijo svoje osebne slike in sporočila, morajo tej osebi resnično, resnično zaupati. Včasih se je zelo težko odločiti, komu zaupati in komu ne. Nekatera vprašanja za razmislek o taki odločitvi so:

- Ali jih res že dobro poznam?
- Kako se običajno vedejo in kako obravnavajo ljudi?
- Kako pogosto se lažejo?
- Ali držijo svoje obljube?
- Ali so v preteklosti delili slike in sporočila brez dovoljenja?
- Ali često govorijo o drugih ljudeh za njihovim hrbtom, ali delijo osebne stvari, ki so jim jih ljudje zaupali?
- Ali radi opravljajo ali se bahajo?
- Ali so nagnjeni k maščevanju, ko so prizadeti ali užaljeni (npr. če je bila oseba fant ali dekle in ste vi končali razmerje, ali je verjetno, da bodo delili sporočila ali slike z drugimi?)

Če ste v dvomu, je najbolje, da s to osebo ne delite osebnih slik in sporočil.

Vprašanje 2: Kar pogosto se zgodi, da ena oseba misli, da deli nekaj zasebno, druga oseba pa misli, da je v redu, če deli z drugimi. Na primer fant je morda poslal najboljšemu prijatelju svojo fotografijo, na kateri zvečer počne nekaj, kar bi ga spravilo v zadrego, njegov najboljši prijatelj pa misli, da je v redu, če to deli z drugimi prijatelji. Ali pa dekle pošlje svojemu fantu fotografijo, ko je na počitnicah, kjer se sonči v bikiniju, njen fant pa misli, da je v redu, če deli fotografijo, saj je samo 'počitniška slika'. Pomembno je izpostaviti, da mora oseba, ki sprejme sporočilo ali fotografijo, vedno preveriti pri pošiljatelju, preden se odloči za deljenje sporočil/fotografij, in ne sme predpostavljati, da je to v redu.

Vprašanje 3: Tu ni pravilnega ali napačnega odgovora, ključno je to, da se vsebine lahko prek mobilnih telefonov in interneta širijo zelo hitro. Dodatne poti, po katerih se lahko materiali delijo, so socialna omrežja in spletne strani (npr. Facebook, Instagram, Tumbir).

Korak 3 (10 min)

Prikažite posnetek "Think Before You Post" (1,5 min) in nato zastavite udeležencem spodnja vprašanja (vprašanja prikažite na predstavitveni tabli ali na predstavitvi).

Video posnetek najdete tukaj: <http://www.youtube.com/watch?v=UmijKUwAswY>

Vprašanja za razpravo:

1. Kaj misliš, da je želel pokazati avtor filma s tem, ko dekle v videu poskuša odstraniti svojo fotografijo z oglasne deske?
2. Ali lahko navedete primer nečesa, kar je objavljeno na spletu, pa to ni trajno in se lahko razveljavi?
3. Kako bi se lahko izognili tej situaciji?

Opomba za moderatorja:

Vprašanje 1: Avtor poskuša pokazati, da ko je nekaj objavljeno na spletu, tega ne morete več nadzorovati in dejanja morda ni mogoče več razveljaviti.

Vprašanje 2: Vse, kar se pošlje na splet, je verjetno tam za vedno in tega morda ni mogoče razveljaviti. To je zato, ker pošiljanje na splet pomeni na neki način deljenje z drugimi, ko pa je enkrat deljeno, ne moremo več nadzorovati, kaj se s tem dogaja. Lahko se odločimo in izbrišemo sporočilo ali fotografijo, a drugi ljudje so to morda že delili, shranili, prenesli na svoj računalnik ali naredili posnetek zaslona.

Vprašanje 3: Spodbudite udeležence, da pomislijo na razpravo o prvem video posnetku. Eden od načinov, da se to prepreči, je, da dekle deli fotografijo samo z ljudmi, ki jim zaupa; ljudje velikokrat niso vredni zaupanja. Če je v dvomih, ali lahko zaupa tem ljudem, bo morda hotela deliti le fotografije, za katere bo zadovoljna, če jih bodo videli vsi. Drugi način, da se to prepreči, je, da ljudje, ki so videli fotografijo, najprej vprašajo dekle, ali lahko delijo njeno fotografijo z drugimi. Morda ste opazili, da udeleženci podajajo izjave, v katerih krivijo žrtev; na primer "njena krivda je, če deli fotografije". V tem primeru poskušajte premakniti krivdo od žrtve tako, da se osredotočite na osebo, ki je videla fotografijo. Poudarite, da je oseb odgovorna za to, da preveri pri dekletu, ali je v redu ali ne, da deli fotografijo z drugimi. Dekle bo vnaprej verjetno imelo pomisleke o deljenju fotografije z osebo, ki ji je zaupalo, kajti ta oseba jo je pustila na cedilu. Pomembno je poudariti, da dekle ni nikoli pristalo na ponovno deljenje fotografije.

Korak 4 (10 min)

Razdelite skupino na polovico. Skupina na levi strani naj poda razlog, zakaj ni v redu objaviti spolno obarvanih sporočil ali fotografij na spletu. Nato skupina na desni strani poda razlog, zakaj je v redu objaviti spolno obarvana sporočila ali fotografije na spletu. Skupina na levi odgovori z naslednjo utemeljitvijo proti in nato skupina na desni odgovori z naslednjo utemeljitvijo, zakaj je to v redu. Skupina na levi strani predstavi še zadnji argument, ki ji sledi desna skupina s svojim končnim argumentom (torej, skupaj trije argumenti proti in trije argumenti za).

Opomba za moderatorja:

Nekaj argumentov proti:

1. Lahko se jih ponovno deli na način, na kakršnega načete, da se ponovno delijo;
2. Spolno obarvana sporočila ali fotografije lahko razjezijo ali užalostijo ljudi, tudi če ni bilo tako mišljeno;
3. Ponekod je deljenje fotografij s spolno vsebino prepovedano za osebe mlajše od 18 let, tudi če je pošiljatelj (npr. 'selfie') in če je oseba, kateri je poslana, prav tako mlajša od 18 let.

Nekaj argumentov za:

1. Nekaterim ljudem se to zdi zabavno;
2. Včasih je preprostejša spletna komunikacija kot osebna.
3. Sporočila in fotografije se lahko pošilja kadarkoli, kjerkoli (tudi če ne vidite osebe ali oseba živi daleč proč).

Spoznanje, da imajo različni ljudje različne poglede na to, ali je spletno pošiljanje sporočil ali fotografij s spolno vsebino v redu ali ne.

Korak 5 (10 min)

To je zadnji korak. Najprej povabite udeležence, da predlagajo take načine spletnega pošiljanja materialov in uporabe socialnih omrežij, da bodo čim bolj varni, in te predloge napišite na predstavitveno tablo. Nato jim dajte letak o varnosti socialnih omrežij in se pogovorite o vseh točkah, o katerih razprava še ni potekala.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Komentarji

Priporočamo, da odrasel moderator preveri zakone o sekstingu v njihovi državi, še preden udeleženci povprašajo o tem. Prav tako predlagamo prilagoditev letaka o varnosti socialnih omrežij na tak način, da pokrije večino pogosto uporabljenih socialnih omrežij udeležencev, ki se bodo udeležili delavnice.

Natisnjen letak o varnosti socialnih omrežij (natisnite en izvod za vsakega udeleženca)

Varna uporaba socialnih omrežij⁶

Nastavitev varnega računa/profila

Informacije o tem, kako varno nastaviti profile na vseh pogosto uporabljenih socialnih omrežij, je preprosto poiskati z google iskalnikom. Tukaj je nekaj namigov:

- Pri izpolnjevanju podatkov profila ne vnašajte osebnih podatkov, kot so šola, vaš spol, rojstni datum/rojstni dan in ali imate razmerje ali ne.
- Lahko izberete neuporabo slike profila ali sliko ali fotografijo nečesa drugega in ne sebe (npr. lik iz stripa, plakat ali logo, predmet).
- Če hočete uporabiti vašo fotografijo kot fotografijo profila, ne uporabite fotografije, na kateri ste lahko prepoznavni (npr. kjer ste pred hišo, imate na sebi znak šole ali igrate za vaš lokalni športni klub).
- Na Facebooku prilagodite vse zasebne nastavitve na 'samo prijatelji'.
- Sprejmite prijateljske zahteve samo od ljudi, ki jih poznate – če vas doda kot prijatelja nekdo, ki ga ne poznate, ga prezrite in izbrišite njihove zahteve.
- Vaš Twitter profil naredite zasebnega (v 'Nastavitve' na Twitter.com), saj bodo le ljudje, ki jim sledite, videli vaše posodobitve, in vaši tviti bodo skriti pred javnim iskanjem.
- Na Twitterju zaščitite vaše tvite tako, da bodo lahko vašim tvitom sledili le ljudje, ki jih najprej potrdite (to lahko izberete v meniju 'Nastavitve').
- Veliko socialnih omrežij, kot sta Facebook in Twitter, omogoča, da pošljete vašo lokacijo pri vsakem tvidu ali da pošljete posodobitev statusa. To mora biti izklopljeno (glejte 'Nastavitve'). Lahko tudi pritisnete gumb, na katerem piše 'Izbris vseh lokacijskih podatkov' in tako izbrišete podatke, kje ste bili v preteklosti.

Zaščita računov/profilov

- Priporočamo uporabo varnih gesel, ki jih bo nemogoče uganiti (npr. mešanico majhnih, velikih črk in števil). Nikomur ne povejte svojih gesel in jih redno menjajte.
- Če uporabljate računalnik za skupno rabo v šoli, kavarni ali knjižnici, boste ostali prijavljeni, tudi če izklopite spletni brskalnik. Zato se po zaključku ne pozabite odjaviti.
- Včasih bodo ljudje poskusili prevzeti (hekat) Facebook ali Twitter račune, da bi lahko pošiljali zasebna sporočila ali nepotrebno pošto prijateljem/sledilcem osebe, a obstaja veliko načinov, da to preprečite.
- Ne klikajte povezav v neposrednih sporočilih, razen če povezavo pričakujete od tega uporabnika.
- Pazite na spletna mesta, ki so podobna Facebooku ali Twitterju, a niso zakonita. Večina vdorov se zgodi ob prijavi z imenom in geslom na lažno ali okuženo spletno mesto Twitter ali Facebook. Na te strani se prijavljajte tako, da sami neposredno vnesete povezavo ali pristopite preko povezave, za katero veste, da je varna (npr. vaš zaznamek spletne strani).
- Če mislite, da je v vaš račun nekdo vdrl, takoj zamenjajte geslo.

⁶ Nekateri tukaj predstavljeni namigi so prilagojeni ali povzeti z naslednjih spletnih strani: <http://www.bullying.co.uk/cyber-bullying/> (BullyingUK); <http://www.childline.org.uk/Explore/Bullying/Pages/online-bullying.aspx> (ChildLine).

Varno pošiljanje materialov

- Ne pošiljajte osebnih podatkov, kot sta telefonska številka ali e-poštni naslov.
- Pošiljajte le material, ki ga lahko brez skrbi vidijo tudi drugi ljudje.
- Slike delite le z ljudmi, ki jim zaupate.
- Pred ponovnim deljenjem osebnih sporočil ali fotografij, osebo vedno vprašajte za dovoljenje.
- Če vidite fotografijo ali video, ki je bil deljen z vami, in ste mnenja, da je bil deljen brez dovoljenja osebe, ga ne delite ponovno.
- Ne spuščajte se v prerekanje, ne sprožite govoric in ne pošiljajte nič jeznega ali žaljivega (npr. karkoli seksističnega, homofobnega/bifobnega, transforbnega, pretečega ali žaljivega).

7.9 Aktivnosti na temo 4: Posledice spolnega trpinčenja

Na to temo je naslednja aktivnost.

Naslov	Učinki in posledice
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Upoštevati vpliv, ki ga ima lahko spolno trpinčenje na tiste, ki so ga doživeli. • Identifikacija razpona kratkoročnih in dolgoročnih učinkov in posledic spolnega trpinčenja na tiste, ki so to doživeli.
Trajanje	65 minut
Materiali	<ul style="list-style-type: none"> • Scenarij in vprašanja za korak 1 na predstavitveni tabli ali power pointu. • Slika 'besednega oblaka' (glejte spodaj) na predstavitveni tabli. • Dodaten papir za predstavitveno tablo in vrsta barvnih pisal za vsako skupino. • Vsak scenarij (scenariji 2 do 5) natisnjen na svoj list (glejte spodaj). • Vprašanja za korak 4 na predstavitveni tabli ali power pointu.

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima šest korakov.

Korak 1 (10 min)

Prikažite Scenarij 1 in spodnja vprašanja na predstavitveni tabli ali power pointu. Nato skupini glasno preberite scenarij in prosite udeležence za razpravo o vprašanjih. Odzive skupin napišite na predstavitveno tablo.

Scenarij 1

Amed in nekaj njegovih prijateljev s pomočjo Photoshopa obraza ene od deklet v svojem razredu (Julie) prilepijo na fotografijo razgaljene ženske na internetu; na sliki, ki jo ustvarijo, je sošolkin obraz na telesu napol gole ženske. Amed to sliko objavi na spletu in hitro se razširi, saj jo deli in komentira veliko drugih ljudi. Nekateri komentarji so šaljivi, da ima Julie 'lepe prsi' in opisujejo spolne stvari, ki bi jih radi počeli z njo.

Vprašanja za razpravo:

- Kaj mislite, da čuti Julie ob tem, kar je naredil Amed?
- Kaj mislite, da čuti Julie ob tem, kar počnejo in govorijo njeni sošolci?
- Kaj mislite, da čuti Julie ob tem, ko gre v šolo ali na splet?
- Na kakšne druge načine je lahko Julie prizadeta? Npr. psihološko, socialo, fizično, akademsko?
- Če bodo njeni sošolci nadaljevali na ta način, kakšni so lahko dolgoročne posledice za Julie?

Opomba za moderatorja: Informacije o vtisu/učinkih spolnega trpinčenja so za moderatorje zagotovljeni v razdelkih 4.1 in 5.1.

Korak 2 (2 do 3 min)

V korakih 2 do 6 udeleženci raziskujejo občutke in posledice nadaljnjih scenarijev s proizvajanjem 'besednih oblakov'. Kratka predstavitev ideje 'besednega oblaka' in prikaz primera besednega oblaka na zaslonu.

