

# KNJIŽICA O ENAKOPRAVNEM STARŠEVSTVU



---

# KAZALO

|   |     |
|---|-----|
| 1. Uvod                                       | 3   |
| 2. Raziskovalna metodologija najboljše prakse | 5   |
| 3. Načela in merila za izbiro dobre prakse    | 7   |
| 4. Klasifikacija najboljših praks             | 12  |
| 4.1 Bosna in Hercegovina                      |     |
| 4.2 Bolgarija                                 |     |
| 4.3 Nemčija                                   |     |
| 4.4 Italija                                   |     |
| 4.5 Portugalska                               |     |
| 4.6 Slovenija                                 |     |
| 4.7 Španija                                   |     |
| 4.8 Turčija                                   |     |
| 5. Zaključek                                  | 109 |
| 6. Reference                                  | 110 |

---

## 1. Uvod

### 1.1 Projekt

**Equal parenting (ENAKOPRAVNO STARŠEVSTVO) (2021-2-PT02-KA220-YOU-000050643)** je projekt, ki ga financira EU v okviru programa Erasmus+. Projekt bo trajal 24 mesecev in ga sestavlja 8 partnerjev iz 6 različnih držav.

Cilj je zagotoviti enakopravno starševstvo z osredotočanjem na socialne vloge spolov, slabe vzornike, pomanjkanje empatije, ločitev in stres.

Patriarhalna družba je že od pradavnine skozi stoletja oblikovala vsa področja človekovega življenja, zlasti v družinskem okolju, in moškega določila za najbolj »težke« dejavnosti, kot je skrb za preživetje družine, medtem ko je bila ženska potisnjena v nalogo razmnoževanja, varstvo otrok in domače okolje.

Ko smo bili otroci, so se v naših glavah že začele ukoreniniti patriarhalne ideje in nehote smo postali del tega sistema. Bistveno je dokazati, da so pravila samo na pamet naučene napake. Po drugi strani pa se moramo naučiti, kako biti empatičen, kako nehati vsakodnevni stres prenašati na svoje otroke ali kako nehati kriviti druge starše za naš stres in pomanjkanje komunikacije.

Poskrbeli bomo, da bodo imeli naši mladinski delavci, voditelji in mladi odrasli strategije, vire in usmeritve, potrebne za dosego našega cilja. Projekt Equal Parenting želi pomagati pri razbijanju spolnih vlog v družbi tako, da mlade osposobi za spremembo slabih vzornikov ter jih spodbuja in pripravlja na odgovorno starševstvo.

---

---

## 1.2 Knjižica

To knjižico smo razvili z namenom ustvariti zbirko dobrih praks "enakopravnega starševstva" za spodbujanje praktičnih metod v vsaki partnerski državi. S temi najboljšimi praksami bomo ustvarili gradiva za usposabljanje za mladinske delavce, ki bodo distribuirali naš izobraževalni program v svojih mladinskih centrih in vsemi našimi povezanimi partnerji. Zaradi redkih in občasnih načinov uporabe v mladinskem delu je cilj preprečiti, da bi bila ta tema zanemarjena.

Ker mladinski delavci potrebujejo vrhunske, temeljite in sodobne kurikule ter metodologije ne samo za izogibanje neenakosti, ampak tudi za obvladovanje domačega sodelovanja, bo ta knjižica odličnih starševskih praks nanje pomembno vplivala z izvajanjem učinkovitih praks.

Poleg tega se bo z vključitvijo številnih svežih stališč strokovnjakov iz mnogih držav zbralo in razvilo najboljše tehnike za razbijanje predsodkov o vlogah matere in očeta, kar bo pomagalo zaustaviti ali vsaj zmanjšati prihodnje primere starševske neenakosti.

Knjižica je enostavna za uporabo in hkrati učinkovita zaradi standardizacije postopkov in zbiranja in jo je mogoče brez težav uporabljati v številnih evropskih državah. Mladi, starši in učitelji bodo imeli koristi od knjižice dobrih praks poleg mladinskih delavcev.



---

## 2. Raziskovalna metodologija najbolje prakse

Partner VDST je oblikoval metodologijo za zbiranje dobrih praks Enakopravnega starševstva. Vsak partner je zbral 10 najboljših praks o temah, opredeljenih med pripravo predloga projekta:

- razvijanje veščin enakopravnega starševstva;
- odražanje socialnih pravil o enakosti spolov v partnerskih državah in EU;
- razbijanje stereotipov o materinski in očetovski vlogi;
- preprečevanje neenakosti med starši;
- obvladati domače sodelovanje;
- ustvarjanje dobrih vzornikov.

Naš cilj je bil zbrati izkušnje, tečaje usposabljanja, tako tiskano kot digitalno gradivo za usposabljanje, vaje, avdiovizualno gradivo na temo enakopravnega starševstva in zgoraj navedenih podtem. Iz zbirke so bile izbrane najbolj popolne in za naš namen uporabne izkušnje, katere so vključene v knjižico.

VDST je navedel tudi kriterije za izbiro dobrih praks:

*Ustrezen časovni okvir:* ukrep/pristop, ki je bil uporabljen;

*Nekaj dokazov o trajnosti:* Ukrep/pristop, ki se izvaja že nekaj časa in ima zagotovljeno financiranje ali drugo podporo (vključevanje vrste deležnikov) za nekaj let v prihodnost;

---

**Učinkovitost:** Obseg, v katerem je ukrep/pristop informiran ali zakoreninjen v prejšnjih raziskavah ali izkušnjah;

*Učinkovito:* Ukrep/pristop z vzpostavljenimi procesi zagotavljanja kakovosti, vključno z informacijami o kazalnikih, metodah ali orodjih, uporabljenih v celotnem izvajanju;

*Rezultati notranje ali zunanje evalvacije:* Ukrep/Uporabni pristop - pristop, ki se je izkazal za izvedljivo uporabo med ciljno skupino.



---

### 3. Načela in merila za izbiro dobre prakse

Eden od ciljev projekta Equal Parenting je zbiranje informacij o ustreznih dejavnostih, metodah in orodjih, ki se trenutno uporabljajo v vsaki državi, ki sodeluje v projektu, o vprašanjih, povezanih z enakostjo spolov.

Da bi ocenili in pretehtali zbrane informacije ter prepoznali najboljše in najučinkovitejše tehnike med tistimi, ki se že uporabljajo v sodelujočih državah, je Education in Progress (EIP) razvil metodologijo, ki je predstavljena v tem poročilu. Poročilo se osredotoča na standarde in smernice, ki so bili vzpostavljeni in uporabljeni za izbiro najboljših praks, na oceno teh najboljših praks s strani EIP in na oblikovanje seznama najpomembnejših najboljših praks.

Vsak partner je raziskal 10 najboljših praks (skupaj 80 najboljših praks) v svoji lokalni skupnosti, pa tudi v svoji mreži ter na nacionalni in mednarodni ravni.

Po pripravi dolgega seznama najboljših praks je bila izvedena notranja evalvacija, da bi strnili seznam na podlagi vnaprej določenih meril ocenjevanja. EIP je razvil metodologijo za izbor 30 najboljših praks (za odstranitev tistih, ki so bile podobne in splošne, za izbiro najboljše izmed vseh 80 zbranih). Vzpostavljena so bila posebna merila, da se oceni, ali je mogoče prizadevanja na dolgem seznamu upoštevati glede na njihovo heterogenost.

---

Vsaka najboljša praksa je bila ocenjena glede na to, ali izpolnjuje navedena merila ali ne. Najmanjša ocena je bila 5, najvišja pa 70. Končno oceno za sprejem v knjižico je podalo povprečje glasov vseh partnerjev. Prvih 30 z najvišjo oceno je bilo sprejetih in zbranih v knjižici.

Vsak partner je bil odgovoren za ovrednotenje 40 zbranih najboljših praks, razen tistih, o katerih je poročal neposredno, in izvedel njihovo evalvacijo z uporabo pripravljenega ocenjevalnega lista in točkovanja vprašanj, ki se nanašajo na posamezna merila, kot so navedena na naslednjih straneh.

### 3.1. Ustreznost

Odraža obseg, v katerem je praksa povezana s prepoznanim problemom, ki ga želi obravnavati projekt Equal Parenting. Pri ocenjevanju ustreznosti smo upoštevali teme, opredeljene v okviru projekta, izločili pa smo tiste, ki so izven relevantne tematike (razbijanje stereotipov, delitev odgovornosti, enake možnosti za delo in prosti čas, domače sodelovanje, dobri vzorniki in družinsko blagostanje).

*Kako bo izpolnjeno merilo ustreznosti?*

Vsaka tema ima drugačno oceno glede na pripisano ustreznost. Ocena ustreznosti je podana z vsoto točk, povezanih z vsako temo.

| IME TEME                                    | TOČKE |
|---|-------|
| 1.1 Razbijanje stereotipov                  | 5     |
| 1.2 Dobri vzorniki                          | 5     |
| 1.3 Razdelitev odgovornosti                 | 5     |
| 1.4 Domače sodelovanje                      | 5     |
| 1.5 Enake možnosti za delo<br>in prosti čas | 5     |
| 1.6 Družinsko počutje                       | 5     |

---

## 3.2. Izvedljivost

*Ali je aktivnost zlahka ponovljiva v smislu stroškov in časa?*

Opisuje obseg, v katerem so želeni rezultati doseženi z minimalnimi stroški. Pri preučevanju faktorja izvedljivosti morajo biti zbrane najboljše prakse enostavno ponovljive, ne da bi za tiste, ki bodo izvajali dejavnosti, pomenilo znatno povečanje časa in sredstev. Enostavna izvedba je temeljnega pomena, saj omogoča tekoče in hitro možnost kroženja vadbenih elementov. Na primer:

- napor: *ali je material, uporabljen med dejavnostmi, lahko in ekonomsko dostopen?*
- dolžina aktivnosti: *ali aktivnost poteka v razumnem roku in je združljiva z našo ciljno skupino?*
- ekonomska in pravna vzdržnost: *ali dejavnost potrebuje zunanje financiranje za delovanje? Ali so za opravljanje dejavnosti potrebna posebna dovoljenja?*

## 3.3. Transformabilnost

*Ali je mogoče aktivnost ali vadbo prilagoditi potrebam naših ciljnih skupin?*

Odraža obseg, v katerem je prakso mogoče prilagoditi za reševanje različnih (vendar ustreznih) problemov. Identificirali smo dve ravni transformabilnosti in prilagodljivosti glede na to, ali je mogoče predlagane aktivnosti prilagoditi potrebam projekta.

---

### 3.4. Ponovljivost

*Ali je omejena zaradi kakršnih koli lokalnih razlogov ali jo je mogoče preprosto posnemati drugje?*

Ali je to dejavnost enostavno predlagati osebju, ki bo to dejavnost izvajalo? Izraža stopnjo enostavnosti, s katero je mogoče metodologijo ponovno predlagati v različnih kontekstih brez bistvenih sprememb pričakovanih rezultatov.

### 3.5. Skupne koristi

*Ali ima dejavnost poleg tistih, ki jih je mogoče pripisati enakopravnemu starševstvu, še druge koristi?*

Vsaka od dejavnosti, ki jih vsebujejo najboljše prakse, pozitivno vpliva na naš cilj, ki je izboljšanje kakovosti družine z razbijanjem spolnih stereotipov.

Lahko se zgodi, da lahko reproducirana dejavnost prinese več koristi kot tiste, ki so strogo povezane z najboljšo prakso enakopravnega starševstva, za katero so tisti, ki jo izvajajo, nagrajeni.

---

## 4. Klasifikacija najboljših praks

### 4.1 BOSNA IN HERCEGOVINA

#### "Raziščite potrebe otrok"

Ta dejavnost omogoča staršem, da si zapomnijo »Otroka« v sebi, kar jim bo pomagalo lažje razumeti potrebe svojih otrok; obravnava tudi "odraslega" starša otroka, ki je že v razvoju, in staršem omogoča, da jasneje vidijo, o čem sanjajo in si prizadevajo biti.

Daje jasnejšo sliko o potrebah njihovih otrok in o tem, kako jim lahko pomagajo doseči njihove cilje.

#### IDEJE ZA AKCIJO

Za to vajo bosta starš in otrok potrebovala dva prazna lista papirja in vsak od njih mora na svoj list narisati dva kroga. En krog se bo imenoval OTROCI, drugi krog pa ODRASLI.

Ko narišete kroge, otroku razložite, da bodo potem vsi OTROCI v žrebu kroga ali pa napišite svoje tri želje.

Otrok naj naredi svojo risbo, to je, da napolni svoj krog z željami. Če pa se težko spomni svoje želje, ga lahko malo spodbudite z idejami, ne pa mu ponujajte in sugerirajte že pripravljenih idej. Ko vsak od vas zaključi svoj krog OTROK, ostalim sostanovalcem pokažete in razložite njihove želje (npr. »Rad bi bil zdravnik«, »Rad bi šel za vikend v hribe«, »Rad bi vadil nogomet«).



