

Πρόγραμμα παρέμβασης και εκπαίδευσης για την ευαισθητοποίηση στα θέματα του φύλου και την πρόληψη της έμφυλης βίας με άνδρες πρόσφυγες και μετανάστες

Περιγραφή Ενοτήτων



Έργο: FOMEN: ΕΣΤΙΑΖΟΝΤΑΣ ΣΤΟΥΣ ΑΝΔΡΕΣ: Πρόληψη της Έμφυλης Βίας Δουλεύοντας με Άνδρες Πρόσφυγες και Μετανάστες (REC-RDAP-GBV-AG-2018 –856614)

Ιανουάριος 2021

Συγγραφείς: Moritz Theuretzbacher, Dean Ajduković, Silvia Amazzoni, Martina Čarija, Heinrich Geldschläger, Álvaro Ponce, Elli Scambor, Despina Syrri και Daliah Vakili

Αυτή η έκδοση έχει δημιουργηθεί με την οικονομική υποστήριξη του Προγράμματος Δικαιωμάτων, Ισότητας και Ιθαγένειας της Ευρωπαϊκής Ένωσης βάσει της συμφωνίας επιχορήγησης αριθ. 856614. Το έργο συγχρηματοδοτείται στην Αυστρία από την Επαρχία της Στυρίας - Κοινωνικές Υποθέσεις, Εργασία και Ένταξη και στην Κροατία από το Κυβερνητικό Γραφείο Συνεργασίας με ΜΚΟ.

Το περιεχόμενο αυτής της έκδοσης αποτελεί αποκλειστική ευθύνη της ομάδας έργου FOMEN και δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να αντικατοπτρίζει τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Κυβερνητικού Γραφείου Συνεργασίας με ΜΚΟ στην Κροατία και της Επαρχίας της Στυρίας - Κοινωνικές Υποθέσεις, Εργασία και Ένταξη.



Εισαγωγή

Με αυτό το πρόγραμμα παρέμβασης και εκπαίδευσης παρουσιάζουμε έναν πρακτικά προσανατολισμένο οδηγό για διαμεσολαβητές που εφαρμόζουν υπηρεσίες πρόληψης και ευαισθητοποίησης σε θέματα φύλου. Αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του ευρωπαϊκού έργου FOMEN (2019-2021), συγχρηματοδοτούμενο από το Κυβερνητικό Γραφείο Συνεργασίας με ΜΚΟ στην Κροατία και την Επαρχία της Στυρίας - Κοινωνικές Υποθέσεις, Εργασία και Ένταξη. Η ομάδα του έργου, η οποία αποτελείται από εταίρους από 6 Ευρωπαϊκές χώρες (Αυστρία, Κροατία, Γερμανία, Ελλάδα, Ιταλία και Ισπανία), ανέπτυξε ενότητες και μεθόδους για εκπαιδευτικά προγράμματα με επίκεντρο την ευαισθητοποίηση σε θέματα φύλου και την πρόληψη της έμφυλης βίας ακολουθώντας διατομεακές προσεγγίσεις.

Το πρόγραμμα παρέμβασης και εκπαίδευσης του FOMEN στοχεύει στην εργασία με άνδρες μετανάστες και πρόσφυγες με τη μορφή σεμιναρίων προσανατολισμένα στον διάλογο, για να ενθαρρύνει αλλά και να αμφισβητήσει τον προβληματισμό τους σχετικά με τα θέματα που αφορούν τους έμφυλους ρόλους, την αυτοφροντίδα, τις κοινωνικές σχέσεις, την πρόληψη της βίας και της φροντίδας των αρρενωποτήτων. Ο ρόλος των διαμεσολαβητών αφορά τη δημιουργία μιας δομής στην ομάδα και να υποστηρίξουν την ομάδα να επικεντρωθεί σε συγκεκριμένα θεματικές.

Οι ενότητες που παρουσιάζονται σε αυτόν τον οδηγό έχουν σχεδιαστεί για την υλοποίηση εργαστηρίου, που θα διεξάγεται μέσω πολιτισμικά ευαίσθητων μεθόδων και εάν είναι απαραίτητο, θα προσφέρεται η δυνατότητα διερμηνείας. Η βάση όλων των δραστηριοτήτων πρέπει να είναι μια προσέγγιση σεβασμού και εκτίμησης προς τους συμμετέχοντες. Οι συμμετέχοντες δεν θα πρέπει να αντιμετωπίζονται βάσει στερεοτύπων (π.χ. ως «επιρρεπείς στη βία», λόγω της πολιτισμικής τους καταγωγής ή της εμπειρίας της μετανάστευσης) και οι ανησυχίες ή η εσωστρέφεια των ομάδων στόχου θα πρέπει να γίνεται σεβαστή ακόμη και αν είναι έξω από τη δική τους εμπειρία.

Τα περιεχόμενα των ενοτήτων προσφέρουν, μεταξύ άλλων, την ευκαιρία να αναλογιστεί κανείς συνειδητά τη λειτουργία και την επιρροή του ίδιου του μοντέλου μέσα σε μια οικογένεια ή μια πολιτισμική κοινότητα και να διαμορφωθούν σχέσεις μεταξύ ενηλίκων και παιδιών που χαρακτηρίζονται από αμοιβαίο σεβασμό.

Μέσω του προγράμματος, οι συμμετέχοντες αναπτύσσουν ικανότητες αντιμετώπισης βίαιων καταστάσεων, οι οποίες περιλαμβάνουν την έγκαιρη αναγνώριση πιθανών βίαιων καταστάσεων και την εξεύρεση μη-βίαιων λύσεων. Οι συμμετέχοντες μπορούν να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση στην αναγνώριση των συναισθημάτων τους, ιδιαίτερα της αδυναμίας, της απογοήτευσης και του θυμού. Μπορούν συνειδητά να προβληματιστούν σχετικά με τις δικές τους αντιδράσεις και να μάθουν να τις κατανοούν καλύτερα. Εκτός από τον προβληματισμό σχετικά με τον εαυτό τους και τη συμπεριφορά τους, η εργασία σε ομάδες μπορεί να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να κατανοήσουν καλύτερα τις αντιδράσεις άλλων ανθρώπων ώστε να επιλύουν τις διαφωνίες όλο και περισσότερο μέσω της συζήτησης ή με άλλους μη βίαιους τρόπους. Η λεκτική αποτύπωση των συναισθημάτων και η δυνατότητα να μοιραστεί κανείς ιστορίες βοηθά στο να βιώσει θεραπευτικούς τρόπους αντιμετώπισης βίαιων και τραυματικών εμπειριών.

Το πρόγραμμα παρέμβασης και εκπαίδευσης βασίζεται στα πρότυπα ποιότητας FOMEN, τα οποία αναπτύχθηκαν βάσει της ανάλυσης αναγκών με ομάδες δικαιούχους του έργου (άνδρες με διεθνές οικογενειακό ιστορικό και εκείνους τους πολλαπλασιαστές που εργάζονται μαζί τους στην εκπαίδευση και σε άλλους τομείς). Οι παρακάτω ενότητες θα πρέπει να υποστηρίξουν τους πολλαπλασιαστές (π.χ. δασκάλους, εκπαιδευτές, συμβούλους, εργαζόμενους στην πρώτη γραμμή, διαχειριστές καταλυμάτων πρώτης υποδοχής, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, εκπαιδευτικούς, κλπ) στην προετοιμασία των κατάλληλων συνθηκών για την εφαρμογή εκπαιδευτικών προγραμμάτων για την ευαισθητοποίηση στα ζητήματα φύλου και την πρόληψη της βίας με άνδρες μετανάστες και πρόσφυγες σε όλες τις χώρες εταίρους της FOMEN, καθώς και ενδεχομένως σε χώρες εκτός του εταιρικού σχήματος.

Παρακαλώ σημειώστε:

- Όταν μιλάμε για "μονάδες" στο πεδίο του χρόνου, αναφερόμαστε σε μονάδες χρόνου διάρκειας περίπου. 45 λεπτών.
- Οι περισσότερες από τις ενότητες μπορούν επίσης να υλοποιηθούν διαδικτυακά. Περισσότερες λεπτομέρειες δίνονται στην περιγραφή της εκάστοτε ενότητας. Με βάση την εμπειρία μας με τις διαδικτυακές μορφές επιμόρφωσης, σας συνιστούμε να είστε ιδιαίτερα ευαίσθητοι στα διαλείμματα προκειμένου να διατηρήσετε τη συγκέντρωση και να επιτύχετε τα επιθυμητά μαθησιακά αποτελέσματα: προτείνεται να μην διεξάγετε περισσότερες από δύο μονάδες στη σειρά πριν κάνετε τουλάχιστον ένα μικρό διάλειμμα.
- Η εφαρμογή του προγράμματος συχνά απαιτεί την ύπαρξη μεταφραστών. Θεωρούμε εξαιρετικά σημαντικό ο ρόλο των μεταφραστών να ληφθεί ιδιαίτερα σοβαρά και να δοθεί προσοχή στην ακρίβεια, την πολιτισμική ευαισθητοποίηση και τις σχετικές με το περιεχόμενο ικανότητες. Ακόμη και υποτιθέμενα μικρές ανακρίβειες μπορεί να οδηγήσουν σε μεγάλες παρεξηγήσεις, ειδικά καθώς συχνά γίνονται διευκρινήσεις μόνο όταν οι παρεξηγήσει έχουν ήδη επικοινωνιακές και συναισθηματικές συνέπειες. Γι' αυτό τον λόγο, εάν προσφέρονται υπηρεσίες μετάφρασης, το έργο FOMEN συνιστά την παροχή μιας ενδεδειγμένης καθοδήγησης προς τους διερμηνείς προκειμένου να διασφαλιστεί ότι η μετάφραση θα πραγματοποιηθεί όσο το δυνατόν πιο ομαλά. Οι στόχοι της εργασίας και οι πιθανοί κίνδυνοι (συμπεριλαμβανομένων των παραδειγμάτων) θα πρέπει να είναι σαφείς και διαφανείς για τους διερμηνείς, σχετικά θέματα σε ορισμένες ενότητες θα πρέπει να έχουν αντιμετωπιστεί ήδη πριν από την υλοποίηση των ενοτήτων και επιπλέον, θα πρέπει να δίνεται μια λίστα ελέγχους στους διερμηνείς.

Ενότητες Προγράμματος

1. Ενότητα: Καλωσόρισμα	1
2. Ενότητα: Μετανάστευση.....	5
3. Ενότητα: Φύλο και Αρρενωπότητα.....	13
4. Ενότητα: Κοινωνικές και Διαπροσωπικές Σχέσεις	24
5. Ενότητα: Αυτοφροντίδα	34
6. Ενότητα: Βία	42
7. Ενότητα: Πρόληψη της Βίας.....	52
8. Ενότητα: Συμπεράσματα.....	58

1. Ενότητα: Καλωσόρισμα

Διάρκεια

Περίπου 2 μονάδες

(45 λεπτά οι συνεδρίες ακολουθούμενες από διαλείμματα 15 λεπτών)

Θεματικές

Εισαγωγή σχετικά με

- Το ιστορικό του έργου
- Τους συντονιστές και διερμηνείς
- Τους συμμετέχοντες στην ομάδα

Κανόνες και προσδοκίες

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

Ο στόχος της πρώτης ενότητας είναι να δημιουργήσει εξοικείωση μεταξύ της ομάδας των ανδρών και τους συντονιστές. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να ενημερωθούν για το ιστορικό και τους στόχους του έργου. Θα πρέπει επίσης να επεξεργαστούν απλούς κανόνες ομάδας που θα περιγράφουν πώς η ομάδα θα ήθελε να πραγματοποιηθούν οι συναντήσεις και πώς πρέπει να δομηθεί η συνεργασία. Αυτή η διαδικασία στοχεύει στην ενδυνάμωση των συμμετεχόντων και στο να τους δώσει ένα πρώτο αίσθημα οικιοποίησης και ανήκειν.

Αναλυτική Περιγραφή

Ερωτηματολόγιο Προκαταρκτικής Αξιολόγησης

Εξηγήστε τι αφορά το ερωτηματολόγιο και γιατί χρειαζόμαστε την άποψη τους. Να είστε σαφείς σχετικά με τη λήψη της συγκατάθεσης των συμμετεχόντων για την ολοκλήρωση της έρευνας. Δώστε τους το ερωτηματολόγιο προκαταρκτικής αξιολόγησης (αυτό θα μπορούσε επίσης να γίνει μετά την εισαγωγή του έργου FOMEN και του προγράμματος του εργαστηρίου).

Εισαγωγή

- Παρουσιάστε τον εαυτό σας και το έργο FOMEN στην ομάδα. Για να δημιουργήσετε εμπιστοσύνη, είναι απαραίτητο εδώ να δηλώσετε με σαφήνεια με ποιον οργανισμό συνδέεστε ώστε να διακρίνετε τα εργαστήρια από άλλες επικοινωνιακές καταστάσεις στην καθημερινή ζωή των συμμετεχόντων (π.χ. επαφές με αρχές, αστυνομία).

- Ο ρόλος του διερμηνέα ως «ουδέτερου γλωσσικού μεσολαβητή» που μεταφράζει τα πάντα (επίσης συνομιλεί με τους συμμετέχοντες) πρέπει επίσης να καταστεί σαφής.
- Κάντε μια σύντομη εισαγωγή αναφορικά με το γιατί είναι σημαντικό να μιλήσετε για τους έμφυλους ρόλους, τους ρόλους στην οικογένεια, τις σχέσεις και τη (έμφυλη) βία και πώς το έργο στοχεύει να το κάνει.
- Προετοιμάστε ένα flipchart και γράψτε τα θέματα κάθε συνεδρίας, καθώς και την ημερομηνία και την ώρα. Αφήστε επιπλέον χώρο για μετάφραση. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν μια επισκόπηση σχετικά με το περιεχόμενο. Είναι καλό να αφιερώσετε χρόνο για να απαριθμήσετε τα περιεχόμενα της ενότητας και να τα εξηγήσετε καλά χρησιμοποιώντας παραδείγματα ή σχεδιάζοντας εικόνες σε ένα flipchart. Εξηγήστε πώς σκοπεύετε να δομήσετε τη συνεδρία.
- Εισαγωγικός γύρος των συμμετεχόντων: Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να μοιραστούν με την ομάδα τα ονόματά τους και τα χαρακτηριστικά που μπορεί να αισθάνονται ότι είναι σημαντικό να γνωρίζουν για αυτούς οι άλλοι συμμετέχοντες. Ωστόσο, οι συμμετέχοντες μπορούν να εφαρμόσουν πιο δημιουργικούς τρόπους γνωριμίας μεταξύ τους. Εξαρτάται κυρίως από την ομάδα, εάν οι συμμετέχοντες γνωρίζονται ήδη μεταξύ τους ή συναντιούνται για πρώτη φορά.

Κανόνες

Ρωτήστε τους συμμετέχοντες τι χρειάζονται για να αισθάνονται άνετα καθώς εργάζονται σε μια ομάδα και ένα εργαστήριο. Παραδείγματα:

- *Τι είναι σημαντικό για να μπορείτε να μιλάτε ελεύθερα σε αυτήν την ομάδα και να αισθάνεστε ασφαλείς;*
- *Ποιους κανόνες πρέπει να έχουμε ώστε να νιώθετε άνετα στην ομάδα;*
- *Πώς μπορούμε να πραγματοποιήσουμε καλές συζητήσεις μεταξύ μας;*
- *Πρέπει να σηκώσουμε το χέρι όταν θέλουμε να πούμε κάτι;*
- *Τι πρέπει να κάνουμε ως διαμεσολαβητές εάν κάποιος από εσάς λέει πολλά ή κάποιος άλλος δεν λέει τίποτα;*
- *Πόσο από αυτά που μοιράζεστε μαζί μας εδώ πρέπει να παραμείνουν αποκλειστικά εντός των ορίων των ομάδων;*
- *Μπορούμε να συμφωνήσουμε ότι διαφωνήσουμε; Υπάρχουν διαφορετικές απόψεις στην ομάδα. Εάν διαφωνείτε, λάβετε υπόψη ότι αναγνωρίζουμε ο ένας τον άλλον όταν διατυπώνουμε τη δήλωσή μας.*

Γράψτε τις λέξεις-κλειδιά σε ένα flipchart και αφήστε αρκετό χώρο για τη μετάφραση (η μετάφραση πρέπει να έχει διαφορετικό χρώμα). Επαναλάβετε επίσης τις λέξεις-κλειδιά προφορικά. Είναι χρήσιμο να ρωτήσετε τι μπορείτε να κάνετε ως διαμεσολαβητής / συντονιστής εάν πρέπει να διακόψετε κάποιον. Μπορείτε να το σκεφτείτε εκ των προτέρων και να κάνετε προτάσεις, αλλά είναι επίσης πιθανό οι συμμετέχοντες να έχουν τις δικές τους συνεισφορές. Είναι καλύτερο εάν οι συμμετέχοντες δημιουργήσουν τους κανόνες της ομάδας σε μεγάλο βαθμό - αυτή η διαδικασία πρέπει επομένως να ελέγχεται ελάχιστα. Αυτό θα βοηθήσει στην ενότητα της ομάδας και θα οδηγήσει σε μεγαλύτερη αυτορρύθμιση της ομάδας όταν τελικά ξεκινήσουν οι συζητήσεις. Παρ'όλα αυτά, θα πρέπει να προσέχετε

την εφαρμογή των κανόνων της ομάδας, με βάση την έννοια του ασφαλούς/γενναίου χώρου:

- «Συμφωνούμε ότι διαφωνούμε και διαφωνούμε με ευγένεια»: οι διαφορετικές απόψεις γίνονται δεκτές, θα υπάρξουν περαιτέρω αξιοπρεπείς συζητήσεις σχετικά με το από πού προέρχονται οι διαφορετικές θέσεις
- «Κατανόηση των προθέσεων και των επιπτώσεων»: Η πρόθεση μιας δράσης διαχωρίζεται από την επίδρασή της, οι περιπτώσεις συζητούνται ανοιχτά όπου επηρεάζεται η συναισθηματική ευημερία των άλλων
- «Πρόκληση κατά επιλογή»: Οι συμμετέχοντες αποφασίζουν για τον εαυτό τους πότε θα συμμετάσχουν και πότε θα εγκαταλείψουν μια συζήτηση και αναστοχάζονται πάνω σε αυτές τις αποφάσεις
- «Σεβασμός»: Οι συμμετέχοντες δείχνουν σεβασμό στους άλλους και αναστοχάζονται σχετικά με το πώς είναι ο ενεργός σεβασμός
- «Όχι επιθέσεις»: Οι συμμετέχοντες συμφωνούν να μην βλάψουν ο ένας τον άλλον, να μην απορρίψουν την κριτική των δηλώσεων ή της συμπεριφοράς ως εικαζόμενες επιθέσεις και να είναι ανοιχτοί σε κριτική.

Προσδοκίες

Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες ίσου μεγέθους (3-4 άτομα) και δώστε τους την εργασία:

- *«Για ποια πράγματα θέλετε να μιλήσετε και να μάθετε περισσότερα στις επόμενες συνεδρίες;»*
- *«Υπάρχουν ήδη θέματα που θα θέλατε να μοιραστείτε με την ομάδα;»*

Οι μικρές ομάδες έχουν 5-10 λεπτά για να συζητήσουν τις ερωτήσεις. Ζητήστε τους στη συνέχεια να αναφέρουν σε ολόκληρη την ομάδα τι έχουν συζητήσει. Συλλέξτε τις απαντήσεις και τις ερωτήσεις σε ένα flipchart.

Στο τέλος, είναι σημαντικό εσείς ως διαμεσολαβητής να συνοψίστε τα θέματα ξανά και να ανατρέξετε στις επερχόμενες ενότητες, όπου θα υπάρχει η δυνατότητα να μιλήσετε για αυτά με περισσότερες λεπτομέρειες. Το πιο σημαντικό πράγμα για αυτήν την ομαδική άσκηση είναι ότι οι συμμετέχοντες ενημερώνονται άμεσα ότι μπορούν να φέρουν στη συζήτηση τις δικές τους εμπειρίες και προοπτικές.

Εκπαιδευτικό Υλικό

Flipcharts

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

Οι συμμετέχοντες θα λάβουν μια επισκόπηση σχετικά με την έκταση των εργαστηρίων. Θα μάθουν για το ρόλο τους σε μια ομάδα.

Δεξιότητες

Αναστοχασμός και διατύπωση αναγκών, προβληματισμός σχετικά με τα πράγματα που επιτρέπεται και αυτά που δεν επιτρέπεται να γίνονται στην ομάδα, γνωστοποίηση των προσδοκιών της ομάδας, γνωστοποίηση των αναγκών σε μικρές ομάδες

Γνώση

Αντίληψη της εκπαιδευτικής ομάδας και των θεματικών του FOMEN, δείκτες για τον ασφαλή και γενναίο χώρο (βλ. παραπάνω), στρατηγικές διερμηνείας

Στάσεις

Ανοιχτότητα στις έννοιες του ασφαλή και γενναίου χώρου με άνδρες, αυτο-φροντίδα στο πλαίσιο της ομάδας

Προσαρμογή και παραλλαγή

Αυτή η ενότητα δεν απαιτεί φυσική παρακολούθηση. Όταν πραγματοποιείται σε διαδικτυακό/ψηφιακό εργαστήριο, θα πρέπει να επικεντρώνεται στη δημιουργία ασφαλών και γενναίων (διαδικτυακών) χώρων όσο το δυνατόν καλύτερα (ιδιωτικότητα, χωρίς μαγνητοσκόπηση, σίγαση των μικροφώνων, διατηρώντας τις κάμερες ενεργοποιημένες, κ.λπ.).

Θα πρέπει να πραγματοποιηθεί μια προκαταρκτική αξιολόγηση.