Opomba za moderatorja: Besedni oblaki prikazujejo, kako pogosto se besede pojavljajo v delu besedila (npr. na blogu ali na spletni strani). To naredijo z uporabo velikosti pisave (velikost besede). Besede, ki se najpogosteje pojavljajo v besedilu, so v besednem oblaku iz največje pisave. Na primer, večkrat ko se beseda pojavi v določenem blogu, večja bo beseda v besednem oblaku. Spodaj je nekaj besednih oblakov, narejenih z uporabo delov našega raziskovalnega poročila in spletne strani, poimenovane (<http://worditout.com/word-cloud/make-a-new-one>). V besednem oblaku s črnim ozadjem lahko vidite, da je beseda 'sexual' (spolno) velika, ker se v poročilu raziskave pojavi velikokrat, in beseda 'depressed' (potrta) je majhna, ker se v poročilu naše raziskave pojavlja manj pogosto.



Korak 3 (5 min)

Razlaga, da čeprav se v besednem oblaku prikažejo najpogosteje uporabljene besede v delu besedila, bo besedni oblak v tej aktivnosti uporabljen malce drugače. Udeleženci bodo na kratko zaproseni, da oblikujejo besedne oblake za različne scenarije spolnega trpinčenja. Besedni oblak mora vsebovati vse besede, ki se jih skupina spomni, in predstavlja:

- Kako se bo v scenariju najverjetneje počutila nadlegovana oseba.
- Morebitne posledice nadlegovanja te osebe.

Besede se morajo razlikovati po velikosti in barvi tako, da so najmočnejši občutki in najverjetnejše posledice napisane z največjimi črkami in z uporabo močnejših barv, manj močni občutki in najmanj verjetne posledice pa so napisane z najmanjšimi črkami in z uporabo najšibkejših barv.

Prikažite, kako ustvariti besedni oblak za Scenarij 1. Udeleženci so že predlagali občutke in posledice za ta scenarij kot del koraka 1 (in njihovi odgovori so napisani na predstavitveni tabli. Z uporabo teh besed, barvic in papirja predstavitvene table ustvarite besedni oblak za scenarij; prikažite, kako se spreminjajo velikost

in barva besed, da predstavljajo močnejše občutke ali verjetnejše posledice (z velikimi črkami/močnimi barvami) in manj močne občutke ali manj verjetne posledice (z majhnimi črkami/bledimi barvami).

Korak 4 (10 min)

Razdelite udeležence v štiri skupine in vsaki skupini dajte en scenarij, natisnjen na liste. Vsaka skupina mora prebrati svoj scenarij in uporabiti kos papirja predstavitvene table, da proizvede besedni oblak za svoj scenarij. Morda boste želeli na predstavitveni tabli ali power pointu prikazati naslednja vprašanja, da opomnite udeležence, kakšna mora biti vsebina besednega oblaka:

- Katere besede opisujejo verjetne občutke nadlegovane osebe?
- Katere besede opisujejo morebitne posledice nadlegovanja te osebe?

V pripravi za korak 5 mora vsaka skupina določiti osebo iz njihove skupine, ki bo prebrala njihov scenarij in razložila njihov besedni oblak. To je lahko ena oseba, lahko pa ima vsaka oseba v skupini svojo vlogo.

Korak 5 (7 do 8 min)

Prositate skupino s Scenarijem 2, da prebere svoj scenarij in nato dvigne in opiše svoj besedni oblak (npr. zakaj so izbrali te besede? Kako so se odločili, kaj bo največje/najmočnejše obarvan?).

Vprašajte preostale udeležence delavnice:

- Ali obstaja kaj drugega, kar bi predlagali, da se doda na njihov besedni oblak?

(Takoj: Razmislite, kaj je v tem scenariju rekla in naredila vsaka oseba/ni rekla in ni naredila, in kako se bo nadlegovana oseba najverjetneje počutila? Kakšne druge učinke, psihološke, socialne, fizične, akademske, ima lahko nadlegovanje na njih? Kakšne so lahko dolgoročne posledice za nadlegovano osebo?).

Korak 6 (24 min)

To je zadnji korak. Ponovite korak 5 za scenarije 3 do 5 (približno 8 minut za scenarij)

Opomba za moderatorja: Kot del te aktivnosti razpravljajte o vseh predlogih, ki govorijo o tem, da je žrtev nadlegovanja kriva sama (tj. vse izjave, ki krivijo žrtev) ter jih izpodbijajte. Na primer, če udeleženci izjavijo, da si je oseba na neki način kriva sama (npr., da je preveč občutljiva, da je ta oseba "slaba oseba", da so ženske same odgovorne za postavljanje meja pri spolnosti), ali da je žrtev sama odgovorna za to, da ustavi napad nase, se je o tem treba pogovoriti in to izpodbijati.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Scenariji (*natisnite to stran in jo tako razrežite, da je vsak scenarij na svojem lističu papirja*)

Scenarij 2

Eva in Lola se pogosto pogovarjata o svojih fantih. Nekega dne Lola pove Evi, da misli, da je privlačna tudi za dekleta in da je imela preko poletja spolno izkušnjo z dekletom v kampu. Eva je povsem šokirana glede tega, kar je počela Lola, vendar poskuša šok prikriti. Pozneje Eva pošlje sporočilo na Facebook, v katerem pove njenim prijateljem, da 'naj se pazijo', saj je Lola 'lezba' (sleng za lezbijko). Lola izve za to in se hudo spre z Evo. Končno se spet sprijateljita, a več mesecev pozneje Eva ponovno prične pošiljati sporočila na Facebook, tokrat z obtožbo, da jo je Lola poskusila poljubiti. Lola to izve in postaja v šoli vse bolj in bolj odmaknjena.

Scenarij 3

Tom je po pouku na treningu nogometa v klubu. Medtem, ko je z ekipo zunaj na treningu, se Tom spotakne in pade. Močno ga boli in trudi se zadrževati solze. Sčasoma pa začne jokati in njegov prijatelj Luka to opazi, začne kazati nanj in se mu smejati. Toma zafrkava s "cmera" in mu reče, naj ne bo taka punca. Pozneje Tom odpre svojo omarico, da bi vzel iz nje svoja oblačila, in najde športno krilo, ki ga je podtakni Luka. Luka se smeji in hihita. Pove, da je vse skupaj šala in da Tom tako ali tako ne bi smel puščati svoje omarice odklenjene.

Scenarij 4

Dain in Renita hodita v isti razred v šoli. Dain Reniti kar naprej daje komentarje, kot 'Tvoja zadnjica izgleda dobro v tej obleki.' in 'Obožujem, kako tesna je ta majčka na tebi!'. Pogosto strmi v Renitino telo. Renita mu je že večkrat povedala, da ji to ni všeč, vendar on tega ne jemlje resno. Dain misli, da ji je všeč.

Scenarij 5

John kar naprej prosi Saro za fotografije, na katerih je gola. Sčasoma mu Sara pošlje fotografijo sebe v spodnjem perilu. John pa fotografijo pokaže vsem svojim prijateljem in se ob tem hvali, da je imel spolne odnose z njo. Sara pričinja dobivati sporočila svojih sošolcev s komentarji o njenem telesu in z nazivom 'lajdra'.

7.10 Aktivnosti na temo 5: Reševanje problema spolnega trpinčenja

Na to temo sta dve aktivnosti. Obe dejavnosti je treba dokončati.

Naslov	Skupna prizadevanja za zaustavitev spolnega trpinčenja
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Razumevanje, da vsakdo lahko pomaga umiriti ali preprečiti okoliščine spolnega trpinčenja. • Prepoznavanje, kaj lahko prepreči ali podpre posredovanje v okoliščinah spolnega trpinčenja. • Poznati potrebne korake pred posredovanjem kot očividec. • Identifikacija varnih načinov posredovanja, če je udeleženec očividec spolnega trpinčenja. • Uporaba novega znanja za razlikovanje scenarijev spolnega trpinčenja. • Vadba posredovanja kot očividec.
Trajanje	80 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Predstavitvena tabla ali power point s prikazom petih korakov, ki jih je treba izpeljati pred ukrepanjem (glejte korak 3), in vprašanja za korak 5. • Dodatni papir za predstavitveno tablo • Natisnjen letak o posredovanju očividca za vsakega udeleženca (glejte spodaj). • Scenariji iz aktivnosti 'Učinki in posledice'.

Deli te aktivnosti so povzeti iz Tabachnick (2009).

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima šest korakov.

Korak 1 (2 do 3 min)

Predstavite "očividec" in "posredovanje očividca".

Opomba za moderatorja: "Očividci" so ljudje, ki so priča nekemu dogajanju, npr. vidijo ali slišijo, da nekdo spolno nadleguje nekoga drugega. To vključuje ljudi, ki so priča več manjšim dejanjem spolnega trpinčenja, in tiste, ki so priča več resnim dejanjem spolnega trpinčenja; pravzaprav kakršnemukoli spolnemu trpinčenju, vendar mladoletniškemu. Očividci so torej ljudje, ki so priča dogodkom, ki opozarjajo, da se nekaj dogaja, npr. vidijo ali slišijo stvari in sugerirajo, da morda nekdo spolno nadleguje nekoga drugega. Tako so očividci vsi ljudje, ki vidijo, kaj je vodilo v to, kar se dogaja, ali vidijo, kaj se dejansko dogaja. Beseda 'očividec' pride od 'oči' in 'videti' – oni vidijo, da se nekaj dogaja, in so poleg, ne da bi ukrepali.

Pri posredovanju kot očitavec ali "posredovanje očitavca" gre za pomoč pri vedenju – kaj lahko ljudje, ki so priča spolnemu trpinčenju, naredijo v pomoč? Kdor je priča spolnemu trpinčenju ali znakom, da se to lahko zgodi, lahko kaj reče ali naredi, da pomaga umiriti ali da prepreči spolno trpinčenje bodisi posredno (npr. reče nekaj osebo, ki spolno nadleguje, če je prijatelj in če je to varno) ali neposredno (npr. nagovori učitelja/drugo odraslo osebo). Ta aktivnost raziskuje posredovanje v vlogi očitavca.

Korak 2 (5 min)

Prosrite udeležence, da hitro povejo besede, ki jim pridejo na misel o dveh spodnjih vprašanjih (npr. da glasno izgovorijo, karkoli jim pride najprej na misel). Njihove odgovore napišite na predstavitveno tablo.

- Zakaj se ljudje ne vpletejo v zaustavitev okoliščin spolnega trpinčenja?
- Zakaj se ljudje vpletejo v zaustavitev okoliščin spolnega trpinčenja?

Opomba za moderatorja: Cilj tega koraka za udeležence je, da razumejo, kaj spodbudi in prepreči posredovanje očitavca.

Mogoči razlogi, zakaj se ljudje ne vpletejo, so:

- Ne čutijo, da je to varno narediti.
- Ne vedo, kaj reči ali narediti.
- Nočejo še poslabšati težave.
- Nočejo biti 'tožljivec'.
- Mislijo, da bo ukrepal kdo drug (posebej, če je več očitavcev).
- Nočejo se vmešavati v 'zadeve drugih ljudi'.
- Čutijo, da to ni njihova težava ali odgovornost.
- Skrbi jih, da so napak razumeli okoliščine in ni nič skrbeti.
- Nadlegovanje se jim zdi relativno 'banalno' ali manjše.

Mogoči razlogi, zakaj se ljudje vpletejo so:

- Poznajo in skrbi jih za nadlegovano osebo (ali poznajo in skrbijo za osebo, ki nadleguje, in hočejo, da preneha).
- Nekdo jim je v preteklosti pomagal, ko so bili nadlegovani, in zdaj hočejo to početi tudi za druge.
- Hočejo pomagati drugim z obliko pomoči, kakršna bi jim bila všeč, če bi bili sami v takih okoliščinah.
- Hočejo pomagati in preprečiti, da bi bila oseba še bolj prizadeta.

Pomembno je prepoznati, da je veliko razlogov za vpletanje in tudi veliko razlogov za previdnost.

Korak 3 (10 min)

Prikažite informacije pod predstavitveno tablo ali predstavitvijo in se pogovorite o vsakem koraku. Ko ste to opravili, preverite, ali imajo udeleženci o korakih kakšna vprašanja.

“Tu je pet korakov za očitivce, da jih preverijo pred ukrepanjem:

1. **Zaznavanje, kaj se dogaja:** Kaj vidite ali slišite, kar se vas tiče?
2. **Pretehtajte, ali je treba ukrepati:** Kako situacija vpliva na vas? Kako vpliva na koga drugega?
3. **Odločite, ali bi morali ukrepati:** Kakšne so nevarnosti pri ukrepanju? Ali so drugi v boljšem položaju za ukrepanje?
4. **Izberite, kako ukrepati:** Kaj lahko naredite? Ali lahko spodbudite druge?
5. **Izvedba:** Ali veste, kako izvesti izbran ukrep? Ali veste, kaj za to dejanje potrebujete?

Zelo je pomembno, da si zapomnite:

- Vaša varnost je vedno najpomembnejša. Vedno lahko ukrepate za zaščito drugih, samo če je to varno za vas.”

Opomba za moderatorja: Cilj tega koraka je, da udeleženci razumejo, kaj je teh pet korakov, npr. postopek prinašanja odločitve, ki ga morajo opraviti ob odločanju, ali naj ukrepajo ali ne. Pomembno je, da udeleženci razumejo, da ima vsakdo odgovornost, da ukrepa, če je priča spolnemu trpinčenju. Vendar:

- Preden pomagajo drugim, morajo poskrbeti za svojo lastno varnost (kot v filmih o varnosti v letalih, kjer ljudi spodbujajo, da si najprej namestijo svoje kisikove maske, šele nato pomagajo drugim).
- ‘Posredovanje’ ne pomeni nujno neposrednega ukrepanja (npr. pogovor z osebo, ki nadleguje), ampak lahko pomeni tudi obveščanje učitelja/odrasle osebe ali manj nevarne ukrepe (ti so raziskani v naslednjih korakih).

Korak 4 (15 min)

Povabite udeležence, da v krogu navedejo eno dejanje, ki bi ga lahko opravili, če bi bili priča temu, da je nekdo spolno nadlegovan: “Ena stvar, ki bi jo morda naredil, če bi bil priča, da je nekdo spolno nadlegovan, je...”