---

V rubriki ODRASLI otroku razložite, da bo narisal ali vam pove, katero stvar lahko počne kot odrasel. Na primer: "Lahko grem sam v supermarket in kupim kruh" ali "Lahko pospravim svojo sobo." Več odraslih sposobnosti, kot zna otrok naštet, bolje je.

Te dejavnosti in obveznosti delajo otroka odraslega, katere lahko deliš z njimi. Otroku lahko pustite, da sam pove, kaj lahko stori kot odrasel, da boste vedeli, kako otrok to doživlja. Nato se z otrokom pogovorite o naslednjih lastnostih in sposobnostih, ki jih odrasel ima in jih bo dosegel v šoli (npr. učenje branja, dodajanja, sodelovanja z vrstniki ipd.) Spoznanje otrok, da že imajo usvojene spretnosti, razvite sposobnosti, in nekatere lastnosti odraslih jih vodijo k zadovoljevanju njihove potrebe po moči: občutki osebne vrednosti in sposobnosti.

## **PREDNOSTI**

Otrok izpolnjuje svojo potrebo po zabavi in ljubezni. Vzpostavitev boljšega razumevanja otrokovih želja in sanj, boljša komunikacija.

## **TEME**

Otrok bo zelo vesel, ker ste se posvetili njegovim željam, prav tako pa boste dosegli večjo povezanost s starši, saj se na ta način zaveda, da so včasih lahko tudi starši otroci. Po drugi strani pa pomaga staršem, da bolje spoznajo svojega otroka.

## **VIRI**

<http://www.osskranjcevic.edu.ba/ATT16.pdf>

---

## "Kako vzgajate svojega otroka?"

Ta vaja vam bo pomagala ozavestiti svoj starševski stil. Edina stvar, ki jo potrebujete za vadbo, je, da ste pošteni do sebe!

1. Kako pogosto sporočate svoje zahteve otroku,
2. Kako pogosto pohvalite ali nagradite svojega otroka in
3. Kako pogosto ga kritizirate ali kaznujete.

### IDEJE ZA AKCIJO

Če želite spremeniti svoje vedenje do svojega otroka, vam bo dober odnos z otrokom pomagal ne le vedeti, kaj in kako spremeniti, temveč tudi najti moč, da idejo uresničite. Prav tako se je treba soočiti z nekaj kritičnimi vprašanji: Ali je sprememba možna? Kaj in kako spremeniti? Katere cilje želim doseči? Kako jasni so mi cilji razlike?

Kaj si želim kot starš? Kaj želim, da si moj otrok misli o meni? Kaj bom spremenil jaz in kaj moj otrok? Kaj bo to pomenilo za mojega otroka in zame? Je moj otrok tako močnejši, uspešnejši, stabilnejši? Kaj pa tvoj otrok skupaj? Ali mi gre dobro? Kakšne so možne strategije sprememb? Rešitev je preprosta: bolj se osredotočite na svojega otroka! Predstavljajte si, kako se počuti in kaj si misli! Sprejmite, da je drugačen od vas in ima svojo osebnost! Vprašajte ga, kako se počuti in kaj misli! Verjemite v svojega otroka in mu to pokažite! Bodite mu pozitiven zgled!

Ne pozabite biti prijatelj sami sebi in zadovoljiti svoje potrebe.

---

## PREDNOSTI

Jasno vodenje  
Biti slišan s strani staršev  
Zadovoljevanje njihovih potreb

## TEME

Strategija starševstva

## VIRI

<https://raisingchildren.net.au/grown-ups/family-life/routines-rituals-relationships/good-family-relationships#:~:text=Children%20feel%20secure%20and%20loved,and%20appreciation%20of%20each%20other>

<http://www.osskranjcevic.edu.ba/ATT16.pdf>



---

## "Gradimo močne družinske vezi"

Varno in srečno okolje doma je ključ do dobrega fizičnega in duševnega zdravja. V današnji zaposleni družbi je nujno, da se spomnite, da je vaša družina vaš osrednji steber podpore in ljubezni. Praznovanje uspehov ali posebnih priložnosti z družinskimi člani prinaša veselje in smisel v vaše življenje. Močno družinsko življenje nudi tudi stabilnost v obdobjih stresa in življenjskih prehodov.

Počnite stvari skupaj kot družina.

Zaupajte in bodite samozavestni na osebni ravni znotraj družine

Bodite tam drug za drugega.

### IDEJE ZA AKCIJO

Vključevanje v družinske rutine in tradicije lahko pomaga zgraditi okolje, ki prispeva k dobremu duševnemu počutju. To je lahko preprosto kot so redni skupni obroki ali počitnice kot družina.

Pomembno je, da preživite čas ena na ena z vsakim družinskim članom, da zgradite zaupanje in delite bremena.

Čustvena podpora družine lahko pomaga ublažiti stres.

### PREDNOSTI

Vrednost družine

Močnejša povezava

Pozitivno življenje doma olajša preživljanje življenja.

---

## TEME

Pomen in vrednost družine. Najbolje bi bilo, če bi imeli nekoga vplivnega, ki bi lahko bil tam za vas, vi pa boste tam zanj

## VIRI

<https://www.healthhub.sg/live-healthy/878/building-strong-family-ties>



---

## 7 navad zelo odpornih družin

Zelo vzdržljiva družina drži skupaj in postaja močnejša, kljub različnim osebnostim in potrebam njenih članov ter dinamiki odnosov pri delu.

Sprejmite te navade za močne družinske vezi, ki vam bodo pomagale skozi težke čase:

Navada 1: Ustvarite seznam družinskih vrednot in pravil, s katerimi se vsi strinjajo.

Navada 2: Bodite skrbni in govorite jezik ljubezni svoje družine

Navada 3: Zbirajte pozitivne spomine in zgradite čustveno banko svoje družine.

Navada 4: Pokažite, kako se prilagoditi in biti prilagodljiv v različnih situacijah.

Navada 5: Naj bo reševanje težav družinska vaja.

Navada 6: Naj vas ne bo sram prositi za pomoč.

Navada 7: Vzemite si čas za pomladitev in polnjenje.

### **IDEJE ZA AKCIJO**

Pokaži neposredno primerjavo eksperimentalnih študij, ki kažejo razliko med zdravimi in nezdravimi navadami. Kako lahko dolgoročno vplivajo na naša življenja, ne glede na to, kako majhna se dejanja zdijo.



---

## PREDNOSTI

Izgradnja odpornosti vašega otroka

Družinska pravila

Gradnja dobrega odnosa med staršem in otrokom

Zdrave navade do konca življenja. Pozitivni koraki pri doseganju življenjskih ciljev

## TEME

Mentalna trdnost

Dobri družinski odnosi: kako jih zgraditi

## VIRI

[https://www.researchgate.net/publication/285547017\\_Understanding\\_the\\_initial\\_Impact\\_of\\_Early\\_Support\\_and\\_Key\\_Working\\_Training\\_](https://www.researchgate.net/publication/285547017_Understanding_the_initial_Impact_of_Early_Support_and_Key_Working_Training_)



## 4.2 BOLGARIJA

### "Dobri vzorniki"

Spoznavanje različnih vzornikov ter ugotavljanje njihovih veščin in lastnosti. Prepoznavanje likov in opisovanje njihovih vlog.

### IDEJE ZA AKCIJO

Seznami z različnimi liki in vlogami. Pripravimo like in vloge ljudi, ki so tako ali drugače drugačni od nas (spol, starost, barva, ekonomski položaj). Vlog naj bo toliko, kolikor je udeležencev. Nekatere vloge se lahko ponovijo.

| Primeri vlog  |                                   |  |
|---------------|-----------------------------------|--|
| Jaz sem reven | Imam učne težave                  | Sem samohranilec                               |
| Jaz sem tujec | Sem invalid in se premikam počasi | Sem ženska voznica                             |
| Jaz sem lep   | Sem slaven                        | Jaz sem moja mama/oče/sestra/bрат/stari starši |



---

Objavite vloge na hrbtni strani vsake osebe, ne da bi ta videla in ne da bi vedela, kakšna je njegova vloga. Zdaj pa naj vsak začne hoditi, brati vloge drugih in delati tisto, kar je napisano na listu, ali kar je slišal o tej vrsti človeka, vendar brez objave zapisanega. Udeleženci naj poskušajo razumeti, kaj piše na njihovih hrbtnih.

Naj se tako nadaljuje, dokler vsi ne pregledajo in »komunicirajo« z vsemi. Zberite skupino in razpravljajte z vsemi.

Vzorčna vprašanja vsakemu posebej: Kaj se ti je zgodilo? Kako so se obnašali drugi?

Kako ste se počutili? Kdo misliš, da je bil?

Po delitvi naj vsi preberejo list z vlogami.

Ponovno razpravljajte:

Je takšno ravnanje s to skupino ljudi, ki ste ji pripadali, pošteno? Kaj je razlog za takšno obnašanje? Se to pogosto dogaja v naši družbi? Ali imate primere druge skupine ljudi ali vas samih, ki so bili obravnavani s prezirom ali nespoštljivostjo? Je takšen odnos pravičen?

Kako se izogniti takšnemu odnosu?

---

## PREDNOSTI

Poimenovanje stereotipov o spolu/vzorniku/različnosti poudarja družbene konstrukcije v družbi in tako daje prostor in vidnost različnim vedenjem in vlogam.

## TEME

- Delitev vlog in individualne razlike
- Razbijanje stereotipov
- Ugotovitve o zavesti in občutkih drugih ljudi

## VIRI

Intervju

---

## "Domače sodelovanje"

Številni odrasli obvladujejo svoje delovne obremenitve in šolske naloge svojih otrok, medtem ko ostajajo doma. Ne glede na to, ali gre za poletne počitnice ali socialno distanciranje, ki ga predpisuje država, lahko podaljšano bivanje doma otrokom in mladostnikom ustvari priložnosti za učenje iz gospodinjskih opravil, saj starši dopolnijo lekcije, ki jih otroci morda pogrešajo, medtem ko so zunaj šole.

### IDEJE ZA AKCIJO

Uporabite tabelo opravil ali zabaven kontrolni seznam za naloge, ki jih morate opraviti vsak teden. Prepričajte se, da so vključeni vsi družinski člani. Poudarjanje kolektivnega prispevka je ključno za sodelovanje in pošteno sodelovanje. Objavite posamezne sezname opravil za vsakogar, tako da ko nekdo opravi nalogo, to označite z nalepko. Kdor ima ob koncu tedna največ nalepk, prejme nagrado za Pomočnika tedna. *Po večerji naredite "10-minutno pospravljanje." Nastavite časovnik in družinski člani naj se razkropijo po hiši in pospravijo dnevni nered. Določite nekoga za inšpektorja D. Clutterja. Ta oseba, oborožena s košaro za perilo in plastično policijsko značko s škatlo za obleke, tava po hiši in spravlja potepuške stvari v natrpan "zapor" (koš). Da osvobodi predmet, mora njegov lastnik (vključno z mamo in očetom!) opraviti opravilo. Igrajte "Go Fish" s košaro čistih nogavic. Razdelite nogavice med igralce in pustite kup, iz katerega lahko vlečete. Vsak igralec po vrsti dvigne nogavico in vpraša drugega igralca, ali ima partnerja. Če ne, mora igralec, ki prosi, vzeti nogavico z vrha žlebnega kupa. Ko končate, zmaga igralec z največ pari. Skupaj operite družinski avto, posadite rože in drevesa. Otroke prosite za izmenjavo idej in naredite gospodinjske obveznosti zabavne.*

---

---

Naloga čiščenja so tudi priložnost za nadgradnjo otroškega znanstvenega znanja o klicah, boleznih in širjenju bolezni. Poučevanje otrok o čiščenju doma lahko dopolni lekcije iz tečajev biologije, kemije in zdravja.

## PREDNOSTI

Urejanje časa za dolžnosti in prosti čas

Poučevanje osnovnih odgovornosti in pravil

Pomoč in skrb

Ocenjevanje in vrednotenje truda drugih

Pozitivno dojemanje družinskih vlog in dolžnosti

Ta dejavnost obravnava teme starševstva, enakopravnega starševstva in koristi za mlade. Pomaga razbiti stereotipe o gospodinjstvu kot ženski dolžnosti in zagotavlja enake možnosti za skupno opravljanje tega dela. Pomaga lahko izboljšati veščine komunikacije in sodelovanja ter poveča znanje o starševskem sodelovanju med partnerjema in skupaj z otroki.

## TEME

- Razdelitev odgovornosti
- Domače sodelovanje
- Enaka odgovornost za delo in prosti čas

## VIRI

<https://teach.com/resources/using-household-tasks-as-learning-opportunities/>

<https://www.scholastic.com/parents/family-life/parent-child/9-ways-to-make-household-chores-fun.html>

---

---

## 4.3 NEMČIJA

### "Socialni barometer"

Metoda podpira ljudi pri odločanju o porazdelitvi vlog v družini. Kritično bodo reflektirani tradicionalni modeli porazdelitve plačanega in neplačanega dela med spoloma (s plačanim delom avtor razume delo, za katerega se prejema plača, neplačano delo pa je povezano z gospodinjstvom in vzgojo otrok). Metoda lahko pomaga razbiti predstavo o tako imenovanih ženskih in moških dejavnostih in poklicih.