Πηγές

- Ali, Diana. 2017. Safe Spaces and Brave Spaces. Historical Context and Recommendations for Student Affairs Professionals. NASPA Policy and Practice Series, 2.
- Stadlbauer, J. & Scambor, E. (2019) Men Talk - Leitfaden für Dialogreihen mit männlichen Asylberechtigten, subsidiär Schutzberechtigten & Drittstaatsangehörigen in der Steiermark. Graz: VMG

2. Ενότητα: Μετανάστευση

Διάρκεια

Περίπου 4 μονάδες

Θεματικές

Μετανάστευση, άσυλο και διεθνής προστασία, εθνική εφαρμογή, τοπικές δυνατότητες

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

Η ενότητα έχει δύο στόχους:

1. στόχος είναι τα όνειρα των προσφύγων και οι έννοιες του δικαιώματος να τεθούν εντός των ορίων των διεθνών νομικών και θεσμικών πλαισίων προστασίας και της εφαρμογής τους στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι επακόλουθες εμπειρίες αδυναμίας και ανικανότητας πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη. Πρέπει να υπάρξει ευαισθητοποίηση σε σχέση με αυτά τα συναισθήματα τα οποία μπορούν να επηρεάσουν έντονα τις ενέργειες και τις αντιδράσεις και πιθανώς να οδηγήσουν σε βία. Η ομάδα πρέπει να προβληματιστεί σχετικά με ποιες εμπειρίες αδυναμίας και ανικανότητας μπορεί να κουβαλούν από την προσωπική τους ιστορία μετανάστευσης και τι τους βοήθησε να προσαρμοστούν στο τρέχον περιβάλλον τους.
2. στόχος είναι η ενημέρωση γύρω από τους τρόπους με τους οποίους τα νομικά και θεσμικά πλαίσια που αφορούν στο άσυλο εφαρμόζονται σε εθνικό επίπεδο στη χώρα υποδοχής, με σκοπό την παροχή γνώσεων και τεχνογνωσίας που οδηγεί σε βελτιωμένη ένταξη στη χώρα υποδοχής. Ο στόχος είναι επίσης η ανταλλαγή πληροφοριών σχετικά με τις στρατηγικές αντιμετώπισης για να αποτραπεί η υποτίμηση των αντιδράσεων των ανθρώπων .

Αναλυτική Περιγραφή

Εισαγωγή

- «Δραστηριότητα προθέρμανσης»: Ξεκινήστε έναν εισαγωγικό κύκλο με τους συμμετέχοντες σχετικά με τον προβληματισμό τους που αφορά τις εμπειρίες τους ως άνδρες πρόσφυγες/μετανάστες («Εδώ/Εκεί»)

Η ιδέα της δραστηριότητας είναι να δημιουργηθεί ένα φιλικό και ασφαλές περιβάλλον που θα κάνει τους συμμετέχοντες να αισθάνονται άνετα ώστε να συμμετέχουν ενεργά στην ενότητα.

1. Γράψτε στα flipcharts τις ακόλουθες ερωτήσεις (εάν πραγματοποιηθεί διαδικτυακά δείξτε τις ερωτήσεις στην οθόνη και ζητήστε από τους συμμετέχοντες να απαντήσουν στη συνομιλία):

- «Ποιο είναι το όνομα σας;»
 - «Πόσο χρονών είστε;»
 - «Από που είστε;»
 - «Είστε παντρεμένοι; Έχετε παιδιά;»
 - «Για ποιο λόγο μεταναστεύσατε σε αυτήν την πόλη και πόσα χρόνια έχετε ζήσει σε αυτήν;»
 - «Είχατε διασυνδέσεις στην πόλη πριν φτάσετε;»
2. Προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν τα κουτιά ή να το κάνουν με τη μέθοδο του καταγισμού ιδεών.
3. Δημιουργήστε ομάδες και ζητήστε τους να σκεφτούν και να προβληματιστούν σχετικά με τις ακόλουθες ερωτήσεις (στη διαδικτυακή υλοποίηση δημιουργήστε δωμάτια - “break out rooms”):
- «Τι κοινό έχουν οι ιστορίες μας;»
 - «Ποιες διαφορές μπορούν να παρατηρηθούν;»
4. Προσκαλέστε ένα άτομο από κάθε ομάδα να γράψει στο flipchart τα κοινά στοιχεία και τις διαφορές που εντόπισαν.
5. Συζητήστε τη σχέση μεταξύ των ιστοριών που λένε οι άνθρωποι, των ευκαιριών που έχουμε και των ταυτοτήτων μας ως άτομα, μέλη οικογενειών, κοινοτήτων και εντός ενός έθνους.
- Συλλογή θεματικών και ερωτήσεων (π.χ. ερωτήσεις σχετικά με την εκπαίδευση, τα προσόντα, την αγορά εργασίας, την αίτηση για επανεγκατάσταση της οικογένειας, τις άδειες διαμονής, τις θετικές/αρνητικές αποφάσεις, τη διαδικασία ασύλου - διαφορές μεταξύ των εθνικοτήτων)
 - Νομικό σύστημα στη χώρα: κράτος δικαίου, δομή διοίκησης και δικαστήρια, καθήκοντα, ευθύνες

Δεδομένου ότι οι συμμετέχοντες μπορεί να περιγράψουν θεμιτά συναισθήματα θυμού και αδικίας, να είστε σαφείς σχετικά με αυτά τα συναισθήματα και να ασχοληθείτε με αυτό το θέμα. Με αυτόν τον τρόπο θα μπορείτε να ανατρέξετε σε αυτά στις μεταγενέστερες ενότητες της αυτοφροντίδας και της πρόληψης της βίας, στις οποίες θα μοιραστούν τις στρατηγικές τους σχετικά με τον τρόπο αντιμετώπισης των εμπειριών αδυναμίας, θυμού και αδικίας.

Ασυλο και διεθνής προστασία

Δώστε τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες να κατανοήσουν στην πράξη τα ανθρώπινα δικαιώματα και τις δημοκρατικές αξίες.

- Ορισμοί

- Πρόσφυγες: Άτομα που αναγκάζονται να εγκαταλείψουν μια χώρα λόγω διώξεων (Σύμβαση της Γενεύης)
- Εσωτερικά Εκτοπισμένοι: Άτομα που αναγκάζονται να φύγουν, αλλά δεν διασχίζουν τα σύνορα για να εγκαταλείψουν τη χώρα τους
- Αιτών/ούσα άσυλο: Ένας/μία πρόσφυγας που ζητά προστασία, αλλά καμία χώρα δεν έχει ακόμη «αποφασίσει» εάν το άτομο πληροί τον ορισμό του πρόσφυγα ή όχι
- Μετανάστης: Ένα άτομο σε κίνηση, συνήθως εθελοντική, για να ζήσει ή να εργαστεί, είτε προσωρινά είτε μόνιμα. Μπορεί ή και όχι να περάσουν σύνορα.

- Βασικοί όροι (εδώ παρουσιάζονται στο εθνικό πλαίσιο της Ελλάδας → προσαρμόστε στο τοπικό πλαίσιο της νομικής κατάστασης των συμμετεχόντων)

- Η αίτηση για διεθνή προστασία ή η αίτηση ασύλου, είναι μια αίτηση προστασίας από το κράτος. Με την αίτηση, ο αιτών ζητά αυτοπροσώπως αναγνώριση του καθεστώτος του πρόσφυγα, σύμφωνα με τη Σύμβαση της Γενεύης.
- **Σημειώσεις της Υπηρεσίας:** Οι αποφάσεις των αστυνομικών διευθυντών για άρση της κράτησης των αιτούντων διεθνή προστασία.
- Ο αιτών διεθνή προστασία ή αιτών άσυλο, είναι υπήκοος τρίτης χώρας ή ανιθαγενής που δηλώνει προφορικά ή γραπτώς ενώπιον οποιασδήποτε ελληνικής αρχής, στα σημεία εισόδου στην Ελληνική επικράτεια ή εντός αυτής, ότι ζητά άσυλο ή επικουρική προστασία στη χώρα μας ή με οποιονδήποτε τρόπο ζητώντας να μην απελαθεί σε χώρα λόγω φόβου διώξεων που αφορούν στη φυλή, τη θρησκεία, την εθνικότητα, τις πολιτικές πεποιθήσεις ή τη συμμετοχή σε μια συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα, σύμφωνα με τη Σύμβαση της Γενεύης ή επειδή υπάρχει κίνδυνος να υπάρξει οριστική απόφαση.
- Το **Πρόγραμμα Προστασίας Αιτούντων Άσυλο** είναι η αναγνώριση από την αρμόδια ελληνική αρχή ενός υπηκόου τρίτης χώρας ή ανιθαγενούς ως δικαιούχου επικουρικής προστασίας. Δηλαδή, ως πρόσωπο που δεν πληροί τις προϋποθέσεις για να αναγνωριστεί ως πρόσφυγας, αλλά έχει ουσιαστικούς λόγους για τους οποίους, εάν επιστρέψει στη χώρα καταγωγής του ή, στην περίπτωση ανιθαγενούς, στη χώρα όπου προηγουμένως διέμενε, κινδυνεύει σοβαρά από α) θανατική ποινή ή εκτέλεση, ή β) βασανιστήρια ή απάνθρωπη ή εξευτελιστική μεταχείριση ή τιμωρία του αιτούντος στη χώρα καταγωγής του, ή γ) σοβαρή και προσωπική απειλή κατά της ζωής ή της φυσικής ακεραιότητας του/της λόγω της αδιάκριτης χρήσης βίας σε

διεθνείς ή εσωτερικές ένοπλες συγκρούσεις, και δεν μπορεί ή λόγω αυτού του κινδύνου δεν επιθυμεί να τεθεί υπό την προστασία της χώρας αυτής.

- Άδεια Παραμονής είναι οποιαδήποτε άδεια, η οποία εκδίδεται από τις ελληνικές αρχές, σύμφωνα με τον τύπο που προβλέπει η ελληνική νομοθεσία και η οποία επιτρέπει σε υπήκοο τρίτης χώρας ή ανιθαγενή να διαμένει στην ελληνική επικράτεια.
 - Στον πρόσφυγα χορηγείται άδεια παραμονής για περίοδο τριών ετών. Η άδεια ανανεώνεται με απόφαση του Προϊσταμένου του Περιφερειακού Γραφείου Ασύλου κατόπιν αιτήματος του ενδιαφερομένου, το οποίο υποβάλλεται στην αρμόδια Αρχή Παραλαβής, το αργότερο τριάντα (30) ημερολογιακές ημέρες πριν από τη λήξη της.
 - Στον δικαιούχο επικουρικής προστασίας χορηγείται άδεια διαμονής ενός (1) έτους. Η άδεια ανανεώνεται για δύο (2) ακόμη χρόνια, μετά από επανεξέταση, με απόφαση του Προϊσταμένου του Περιφερειακού Γραφείου Ασύλου κατόπιν αιτήματος του ενδιαφερομένου, η οποία υποβάλλεται στην αρμόδια Αρχή Παραλαβής, το αργότερο τριάντα (30) ημερολογιακές ημέρες πριν από τη λήξη του.
- Διαδικασία Αίτησης Διεθνούς Προστασίας
 - ΥΠΟΒΟΛΗ της αίτησης διεθνούς προστασίας από το άτομο και για τα μέλη της οικογένειας εάν βρίσκονται στην Ελλάδα.
 - Πού; Στα Περιφερειακά Γραφεία Ασύλου ή στα Αυτοτελή Κλιμάκια της Υπηρεσίας και τα Κινητά Κλιμάκια της Υπηρεσίας Ασύλου ή μέσω Skype (θα δοθεί ημερομηνία εγγραφής-ραντεβού/λήψη φωτογραφιών/βασική ταυτοποίηση / η παραλαβή της κάρτας θα γίνει την ημέρα της εγγραφής).
 - Λήψη φωτογραφίας και δακτυλικών αποτυπωμάτων (εισαγωγή στην ευρωπαϊκή βάση δεδομένων EURODAC)
 - Ορίζεται ημερομηνία συνέντευξης και το έντυπο της αίτησης για διεθνή προστασία που αφορά περίοδο έως 6 μήνες με δικαίωμα ανευανέωσης λήγει στο τέλος.
 - Ιστορικό της Σύμβασης της Γενεύης
 - Εφαρμογή της Σύμβασης στο εθνικό δίκαιο

Νομικά δικαιώματα, καθήκοντα και ευθύνες

Κάντε μια επισκόπηση των τοπικών υπηρεσιών που παρέχουν βοήθεια και υποστήριξη σε νομικά θέματα.

- Εθνικές αναφορές και η επιρροή τους στην απόφαση

- Διαδικασία ασύλου: πιθανά αποτελέσματα και συνέπειες

Τοπικές συνθήκες για πρόσφυγες/μετανάστες

- Άδεια εργασίας, κοινωνική ασφάλιση
- Άδειες παραμονής
- Δυνατότητες εκπαίδευσης/κατάρτισης/προσόντων
- Στέγαση
- COVID-19 και ο αντίκτυπος στους μετανάστες εργαζόμενους

Δραστηριότητα

Χαρτογραφήστε τους εθνικούς και τοπικούς φορείς και εξηγήστε τις ευθύνες και τα καθήκοντά τους (διαφορές μεταξύ κρατικών και μη κρατικών φορέων, ΜΚΟ, νομικές αρχές και δικαστήρια).

- Χρησιμοποιήστε το ερωτηματολόγιο «Διερεύνηση αντιλήψεων για την ένταξη» για να διευκολύνετε τη διαδικασία

Συμπεράσματα

Ξεκινήστε έναν γύρο σχολίων και καλέστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τη μαθησιακή τους εμπειρία:

- *Ποιες είναι οι πιο πολύτιμες ιδέες ή πληροφορίες που λαμβάνετε από αυτήν την ενότητα;*
- *Ποιες προκλήσεις αναμένεται να αντιμετωπίσετε κατά την εφαρμογή των ικανοτήτων που έχετε αναπτύξει σε αυτήν την ενότητα;*
- *Ποια οφέλη περιμένετε;*

Επίσης, εστιάστε κατά τα τελευταία βήματα αναλυτικά στην ευημερία των συμμετεχόντων μετά από αυτή την ενότητα:

- *Πώς αισθάνεστε μετά τη λήψη των πληροφοριών (για νομικά θέματα);*
- *Υπάρχει κάτι που θέλετε να μοιραστείτε με την ομάδα (απόψεις κ.λπ.);*

Τα συμπεράσματα προσφέρουν τη δυνατότητα να αναγνωρίσουμε για ακόμη μια φορά ότι οι νομικές διαδικασίες που έχουν συζητηθεί μπορεί να μην είναι «δίκαιες».

Αναστοχαστείτε με τους συμμετέχοντες πώς θα μπορούσαν να αντιμετωπίσουν αυτήν την εντύπωση μετά την ενότητα. Κυρίως, δώστε στους συμμετέχοντες μια εικόνα για τις επόμενες ενότητες, στις οποίες μπορεί να προωθηθεί αυτό το θέμα.

Εκπαιδευτικό Υλικό

- Ηλεκτρονικό Υπολογιστή
- Προβολέα
- Παρουσίαση PowerPoint
- Βίντεο, ειδικότερα: <https://vimeo.com/442306785> (Νομική κατάσταση στην Ελλάδα)
- Flipchart
- Μαρκαδόροι
- Post-its

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

Στο τέλος της ενότητας οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

- Κατανοούν τον ορισμό του πρόσφυγα
- Κατανοούν τα εθνικά και τοπικά πλαίσια
- Κατανοούν τους δρόμους, τις συνδέσεις και τα δίκτυα

Οι συμμετέχοντες μπορούν να μάθουν από άλλους συμμετέχοντες ποιες στρατηγικές είναι χρήσιμες και επωφελείς. Μοιραζόμενοι τις εμπειρίες τους αναφορικά με δύσκολες καταστάσεις, μπορούν επίσης να αξιολογήσουν την ομιλία και την ακρόαση ως υποστηρικτικές παρεμβάσεις.

Δεξιότητες

Κατανόηση των πλαισίων και των περιεχομένων, των θεσμών, της ανταλλαγής εμπειριών, της ακρόασης, της συζήτησης για τη γνώση, της υπόδειξης των δυνατοτήτων και των πόρων Understanding frameworks and contexts, institutions, sharing experiences, listening, talking about knowledge, naming strengths and resources

Γνώση

Κατανόηση του νέου περιβάλλοντος, των στρατηγικών αντιμετώπισης, του μετατραυματικού στρες, της ένταξης

Στάσεις

Νόρμες, νομοθεσία, στρατηγικές και πρακτικές αντιμετώπισης

Σχόλια και Συστάσεις

Παρατηρήσεις για τους συντονιστές:

- Δημιουργήστε ένα γενναίο και ασφαλές περιβάλλον
- Συντονιστείτε στην πραγματικότητα των συμμετεχόντων, μάθετε τις τάσεις και συμμετάσχετε στη συζήτηση
- Να έχετε επίγνωση των δικών σας αξιών έμμεσων ταυτοτήτων. Αξιολογήστε τη δική σας ικανότητα για αναστοχασμό, κριτική σκέψη και συναισθηματική ανθεκτικότητα.
- ΜΗΝ εμβαθύνετε στα γεγονότα που έχουν βιώσει οι συμμετέχοντες. Η συζήτηση θα πρέπει να παραμείνει σε επιφανειακό επίπεδο ώστε να αποτρέψει τους συμμετέχοντες από το να υπεισέλθουν στο βιωμένο συναίσθημα. Είναι πιθανό να προκληθούν σωματικές ή ψυχολογικές αντιδράσεις. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να λένε ΣΤΟΠ εάν νιώθουν ότι γίνεται υπερβολικό για αυτούς.

Επικοινωνιακή Στρατηγική

Ενεργή ακρόαση: Αυτή η επικοινωνιακή στρατηγική αφορά στην κατανόηση: διατηρούμε 7% των λέξεων, 38% των ήχων (τόνος φωνής, ρυθμός, έμφαση, παύσεις) και 55% της γλώσσας του σώματος. Ακολουθούν τα χαρακτηριστικά της μεθόδου ενεργής ακρόασης:

- Ανοιχτές ερωτήσεις
- Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να μιλήσουν
- Μην διακόπτετε
- Επαναλάβετε τα θέματα που μόλις είπαν οι συμμετέχοντες
- Εντάξτε τους συμμετέχοντες στη συνομιλία, π.χ. ρωτώντας «τι εννοείτε;»
- Κάντε σχόλια

Μη βίαιη επικοινωνία: Αυτή η επικοινωνιακή στρατηγική χρησιμοποιείται όταν αντιμετωπίζει κανείς κατηγορίες. Αντί να αντιδράσει κανείς στις λέξεις που λέγονται, πρέπει να προσπαθήσουμε να κοιτάξουμε το νόημα πίσω από αυτές ή τον υποκείμενο συναισθηματικό λόγο για τον οποίο λέγονται και να τα αντιμετωπίσει δείχνοντας κατανόηση.

Προσαρμογή και παραλλαγή

Στη διαδικτυακή υλοποίηση μπορούν να πραγματοποιηθούν αυτόνομες παρουσιάσεις μέγιστης διάρκειας 10 λεπτών η κάθε μία, οι οποίες θα ακολουθηθούν από δωμάτια συζήτησης (“break-out rooms” στην πλατφόρμα Zoom), στα οποία θα συμμετέχουν το

πολύ 7 άτομα σε μία συντονισμένη συζήτηση η οποία θα αφορά στο θέμα που παρουσιάστηκε προηγουμένως, και θα γίνουν ερωτήσεις-απαντήσεις.

Πηγές

- UNHCR. (n.d.). Emergency Handbook. Version: 1.9. Retrieved from <https://emergency.unhcr.org/entry/55772/refugee-definition>
- UNHCR. (2011). Who is a Refugee? Session 3 Manual [UNHCR Protection Training Manual for European Border and Entry Officials]. Retrieved from <https://www.unhcr.org/4d944c319.pdf>
- <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/0ad09926-a8b1-11e7-837e-01aa75ed71a1>
- <https://belgium.iom.int/equality>
- <https://www.iom.int/covid-19-emerging-immigration-consular-and-visa-needs-recommendations>
- https://micicinitiative.iom.int/sites/default/files/guideline_06.pdf
- <http://eur-human.uoc.gr/module-4-3/>
- <http://jmonnet.symbiosis.org.gr/en/notebooks-educational-tools/>
- <https://vimeo.com/442306785>
- <http://jmonnet.symbiosis.org.gr/en/overall-policy-particular-policies-on-migration-and-asylum/>
- <http://jmonnet.symbiosis.org.gr/en/2020/05/30/policy-brief-european-courts-conclude-in-a-rights-safety-net-for-refugees-and-asylum-seekers/>
- <https://reimaginingmigration.org/teaching-ideas-a-mini-unit-exploring-stories-of-movement-and-migration/>

3. Ενότητα: Φύλο και Αρρενωπότητα

Διάρκεια

Περίπου 4 μονάδες

Θεματικής

- Έμφυλες σχέσεις/Έμφυλοι ρόλοι («Εδώ/Εκεί»)
- Ισότητα Φύλων
- ΛΟΑΤΚΙ*
- Διαφορετικότητα της αρρενωπότητας
- Κυρίαρχη/ηγεμονική αρρενωπότητας

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

Η εκπαίδευση έχει ως στόχο:

- Να μάθουν τις διαφορές μεταξύ κοινωνικού (gender) και βιολογικού (sex) φύλου
- Να διερευνήσουν τη δική τους κατανόηση σε σχέση με το φύλο
- Να αναστοχαστούν αναφορικά με τις έμφυλες σχέσεις και τους έμφυλους ρόλους υπό το πολιτισμικό πρίσμα και τα ίσα δικαιώματα.
- Να αναστοχαστούν αναφορικά με τα πλεονεκτήματα της ισότητας των φύλων για τις γυναίκες και τους άνδρες, για την εφαρμογή εντός της κοινότητας.
- Να αναστοχαστούν αναφορικά με τις αρρενωπότητες, τις κοινωνικές κατασκευές της αρρενωπότητας, την εύθραυστη αρρενωπότητα και την τοξική αρρενωπότητα και τις επιπτώσεις τους στην καθημερινή ζωή.
- Να κατανοήσουν τον τρόπο με τον οποίο οι άκαμπτες νόρμες αναφορικά με την αρρενωπότητα μπορεί να βλάψουν τους ίδιους και τα μέλη της οικογένειάς τους.
- Να γίνει εισαγωγή και κανονικοποίηση του θέματος που αφορά τα ΛΟΑΤΚΙ* άτομα, να γίνει περιγραφή των δικαιωμάτων και της νομοθεσίας. Επίσης, παρουσιαστεί η ιδέα ότι η κοινότητα ΛΟΑΤΚΙ* δεν αποτελεί μόνο ευρωπαϊκό δικαίωμα αλλά καθολικό (και ότι υπάρχει επίσης στην κοινότητα τους.)
- Η ανοιχτή στάση απέναντι σε νέες ιδέες και τρόπους σκέψης.
- Η ανάπτυξη ενημερωμένων, ηθικών απόψεων αναφορικά με πολύπλοκα θέματα.
- Η εφαρμογή της κριτικής σκέψης σε ένα νέο πλαίσιο.