Dajte jim letake o posredovanju očitivca, poudarite posredovanja, na katera so udeleženci že pomislili, prav tako poudarite posredovanja, na katera niso pomislili, in jih pretehtajte.

Opomba za moderatorja: Cilj tega koraka je, da udeleženci identificirajo varne načine posredovanja, če so priča spolnemu trpinčenju. Če udeleženci predlagajo ukrepe, ki niso varni, je pomembno, da se o njih razpravlja in razišče, zakaj morda niso varni. Stereotipe o tem, kaj pomeni biti ‘moški’, lahko spodbudi mlade moške, da predlagajo, da bi ‘rešili’ mlado spolno nadlegovano žensko, še zlasti z neposrednim soočenjem z osebo, ki nadleguje. Pomembno je poudariti, da morajo vsi udeleženci najprej pretehtati svojo lastno varnost in da posredovanje ne pomeni nujno neposrednega ukrepa. Prav tako je treba razjasniti, da očitivci v bran žrtve ne smejo uporabljati žalitev ali fizičnega trpinčenja; to lahko pravzaprav oteži situacijo za nadlegovano osebo. Nasprotno, stereotipi, kako mora biti ženska ‘na varnem’, lahko pomenijo, da mlade ženske nikoli ne bodo hotele posredovati. Kot pri mladih moških je pomembno razložiti, da posredovanje ne pomeni nujno neposrednega ukrepanja; prej je to lahko obveščanje učitelja/d drugega odraslega ali manj tvegan ukrep. Pomembno je poudariti, da bo vrsta posredovanja, ki bi ga izbrali udeleženci, če so priča spolnemu trpinčenju, odvisna od tega, kaj čutijo, da je varno, in kaj so sposobni narediti v določeni situaciji.

(Če ste sledili predlaganemu urniku za delavnico ACT, je to konec 1. dela za to aktivnost [1. del = 35 min])

Korak 5 (15 min)

Prosrite udeležence, da preuredijo skupine od aktivnosti 'Učinki in posledice' in da ponovno preberejo scenarij, ki ste jim ga dali. Predstavite naslednja vprašanja na predstavitveni tabli ali v predstavitvi in prosite udeležence, da delajo v svojih skupinah za razpravo o vprašanjih:

- Kdo lahko kaj reče ali kaj naredi v tem scenariju? Identificirajte vse ljudi, ki bi lahko posredovali v tej situaciji.
- Kaj lahko v tem scenariju reče ali naredi očividec ali več njih? Ugotovite, kako bi lahko umirili ali zaustavili situacijo.
- Kako lahko v tem scenariju očividec ostane varen? Ugotovite, kako bi v tej situaciji lahko očividec pomagal in hkrati ostal varen.

Razložite, da naj nato vsaka skupna pripravi mini igro od 2 do 3 minut, v kateri na kratko uprizorijo scenarij in nato uprizorijo, kako ukrepa eden od očividcev. Postavite osnovna pravila za mini igre:

- Ponazoritev scenarija naj bo zelo kratka (to ni glavni namen aktivnosti; ponazoritev samo predstavi prizor);
- Ponazoritev scenarija mora biti ustrezna (npr. ne 'preko meje'). To pomeni, da naj ne bi bila preveč dramatična in vznemirljiva in ne bi smela vključevati veliko verbalne zlorabe ali kakršnega koli fizičnega stika.

Opomba za moderatorja: Usmerite udeležence nazaj na letak o posredovanju očividca in jih spodbudite k razmišljanju o tem, kakšno posredovanje je morda najprimernejše za njihov določen scenarij. Vrsta zahtevanega posredovanja je verjetno odvisna od tega, kdo izvaja nadlegovanje (je prijatelj, znanec, tujec?) in od resnosti nadlegovanja.

Korak 6 (10 min)

To je zadnji korak. Vsaki skupini razložite, da bodo na kratko zaproseni, da ponazorijo mini igro in da bodo vsi povabljeni k razpravi o različnih posredovanjih očividcev. Opomnite udeležence, naj bodo spoštljivi do drugih tako, da so med mini igro tiho, da pazljivo gledajo in poslušajo in nato na koncu zaploskajo. Vsaka skupina naj predstavi svoje posredovanje tako, da jo odigra v mini igri. Na koncu vsake mini igre vprašajte gledalce:

- Kaj je bilo dobrega pri posredovanju očividca, ki ga je izbrala skupina?
- Kaj drugega lahko v tem scenariju reče ali naredi očividec?

Opomba za moderatorja: Cilj korakov 5 in 6 za mlade ljudi je, da uporabijo, kar so se naučili o posredovanju očividcev pri različnih scenarijih spolnega trpinčenja, in vadijo posredovanje očividcev. Pri vsakem scenariju naj bi porabili od 2 do 3 minute za ponazoritev mini igre skupine, ki ji sledi približno 4 do 5 minut razprave, v kateri o zgornjih vprašanjih sodeluje vsa skupina. Morda boste želeli poudariti, da je v vsakem scenariju veliko možnih odzivov in da ne obstaja samo en 'pravi' odgovor.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

(Če ste sledili predlaganemu urniku za delavnico ACT, je to konec 2. dela za to aktivnost [2. del = 35 min])

Letak o posredovanju očividca (*natisnite en izvod za vsakega udeleženca*)

Kaj lahko storim, če vidim, da nekdo spolno nadleguje nekoga drugega?

Ne prispevajte k temu

- Ne stati in opazovati, se smejati, podžigati ali podajati pripombe, ki bodo verjetno podžigale osebo, ki spolno nadleguje.
- Če oseba, ki spolno nadleguje, razširja govornice, prijateljem povejte, da ne poznate dejstev in da ne boste širili govoric.
- Če se spolno trpinčenje odvija preko mobilnega telefona ali interneta, se odločite in ne delite ter ne razširjajte naprej slik ali sporočil, uporabljenih pri spolnem trpinčenju nad to osebo.

Nadlegovani osebi ponudite pomoč

- Vprašajte spolno nadlegovano osebo, ali je dobro in ali morda potrebuje kakršnokoli pomoč.
- Nadlegovano osebo vprašajte, ali bi z vami želela oditi kam drugam (npr. v drugo sobo, na kosilo, obiskat šolskega svetovalca/mentorja/organizatorja mladinske skupine, ali če jo pospremite domov).

Ne ostati tiho

- Osebnostno se pogovorite z vašim svetovalcem/mentorjem/organizatorjem mladinske skupine ali nekom, ki mu zaupate; poročajte, kaj se je zgodilo, in prosite za njihovo pomoč ali nasvet.
- Če se se trpinčenje dogaja na spletu in če je varno, trpinčeni osebi pošljite pozitivne komentarje v njeno podporo.
- Če se trpinčenje dogaja na spletu, poročajte o spolnem trpinčenju na socialnem omrežju ali osebi/organizaciji, ki vodi spletno stran, da lahko odstrani karkoli žaljivega.

Govorite z osebo, ki nadleguje

- Če je varno, spregovorite in povejte osebi, ki nadleguje, da mislite, da bi morala prenehati govoriti ali početi spolne/homofobične/bifobične/transfobične stvari, in razložite zakaj (npr. je škodljivo in moteče za vas in za trpinčeno osebo).
- Poskušajte zamenjati temo in pozneje, če ste poznali osebo, ki nadleguje, in če je za vas to varno, sami povejte osebi in jo prosite, da preneha z nadlegovanjem. Govorite o učinkih takega obnašanja na vas in na osebo, ki jo nadleguje. Preverite tudi pri njej – Ali je v redu, ali se v tem trenutku pri njej kaj dogaja?

Druge zamisli:

Kaj lahko naredim, če mi kdo pove, da je bil spolno nadlegovan?

- Vprašajte osebo, kako se počuti, in jo poslušajte.
- Osebi podajte podatke o ljudeh in organizacijah, ki jih lahko povpraša za pomoč in nasvet (npr. šolska svetovalna služba; podatki o virih podpore so navedeni v naslednji aktivnosti).
- Osebi ponudite podporo (npr. vprašajte jo, ali bi želela, da greste z njo k zgoraj omenjenim ljudem/organizacijam, pogovorite se, kaj bi želela povedati tem ljudem).
- Preživite nekaj časa z osebo in z osebo počnite stvari, ki jo veselijo; naj se pridruži tistemu, kar počnete z vašimi prijatelji (npr. igranje računalniških igrvic, gledanje TV, šport). To ji bo morda pomagalo, da bo odmisli, kako se je kratek čas počutila, in bo hkrati manj osamljena.
- Pogovorite se z vašim svetovalcem/mentorjem/organizatorjem mladinske skupine ali nekom, ki mu zaupate, in ga prosite za nasvet ali pomoč. Na splošno je pred pogovorom o tem najbolje vprašati za dovoljenje nadlegovane osebo. Kljub odgovoru nadlegovane osebe, se lahko vseeno pogovorite z zaupanja vredno osebo, s tem, da ne navajate kakršno koli ime. Premislite o tem, ali se želite pogovarjati s to osebo o tem, kako se počutite vi – podpora drugih lahko vpliva tudi na vas (npr. tudi vi ste lahko pretreseni).
- Predlagajte vašemu mentorju/organizatorju mladinske skupine, da bi bilo dobro/potrebno izvesti kampanijo ozaveščanja ali nadaljnje delavnice o spolu, spolnosti ali spolnem trpinčenju na vaši šoli/skupini mladih, in ponudite pomoč.

Druge zamisli:

Naslov	Doživljanje spolnega trpinčenja Pomoč in podpora
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Razpravljati o idejah udeležencev, kaj ukreniti pri osebni izkušnji spolnega trpinčenja, in obravnavati možne rezultate uporabe teh idej. • Zagotovite smernice, kaj bi morali udeleženci storiti, če doživijo spolno trpinčenje. • Razpravljati o razlogih, zakaj udeleženci morda ne bi prijavili spolnega trpinčenja, in poskusiti najti odgovor na te skrbi. • Razložite, kateri lokalni viri podpore so na voljo za tiste, ki izkusijo spolno trpinčenje. • Uporaba tega novega znanja z ustvarjanjem osebnega načrta, kako ukrepati pri izkušnji spolnega trpinčenja.
Trajanje	60 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Predstavitvena tabla in pisalo. • Letak o tem, kaj storiti, če izkusite spolno trpinčenje (en izvod na udeleženca). • Letak o virih podpore (en izvod na udeleženca). • Delovni list – Moj načrt (en izvod na udeleženca).

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima šest korakov.

Korak 1 (5 min)

Prosrite udeležence, da ubesedijo svoje ideje o tem, kaj lahko storijo, če doživijo spolno trpinčenje. Zapišite njihove ideje na predstavitveno tablo.

Opomba za moderatorja: Cilj tega koraka je ugotoviti, kakšne ideje že imajo mladi ljudje, kaj storiti, če doživijo spolno trpinčenje, in z vsakim razpravljati o teh idejah. Če imajo udeleženci težave z izmišljanjem idej, jih lahko poskusite spodbujati, naj razmišljajo o različnih vrstah spolnega trpinčenja in različnih situacijah, v katerih lahko mladi ljudje izkusijo spolno trpinčenje. Na primer:

- Kaj bi naredili, če bi vas vaši šolski prijatelji zbadali ali vas posmehljivo klicali z imeni, ki jih ne marate?
- Kaj bi naredili, če bi nekdo z vaše šole razširjal grde govorce o vas preko socialnih medijev?
- Kaj bi naredili, če bi vam sošolec vztrajno pošiljal sporočila, v katerih bi vas spraševal o spolnih zadevah?
- Kaj bi naredili, če bi vam šolski prijatelj vztrajno prikazoval ali pošiljal pornografijo, a vi tega nočete?

- Kaj bi naredili, če bi nekdo, ki ga ne poznate dobro, grdo, osebno ali spolno komentiral fotografije/ videe, ki ste jih vi objavili na socialnih medijih?
- Kaj bi naredili, če bi vas mlada oseba, ki ste jo spoznali na spletu, prosila za vaše fotografije, na katerih ste slečeni ali v spodnjem perilu.

Če udeleženci predložijo veliko svojih idej, vam ni potrebno uporabiti nobenega od teh primerov. Če udeleženci potrebujejo nekaj pomoči na pričetku pogovora, lahko izberete katerega od teh primerov ali si domislite svoje primere.

Korak 2 (5 min)

Pojdite skozi vsako od idej, ki ste jih napisali na predstavitveno tablo, in vprašajte udeležence:

- Kaj se lahko pozitivnega zgodi pri uporabi tega pristopa?
- Kaj se lahko negativnega zgodi pri uporabi tega pristopa?

Opomba za moderatorja: Cilj tega koraka je, da udeleženci identificirajo možne rezultate pri izvedbi svojih idej iz koraka 1. Ali vsaka ideja lahko pripelje do pozitivnega rezultata ali ne, je lahko odvisno od:

- Vrste spolnega trpinčenja, ki ga prestajajo.
- Ali mislijo, da je trpinčenje namerno ali ne.
- Situacija, v kateri se odvija nadlegovanje.
- Odnos med nadlegovalcem/nadlegovalci in nadlegovano osebo.

Udeleženci na primer morda čutijo, da pripovedovanje odrasli osebi verjetno vodi k pozitivnemu rezultatu, če spletno nadleguje tuja oseba ali oseba, ki je ne poznajo dobro, a lahko vodi k negativnemu rezultatu, če jih v šoli nadlegujejo sošolci.

Udeleženci morda lahko predlagajo preprosto ignoriranje nadlegovanja. V takem primeru razpravljajte, zakaj ignoriranje ne bo pomagalo. Na primer:

- Nadlegovanje morda ni namerno (npr. oseba, ki to počne, ni hotela razburiti te osebe morda se ni zavedala, da ni primerno). Če se oseba, ki to počne, prične zavedati učinka svojega vedenja, in/ali da je to neprimerno, morda preneha s takim ravnanjem.
- V nekaterih primerih se ignoriranje nadlegovanja lahko situacija stopnjuje ali poslabša.
- Oseba, ki nadleguje, morda nadleguje tudi koga drugega, in če spregovorite, lahko ohrabrite tudi druge osebe/ljudi, da o tem spregovorijo.