Velikost skupine: 8 - 20 udeležencev

Trajanje: 15 - 60 minut

Potreben material: listi papirja: označeni z »DA« (ali »strinjam se«), »NE« (ali »se ne strinjam«), trak; dovolj velik prostor za vse udeležence, da potegnejo črto in se premikajo.

### IDEJE ZA AKCIJO

1. Na nasprotni strani sobe pritrdite list papirja z DA/NE in tako s pomočjo udeležencev počistite prostor med njima. Najbolje je, da med njimi držimo razdaljo (vsaj 5 metrov za 10 udeležencev).
2. Prosite skupino, naj vstane, ko razlagate: »Cilj naslednje dejavnosti je spoznati vaše osebno mnenje o temi. (Še) ni čas za polemike, ki se lahko odvijajo po aktivnosti. Lahko delite svoje mnenje, spoznate mnenja drugih in razmišljate o njih. Prebral bom nekaj stavkov in vas vprašal, ali se strinjate ali ne. Po vsakem stavku (ali tezi) se morate odločiti, ali se strinjate - nato pojdite na "DA" ali če se ne strinjate (pojdite na "NE"). Bolj ko se strinjate, bližje ste "DA" in obratno.

---

Na sredini je trak (ali samo nevidna črta), kar pomeni, da ste nevtralni, ne da ne ne. Zavzemite položaj, kjer se počutite najbolj udobno. Ko se bodo vsi postavili, bom nekatere vprašal za mnenje: "Zakaj stojite tam?" Prosimo, da svoje razloge podrobno delite z največ 2-3 stavki, preden preidete na naslednjo tezo."

**3.** Inštruktor mora pripraviti vsaj 3 teze, po možnosti 5-6. Število, ki ga dejansko preberete na glas, bo zelo odvisno od vzdušja v skupini. Preberite prvo tezo, prosite udeležence, naj zavzamejo svoje stališče. Pogovorite se z nekaterimi izmed njih (približno 3 do 5). Poskrbite, da ne reagirajo drug na drugega in začnite razpravo.

**4.** Po 3 do 5 odgovorih se začne nov krog. Začni znova z branjem druge teze. Vprašajte druge ljudi v skupini za njihovo mnenje.

**5.** Po zadnji tezi prosite skupino, naj se usede.

**6.** Ob koncu dejavnosti si vzemite čas za razmislek. Razmislek lahko začnete z odprtim vprašanjem "Ali vam je bila ta dejavnost všeč?" Ali "Kaj je bilo za vas novega / presenetljivega?" Potem lahko daste čas za razpravo. Poskrbite, da boste posredovali informacije o vprašanjih k posamezni diplomski nalogi in o vprašanjih udeležencev.

*Primeri tez:*

- *Fantje imajo drugačne interese kot dekleta.*
- *Fantje imajo morda drugačne interese kot dekleta.*

- 
- *Dekleta in fantje imajo lahko enake interese.*
  - *Delo pri varstvu in vzgoji otrok je bolj naravno za ženske kot za moške.*
  - *Moški kot vzgojitelji nimajo drugačnega stila dela od žensk.*
  - *Vzgojiteljice za otroke skrbijo drugače kot vzgojitelji.*
  - *Fantje potrebujejo moške - vzgojitelje.*
  - *Odnos z otroki oblikuje odnos, ne spol matere, očeta ali vzgojiteljice.*
  - *Moški v poklicih oskrbe imajo večjo verjetnost, da bodo imeli ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem kot moški, ki ne delajo v takih poklicih.*
  - *V zgodnjem otroštvu je bolje, da si starši in vzgojitelji delijo skrb na enak način.*
  - *Mnogi moški, ki delajo kot "medicinske sestre", so prizadeti zaradi predsodkov, da so homoseksualci.*

Dodatni komentarji:

- Moderator mora ohraniti zmeren, nevtralen položaj.
- Nihče ni dolžan obrazložiti svojega stališča (vendar ga je treba k temu spodbujati).
- Struktura dejavnosti je odprta za številne skupne (potencialno protislovne) teme, odvisno od vaših tez.

## **PREDNOSTI**

Znanje: povečati znanje o stilih in tehnikah starševstva.

Spretnosti: veščine komunikacije in sodelovanja.

Stališča: pozitivno dojemanje enakosti spolov in vlog v družini.

---

Ta dejavnost obravnava teme starševstva, enakopravnega starševstva in koristi za mlade. Pomaga pri razbujanju stereotipov in zagotavlja enake možnosti za starševstvo. Poleg tega lahko pomaga izboljšati veščine komunikacije in sodelovanja ter poveča znanje o stilih in tehnikah starševstva.

## TEME

- Razdelitev odgovornosti
- Razbujanje stereotipov
- Enake možnosti za starševstvo

## VIRI

<https://arci-ngo.org/wp-content/uploads/2020/12/Narachnik-za-prepodavатели.pdf>

Blum, H., Knittel, G.: Training zum gewaltfreien Eingreifen gegen Rassismus und rechtsextreme Gewalt. Ko In 1994





---

## 4.4 ITALIJA

### Podajte žogo: poudarimo razliko

To je igra, ki se lahko uporablja kot prelomilec ledu ali kot uvod v temo.

Velikost skupine: 5 - 15 udeležencev

Trajanje: 15 - 30 minut

Potreben material: žoga ali drug predmet, ki ga lahko mečemo od osebe do osebe.

### IDEJE ZA AKCIJE

Udeleženci morajo biti postavljeni v krog. Voditelj začne igro tako, da žogo poda drugemu članu kroga in pri tem nakaže dejavnosti iz družinskega življenja, ki jih je treba razdeliti po spolu. Na primer: »Čiščenje - ženska; popravilo avtomobilov - moški. Vsak udeleženec mora ponavljati to dejanje, dokler se moderator ne odloči končati igro in s tem doseči cilj dejavnosti. Po začetku igre se moderator postavi blizu table, da vsakič označi prikazane aktivnosti/razlike.

Na koncu igre voditelj na glas prebere vse navedene aktivnosti in jih s pomočjo udeležencev razvrsti v kolono za moške ali ženske. Igra se zaključi s skupinsko razpravo, v kateri s pomočjo skupine vodja bo poskušal poimenovati spolne stereotipe, ki so se pojavili med aktivnostjo.

### TEME

Znanje: o starševstvu, vzorniki, spol.

Spretnosti: komunikativnost, timsko delo.

Odnos: pozitiven odnos do starševstva, enakopravno starševstvo, spol.

---

---

Poimenovanje spolnih stereotipov poudarja družbene konstrukcije v družbi in tako daje prostor in vidnost netradicionalnim vedenjem in vlogam.

## TEME

- Domače sodelovanje
- Stereotipi o spolu

## VIRI

<https://arci-ngo.org/wp-content/uploads/2020/12/Narachnik-za-prepodavатели.pdf>



---

## 4.5 PORTUGALSKA

### "Pedagoški komplet o spolu in mladini - Neformalno izobraževanje za integracijo načela enakosti spolov v mladinsko področje"

Cilji pedagoškega kompleta o spolu in mladini, ki ga tukaj predlagamo, so:

1. Ustvarite privlačno in za uporabo enostavno orodje za neformalno izobraževanje, namenjeno akterjem neformalnega izobraževanja iz: mladinskih združenj, organizacij, ki delajo z mladimi, neformalnih skupin mladih in javnih subjektov z odgovornostmi na področju mladine, da bi vključili razsežnost spola v svoje organizacijske prakse in kulture;
2. Prečno vključiti vidik spola v pedagoške prakse izvajalcev neformalnega izobraževanja;
3. Prispevati k ozaveščanju in usposabljanju mladinskih voditeljev, članov mladinskih društev, neformalnih skupin mladih in splošne populacije o vprašanjih enakosti spolov;
4. Spodbujanje enakopravnega sodelovanja deklet in fantov;
5. Prispevati k vključevanju posebnih skrbi in potreb mladih žensk v organizacijske procese in procese odločanja v različnih vrstah organizacij;
6. Prispevati k integraciji načela enakosti spolov na področju mladine in mladinskih združenj.

---

## IDEJE ZA AKCIJO

Pedagoški komplet o spolu in mladini je strukturiran okoli sedmih tem:

1. Enakost med spoloma;
2. Spolnosti;
3. Nasilje;
4. Sodelovanje in državljanstvo;
5. Izobraževanje in zaposlovanje;
6. Komunikacija, mediji, jezik in podoba;
7. Človekove pravice.

Na začetku vsake teme je podanih nekaj bolj teoretičnih, preprostih, a temeljnih informacij, čeprav niso namenjene objektivizaciji izdelanega teoretičnega področja, temveč kontekstualizaciji obravnavanega tematskega pristopa.

Nato preidemo na nabor dinamike, povezane s temami. Vsaka dinamika vključuje nabor ključnih besed, ki jih je treba raziskati med izvajanjem dinamike. Na kratko sintetično so predstavljeni vsebina in cilji, zaželeno velikost skupine, trajanje dinamike ter material/oprema in potrebni logistični pogoji.

Nato je razložen razvoj dinamike, ki ni nič drugega kot način, kako nadaljevati z uporabo dinamike. Nazadnje so podana nekatera opažanja v obliki tem za razpravo, naprednih predlogov in/ali dinamičnih izpeljav.

Na ta način je mogoče spremljati in teoretično prilagajati skupine na usposabljanju, predstavljene teme pa povezovati v širšem kontekstu usposabljanja.

---

Že na začetku kompleta je predvidenih nekaj dinamik, ki izpolnjujejo cilj »ogrevanja« in/ali »prebijanja ledu«, kar kaže na njihovo uporabo, ko se skupina začetno seznanila ali ko se uvede tema.

Pomembno je poudariti, da ta komplet nima zaporedne logike.

## **PREDNOSTI**

Ta komplet je zbirka pedagoških orodij, ki je delovna osnova za vključevanje vidika spola v mladinsko delo. Ta komplet združuje dinamiko, ki temelji na načelih neformalnega izobraževanja, in predstavlja integriran, koherenten in lahko prisvajajoč in razširjen nabor orodij za delo z mladimi.

Na ta način želi narediti še en pomemben korak pri usposabljanju mladinskih organizacij oziroma organizacij, ki delajo z mladimi, o vprašanih enakosti spolov in možnostih med dekletimi in fanti.

Ravno pomanjkanje instrumentov, ki spodbujajo vključevanje razsežnosti in perspektive spola v okviru mladinskih združenj, je motiviralo ta projekt, katerega namen je predvsem prispevati k integraciji načela enakosti spolov v mladinska združenja, v formalne in neformalne skupine mladih. in pri delu, ki ga nekateri javni in zasebni subjekti razvijajo z mladimi. Cilj jim je zagotoviti instrument, ki jim omogoča, da na prečni način pristopijo in delajo na različnih vidikih in različnih dimenzijah, povezanih s spolom in enakostjo moških in žensk. Na ta način naj bi prispeval tudi k izgradnji kultur in organizacijskih praks, ki vključujejo spol.

Pedagoški komplet za spol in mlade, uporablja neformalno izobraževanje, ki je še posebej učinkovit instrument za aktivno sodelovanje, razvoj osebnih, socialnih, državljskih in poklicnih veščin ter spodbujanje reflektivnega učenja.



---

## TEME

Ta dejavnost obravnava naslednje teme: enakost spolov; spolnosti; nasilje; sodelovanje in državljanstvo; izobraževanje in zaposlovanje; komunikacija, mediji, jezik in podoba; človekove pravice.

## VIRI

[http://tk.redejovensigualdade.org.pt/kitpedagogico\\_rede.pdf](http://tk.redejovensigualdade.org.pt/kitpedagogico_rede.pdf)



---

## "Pedagoški komplet o spolu in mladini - Neformalno izobraževanje za integracijo načela enakosti spolov v mladinsko področje"

Ta vodnik je del zbirke Guias para Famílias, zbirke, ki jo je razvil APAV z namenom vključevanja družin v preprečevanje nasilja in spodbujanje enakosti spolov. Namen vodnikov je senzibilizirati družine za ključne vidike preprečevanja nasilja in jim ponuditi strategije, ki jih je mogoče enostavno vključiti v družinsko dinamiko. Uporaba teh strategij pri izobraževanju otrok bo družinam omogočila dejavnejšo vlogo pri preprečevanju nasilja in spodbujanju bolj pozitivnih odnosov ter izboljšanju interakcije med otrokom in zadevno družino.

### IDEJE ZA AKCIJO

Preden začnete brati ta vodnik, predlagamo majhno nalogo. Prosimo, odgovorite na naslednja vprašanja z uporabo predstavljenih možnosti (a., b. ali c.).

1. Predstavljajte si, da ste v prometu in nekdo pred vami naredi napako pri vožnji. Vaša prva misel bo verjetno:

- "Kakšen kreten, to je lahko samo ženska!";
- "Ta gospod je bil verjetno samo za trenutek raztresen";
- "Morda je pravkar dobil vozniško dovoljenje in je neizkušen."