Αναλυτική Περιγραφή

Εισαγωγή

Εάν απαιτείται μετάφραση, φροντίστε να έχουν μεταφραστεί οι σημαντικοί όροι πριν την έναρξη της ενότητας, έτσι ώστε όλοι να γνωρίζουν ακριβώς για τι θα συζητήσετε.

Ξεκινήστε την ενότητα με έναν σύντομο κύκλο εισαγωγής. Επαναλάβετε τους κανόνες της ομάδας και παρουσιάστε σύντομα το περιεχόμενο της ενότητας.

Σήμερα μιλάμε συχνά για το «κοινωνικό φύλο» (gender). Μέχρι πριν από λίγα χρόνια, αυτή η λέξη δεν χρησιμοποιούνταν. Ποια είναι η έννοια του «κοινωνικού φύλου»; Ποια είναι η έννοια του «βιολογικού φύλου» (sex); Υπάρχουν σύνδεσμοι μεταξύ του κοινωνικού και του βιολογικού φύλου. Συχνά αυτοί οι όροι χρησιμοποιούνται ως εναλλακτικοί ο ένας προς τον άλλο, αλλά δεν είναι στην πραγματικότητα.

Ο όρος «βιολογικό φύλο» αναφέρεται στα βιολογικά χαρακτηριστικά με τα οποία γεννιούνται οι άνδρες και οι γυναίκες. Είναι καθολικά χαρακτηριστικά, συνήθως μόνιμα, για παράδειγμα οι άντρες δεν θα μπορούν να γεννήσουν.

Ο όρος "κοινωνικό φύλο" αναφέρεται στους ρόλους και τις ευθύνες που ανατίθενται από την κοινωνία σε γυναίκες και άνδρες. Οι άνδρες και οι γυναίκες μαθαίνουν στην κοινότητα πώς πρέπει να φαίνονται, να ντύνονται, να μιλούν, να συμπεριφέρονται ή να σκέφτονται παρατηρώντας συγγενείς, φίλους και συναδέλφους. Αυτού του τύπου οι συμπεριφορές οι οποίες αποκαλούνται έμφυλοι ρόλοι διαμορφώνονται από τον πολιτισμό μας και μπορούν να αλλάξουν με την πάροδο του χρόνου. Για παράδειγμα, πριν από χρόνια οι γυναίκες γενικά φρόντιζαν τα παιδιά και το σπίτι και δεν δουλεύαν καθόλου, σήμερα οι άνδρες φροντίζουν επίσης το νοικοκυριό και οι γυναίκες μπορούν να συμμετέχουν στην έμμισθη εργασία.

«Βιολογικό» και «Κοινωνικό» Φύλο

Προετοιμάστε για τους συμμετέχοντες ένα μικρό ερωτηματολόγιο με ερωτήσεις σχετικά με το φύλο και το φύλο, προκειμένου να κατανοήσουν τη διαφορά μεταξύ των δύο όρων «βιολογικό» και «κοινωνικό» φύλο:

Ερωτήσεις	Βιολογικό Φύλο	Κοινωνικό Φύλο
Οι γυναίκες γεννούν		
Οι άνδρες είναι δυνατοί		
Οι γυναίκες χρειάζονται έναν καλό σύζυγο σε αντίθεση με τους άντρες που χρειάζονται μια καλή δουλειά		
Οι γυναίκες θηλάζουν		
Οι γυναίκες φροντίζουν το σπίτι		

Οι άνδρες αμείβονται περισσότερο από τις γυναίκες στην εργασία			
----------------------------------------------------------------	--	--	--

Συζητήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις μαζί στην ομάδα για να κατανοήσουν καλύτερα τις διαφορές μεταξύ βιολογικού και κοινωνικού φύλου. Θα μπορούσατε επίσης να ξεκινήσετε μια σύντομη συζήτηση με τις ακόλουθες προτάσεις:

- *Πώς αντιμετωπίζονται τα αρσενικά παιδιά μόλις γεννηθούν στην κοινότητά σας; Και τι γίνεται με τα κορίτσια;*
- *Ποιους ρόλους κατέχουν συνήθως οι άνδρες και οι γυναίκες στην κοινότητα ή στον τόπο καταγωγής σας και πώς έχει αλλάξει ή επηρεαστεί αυτό;*
- *Ποιοί κατέχουν εξέχουσες θέσεις στην κοινότητα;*
- *Ποιοί συμμετέχουν σε συλλόγους που διευθύνονται από την κοινότητα και πώς;*
- *Ποιοί είναι υπεύθυνοι για την παροχή φροντίδας;*
- *Υπάρχουν σήμερα περισσότερα νοικοκυριά με επικεφαλής γυναίκες ή δίνονται στους άνδρες νέες ευθύνες φροντίδας (π.χ. το τσουνάμι του 2004);*
- *Ποιοί είναι οι λόγοι πίσω από αυτές τις διαφορές;*
- *Για παράδειγμα, παραδόσεις, νόμοι, πολιτισμός;*
- *Ζητήθηκε η γνώμη τόσο των γυναικών όσο και των ανδρών;*

Ως διευκολυντής, μπορείτε να μιλήσετε για τις έμφυλες διαφορές στη χώρα διαμονής (π.χ. τα χρώματα των ρούχων για αγόρια ή κορίτσια, διαφορετικά παιχνίδια για αγόρια και κορίτσια κ.λπ.). Αναφέρετε περισσότερα παραδείγματα που δείχνουν τις διαφορές στην εκπαίδευση αγοριών και κοριτσιών και πώς αυτές οι συνήθειες καθορίζουν τον κοινωνικό τους ρόλο στην κοινωνία.

Εστιάστε στη συζήτηση γύρω από τις αλλαγές που έχουν πραγματοποιηθεί στις διάφορες κοινότητες και επίσης στη χώρα διαμονής.

Δραστηριότητα πάνω στις Έμφυλες Σχέσεις («Κουτί του Φύλου» ή “Gender Walk”)

Αυτές οι δραστηριότητες βοηθούν τους συμμετέχοντες να εντοπίσουν διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών και να αναλογιστούν τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα και για τους δύο

Εάν σκοπεύετε να κάνετε τη μέθοδο «Κουτί του Φύλου» (μέθοδος 3.1 → δείτε την περιγραφή στην εργαλειοθήκη), μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτές τις ερωτήσεις για συζήτηση που θα ακολουθήσει:

- *Τι συμβαίνει εάν δεν μπορούμε να χωρέσουμε σε αυτά τα τετράγωνα;*
- *Ποιοι είναι οι περιορισμοί που αντιμετωπίζω λόγω του φύλου μου;*
- *Επηρεάζει το φύλο μου τις αισθηματικές μου σχέσεις; Με ποιον τρόπο;*
- *Εάν δεν μου ταιριάζει η ιδέα του «άνδρα», τι μπορεί να συμβεί σε μένα;*

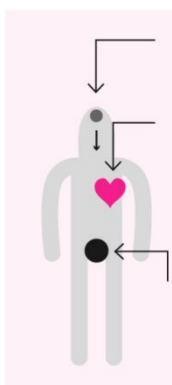
Ως άντρας διευκολυντής, μπορείτε να μιλήσετε για τις προσωπικές σας εμπειρίες, για παράδειγμα για μια κατάσταση κατά την οποία το φύλο σας έχει περιορίσει τις επιλογές σας. Με αυτόν τον τρόπο οι συμμετέχοντες πιθανά να ξεκινήσουν μια διαδικασία αναγνώρισης η οποία θα αυξήσει την ευαισθητοποίησή τους σχετικά με τον περιορισμό που οι ίδιοι βιώνουν ο οποίος προκαλείται λόγω φύλου. Επίσης, μπορεί να εντοπίσουν στο πρότυπο ενός αρσενικού διευκολυντή έναν σύμμαχο. Από την άλλη πλευρά, ως γυναίκα διευκολυντριά μπορείτε να κάνετε το ίδιο και να μοιραστείτε επίσης τις προσωπικές σας εμπειρίες. Αυτό βοηθά τους συμμετέχοντες να ανακαλύψουν ένα «νέο μοντέλο γυναίκας» η οποία συμμετέχει σε συζήτηση μαζί τους, αναπτύσσει επίσης μια σχέση μαζί τους, αλλά έχει βιώσει διαφορετικούς περιορισμούς σε όλη της τη ζωή. Για το λόγο αυτό, συνιστάται η διευκόλυνση του εργαστηρίου να γίνεται και από τα δύο φύλα.

Στόχος των δραστηριοτήτων είναι να γίνουν κατανοητοί οι τρόποι με τους οποίους το φύλο μας θέτει όρια σε σχέση με την έκφραση μας και να αναρωτηθούμε τι θα συμβεί εάν αποτύχουμε να μπούμε ξανά στα όρια, τα χαρακτηριστικά, που μας παρέχει το «κουτί του φύλου».

Στην Ευρώπη και στον υπόλοιπο κόσμο, παρά τις πολλές προόδους στον τομέα των ίσων ευκαιριών και δικαιωμάτων μεταξύ ανδρών και γυναικών, οι «παραδοσιακοί» ή «άκαμπτοι» έμφυλοι ρόλοι παραμένουν διαδεδομένοι, τόσο στους ενήλικες όσο και στους νέους. Οι έμφυλοι ρόλοι μπορεί να είναι τόσο ριζωμένοι που οι άνθρωποι να τους δέχονται συχνά σαν να ήταν «ο σωστός τρόπος για να γίνουν τα πράγματα» και να μην αναγνωρίσουν τη δύναμη που έχουν στη διαμόρφωση των προσδοκιών και των συμπεριφορών (Carroll, 2010). Οι έμφυλοι ρόλοι καθορίζουν τα συχνά άδικο δικαιώματα και υποχρεώσεις των ανδρών και των γυναικών.

Ο πολιτισμός και η κοινωνία καθορίζουν τους έμφυλους ρόλους για τις γυναίκες και τους άνδρες, αλλά αυτοί οι ορισμοί είναι απλά στερεότυπα, το κουτί του φύλου που περιγράψαμε μέχρι τώρα. Τα στερεότυπα περιγράφουν την αρρενωπότητα και το θηλυκότητα ωθώντας μας να είμαστε αυτά τα είδη μοντέλων που περιγράφονται από την κοινωνία.

ΛΟΑΤΚΙ+



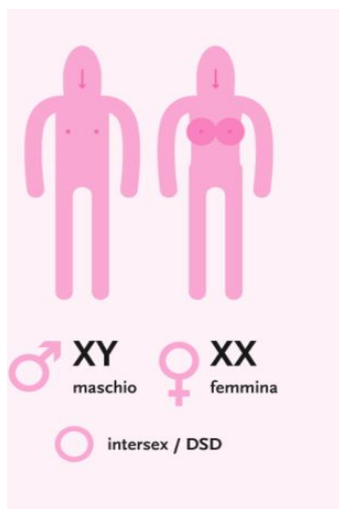
ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΦΥΛΟΥ

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΣ Ή ΕΡΩΤΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

**ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΦΥΛΟ
ΚΑΤΑ ΤΗ ΓΕΝΝΗΣΗ**

ΜΕΣΟΦΥΛΙΚΑ ΑΤΟΜΑ Έχουν φυσικά χαρακτηριστικά και των δύο φύλων.

ΑΡΣΕΝΙΚΟ



ΘΥΛΗΚΟ

Μπορείτε να δείξετε και τις δύο εικόνες και να αναστοχαστείτε σχετικά τον σεξουαλικό προσανατολισμό, ειδικά: Τι είναι ο σεξουαλικός προσανατολισμός;

Μετά τη συζήτηση, ρωτήστε τους συμμετέχοντες εάν γνωρίζουν την σημασία του ΛΟΑΤΚΙ+.

(ΛΟΑΤΚΙ+: Συντομογραφία των λέξεων Λεσβίες (Λ), Ομοφυλόφιλ@ (Ο), Αμφιφυλόφιλ@ (Α). Συντομογραφία που χρησιμοποιείται συχνά. Συχνά το γράμμα Τ για τα Τρανς άτομα προστίθεται επίσης στην μορφή ΛΟΑΤ. Μπορείτε επίσης να δείτε να προστίθενται τα γράμματα ΚΙΑ τα οποία αφορούν τα Κουίρ (Κ) άτομα (ή/και τα άτομα που

αναζητούν τη σεξουαλική τους ταυτότητα ή την ταυτότητα φύλου – Questioning), τα Ίντερσεξ (I) άτομα (ή μεσοφυλικά) και Allies (A))

Δραστηριότητα «Μπορώ να μιλήσω;» (Μέθοδος 3.3)

Δείτε την περιγραφή στην εργαλειοθήκη.

Άρθρο 13 ΕΚ

Διαβάστε και συζητήστε το Άρθρο 13 ΕΚ.

Η διάκριση λόγω σεξουαλικού προσανατολισμού απαγορεύεται από το Άρθρο 13 της Συνθήκης της ΕΚ και από τον Χάρτη Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της ΕΕ. Ωστόσο, εξακολουθούν να υπάρχουν δυσκολίες στην Ευρωπαϊκή Ένωση αναφορικά με την αποδοχή από την κοινωνία των λεσβιών, ομοφυλόφιλων, αμφιφυλόφιλων και τραν (ΛΟΑΤ) μελών της.

Πραγματοποιήστε μια συζήτηση γύρω από το αίσθημα άγχους που προκαλεί ο αποκλεισμός.

Κύρια μηνύματα:

- Η διάκριση κάποιου λόγω του σεξουαλικού του προσανατολισμού αποτελεί παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.
- Η αντιμετώπιση της ομοφοβίας στην κοινότητα μπορεί να αμφισβητήσει πολιτισμικούς κανόνες αλλά μπορεί να δημιουργήσει ένα πιο ειρηνικό και αποδεκτό περιβάλλον
- Κάποιος μπορεί να είναι ομοφυλόφιλος, τρανς και μη δυαδικός και ταυτόχρονα μουσουλμάνος. Η θρησκευτική πίστη και ο σεξουαλικός προσανατολισμός δεν αλληλοαποκλείονται.
- Κατανόηση της σεξουαλικής διαφορετικότητας ως προοδευτικής αξίας.

Δραστηριότητα για την διαφορετικότητα των αρρενωποτήτων

Πραγματοποιήστε ακόμα μια δραστηριότητα σχετικά με τα στερεότυπα, ειδικά σε σχέση με την ιδέα της αρρενωπότητας και της θηλυκότητας και πώς αυτά μας επηρεάζουν.

Συνεχίστε να δουλεύετε πάνω στις έννοιες της αρρενωπότητας και ξεκινήστε έναν κύκλο αναστοχασμού γύρω από ορισμένες δηλώσεις.

- Τοποθετήστε τρία φύλλα στο δωμάτιο πάνω στα οποία θα αναγράφονται οι λέξεις: *Συμφωνώ, Διαφωνώ, Δεν είμαι σίγουρος/η*. Διαβάστε τις ακόλουθες δηλώσεις (παρακάτω) και ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σταθούν κοντά στην κάρτα που αντικατοπτρίζει τη γνώμη τους σχετικά με τη δήλωση.

Συμπληρωματική σημείωση: Φροντίστε να εξηγήσετε ότι βρίσκονται σε έναν ασφαλή/γενναίος χώρος και ότι ο καθένας έχει δικαίωμα στη γνώμη του. Η άσκηση κριτικής δεν ενθαρρύνεται.

- Οι ακόλουθες δηλώσεις μπορούν να διαβαστούν δυνατά:
 - 1) Ένας άνδρας πρέπει να είναι δυνατός και ανθεκτικός
 - 2) Οι άνδρες δεν πρέπει να είναι συναισθηματικοί
 - 3) Το κλάμα είναι ένα σημάδι αδυναμίας
 - 4) Ένας άνδρας πρέπει να είναι η κεφαλή του σπιτιού
 - 5) Μερικές φορές ένας άνδρας πρέπει να βάλει τη γυναίκα/κόρη του στη θέση της
 - 6) Εάν ένας άνδρας δει έναν άλλο άνδρα να επιτίθεται σε μια γυναίκα, θα πρέπει να παρέμβει
 - 7) Το να είσαι πραγματικός άνδρας σημαίνει να είσαι υπεύθυνος
 - 8) Η γυναίκα μου πρέπει να με ακούει
- Ρωτήστε τους συμμετέχοντες πώς, κατά την άποψή τους, αυτές οι δηλώσεις επηρεάζουν την καθημερινή τους ζωή ως άνδρες. *Πως σας κάνουν να αισθάνεστε;*
- Δημιουργήστε έναν χώρο για την κριτική εξέταση των δικών τους αξιών.
- Συνεχίστε ζωγραφίζοντας ένα κουτί στον πίνακα, το οποίο αφορά στις «προσδοκίες σχετικά με τον παραδοσιακό άνδρα» ενώ το εξωτερικό του κουτιού αφορά στις «προσφοκίες που δεν ταιριάζουν μέσα στο κουτί».
- Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να απαριθμήσουν ρόλους που βρίσκονται «έξω από το κουτί» και συνήθως σχετίζονται με γυναικεία χαρακτηριστικά.
- Παρουσιάστε τα χαρακτηριστικά της τοξικής αρρενωπότητας (Ορίστε το πρώτα, π.χ.: «Οι κοινωνικοί κανόνες σχετικά με το τι σημαίνει να είσαι άνδρας που είναι επιβλαβής για την κοινωνία, κυρίως για τις γυναίκες και τα παιδιά, αλλά και για τους ίδιους τους άνδρες»):
 - Η καταπίεση των συναισθημάτων.
 - Η ύπαρξη ανήθικων χαρακτηριστικών και χαρακτηριστικών διάκρισης.

- Η προώθηση της ετεροφυλοφιλίας ως αμετάβλητη νόρμα και η εμφάνιση ομοφοβικών χαρακτηριστικών.
- Να είναι βίαιος, θυμωμένος ή επιθετικός.
- Να έχει κυριαρχική συμπεριφορά απέναντι στις γυναίκες και να τις διακόπτει στις συζητήσεις (επιβάλλοντας την άποψη του χωρίς αυτή να έχει ζητηθεί.)
- Σεξουαλική επιθετικότητα και αυτό-δικαίωμα απέναντι στις γυναίκες.
- Η αντιμετώπιση των συναισθημάτων ως σημάδι αδυναμίας.
- Συζητήστε τις επιδράσεις της τοξικής αρρενωπότητας στους άνδρες. Η τοξική αρρενωπότητα μπορεί να έχει τις ακόλουθες αρνητικές συνέπειες στους άνδρες:
 - Καταπίεση των συναισθημάτων και ακύρωση συναισθημάτων: Εκφράζοντας μόνο θυμό οι άνδρες εμποδίζουν τους εαυτούς τους από το να έρθουν σε επαφή με τα συναισθήματά τους, γεγονός το οποίο μπορεί να επηρεάσει τις σχέσεις τους με τους συντρόφους και τα παιδιά τους.
 - Τους ασκεί πρόσθετη πίεση: Το να είσαι άνδρας όλη την ώρα είναι εξαντλητικό και μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στην ψυχική και σωματική τους ευημερία.
 - Να μην ζητούν βοήθεια όταν υπάρχει επιτακτική ανάγκη. Μοναξιά και απελπισία.
 - Ενθάρρυνση της κουλτούρας του βιασμού.
 - Μισογυνισμός: Εκτιμώντας τους άνδρες περισσότερο από τις γυναίκες, ενθαρρύνει τους άνδρες να «κοιτάζουν από πάνω» τις γυναίκες. Αυτό μπορεί να επηρεάσει τις σχέσεις τους με τις συζύγους, τις συντρόφους και τις κόρες τους
 - Βία κατά των αγαπημένων τους προσώπων και του ίδιου τους του εαυτού.
 - Κακή οικογενειακή λειτουργία.
- Ομάδα συζήτησης: Αφήστε κάθε συμμετέχοντα να εκφέρει άποψη σχετικά με: *Πώς μπορούμε να απελευθερωθούμε από την τοξική αρρενωπότητα;*

Προτάσεις:

 - Επιτρέψτε στα συναισθήματα να συμβούν. Επικοινωνήστε τα συναισθήματά σας.
 - Γίνετε πρότυπο για τον γιο και την κοινότητά σας (Ρωτήστε τους: Πώς μπορείτε να λειτουργήσετε ως πρότυπα στη κοινότητά σας;)
 - Διδάξτε τους γιους σας να εκφράζουν τα συναισθήματά τους.