Udeleženci bodo morda predlagali neko obliko povračila (npr. odziv z trpinčenjem ali agresijo ali napraviti nekaj grdega kot povračilo nadlegovalcu). V takem primeru spodbudite udeležence, da razmišljajo, zakaj to morda ni najučinkovitejši način ukvarjanja s težavo (npr. težave se lahko stopnjujejo in poslabšajo). Poskušajte voditi udeležence k nekaterim bolj učinkovitim odzivom namesto njihovih predlogov (npr. pridobiti podporo zaupanja vrednih ljudi, kot so prijatelji in družina, ali prijava spolnega trpinčenja učitelju, mladinskemu delavcu itd.).

Korak 3 (10 min)

Udeležencem izročite letak o tem, kaj storiti pri izkušnji spolnega trpinčenja, in ga preberite s posebnim poudarkom na kakršnekoli ideje, ki niso bile obravnavane v razpravi v koraku 2.

Korak 4 (10 min)

Povabite udeležence, naj po vrsti predlagajo po en razlog, zakaj spolno nadlegovani posameznik tega morda ne bi hotel nikomur povedati: "Eden od razlogov, zakaj spolno nadlegovani posameznik morda ne bi hotel nikomur tega povedati je ...". Zapišite odgovore udeležencev na predstavitveno tablo in se o vsakem pogovorite.

Opomba za moderatorja: V nadaljevanju je nekaj primerov, kaj lahko udeleženci odgovorijo in kaj lahko vi rečete v odgovor:

- *Morda ne vedo, komu naj povedo:* Spoznanje, da je to pogosto ena od ovir (npr. stvari, ki ustavijo mlade in zato ne zaprosijo za pomoč) in jim razložite, da bodo podatke o tem dobili v naslednjem koraku.
- *Morda so zaskrbljeni, da jim oseba, kateri so povedali, tega ne bo verjela:* Pričnite z zagotavljanjem, da jim bo večina odraslih oseb, ki delajo z mladimi ljudmi, verjela in jim z veseljem pomagala in jih podprla (in dobili bodo letak, ki ga lahko odnesejo s seboj, ki vsebuje informacije, komu bi bilo najbolje povedati in kako se z njim povezati). Spoznanje, da žal ni absolutnega zagotovila, da jih bo prva oseba, s katero bodo govorili, vzela resno, je stresno; če jim prva oseba, kateri so povedali, ne verjame ali jih ne jemlje resno, morajo povedati komu drugemu in vztrajati, dokler ne najdejo nekoga, ki verjame in ki je tudi pripravljen glede tega nekaj storiti.
- *Morda bodo razmišljali, da ni smiselno pripovedovati komurkoli, saj jih tako ali tako nihče ne bo vzela resno ali glede tega kaj storil (npr. da neka oseba to vidi le 'kot šalo', saj 'fantje so samo fantje' oziroma mladi ljudje se samo 'zafrkavajo').* Odziv tukaj bi bil enak kot zgoraj.
- *Tako dogajanje morda občutijo kot lastno krivdo ali so zaskrbljeni, da drugi ljudje mislijo, da je to njihova krivda:* Spolno trpinčenje čutijo kot ponižanje, nerodno jim je ali jih je sram, a pomembno je vedeti, da spolno trpinčenje nikoli ni krivda osebe, ki spolno trpinčenje doživlja. Večina odraslih oseb, ki dela z mladimi ljudmi, to prepozna, in ni verjetno, da bi v njih vzbujali občutke krivde za to, kar se dogaja. Če odrasla oseba kaže na nesočutje ali domneva, da so žrtve krive, mora mlada oseba to povedati komu drugemu in poskušati toliko časa, dokler ne najde nekoga, ki je bolj razumevajoč in informiran.
- *Morda jih je strah, da se bo oseba, ki nadleguje, maščevala (postala bolj groba/agresivna ali se na neki način maščuje), ko bo to ugotovila, ali pa se bojijo, da se bodo prijatelji/sošolci smejali/norčevali in jih klicali z posmehljivimi imeni, če bodo to izvedeli:* Razumljivo je, da udeležence lahko skrbi, vseeno pa bo pogovor z zaupanja vredno odraslo osebo, ki ima izkušnje s spolnim trpinčenjem, pomagal trpinčenje zaustaviti in zagotoviti, da se okoliščine izboljšajo in ne poslabšajo. Prav tako preden povedo zaupanja vredni osebi, lahko vprašajo, komu lahko zaupajo tisto, kar bi radi povedali, in če niso zadovoljni s tem, lahko govorijo z drugo zaupanja vredno osebo (npr. učiteljem/organizatorjem mladinske skupine, zunanjo pomočjo po telefonu, s starši). V nekaterih primerih lahko odrasla oseba

nudi tudi nasvet, kaj narediti; v drugih lahko sprejme ukrepe z mlado osebo, da zaustavi trpinčenje, na primer s pogovorom z osebo, ki nadleguje. Odrasli z izkušnjami s spolnim trpinčenjem se najprej pogovorijo z mlado osebo o tem, kaj priporočajo, da se ukrene pri trpinčenju, in zakaj mislijo, da je ta ukrep najprimernejši.

Korak 5 (10 min)

Predajte letak o lokalnih virih podpore in povzemite, kakšni viri nasvetov in podpore pri spolnem trpinčenju so na voljo za mlade ljudi tako v okviru šole/organizacije kot izven šole/organizacije. Udeležencem pojasnite, da pri spolnem trpinčenju te vire podpore lahko sami uporabijo tudi, če so priče izvajanja trpinčenja ali ko jim kdo pove, da so nadlegovani. Vprašajte udeležence, če ima kdo še kakšno vprašanje.

Korak 6 (10 min)

To je zadnji korak. Širše razporedite stole, tako da lahko ta korak udeleženci zaključijo vsak zase in da ne gledajo k sosedom. Zaposite udeležence, da vsak zase konča delovni list 'Moj načrt'. Razložite jim, da jih prosite, da tega ne delijo s komerkoli, da naj liste zadržijo in jih vzamejo s seboj.

Opomba za moderatorja: Cilj te aktivnosti je nuditi udeležencem možnost uporabiti, kar so se naučili v preteklih korakih, v lastnem življenju, in da naredijo praktični načrt, kaj bodo naredili, če izkusijo okoliščine spolnega trpinčenja. Če vas skrbi, da so udeleženci, s katerimi delate, morda preveč ranljivi za zaključevanje tega delovnega lista med trajanjem delavnice, ali se vam zdijo udeleženci zelo utrujeni, boste morda želeli predati delovne liste udeležencem, da jih sami zaključijo doma.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Letak o tem, kaj storiti, če izkusite spolno trpinčenje (natisnite en izvod na udeleženca)

Kaj lahko naredim, če izkusim spolno trpinčenje?

Splošni nasvet

- Dobite podporo nekoga, ki mu zaupate (npr. prijatelji, družina).
- Prijavite spolno trpinčenje zaupanja vredni odrasli osebi (npr. učitelj, mladinski delavec itd.).
- Ne ignorirajte ali zadržujte za sebe – trpinčenje se bo veliko verjetneje prenehalo, če o tem spregovorite z zaupanja vredno odraslo osebo.
- Če se vam zdi varno in če lahko, povejte osebi, ki nadleguje, da hočete, da preneha. Bodite jasni glede ravnanja, ko hočete, da se preneha, in jasno povejte, zakaj hočete, da se preneha (npr. ker je seksistično/ /homfobično/bifobično/transfobično, ker vas moti in žali, ker se počutite neprijetno, itd.). To lahko pomaga, če je trpinčenje nenamerno in ga oseba, ki to počne, ne prepozna kot spolno trpinčenje.
- Poskušajte se vzdržati maščevanja (odziv z trpinčenjem ali agresijo ali početi nekaj zlobnega ali grdega zaradi maščevanja). To lahko okoliščine stopnjuje in poslabša.

Spolno trpinčenje preko mobilnih telefonov

- Ne odgovarjajte nobenim klicem s skrite številke ali neznane številke.
- Ne odgovarjajte na nobena prejeta sporočila z vsebino spolnega trpinčenja.
- Vsa sprejeta sporočila shranite, da jih lahko pokažete zaupanja vredni odrasli osebi.
- Poglejte, ali lahko na vašem telefonu blokirate številko. Ponudniki mobilne telefonije ne morejo zaustaviti ali blokirati določene številke, da se poveže z drugim telefonom, a to je mogoče na nekaterih vrstah telefonov. Preverite v navodilih za uporabo vašega telefona, ali je to mogoče na vašem telefonu. Ponudniki mobilne telefonije lahko blokirajo telefon nadlegovalca ali sprejmejo drugačne ukrepe le, če je vključena tudi policija.
- Če se stvari poslabšajo, zamenjajte telefonsko številko ali kupite novo sim kartico. Če zamenjate telefonsko številko, dajte svojo novo številko samo najboljšim prijateljem.
- Če je mogoče, odstranite ali blokirajte uporabnika. BlackBerry in večina programov za sporočila to omogočajo.

Spolno trpinčenje in pošiljanje sporočil s spolno vsebino

- Če mislite, da je varno in če mislite, da lahko govorite z osebo, ki ima vaša sporočila/fotografije/video, jo prosite, da to izbriše. To je še posebej primerno, če ta oseba še ni delila fotografije, a vi mislite, da bi jo lahko (npr. po razpadu zveze).
- Zaupanja vredni odrasli osebi povejte, da ljudje delijo vaše fotografije, kjer ste pomanjkljivo oblečeni, ali fotografije spolne narave. Vaša šola bi morala imeti načrt, kako ukrepati v takih primerih, in po potrebi zapleniti mobilni telefon druge osebe, če mislijo da so lahko vaše slike na telefonu.

⁷ Nasveti, povezani s spolnim asiljem preko tehnologij (mobilni telefoni, socialna omrežja in splet), so sneti s spletne strani dobrodelne Childline v Združenem kraljestvu: <http://www.childline.org.uk/Explore/Bullying/Pages/online-bullying.aspx>

Spolno trpinčenje preko socialnih omrežij

- Če lahko, blokirajte osebo, ki vas nadleguje. To jim prepreči povezavo z vami in njihovih sporočil ne boste več dobivali. Posameznike lahko blokirate s pomočjo spodaj naštetih povezav:
 - Facebook: <http://en-gb.facebook.com/help/290450221052800>
 - Twitter: <https://support.twitter.com/articles/117063-blocking-people-on-twitter>
 - YouTube: <https://support.google.com/youtube/answer/56113?hl=en>
 - Instagram: <https://help.instagram.com/426700567389543>
 - tumblr: <https://www.tumblr.com/docs/en/social#ignoreheader>
 - Pinterest: <https://help.pinterest.com/en/articles/block-or-unblock-someone>
- Prijavite trpinčenje ponudniku socialnega omrežja (npr. Facebook, Twitter, Instagram itd.). To lahko opravite s klikom na 'Prijavi težavo' ali 'Prijavi zlorabo' poleg izrecne vsebine ali poleg profila oseb ali z obiskom področij Pomoči in Varnosti na njihovih spletnih straneh in sledenjem njihovih povezav za prijave.
- Povežite se s ponudnikom socialnega omrežja, da odstrani vse vaše fotografije s spolno vsebino. To lahko opravite z obiskom področij Pomoči in Varnosti na njihovih spletnih straneh in sledenjem njihovih povezav za prijave.
- Shranite posnetke zaslona vseh elektronskih pisem z vsebino spolnega trpinčenja, da jih lahko pokažete zaupanja vredni odrasli osebi.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Letak z lokalnimi viri podpore (moderatorji morajo izpolniti ta letak na osnovi vsebine/lokacije in nato natisniti po en izvod za vsakega udeleženca)

Viri podpore za spolno trpinčenje v sklopu šole/mladinskega centra/organizacije

Poimenovanje storitve podpore: _____

Kakšno vrsto podpore nudijo (npr. neposredno svetovanje o katerikoli težavi): _____

Pravila o zaupnosti: _____

Delovni čas: _____

Kontaktne podatke (telefon, e-pošta, splet): _____

Kakršnekoli druge informacije: _____

Viri podpore izven sklopa šole/mladinskega centra/organizacije

Poimenovanje storitve podpore: _____

Kakšno vrsto podpore nudijo (npr. neposredno svetovanje o spolnem trpinčenju, telefonska linija za pomoč mladim ljudem pri kakršnihkoli težavah): _____

Pravila o zaupnosti: _____

Delovni čas: _____

Kontaktne podatke (telefon, e-pošta, splet): _____

Kakršnekoli druge informacije: _____

Poimenovanje storitve podpore: _____

Kakšno vrsto podpore nudijo (npr. neposredno svetovanje o spolnem trpinčenju, telefonska linija za pomoč mladim ljudem pri kakršnihkoli težavah): _____

Pravila o zaupnosti: _____

Delovni čas: _____

Kontaktne podatke (telefon, e-pošta, splet): _____

Kakršnekoli druge informacije: _____

Poimenovanje storitve podpore: _____

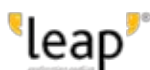
Kakšno vrsto podpore nudijo (npr. neposredno svetovanje o spolnem trpinčenju, telefonska linija za pomoč mladim ljudem pri kakršnihkoli težavah): _____

Pravila o zaupnosti: _____

Delovni čas: _____

Kontaktne podatke (telefon, e-pošta, splet): _____

Kakršnekoli druge informacije: _____



Delovni list – Moj načrt (natisnite po en izvod za vsakega udeleženca)

Moj načrt, če se mi pripeti spolno trpinčenje

Premislite o vseh primerih spolnega trpinčenja, o katerih ste poslušali med delavnico, kot tudi o kakršnihkoli drugih, ki so vam znani ali lahko o njih razmišljate, in poskusite določiti, kateri scenariji ali okoliščine vas najbolj skrbijo (vas skrbi, da bi se to vam lahko zgodilo).

Razmislite in zapišite, kaj bi naredili, če bi bili v taki situaciji (npr. bi povedali? Če da, komu bi povedali? Zakaj bi bila ta oseba primerna, da ji poveste? Ali veste, kako se povezati s to osebo, in če ne, kako bi to lahko izvedeli?)

Včasih, ko hočete komu povedati, da ste spolno nadlegovani, je težko vedeti, kaj povedati ali kako povedati. Če ste zgoraj rekli, da bi nekomu povedali, kaj se dogaja, tukaj napišite kratek scenarij ali načrt, kaj bi rekli:

7.11 Zaključek

Priporočamo, da to počnete na koncu vsakega dne. Moderatorji in udeleženci morajo sedeti ali stati v krogu.