2. Ko vidite očeta, kako otroku menja plenico, je vaša prva misel:

- "Mati mora biti zelo zaposlena, da tega ne zmore.";
- »Mama ima res srečo! Oče pomaga pri negi otroka«;
- "Je skrben oče in samo igra svojo vlogo."

- 
3. Glede gospodinjskih opravil se vam zdi pošteno, da:
- V celoti bi jih morale zagotoviti ženske, saj imajo naravno sposobnost skrbeti za dom;
  - Ženska opravi večino opravil, moški pa pomaga (kar je samo po sebi super!);
  - Delite jih na uravnotežen način glede na želje in razpoložljivost.
4. Šola, ki je najbližja vašemu domu, ponuja akrobatsko gimnastiko kot obšolsko dejavnost. Najverjetneje bi bila vaša odločitev:
- Ne dovolite, da bi vaš otrok obiskoval to dejavnost;
  - Spodbujajte svojo hčerko, naj se udeleži, tudi če je izrazila več zanimanja za judo in ji povedala, da je "bolj za deklico";
  - Raziščite zanimanje vašega sina in/ali hčere za to dejavnost in ukrepajte v skladu s tem.
5. Glede uspešnosti otrok pri matematiki in športni vzgoji je vaše mnenje:
- Fantje so pametnejši pri matematiki in tudi pri športu;
  - Možno je, da so nekatera dekleta prav tako dobra ali boljša v matematiki;
  - Tako fantje kot dekleta so lahko uspešni pri obeh predmetih, saj ni odvisno od spola.
6. Izberite možnost, s katero se najbolj poistovetite:
- Dekleta morajo paziti na svojo podobo in način komuniciranja, da so videti vpljudna in ne pritegnejo neželene pozornosti;
  - Fantje gredo lahko zvečer ven prej kot dekleta, saj ne tvegajo toliko;
  - Namesto da bi dekletom govorili, naj bodo previdne s fanti, bi morali več časa učiti fante, naj spoštujejo dekleta in da bodo sposobni jasno prepoznati meje interakcije.
-



---

7. Med spodnjimi izjavami izberite možnost(-i), s katero(-mi) se strinjate:

- Bolj bi morali spodbujati izražanje čustev pri deklicah in manj pri fantih, saj so tako bolj »ranljivi« in »tarče za posmeh«;
- Splošno pravilo je, da dekleta niso dobre voditeljice, zato bi vaši hčerki/vnukinji/nečakinji svetoval, da kandidira za delegatko razreda ali vodjo ekipe;
- Če bi vam sin/vnuk/nečak rekel, da noče več prijateljevati s fantom, ker trenira balet, bi ga to naučilo spoštovanja drugačnosti in mu pomagalo razumeti, da to ne sme biti ovira za prijateljstvo.

8. Če ste odgovorili na večino zgornjih vprašanj, možnost izbire:

- Ta vodnik je bil razvit za vas! Verjamemo, da vam bo ta vodnik pomagal razmisliti o pomenu enakosti spolov pri rasti in razvoju otrok. Veselo branje!
- Enakost spolov vam ni čisto tuja! V vodniku predlagamo razmišljanja in dejavnosti, ki vam bodo pomagale pri ozaveščanju in izobraževanju otrok o vprašanih enakosti spolov. Veselo branje!
- Ste na pravi poti! Verjamemo, da vam bo ta Vodnik pomagal, da postanete (še bolj) aktivni pri ozaveščanju in izobraževanju otrok o tej temi. Veselo branje!

---

## PREDNOSTI

Kot smo že videli, ima družina pomembno vlogo pri oblikovanju otrokovih interesov in projektov. V družini bodo oblikovali svojo identiteto, razvili vrednote in se odločali.

Otroci se učijo tako, da opazujejo in posnemajo vedenje in odnos ljudi v svoji družini, zato so njihova dejanja ključnega pomena za poudarjanje ali zmanjšanje razlik med spoloma.

Če torej svojega sina ali hčerko učite in dokazujete, da je bistveno spoštovati vse ljudi, ne glede na to, ali so dekleta ali fantje, moški ali ženske, njihova mnenja, lastnosti ali interese, bo ta odnos lažje posnemal. spoštovanja. v odnosu do drugih ljudi.

Na ta način bodo tudi družine otroke pripravljale na vzpostavljanje pozitivnih odnosov. Tako ne bodo le bolj sposobni izbirati svojih odnosov, temveč se bodo tudi umaknili in zavrnili odnose, ki jih dojemajo kot neenakopravne in nasilne.

## TEME

Ta dejavnost obravnava naslednje teme:

- enakost med spoloma
- pozitivni družinski odnosi
- ozaveščati o enakosti

## VIRI

[https://apav.pt/publiproj/images/yootheme/PDF/Guia\\_Familias\\_Sensibilizar\\_Educar\\_Igualdade\\_Genero.pdf](https://apav.pt/publiproj/images/yootheme/PDF/Guia_Familias_Sensibilizar_Educar_Igualdade_Genero.pdf)

---

## "Projekt Adélia - podpora pozitivnemu starševstvu"

"Projekt Adélia" odraža vse večjo zavezanost Nacionalne komisije za promocijo pravic in varstvo otrok in mladine pri razvoju političnih ukrepov za izgradnjo starševstva brez nasilja in spodbujanje vedenja staršev, ki spoštuje največje interese in otrokove pravice, v skupnosti, sistemski logiki in s poudarkom na preventivi.

Njegovo ime izvira iz "Pingvina Adélia", ki je ena najbolj pridnih, delavnih in starševstvu predanih vrst.

V negostoljubnih razmerah prepotujejo na tisoče kilometrov, da so lahko s svojimi partnerji, se pari in skrbijo za svoje mladiče.

Uporabljajo starševske tehnike in strategije, ki segajo od izvalitve jajc v delnih izmenah do hranjenja mladičev.

Ta program je namenjen:

- Otroci in mladina;
- Družine z otroki in mladostniki;
- Komisije za varstvo otrok in mladine (CPCJ);
- Tehniki in drugi strokovnjaki iz lokalnih subjektov s področja otrok in mladostnikov (ECMIJ), ki delajo z družinami;
- Civilna družba.

---

Projekt Adélia se razvija po oseh, ki so med seboj povezane:

**Več zaščite:** Usposabljanje družin za odgovorno starševstvo z razvojem Lokalnih načrtov za spodbujanje in varstvo pravic otrok in mladine (PLPPDCJ), zagotavljanje učinkovitega sodelovanja otrok in aktivnosti, ki omogočajo izboljšanje starševskih veščin.

**Več usposabljanj:** Usposabljanje tehnikov komisij za varstvo otrok in mladine ter subjektov, pristojnih za zadeve otrok in mladine na področju izboljševanja veščin in starševskega delovanja, in sicer usposabljanja v okviru programov Neverjetna leta, “Več družina-mlajši” in “Otroci sredi konflikta”.

Ustanovitev nacionalnega sveta za otroke in mladino z namenom družbene in politične participacije, in sicer pri vprašanjih, ki jih obravnava CNPDPCJ, kot so otrokove pravice.

**Več pozitivnih družin:** Ozaveščanje, seminarji, delavnice in akcije za strateško javnost, družine in skupnost v okviru promocije pozitivnega starševstva in pravic otrok in mladih.

**Več socialnih inovacij:** Ideation and Acceleration Program – Design Thinking for Social Innovation. Tekmovanje za inovativne ideje in rešitve za spodbujanje pozitivnega starševstva.

---

## IDEJE ZA AKCIJO

Eden od glavnih ciljev tega projekta je usposobiti tehnike/strokovnjake, ki delajo z otroki, mladostniki in družinami, skozi izvajanje različnih programov, kot so:

-Program »**Neverjetna leta**« je namenjen staršem predšolskih otrok (3-6 let).

Tehniki imajo koristi od usposabljanja, ki bo trajalo tri dni, kar ustreza enaindvajsetim uram, kar jim bo omogočilo dinamiziranje skupin starševskih figur, pri čemer mora biti ta dinamizacija obvezna. Prav tako imajo koristi od šestih srečanj, ki trajajo približno tri ure, nadzora, ki ga zagotavlja FPCEUC (prvo srečanje podpore za pripravo skupin). Starševske skupine bodo imele štirinajst srečanj tedensko, v minimalnem trajanju dve uri in predvidenem času priprave tri ure.

Program »**Parenting Wisely**« je namenjen starševskim figuram prednastnikov in mladostnikov med 10. in 18. letom.

Tehniki imajo koristi od usposabljanja, ki bo trajalo tri dni, kar ustreza enaindvajsetim uram, kar jim bo omogočilo dinamiziranje skupin starševskih figur, pri čemer mora biti ta dinamizacija obvezna. Prav tako imajo koristi od šestih sej, ki trajajo približno tri ure, nadzora, ki ga zagotavlja FPCEUC (prvi je namenjen podpori pri pripravi skupin). Skupine za starše bodo imele dvanajst tedenskih srečanj, ki bodo trajale najmanj dve uri in predvidenim časom priprave tri ure.

---

-Program »**Otroci vmes**« ima kot primarni cilj podporo očetov in mater, da bi zmanjšali konflikte in triangulacijo njihovih otrok.

Tehniki imajo koristi od usposabljanja, ki bo trajalo tri dni, kar ustreza enaindvajsetim uram, kar jim bo omogočilo dinamizirati skupine staršev, ta dinamizacija pa mora biti obvezna. Prav tako imajo koristi od šestih srečanj, ki trajajo približno tri ure, nadzora, ki ga zagotavlja FPCEUC (prvo srečanje podpore za pripravo skupin).

Starševske skupine bodo imele od tri do sedem srečanj na teden, v minimalnem trajanju dveh ur in predvidenem času priprave treh ur.

Poleg programov usposabljanja obstajajo še drugi projekti, ki se izvajajo po vsej državi:

### **Svetov za otroke in mlade**

Ta program se osredotoča na pomen pravice do sodelovanja otrok in mladostnikov v vseh zadevah, ki jih zadevajo, na podlagi načel, zapisanih v Konvenciji o otrokovih pravicah, saj je subjekt pravic temeljnega pomena.

Predstaviti namerava njihove osebne in družinske izkušnje, njihova pričakovanja in razumevanje tega, kaj je pozitivno starševstvo in kako lahko Projeto Adélia prispeva k izboljšanju družinske dinamike.

Predvidena je izvedba 3 Svetov za otroke in mladino na severu, osrednjem in južnem delu države.

- 
- Starost otrok in mladine: 12 do 18 let
  - Namenjena je heterogena sestava, ki je čim bolj reprezentativna z udeleženci iz različnih etničnih skupin, kultur in kontekstov.
  - Zaželen je intervencijski model, razvit v neformalnem, motivacijskem in dinamičnem kontekstu, z uporabo avdiovizualnih virov in orodij, in sicer filmov, aplikacij, iger, med drugim
  - Ukrepi bodo v bistvu usmerjeni v »Razmišljanje o pozitivnem starševstvu z otroki in za otroke« v različnih sociokulturnih kontekstih.

## **PREDNOSTI**

Program Adélia je varen kraj, kjer se spodbuja sodelovanje in avtonomija otrok ter njihovo zdravje, socialno in čustveno dobro počutje glede na njihove značilnosti in starost.

Starševsko opolnomočenje družin je mišljeno z materializacijo formalne mreže za varstvo otrokovih pravic, ki zagotavlja okrepljene in zaščitne starševske odnose že na prvi stopnji posega.

## **TEME**

Ta dejavnost obravnava teme:

- Pozitivno starševstvo
- Pravice otrok
- Pozitivne družine
- zaščita otrok



---

## VIRI

<https://www.cnpdpcj.gov.pt/adelia-apoio-a-parentalidade-positiva>

Youtube video: <https://youtu.be/xXCMDWQogvg>

PPT Presentation:

[https://www.cnpdpcj.gov.pt/documents/10182/15534/ad%C3%A9lia\\_apresenta%C3%A7%C3%A3o+projeto/a23ef188-db86-4779-8767-34d0ce4649ec](https://www.cnpdpcj.gov.pt/documents/10182/15534/ad%C3%A9lia_apresenta%C3%A7%C3%A3o+projeto/a23ef188-db86-4779-8767-34d0ce4649ec)



---

## "Priročnik EQUI-X"

Eden od velikih izzivov pri spodbujanju enakosti in nediskriminacije je zmožnost preoblikovanja z delovanjem, ki ga pripelje iz abstrakcije v resničnost, iz načel v konkretno.

Ta priročnik in projekt, na katerem temelji, sta inovativna in pionirska v odzivu na ta izziv: za proizvedeni instrument in za področja intervencije. Prvič, ker ponuja resnična podpora orodja za delo z mladimi v formalnem in neformalnem izobraževalnem okolju, jih opolnomoči, da se sprašujejo o stereotipih, s katerimi živijo, jih omejujejo in ki jih reproducirajo v vsakdanjem življenju. In to so edinstvena orodja, ker temeljijo na strukturiranih in preizkušenih metodologijah ter so vsebinsko celovita, od konceptov do praktičnih vaj, do konkretnih vprašanj, alternativnih scenarijev in virov. In drugič, ker to počne na področjih posredovanja, kjer je ta pristop še premalo razvit.