Συμπεράσματα

Ξεκινήστε έναν γύρο σχολίων και καλέστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τη μαθησιακή τους εμπειρία:

- Ποιες είναι οι πιο πολύτιμες ιδέες ή πληροφορίες που λαμβάνετε από αυτήν την ενότητα;
- Ποιες προκλήσεις αναμένεται να αντιμετωπίσετε κατά την εφαρμογή των ικανοτήτων που έχετε αναπτύξει σε αυτήν την ενότητα;
- Ποια οφέλη περιμένετε;

Εκπαιδευτικό Υλικό

- Flipcharts και έναν πίνακα.
- Βίντεο σε σχέση με την ανισότητα μεταξύ των φύλων τα οποία θα παρουσιάζουν τη σκοπιά της γυναίκας/κοριτσιού από την χώρα καταγωγής τους.
- Μαρκαδόροι
- Προβολέα
- Post-its
- Ηλεκτρονικό Υπολογιστή

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

Οι συμμετέχοντες θα μάθουν για τον προσωπικό αναστοχασμό σχετικά με τα ζητήματα που αφορούν στο φύλο και την αρρενωπότητα, αλλά επίσης θα ενημερωθούν για τις κοινωνικές νόρμες στην ευρωπαϊκή επικράτεια αναφορικά με αυτό το θέμα, καθώς και για κανόνες, τα δικαιώματα και τους κανονισμούς. Το μαθησιακό αποτέλεσμα θα τους βοηθήσει επίσης να προβληματιστούν σχετικά με τον τρόπο που η ανισότητα μεταξύ των φύλων και τα χαρακτηριστικά της αρρενωπότητας μπορεί να τους επηρεάζουν/φέρνουν σε δυσμενή σχέση στην οικογενειακή/καθημερινή ζωή και να μάθουν τεχνικές για το πως να ξεπεράσουν τέτοια κοινωνικά κατασκευασμένα εμπόδια που αφορούν στο φύλο και την αρρενωπότητα.

Επιπλέον, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- Κατανοήσουν την έννοια του ΛΟΑΤΚΙ+ και τα δικαιώματα τους στην ΕΕ. Να αμφισβητήσουν μερικούς από τους υπάρχοντες μύθους και προκαταλήψεις γύρω από τα ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα.
- Κατανοήσουν γιατί είναι σημαντικό να κανονικοποιήσουν τους ΛΟΑΤΚΙ+, καθώς και να ανήκουν στην γενική ευρωπαϊκή τάση.

Δεξιότητες

Θα μάθουν πώς να αναστοχάζονται πάνω στα θέματα και τα χαρακτηριστικά που θεωρούσαν ότι αποτελούν τον κανόνα λόγω πολιτισμικών περιορισμών, πώς να μοιράζονται τις εμπειρίες, πώς να κανονικοποιούν τα « θέματα ταμπού», πώς να μοιράζονται εμπειρίες και την αμοιβαία μάθηση και ακρόαση.

Γνώση

Ισότητα των Φύλων στην Ευρώπη. Κριτικός αναστοχασμός σχετικά με τις αρρενωπότητες. Πληροφορίες και κανονικοποίηση των ΛΟΑΤΚΙ*

Στάσεις

Κριτικός αναστοχασμός, ανεκτικότητα, αναγνώριση του ανδρικού προνομίου

Σχόλια και Συστάσεις

Πρέπει να ληφθούν υπόψη οι ακόλουθες πτυχές:

- Παρακαλώ χειριστείτε αυτά τα θέματα με έντονη πολιτισμική ευαισθησία. Δίνοντας στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να αναστοχαστούν σχετικά με τις κοινωνικές κατασκευές μπορεί να είναι εξαιρετικά επωφελές, ωστόσο είναι σημαντικό να είμαστε προσεκτικοί απέναντι στην πολιτισμική διαφορά και να μην προωθούμε τον ευρωπαϊκό πολιτισμό ως «τον σωστό».
- Βεβαιωθείτε ότι οι διερμηνείς μεταφράζουν σωστά και δεν καθοδηγούνται από πολιτισμική προκατάληψη.
- Δώστε στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να εκφράσουν τα όρια και τις ζώνες άνεσής τους.

Προσαρμογή και παραλλαγή

Αυτή η ενότητα δεν απαιτεί φυσική παρακολούθηση, θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί μέσω διαδικτυακών/ψηφιακών εργαστηρίων. Σχετικά με τις δραστηριότητες φύλου, οι διευκολυντές μπορούν να χωριστούν και να καθοδηγήσει ο καθένας από μία ομάδα συμμετεχόντων. Κάθε ομάδα θα συλλέξει τα χαρακτηριστικά των ιδανικών ανδρών ή των ιδανικών γυναικών. Αφού συλλεχθούν οι γυναικείες και ανδρικές πτυχές, οι ομάδες θα επιστρέψουν στην μεγάλη ομάδα για να συζητήσουν και να αναστοχαστούν σχετικά με τα αποτελέσματα. Τα βασικά ερωτήματα θα είναι ο οδηγός της συζήτησης.

Πηγές

- From Work with Men and Boys to Changes of Social Norms and Reduction of Inequities in Gender Relations: A Conceptual Shift in Prevention of Violence against Women and Girls, Rachel Jewkes, Michael Flood, James Lang, The Lancet, 2015.
- Engaging Men through Accountable Practice, International Rescue Committee, 2013.
- Gender Equity and Diversity Module Five: Engaging Men and Boys for Gender Equality, CARE, 2013.

- Lesbian, gay, bisexual and transgender (LGBT) refugees and asylum seekers: ICAR navigation guide De Jong A (ICAR, 2003) Provides detailed information on UK legislation and legal issues.
- Rainbow project http://www.rainbowproject.eu/material/it/sticks_and_stones.html

4. Ενότητα: Κοινωνικές και Διαπροσωπικές Σχέσεις

Διάρκεια

Περίπου 4 μονάδες

Θεματικές

- Σεξουαλικότητα (σεξουαλική διαπαιδαγώγηση)
- Πατρότητα και οικογένεια
- Φιλίες και συντροφικές σχέσεις
- Κοινότητα και κοινωνία (ρόλοι, προσδοκίες, ...)

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

- Ο αναστοχασμός για τη σεξουαλικότητα.
- Ο αναστοχασμός σχετικά με τις κοινωνικές νόρμες γύρω από τη σύναψη σχέσεων, τη σεξουαλική συναίνεση και την συμπεριφορά στις σχέσεις.
- Η ευαισθητοποίηση σχετικά με τις πολιτισμικές πρακτικές στις σεξουαλικές σχέσεις και τη συμπεριφορά απέναντι στις γυναίκες (ή τους άνδρες).
- Η μείωση των επικίνδυνων συμπεριφορών των ανδρών
- Η ενθάρρυνση των συμμετεχόντων να είναι πιο προσεκτικοί και δραστήριοι όσον αφορά τη σεξουαλική τους υγεία και τους συντρόφους τους.
- Να ξεπεραστεί το στίγμα που συνδέεται με τη σεξουαλικότητα, τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης *Overcoming stigma attached to sexuality, health care services and family services.*
- Η αμφισβήτηση των κοινωνικά κατασκευασμένων ρόλων και προσδοκιών και η ενθάρρυνση των συμμετεχόντων να «κοιτάζουν έξω από το κουτί».
- Η επισκόπηση σε ό,τι αφορά τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις, τα δικαιώματα και τις υπηρεσίες άμβλωσης.
- Η ενθάρρυνση των συμμετεχόντων σε δραστηριότητες πατρότητας και παροχή επιλογών μέσω της κυριαρχίας και της ενεργού συμμετοχής.

Αναλυτική Περιγραφή

Εισαγωγή

Μερικές βασικές πτυχές της σεξουαλικότητας (για εσάς ως διευκολυντή):

Η έννοια της σεξουαλικότητας συχνά παρερμηνεύεται και μπορεί να είναι δύσκολο να διατυπωθεί πλήρως. Υπάρχουν πολλές διαφορετικές ιδέες για το τι είναι η σεξουαλικότητα και τι σημαίνει. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) ορίζει τη σεξουαλικότητα (2002) ως εξής:

Η σεξουαλικότητα είναι «... μια κεντρική πτυχή της ανθρώπινης ύπαρξης καθόλη τη διάρκεια της ζωής [η οποία] συμπεριλαμβάνει το βιολογικό φύλλο, τις ταυτότητες και τους ρόλους των φύλων, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, τον ερωτισμό, την ευχαρίστηση, την οικειότητα και την αναπαραγωγή. Η σεξουαλικότητα βιώνεται και εκφράζεται σε σκέψεις, φαντασιώσεις, επιθυμίες, πεποιθήσεις, στάσεις, αξίες, συμπεριφορές, πρακτικές, ρόλους και σχέσεις. Ενώ η σεξουαλικότητα μπορεί να περιλαμβάνει όλες αυτές τις διαστάσεις, δεν αυτό δεν συνεπάγεται ότι όλες αυτές βιώνονται ή εκφράζονται πάντα. Η σεξουαλικότητα επηρεάζεται από την αλληλεπίδραση βιολογικών, ψυχολογικών, κοινωνικών, οικονομικών, πολιτικών, πολιτιστικών, νομικών, ιστορικών, θρησκευτικών και πνευματικών παραγόντων». « Οι σαφείς και υπονοούμενοι κανόνες που επιβάλλονται από την κοινωνία, όπως ορίζονται από το φύλο, την ηλικία, την οικονομική κατάσταση, την εθνικότητα και άλλους παράγοντες ενός ατόμου, επηρεάζουν τη σεξουαλικότητα του».

Η σεξουαλικότητα μπορεί να έχει διαφορετικό νόημα για τους ανθρώπους σε διαφορετικές περιόδους της ζωής και υπάρχουν διαφορές όσον αφορά το φύλο, την ηλικία, τον πολιτισμό και τον σεξουαλικό προσανατολισμό. Η φύση της σεξουαλικότητας κάποιου είναι μοναδική και δημιουργείται από συνδυασμό των βιολογικών και πολιτισμικών παραγόντων και αλλάζει με την πάροδο του χρόνου. Είναι κοινωνικά κατασκευασμένη και για αυτόν τον λόγο υπάρχουν μεγάλες διαφορές μεταξύ πολιτισμών, εθνικών ομάδων κ.λπ. Συχνά όταν οι άνθρωποι βλέπουν τη λέξη «σεξουαλικότητα», σκέφτονται την σεξουαλική επαφή ή άλλη σεξουαλική δραστηριότητα. Η σεξουαλικότητα είναι πολλά περισσότερα από τα σεξουαλικά συναισθήματα ή τη σεξουαλική επαφή. Είναι ένα σημαντικό μέρος της προσωπικής μας ταυτότητας. Περιλαμβάνει σκέψεις, συναισθήματα, συμπεριφορές των ανδρών ή των γυναικών, καθώς και το να βρίσκεται κανείς σε σχέση που περιλαμβάνει σεξουαλική οικειότητα. Η σεξουαλικότητα είναι κεντρική στην ανθρώπινη ύπαρξη.

Η σεξουαλικότητα είναι ανθρώπινο δικαίωμα. Όλοι και όλες έχουν το δικαίωμα και την ευθύνη να επιτρέπουν στους υπόλοιπους να ικανοποιούν τις σεξουαλικές τους επιθυμίες με τον τρόπο που θέλουν - αρκεί να μην προσκρούει στα δικαιώματα κάποιου άλλου και να μην γίνεται με παράνομο τρόπο. Τα σεξουαλικά δικαιώματα διασφαλίζουν ότι οι άνθρωποι μπορούν να εκφράσουν τη σεξουαλικότητά τους χωρίς εξαναγκασμό, διακρίσεις και βία, και εγκολπώνουν την αμοιβαία συναίνεση και το σεβασμό. Τα σεξουαλικά δικαιώματα περιλαμβάνουν τα ανθρώπινα δικαιώματα που έχουν ήδη αναγνωριστεί από την εθνική νομοθεσία, διεθνή έγγραφα για τα ανθρώπινα δικαιώματα και άλλες συμβάσεις. Περιλαμβάνουν το δικαίωμα όλων των ατόμων, χωρίς εξαναγκασμό, διακρίσεις και βία:

- Να αναζητήσουν, λάβουν και μεταδώσουν πληροφορίες σχετικές με τη σεξουαλικότητα
- Στην σεξουαλική διαπαιδαγώγηση;
- Στο σεβασμό της σωματικής τους ακεραιότητας
- Στην επιλογή συντρόφου
- Να αποφασίσουν εάν θα είναι σεξουαλικά ενεργοί ή όχι
- Να αποφασίσουν εάν και πότε θα αποκτήσουν παιδιά
- Στον συναινετικό γάμο
- Στο βέλτιστο δυνατό επίπεδο σεξουαλικής υγείας, συμπεριλαμβανομένης της πρόσβασης σε υπηρεσίες σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
- Η υπεύθυνη άσκηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων απαιτεί από όλα τα άτομα τον σεβασμό στα δικαιώματα των άλλων

Δραστηριότητα

Ζητήστε από την ομάδα να σκεφτούν όλες τις λέξεις που τους έρχονται στο μυαλό σχετικά με τη «σεξουαλικότητα». Οι λέξεις γράφονται από τους συμμετέχοντες σε μικρά χαρτιά και τοποθετούνται στο πάτωμα ενώ εσείς ως διευκολυντής δοκιμάζετε περισσότερες λέξεις. Οι συμμετέχοντες μπορούν επίσης να σχεδιάσουν τις λέξεις. Οι λέξεις μπορεί να είναι χαρακτηριστικά, ονόματα, επίθετα κ.λπ. Μπορούν να εξερευνήσουν περισσότερες λέξεις μέσω των ακόλουθων ερωτήσεων:

- *Μπορείτε να σκεφτείτε τυχόν συσχετίσεις;*
- *Ποια η σχέση μεταξύ σεξουαλικότητας και κοινωνίας; Υπάρχουν τρόποι (σεξουαλικής) περιθωριοποίησης, αποκλεισμού, απαγόρευσης, ... από την κοινωνία;*
- *Από πού προέρχονται οι εικόνες μας για τη σεξουαλικότητα;*

Όταν η ομάδα εξαντλήσει τις ιδέες της, αφήνουμε τους συμμετέχοντες να δουν τις λέξεις ή τα σχέδια στο πάτωμα για λίγο. Αφήστε στο πάτωμα τους Κύκλους της Σεξουαλικότητας (αισθησιασμός, οικειότητα, σεξουαλική και αναπαραγωγή υγεία, σεξουαλική ταυτότητα, σεξουαλική δύναμη έναντι των άλλων → δείτε ολόκληρη τη δραστηριότητα στη μέθοδο 4.1) με τον ορισμό του κάθε κύκλου. Οτιδήποτε σχετίζεται με την ανθρώπινη σεξουαλικότητα μπορεί να χωρέσει σε έναν ή περισσότερους από αυτούς τους κύκλους. Εξηγήστε τον ορισμό κάθε κύκλου και ζητήστε να σας δώσουν παραδείγματα εννοιών, σκέψεων ή συμπεριφορών σεξουαλικότητας που θα ταιριάζουν σε κάθε κύκλο.

Χωρίστε την ομάδα σε μικρότερες ομάδες των 4-5 ατόμων η καθεμία. Ζητήστε τους να παρατηρήσουν τις λέξεις που βρήκαν για τη σεξουαλικότητα και ζητήστε να μετακινήσουν τα χαρτιά στον σωστό κύκλο στο πάτωμα. Όταν τελειώσουν, επιστρέψτε στον μεγάλο κύκλο και ξεκινήστε τη συζήτηση. Οι βασικές ερωτήσεις θα είναι:

- Σε ποιον από τους κύκλους οι περισσότερες λέξεις συσχετίζονται μεταξύ τους; Γιατί;
- Τείνουμε να εστιάζουμε τη λέξη σεξουαλικότητα γύρω από ορισμένους κύκλους αλλά να αγνοούμε άλλους;
- Ποιον από τους πέντε κύκλους σεξουαλικότητας αισθάνεστε πιο οικείο; Λιγότερο οικείο; Γιατί πιστεύετε ότι ισχύει αυτό;
- Υπάρχουν συγκεκριμένοι κύκλοι που σας κάνουν να νιώθετε λιγότερη ή περισσότερη άνεση να μιλάτε σχετικά; Για ποια θέματα πιστεύετε ότι είναι πιο δύσκολο να μιλήσουμε; Γιατί;
- Υπάρχει κάποιο μέρος αυτών των πέντε κύκλων το οποίο δεν είχατε σκεφτεί ποτέ ως σεξουαλικό; Παρακαλώ εξήγησε.
- Μπορείτε να φανταστείτε να μιλάτε για αυτά τα θέματα με τα παιδιά σας; Με τους γονείς σας; Με τους συνομηλίκους σας;

Ενθαρρύνετε τη συζήτηση εντός της ομάδας και να είστε έτοιμοι να αφιερώσετε λίγο χρόνο συζητώντας τα ζητήματα που προκύπτουν. Ρωτήστε επίσης τους συμμετέχοντες:

- Πώς σχετίζεται η σεξουαλικότητα με τη δύναμη;
- Ποιος καθορίζει την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά;
- Τι σημαίνει σεξουαλικά δικαιώματα;
- Ένα κοινό επιχείρημα είναι ότι ο πολιτισμός, η θρησκεία ή η κοινωνία μας δεν θα ανεχθεί να μιλήσουμε ανοιχτά για τη σεξουαλικότητα. Αυτό είναι ένα ισχυρό επιχείρημα. Είναι έγκυρο; Τι μπορούμε να κάνουμε για να το αλλάξουμε;

Δραστηριότητα σχετικά με την Φιλική και την Συντροφική Σχέση

Οι άνθρωποι είναι κοινωνικά όντα. Είμαστε εξαρτημένοι από τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και σχέσεις. Υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τρόποι για να εμπλακεί ή να συμπεριφερθεί κανείς στις φιλικές, συντροφικές ή οποιουδήποτε είδους σχέσεις.

- Αναστοχαστείτε με την ομάδα γύρω από τις πεποιθήσεις που αφορούν στις κοινωνικές και συντροφικές σχέσεις και πώς μπορούμε να βελτιώσουμε την ποιότητα και την ευεξία μας.

- Ορίστε δύο γωνίες του δωματίου ως "Συμφωνώ" και "Διαφωνώ" αντίστοιχα, και ένα μέρος στο ενδιάμεσο ως "Δεν ξέρω". Διαβάστε μια από τις ακόλουθες δηλώσεις και ζητήστε από τους συμμετέχοντες να απαντήσουν μεταβαίνοντας πιο κοντά στο σύμβολο που αντιστοιχεί στη γνώμη τους. (Οι παρακάτω δηλώσεις είναι παραδείγματα. Μπορείτε να επιλέξετε μερικές ή να προσθέσετε περισσότερες, ανάλογα με τον διαθέσιμο χρόνο ή να χρησιμοποιήσετε άλλες που είναι πιο κατάλληλες για το περιβάλλον στο οποίο δουλεύετε.)
 - *Αν δω ένα όμορφο κορίτσι στο δρόμο, μπορώ να του φωνάξω «είσαι όμορφη» ή να του σφυρίζω.*
 - *Έχω δικαίωμα να κάνω σεξ με γυναίκα.*
 - *Δεν θα είχα ποτέ ομοφυλόφιλο φίλο.*
 - *Οι γυναίκες που κουβαλάνε μαζί τους προφυλακτικά είναι «εύκολες»*
 - *Ένας άντρας πρέπει να έχει την τελευταία λέξη για τις αποφάσεις στο σπίτι του.*
 - *Το να κάνεις μπάνιο τα παιδιά και η διατροφή τους είναι ευθύνη των μητέρων*
 - *Οι άνδρες και οι γυναίκες δεν μπορούν να είναι φίλοι.*
 - *Ο καλύτερος φίλος ενός άνδρα είναι ένας άλλος άνδρας.*
 - *Πριν συνάψω μια διαπροσωπική/σεξουαλική σχέση, πρέπει να συζητήσω με την συντρόφου μου το θέμα της αντισύλληψης.*
 - *Θα πρέπει να μιλήσω ανοιχτά με την/ον σύντροφό μου για τη σεξουαλική υγεία (πρόληψη των ΣΜΝ).*
 - *Ως άνδρας πρέπει να αναζητώ τακτικά έναν γιατρό και να ελέγχω τη σεξουαλική μου υγεία.*
 - *Η γυναίκα είναι υπεύθυνη για την αντισύλληψη και την πρόληψη της εγκυμοσύνης.*

Διευκολύνετε μια συζήτηση αναφορικά με το γιατί επέλεξαν την απάντηση που έδωσαν μετά από κάθε ερώτηση. Χρησιμοποιήστε την ερώτηση για να ανακαλύψετε σε περισσότερο βάθος τα υποκείμενα ζητήματα. Μετά από μία σύντομη συζήτηση, ρωτήστε τους συμμετέχοντες εάν θα ήθελαν να αλλάξουν τη θέση τους ή αν κάποιος θέλει να πείσει τα άτομα που βρίσκονται σε μία άλλη γωνία να αλλάξουν θέση.

Κοινότητα και κοινωνία:

«Ο μύθος για την παρθενιά»

Αναστοχαστείτε / συζητήστε αυτές τις ερωτήσεις:

- Τι μας κάνει να πιστεύουμε ότι η αξία μιας γυναίκας βασίζεται στην παρθενιά της;
- Γιατί η παρθενιά συμβολίζει την αγνότητα; Συζητήστε τους όρους της αγνότητας/καθαρότητας εκτός από την παρθενιά.

Μια αγνή/καθαρή πράξη μπορεί να είναι για παράδειγμα: Μια πράξη καλοσύνης, η αγάπη ενός παιδιού, η αγκαλιά από έναν φίλο, η φιλία με ένα ζώο κ.λπ. Ζητήστε από την ομάδα να απαντήσουν κυκλικά: Πώς μπορούν όλες οι προαναφερθείσες πτυχές να περιγράφονται με την ίδια λέξη που περιγράφεται η κοινωνικά επιβαλλόμενη παρθενιά μιας γυναίκας;

«Η δύναμη της σεξουαλικής αυτοδιάθεσης»

Τοποθετήστε δύο post-its στον πίνακα. Στο ένα θα αναγράφεται, «πράγματα που θέλω για το σώμα μου/τη σεξουαλικότητα μου/την ερωτική μου ζωή» και στο άλλο «πώς θέλει η κοινωνία να είναι το σώμα μου/η σεξουαλικότητα μου/η ερωτική μου ζωή».

Αφήστε τους συμμετέχοντες να εκφράσουν τις δικές τους απαντήσεις τοποθετώντας post-its στον πίνακα.