Prvi dan (in druge dni pred zadnjim dnevom):

- Udeležence vprašajte, ali imajo kakšno vprašanje o dnevni snovi;
- Temu sledi krožno vprašanje za vsakega udeleženca, da pove:
 - Stvar v dnevu, v kateri so udeleženci posebej uživali.
 - Stvar v dnevu, ki so se jo naučili.

(10 min)

Zadnji dan:

- Udeležence vprašajte, ali imajo kakšna vprašanja o dnevni snovi.
- Nekaj minut porabite za zaključevanje delavnice (razmislite o tem, kaj hočete doseči s temi zaključnimi komentarji – kakšen učinek ob zaključku želite na skupino?). Kot del tega se morda želite zahvaliti udeležencem za njihovo navdušenje in sodelovanje (upajmo, da je bilo tako!).
- Temu sledi krožno vprašanje za vsakega udeleženca, da pove:
 - Eno stvar na celotni delavnici, v kateri so udeleženci posebej uživali.
 - Nekaj, kar po udeležbi na delavnici načrtujejo narediti drugače.
- Vsakemu udeležencu dajte Obrazec povratnih informacij (če to načrtujete, si primere oglejte v Dodatku C).

(15 min)

Opomba za moderatorja: Po vsakem dnevu priporočamo moderatorjem 'naknadni pogovor', kjer se enakovredni člani ekipe zberejo za razmislek o preteklem dnevu, o vseh nastalih vprašanjih in kako te težave bolje reševati naslednjič (to se lahko nanaša na katerikoli vidik delavnice, vključno s težavami dela članov ekipe).

POGLAVJE 8: DODATNE INFORMACIJE IN VIRI

8.1 Ekipa projekta ASBAE in stiki za izvajanje usposabljanja moderatorja

Projekt ASBAE je bil izveden s konzorcijem šestih partnerjev iz petih različnih držav (Združeno kraljestvo, Bolgarija, Slovenija, Latvija in Italija). Vsak partner je sposoben za mlade in odrasle zagotoviti usposabljanje za moderatorja ACT delavnic na kraju samem. Če vas zanima usposabljanje za moderatorja za mlade ljudi in odrasle v vaši organizaciji, vas prosimo, da se povežete z eno od spodaj navedenih organizacij, da se ugotovijo vaše potrebe in s tem povezani stroški usposabljanja.

LEAP (Združeno kraljestvo)

Leap Confronting Conflict je eden vodilnih ponudnikov usposabljanja strokovnjakov za mladino in konflikte v Združenem kraljestvu. Za njih delajo mladi in strokovnjaki, ki se ukvarjajo z mladimi ljudmi in jim predajajo znanja, samozavest in razumevanje za preprečevanje stopnjevanja vsakodnevnih konfliktov v destruktivno obnašanje in trpinčenje. V 26 letih je Leap deloval v partnerstvu z ustanovami za mlade prestopnike, službami za svetovanje prestopnikom, policijo, šolami in ponudniki alternativnega izobraževanja in lokalnimi organizacijami mladine pri zagotavljanju dinamičnih programov, ki se ukvarjajo z usposabljanjem razreševanja konfliktov, vodenjem, delom s ključovalnim vedenjem, vrstniško mediacijo, identiteto, predsodki in pripadnostjo, delo s tolpami in organiziranimi skupinami ter za preprečevanju kriminala s hladnim orožjem.

Ključni stik: Carey Haslam. *Email:* info@leapcc.org.uk

Website: <http://www.leapconfrontingconflict.org.uk/>

UNIVERZA LEEDS BECKETT (Združeno kraljestvo)

Dr. Kate Milnes, dr. Tamara Turner-Moore in professor Brendan Gough so psihologi, ki delujejo v okviru Šole socialnih, psiholoških in komunikacijskih znanosti na univerzi Leeds Beckett, Združeno kraljestvo. Raziskave psihologije na univerzi Leeds Beckett so uporabno osredotočene in glavni uporabniki raziskovanja skupine so zdravstveni delavci in oblikovalci politike, ki delujejo na področju, povezanem z zdravjem in blaginjo, vključno z Nacionalnim zdravstvenim zavarovanjem, javnim zdravjem in lokalnimi oblastmi, forenzičnimi dejavnostmi in poklicnim zdravjem. Raziskava skupine je pozitivno vplivala povsod v Združenem kraljestvu, v Evropi in širše. Raziskava doktorjev Milnesa, Turner-Moorove in Gougha odseva njihovo zavezanost razumevanju marginalizacije, viktimizacije in prevlade ter njihovega križanja s spolom, seksualnostjo in kulturo.



Ključni stik: Kate Milnes in Tamara Turner-Moore.

Email: k.milnes@leedsbeckett.ac.uk in t.turner-moore@leedsbeckett.ac.uk

Spletna stran: <http://www.leedsbeckett.ac.uk/>



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

DEMETRA (Bolgarija)

Združenje Demetra je bolgarska nevladna organizacija, ki dela na težavah žensk in otrok z glavnim poudarkom na trpinčenju v družini in diskriminaciji. Združenje vključuje zatočišča za ženske in otroke, žrtve trpinčenja in prekupčevanja, in podporne storitve ter svetovanja za žrtve domačega trpinčenja. Demetra ima uveljavljen sloves na področju in je razvila številne socialno-psihološke pomoči, kot tudi pravno svetovanje za žrtve trpinčenja in diskriminacije ter za ogrožene ljudi.

Ključni stik: Teodora Taneva. *Email:* demetra@unacs.bg

Spletna stran: <http://demetra-bg.org/>

PAPILOT (Slovenija)

Zavod Papilot za krepitev in razvoj kakovosti življenja v Sloveniji deluje na izboljševanju kakovosti življenja ljudi z holističnim, interdisciplinarnim pristopom, ki poudarja socialno vključevanje ljudi z različnimi potrebami. Glavne aktivnosti so usmerjene v spodbujanje socialnega podjetništva, izobraževanja, usposabljanja in vodenja ljudi s posebnimi potrebami, nezaposlenih ljudi, socialno ogrožene mladine in drugih ranljivih skupin. Cilj Papilota je pomagati tem skupinam pri iskanju možnosti zaposlitev in poštene ter enakovredne obravnave, olajšati njihovo uspešno ponovno vključitev na trg dela in v družbo.

Ključni stik: Tom Zajsek. *E-mail:* tom.zajsek@papilot-international.si

Spletna stran: www.papilot.si

Center MARTA (Latvija)

Center MARTA je latvijska nevladna organizacija, katere cilji so zagotavljati podporo ženskam s posebno pozornostjo na nedržavljanih in migrantih, ženskah z nizkimi dohodki in nezaposlenimi ženskami ter ženskami žrtvami prekupčevanja z ljudmi in domačega trpinčenja. Center MARTA dela v boju proti revščini žensk, izključenosti žensk in trpinčenju nad ženskami ter za spodbujanje pravic žensk.

Ključni stik: Liene Gatere. *Email:* centrs@marta.lv

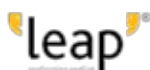
Spletna stran: www.marta.lv

PEPITA (Italija)

Pepita je italijanska socialna zadruga, čigar cilj je pomagati otrokom in mladini razviti svoja znanja in možnosti s projekti vzajemnega izobraževanja. Pepita je uresničila več kot 400 programov usposabljanja z učitelji, trenerji in starši in več kot 100 izobraževalnih projektov z mladimi. Pepita prav tako vodi poletne šole, tabore in gledališke predstave, ki vključujejo mladino in sodeluje z univerzami za vodenje socialnih anket in raziskav na mladinskem področju.

Ključni stik: Ivano Zoppi. *Email:* info@pepita.it

Spletna stran: www.pepita.it



119



8.2 Uporabne multimedijske povezave

Prosimo, upoštevajte, da so spodnje povezave v angleščini.

Posnetek	Povezava
Mladi govorijo o spolnem trpinčenju v šolah. Kot informativni uvod v spolno trpinčenje je ta video zasnovan tako, da spodbudi razmišljanje študentov o tem, kaj je spolno trpinčenje in kako se drugi lahko počutijo.	http://www.youtube.com/watch?v=bmKcsBJgfW0
Posneta spletna razprava pri Creative Sexuality Education o spolnem trpinčenju in 'sramotenju s kurbo' petih vodilnih strokovnjakov na področju spolnosti.	http://www.youtube.com/watch?v=DHOMSZyttPM
Video o soočanju s spolnim trpinčenjem in nadlegovanjem.	http://www.youtube.com/watch?v=jAMNzJbF6xM
Program CEOP's Thinkuknow nudi široko paleto brezplačnih izobraževalnih virov (npr. filmov, načrtov učnih ur, predstavitev, smernic zdravstvenim delavcem, iger in plakatov) za strokovnjake za delo z otroki in mladino. Njihov poudarek je na krepitvi vloge in zaščiti mladine pred škodo zaradi spolne zlorabe in izkoriščanja tudi na spletu.	https://www.thinkuknow.co.uk/Teachers/Resources/

8.3 Viri in nadaljnje branje

Duncan, N. (1999). *Spolno trpinčenje: Gender conflict in pupil culture*. London: Routledge.

Gusmano, B. & Mangarella, T. (ur.). (2014). *Di che genere si? Prevenire il bullismo sessista e omotransfobico*. Italija: La Meridiana.

Hill, C. & Kearl, H. (2011). *Crossing the line: Sexual harassment at school*. Washington DC: Ameriško združenje žensk na univerzi. <http://www.aauw.org/files/2013/02/Crossing-the-Line-Sexual-Harassment-at-School.pdf>

Meyer, E. (2009). *Gender, bullying, and harassment: Strategies to end sexism and homophobia in schools*. New York: Teachers College Press.

Milnes, K., Turner-Moore, T., Gough, B., Denison, J., Gatere, L., Haslam, C., Videva, D., Zajsek, T., Zoppi, I. (2015). *Sexual bullying in young people across five European countries: Research report for the Addressing Sexual Bullying Across Europe (ASBAE) Project*. Leeds, Združeno kraljestvo: Avtor <http://www.asbae.eu/>

O'Shaughnessy, M., Russell, S., Heck, K., Calhoun, C. & Laub, C. (2004). *A safe place to learn: Consequences of harassment based on actual or perceived sexual orientation or gender non-conformity and steps for making schools safer*. San Fransisco: Kalifornijska koalicija za varne šole in Center za razvoj mladine 4-H. <http://4h.ucanr.edu/files/1311.pdf>

Phippen, A. (2012). *Sexting: An exploration of practices, attitudes and influences*. London: NSPCC.

Rivers, I. & Duncan, N. (eds.). (2013). *Bullying: Experiences and discourses of sexuality and gender*. London: Routledge.

Tabachnick, J. (2009). *Engaging bystanders in sexual violence prevention*. Enola: National Sexual Violence Resource Center (NSVRC). http://www.nsvrc.org/sites/default/files/Publications_NSVRC_Booklets_Engaging-Bystanders-in-Sexual-Violence-Prevention.pdf

Združeni narodi. (1989). *United Nations Convention on the Rights of the Child (UNCRC)*. Geneva: Združeni narodi.

Whitman, J. (2007). *Teen action toolkit: Building a youth-led response to teen victimization*. Washington DC: National Center for Victims of Crime. <http://www.cops.usdoj.gov/Publications/teen%20action%20toolkit.pdf>

WOMANKIND Worldwide. (2010a). *Freedom to achieve: Preventing violence, promoting equality: A whole-school approach*. London: Avtor http://www.womankind.org.uk/wp-content/uploads/2011/02/WKREPORT_web-24-NOV-2010.pdf

WOMANKIND Worldwide. (2010b). *Stop sexual bullying: Preventing violence, promoting equality: Act now*. London: Avtor <http://www.womankind.org.uk/wp-content/uploads/2011/02/published-YP-report-Nov-2010.pdf>

PRILOGE

Priloga A: Orodje za ovrednotenje vašega šolskega ali izobraževalnega okolja

Ta priloga vključuje:

- Obrazec za vrednotenje na ravni šole (oziroma drugega vzgojno-izobraževalnega okolja);
- Obrazec za samoocenjevanje za odrasle moderatorje;
- Obrazec za opazovanje na ravni razreda (ali druge izobraževalne skupine);
- Paket anket za mladino.

Obrazec za vrednotenje na ravni šole (oziroma drugega vzgojno-izobraževalnega okolja), Obrazec za samoocenjevanje za odrasle moderatorje ter Obrazec za opazovanje na ravni razreda (ali druge izobraževalne skupine) so bili prilagojeni po Gusmano in Mangarella (2014). Paket anket je razvila ekipa ASBAE kot del ASBAE projekta.

Obrazec za vrednotenje na ravni šole (oziroma drugega vzgojno-izobraževalnega okolja)

Obrazec nudi seznam točk preverjanja pri obravnavi v povezavi s širšim šolskim (oziroma drugim vzgojno-izobraževalnim) okoljem.

- Ali ima osebje seksističen, homofobičen, bifobičen ali transfobičen odnos ali prikazuje povezano vedenje?
- Ali šolska dokumentacija in učni načrt spoštuje razlike in različnost?
- Ali šolska dokumentacija in učni načrt spoštuje različne spolne usmeritve in spolne identitete?
- Ali knjige in učni materiali obravnavajo identiteto spola in spolno usmeritev na pozitiven način?
- Ali ima šola/organizacija politiko o spolnem trpinčenju in jasne postopke prijavljanja in ukvarjanja z incidenti?
- Ali šola/organizacija zagotavlja usposabljanje učiteljev/vzgojiteljev in drugega osebja o trpinčenju, povezanim s spolom in seksualnostjo?
- Ali šola/organizacija zagotavlja informacije družinam o trpinčenju, povezanim s spolom in seksualnostjo?
- Ali je šola/organizacija izvedla akcije za dvig zavedanja spolnega trpinčenja in kako ga preprečiti?
- Ali je v šoli/organizaciji svetovalna ali podporna služba za mlade ljudi, ki imajo izkušnjo s spolnim trpinčenjem?

Obrazec za samoocenjevanje za odrasle moderatorje

Obrazec nudi seznam točk preverjanja pri obravnavi v povezavi z vašo trenutno delovno prakso z mladimi ljudmi.