Priročnik EQUI-X ustreza materializaciji istoimenskega projekta, ki ga je razvila CES-Univerza v Coimbri v sodelovanju s Promundo Portugal med januarjem 2018 in decembrom 2019. Cilj EQUI-X je bil spodbujati pravično moškost in spol. enakost med mladimi, starimi od 12 do 18 let, v javnih šolah 2. in 3. cikla osnovnega izobraževanja in mladimi istega starostnega obdobja, ki služijo izobraževalne ukrepe v izobraževalnih središčih v Coimbri, Lizboni in Vila do Conde. Skupno je ekipa CES izvedla 52 izobraževanj s skupno 122 mladimi, 63 fanti in 59 dekleti.

---

## IDEJE ZA AKCIJO

Priročnik EQUI-X je razdeljen na 6 razdelkov/tematskih blokov: Spol; moškosti; Mediji in moškosti; Spolno in reproduktivno zdravje; Nasilje in raznolikost; Očetovstvo in skrb.

Vsak modul vsebuje:

- zbirno tabelo delavnic, ki ga sestavljajo;
- uvodno besedilo
- spremno besedilo;
- načrte sej za vsako delavnico (z navedbo ciljev, priporočenega trajanja, potrebnih materialov, nasvetov za operacionalizacijo in operacionalizacijo ter tudi materialov za podporo dejavnosti);
- vire za podporo temi (vključno z na primer časopisnimi članki, videi, filmi, infografikami, ustreznimi institucijami in/ali informacijami o tem, kako zaprositi za pojasnilo ali pridobiti pravno in psihološko pomoč);
- dopolnilno branje.

Pred delavnicami sta vključena tudi del splošnih smernic za izvajanje programa EQUI-X in drugi, ki je namenjen facilitaciji izobraževalnih skupin. Na koncu priročnika je glosar. Tematske sklope je mogoče izvesti v celoti ali delno, pri čemer se delavnice prilagajajo potrebam posamezne skupine mladih, institucijam, v katerih so, ter času, formatu in prostoru, ki ga imajo na voljo za program.

Pred začetkom dela z mladimi je pomembno, da voditeljska ekipa prebere celoten priročnik, da bi razumela njegovo strukturo in vsebino.

---

Priporočeno trajanje 42 delavnic v tem priročniku je od 15 minut do 2 uri. Te dejavnosti je mogoče razvijati v različnih okoljih, vključno s šolami in izobraževalnimi centri, za katere so bile zasnovane, pa tudi v klubih ali mladinskih društvih, in so najbolj produktivne, če se izvajajo v majhnih skupinah od 10 do 20 udeležencev. Cilj delavnic ni, kot boste videli kasneje v tem priročniku, poučevanje ali "indoktriniranje" - in to je zelo pomembno opozoriti, ampak zagotoviti varen prostor za razpravo, kjer se mladi moški in ženske dobro počutijo ob razmišljanju o spolu, moškosti, odnosih, nasilju na podlagi spola, zdravje in oskrba ter nudijo priložnosti za razmislek o veščinah, ki so potrebne za zmanjšanje sprejemanja tveganj, in spodbujanja mladih moških in žensk, da ravnajo bolj enakopravno. Na bolj egalitarne načine.

## **PREDNOSTI**

Primarna preventiva je kritično področje posredovanja na področju nasilja nad ženskami in nasilja v družini. Bistvenega pomena je delati na veščinah odnosov in nenasilnem vedenju, ustvarjati orodja in širiti prostore za delovanje s preizkušenimi metodologijami in s časom dokazanimi učinki. To je vrzel, ki jo je treba zapolniti, saj bo le s posredovanjem navzgor možno dolgoročno odpraviti nasilje.

Ta projekt je nedvomno ambiciozen in poln upanja, saj s posegom v bazo mladim vrača svobodo.

Njegov namen je podpirati vzgojitelje in druge strokovnjake, ki temeljijo na pristopu enakosti spolov in učnem procesu, ki temelji na osebnih izkušnjah in usposabljanju deklet in fantov, da bi razvili potrebne veščine za preizpraševanje neenakih in škodljivih odnosov, ki prispevajo k situacijam v kateri spolni stereotipi in celo nasilje na podlagi spola se reproducirajo, tolerirajo ali celo sprejemajo.

---

## TEME

Ta aktivnost obravnava naslednje teme:

- enakost med spoloma
- nenasilje
- državljanstvo in enakost
- nenasilna moškost

## VIRI

<https://cidadania.dge.mec.pt/sites/default/files/pdfs/manual-de-promocao-de-igualdade-de-genero-e-de-masculinidades-nao-violentasequix.pdf>



---

## "Coolkit - igre za nenasilje in enakost spolov"

COOLKIT je bil zasnovan v okviru projekta "Zero Violence", financiranega z ukrepom 7.3 Operativnega programa za človeški potencial (POPH), ki temelji na pilotni izkušnji, ki jo je razvil CooLabora na srednji šoli Quinta das Palmeiras v Covilhãu med akademskim študijem. leto. leta 2010/2011. Bil naj bi vir, ki je na voljo vsem izobraževalcem, bodisi učiteljem, trenerjem, animatorjem, očetom in materam ali prostovoljcem v izobraževalnih dejavnostih, za obravnavanje temeljnih vprašanj z vidika človekovih pravic z mladimi in prispevanje k razvoju kultur, ki spodbuja enakost spolov in nenasilje.

Poleg tega je COOLKIT izobraževalni vir, ki vključuje nabor rekreativno-pedagoških dejavnosti (skupinska dinamika, sodelovalne igre, dejavnosti igranja vlog, med drugimi tehnikami), namenjenih obravnavanju vprašanj spola in delu na veščinah obvladovanja konfliktov z najstniki in mladi.

### IDEJE ZA AKCIJO

Komplet omogoča prilagodljivo uporabo. Predlagane dejavnosti je mogoče uporabiti posamično, odvisno od ciljne publike in ciljev, ki jih je treba doseči. Vsestranskost kompleta je tudi v množici uporabljenih metodologij (razprava o dilemah, kooperativne igre, igranje vlog, gledališki forum, debate itd.) in v njegovi uporabnosti v različnih izobraževalnih kontekstih: šole, prosti čas, mladinska združenja itd. drugi.



---

Ker Coolkit nima sekvenčne strukture, saj naslavlja in daje na voljo materiale iz različnih tem, je priporočljivo, da tisti, ki ga uporabljajo, izberejo igre glede na potrebe in značilnosti ciljne publike, tako da jih lahko uporabljajo samostojno ali v dopolnjevanje z drugimi materiali ali metodologijami.

## **PREDNOSTI**

Coolkit prispeva k ozaveščanju in odpira zdravo razpravo o temeljnih temah z vidika človekovih pravic ter prispeva k razvoju kulture, ki spodbuja enakost spolov in nenasilje. Ker Coolkit nima zaporedne strukture in daje na voljo gradiva iz različnih tem, je priporočljivo, da tisti, ki ga uporabljajo, izberejo igre glede na potrebe in značilnosti ciljne publike, da jih lahko uporabljajo samostojno ali v komplementarnosti z drugimi gradivi ali metodologijami. Tem metodologijam je skupna značilnost, da združujejo igralne in pedagoške vidike, kar izobraževalnemu procesu prinaša številne prednosti:

- dajejo prednost razvoju socialnih interakcij, ki prispevajo k dinamičnemu in sodelovalnemu učenju ter k razvoju socialnih, intelektualnih in čustvenih veščin;
- omogočiti prvoosebno doživljanje in spraševanje o težavah ter njihovo kritično refleksijo;
- sodelujočim nudijo zabavo, s čimer olajšajo učenje, povečajo motivacijo za učenje, ki je prevladujoč dejavnik vsakega izobraževalnega procesa.



## TEME

Cilj predlaganih dejavnosti je spodbujanje enakosti spolov in kulture nenasilja ter obravnavanje različnih vprašanj, povezanih s temi vprašanji:

- spolni stereotipi,
- nasilje na zmenkih,
- ustrahovanje,
- obvladovanje konfliktov itd.

Da bi udeležence kontekstualizirali in olajšali kasnejše pedagoško raziskovanje dejavnosti, je priporočljivo, da na začetku vsake igre oseba, ki je odgovorna za njeno dinamizacijo, na kratko predstavi teme, na katerih se bo delalo.

## VIRI

<https://www.cidadaniaemportugal.pt/wp-content/uploads/recursos/coolabora/coolkit.pdf>



---

## "Igra poklicev"

V zadnjih desetletjih je bilo veliko prizadevanj za spodbujanje vedenjskih sprememb v zvezi z odnosi, normami in družbenimi modeli, ki temeljijo na spolnih stereotipih o domnevnih značilnostih vlog moških in žensk, ki še naprej upravičujejo globoke neenakosti.

Igra Poklici za enakost se je rodila iz potrebe, da bi že v zgodnji mladosti razgradili te predsodke in pokazali, da ni poklicev samo za moške ali samo za ženske. Ta pobuda je združila več subjektov, ki so skupaj in prostovoljno začeli projekt – s prvo igro – katerega cilj je poleg vsebin in informacij o teh temah zagotoviti preproste, interaktivne, vključujoče in izobraževalne igre, ki so na voljo celotni izobraževalni skupnosti in družini.

## IDEJE ZA AKCIJO

Igra Poklici za enakost želi pokazati, da ni poklicev za moške ali ženske. To je vzeto iz spletnega portala, zdaj s prvo igro, ki pa bo napolnjen z drugimi izzivi/igrami in interaktivnimi dejavnostmi ter vsebinami in informacijami o teh temah. Na voljo je celotni izobraževalni skupnosti in družinam z namenom dekonstrukcije stereotipov o spolih povezanih s poklici in dokazovanje, da ne obstajajo samo moški ali samo ženski poklici.

---

## PREDNOSTI

Nujno je treba že od malih nog naprej delati na dekonstrukciji tistega, kar ženskam in moškim omejuje dostop do določenih poklicev ali karier in s tem omejuje njihovo svobodo ter uresničitev polnega življenja in trajnostne družbe.

Otroke je treba izobraževati svobodno in brez spolnih omejitev, ki jih že v zgodnjem otroštvu oddaljujejo od določenih področij dela.

Cilj igre je dekonstruirati ideje o spolnih omejitvah, ki ločujejo moške in ženske pri dostopu do istih priložnosti v življenju ali na delovnem mestu. Z metodologijami igrifikacije se otroci in mladostniki izobražujejo brez spolnih stereotipov in se učijo o enakosti, spoštovanju in človekovih pravicah.

## TEME

Ta dejavnost obravnava naslednje teme:

- enakost med spoloma
- spolni stereotipi
- enak dostop do možnosti

## VIRI

<https://www.jogodasprofissoes.pt/>

---

## Spletna delavnica | Pristop k spolnim stereotipom med mladimi

Spletna delavnica »Pristop k spolnim stereotipom med mladimi« je bila razvita v okviru projekta Rumourless Cities, ki ga vodi občina Amadora. Ta pobuda želi izpostaviti problem negativnih stereotipov med mladimi in predstaviti nekaj primerov dobrih praks za njihovo izravnavo.

Cilj mreže Rumorless Cities Network je v druga evropska mesta prenesti kampanjo »Don't Feed the Rumor!«, dobro prakso, ki jo je razvila občina Amadora, s ciljem preprečevanja diskriminacije, spodbujanja vključenosti in krepitev raznolikosti s preoblikovanjem zaznave, stališča in vedenja.

### IDEJE ZA AKCIJO

Spletna delavnica "Približevanje spolnim stereotipom med mladimi"

Program

14:00 - Dobrodošlica in predstavitev

14.05 – Vpliv spolnih stereotipov na otroštvo – Alison Henderson, Fawcett Society

14:30 - Orodjarna: Vse zvrsti, ampak kako? - Hanna Biller, Avstrijski nacionalni mladinski svet

14:55 - Boj proti spolnim stereotipom skozi poslovni razvoj - Joana Portugal, Ease Project

15:20 - Priročnik za vključevanje načela enakosti spolov in raznolikosti – Emma Withington, Svetovno združenje skavtinj in skavtinj (Waggs)

15:45 - Konec delavnice

---

## PREDNOSTI

Na vse nas vplivajo vprašanja spola. Norme (ali pravila) glede spola nam povedo, kaj je primerno storiti v naši družbi za fante in dekleta, moške in ženske. Zaradi spolnih stereotipov so dekleta in ženske pogosto razvrednotene in imajo nižji družbeni status.

Toge spolne norme in pravila večinoma negativno vplivajo na dekleta in ženske – bolj so nagnjene k omejevanju svoje svobode in mobilnosti, doživljajo epidemične stopnje nasilja in nadlegovanja po vsem svetu ter imajo manj možnosti izbire, kako bodo živele svoje življenje. .