Συζητήστε τις απαντήσεις των συμμετεχόντων και προσθέστε τις ακόλουθες προτάσεις για αναστοχασμό/συζήτηση:

- Θέλω να αποφασίζω εγώ τι είναι καλύτερο για το σώμα μου
- Η σεξουαλική μου ζωή/σεξουαλικότητα/σχέση μου είναι προσωπικό μου ζήτημα και δεν αφορά την οικογένεια ή την κοινότητα μου
- Είμαι κυρίαρχος/η του σώματος μου
- Πρέπει να ζούμε σύμφωνα με τις δικές μας επιθυμίες και όχι βάσει αυτού που θέλει η κοινωνία από εμάς

Πατρότητα

Inner child journey:

- Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να καθίσουν σε μια άνετη θέση (για παράδειγμα θέση διαλογισμού. Τα μαξιλάρια μπορούν να τοποθετηθούν στο έδαφος.)
- Κάντε μερικές ασκήσεις αναπνοής με τους συμμετέχοντες.
- Διαβάστε ένα κείμενο σχετικά με το **inner child journey**.
- Δώστε στους συμμετέχοντες μια στιγμή ηρεμίας/ σιωπής. Μετά συνεχίστε αμέσως με την επόμενη άσκηση.

Εργασία ενσυναίσθησης:

Δώστε στυλό και χαρτί στους συμμετέχοντες. Ζητήστε τους να γράψουν:

- Ένα γράμμα προς τον γιο/την κόρη
- Ένα γράμμα στον πατέρα μου

Ζητήστε από όσους συμμετέχοντες θέλουν να διαβάσουν τα γράμματα.

Συζητήστε: *Πώς σας κάνει να αισθάνεστε αυτό; Πώς μπορούμε να οικοδομήσουμε γέφυρες με τα παιδιά μας;*

Ενημερωτική συνεδρία για την προστασία των παιδιών στην Ευρώπη

- Παρουσιάστε μια παρουσίαση power point για την προστασία των παιδιών στην Ευρώπη
- Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να προτείνουν εναλλακτικές λύσεις για την πειθαρχία ενός παιδιού πέρα από τη βία. Συλλέξτε όλες τις απαντήσεις και παρουσιάστε τις στον πίνακα.
- Συζητήστε τις συνέπειες της κακοποίησης των παιδιών. Ρωτήστε σε κύκλο: Πώς μπορούμε να οικοδομήσουμε μια σχέση εμπιστοσύνης με τα παιδιά μας;
- Εξηγήστε την έννοια της δυαδικότητας: τα παιδιά που μεγαλώνουν στην Ευρώπη με μεταναστευτικό υπόβαθρο συχνά αντιμετωπίζουν κρίση ταυτότητας. Παραθέστε παραδείγματα γιατί χρειάζονται κατανόηση/ενσυναίσθηση. Πώς μπορούμε να διατηρήσουμε την κουλτούρα μας, αλλά μετά τα παιδιά μας βρίσκουν και το δικό τους τρόπο;
- Συζητήστε: Ποιοι είναι οι φόβοι σας; Παραδείγματα θα μπορούσαν να είναι:
 - Τα παιδιά μας χάνουν τη σύνδεσή τους με τις ρίζες τους.
 - Ότι τα παιδιά μας ενεργούν απερίσκεπτα και τραυματίζονται.
 - Ότι τα παιδιά μας λαμβάνουν δυτικά χαρακτηριστικά που θεωρούμε επιβλαβή.
 - Ότι τα παιδιά μας δεν θα μπορέσουν ποτέ να ενταχθούν πλήρως.
 - Ότι τα παιδιά μας δεν θα αποκτήσουν καλή εκπαίδευση
 - Σκεφτείτε συλλογικά τρόπους για το πώς μπορούν να ξεπεράσουν αυτούς τους φόβους.

Δραστηριότητα «Ζώντας μέσα από το παιδί σας»

Οι συμμετέχοντες μπορούν να γράψουν σε χαρτί τα ακόλουθα:

- «Τι θα θέλατε να είχαν κάνει οι γονείς σας για εσάς;»
- «Τι θέλετε για το παιδί σας;»

Συγκρίνετε αυτές τις απαντήσεις και αναστοχαστείτε πάνω σε αυτές.

Ρωτήστε σε έναν κύκλο αναστοχασμού/συζήτησης:

- *Πώς μπορώ να δώσω στο παιδί μου περισσότερη ελευθερία να αναπτυχθεί και να γίνει το άτομο που επιθυμεί;*

Συμπεράσματα

Ξεκινήστε έναν γύρο σχολίων και καλέστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τη μαθησιακή τους εμπειρία:

- *Ποιες είναι οι πιο πολύτιμες ιδέες ή πληροφορίες που λαμβάνετε από αυτήν την ενότητα;*
- *Ποιες προκλήσεις αναμένεται να αντιμετωπίσετε κατά την εφαρμογή των ικανοτήτων που έχετε αναπτύξει σε αυτήν την ενότητα;*
- *Ποια οφέλη περιμένετε;*

Εκπαιδευτικό Υλικό

- Flipcharts και πίνακας
- Μαρκαδόροι
- Προβολέα
- Post-its
- Ηλεκτρονικό Υπολογιστή
- Οπτικοακουστικό υλικό (βίντεο) για να εξηγήσετε τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες
- Ενημερωτικά φυλλάδια για υπηρεσίες
- Μαξιλάρια

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

- Η ικανότητα διάκρισης μεταξύ των κοινωνικών νορμών/προσδοκιών και της σεξουαλικής αυτοδιάθεσης.
- Γνώσεις σχετικά με τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες, τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση και τις υπηρεσίες υγείας.

- Γνώση σχετικά με το πώς να συμπεριφέρονται με σεβασμό/να προσεγγίζουν τις γυναίκες* εντός και εκτός των σχέσεων
- Κατανόηση της συναίνεσης και των νομικών συνεπειών όταν δεν τηρείται στην Ευρώπη
- Κατανόηση της νομοθεσίας για την προστασία των παιδιών
- Κατανόηση της πειθαρχίας των παιδιών χωρίς τη χρήση βίας
- Δεξιότητες για το πώς να αντιμετωπίζουν τα παιδιά με ενσυναίσθηση
- Επισκόπηση και κατανόηση των σεξουαλικών δικαιωμάτων στην Ευρωπαϊκή Ένωση

Δεξιότητες

Δεξιότητες αναστοχασμού, ικανότητα αμφισβήτησης κοινωνικά κατασκευασμένων κανόνων, δεσμός πατέρα-παιδιού

Γνώση

Ενημέρωση σχετικά με τις υπηρεσίες σεξουαλικής υγείας, κατανόηση του νοήματος και της σημασίας της συγκατάθεσης, κατανόηση των κατάλληλων συμπεριφορών προς τις γυναίκες

Στάσεις

Να είναι πιο ανοιχτοί στη σεξουαλική αυτοδιάθεση, να αποδεσμευτούν από τον φόβο του στίγματος κατά την αναζήτηση υπηρεσιών, να σέβονται περισσότερο και να κατανοούν τα σεξουαλικά όρια των γυναικών*, να κατακτήσουν την ενσυναίσθηση και την υπομονή απέναντι στα παιδιά.

Σχόλια και Συστάσεις

- Να είστε σαφείς σχετικά με τα δικαιώματα εμπιστευτικότητας των συμμετεχόντων: Το θέμα της σεξουαλικής υγείας είναι ένα θέμα για το οποίο μπορεί να υπάρχει απροθυμία για συζήτηση λόγω κουλτούρα, και γι 'αυτό είναι σημαντικό να διαβεβαιώσετε στους συμμετέχοντες ότι οι πληροφορίες και οι πληροφορίες τους δεν θα μεταβιβαστούν.
- Ενημερώστε τους συμμετέχοντες για τις υπηρεσίες δίνοντας φυλλάδια. Δώστε τους μια κατανοητή επισκόπηση σχετικά με τις υπηρεσίες σεξουαλικής υγείας.
- Βεβαιωθείτε ότι ο/η διερμηνέας γνωρίζει καλά και έχει εμπειρία με λεξιλόγιο που αφορά στη σεξουαλικότητα. Ειδικά στα Φαρσί και στα Αραβικά, η γλώσσα περιορίζεται στο σεξ και τη σεξουαλική υγεία.
- Σεβαστείτε τα όρια και τα πολιτισμικά τους εμπόδια.
- Χρησιμοποιήστε ένα PowerPoint για να δείξετε τον ορισμό των Σεξουαλικών Δικαιωμάτων, σύμφωνα με τον ΠΟΥ

Προσαρμογή και παραλλαγή

Αυτή η ενότητα δεν απαιτεί φυσική παρουσία, ούτε και οι εφαρμοσμένες μέθοδοι. Επομένως, θα μπορούσαν να πραγματοποιηθούν μέσω διαδικτυακών/ψηφιακών εργαστηρίων. Θα μπορούσατε να πραγματοποιηθεί μέσω διαδικτυακής παρουσίασης power point. Συλλέξτε τις απαντήσεις των συμμετεχόντων σε ένα ηλεκτρονικό φύλλο ή μια ζωντανή παρουσίαση.

Σχετικά με τους κύκλους της σεξουαλικότητας, αντί να τοποθετήσετε τα χαρτιά στο πάτωμα, συλλέξτε τις απαντήσεις σε ένα ηλεκτρονικό φύλλο (εάν είναι δυνατόν, συμπεριλαμβανομένων των απεικονίσεων των ορισμών και των εικόνων των κύκλων σεξουαλικότητας) και μοιραστείτε τα με τους συμμετέχοντες.

Σχετικά με τη δραστηριότητα για τις φιλικές και συντροφικές σχέσεις, αντί να δημιουργήσετε γωνίες, συλλέξτε τις απαντήσεις (συμφωνώ/διαφωνώ) σε ένα ηλεκτρονικό φύλλο

Πηγές

- Immigration controls, the family and the welfare state Cohen S (Jessica Kingsley Publishers, 2004) A handbook of law, theory, politics and practice for local authority, voluntary sector and welfare state workers and legal advisors.
- Sexual health training course for interpreters, Briddon D et al (Newcastle Interpreting Service, Newcastle PCT, 2005) Student handbook, training pack and teaching materials on sexual health. Available from www.newcastlepct.nhs.uk
- Exploring ethnicity and sexual health. A qualitative study of the sexual attitudes and lifestyles of five ethnic minority communities in Camden and Islington Elam G et al (National Centre for Social Research, 1999) A qualitative study looking at sexual attitudes and behaviours among Jamaican, Black African and South Asian people living in North London. Available from www.natcen.ac.uk
- Elam G and Fenton K, 'Researching sensitive issues and ethnicity: lessons from sexual health', Ethnicity and Health, vol 8, no 1 (2003), 15–27. Available from www.tandf.co.uk
- Faith, values and sex and relationships education Blake S and Katrak Z (PSHE and citizenship spotlight series, Sex Education Forum, National Children's Bureau, 2002)
- <https://www.care.org>
- <https://advocatesforyouth.org/>

5. Ενότητα: Αυτοφροντίδα

Διάρκεια

Περίπου 4 μονάδες

Θεματικές

Αυτοφροντίδα, συναισθήματα, αρρενωπότητα της φροντίδας, ψυχική υγεία

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

Η ενότητα έχει τρεις στόχους:

1. Οι εμπειρίες των αισθημάτων της αδυναμίας και της ανικανότητας πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη. Οι συμμετέχοντες πρέπει να συνειδητοποιήσουν ότι αυτά τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν έντονα τις ενέργειες και τις αντιδράσεις και ενδεχομένως να οδηγήσουν σε βία. Η ομάδα πρέπει να αναστοχαστεί ποιες εμπειρίες αδυναμίας και ανικανότητας κουβαλούν από την ιστορία της ζωής τους και τι τους βοήθησε.
2. Πληροφορίες για τις αντιδράσεις και τις ψυχολογικές δυσκολίες/επιβαρύνσεις που μπορεί να βιώσουν οι άνθρωποι μετά από τραυματικές εμπειρίες. Η επίγνωση ότι αυτές μπορεί να είναι φυσιολογικές αντιδράσεις σε δύσκολα γεγονότα θα πρέπει να βοηθήσει στην ανακούφιση αυτών που έχουν επηρεαστεί. Στόχος είναι επίσης η ανταλλαγή πληροφοριών σχετικά με τις στρατηγικές αντιμετώπισης μετά από τραυματικές εμπειρίες, ώστε να αποφευχθεί η αντιμετώπιση των αντιδράσεων τους ως ασήμαντες.
3. Αναστοχασμός σχετικά με τις προσδοκίες που αφορούν τους έμφυλους ρόλους (παραδοσιακή αρρενωπότητα) και της πραγματικής (εφικτής) αρρενωπότητας (αρρενωπότητα της φροντίδας).

Αναλυτική Περιγραφή

Εισαγωγή

Το να είναι κανείς άνδρας* στην κοινωνία μας δεν σημαίνει μόνο να έχει και να δείχνει ένα ανδρικό σώμα, αλλά και να παίρνει μια συγκεκριμένη θέση ως άνδρας. Μερικές φορές αυτό μπορεί να σημαίνει ότι οι άνδρες παίρνουν απόσταση από πράγματα που σχετίζονται με τις γυναίκες (π.χ. οι δουλειές του σπιτιού, να σπρώχνουν το καράτσι του μωρού, ή ακόμα και αυτο-φροντίδα). Να φαίνονται αρρενωποί - τι σημαίνει αυτό; Να είναι άτρωτοι; Να είναι ένας ατρόμητος, με αυτοπεποίθηση και θαρραλέος άνδρας; Αυτές και παρόμοιες προσδοκίες που σχετίζονται με το να είναι κανείς άνδρας θέτουν υψηλά τον πήχη - μερικές φορές ανέφικτα ψηλά. Η μη ικανοποίηση αυτών των προσδοκιών μπορεί να οδηγήσει σε αβεβαιότητα και δύσκολα κανείς μιλά για αυτό. Αντίθετα, πολλοί άνδρες

επιβιβαιώνουν την αρρενωπότητά τους στον εαυτό τους και στους άλλους - μερικές φορές παίρνοντας ρίσκα που θα μπορούσαν να θέσουν σε κίνδυνο τη ζωή τους. Για τους άνδρες αυτό μπορεί επίσης να γίνει απειλητικό εάν η «αρρενωπότητα» επιβιβαιώνεται π.χ. από τη βία.

Ο περιορισμός και ο φόβος της αντίληψης, της παρουσίασης και της διαβίωσης των αναγκών κάποιου είναι πολύ υψηλός, ειδικά υπό τις απαιτήσεις των παραδοσιακών εννοιών της αρρενωπότητας, όπως δείχνει η έρευνα. Η πίεση για συμμόρφωση με ορισμένες εικόνες της παραδοσιακής αρρενωπότητας μπορεί να οδηγήσει σε έλλειψη κοινωνικών δεξιοτήτων αντιμετωπίζοντας τους εαυτού τους και τους άλλους. Αυτό μπορεί να φανεί, για παράδειγμα, στην αδυναμία οικοδόμησης μόνιμων φιλιών και σχέσεων, αναζήτησης βοήθειας, παραδοχής της ανάγκης για βοήθεια, να υποστηρίξει κανείς τον εαυτό του στη ζωή σύμφωνα με τις επιθυμίες του και πολλά άλλα. **Αντ' αυτού, η αλαζονεία και η υπεκφεύγουσα συμπεριφορά εμφανίζονται σε ομάδες αγοριών/ανδρών*.**

Η αρρενωπότητα της φροντίδας δημιουργεί ευκαιρίες για τους άνδρες* να εμβαθύνουν στις σχέσεις φροντίδας με άλλους και συμβάλλει σε πιο υγιή και πιο φροντιστική κοινωνία. Αυτό έχει θετικές επιπτώσεις για τους άνδρες*, καθώς και για την υφιστάμενη τάξη των φύλων και στο έργο για την ισότητα των φύλων.

Άσκηση/Μέθοδος: «Χωρί θυμού» (Μέθοδος 5.1)

- Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να αναφέρουν όλα τα συναισθήματα που τους έρχονται στο μυαλό.
- Εάν οι συμμετέχοντες δυσκολεύονται να κατονομάσουν γενικά αισθήματα / συναισθήματα, μπορούν επίσης να αναφέρουν τις προσωπικές τους εμπειρίες
 - Πώς αισθάνεστε όταν απογοητεύεστε από έναν φίλο;
 - Πώς αισθάνεστε όταν διαφωνείτε με ένα άλλο άτομο;
 - Πώς αισθάνεστε για τα τρέχοντα νομικά και συμμετοχικά σου δικαιώματα ως πρόσφυγες;
 - Ποια ήταν τα συναισθήματά σας κατά τη διάρκεια του ταξιδιού μετανάστευσης;

(Υπενθύμιση: Είναι δύσκολο να εξισορροπήσετε μια ρητή αναγνώριση της εμπειρίας των μεταναστών και των προσφύγων, αλλά μην εμβαθύνετε πάρα πολύ στα συναισθήματα και μην προκαλέσετε τίποτα. Μείνετε στην επιφάνεια αυτών των εμπειριών!)

- Γράψτε τα συναισθήματα στο flip chart στο οποίο έχετε σχεδιάσει ένα χωνί θυμού. Τα συναισθήματα γράφονται στο χωνί. Έξω από το χωνί σημειώνονται όλοι οι περιορισμοί που πρέπει να πληρεί ένας «πραγματικός άνδρας».

Οι άνδρες έρχονται αντιμέτωποι από νεαρή ηλικία με εξαναγκασμούς και προσδοκίες που λένε ότι οι άνδρες δεν πρέπει να είναι «αδύναμοι» ή «δειλοί» και ότι οι πραγματικοί άνδρες δεν πρέπει να κλαίνε, αλλά πρέπει πάντα να είναι σκληροί τύποι και μάτσο. Το χωνί δείχνει ότι πολλά συναισθήματα στην καθημερινή ζωή δεν αναγνωρίζονται και ως εκ τούτου αγνοούνται και ότι τα καταπιεσμένα συναισθήματα ξεφεύγουν μόνο από το στενό λαιμό του χωνιού με τη μορφή θυμού ή οργής. Με αυτόν τον τρόπο οι συμμετέχοντες μαθαίνουν ότι οι περισσότεροι άντρες έχουν διδαχθεί να ξεχνούν τα συναισθήματα τους, να τα καταπιέζουν ή να ντρέπονται γι' αυτά.

Ειδικά, όταν οι άντρες αισθάνονται αβοήθητοι ή ανίσχυροι, οι παραδοσιακές έννοιες της αρρενωπότητας τους λένε να το ξεπεράσουν αγνοώντας ή σβήνοντας αυτά τα συναισθήματα.

Αυτοφροντίδα και Αδυναμία

Η αδυναμία και η ανικανότητα είναι κάτι που μπορούμε να βιώσουμε όταν αντιμετωπίζουμε καταστάσεις όπου δεν μπορούμε να βρούμε λύσεις για τα προβλήματά μας, όταν βιώνουμε πράγματα που δεν μας είναι οικεία, όταν δεν μπορούμε να υπερασπιστούμε ή να προστατέψουμε τον εαυτό μας, όταν απλά δεν ξέρουμε τι να κάνουμε.

Για παράδειγμα, οι άνθρωποι μπορούν να αισθάνονται αδυναμία όταν:

- κάποιος/κάτι τους εμποδίζει από το να κάνουν αυτό που θέλουν...
- δεν τους ακούν ή δεν τους κατανοούν οι άλλοι
- δεν μπορούν να καταλάβουν τι συμβαίνει γύρω τους
- νιώθουν ανυπεράσπιστοι
- προσβάλλονται ή υποτιμούνται
- αντιμετωπίζονται με άδικο τρόπο
- εξαιρούνται
- και πολλά ακόμη ...

Οι άνθρωποι μπορεί να αισθάνονται ανίσχυροι και αβοήθητοι όταν εκτίθενται σε απρόβλεπτες καταστάσεις. Οι άνθρωποι μπορεί να αντιδράσουν πολύ διαφορετικούς τρόπους όταν αισθάνονται ανίσχυροι και αβοήθητο.

Ανατρέξτε στο flipchart. Πριν από τη συνεδρία, σχεδιάστε τις φιγούρες σε ένα φύλλο του flipchart, οι οποίες υποδεικνύονται στην περιγραφή του υλικού (δείτε παρακάτω).

Αυτά είναι παραδείγματα καταστάσεων στις οποίες μπορεί κανείς να βιώσει ανίσχυρος:

- *Ένας πατέρας μπορεί να αισθανθεί αβοήθητος όταν το παιδί του είναι λυπημένο, προσπαθεί τα πάντα για να το παρηγορήσει, αλλά τίποτα δεν βοηθά.*
- *Ένας άνδρας μπορεί να αισθανθεί αβοήθητος όταν η γυναίκα του δεν θέλει να εκπληρώσει τις προσδοκίες του.*
- *Ένας πρόσφυγας μπορεί να αισθάνεται ανίσχυρος όταν σκέφτεται για το μέλλον, το οποίο είναι αβέβαιο, χωρίς να γνωρίζει πότε θα γίνει τελικά η «συνέντευξη για το άσυλο» ή ποιά θα είναι η κατάληξη της διαδικασίας ασύλου.*
- *Σε περιόδους πολέμου, οι άνθρωποι μπορούν να αισθάνονται ανίσχυροι, γιατί δεν γνωρίζουν ποτέ πότε θα γίνουν επιθέσεις ή θα επιτεθούν τρομοκρατικές ομάδες.*

Το πρώτο πράγμα που θέλουμε να τονίσουμε είναι ότι οι άνθρωποι συνήθως μπορούν να προσαρμοστούν σε καταστάσεις (ανθεκτικότητα). Αφού βιώσει φόβο, πόνο ή θλίψη, ένα άτομο νιώθει ότι μετά από λίγο καιρό οι αντιδράσεις υποχωρούν ή εξαφανίζονται. Πολλοί επίσης νιώθουν ότι μπορούν να εκτιμήσουν τα θετικά πράγματα πολύ αργότερα αφότου έχουν βιώσει βλαβερές και κακές εμπειρίες.