- Ali uporabljam spolno nevtralen jezik?
- Ali obravnavam mlade ženske in mlade moške različno? Če da, kako in zakaj?
- Ali obravnavam mlade ljudi različno glede na njihovo domnevno spolnost, identiteto spola in/ali predstavitev spola? Če da, kako in zakaj?
- Ali (namerno ali nenamerno) izjavljam seksistične, homofobične, bifobične ali transfobične komentarje ali šale?
- Ali izzivam seksistične, homofobične, bifobične ali transfobične šale ali incidente?
- Ali delim znanje in spodbujam zavedanje spola in spolne diskriminacije ter izzivam povezane stereotipe?
- Ali delim znanje in spodbujam zavedanje spolnega trpinčenja?
- Ali se zavedam različnih vrst spolnega trpinčenja in ustrahovanja med mladimi ljudmi (npr. fizičnega, verbalnega, socialnega, s pomočjo tehnologije)?
- Do katere ravni sem sposoben zaznati znake psiholoških ali medosebnih problematičnih stisk med mladimi ljudmi (npr. izolacija, umikanje, simptomi socialnega strahu, zmanjšane zmogljivosti, podaljšane odsotnosti itd.)?
- Do katere ravni sem sposoben zaznati spremembe razpoloženja skupine, s katero delam (npr. molčečnost, pomanjkanje sodelovanja, agresija, konflikt, oblikovanje ločenih podgrup itd.)?
- Ali poznam politiko moje organizacije proti trpinčenju?
- Ali vem, kako ukrepati, če vidim ali slišim za primer spolnega trpinčenja?
- Ali ukrepam, če vidim ali slišim za primer spolnega trpinčenja?
- Ali vem, kdo mi lahko nudi podporo in razširja moje zavedanje in razumevanje spolnega trpinčenja pri reševanju težav s spolnim trpinčenjem?
- Ali vem, kdo mi lahko nudi podporo in razširja moje zavedanje in razumevanje tehnološko posredovanega spolnega trpinčenja (npr. kako lahko poteka spolno trpinčenje preko pametnih telefonov, družbenih medijev in omrežij)?
- Ali se izobražujete o teh težavah?
- Ali moram zahtevati dodatne informacije in izobraževanje o teh težavah v sklopu mojega delovnega okolja?



Obrazec za opazovanje na ravni razreda (ali druge izobraževalne skupine)

Obrazec za opazovanje je zasnovan kot pomoč pri ocenjevanju vedenja in medsebojnega vplivanja mladih ljudi v vašem razredu ali v drugi izobraževalni skupini.

- Ali so opazni znaki psihološke ali medosebne stiske med mladimi ljudmi (npr. izolacija, umikanje, simptomi socialnega strahu, zmanjšane zmogljivosti, podaljšane odsotnosti itd.)?
- Ali so kakšne spremembe razporeženja skupine, s katero delam (npr. molčečnost, pomanjkanje sodelovanja, agresija, konflikt, oblikovanje ločenih podgrup itd.)?
- Je prišlo do primerov spolnega trpinčenja? Če je, v kakšni obliki (npr. fizično, verbalno, socialno, tehnološko podprto)?
- Je prišlo do pojava, da mladi ljudje izjavljajo seksistične pripombe ali komentarje?
- Je prišlo do primerov trpinčenja nad nekom zaradi identitete ali izražanja spola?
- Je prišlo do primerov nadlegovanja nekoga, ker drugi verjamejo, da je gej, lezbijka ali dvospolen?
- Je prišlo do primerov, v katerih sta bili kot žaljivki uporabljeni besedi 'homoseksualec' ali 'lezbijka'.
- Je prišlo do incidentov s seksističnimi, homofobičnimi, bifobičnimi ali transfobičnimi grafiti (npr. na pohištvu, tabli, zidovih itd.)?
- Ali so bili prijavljeni dogajanje komentarji te vrste ali trpinčenje s pomočjo tehnologije (npr. mobilnih telefonov, socialnih medijev/omrežij, internetnih forumov itd.)?



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Paket anket za mladino

Spodnji paket vprašalnikov naj izpolnijo mladi ljudje. Pokriva njihovo zavedanja o spolnem trpinčenju, odnos, ki podpira spolno trpinčenje (npr. seksistični, homofobični in transfobični odnos), izkušnje spolnega trpinčenja in dožemanje mladih ljudi, kaj bodo po vsej verjetnosti ukrenili, če so priče spolnemu trpinčenju. Morda boste želeli prositi mlade ljudi na vaši šoli ali organizaciji, da izpolnijo to anketo pred in po delavnici ACT, da ocenite začetne okoliščine na šoli ali v drugi obliki izobraževanja ter kakršnekoli spremembe, ki sledijo izvajanju delavnice.

Paket vprašalnikov za mlade

Svojega imena ne zapišite na vprašalnik – želimo, da se počutite dovolj sproščeni, da odgovorite na vprašanja. Če na katero vprašanje ne želite odgovoriti, ga pustite praznega.

Zanima nas vaše mnenje o naslednjem ...

Odkljukajte okence, ki je najbližje vašemu pogledu (Zelo se strinjam, Strinjam se, Niti se strinjam niti se ne strinjam, Ne strinjam se ali Zelo se ne strinjam). Za vsako izjavo odkljukajte samo eno okence. Vprašalnik je anonimen. Zanima nas vaše mnenje, ne pa »pravilni« ali »napačni« odgovori.

		Zelo se strinjam	Strinjam se	Niti se strinjam niti se ne strinjam	Ne strinjam se	Zelo se ne strinjam
1	Nič ni narobe s širjenjem govoric o bivših dekletih ali bivših fantih, če vas zapustijo.					
2	Nič ni narobe, če se fantje šalijo o prsah deklet.					
3	Če nekemu rečemo »kurba«, »prasica« ali »pička«, je to spolno trpinčenje.					
4	Nič ni narobe, če delimo seksi fotografije svojega dekleta ali fanta, dokler jih delimo le s prijatelji.					
5	Zlobni komentarji k fotografijam, ki jih ljudje objavijo na spletu, so sprejemljiv del vsakdanjega življenja.					
6	Spolno trpinčenje vedno vključuje siljenje nekoga v spolni odnos.					
7	Fantovsko neprestano pošiljanje sporočil dekletom o opravljanju spolnih stvari je vrsta spolnega trpinčenja.					
8	Širjenje govoric, da je nekdo gej, za šalo je spolno trpinčenje.					
9	Če fant zažvižga za dekletom, je to, kot bi ji dal kompliment.					
10	Fantje ne morejo biti žrtve spolnega trpinčenja.					

Nadaljujte s svojimi mislimi tudi o teh izjavah ...

		Zelo se strinjam	Strinjam se	Niti se strinjam niti se ne strinjam	Ne strinjam se	Zelo se ne strinjam
1	Geji in biseksualni moški naj molčijo o svoji spolni usmerjenosti.					
2	Dekleta spolne šale prehitro užalijo.					
3	Dekleta morajo poskrbeti, da so vedno videti lepa.					
4	Če par hodi nekaj časa, je edino normalno, da fant pritiska na dekle, da stori kaj spolnega.					
5	Mnenje fantov o tem, kako se oblačijo njihova dekleta, bi vedno morali upoštevati.					
6	Če nekdo ne prijavi trpinčenja, je njihova krivda, če se le-to nadaljuje.					
7	Heterospolni, lezbijke, geji in biseksualci bi morali biti enakopravno obravnavani.					
8	Fantje se ne bi smeli oblačiti ali obnašati kot dekleta.					
9	Fant ni pravi moški, dokler nima spolnih odnosov.					
10	Dekle mora poskrbeti, da fant ne gre »predaleč«.					
11	Fantje, ki govorijo o svojih čustvih, so šibki.					
12	Nekatera dekleta in fantje si sami nakopljejo trpinčenje.					
13	Dekleta se ne bi smela oblačiti ali obnašati kot fantje.					

		Zelo se strinjam	Strinjam se	Niti se strinjam niti se ne strinjam	Ne strinjam se	Zelo se ne strinjam
14	Ni pomembno, ali so vaši prijatelji heteroseksualni, geji, lezbijke ali biseksualci.					
15	Če dekle spi, s komer hoče, to ne bi smelo vplivati na njen ugled.					
16	Če je fantu dekle všeč, bi ji moral to povedati tako, da se dotika njenega telesa.					

Oglejte si naslednje situacije ...

Za vsako situacijo odključajte okence, da pokažete, kako verjetno bi se odzvali na naslednji način:

- Ne bi naredil nič (zelo verjetno – zelo neverjetno)
- Pridružil bi se (zelo verjetno – zelo neverjetno)
- Rekel bi jim, naj prenehajo (zelo verjetno – zelo neverjetno)
- Poiskal bi pomoč drugih (zelo verjetno – zelo neverjetno)

Odključajte eno okence za Ne bi naredil nič, eno okence za Pridružil bi se, eno okence za Rekel bi jim, naj prenehajo in eno okence za Poiskal bi pomoč drugih.

1. Predstavljajte si, da dekle posname fotografijo prijateljice brez ličil (mejkapa) in jo objavi na Facebooku. Veliko sošolcev potem komentira, da je resnično grda.					
Kako verjetno je, da ...	Zelo verjetno	Verjetno	Nisem prepričan	Ni verjetno	Zelo neverjetno
Ne bi naredili nič					
Bi se pridružili (objavili podobne komentarje)					
Jim rekli, naj prenehajo					
Bi poiskali pomoč drugih (npr. prijateljev, odraslih)					

2. Predstavljajte si, da vam sošolec pove, da je svojemu dekletu pošiljal veliko sporočil in jo prosil za fotografije, na katerih je v kopalkah, ali videe, na katerih se slači.

Kako verjetno je, da ...	Zelo verjetno	Verjetno	Nisem prepričan	Ni verjetno	Zelo neverjetno
Ne bi naredili nič					
Bi se pridružili (tudi pritiskali na dekle)					
Bi mu rekli, naj preneha					
Bi poiskali pomoč drugih (npr. prijateljev, odraslih)					

3. Predstavljajte, da je čas kosila in da vidite fanta, ki se zabava s skupino prijateljev. Mimo skupine pride dekle in fant jo zgrabi za zadnjico.

Kako verjetno je, da ...	Zelo verjetno	Verjetno	Nisem prepričan	Ni verjetno	Zelo neverjetno
Ne bi naredili nič					
Bi se pridružili (smejali bi se ali ga spodbujali)					
Mu rekli, naj preneha					
Bi poiskali pomoč drugih (npr. prijateljev, odraslih)					

4. Predstavljajte si, da slišite, da je dekle v vašem razredu imelo spolne odnose. Vaši sošolci širijo te govorce in jo zmerjajo s »kurbo«, »prasico« in »pičko«.

Kako verjetno je, da ...	Zelo verjetno	Verjetno	Nisem prepričan	Ni verjetno	Zelo neverjetno
Ne bi naredili nič					
Bi se pridružili (širili govorce ali jo zmerjali)					
Jim rekli, naj prenehajo					
Bi poiskali pomoč drugih (npr. prijateljev, odraslih)					

5. Predstavljajte si, da skupina fantov draži drugega fanta in mu pravi, da je »peder« in »gej«, ker se po njihovem mnenju obnaša »kot dekle«.

Kako verjetno je, da ...	Zelo verjetno	Verjetno	Nisem prepričan	Ni verjetno	Zelo neverjetno
Ne bi naredili nič					
Bi se pridružili (dražili bi ga)					
Jim rekli, naj prenehajo					
Bi poiskali pomoč drugih (npr. prijateljev, odraslih)					

6. Z mislijo na situacije 1–5, če bi nekdo počel te stvari vam ...

Kako verjetno je, da ...	Zelo verjetno	Verjetno	Nisem prepričan	Ni verjetno	Zelo neverjetno
Ne bi naredili nič					
Bi naredili nekaj, da jim vrnete					
Jim rekli, naj prenehajo					
Bi poiskali pomoč drugih mladih					
Bi poiskali pomoč odraslega					

Kako pogosto vam je mlada oseba ali skupina mladih počela te stvari v ZADNJIH 3 MESECIH?

»Mlada oseba« tukaj pomeni nekoga, ki je star 18 ali manj.

Za vsako izjavo obkljukajte samo eno polje (Nikoli, Enkrat, Redko, Včasih ali Pogosto).

Odgovarjajte kar se da iskreno. Ni »pravih« ali »napačnih« odgovorov.

Mlada oseba ali skupina mladih ...

		Nikoli	Enkrat	Redko	Včasih	Pogosto
1	... strmi v vaše telo na način, ob katerem vam je neprijetno.					
2	... vam reče seksualne stvari o vašem telesu ali videzu, ki vas užalijo ali vznemirijo.					
3	... se pred vami pretvarja, da izvaja spolno dejanje, ki vas užali ali vznemiri.					

		Nikoli	Enkrat	Redko	Včasih	Pogosto
--	--	--------	--------	-------	--------	---------

Zmerjajo vas z zlobnimi poimenovanji (v obraz, preko mobilnega telefona ali spleta) ...

4	... zaradi vašega načina oblačenja.					
5	... ker menijo, da niste privlačni.					
6	... ker mislijo, da ste imeli spolne odnose.					
7	... ker mislijo, da niste imeli spolnih odnosov.					
8	... ker mislijo, da ste lezbijka, gej ali biseksualec.					

O vas širijo zlobne govorice (za vašim hrbtom, preko mobilnega telefona ali spleta) ...

9	... zaradi vašega načina oblačenja.					
10	... ker menijo, da niste privlačni.					
11	... ker mislijo, da ste imeli spolne odnose.					
12	... ker mislijo, da niste imeli spolnih odnosov.					
13	... ker mislijo, da ste lezbijka, gej ali biseksualec.					

Uporabljajo mobilne telefone ali splet, da ...

14	... poskusijo fotografirati pod vaše krilo ali v vaše hlače, ko vi tega ne želite.					
15	... pritiskajo na vas, naj jim pošljete seksi fotografije ali videoposnetke sebe.					
16	... nalagajo, pošiljajo ali drugim ljudem kažejo seksi fotografije ali videoposnetke vas brez vašega dovoljenja.					

Uporabljajo mobilne telefone ali splet, da vam kažejo/pošiljajo neželene ...

17	... seksualne šale.					
18	... pornografske fotografije ali videe.					
19	... sporočila o vašem telesu ali o tem, kar imate na sebi.					
20	... sporočila o spolnem občevanju z vami.					