Ta delavnica je namenjena ozaveščanju mladih o obstoju spolnih stereotipov in negativnem vplivu, ki ga lahko imajo na naše predstave o spolu.

Mladim in mladinskim delavcem bo dal orodja za delo in boj proti spolnim stereotipom z dekonstrukcijo idej o spolnih vlogah.

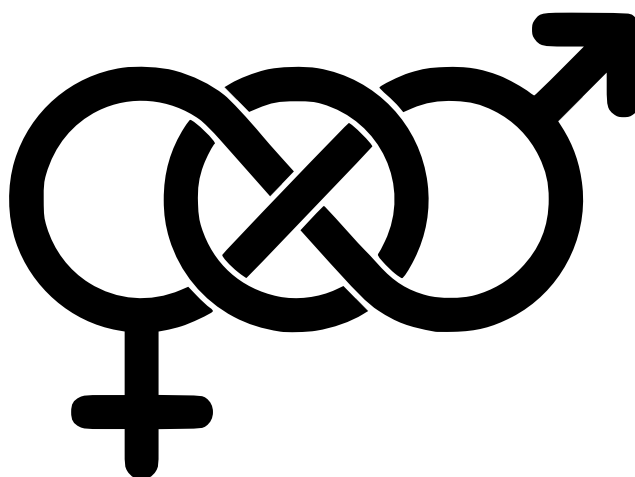
---

## TEME

Delavnica bo zagotovila pregled bolj razširjenih pristopov k enakosti spolov. Gender Mainstream se je na mednarodni ravni obravnaval kot strategija, ki vodi k razumevanju enakosti spolov. Vključuje vključevanje vidika enakosti spolov v pripravo, oblikovanje, izvajanje, spremljanje in vrednotenje politik, regulativnih ukrepov in programov porabe z namenom spodbujanja enakosti med moškimi in ženskami ter boja proti diskriminaciji. Poleg tega bo delavnica podala pregled študij, ki kažejo na vpliv spolnih stereotipov v otroštvu skozi vse življenje.

## VIRI

<https://www.cm-amadora.pt/component/vikevents/?view=event&itid=1263>



---

## Priručnik "Ali je spol?"

Ne glede na specifične obrise vsake kulture, vsake skupnosti, vsake države, obstaja skupna osnova, ki temelji na želji po enakosti.

Če po vsem svetu še naprej obstajajo razmere neenakosti med moškimi in ženskami, je še vedno treba spraševati, ukrepati, spreminjati in to storiti na križanju lokalnega z globalnim.

Ker je svet več kot vsota ljudi; je več kot le vsota težav; vedeti, kako gledati na svet, postane nujno, saj nas popelje veliko dlje od naše domišljije.

Je to spol? je projekt usposabljanja in ozaveščanja mladih o enakosti spolov, raznolikosti in globalnem državljanstvu.

Projekt se ne začne z odgovori, ampak z vprašanji. Prav soočenje z realnostmi nas prisili, da se več sprašujemo, več razmišljamo in delujemo zavestno.

## IDEJE ZA AKCIJO

Ta priručnik za usposabljanje naj bi bil pedagoški vir za spodbujanje enakosti spolov v izobraževalnem in družbenem kontekstu. Njegov cilj je omogočiti izobraževalcem in udeležencem, da pridobijo znanje, vedo, kako delati in vedo, kako biti, ki temelji na ozaveščanju o temeljnih vprašanih enakosti spolov in predlaga pogled na lokalno od globalnega.



---

Na podlagi dokumentarca »Mamãs de Papelão« je priročnik strukturiran na okoli 3 ključnih področij, ki so del razvojnih kompetenc za proaktiven odnos na področju spodbujanja enakosti spolov:

- Globalno državljanstvo
- Raznolikost
- Enakost med spoloma

Ta 3 ključna področja so skupaj ali ločeno izhodišče za učno pot, ki nam omogoča raziskovanje 4 tem, ki nam jih predlaga dokumentarec:

- Družina
- Izobraževanje
- Poklicna dejavnost
- Sodelovanje

Nazadnje, z vidika vsebine, ki je specifično povezana z ozaveščanjem o spodbujanju enakosti spolov, priročnik ponuja naslednjih 5 tematskih sklopov:

- Teme in področja enakosti spolov
- Razvoj miselnosti
- Zgodovinski trenutki
- Mehanizmi za enakost
- Integracija načela enakosti spolov

---

Prav ta struktura omogoča izpolnjevanje učnega procesa, katerega namen je:

- opolnomočenje ljudi za spodbujanje enakosti spolov
- spodbujati preoblikovanje odnosa do enakopravnega življenja
- vključiti vprašanje enakosti spolov v različne sfere človekovega doživljanja
- in razvijati sposobnosti za ukrepanje.

Kot pedagoško orodje, ki je enostavno za uporabo, je priročnik razvit kot neformalni izobraževalni vir, namenjen izvajalcem izobraževalnih in socialnih intervencij, kot so učitelji, socialni pedagogi, sociokulturni animatorji, delavski socialno-izobraževalni programi v korist mladi, mladinski voditelji, med drugim.

## **PREDNOSTI**

Ta priročnik za usposabljanje je namenjen olajšanju dostopa do informacij, spodbujanju razmisleka in opolnomočenja, kritičnemu razmišljanju, poudarjanju pomena enakosti spolov, ki zadeva moške in ženske, v različnih razsežnostih in na več ravneh.

Izhajajoč iz treh ključnih konceptov:

- GLOBALNO DRŽAVLJANSTVO;
- RAZNOLIKOST;
- ENAKOST MED SPOLOMA.

Opolnomočenje skupin mladih za izvajanje globalnega državljanstva in pobud za enakost spolov je poseben cilj, ki ga je treba doseči s projektom.

---

Na ta način projekt prispeva k dvema globalnima ciljema: spodbujanju krepitve globalnega državljanstva v okviru neformalnega izobraževanja; in spodbujanje opolnomočenja mladih za enakost spolov in globalno državljanstvo. Kot glavne cilje in produkte projekta predvidevamo usposabljanje mladih trenerjev na področju enakosti spolov, raznolikosti in globalnega državljanstva, da bodo sposobni usposablјati druge mlade; in izdelava pedagoškega vira, sestavljenega iz tega priročnika za usposabljanje in dokumentarnega filma, ki podpira predlagani učni proces.

## TEME

Glavne teme so:

- enakost med spoloma
- raznovrstnost
- globalno državljanstvo

Predlagan je pedagoški pristop, ki ponuja priložnost za raziskovanje vsebin, ki segajo od različnih področij spodbujanja enakosti spolov do razvoja miselnosti in vključevanja načela enakosti spolov, s poglobljanjem 4 temeljnih razsežnosti za razmišljanje o tej temi z vidika globalnega državljanstva z raznolikostjo kot osnovno vrednoto:

- družina,
- izobraževanje,
- strokovna dejavnost,
- in sodelovanje državljanov

## VIRI

[http://www.rostosolidario.pt/wp-content/uploads/2016/04/Manual\\_%C3%89deG%C3%A9nero.pdf](http://www.rostosolidario.pt/wp-content/uploads/2016/04/Manual_%C3%89deG%C3%A9nero.pdf)

---

## 4.6 SLOVENIJA

### "Oba starša bi morala prevzeti enako odgovornost pri vzgoji otroka, raziskovalna naloga"

#### Enakopravno starševstvo

Današnji svet je precej drugačen od preteklih let tako v starševstvu kot na splošno. Ženske zdaj delajo zunaj doma v večjem številu kot kdaj koli prej. Poleg tega, da so obremenjene s starševsko vlogo, se od njih pričakuje tudi, da imajo službo, skrbijo za otroke, upoštevajo vse urnike in predvsem najdejo čas za vodenje gospodinjstva. To močno obremenjuje mamo in pogosto povzroča težave gospodinjstvu. Oba starša morata zagotoviti, da je vse narejeno, in tudi, da eden od staršev ni popolnoma izčrpan ali zapostavljen v procesu. Poleg enake delitve dela je treba upoštevati tudi druga vprašanja, kot je psihološko in čustveno dobro počutje otroka glede na starševstvo. V gospodinjstvih, kjer si starši delijo enake vloge, so jasne koristi za otroke. Ta dokument bo raziskal prednosti enakopravnega starševstva in razpravljal o morebitni škodi.

#### Nasprotujoča si mnenja

Pomembno je razumeti nasprotujoča si mnenja v zvezi z enakostjo pri starševstvu. Nekateri morda menijo, da stara šola mišljenja o starševstvu še vedno ostaja v gospodinjstvu. Čeprav je opazno in se mnoge družine še vedno držijo te šole mišljenja, bistvo je, da ne bi smele zahtevati ali pričakovati, da mati prevzame vse starševstvo. Pomembno je, da imajo posamezniki možnost izbire in če so te omejene, to ni ugodno niti za starše niti za gospodinjstvo na splošno.

---

## Zgodovinska vrzel v starševstvu

Skozi zgodovino je obstajala nekakšna vrzel v enakosti starševstva. Razlika sega stoletja nazaj v prepričanja, da so matere bolj skrbne, očetje pa bi morali biti hranilci družine. Sčasoma in z veliko raziskavami je bilo ugotovljeno, da imajo očetje lahko in bi morali imeti enako vlogo kot matere.

Razlogi temeljijo na razvoju otroka. Po mnenju Stephensona je v mnogih primerih razlog, da se očetje ne morejo enakovredno vključiti v starševstvo svojega otroka, neenakost vladne politike in politike zaposlovanja (2010).

## Odsotni očetje & vpliv

Velik poudarek je bil namenjen enostarševskim gospodinjstvom, zlasti kadar je oče odsoten. Raziskave so pokazale, da se očetovska bližina, ki je prisotna po ločitvi, zmanjša za 57 % (Doherty & Craft, 2011). To je verjetno posledica manj porabljenega časa ali tudi težav s trenji med mamo in očetom.

## Zanikanje miselnosti stare šole EFUTI

Z leti se je veliko spremenilo, od različnih vrst zabave do načinov, kako posamezniki sodelujejo v svojih odnosih. Pravice žensk so se povečale vsepovsod in starševstvo ne bi smelo biti nič drugačno. Medtem ko mnogi verjamejo, da bi morale biti ženske osvobojene, obstaja tudi zaskrbljenost glede pravic moških v zvezi s starševstvom. Ženske bi morale imeti pomoč in ne biti obdavčene s polno odgovornostjo skrbi za svoje otroke. Ob tem je pomembno tudi zagotoviti, da so očetje spoštovani kot enakopravni glede starševstva in skrbi za svoje otroke (Baskerville, 2007).

---

## IDEJE ZA AKCIJO

To raziskovalno nalogo bi lahko uporabili za izdelavo kartic aktivnosti z vprašanji za mnenja uporabnikov, po zbiranju pa bi lahko reflektirali rezultate in začeli razpravo o enakosti staršev ter iskanju novih idej in rešitev.

## PREDNOSTI

- Čuječnost pri starševstvu
- Enakost spolov v starševskih vlogah

Preko različnih mnenj udeležencev daje mladim razmislek o danem članku, tudi izboljšanje lastne vrednosti in nove pristope v starševstvu.

## TEME

Enakost spolov, starševstvo sodobnega časa

## VIRI

<https://essays.io/both-parents-should-assume-equal-responsibility-in-raising-a-child-research-paper-example/>



## "Kako lahko starši spodbujajo enakost spolov doma"

Enakopravnost spolov je pogosto obravnavana tema, vendar ste gotovo opazili, da razprava nikoli nima razumnega zaključka. Majhne stvari, drobne pripombe, ki jih ljudje izrekajo v vsakdanjem življenju, kažejo, kako ogromen je ta problem. 'Zakaj jočeš kot punčka?' je pogosto ponovljena opazka, ko mali deček joka. Ko se otrok rodi, se ljudje odločijo za različne vloge fantkov in deklic. Igrače, kot so punčke in kuhinjska oprema, bodo vedno za deklice, pištole in avtomobili pa za dečke. Kot starš se spodbujanje enakosti spolov doma začne pri vas.

### **Zakaj je pomembno otroke učiti o enakosti spolov?**

Otrokov o enakosti spolov ne morete učiti samo enkrat v življenju in pričakovati, da si bodo to zapomnili vse življenje. To bi moral biti stalen proces – del njihove vsakodnevne vzgoje. Neenakomerna vzgoja sina in hčerke ima lahko katastrofalne posledice. Fantje, ki so vzgojeni kot privilegirani ali pa jim je dano več priložnosti, svobode, odraščajo z miselnostjo, da so superiorni svojim sestram in ženskam nasploh. Če deček med odraščanjem opazi, da njegova mama ali sestra vedno delata v kuhinji, lahko misli, da je to ženska služba. Nespoštovanje in neupoštevanje žensk lahko postane nekaj normalnega za fanta, ki je odrasel s to miselnostjo. Nasilje v družini, predvečer draženja so posledice te miselnosti.