Είναι απολύτως φυσιολογικό οι άνθρωποι να αντιδρούν σε δραματικά / τρομερά γεγονότα με απροσδόκητο τρόπο. The body and brain store and process a lot of senses in such situations. Το σώμα και ο εγκέφαλος αποθηκεύουν και επεξεργάζονται πολλές αισθήσεις σε τέτοιες καταστάσεις. Αυτό συμβαίνει ώστε να μπορέσουμε να προστατεύσουμε τον εαυτό μας ταχύτερα εάν βρεθούμε ξανά σε μια τέτοια κατάσταση. Όταν αργότερα βιώνουμε κάτι που μας θυμίζει τη δραματική εμπειρία, το σώμα μπορεί να αντιδράσει παίρνοντας μια προστατευτική στάση. Μικρά πράγματα μπορεί να προκαλέσουν αντιδράσεις στο σώμα ή μνήμες αυτών των εμπειριών. Για παράδειγμα, ο ήχος των σειρήνων, ο ήχος των αεροπλάνων ή των ελικοπτέρων, η μυρωδιά του καπνού κ.λπ. Μερικοί άνθρωποι βιώνουν το σώμα τους να βρίσκεται συνεχώς σε προστατευτική στάση. Ακόμη και κατά τη διάρκεια του ύπνου έχουν εφιάλτες σχετικούς με τις εμπειρίες. Μερικοί άνθρωποι βιώνουν επίσης την επιστροφή των αναμνήσεων κατά τη διάρκεια της ημέρας και νιώθουν σα να τις βλέπουν όπως μια ταινία που παίζεται μπροστά στα μάτια τους. Οι

άνθρωποι αρχίζουν να τρέμουν και να ιδρώνουν, να έχουν δύσπνοια ή αίσθημα παλμών, να αγχώνονται ή να πανικοβάλλονται.

Οι άνθρωποι που βιώνουν τέτοιες αντιδράσεις συχνά θέλουν να αποφύγουν τις αναμνήσεις. Εάν συμβεί αυτό, το άτομο μπορεί να φαίνεται απών και να μην μπορεί να παρακολουθεί τι συμβαίνει γύρω του. Άλλοι μπορεί να γίνουν επιθετικοί ή βίαιοι εναντίον των ανθρώπων γύρω τους ή εναντίον του ίδιου του εαυτού τους.

Εάν έχουμε τέτοιες αντιδράσεις, αυτό δεν αποτελεί ένδειξη ότι είμαστε "τρελοί". It is normal to react to dramatic events in life. Είναι φυσιολογικό να αντιδρούμε σε δραματικά γεγονότα στη ζωή. Εάν έχουμε αυτές τις αντιδράσεις για μεγάλο χρονικό διάστημα και δεν εξαφανιστούν μόνες τους, συνιστάται να ζητήσουμε βοήθεια από άτομα που έχουν εμπειρία σε αυτό (συμβουλευτικά κέντρα). Μπορούμε να μάθουμε να το αντιμετωπίζουμε. Η φαρμακευτική αγωγή μπορεί να βοηθήσει, αλλά δεν μπορούν να διαγράψουν την εμπειρία.

Άσκηση/Μέθοδος

Σε αυτή την άσκηση ζητήστε από την ομάδα να σκεφτεί πώς αντιμετωπίζουν το αίσθημα αδυναμίας ή ανικανότητας που βιώνουν στη ζωή τους.

- Έχουν περίπου δέκα λεπτά για να σκεφτούν τα παρακάτω:
 - *Τι σημαίνει αδυναμία ή ανικανότητα για εμένα;*
 - *Πότε ένιωσα αδύναμος ή ανίσχυρος;*
 - *Έχω νιώσει ποτέ να χάνω τον έλεγχο ή να είμαι τρελός/η;*
 - *Τι μου προκάλεσε αυτό;*
 - *Τι έχω κάνει γι 'αυτό;*
 - *Τι με βοήθησε; Τι ήταν χρήσιμο;*
- Θα βοηθούσε να γράψετε τις ερωτήσεις στο flipchart για να τις δουν όλοι και ο διερμηνέας να τις γράψει στην μητρική γλώσσα των συμμετεχόντων.
- Αφήστε τους συμμετέχοντες να το σκεφτούν και, στη συνέχεια, επιστρέψτε στον γύρο συζήτησης: «*Τώρα σας ζητάμε να μοιραστείτε με όλους όσα σας ήρθαν στο μυαλό. Δεν χρειάζεται να πείτε πράγματα που δεν θέλετε να πείτε.*»

Αναστοχασμός/Συζήτηση

Τώρα συζητήστε με την ομάδα εάν μπορούμε να κάνουμε κάτι όταν αισθανόμαστε ανίσχυροι και αβοήθητοι:

- *Τι κάνετε για να αντιμετωπίσετε την ανισχυρότητα, την αδυναμία και τις κακές αναμνήσεις;*
- *Τι σας βοηθάει;*
- *Τι το κάνει χειρότερο;*
- *Πώς μπορείτε να βοηθήσετε άτομα που αισθάνονται αυτά τα συναισθήματα;*
- *Τι σας βοηθά να ζείτε με τις αναμνήσεις;*
- *Τι κάνεις στην καθημερινή σας ζωή;*
- *Τι σας δίνει ενέργεια και τι σας βοηθά να κάνετε μια ζωή που αξίζει να ζει κανείς;*

Στόχος αυτών των μεθόδων είναι η ενίσχυση στρατηγικών για την αντιμετώπιση αυτών των καταστάσεων. Εάν οι συμμετέχοντες δεν ξέρουν τι να πουν σχετικά με το πώς το αντιμετωπίζουν στην καθημερινή τους ζωή, είναι καλό εσείς ως διευκολυντές να κάνετε προτάσεις για το πώς να το κάνουν αυτό: π.χ. υγιεινή διατροφή, αρκετός ύπνος, σωματική δραστηριότητα, συζήτηση, κοινωνικοποίηση, μουσική, επαγγελματική βοήθεια.

Προαιρετική Άσκηση / Μέθοδος: «Πιάνο Αυτοφροντίδας» (Μέθοδος 5.2)

Εκτός από την προηγούμενη μέθοδο και τον γύρο αναστοχασμού, αυτή η άσκηση βοηθά στην απεικόνιση των διαφόρων στρατηγικών σε σχήμα πιάνου.

- Μοιράστε τα ασπρόμαυρα πλήκτρα πιάνου τυπωμένα σε χαρτί.
- Οι συμμετέχοντες καλούνται να γράψουν τις στρατηγικές αυτοφροντίδα που ακολουθούν στα λευκά πλήκτρα του πιάνου.
- Μόλις οι συμμετέχοντες σημειώσουν στα πλήκτρα, τοποθετείτε στη σειρά τα φύλλα χαρτιού με τη μορφή ενός μεγάλου πιάνου.
- Στη συνέχεια, όλες οι στρατηγικές συζητούνται (πιθανώς μεταφράζονται) και συλλέγονται σε ένα flipchart.

Η μέθοδος έχει ως στόχο να αγκαλιάσει την διαφορετικότητα αναφορικά με τις στρατηγικές αντιμετώπισης. Όποτε αισθάνονται αβοήθητοι ή ανίσχυροι, μπορούν να «παίξουν ένα διαφορετικό τραγούδι» στο πιάνο τους. Δεν χρειάζεται πάντα να πιέζουν τα ίδια πλήκτρα, αλλά να μάθουν νέες στρατηγικές αυτοφροντίδας από τους υπόλοιπους ή να ανακαλύψουν νέες μόνοι τους.

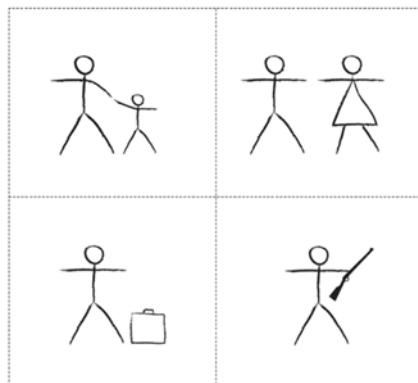
Συμπεράσματα

Ξεκινήστε έναν γύρο σχολίων και καλέστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τη μαθησιακή τους εμπειρία:

- Ποιες είναι οι πιο πολύτιμες ιδέες ή πληροφορίες που λαμβάνετε από αυτήν την ενότητα;
- Ποιες προκλήσεις αναμένεται να αντιμετωπίσετε κατά την εφαρμογή των ικανοτήτων που έχετε αναπτύξει σε αυτήν την ενότητα;
- Ποια οφέλη περιμένετε;

Εκπαιδευτικό Υλικό

Πριν από την ενότητα, σχεδιάστε τις φιγούρες σε ένα flipchart, οι οποίες φαίνονται παρακάτω. Αυτά είναι παραδείγματα καταστάσεων στις οποίες ενδέχεται να αισθανθούμε αδυναμία.



Εκτυπώστε τα πλήκτρα πιάνου και δώστε τα στην ομάδα. Παρέχετε στυλό και ένα flipchart.

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να μάθουν για τις τεχνικές και τις δυνατότητες σε ό,τι έχει να κάνει με την αυτοφροντίδα. Μπορούν να μάθουν από τους άλλους συμμετέχοντες ποιες στρατηγικές είναι χρήσιμες και ωφέλιμες. Μοιραζόμενοι τις εμπειρίες τους με δύσκολες καταστάσεις, μπορούν επίσης να αξιολογήσουν τη συζήτηση και την ακρόαση ως υποστηρικτικές παρεμβάσεις. Επιπλέον, οι συμμετέχοντες πρέπει να μάθουν γιατί η αυτοφροντίδα και η ευαισθητοποίηση σχετικά με θέματα ψυχικής υγείας είναι σημαντικά μέτρα για μια πιο υγιή ζωή.

Δεξιότητες

Ανταλλαγή εμπειριών, ακρόαση, συζήτηση για τα συναισθήματα, αναγνώριση δυνατοτήτων και πόρων

Γνώση

Ψυχική υγεία, συναισθήματα, μετατραυματικό στρες

Στάσεις

Αυτο-φροντίδα, μιλώντας για την ψυχική υγεία

Σχόλια και Συστάσεις

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ!

ΜΗΝ προσεγγίζεται σε βάθος τα γεγονότα που έχουν βιώσει οι συμμετέχοντες. Η συζήτηση θα πρέπει να παραμείνει σε επιφανειακό επίπεδο ώστε να αποτρέψει τους συμμετέχοντες από το να αγγίξουν το βιωμένο συναίσθημα. Αυτό θα μπορούσε να προκαλέσει σωματικές ή ψυχολογικές αντιδράσεις. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να λένε ΣΤΟΠ εάν νιώθουν ότι γίνεται υπερβολικό για αυτούς. Εάν κάποιος συμμετέχοντας παρουσιάσει πολύ έντονες αντιδράσεις, πρέπει να χρησιμοποιηθούν οι μέθοδοι αποσυμπίεσης που περιγράφονται στην ενότητα 5.4 ή να γίνει επαφή με κάποιο θεραπευτικό ίδρυμα (π.χ. μέσω των συνεργατών του δικτύου).

Προσαρμογή και παραλλαγή

Αυτή η ενότητα δεν απαιτεί φυσική παρουσία, ούτε και οι εφαρμοσμένες μέθοδοι. Επομένως, θα μπορούσαν να πραγματοποιηθούν μέσω διαδικτυακών/ψηφιακών εργαστηρίων.

Οι διευκολυντές μπορείτε να προετοιμάσετε μία εικόνα ενός χωνιού προκειμένου να οπτικοποιήσετε την καταπίεση των συναισθημάτων. Μπορείτε επίσης να συλλέξετε τις απαντήσεις των συμμετεχόντων σε ένα ηλεκτρονικό φύλλο ή μια ζωντανή παρουσίαση.

Όσον αφορά τη μέθοδο πιάνου, αντί να τοποθετηθούν τα χαρτιά στο πάτωμα, οι διευκολυντές μπορούν να συλλέξουν τις απαντήσεις σε ένα ηλεκτρονικό φύλλο (εάν είναι δυνατόν, συμπεριλαμβανομένης μιας απεικόνισης πλήκτρων πιάνου) και να τα μοιραστούν με τους συμμετέχοντες.

Πηγές

- Huber, M. (2003): Trauma und die Folgen, Teil 1, Junfermann., sowie Dies.: Wege der Traumabehandlung, Teil 2.
- Preitler, B. (2016): An ihrer Seite sein. Psychosoziale Betreuung von traumatisierten Flüchtlingen, StudienVerlag.
- Stadlbauer, J. & Scambor, E. (2019) Men Talk - Leitfaden für Dialogreihen mit männlichen Asylberechtigten, subsidiär Schutzberechtigten & Drittstaatsangehörigen in der Steiermark. Graz: VMG.
- Zito, D./ Martin, E. (2016): Umgang mit traumatisierten Flüchtlingen. Ein Leitfaden für Fachkräfte und Ehrenamtliche, BELTZ Juventa.

6. Ενότητα: Βία

Διάρκεια

Περίπου 4 μονάδες

Θεματικές

1. Κατανόηση και αναγνώριση της βίας
2. Μορφές βίας
3. Έμφυλη βία και σχετικές συμπεριφορές
4. Αναγνώριση των συνεπειών της έμφυλης βίας
5. Συνέπειες της έμφυλης βίας
6. Νομική προστασία από την έμφυλη βία

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

1. Η κατανόηση του τι είναι βία και η αναγνώριση των διάφορων μορφών βίας, των χαρακτηριστικών τους και των αλληλεξαρτήσεων
2. Η ενθάρρυνση του αναστοχασμού και του διαλόγου σχετικά με τις διάφορες μορφές της έμφυλης βίας και τη σχέση τους (σσ. Συμμετεχόντων) με αυτές
3. Η κατανόηση των ριζών και των εκδηλώσεων της έμφυλης βίας και του καταναγκαστικού ελέγχου
4. Η αναγνώριση των συνεπειών της βίας για τα θύματα και τους δράστες
5. Η κατανόηση ότι η χρήση βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και του σχετικού νομικού πλαισίου

Αναλυτική Περιγραφή

1. Κατανόηση της βίας (45 λεπτά)

Παρουσιάστε το θέμα «Τι είναι βία;» και ρωτήστε τους συμμετέχοντες εάν έχουν βιώσει ποτέ βία. Στη συνέχεια, εξηγήστε ότι η βία είναι μέρος της ζωής όλων - κατά την παιδική ηλικία, την εφηβεία, την ενηλικίωση. Προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να παρουσιάσουν μερικά προσωπικά παραδείγματα στα οποία υπήρξαν θύματα και έκαναν χρήση βίας. Προσπαθήστε να έχετε παραδείγματα από διαφορετικές περιόδους της ζωής τους (αλλά μην μπείτε σε λεπτομέρειες).

Παρουσιάστε ένα flip-chart με τον ορισμό της βίας (ΠΟΥ): *Η σκόπιμη χρήση σωματικής δύναμης ή εξουσίας, με μορφή απειλής ή πράξης, ενάντια στον εαυτό σε κάποιο άλλο πρόσωπο ή ενάντια σε μια ομάδα ή κοινότητα, η οποία είτε έχει ως αποτέλεσμα είτε αυξάνει τις πιθανότητες να επέλθει τραυματισμός, θάνατος, ψυχολογική βλάβη, καθυστέρηση στην ανάπτυξη ή αποστέρηση.*

Προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να σχολιάσουν εν συντομία το περιεχόμενο αυτού του ορισμού και να τον συνδέσουν με την προσωπική τους εμπειρία στην κοινότητα. Σημειώστε ότι αυτός ο ορισμός αφορά μόνο τη χρήση δύναμης ή εξουσίας.

Προχωρήστε στην κατανόηση της Έμφυλης Βίας. Παρουσιάστε με έναν σύντομο ορισμό της Έμφυλης Βίας και βασικά δεδομένα τα οποία δείχνουν ότι τα θύματα βίας στις συντροφικές σχέσεις, ιδιαίτερα της σοβαρής βίας, είναι συντριπτικά γυναίκες γεγονός το οποίο το καθιστά ένα έμφυλο φαινόμενο. Τα δεδομένα αναφέρονται σε παγκόσμια θυματοποίηση των γυναικών και των ανδρών, με περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τη σωματική και σεξουαλική βία. Τονίστε ότι η έμφυλη βία μπορεί να συμβεί σε διαφορετικά κοινωνικά περιβάλλοντα, αλλά ότι το μεγαλύτερο μέρος της αφορά τους συντρόφους και το οικογενειακό πλαίσιο.

Ωστόσο, ορισμένες βίαιες πράξεις μπορεί να είναι αποδεκτές (νόμιμες) ή μη αποδεκτές (παράνομες), ανάλογα με το νομικό πλαίσιο, τις κοινωνικές νόρμες και το ευρύτερο πλαίσιο. Για να βάλετε τους συμμετέχοντες σε μία διαδικασία αναστοχασμού σχετικά με αυτό, χρησιμοποιήστε 12 βινιέτες, καθεμία από τις οποίες θα είναι γραμμένο σε ξεχωριστό χαρτί στο flip-chart (Μέθοδος 6.1. - Κατανόηση της βίας). Αφού ο/η διερμηνέας διαβάσει δυνατά κάθε μία από τις βινιέτες, οι συμμετέχοντες σηκώνουν είτε ένα κόκκινο χαρτόνι (που σημαίνει: παράνομη, μη αποδεκτή, παράνομη βίαιη συμπεριφορά) είτε ένα πράσινο (νόμιμη, αποδεκτή χρήση βίας). Μετά από κάθε περίπτωση, δύο συμμετέχοντες καλούνται να εξηγήσουν την αντίθετη ή την ίδια αιτιολόγησή τους. Δώστε στους συμμετέχοντες τη σωστή απάντηση (π.χ. νομικά καθορισμένη προοπτική στη χώρα υποδοχής) και κάντε σχόλια.

2. Μορφές βίας (45 λεπτά)

Παρουσιάστε ένα flip-chart με λέξεις που ονομάζουν διαφορετικές μορφές βίας γραμμένες σε κύκλους: συστημική, σωματική, ψυχολογική βία και συναισθηματική κακοποίηση, οικονομική κακοποίηση, σεξουαλική και αναπαραγωγική βία (Μέθοδος 6.2. – Μορφές βίας). Μοιράστε ένα χαρτί όπου να αναφέρονται διαφορετικές συμπεριφορές κάτω από διαφορετικές μορφές βίας, έτσι ώστε οι συμμετέχοντες να μπορούν να ακολουθήσουν καλύτερα τον διευκολυντή και να πάρουν αυτήν τη λίστα μαζί τους μετά τη συνεδρία (Παράρτημα 6.2. – Μορφές βίας).

Παρουσιάστε εν συντομία κάθε μορφή βίας που δείχνει το flip-chart και κάντε αναφορές στο έγγραφο όπου αναφέρονται οι βίαιες συμπεριφορές.

Συστημική βία είναι εμπειρίες λόγω άνισων ευκαιριών στη ζωή των ανθρώπων οι οποίες προκύπτουν λόγω της προέλευσής τους, επειδή ανήκουν σε διαφορετικές ομάδες, επειδή είναι γυναίκες και άνδρες, νέοι και ηλικιωμένοι, ή λόγω του σεξουαλικού τους προσανατολισμού, επειδή είναι μετανάστες και **διαμμένων πληθυσμός**. Αντικατοπτρίζεται στη διαφορετική πρόσβαση σε πόρους και υπηρεσίες (εκπαίδευση, θέσεις εργασίας, υγεία, κοινωνικές παροχές) ή στην άνιση και υποτιμητική μεταχείριση (διακρίσεις, άνιση αμοιβή για την ίδια εργασία, ευκαιρίες ανέλιξης, κοινωνική απόρριψη και απομόνωση, προσβολές).

Προσκαλέστε καθέναν/μία από τους συμμετέχοντες να ονομάσουν ένα παράδειγμα συστημικής βίας που έχουν βιώσει αυτοί ή η οικογένειά τους στη χώρα υποδοχής. Αφού ακούσετε αυτά τα παραδείγματα, πάρτε μια ξεκάθαρη στάση καταγγέλλοντας τέτοιες περιπτώσεις, εκφράστε τη συμπόνια σας και ζητήστε συγγνώμη εκ μέρους των μελών της κοινότητας υποδοχής.

Σωματική βία είναι η πιο συχνή όταν μιλάμε για βία. Περιλαμβάνει σωματικές πράξεις με τις οποίες απειλείται, περιορίζεται ή βλάπτεται ένα άλλο άτομο, π.χ. στόχευση με όπλο, κράτηση ατόμου περιορισμένο στη γωνία ενός δωματίου, χαστούκια, χτύπημα, κλωτσιές, τρύπημα, στραγγάλισμα, τράβηγμα μαλλιών, σβήσιμο τσιγάρων πάνω στο σώμα κάποιου ατόμου, μαχαίρωμα ή χρήση άλλων όπλων, κλείδωμα ενός ατόμου σε ένα δωμάτιο ή σπίτι, απομάκρυνση ενός ατόμου από το σπίτι κ.λπ. Ο περιορισμός ή η άρνηση τροφής, φροντίδας, ιατρικής βοήθειας είναι μορφές σωματικής κακοποίησης. Η σωματική βία μπορεί να κυμαίνεται σε επίπεδο σοβαρότητας από ελαφριά έως σοβαρή και επίσης έχει ψυχολογικές επιπτώσεις στο θύμα. Αυτή η μορφή βίας είναι ευκολότερο να αναγνωριστεί από άλλες μορφές και, εάν αφήσει σωματικά ίχνη, είναι ευκολότερο να τεκμηριωθεί σε ποινική έρευνα.

Η σωματική τιμωρία των παιδιών και άλλες μορφές ταπεινωτικής συμπεριφοράς προς τα παιδιά προκειμένου να πειθαρχήσουν.

Προσκαλέστε 2 με 3 συμμετέχοντες να μοιραστούν μαρτυρίες σωματικής βίας σε στενή σχέση.