		Nikoli	Enkrat	Redko	Včasih	Pogosto
--	--	--------	--------	-------	--------	---------

So...

21	...se ob vas podrgnili na način, ob katerem vam je bilo neprijetno.					
22	... vam pokazali svojo zadnjo plat ali spolovila, ko tega niste želeli.					
23	...se dotikali vaših dojk, prsi ali mišic, ko tega niste želeli.					
24	...se dotikali vaše zadnje plati ali spolovil, ko tega niste želeli.					
25	... vas prisilili v spolno obnašanje, ko tega niste želeli.					

Kako pogosto ste to storili drugi mladi osebi v ZADNJIH TREH MESECIH ...?

»Mlada oseba« tukaj pomeni nekoga, ki je star 18 ali manj.

Za vsako izjavo obkljukajte samo eno polje (Nikoli, Enkrat, Redko, Včasih ali Pogosto).

Odgovarjajte kar se da iskreno. Ni »pravih« ali »napačnih« odgovorov.

MO = mlada oseba

Bodisi sami ali s skupino mladih, kako pogosto ste ...

		Nikoli	Enkrat	Redko	Včasih	Pogosto
1	... strmeli v telo mlade osebe (MO) na način, za katerega ste vedeli, da jim je ob njem neprijetno?					
2	... izrekli seksualne stvari o telesu ali videzu MO, da bi jo užalili ali vznemirili?					
3	... se pretvarjali, da izvajate spolno dejanje pred MO, da bi jo užalili ali vznemirili?					

Zmerjali MO z zlobnimi poimenovanji (v obraz, preko mobilnega telefona ali spleta) ...

4	... zaradi njenega načina oblačenja?					
5	... ker ste menili, da ni privlačna?					
6	... ker ste mislili, da je imela spolne odnose?					
7	... ker ste mislili, da ni imela spolnih odnosov?					
8	... ker ste mislili, da je lezbijka, gej ali biseksualec?					

		Nikoli	Enkrat	Redko	Včasih	Pogosto
--	--	--------	--------	-------	--------	---------

Širili zlobne govornice o MP (za njenim hrbtom, preko mobilnega telefona ali spleta) ...

9	... zaradi njenega načina oblačenja?					
10	... ker ste menili, da ni privlačna?					
11	... ker ste mislili, da je imela spolne odnose?					
12	... ker ste mislili, da ni imela spolnih odnosov?					
13	... ker ste mislili, da je lezbijka, gej ali biseksualec?					

Uporabili mobilne telefone ali splet, da ...

14	... poskusite fotografirati pod krilo ali v hlače MO, ko tega ni želela?					
15	... prisilite MO, da vam pošlje seksi fotografije ali videoposnetke sebe?					
16	... naložite, pošljete ali drugim ljudem pokažete seksi fotografije ali videoposnetke MO brez njenega dovoljenja?					

Uporabili mobilne telefone ali splet, da MO pokažete/pošljete neželene ...

17	... seksualne šale?					
18	... pornografske fotografije ali videe?					
19	... sporočila o njenem telesu ali o tem, kar ima na sebi.					
20	... sporočila o spolnem občevanju z njo.					

Vi ste...

21	...se podrgnili ob nekoga na način, ob katerem mu je bilo neprijetno.					
22	...pokazali svojo zadnjo plat ali spolovila, nekemu, ki tega ni želel.					
23	...se dotikali dojk, prsi ali mišic, nekoga ki tega ni želel.					
24	...se dotikali zadnje plati ali spolovil nekoga ki tega ni želel.					
25	...silil nekoga v spolno obnašanje, ko tega ni želel.					

Ali nam želite povedati še kaj drugega na temo trpinčenja?

Splošne informacije o vas

1. Koliko ste stari? _____ let.

2. Ste ženska ali moški? Obkrožite eno izmed spodnjih možnosti:

Ženska

Moški



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Priloga B: Listi načrtovanja delavnice

Imena mladih moderatorjev: _____

Ime odraslega moderatorja: _____

Datum in čas delavnice: _____

Mesto delavnice: _____

Pričakovano število udeležencev delavnice: _____

Podrobnosti skupine (npr. starost, spol, narodnost, ozadje): _____

Namen delavnice, opisan z vašimi besedami (pomislite na razgovor o tem v delu Aktivnost usposabljanja 1):

Izpolnite urnik izvajanja delavnice v spodnji tabeli. Izpolnjeni primer lahko najdete v razdelku 7.1 paketa ACT (potrebni materiali za pripravo so že naštet v primeru v razdelku 7.1). Ne pozabite na kakšne odmore, za kosilo in čas za moderatorje za naknadne medsebojne pogovore na koncu vsakega dne (npr. 15 minut).

Dan/ datum	Datum pričetka	Kaj storiti/ime aktivnosti	Trajanje	Potrebščine, ki jih je treba pripraviti

Preverite, da bo odrasli moderator vnaprej pripravil vse potrebščine za delavnico.

Kateri moderator bo zagotovil, da bodo udeleženci po odmorih in kosilu pravočasno prišli nazaj?

Načrt za "dobrodošlico in uvod"

Kot vrstniška skupina preberite razdelka 7.2 in 7.3 paketa ACT.

Kateri moderator bo opravil dobrodošlico na začetku? _____

Če ste to vi, zapišite scenarij/načrt dobrodošlice: _____

Kako se boste predstavili (vsak moderator se mora predstaviti)?

Zapišite scenarij/načrt:

Kateri moderator bo prosil udeležence, da se predstavijo?

Kateri moderator bo predstavil namen delavnice in načrt učne ure?

Če ste to vi, kako morate prirediti uvod v razdelku 7.3 za vključitev te skupine? Zapišite scenarij/načrt spodaj:

Kateri moderator bo meril čas učnih ur delavnice (pozorno spremljanje časa in opominjanje moderatorja, ki vodi aktivnosti, da je napočil čas za premik na naslednji razdelek)?

Načrt "osnovnih pravil"

Kot vrstniška skupina preberite razdelka 7.2 in 7.3 paketa ACT.

Kateri moderator bo vodil to aktivnost? _____

Če ste to vi, kako boste predstavili osnovna pravila/razložili, zakaj so potrebna? Zapišite scenarij/načrt:



Kako boste predstavili/delili seznam osnovnih pravil in preverili razumevanje pravil s strani udeležencev? Zapišite scenarij/načrt:

Kako boste preverili, da se udeleženci strinjajo s temi osnovnimi pravili? Zapišite scenarij/načrt:

Kako boste predstavili/delili, kaj se zgodi, ko se kršijo pravila, in kako boste preverili, da se udeleženci s tem strinjajo? Zapišite scenarij/načrt:



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Kateri moderator bo meril čas učnih ur delavnice (pozorno spremljanje časa in opominjanje moderatorja, ki vodi aktivnosti, da je napočil čas za premik na naslednji razdelek)?

Načrt za "prebijanje ledu"

Kot vrstniška skupina preberite o različnih aktivnostih za prebijanje ledu v razdelku 7.5 paketa ACT.

Kateri način prebijanja ledu ste izbrali? _____

Kateri moderator bo vodil to aktivnost? _____

Če ste to vi, kako boste predstavili prebijanje ledu? Zapišite scenarij/načrt:

Shranite ključna navodila o tem, kako sodelovati:

Kako se imenuje naslednja aktivnost? _____

Kako boste aktivnost povezali z naslednjo aktivnostjo? Če je mogoče, vključite povezavo v zvezi s cilji naslednje aktivnosti.

Kateri moderator bo meril čas učnih ur delavnice (pozorno spremljanje časa in opominjanje moderatorja, ki vodi aktivnosti, da je napačil čas za premik na naslednji razdelek)?

Načrt aktivnosti delavnice 1 - 7 (Fotokopirajte te strani in zberite ločene liste za vsako aktivnost delavnice)

O zbiranju teh listov preberite razdelke 7.6 do 7.10 paketa ACT.

Poimenovanje aktivnosti: _____

Kateri moderator bo predstavil to aktivnost? _____

Če ste to vi, kako boste predstavili to aktivnost? Zapišite scenarij/načrt:

Shranite ključne korake o tem, kako sodelovati:

Številka koraka	Povzetek dela	Čas tega koraka	Kateri moderator bo vodil ta korak?

Kateri moderator bo krožil okoli skupin pri majhnih skupinskih aktivnosti in preverjal, kako jim gre?

Kateri moderator bo zaključil aktivnost? _____

Če ste to vi ...

... katere so ključne učne točke, ki bi jih izvedli (npr. ali obstajajo točke, pokrite v aktivnosti, ki jih hočete ponoviti, da se prepričate, da si jih bodo udeleženci zapomnili? Ali obstaja kaj točno določenega, za kar mislite, da se morajo udeleženci naučiti v tej aktivnosti in na kar jih hočete opozoriti?)? Zapišite scenarij/načrt:

... kako se imenuje naslednja aktivnost? _____

... kako jo boste povezali z naslednjo aktivnostjo? Če je mogoče, vključite povezavo v zvezi s cilji naslednje aktivnosti.

Kateri moderator bo meril čas učnih ur delavnice (pozorno spremljal časa vsakega koraka in opomnil druge moderatorje, ko napoči čas za premik na naslednji korak)?

Načrt "zaključka" prvega dne (in vseh naslednjih dni, razen zaključnega dne)

Kot vrstniška skupina preberite razdelek 7.11 paketa ACT.

Kateri moderator bo opravil "zaključek"? _____

Najprej udeležence vprašajte, ali imajo kakšna vprašanja o dnevni snovi.

Temu sledi krožno vprašanje za vsakega udeleženca, da pove:

- Ena stvar v dnevju, v kateri so udeleženci posebej uživali;
- Stvar v dnevju, ki so se jo naučili.

Katere zaključne besede boste uporabili na koncu dneva?

Kateri moderator bo meril čas učnih ur delavnice (pozorno spremljanje časa in opominjanje moderatorja, ki vodi aktivnosti, da je napolnil čas za premik na naslednji razdelek)?

Načrt za "zaključek" zadnjega dne

Kateri moderator bo opravil zaključek delavnice? _____

Najprej udeležence vprašajte, ali imajo kakšna vprašanja o dnevni snovi.

Kakšen je cilj vašega zaključka? Kakšen učinek na skupino hočete doseči z zaključkom? O tem zapišite scenarij/načrt:

Temu sledi krožno vprašanje za vsakega udeleženca, da pove:

- Eno stvar na celotni delavnici, v kateri so udeleženci posebej uživali.
- Nekaj, kar po udeležbi na delavnici načrtujejo narediti drugače.

Katere zaključne besede boste uporabili ob zaključku delavnice?

Ali boste ob zaključku delavnice udeležencem razdelili Obrazec povratnih informacij (glejte primer v Prilogo C paketa ACT)? Če da, kateri moderator bo obrazce razdelil? _____

Kateri moderator bo meril čas učnih ur delavnice (pozorno spremljanje časa in opominjanje moderatorja, ki vodi aktivnosti, da je napočil čas za premik na naslednji razdelek)?

Seznam preverjanja pred delavnico

Ob kateri uri se zberejo moderatorji pred delavnico? _____

Označite opravljeno	Aktivnost	Kateri moderator bo to opravil?
	Preverite, ali obstajajo novejši podatki o udeležencih (npr. sprememba števila prisotnih udeležencev).	
	Preverite postopek, če morate zaprositi udeleženca, da zapusti delavnico – kam ga boste poslali?	
	Pripravite prostor (npr. postavitve stolov v krog, umik miz).	
	Preverite/prinesite vse potrebščine (npr. predstavitevno tablo, papir, pisala, PowerPoint predstavitev, letake itd.).	
	Na predstavitevno tablo napišite podatke (npr. načrt delavnice, osnovna pravila, vprašanja za aktivnosti)/pripravite PowerPoint predstavitev na računalniku.	

Pred pričetkom delavnice se morajo zbrati vsi moderatorji, da:

- Na kratko preletite načrt dneva (vsebino, časovni načrt, kdo je zadolžen za kaj);
- Opravite spremembe v zadnjem trenutku (po potrebi) za prilagoditev skupini in kontekstu (npr. če je udeležencev delavnice manj od pričakovanih ali če eden od moderatorjev zboli in se ne more udeležiti).

Priloga C: Obrazec za povratne informacije o delavnici s strani udeležencev

1. Koliko ste stari? _____ let.
2. Ste ženska ali moški? Obkrožite eno izmed spodnjih možnosti:

Ženska

Moški

Izpolnite obrazec za povratne informacije na naslednji strani. Ob odgovarjanju boste morda želeli uporabiti seznam dejavnosti na delavnici (spodaj).

Dejavnosti na delavnici

- Kaj je spolno trpinčenje?
- Identificiranje in raziskovanje pravil in stereotipov
- Preverjanje norm in stereotipov
- Seksting – Pošiljanje kratkih sporočil s spolno vsebino
- Učinki in posledice
- Skupna prizadevanja za zaustavitev spolnega trpinčenja
- Izkušnja spolnega trpinčenja: Pomoč in podpora

<p>Iz katerih dveh dejavnosti ste se naučili največ?</p> <p>1.</p> <p>2.</p>
<p>Kaj ste se naučili iz teh dveh dejavnosti? (Na primer, ste izvedeli nekaj, česar niste vedeli pred delavnico? Ali zdaj bolje razumete neko stvar oz. veste več o njej kot pred delavnico? Ali ste z delavnico pridobili kakšne praktične spretnosti?)</p>
<p>Iz katerih dveh dejavnosti ste se naučili najmanj?</p> <p>1.</p> <p>2.</p>

Kaj vam je bilo najbolj všeč na delavnici? Zakaj?
Kaj vam je bilo najmanj všeč na delavnici? Zakaj?
Ali ste se vključili v dejavnosti? Zakaj da/Zakaj ne?
Kaj bi izboljšalo delavnico?
Ali boste zaradi delavnice kaj delali drugače? (Obkrožite odgovor.) Da Ne Če da, kaj boste delali drugače?
Ali bi to delavnico priporočili drugim? (Obkrožite odgovor.) Da Ne
Zakaj bi jo priporočali/je ne bi priporočali?