Včasih tudi dekleta začnejo sprejemati spolno opredeljene vloge. Lahko odrastejo z nizko samozavestjo, nizko samozavestjo in se za zaščito ozirajo na moške v svoji družini. Vendar bi morale biti v tej dobi ženske svobodne in bi morale imeti možnost, da v življenju počnejo, kar hočejo. Če želite, da vaši otroci odrastejo v samozavestne in prijazne, morate z njimi ravnati enako. Povejte svojemu sinu, ko naredi kaj narobe, nato pa storite enako tudi svoji hčerki.



---

## IDEJE ZA AKCIJO

Odličen vir za odprto razpravo z mladimi o naslednjih temah:

### 1. Bodite zgled

Pokažite takšno vedenje, kot ga pričakujete od svojih otrok. Kot mož in žena morata drug z drugim govoriti spoštljivo, si deliti gospodinjska opravila in skupaj opravljati druga opravila. Naj vaši otroci opazijo, da delate skupaj kot ekipa. Naj vidijo, da ni dolžnost ženske kuhati večerjo za vse v družini ali odgovornost moškega, da kupuje živila v trgovini. Ko vaši otroci to opazijo, se bo to odrazilo tudi v njihovem vedenju. Zato bodite dober zgled.

### 2. Oba sta posebna

Ne pokažite prednostnega vedenja do nobenega od svojih otrok ali bodite strogi do fantov in mehki do deklet ali obratno. Nekateri starši se obnašajo do deklet, kot da so iz porcelana.

Že zdaj jim dajejo občutek, da so šibki in jih je treba ves čas varovati. Ti starši pa so do fantov ostri. Če ne tolerirate slabega vedenja sina, ne opravičujte slabega vedenja hčerke. Očitajte jih ali jih na enak način cenite za njihovo slabo ali dobro vedenje.

### 3. Vsa gospodinjska opravila so enaka

Otroci naj v enaki meri pomagajo pri gospodinjskih delih glede na svojo starost, ne glede na spol. Naj si delijo delo z vami, pa naj gre za pranje avtomobilov, pomivanje posode v kuhinji, seklanje zelenjave, obešanje oblačil, nakupovanje gospodinjskih stvari itd. Obema je treba dati vse vrste dela, ne da bi ju označili za žensko ali moško delo.

---

#### **4. Pazite na svoj in njihov jezik**

Pred njimi ne uporabljajte žaljivega jezika, še posebej ne tistega, ki zaničuje in omalovažuje žensko. Preprečite jim uporabo kletvic. Na splošno starši, zlasti oče, spregledajo sinov grd jezik. Sinu je treba dati vedeti, da ni vredno preklinjati in zmerjati.

#### **5. Uspešna hči ni nadomestilo za sina**

Dekle ima svoje mesto kot hči. Tipičen refren, ki ga starši uporabljajo za uspešno hčerko z mnogimi dosežki, je: "Ona ni moja hči, ona je moj sin." Zakaj? S tem zanikate njen trud in ji posredno sporočate, da so sinovi boljši od hčera.

#### **6. Nauči ju oba, da bosta samoodvisna**

Naučite jih življenjskih veščin za preživetje, ko ste sami, kot so kuhanje, čiščenje, pranje, likanje in popraviljanje oblačil, manjša popravila v hiši in okoli nje.

#### **7. Spodbujajte jih, naj delajo, kar hočejo**

Če hoče hčerka igrati nogomet, ji to dovolite, če se želi sin vpisati v kuharske ali plesne tečaje, mu dovolite.

#### **8. Nastavite enako policijsko uro za oba**

Čas, ko se oba vrneta domov po večeru, naj bo enak. Ne podaljšujte časa za svojega sina.

#### **9. Enakomerna delitev premoženja za oba**

Naj vedo, da sta oba enakovredna dediča starševskega premoženja.

---

## 10. Čas za družinske vezi

Pogovarjajte se o skupnih vprašanjih in bodite pozorni na oba enako. Glejte z njimi "mehke" filme s pretežno ženskimi liki in tiste, ki veljajo samo za dečke. Dovolite, da oba jokata med gledanjem.

Če se bo enakost spolov izvajala doma, bo svet veliko boljši kraj za življenje, zlasti za ženske.

### PREDNOSTI

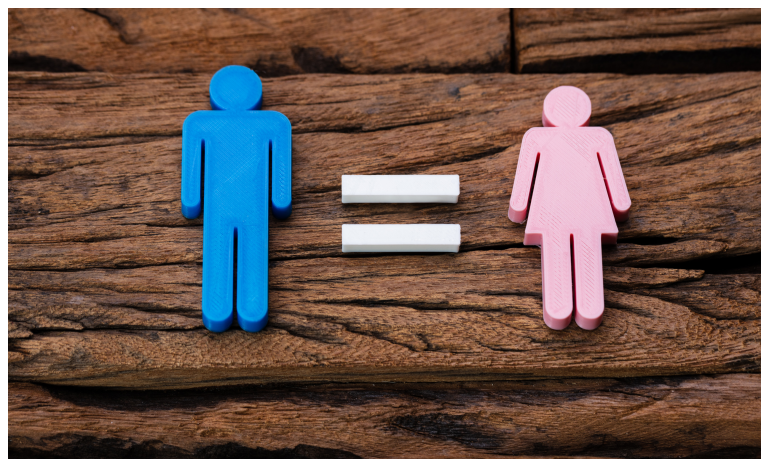
Skozi odprto razpravo bodo mladi dobili boljšo sliko o tem, kaj pomeni enakost spolov v družinskem življenju.

### TEME

Enakost spolov, starševstvo

### VIRI

<https://parenting.firstcry.com/articles/how-can-parents-promote-gender-equality-at-home/>



---

## Popolni vodnik za enakopravno starševstvo

Vzgoja otrok ni dolžnost, ki bi jo morala izpolnjevati le mati, ampak odgovornost, ki si jo morata enakovredno deliti oba starša. Mama in oče imata pri vzgoji otroka različni vlogi. Skupaj z novo fazo starševstva prihaja pritisk vodenja hiše, skrbi za družinske člane in dela za preživetje.

Minili so časi, ko naj bi moški hodili v službo, medtem ko morajo ženske usklajevati kariero in otroke. Življenje, v katerem vam ni treba biti edini preskrbljevalec kruha ali omejen v hiši, da skrbite samo za otroke in hišo; ni treba, da si del odločitve nekoga, ampak skupaj sprejemaj odločitve za otroka in družino kot celoto, kjer veš, da boš naredil vse, ne pa da boš sam prenašal pritisk, to je enakopravno starševstvo. To presega samo skupno skrb za otroke.

### Kdaj je pravi čas za začetek enakopravnega starševstva?

Ni pravega časa, da bi enakopravno začeli starševstvo. Začne se s 1. dnevom vstopa v starševstvo. Mamice po porodu prestajajo veliko bojev, napor pa zahteva tudi skrb za otroka. Torej, ta faza sama začne vašo pot deljenja starševstva.

Ni ga starša, ki ne bi rad užival v prvih trenutkih svojega otroka in opazoval, kako odrašča. Kaj pa deli, ki zahtevajo ves trud? Začenši z neskončnim jokom, hranjenjem, menjavanjem plenice do obvladovanja izbruhov jeze in pomoči pri učenju, morajo matere same obvladati težji del. Tudi očetje bi morali poskusiti, najprej z malenkostmi, nato pa postopoma prevzemati odgovornosti.

### Na novo napisana pravila starševstva:

- Načrtujte stvari, ki jih boste razdelili.
-

- 
- Vloge in dolžnosti ne smejo biti vezane na enega od staršev.
  - Dojenčki se ponavadi zbujajo sredi noči, zato lahko zamenjava ur spanja pomaga pri pravilnem in dobrem spanju.
  - Ko bo otrok začel hoditi v šolo, si med seboj razdelite predmete, ki jih boste poučevali.
  - Poskusite biti prilagodljivi pri svojem delovnem času, še posebej, ko je otrok majhen in potrebuje ustrezno nego, ljubezen in pozornost obeh staršev.
  - Razdelite gospodinjska opravila in jih menjavajte, da se izognete dolgočasju.
  - Naredite korak za korakom, tako da se lahko počasi prilagodite tej novi vlogi in njenim načinom.
  - Enakopravno se vključite v otrokovo življenje, da se bo počutil prijetno in odprto za oba.
  - Nazadnje, uživajte v skupnem delu in urejanju stvari, namesto da bi imeli občutek, da je to breme.

Takšna skupna prizadevanja ne le zmanjšajo pritisk in stres z ramen ene osebe, ampak tudi pomagajo pri razbijanju stereotipov o spolu. Študije so pokazale, da enakopravno starševstvo pomaga zmanjšati možnosti za poporodno depresijo, ki jo pogosto opazimo pri novopečenih materah. Otroci imajo tudi koristi, saj to, kar vidijo že od otroštva, sčasoma zanje v prihodnosti postane normalno. To jim bo pomagalo, ko stopijo v odraslost. Če je vaš otrok prestopil fazo malčka in želite že v tem trenutku začeti z delitvijo vlog, je to mogoče tudi takrat. Ni pomembno, ali začnete od začetka ali kadar koli spoznate to resnico enakopravnega starševstva, saj nikoli ni prepozno, da se stvari popravijo. Pogovorite se s svojim partnerjem o težavah, s katerimi se soočate, zakaj potrebujete njihovo podporo, in ne pozabite se o tej spremembi rutine pogovoriti tudi z otrokom, saj mora vedeti, kaj se dogaja, da ne bo motenj pri usklajevanju.

---

## **Kako je enakopravno starševstvo koristno za otroke?**

Poleg tega, da koristi staršem pri delitvi odgovornosti, je to koristno tudi za otroke, saj lahko preživijo nekaj kakovostnega časa z vsakim od staršev in pri tem razvijejo dobro in zdravo vez. Redni stiki z obema staršema naredijo otroka odprtega za pogovore, deljenje težav, spraševanje po rešitvah in usmerjanje od njih.

Dandanes najstniki ponavadi iščejo pomoč pri zunanjih osebah, ki lahko dajo napačne predloge, kar bi lahko škodilo otroku, a če to pomoč najdejo doma, potem ne bo treba iskati drugje.

Če eden od staršev ni v stanju, da bi se z njim pogovarjal ali kakor koli pomagal otroku, lahko brez oklevanja in premisleka poišče pomoč pri drugem staršu, saj imata že dobro stopnjo razumevanja in navezanosti. oba.

## **Ovire za enakopravno starševstvo in kako jih premagati:**

To je nekoliko nov način starševstva, ki ga lahko sprejme starejša generacija, zato lahko povzroči težave. Toda poskušanje, da bi razumeli njegovo nujnost in pomembnost, bi lahko delovalo kot izhod. Naj se naučijo, da sta dve glavi boljši od ene.

Eden od partnerjev morda ne bo sposoben pri določeni stvari delati stvari tako kot drugi ali morda slabše. V takih situacijah poskušajte sprejeti in razumeti dejstvo, da se vsaj trudijo po svojih najboljših močeh, da bi vam ponudili roko, in cenite njihov trud. Izogibajte se temu, da bi jih kritizirali in jih obsojali, ker določenih stvari ne delajo popolno.

Ozkogleda družba vas bo morda kritizirala, ko boste šli nekonvencionalno, vendar jim pokažite, kako lahko oba uspešno vzgajata otroke na ta način.



---

## IDEJE ZA AKCIJO

Ta članek je lahko osnova za sodelovanje mladih, da poskušajo opredeliti pravila v enakosti starševstva, prav tako je možno v mladinskih centrih združiti nove poglede in izvesti delavnico za bodoče starše.

## PREDNOSTI

Čuječnost, reševanje problemov, komunikacijske sposobnosti. Skozi članek in razpravo bodo mladi dobili nove poglede na enakost v starševstvu.

## TEME

Ovire v starševskih vlogah, kako postati boljši starš..

## VIRI

<https://ezyschooling.com/parenting/expert/equal-parenting>





---

## "11. Načini za spodbujanje enakosti v starševstvu"

Enakopravno starševstvo ni več tuj koncept. Samo pojdite v katero koli trgovino z živili v torek ob 10. uri dopoldne in videli boste vsaj en model današnjega očeta: dojenčka ima pripetega v nosilko in svojega malčka vozi po hodnikih v slogu dirkalnega avtomobila. In ko se koncepti starševstva spreminjajo, morajo mame in očetje krmariti v zahrbtnih vodah vlog in odgovornosti. Iščete nasvete, kako to narediti?

Tu je 11 načinov za ustvarjanje enakopravnega gospodinjstva:

### 1. Bodite ekipa

Ne bi smeli biti monarh in vaš mož ne bi smel biti diktator. Bodite prepričani, da se držijo skupaj in delujejo kot čaj

### 2. Opustite miselnost "preskrbovalca kruha".

Ni pravila, ki pravi, da mora moški domov prinesti slanino, ženska pa jo mora popeči v ponvi. Ponovno premislite o svoji situaciji in se odločite, kdo naj dela s polnim delovnim časom in ali naj eden od vaju poskuša delati od doma ali ne.