Η ψυχολογική βία και η συναισθηματική κακοποίηση περιλαμβάνουν συμπεριφορές που προκαλούν φόβο και συναισθηματική δυσφορία στα θύματα, όπως απειλή, τρομοκρατία, προσβολή, υποτίμηση, παρενόχληση, εξαναγκασμός, αδιαφορία, εκβιασμός, κοινωνική

απομόνωση, καταδίωξη, έλεγχος, συνεχείς επιθέσεις στην αυτοεκτίμηση ενός ατόμου, καταστροφή αντικείμενα που είναι σημαντικά ή πολύτιμα για άλλους ανθρώπους, κοινοποίηση επαίσχυντων φωτογραφιών ενός ατόμου κ.λπ. Η ψυχολογική κακοποίηση συνήθως αυξάνεται σταδιακά με την πάροδο του χρόνου και μπορεί να κανονικοποιηθεί, έτσι ώστε τα θύματα να μην μπορούν να το αναγνωρίσουν. Μπορεί να επιδεινωθεί με την πάροδο του χρόνου και μπορεί να κλιμακωθεί σε σωματική κακοποίηση. Η απειλή της σωματικής βίας έχει, ιδιαίτερα όταν είχε συμβεί στο παρελθόν, μια ισχυρή ψυχολογική επίδραση στην άσκηση ελέγχου.

Η ψυχολογική και συναισθηματική κακοποίηση είναι μέρος του καταναγκαστικού ελέγχου που στοχεύει στον έλεγχο του άλλου ατόμου, συνήθως ενός οικείου συντρόφου, μέσω ενός μοτίβου προσβολών, απειλών, ταπείνωσης, εκφοβισμού και άλλων κακοποιήσεων, απομόνωσης από το υποστηρικτικό περιβάλλον, εκμετάλλευσης, στέρησης της ανεξαρτησίας και ρύθμιση της καθημερινής συμπεριφορά των θυμάτων. Χρησιμοποιείται από έναν δράστη για να υπονομεύσει την αυτονομία και την αυτοεκτίμηση του θύματος. Όταν έχει επιβληθεί υψηλό επίπεδο ελέγχου στο θύμα, οι συμπεριφορές μπορεί να φαίνονται αρκετά ανεπαίσθητες αν τις παρατηρεί κανείς από τα έξω. Ο φόβος που προκύπτει από προηγούμενη εμπειρία σωματικής βίας και η υπονόμηση της αυτοεκτίμησης μπορεί να είναι αρκετά για την άσκηση συνολικού ελέγχου πάνω στην/στον σύντροφο.

Προσκαλέστε 2 με 3 συμμετέχοντες να μοιραστούν μαρτυρίες ψυχολογικής βίας σε στενή σχέση.

Η οικονομική κακοποίηση αποτελεί έλεγχο της πρόσβασης ενός ατόμου σε οικονομικούς πόρους, καθιστώντας το οικονομικά εξαρτημένο, ανίκανο να υποστηρίξει τον εαυτό του, π.χ. άρνηση υλικών αγαθών, επιτρέπεται η πρόσβαση σε πολύ περιορισμένο χρηματικό ποσό, αυστηρός έλεγχος του τρόπου με τον οποίο ξοδεύονται τα χρήματα, εξαναγκασμός ενός ατόμου να ικετεύσει για τα χρήματα, παρεμπόδιση ενός ατόμου από την απασχόληση, άρνηση της πρόσβασης στα χρήματα που κερδίζει, παρεμπόδιση της πρόσβασης ενός ατόμου στην εκπαίδευση ή την κατάρτιση, δημιουργία χρεών στο όνομα ενός ατόμου. Αυτή η συνθήκη μπορεί με τον καιρό όλο και περισσότερο να ελέγχεται και να περιορίζεται με την πάροδο του χρόνου, δικαιολογημένο λέγοντας ότι ένα άτομο δεν είναι ικανό για οικονομική διαχείριση.

Προσκαλέστε τουλάχιστον έναν συμμετέχοντα να μοιραστεί μαρτυρία υλικής βίας μεταξύ των οικογενειών που γνωρίζουν.

Η σεξουαλική και αναπαραγωγική βία είναι συμπεριφορές που προσβάλλουν ή βλάπτουν κάποιον με σεξουαλικό τρόπο και περιλαμβάνουν ανεπιθύμητες σεξουαλικές δραστηριότητες ή την απειλή αυτών των δραστηριοτήτων, π.χ. ανεπιθύμητα σεξουαλικά σχόλια, ο εξαναγκασμός κάποιου/ας να εμπλακεί σε ανεπιθύμητες σεξουαλικές πράξεις, ταπεινωτικές παρατηρήσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα ενός ατόμου, σεξουαλική επαφή ενώ το άτομο κοιμάται ή δεν είναι σε θέση να δώσει τη συγκατάθεσή του, σκόπιμη μετάδοση μιας σεξουαλικά μεταδιδόμενης ασθένειας ή μη ενημέρωση του ατόμου για αυτόν τον κίνδυνο, εξαναγκασμός κάποιου να δει πορνογραφικό υλικό, εξαναγκασμός κάποιου να κάνει σεξουαλική φωτογράφιση, σεξουαλική επίθεση, χρήση βίας για την πραγματοποίηση της σεξουαλικής πράξης, βιασμός.

Αυτή η μορφή βίας περιλαμβάνει επίσης τον εξαναγκασμό στο πλαίσιο της αναπαραγωγικής υγείας, όπως το να μην επιτρέπεται στις γυναίκες να έχουν τον έλεγχο της αναπαραγωγικής τους αυτονομίας, η εγκυμοσύνη ενάντια στις επιθυμίες τους, η υπονόμηση της αντισύλληψης, ο εξαναγκασμός σε άμβλωση ή να μην επιτρέπεται σε γυναίκες να κάνουν άμβλωση.

Προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να συζητήσουν εάν αυτές οι συμπεριφορές θεωρούνται σεξουαλική βία στις χώρες τους.

3. Συμπεριφορές που σχετίζονται με την έμφυλη βία (45 λεπτά)

Προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν με τους υπόλοιπους ποια είναι η κυρίαρχη άποψη σχετικά με τη βία κατά των γυναικών και των κοριτσιών στις χώρες τους και σχετικά με τις συμπεριφορές που θεωρούνται αποδεκτές και μη αποδεκτές, ανεπίσημα και νομικά τιμωρητές. Ξέρουν τι ισχύει στη χώρα υποδοχής;

Παρουσιάστε το flip-chart όπου αναγράφονται 10 δηλώσεις σχετικά με τις συντροφικές σχέσεις οι οποίες αντικατοπτρίζουν συμπεριφορές που υποστηρίζουν την έμφυλη βία (αναφέρονται στη Μέθοδο 6.3. – Έμφυλη βία και σχετικές συμπεριφορές). Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να χρησιμοποιήσουν τα πράσινα και κόκκινα χαρτόνια για να δείξουν εάν συμφωνούν (πράσινο) με τη δήλωση ή όχι (κόκκινα). Ο/Η διερμηνέας διαβάζει κάθε μία δήλωση και οι συμμετέχοντες σηκώνουν την κατάλληλη κάρτα. Στη συνέχεια, ζητήστε από μερικούς συμμετέχοντες να εξηγήσουν την άποψή τους και να κάνουν τα κατάλληλα σχόλια, συμπεριλαμβανομένων διορθωτικών σχολίων (π.χ. νομικά καθορισμένη προοπτική στη χώρα υποδοχής).

Σε ένα flip-chart σχεδιάστε τον πίνακα για να σημειώσετε το εκτιμώμενο ποσοστό ευθύνης για τη βία ενός άνδρα και μιας γυναίκας σε κάθε κατάσταση (Παράρτημα 6.3.1.).

Μοιράστε το φυλλάδιο του παραρτήματος 6.3.2. – «Ποιος είναι υπεύθυνος για βίαιη πράξη;» σε όλους τους συμμετέχοντες. Αυτό το φυλλάδιο περιγράφει 5 καταστάσεις με ένα περιστατικό έμφυλης βίας. Αφού διαβάσουν την περιγραφή κάθε κατάστασης, οι συμμετέχοντες γράφουν την αξιολόγησή τους (σε ποσοστό, 0-100) κατά πόσο ήταν ένας άνδρας υπεύθυνος για τη βία και κατά πόσο ήταν η γυναίκα υπεύθυνη. Αφήστε τους συμμετέχοντες να καταλάβουν ότι σε κάθε μία περίπτωση η συμπεριφορά ενός άνδρα είναι η ίδια (φωνάζοντας στη γυναίκα και χτυπώντας την στο πρόσωπο), αλλά αλλάζει η περιγραφή της κατάστασης και της συμπεριφοράς της γυναίκας. Προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να δηλώσουν τα ποσοστά τους για καθένα από αυτά τα περιστατικά και για κάθε κατάσταση, τα οποία ο διαμεσολαβητής θα σημειώσει στο κατάλληλο πλαίσιο του πίνακα που θα ετοιμάσει στο flipchart. Συνήως, το ποσοστό ευθύνης του άνδρα (ο οποίος είναι βίαιος με τον ίδιο τρόπο σε όλες τις καταστάσεις) μειώνεται καθώς η γυναίκα απεικονίζεται ως χειρότερη μητέρα και σύντροφος.

Ο σκοπός αυτής της άσκησης είναι να δείξει ότι κάθε σύντροφος έχει την πλήρη ευθύνη να μην είναι βίαιος, ανεξάρτητα από την κατάσταση η οποία μπορεί να μην του αρέσει ή να αισθάνεται πρόκληση. Κάθε σύντροφος πρέπει να αποφύγει να είναι βίαιος και να βρει άλλους τρόπους για να γνωστοποιήσει τη δυσαρέσκεια ή τις ανάγκες του (που θα παρουσιαστούν στην Ενότητα 7).

4. Αναγνωρίζοντας την Έμφυλη Βία (15 λεπτά)

Ρωτήστε τους συμμετέχοντες εάν και πώς οι άνθρωποι στη χώρα καταγωγής τους αναγνωρίζουν την Έμφυλη Βία.

Στη συνέχεια, μοιράστε το φυλλάδιο που έχει 12 δηλώσεις που περιγράφουν ενδείξεις έμφυλης βίας (Παράρτημα 6.4. – Πως να αναγνωρίζεις την Έμφυλη Βία) και προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να σχολιάσουν και επίσης να προσθέσουν εάν σκέφτονται κάτι περισσότερο.

Να είστε προσεκτικός/η με σχόλια και παραδείγματα που θα δώσουν οι συμμετέχοντες τα οποία ενδέχεται να μειώσουν την έμφυλη διάσταση της βίας. Αυτή είναι η ευκαιρία να αντιμετωπίσουμε τις ρίζες της Έμφυλης Βίας όπως στηρίζονται στην πατριαρχική οικογένεια και στα κοινωνικά συστήματα.

Οι συμμετέχοντες παίρνουν τα φυλλάδια μαζί τους.

5. Συνέπειες της Έμφυλης Βίας (15 λεπτά)

Ρωτήστε τους συμμετέχοντες ποιες πιστεύουν ότι είναι οι συνέπειες της βίας σε μια οικογένεια, για τα θύματα, τα παιδιά, τους δράστες. Κρατήστε σημειώσεις πάνω στις απαντήσεις τους και αφού οι συμμετέχοντες ολοκληρώσουν, δείξτε τους το flip chart με τίτλο «Συνέπειες της Έμφυλης Βίας» με τα 5 κουτιά: Φυσική υγεία, Ψυχική υγεία, Συμπεριφορικές, Κοινωνικές, Οικονομικές (Μέθοδος 6.5. - Συνέπειες της Έμφυλης Βίας) και συνοψίστε τις απαντήσεις των συμμετεχόντων δείχνοντας στα κουτιά.

- Φυσική υγεία: μακροχρόνιες συνέπειες σωματικής υγείας λόγω τραυματισμών, αναπαραγωγική υγεία λόγω τραυματισμών, χρόνια κόπωση, γενικευμένος σωματικός πόνος, προβλήματα ακοής, χρόνιοι πονοκέφαλοι και αναπνευστικά προβλήματα, σωματική δυσπλασία και αναπηρία, ακράτεια.
- Ψυχική υγεία: φόβος, άγχος, κατάθλιψη, χαμηλή αυτοεκτίμηση, αίσθημα ντροπής, αυτο-κατηγορία και αποτυχία στη ζωή, αναδρομές, δυσκολίες συγκέντρωσης και διατήρησης της εστίασης, προβλήματα μνήμης, προβλήματα ύπνου και εφιάλτες, προβλήματα με τη συναισθηματική αυτορρύθμιση, απόπειρες αυτοκτονίας και αυτοτραυματισμού, απώλεια σεξουαλικής επιθυμίας, χρόνιες διαταραχές ψυχικής υγείας (30-60% των ψυχιατρικών ασθενών έχουν υποστεί σοβαρή ενδοοικογενειακή κακοποίηση). Δεν είναι μόνο τα θύματα που μπορεί να αναπτύξουν προβλήματα ψυχικής υγείας - η ψυχική υγεία των δράστών είναι πιο κακή σε σχέση με τον πληθυσμό.
- Συμπεριφορικές: διακοπή της επαφής με συγγενείς και φίλους, δυσπιστία προς τους ανθρώπους, παραμελημένη αυτο-φροντίδα, διατροφικές διαταραχές, υπερβολικό κάπνισμα, υπερβολική κατανάλωση καφέ και αλκοόλ, χρήση ναρκωτικών ουσιών, επιθετικές συμπεριφορές σε κοντινούς ανθρώπους.
- Κοινωνικές: εγκατάλειψη του σχολείου, χαμηλότερα εκπαιδευτικά επιτεύγματα, παιδιά που κινδυνεύουν να γίνουν θύματα ή δράστες ενδοοικογενειακής βίας, κοινωνική ντροπή και απομόνωση. Για τους δράστες οι συνέπειες μπορεί να περιλαμβάνουν φυλάκιση, απώλεια επαφής με παιδιά κ.λπ.
- Οικονομικές για την οικογένεια: εγκατάλειψη της δουλειάς, απόκτηση λιγότερων χρημάτων, συχνές και παρατεταμένες αναρρωτικές άδειες, φτώχεια. Για τους δράστες αυτό μπορεί να περιλαμβάνει απώλεια απασχόλησης, οικονομικές επιπτώσεις.

Στη συνέχεια μοιράστε το φυλλάδιο του Παραρτήματος 6.5. – Συνέπειες της Έμφυλης Βίας και ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σχολιάσουν εν συντομία, απαντώντας όπως απαιτείται. Παίρνουν το φυλλάδιο μαζί τους.

6. Νομικό πλαίσιο για την προστασία από τη βία (15 λεπτά)

Ρωτήστε τους συμμετέχοντες εάν γνωρίζουν πώς ρυθμίζεται νομικά η προστασία από τη βία στη χώρα υποδοχής, και ιδίως η βία στις στενές σχέσεις, οικογένεια και συντροφικές σχέσεις. Παρακολουθήστε τις απαντήσεις τους και κάντε σύντομες διευκρινίσεις όπως απαιτείται.

Στη συνέχεια, πραγματοποιήστε μια σύντομη επισκόπηση των αρχών στις οποίες βασίζεται το νομικό πλαίσιο στην ΕΕ. Αυτά περιλαμβάνουν: ισότητα μεταξύ των συντρόφων σε

δικαιώματα και ευθύνες, ίση ευθύνη έναντι των παιδιών, δικαίωμα σε ανεξάρτητες επαγγελματικές και οικονομικές αποφάσεις, δικαίωμα κτήσης προσωπικής ιδιοκτησίας και λήψη αποφάσεων σχετικά με αυτό, διατήρηση σχέσεων με συναδέλφους, φίλους, συγγενείς και μέλη της οικογένειας εκτός της συντροφικής σχέσης. Απαγορεύεται και τιμωρείται οποιαδήποτε μορφή βίας εναντίον του συντρόφου ή των παιδιών. Αποτελούν προτεραιότητα έναντι των γονικών επιθυμιών τα βέλτιστα συμφέροντα του παιδιού. Οι συμμετέχοντες καλούνται να σχολιάσουν και να ζητήσουν διευκρινίσεις από τον διαμεσολαβητή.

Στον τελευταίο κύκλο, εξηγούνται οι νομικές διαδικασίες σε περίπτωση έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας συμπεριλαμβανομένων των διαδικασιών στην αστυνομία και της ποινικής δίωξης, των υπηρεσιών που εμπλέκονται, των κυρώσεων και των εναλλακτικών λύσεων. Αυτό γίνεται ειδικά σε σχέση με τη χώρα υποδοχής, αλλά οι κοινές αξίες της ΕΕ αναφέρονται ως βάση για την εθνική νομοθεσία.

Συμπεράσματα: Ολοκλήρωση και κλείσιμο της ενότητας (5 λεπτά)

Συνοψίστε τις θεματικές που εξετάστηκαν στην ενότητα και ζητήστε ανατροφοδότηση από τους συμμετέχοντες σχετικά με τη διαδικασία και να αναφέρουν τι νέο ή ενδιαφέρον έμαθαν. Ευχαριστήστε τους για τη συμμετοχή κ.λπ.

Εκπαιδευτικό Υλικό

- Flip-chart με τον ορισμό της βίας του ΠΟΥ
- Flip-chart με τον ορισμό της Έμφυλης Βίας
- Flip-chart με 12 βινιέτες που περιγράφουν περιπτώσεις με βίαιες συμπεριφορές, κάθε μία γραμμένη σε ξεχωριστό χαρτί
- Πράσινες και κόκκινες κάρτες για την «ψηφοφορία»
- Flip-chart με μορφές βίας γραμμένες σε κύκλους
- Φυλλάδιο - Παράρτημα 6.2. – Μορφές Βίας
- Flip-chart με 10 δηλώσεις που αντικατοπτρίζουν συμπεριφορές βίας στις συντροφικές σχέσεις
- Φυλλάδιο - Παράρτημα 6.3.2. – Ποιος είναι υπεύθυνος για τη βίαιη πράξη;
- Flip-chart με δηλώσεις σχετικά με συμπεριφορές που δείχνουν Έμφυλη Βία
- Φυλλάδιο - Παράρτημα 6.4. – Πώς να αναγνωρίσετε την Έμφυλη Βία;
- Flip-chart «Συνέπειες της Έμφυλης Βίας» με 5 κουτιά
- Φυλλάδιο - Παράρτημα 6.5. – Συνέπειες της Έμφυλης Βίας

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

1. Οι συμμετέχοντες θα μάθουν και θα είναι σε θέση να αναγνωρίσουν διαφορετικούς τύπους βίας και να αναγνωρίσουν συμπεριφορές που υποδηλώνουν Έμφυλη Βία και σημάδια καταναγκαστικού ελέγχου.
2. Θα κατανοήσουν τις συνέπειες της βίας και ότι η χρήση βίας μπορεί να είναι επιβλαβής για τα συμφέροντά τους.
3. Θα συνειδητοποιήσουν τις νομικές συνέπειες της χρήσης βίας στις σχέσεις των δύο φύλων.

Δεξιότητες

Οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να αναστοχαστούν για τη συμπεριφορά τους με στοιχεία βίας.

Γνώση

Οι συμμετέχοντες θα μάθουν ότι η χρήση Έμφυλης Βίας είναι επιβλαβής για τις σχέσεις με τους συντρόφους τους, τις καταστροφικές συνέπειές της και ότι είναι παράνομη και τιμωρητέα.

Στάσεις

Οι συμμετέχοντες θα αναπτύξουν τη στάση ότι η βία είναι μη αποδεκτή μορφή επίλυσης συγκρούσεων και επιδίωξης των στόχων τους, καθώς και ότι η Έμφυλη Βία είναι επιβλαβής για τις σχέσεις τους και για την ευημερία των συντρόφων τους και των ίδιων.

Σχόλια και Συστάσεις

Η ανταλλαγή παραστατικών εμπειριών βίας και η σχετική συζήτηση δεν πρέπει να περιλαμβάνει λεπτομέρειες για να αποφευχθούν οι έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις των συμμετεχόντων. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να λένε ΣΤΟΠ εάν νιώθουν ότι γίνεται υπερβολικό για αυτούς. Εάν κάποιος συμμετέχοντας παρουσιάσει πολύ έντονες αντιδράσεις, χρησιμοποιήστε τις μεθόδους χαλάρωσης.

Εάν δεν υπάρχει αρκετός χρόνος για όλες τις περιγραφόμενες δραστηριότητες, ειδικά δεδομένου του χρόνου που απαιτείται για μετάφραση, επιλέξτε μερικές από αυτές.

Προσαρμογή και παραλλαγή

Η ενότητα πρέπει πρωτίστως να υλοποιηθεί σε δια ζώης μορφή, μόνο εναλλακτικά διαδικτυακά.