<p>Koliko vsebin delavnice je bilo za vas novih? (Obkrožite odgovor.)</p> <p>Nič Malo Kar veliko Veliko</p>
<p>Kako zlahka ste lahko sledili dejavnostim? (Obkrožite odgovor.)</p> <p>Sploh ne zlahka Nekoliko zlahka Večinoma zlahka Zelo zlahka</p>
<p>Kako ustrezne so za vas bile dejavnosti? (Obkrožite odgovor.)</p> <p>Popolnoma neustrezne Nekoliko ustrezne Večinoma ustrezne Zelo ustrezne</p>
<p>Ali je bila delavnica ...? (Obkrožite odgovor.)</p> <p>Prekratka Ravno prav Predolga</p>
<p>Kako dobri so bili izvajalci usposabljanja? (Obkrožite odgovor.)</p> <p>Sploh ne dobri OK Dobri Zelo dobri</p>
<p>Kako samozavestni se počutite glede praktične uporabe naučenega? (Obkrožite odgovor.)</p> <p>Sploh ne samozavesten Nekoliko samozavesten</p> <p>Večinoma samozavesten Zelo samozavesten</p>
<p>V splošnem, kako dobra je bila delavnica? (Obkrožite odgovor.)</p> <p>Sploh ne dobra OK Dobra Zelo dobra</p>
<p>Ali želite še kaj dodati?</p>

Upamo, da ste uživali na delavnici. **Ne povejte drugim s srečanja za izpolnitev vprašalnikov, kaj ste delali oz. o čem ste govorili na delavnici.** Razlog za to je, da želimo videti, ali so kakšne razlike med tistimi, ki običaje delavnico, in tistimi, ki je ne običajejo.



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Priloga D: Dodatne aktivnosti delavnice

Ta priloga vključuje številne dodatne aktivnosti delavnice. Te aktivnosti se lahko uporabijo poleg in ne namesto aktivnosti delavnice iz poglavja 7. Aktivnosti, opisane v poglavju 7, so pazljivo sestavljene in izpolnjujejo vse cilje delavnice ACT, medtem ko so dodatne aktivnosti bolj ozko usmerjene.

Morda boste želeli uporabiti te dodatne aktivnosti v kombinaciji z izvajanjem običajnih aktivnosti delavnice (še posebej, če začutite, da ima delovna skupina, s katero delate, težave z dojetjem ključnih zamisli ali bi pridobila z nadaljnjim raziskovanjem določene teme), ali pa uporabite dodatne aktivnosti pozneje kot 'pospeševalce' delavnice.

Namen teh dodatnih aktivnosti so:

- Okrepitev ključnih zamisli;
- Pomoč pri utrjevanju tistega, kar so se udeleženci naučili v delavnici;
- Poglobljeno raziskovanje določenih vidikov tem delavnice z uporabo komplementarnih tehnik in pristopov učenja.

Naslov	Pet besed spolnega trpinčenja
Tema	Ozaveščenost o spolnem trpinčenju
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Preverjanje razumevanja udeležencev, kaj je spolno trpinčenje. • Identifikacija ključnih lastnosti spolnega trpinčenja. • Ustvarjanje skupne definicije spolnega trpinčenja.
Trajanje	60 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Papir in pisala

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila za aktivnosti

Ta aktivnost ima pet korakov.

Korak 1 (10 min)

Moderator prične pogovor z vprašanjem, kaj udeleženci menijo, da je spolno trpinčenje, kaj vse to vključuje, kdo je lahko vpleten in kakšne so lahko različne oblike spolnega trpinčenja (npr. fizične, psihološke, spletne).

Korak 2 (5 min)

Moderator mora vsakega udeleženca povabiti, da napiše pet posameznih točk ali stavkov, ki razložijo, kaj udeleženec misli, da je spolno trpinčenje. Od teh morajo nato ustvariti seznam petih besed, ki povzemajo te točke.

Korak 3 (10 min)

Udeleženci naj se razporedijo po parih in vsaka oseba v paru naj deli svoj seznam z drugo osebo v paru. Par naj razpravlja o svojih seznamih in pripravi seznam petih besed, ki povzemajo dva individualna seznama.

Korak 4 (15 min)



Pari naj se združijo v skupine štirih (tj. dva para v skupino) in nadaljujejo postopek: vsak par naj deli svoj seznam z drugim parom, skupina nato razpravlja o dveh seznamih in razvije seznam petih besed, ki povzemajo seznama dveh parov. Na koncu tega koraka boste imeli 3 skupine po 4 ljudi in skupaj 15 besed.

Korak 5 (15 min)

To je zadnji korak. Vsaka skupina prebere svojih pet besed in te skupine primerjajo in o njih razpravljajo. Kako podobni so si trije seznama besed?



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Ali so udeleženci v skupinah in med skupinami prišli do skupnega razumevanja, kaj je spolno trpinčenje?
Kaj udeleženci razumejo kot ključne značilnosti spolnega trpinčenja?

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Komentarji

Priporočamo vam uporabo rezultatov te aktivnosti za nadaljnje aktivnosti pri dvigovanju zavedanja, kot je razvijanje plakatov o spolnem trpinčenju, ki naj bodo prikazani okoli šole ali mladinskega centra.

Naslov	Izkušnja spletnega spolnega trpinčenja (za skupine v Združenem kraljestvu)
Tema	Pošiljanje spolno obarvanih besedil in spoprijemanje s spolnim trpinčenjem
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Krepi zavedanje, da morajo udeleženci vsakič prositi za dovoljenje pošiljatelja, preden delijo njegova osebna sporočila/fotografije. • Da velja tisto, kar so se udeleženci naučili o spoprijemanju s spolnim trpinčenjem tudi za posnetke z vsebino spolnega trpinčenja.
Trajanje	45 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Računalnik s spletno povezavo in projektor. • Seznam vprašanj na predstavitevni tabli ali kot predstavitev (glejte spodaj)

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila za aktivnosti

Ta aktivnost ima štiri korake.

Korak 1 (7 min)

Udeležencem prikažite posnetek "Exposed" do 7.03 minute in nato prekinite posnetek.

Posnetke lahko najdete na povezavi:

http://youtu.be/4ovR3FF_6us

http://youtu.be/4ovR3FF_6us

Korak 2 (15 min)

Prikažite naslednja vprašanja (na predstavitevni tabli ali power pointu) in povabite udeležence na razgovor o njih:

- Kaj mislite, da bi moralo nato narediti dekle?
- Kaj mislite, da bi moral nato narediti fant?
- Kaj mislite, da bi morali nato narediti prijatelji in sošolci?

Korak 3 (3,5 min)

Predvajajte preostanek posnetka.

Korak 4 (15 min)

To je zadnji korak. Prikažite naslednja vprašanja (na predstavitveni tabli ali power pointu) in povabite udeležence na razgovor o njih:

1. Kdo mislite, da je odgovoren za to, kar se je zgodilo dekletu?
2. Kaj mislite o tem, kar se je zgodilo zatem?

Opomba za moderatorja:

Vprašanje 1: Poskušajte ohrabriti udeležence, da razmišljajo o prijateljih in sošolcih dekleta in fanta. Na primer, fant bi jo moral vprašati za njeno dovoljenje deljenja fotografij.

Vprašanje 2: Spodbudite udeležence, da se spomnijo idej, ki so jih izrazili v koraku 2, in razmislijo, v kolikšni meri so te ideje podobne temu, kar se je pravkar zgodilo. Na primer, ali rešitve udeležencev vključujejo več podpore dekletu s strani drugih ljudi?

Zaključite ta korak s poudarkom, da se posnetek konča tako, da dekle dobi podporo in je videti veliko bolje. Pomembno je poudariti, da čeprav posameznik čuti, da težave nikoli ne bodo izginile, lahko tisti, ki doživijo spolno trpinčenje, s podporo premagajo te dogodke in normalno živijo preostanek svojega življenja.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Naslov	Izkušnja spletnega spolnega trpinčenja (za skupine v Sloveniji)
Tema	Pošiljanje spolno obarvanih besedil in učinki spolnega trpinčenja
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> • Opredelitev različnih perspektiv ljudi, udeleženi v različnih scenarijih spletnega spolnega trpinčenja. • Utrditi učenje o čustvenem vplivu, ki ga lahko ima na osebo spletno spolno trpinčenje. • Uporabiti tisto, kar so se udeleženci naučili o zaščiti njih samih in prijateljev pred posnetki s spletnim spolnim trpinčenjem.
Trajanje	20 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> • Računalnik s spletno povezavo in projektor. • Seznam vprašanj na predstavitveni tabli ali kot predstavitev (glejte spodaj)

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima dva koraka.

Korak 1 (10 min)

Prikažite posnetek "Spletno nadlegovanje ni zabavno. Ustavimo ga!" (1 min):

<http://www.youtube.com/watch?v=n0z1pDABpy4>

Prikažite naslednja vprašanja (na predstavitveni tabli ali kot predstavitev) in povabite udeležence na razgovor o njih:

- Zakaj mislite, da je fant spremenil slike dekleta?
- Kaj mislite, kako se počuti dekle?
- Kaj mislite, kako se počuti fant?
- Kaj mislite, kaj čutijo glede posnetka drugi ljudje?
- Kako bi se lahko tak položaj preprečil?

Korak 2 (15 min)

To je zadnji korak. Prikažite posnetek "Hipster Bedanc: Ne zatipkaj si dostojanstva" (1 min):

<http://www.youtube.com/watch?v=WsACnTSPWSQ>

Prikažite naslednja vprašanja (na predstavitveni tabli ali kot predstavitev) in povabite udeležence na razgovor o njih:

- Zakaj mislite, da je fant poslal to fotografijo dekletu?
- Kaj mislite, kako se počuti dekle?
- Kaj mislite, kako se počuti fant?
- Kaj mislite, kaj čutijo glede posnetka drugi ljudje?
- Kako bi se lahko tak položaj preprečil?

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Naslov	Škatla za predloge
Tema	Spoprijemanje s spolnim trpinčenjem
Cilji	<ul style="list-style-type: none"> Spodbujanje udeležencev, da delijo različne poglede na to, kako se spoprijemati z različnimi scenariji spolnega trpinčenja. Spoznanje, da ni ene same 'prave' poti za spoprijemanje s spolnim trpinčenjem. Utrjevanje znanja udeležencev o spoprijemanju s spolnim trpinčenjem z uporabo drugega učnega pristopa.
Trajanje	65 do 70 minut
Potrebščine	<ul style="list-style-type: none"> Štiri kartonske škatle, zavite v preprost papir za pakete. Na stranico škatle napišite en scenarij spolnega trpinčenja (o scenarijih glejte spodaj); vsaka škatla naj prikazuje drugačen scenarij. Pisala

Uvod

Kratka predstavitev aktivnosti (2 do 3 minute).

Navodila aktivnosti

Ta aktivnost ima pet korakov.

Korak 1 (2 min)

Razdelite udeležence v štiri skupine in vsaki skupini dajte škatlo.

Korak 2 (9 min)

Prosrite udeležence, da preberejo scenarij na njihovi škatli, ter razpravljajo o možnih načinih, na katere bi se lahko spoprijeli s položajem, in izberejo eno skupno rešitev, ki jo napišejo na prosto stranico škatle.

Korak 3 (1 min)



Prosrite skupine, da zamenjajo škatle v smeri urnih kazalcev tako, da vsaka skupina prejme novo škatlo z novim scenarijem.

Korak 4 (30 min)

Ponavljajte koraka 2 in 3, tako da vsaka skupina piše na vsako škatlo (10 minut na škatlo).



www.asbae.eu

follow us on  



With financial support
from the DAPHNE III
Programme of the
European Union

Korak 5 (20 min)

To je zadnji korak. Preberite vse štiri predloge na škatli s scenarijem 1 in nato prosite udeležence, da razpravljajo, katera ideja je boljša. Ta postopek ponovite tudi za druge scenarije (5 minut razprave na škatlo/scenarij).

Opomba za moderatorja: Morda boste ugotovili, da udeleženci dajejo neprimerne ali neustrezne predloge (npr. predloge kot maščevanje proti nasilnežu ali predloge, ki na neki način krivijo žrtev). O tem je treba razpravljati kot skupina; udeležence se povabi, da razpravljajo o problematičnosti takih predlogov in poiščejo druge možnosti.

Zaključek

Hitro poudarite dve ali tri ključne učne točke te aktivnosti (2 do 3 min). Morda boste želeli vnaprej pripraviti eno ali dve točki in v delavnici dodati dodatno točko, prirejeno pogovorom udeležencev med samo aktivnostjo.

Komentarji

Če je potrebno, se ta aktivnost lahko skrajša na 45 minut z oblikovanjem samo treh skupin in uporabo treh škatel.

Scenariji (*natisnite to stran in jo tako zrežite, da je vsak scenarij na ločenem delu papirja*)

Scenarij 1

Elenka je dala številko svojega mobilnega telefona sošolcu Simonu, saj morata za domačo nalogo skupaj pripraviti seminar. Simon je Elenkino številko dal svojim prijateljem v rokometnem klubu, ti pa so se odločili, da bi bilo zabavno poslati Elenki veliko sporočil, vključno s spolnimi vabili in povezavami na pornografske fotografije in posnetke. Elenko so ta sporočila zelo vznemirila.

Scenarij 2

Gabriella je hodila z Ivanom nekaj mesecev, a se je nedavno odločila, da prekine zvezo, ker je on preveč posesiven. Odkar sta se razšla, Ivan v šoli hodi h Gabrielli in se dotika njenega telesa, kot da še vedno hodita. Gabrielli je zelo neprijetno in mu je rekla, da preneha, a on noče.

Scenarij 3

Toma so nekaj časa trpinčili njegovi sošolci. Brcnili in udarili so ga. Nekega dne mu je v garderobi eden sošolcev pred vsemi potegnil dol njegove telovadne hlačke. Od tega dogodka naprej se njegovi sošolci norčujejo iz njegovega telesa in mu dajejo nesramne vzdevke.

Scenarij 4

Maria in Giovanna sta videli Dario pri kinematografu z dekletom, ki je bilo videti bolj kot 'fant'. Pričeli sta razširjati govornice o Darii na Facebooku, da je ona lezbijka in da se drugo dekle ne bi smelo preveč zblížati z njo. Daria je videla ta sporočila in pričela pošiljati svoja lastna sporočila, da sta Maria in Giovanna spali z že skoraj vsemi fanti v razredu in jih imenuje 'cipi'. Mariini prijatelji so pričeli opazovati, da je videti pretresena, učitelji v šoli pa so opazili, da je Daria videti osamljena in da se je njeni prijatelji izogibajo.