Πηγές

- Ajduković, D., Ajduković, M., Cesar, S., Kamenov, Ž., Löw, A. & Sušac, N. (2010) *Prevenција nasilja u mladenačkim vezama /Prevention of violence in adolescent realtionships/*. Zagreb: SPA

- Jusupović, D., Žižak, A., Ajduković, D., Kraljević, R., Ajduković, M. & Vrban, I. (2010) Psihosocijalni tretman počinitelja nasilja u obitelji /Psychosocial treatment of perpetrators of family violence/. Zagreb: SPA.
- Stadlbauer, J. & Scambor, E. (2019) Men Talk - Leitfaden für Dialogreihen mit männlichen Asylberechtigten, subsidiär Schutzberechtigten & Drittstaatsangehörigen in der Steiermark. Graz: VMG

7. Ενότητα: Πρόληψη της Βίας

Διάρκεια

Περίπου 4 μονάδες

Θεματικές

Πρόληψη της βίας μέσω

- της κατανόησης του συναισθήματος του θυμού για να μπορεί να αναγνωρίζεται το συντομότερο δυνατόν και να αποφεύγεται η έκφραση του με τη μορφή βίας
- της αναγνώρισης πως η χρήση βίας είναι μία επιλογή
- της συλλογής στρατηγικών για την αποφυγή χρήσης βίας ακόμη και σε στιγμές θυμού ή άγχους, ηρεμώντας το μυαλό και το σώμα (και φεύγοντας από την κατάσταση εάν είναι απαραίτητο) και επικοινωνώντας τα συναισθήματα και τις ανάγκες χωρίς βία

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

Ο στόχος αυτής της εβδομης ενότητας είναι να μάθουν οι συμμετέχοντες πώς να αποτρέψουν τη χρήση βίας, ειδικά στις σχέσεις τους, ακόμη και σε καταστάσεις θυμού ή άγχους. Εξερευνώντας την εμπειρία του θυμού (και άλλων συναισθημάτων) σε καταστάσεις όπου έχουν χρησιμοποιήσει βία (ή επρόκειται να το κάνουν) σε διαφορετικές πτυχές (γνωσιακές, παρακινητικές, προσοχή, συμπεριφορικές, αισθητηριακές και φαντασιακές) θα πρέπει να μάθουν να την αναγνωρίζουν το συντομότερο δυνατόν και να κατανοήσουν πώς ο θυμός τείνει να επηρεάζει και να περιορίζει τη λειτουργία του μυαλού και του σώματός μας. Σε ένα δεύτερο στάδιο οι συμμετέχοντες θα μάθουν ότι ακόμα και υπό πίεση ή θυμό, η χρήση βίας είναι πάντα μία επιλογή και θα μοιραστούν και θα συζητήσουν διαφορετικές στρατηγικές για να αποφύγουν τη χρήση βίας, όπως τρόπους για να ηρεμεί το μυαλό τους (αποφεύγοντας να φορτώσουν τον εαυτό τους μέσα από αρνητικούς εσωτερικούς μονολόγους), να ηρεμεί το σώμα τους (π.χ. μέσω της χαλάρωσης της αναπνοής), φεύγοντας από μία κατάσταση (“time out”) ή επικοινωνώντας τα συναισθήματα και τις ανάγκες τους χωρίς βία.

Αναλυτική Περιγραφή

Εισαγωγή

Παρουσιάστε σύντομα το περιεχόμενο της ενότητας.

Δραστηριότητα «Καθησυχάζοντας τον ρυθμό της αναπνοής» (Εργαλείο 7.1)

Αυτή η μέθοδος δημιουργεί χώρο για συζήτηση προσωπικών ζητημάτων και λειτουργεί ως παράδειγμα και τεχνική σε σχέση με το πως να ηρεμήσει κανείς σε καταστάσεις θυμού ή άγχους.

Εξηγήστε ότι μέσω αυτής της πρακτικής θα εκπαιδευτούμε στο πως μπορούμε να κατευθύνουμε την προσοχή μας στην αναπνοή μας με ήπιο τρόπο.

Για να το κάνουμε αυτό, θα πρέπει να πάρουμε μια άνετη στάση στο κάθισμα, βάζοντας τα πέλματα των ποδιών στο πάτωμα και αφήνοντας τα χέρια μας να ακουμπήσουν πάνω στα πόδια, τεντώνοντας τη σπονδυλική στήλη και επεκτείνοντας το στήθος για να διευκολύνουμε την άσκηση.

Οδηγίες: (Εκτελέστε με ήρεμη αλλά ενεργητική φωνή και προσωδία):

- *Τώρα, θα ήθελα να παρουσιάσω μια πρακτική που ονομάζεται καθυστερώντας τον ρυθμό αναπνοής. Αυτή η πρακτική περιλαμβάνει χαλάρωσης του σώματος και του μυαλού μας δουλεύοντας με την αναπνοή μας. Συγκεκριμένα θα επιβραδύνουμε την αναπνοή μας, και θα εστιάσουμε το μυαλό μας στις αισθήσεις της χαλάρωσης.*
- *Ας ξεκινήσουμε καθισμένοι σε ευθυτενή στάση, με τα δύο πόδια να είναι επίπεδα στο πάτωμα, και ίσως διπλώνοντας τα χέρια στην αγκαλιά. Το κεφάλι κρατιέται σε όρθια, αλλά χαλαρή στάση. Καθώς αποκτάτε εμπειρία με την πρακτική, θα μπορείτε να τη χρησιμοποιείτε σε κάθε είδους καταστάσεις και στάσεις σώματος, αλλά θα ξεκινήσουμε έτσι, με μια ωραία, άνετη, ευθυτενή στάση. Το κεφάλι κρατιέται σε όρθια, ευθυτενή αλλά χαλαρή στάση.*
- *Αν θέλετε, αφήστε τα μάτια σας να κλείσουν και μετακινήστε την προσοχή σας στην αίσθηση της αναπνοής σας που εισέρχεται και εξέρχεται από το σώμα σας. Απλά παρατηρήστε αυτήν την αίσθηση της αναπνοής. (Παύση δέκα έως είκοσι δευτερόλεπτα)*
- *Τώρα πρόκειται να επιβραδύνει την αναπνοή. Αφήστε το ρυθμό της αναπνοής σας να επιβραδύνεται, παίρνοντας τέσσερα έως πέντε δευτερόλεπτα για να εισπνεύσετε, σταματήστε για μια στιγμή και στη συνέχεια πάρτε τέσσερα έως πέντε δευτερόλεπτα για να εκπνεύσετε. Αναπνεύστε βαθιά - 1—2—3—4. (Παύση για μια στιγμή.) Στη συνέχεια, εκπνεύστε αργά— 1—2—3—4*
- *Ας πάρουμε μερικά λεπτά για να αναπνεύσουμε με αυτόν τον τρόπο. Όπως αναπνέουμε, ας εστιάσουμε την προσοχή μας στην αίσθηση της χαλάρωσης - χαλάρωση του σώματος, χαλάρωση του νου. Εάν αυτός ο ρυθμός αναπνοής είναι πολύ αργός, δείτε αν μπορείτε να βρείτε έναν ρυθμό που να είναι άνετος και*

χαλαρωτικός για εσάς. Η ιδέα είναι να αναπνέετε με τρόπο που χαλαρώνει και καταπραΰνει.

Περιμένετε δύο λεπτά, ή όση ώρα επιλέξετε να εφαρμόσετε την πρακτική. Ο χρόνος που θα επιλέξετε πρέπει να είναι τέτοιος ώστε να αποτελέσει μια επιτυχημένη μαθησιακή εμπειρία για τους συμμετέχοντες - όχι μια αποτρεπτική κατά την οποία θα «χαθούν» τις σκέψεις τους για το πόσο μισούν τη διαδικασία! Έτσι, εάν είναι σαφές ότι οι συμμετέχοντες προβάλλουν αντιστάσεις, μπορούμε να ξεκινήσουμε με τριάντα δευτερόλεπτα).

- *Όταν είστε έτοιμοι, αφήστε την αναπνοή σας να επιστρέψει στον κανονικό της ρυθμό και αφήστε απαλά τα μάτια σας να ανοίξουν. (Περιμένετε μέχρι να ανοίξουν τα μάτια των συμμετεχόντων)*
- *Ας εξερευνήσουμε πώς ήταν αυτή η εμπειρία.*

Μπορείτε να σχολιάσετε τι σήμαινε για τα μέλη της ομάδας αυτή η εμπειρία της ήρεμης αναπνοής, πώς παρατήρησαν το σώμα τους και πώς ήταν για αυτούς να εφαρμόζουν την άσκηση (εύκολη, δύσκολη, κ.λπ.).

Προσκαλέστε τους να εφαρμόζουν αυτήν την πρακτική καθημερινά και εξηγήστε ότι πρόκειται για ένα από τα εργαλεία που μπορούν να χρησιμοποιούν για την ευημερία και την υγεία τους.

Τι είναι ο θυμός:

Ο θυμός είναι μια αμυντική αντίδραση στις απειλές, η οποία αναπτύχθηκε στους προγόνους μας εδώ και εκατομμύρια χρόνια και έχει σχεδιαστεί για να μας προστατεύει από απειλές.

Τείνουμε να βιώνουμε τον θυμό ως ένα συναίσθημα ή αίσθημα που έχουμε ως αντίδραση σε καταστάσεις που μας απειλούν ή που εμποδίζουν την επιδίωξη αυτού που θέλουμε.

Τείνουμε να αισθανόμαστε θυμό όταν βλέπουμε αδικία, όταν εμποδίζεται η κίνηση μας προς κάτι που θέλουμε ή όταν αντιλαμβανόμαστε ότι άλλοι ενεργούν για να μας βλάψουν.

Συνήθως, δεν επιλέγουμε να αισθανόμαστε θυμό σε αυτές τις καταστάσεις. απλώς εμφανίζεται μέσα μας όταν αισθανόμαστε να απειλούμαστε - αυτός είναι ο εγκέφαλός μας που προσπαθεί να μας προστατεύσει όταν αισθανόμαστε ανασφαλείς.

Λόγω των πρώιμων μαθησιακών μας εμπειριών, όλοι διαφέρουμε ως προς το ποιες καταστάσεις μας απειλούν και μας κάνουν να νιώθουμε θυμωμένοι, οπότε είναι καλό να

μάθουμε σε ποιες καταστάσεις το σύστημα απειλών μας είναι εξαιρετικά ευαίσθητο. Εάν έχουμε υποστεί βία ή άλλες τραυματικές και δύσκολες καταστάσεις, όπως διακρίσεις και αδικίες, μπορεί να αισθανόμαστε απειλή και να θυμώνουμε πιο εύκολα.

Μερικές φορές αυτές οι απειλές μπορεί να είναι σωματικές, μερικές φορές κοινωνικές («Δεν του αρέσω») ή να σχετίζονται με καταστάσεις («Προσπαθεί να με κάνει να φαίνομαι κακός»), απειλές και συνδέονται με συγκρούσεις με άλλα άτομα, αλλά συχνά είναι απλά εμπόδια σε αυτό που θέλουμε να κάνουμε ή περιμένουμε από άλλους, που προκαλούν απογοήτευση.

Μέθοδος «Διερευνώντας το θυμό» (Εργαλείο 7.2)

Αφού υλοποιηθεί η άσκηση «Καθησυχάζοντας τον Ρυθμό της Αναπνοής», εξηγείται το συναίσθημα του θυμού ως ένα από τα τυπικά συναισθήματα που σχετίζονται με τη χρήση βίας. Για να αποφύγουμε την έκφραση του υπό την μορφή βίας, θα πρέπει να γνωρίσουμε και να κατανοήσουμε τον θυμό μας και να μάθουμε να τον εκφράζουμε εποικοδομητικά.

Η άσκηση «Διερευνώντας το Θυμό» βοηθά στην εξερεύνηση της εμπειρίας του θυμού (και άλλων συναισθημάτων) σε καταστάσεις όπου χρησιμοποιήσαμε βία σε διαφορετικές πτυχές (γνωστική, παρακινητική, προσοχή, συμπεριφορική, αισθητηριακή και φαντασιακή). Χρειάζονται περίπου 80 λεπτά για την άσκηση.

Βρείτε την περιγραφή της μεθόδου στην Εργαλειοθήκη.

Δραστηριότητα «Άσκηση: Το Μπουκάλι του Αναψυκτικού» (Εργαλείο 7.3)

Η Άσκηση: Το Μπουκάλι του Αναψυκτικού απεικονίζει γραφικά την ευθύνη να επιλέξει κανείς να μην χρησιμοποιήσει βία και βοηθά στην εξερεύνηση διαφορετικών στρατηγικών για να το κάνει. Χρειάζονται περίπου 60-70 λεπτά για τη μέθοδο.

Βρείτε την περιγραφή της μεθόδου στην Εργαλειοθήκη.

Συμπεράσματα

Ξεκινήστε έναν γύρο σχολίων και καλέστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τη μαθησιακή τους εμπειρία:

- *Ποιες είναι οι πιο πολύτιμες ιδέες ή πληροφορίες που λαμβάνετε από αυτήν την ενότητα;*

- Ποιες προκλήσεις αναμένεται να αντιμετωπίσετε κατά την εφαρμογή των ικανοτήτων που έχετε αναπτύξει σε αυτήν την ενότητα;
- Ποια οφέλη περιμένετε;

Αν υπάρχει χρόνος, η άσκηση «Καθησυχάζοντας τον ρυθμό της αναπνοής» μπορεί να επαναληφθεί στο τέλος.

Εκπαιδευτικό Υλικό

- Flipcharts / Πίνακας
- Φυλλάδιο με το «Διάγραμμα αράχνης» για κάθε συμμετέχοντα
- Φυλλάδιο με το «Μπουκάλι του Αναψυκτικού» για κάθε συμμετέχοντα
- Ένα μπουκάλι αναψυκτικού (γεμάτο και κλειστό) και μερικά ποτήρια

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

Οι συμμετέχοντες θα μάθουν πώς να αποτρέπουν τη χρήση βίας, ειδικά στις σχέσεις τους, ακόμη και σε καταστάσεις θυμού ή άγχους. Εξερευνώντας την εμπειρία του θυμού (και άλλων συναισθημάτων) σε καταστάσεις όπου έχουν χρησιμοποιήσει βία (ή επρόκειται να το κάνουν) σε διαφορετικές πτυχές (γνωσιακές, παρακινητικές, προσοχή, συμπεριφορικές, αισθητηριακές και φαντασιακές) θα πρέπει να μάθουν να την αναγνωρίζουν το συντομότερο δυνατόν και να κατανοήσουν πώς ο θυμός τείνει να επηρεάζει και να περιορίζει τη λειτουργία του μυαλού και του σώματός μας. Σε ένα δεύτερο στάδιο οι συμμετέχοντες θα μάθουν ότι ακόμα και υπό πίεση ή θυμό, η χρήση βίας είναι πάντα μία επιλογή και θα μοιραστούν και θα συζητήσουν διαφορετικές στρατηγικές για να αποφύγουν τη χρήση βίας, όπως τρόπους για να ηρεμεί το μυαλό τους (αποφεύγοντας να φορτώσουν τον εαυτό τους μέσα από αρνητικούς εσωτερικούς μονολόγους), να ηρεμεί το σώμα τους (π.χ. μέσω της χαλάρωσης της αναπνοής), φεύγοντας από μία κατάσταση (“time out”) ή επικοινωνώντας τα συναισθήματα και τις ανάγκες τους χωρίς βία.

Δεξιότητες

Αυτογνωσία και αναστοχασμός σε καταστάσεις θυμού, αναγνώριση διαφορετικών ενδείξεων θυμού, μαθαίνοντας στρατηγικές για την βίαιη αντίδραση σε καταστάσεις θυμού, αλλά και για την ηρεμία του σώματος και του μυαλού, για να εκφράζουν τα συναισθήματα και τις ανάγκες τους εποικοδομητικά και να εγκαταλείπουν την κατάσταση εάν χρειαστεί (‘time out’)

Γνώση

Ο θυμός ως ανθρώπινο συναίσθημα και οι επιδράσεις του στο μυαλό και το σώμα μας. Η βία ως μία επιλογή ακόμη και υπό το καθεστώς θυμού. Στρατηγικές για την χαλάρωση του μυαλού και του σώματος και την αποφυγή της βίας. Οι σχέσεις του θυμού και της χρήσης βίας με τις παραδοσιακές εκδοχές της αρρενωπότητας

Στάσεις

Αφοσίωση και υπευθυνότητα για την επιλογή μη βίαιων πρακτικών, ανοιχτότητα σε συμπονετική και κριτική αυτοπαρατήρηση και - ευαισθησία.

Προσαρμογή και παραλλαγή

Αυτή η ενότητα μπορεί να προσαρμοστεί και στη διαδικτυακή εφαρμογή.

Στην άσκηση «Καθησυχάζοντας τον ρυθμό της αναπνοής» μπορεί να αποτελεί πρόκληση η παρακολούθηση του κατά πόσο οι συμμετέχοντες υλοποιούν την πρακτική και αισθάνονται άνετα να το κάνουν.

Στην άσκηση «Διερευνώντας το Θυμό», μπορείτε να στείλετε στους συμμετέχοντες το διάγραμμα αράχνης σε ηλεκτρονική μορφή ώστε να το αντιγράψουν ή να το τυπώσουν.

Η άσκηση «Το Μπουκάλι του Αναψυκτικού» θα χάσει λίγο από τον αντίκτυπο της χωρίς την φυσική παρουσία του κουνημένου μπουκαλιού με τον αφρό και το αναψυκτικό που θα μοιραζόταν αφού ηρεμήσει το ανθρακικό. Τα φυλλάδια εργασίας θα πρέπει να σταλούν ως ηλεκτρονικά αρχεία και να τυπωθούν από τους συμμετέχοντες. Θα μπορούσατε να δημιουργήσετε ένα βίντεο από το μπουκάλι του αναψυκτικού και να το μοιραστείτε διαδικτυακά.

Πηγές

- Gilbert, Paul (2009). The Compassion Mind. London: Robinson.
- Kolts, Russel (2011). The Compassionate Mind Approach to Managing Your Anger: Using Compassion Focused Therapy. London: Robinson.
- King, Andrew (2017). Engaging men's responses to family violence. Australia: Groupwork Solutions.
- "Take a time-out!" from the Respect Phonenumber. Available at: <https://respectphonenumber.org.uk/wp-content/uploads/2020/02/Respect-Phonenumber-Take-a-time-out-leaflet-2020.pdf>

8. Ενότητα: Συμπεράσματα

Διάρκεια

Περίπου 2 μονάδες

Θεματικές

Συμπεράσματα, ανατροφοδότηση, βεβαιώσεις και αξιολόγηση

Εκπαιδευτικοί Στόχοι

Αναστοχασμός και ανασκόπηση του περιεχομένου του εργαστηρίου, προοπτικές για το μέλλον

Αναλυτική Περιγραφή

Εισαγωγή

Shortly explain the steps of this module. Explain why it is important to take time for the final farewell and relive the experiences and transferred knowledge from the program.

Ανασκόπηση

Προετοιμάστε όλο το υλικό που συλλέχθηκε (flipcharts, εικόνες κ.λπ.) από κάθε ενότητα και τοποθετήστε το στον τοίχο.

Οι συμμετέχοντες μπορούν να περπατήσουν και να ρίξουν μια ματιά στο υλικό για να ανακαλέσουν κάθε ενότητα. Ζητήστε από την ομάδα να επανακτήσουν το περιεχόμενο του εργαστηρίου. Μπορείτε να τους υποστηρίξετε προσθέτοντας τις μνήμες σας ως διευκολυντής.

Ανατροφοδότηση

Τελικός κύκλος σχολίων:

- «Θα θέλαμε να μας πείτε ποιο ήταν το πιο σημαντικό πράγμα για εσάς που θα πάρετε μαζί σας από τις συναντήσεις»
- «Υπάρχει κάτι που θεωρείτε ότι έλειπε και θα θέλατε να συζητήσετε;»
- «Τι θα θυμάστε σε έναν χρόνο;»

- *«Θα συνιστούσατε την ομάδα σε άλλα μέλη της κοινότητάς σας; Υπάρχουν άλλα άτομα που πιστεύετε ότι θα ωφεληθούν; Εάν ναι, από ποιες πτυχές του προγράμματος;»*

Εδώ μπορείτε να ενισχύσετε τις δηλώσεις, οι οποίες αντιπροσωπεύουν την ελπίδα και την ενδυνάμωση.

- *«Πριν τελειώσουμε σήμερα, θα θέλαμε να ακούσουμε από τον καθένα σας πώς ήταν να συμμετάσχετε σε αυτήν την ομάδα».*

Εάν κανείς από την ομάδα δεν μιλήσει, μπορείτε να ξεκινήσετε εσείς. Εάν η ομάδα μιλάει πολύ, θα μπορούσατε να μοιραστείτε τις εμπειρίες σας με τους συμμετέχοντες στο τέλος. Είναι καλό να σκεφτείτε εκ των προτέρων για το τι ήταν ιδιαίτερα εντυπωσιακό και ποια ήταν τα μαθησιακά αποτελέσματα από την πλευρά σας ως διευκολυντής.

Αξιολόγηση

Μοιράστε το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης. Εξηγήστε τι αφορά η έρευνα και γιατί χρειάζομαστε τις απαντήσεις τους. Να είστε σαφείς σχετικά με τη λήψη της συγκατάθεσης των συμμετεχόντων για την ολοκλήρωση της έρευνας.

Ολοκληρώστε μοιράζοντας τις βεβαιώσεις συμμετοχής ή/και τα πιστοποιητικά.

Αποχαιρετιστήρια Γιοργή

Η ομάδα μπορεί να εκτιμήσει ένα τελευταίο γεύμα/δείπνο μαζί το οποίο θα προσφέρει μια ευχάριστη και φιλική αποχαιρετιστήρια γιορτή.

Εκπαιδευτικό Υλικό

- Όλο το συλλεχθέν υλικό από κάθε ενότητα (flipcharts, φυλλάδια κ.λπ.)
- Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης
- Βεβαιώσεις

Αναμενόμενα Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα

Οι συμμετέχοντες μοιράζονται τις εμπειρίες τους από τα εργαστήρια και θυμούνται το περιεχόμενο. Μαθαίνουν για τις εντυπώσεις των υπόλοιπων μελών της ομάδας («τι ήταν σημαντικό για αυτούς και τι ήταν σημαντικό για μένα»).

Δεξιότητες

Ανατροφοδότηση, αναστοχασμός, κοινωνικές δεξιότητες

Γνώση

Ανάκληση του περιεχομένου του εργαστηρίου

Στάσεις

Ανοιχτότητα, μελλοντική προοπτική

Προσαρμογή και παραλλαγή

Αυτή η ενότητα δεν απαιτεί φυσική παρακολούθηση.

Προετοιμάστε μια διαδικτυακή παρουσίαση, συνοψίστε όλες τις ενότητες και τις συνεδρίες.

Το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης μπορεί να δοθεί διαδικτυακά.

Οι βεβαιώσεις μπορούν να σταλούν στους συμμετέχοντες μέσω ταχυδρομείου/ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.

Πηγές

- Stadlbauer, J. & Scambor, E. (2019) Men Talk - Leitfaden für Dialogreihen mit männlichen Asylberechtigten, subsidiär Schutzberechtigten & Drittstaatsangehörigen in der Steiermark. Graz: VMG