### 3. Načrtujte čas zase

Enakopravno starševstvo presega delo in skrb za otroka. Prav tako je pomembno, da si naredite urnik, ki bo omogočal, da imate tako vi kot vaš partner nekaj časa zase. Morda lahko priredite dekliški večer, medtem ko vaš mož pazi na otroke, nato pa lahko naslednjo nedeljo gre gledat tekmo s svojimi prijatelji.

---

#### **4. Načrtujte čas za pare**

Tudi vi in vaš partner si morata vzeti nekaj časa, da ga preživita skupaj – brez otrok. Le nekaj ur dopusta lahko pomaga zagotoviti, da bosta oba v igri za starševstvo!

#### **5. Poskrbite, da oba preživita čas sama s svojim novorojenčkom**

Toda ne glede na to, ali se vi ali vaš mož najprej vrnete na delo, je pomembno, da se oba že od samega začetka trudita vzpostaviti stik z otrokom. Poskrbite, da bosta oba našla čas za kopanje, crkljanje, hranjenje in spoznavanje novorojenčka.

#### **6. Združite svoje starševske stile**

Preden ste se poročili, je vaš mož morda živel v stanovanju, polnem usklajenega pohištva Ikea, medtem ko ste se vi pojavili v svoji prvi hiši s svojimi eklektičnimi najdbami na dvorišču. Lahko ste združili svojo estetiko oblikovanja, zdaj pa morate storiti enako s svojimi starševskimi slogi. Enakopravno starševstvo bo lažje, če ste na istem že od začetka.

#### **7. Ustvarite tabelo opravil**

Ti majhni priročni izumi niso samo za otroke! Držite pesti in upanje, da se bo vaš zakonec lotil polovice opravkov, verjetno ne bo šlo v vašo korist, lahko naredite seznam. Ustvarite grafikon vseh nalog, ki jih je treba opraviti – od čiščenja kopalnice do vožnje otrok na nogometni trening – in določite, kdo bo prevzel posamezno odgovornost za ta teden. Pazite, da si delo razdelite čim bolj enakomerno.

---

## 8. Spremenite stvari

Razdelite dolžnosti in jih nato zamenjajte! To vam in vašemu zakoncu omogoča, da raziščeta vse vidike starševstva, vašim otrokom pa tudi pokaže, da njuna mama in očeta nista opredeljena z določenimi vlogami.

## 9. Zavržite ideal 50/50

Bodite realni glede tega, kaj v resnici pomeni 'enakopravnost'. Včasih boste morali delati pozno in bo moral vaš partner prevzeti čas za večerjo, posodo in kopanje. Starševska popolnost ni vedno dosegljiva, vendar je v redu. Včasih bo 50/50 videti bolj kot 60/40.

## 10. Vzdržite se prekoračitve

Helikopterske mame (ali očetje) niso dovoljene v enakem starševstvu.

## 11. Nenehno komunicirajte

Kar deluje danes, morda ne bo delovalo jutri - in to mora vedeti tudi vaš zakonec. Usedite se in se pogovorite o tem, kaj za vsakega od vas pomeni biti 'enakovreden', kako si želite razdeliti svoje odgovornosti in kakšne cilje bi radi postavili svoji družini. Če stvari ne gredo po načrtih (in kdaj gredo?), se prepričajte, da sporočite, kaj je treba spremeniti.

## IDEJE ZA AKCIJO

Mladi lahko z dramskimi dejavnostmi in igrami izvajajo pozitivno vedenje, tako da v živo dobijo občutek o tem, kaj je pomembno, in o pasteh.

---

## PREDNOSTI

- Komunikacijske sposobnosti
- Čustvene sposobnosti
- Samorefleksija

Mladi bodo pridobili vpogled v to, kako spodbujati enakost pri starševstvu.

## TEME

Medosebna vedenja v starševstvu

## VIRI

<https://www.care.com/c/equal-parenting-11-ways-to-create-an-equal-h/>



---

## "Kako deliti breme starševstva s svojim partnerjem"

Prešli smo obdobje, ko so mame vse delale privzeto. Očetje želijo prevzeti dejavnejšo vlogo: približno dve tretjini mladih očetov pravita, da bi morali enakomerno deliti skrb, glede na raziskavo Bostonskega centra za delo in družino. Vendar le 30 odstotkov anketiranih to dejansko zmore.

To je zato, ker tudi če sta oba partnerja praktična starša, mame še vedno obvladajo več "duševne obremenitve". Naročimo se pri zdravniku, raziskujemo poletni tabor in pokličemo mamo tistega sošolca, ki se kar naprej prepira z našim otrokom. »Lahko izračunamo čas, porabljen za fizična opravila, kot je čiščenje kopalnice, vendar je veliko težje kvantificirati, koliko ur je potrebnih za to vrsto kognitivnega dela,« pravi Sheryl Ziegler, psihoterapevka iz Denverja in avtorica knjige Mommy. Izgorel. Če govorim kot nekdo, ki je pred kratkim porabil pol dneva za izpolnjevanje obrazcev za vpis v vrtec, lahko rečem: To je veliko. Zakaj je te vrste logističnih starševskih nalog toliko težje pravično razdeliti? In kako premaknemo iglo na to? Da bi ugotovil, sem se pogovarjal s strokovnjaki in družinami, ki že delajo prav to.

### Ženski dejavnik

Mnogi pari navajajo biologijo (in prepričanje, da so mame že po naravi boljše negovalke, ker rojevamo in dojimo) kot razlog, da se znajdejo v neenakem položaju. Res je, da hormoni igrajo vlogo. »Oksitocin, hormon, ki spodbuja navezovanje vezi, med nosečnostjo, porodom in dojenjem narašča,« pravi dr. Alexandra Sacks, reproduktivna psihiatrinja na univerzi Columbia. "To lahko pojasni, zakaj mnoge ženske čutijo željo po primarni negi, vendar so študije pokazale, da se oksitocin poveča tudi pri partnerjih, na primer med dotikom kože na kožo z otrokom."

---

Ona in drugi strokovnjaki trdijo, da gre manj za to, kdo ima otroke, in bolj za to, kako naše razlike krepijo družbena pričakovanja in strukture.

Po podatkih Ministrstva za delo 70 odstotkov očetov vzame manj kot deset dni dopusta po rojstvu svojega otroka, le 13 odstotkov pa jih je med tem dopustom plačanih. Vendar pa raziskave kažejo, da ko očetje lahko vzamejo daljši očetovski dopust, še naprej opravljajo enakovrednejši delež gospodinjskega dela tudi po vrnitvi na delo.

### **Preklopite na "skupno" miselnost**

To je pogosto najtežji korak, saj morata oba preiti iz razmišljanja o sebi kot o »izvršnem direktorju gospodinjstva« in »neposredno podrejenem« v skupino. Če pa se strinjate, da se ta premik mora zgoditi, lahko s tem, da se zavežete k temu, prenehate beležiti rezultate nad tem, kdo zamenja več plenit ali odnese več smeti. Če ste navajeni delati vse, priznajte, da je opuščanje proces. »Pri opravljanju dela je vključeno čustveno delo, vendar je tudi čustveno delo povezano z odločitvijo, da ne opravite naloge – na primer privolitev v pošiljanje vnaprej pripravljenih prigrizkov, namesto da bi na Pinterestu iskali pretkano idejo,« ugotavlja dr. Ramsey.

### **IDEJE ZA AKCIJO**

Ta članek bi lahko dal osnovo za razpravo med mladinskimi delavci in mladimi, da bi našli nove možne rešitve za enakopravnejšo udeležbo v starševstvu.

### **PREDNOSTI**

- Čuječnost pri starševstvu
  - Boljše komunikacijske sposobnosti
  - Čustveno prepoznavanje partnerjev
-

---

Mladostniki lahko ponovijo in se naučijo, kako pomembna je delitev odgovornosti pri vzgoji otroka, in so tudi bolj odprti, ko gre za vloge spolov v družini ...

## TEME

Čuječnost pri starševstvu in enakost spolov.

## VIRI

<https://www.parents.com/parenting/better-parenting/advice/ways-to-share-the-parenting-load-with-your-partner/>





---

## "Kako si vaši starši delijo starševske odgovornosti?"

Kako so pri vas doma razdeljene starševske obveznosti?

Kdo poskrbi, da otroci zjutraj vstanejo in so oblečeni za šolo? Kateri starš kuha? Čiščenje? Košnja trave? Načrtovanje dopusta? Kdo pomaga pri domačih nalogah in prijavih v šolo?

Je v vašem domu enakost? Ali pa še vedno obstaja neenakomerna delitev dela?

### IDEJE ZA AKCIJO

Ta dejavnost je lahko samorefleksija mladih iz preteklega družinskega življenja in kako so videli, kako so njihovi starši medsebojno sodelovali. Na podlagi branja članka je mogoče narediti razpravo za izmenjavo mnenj in izkušenj z vrstniki.

#### **Študenti, preberite celoten članek, nato pa nam povejte:**

— Kako si vaši starši delijo starševske obveznosti? Kako enakovredna je delitev dela?

— Ste zadovoljni s sedanjo ureditvijo? Ali pa bi želeli, da vaši starši preložijo nekatere odgovornosti? Katere in zakaj?

— Avtorica navaja številne primere neenake delitve dela v svojem domu, kot je načrtovanje počitnic, pomoč pri domačih nalogah in vzdrževanje rutine pred spanjem. Kateri primeri se najbolj nanašajo na vaše izkušnje?

— Gospa Lockman pravi, da je »razdelitev dela v domu eno najpomembnejših vprašanj pravičnosti našega časa«. Ali se strinjaš? Kako pomembno je to vprašanje za vas?

---

## PREDNOSTI

Samorefleksija, timsko delo, empatija.

Razmislak o preteklih izkušnjah življenja s starši in njihovem sodelovanju pri starševstvu je koristen za razmislak o tem, kaj je bilo dobro in kaj slabo, ter kako ne ponavljati napak in se izboljšati, da bi bil enakopravnejši starš za svoje prihodnje življenje.

## TEME

Enakopravnost v starševstvu

## VIRI

<https://www.nytimes.com/2019/05/08/learning/how-do-your-parents-share-the-responsibilities-of-parenting.html>



---

## "URE V DNEVU"

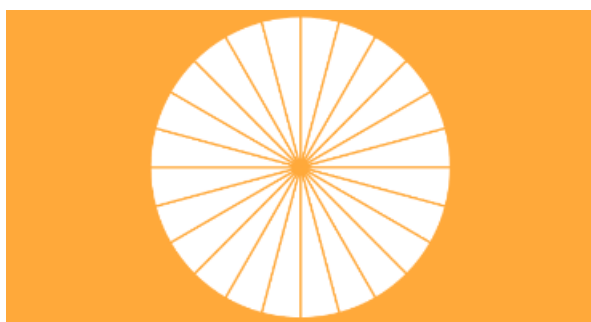
Odsotnost moških pri negi in domačih opravilih je povezana z načinom delitve gospodarstev – na delo »nizke vrednosti« (neplačano skrbstveno delo) in delo »visoke vrednosti« (plačano delo zunaj doma). To je močno povezano z dinamiko spolov, kjer se ženske obravnavajo kot primarni ponudniki oskrbe na domu, moški pa kot ekonomski ponudniki zunaj njega. To spodbuja neenakosti med moškimi in ženskami ter utrjuje dojemanje, da imajo moški večjo vrednost kot ženske v družbi – ključni dejavnik, ki prispeva k izbiri spola pred rojstvom.

Te vloge spolov omejujejo in ustvarjajo ovire za moške in ženske. Ženskam omejuje dostop do priložnosti, da izpolnijo svoje želje, moškim pa preprečuje, da bi prevzeli smiselne in enakopravne vloge v življenju svojih sinov, hčera in partnerjev.

## IDEJE ZA AKCIJO

Vsakemu udeležencu razdelite barvne markerje in prazen list papirja.

Na papir za flipchart narišite velik krog. Članom skupine razložite, da ta krog predstavlja 24-urni dan. Krog razdelite na 24 enakih rezin. Vsaka rezina predstavlja uro v dnevu. Oglejte si spodnji primer.



---

Udeležencem recite, naj to isto sliko narišejo na svoj list papirja.

Zdaj morajo pomisliti na vse različne dejavnosti, ki jih počnejo v tipičnem 24-urnem dnevu. Na primer prehranjevanje, spanje, delo in skrb za otroke. Nato naj pobarvajo število rezin glede na količino časa, ki ga porabijo za vsako dejavnost. Na primer, pobarvajte 6 rezin, da pokažete, da spijo 6 ur. To naj ponovijo za vsako aktivnost, ki jo opravljajo v tipičnem 24-urnem dnevu. Dajte jim 5–10 minut, da dokončajo ta korak.

Ko končajo, naj svoj tipičen 24-urni dan primerjajo z osebo drugega spola ali v manjših mešanih skupinah. Dajte jim približno 10 minut za to razpravo.

### **SKUPINSKA RAZPRAVA:**

V veliki skupini uporabite naslednja vprašanja za razpravo, da razmislite o razlikah med spoloma v 24-urnem dnevu.

- Kakšne so razlike (če obstajajo) med tem, kako moški in ženske preživijo svoj 24-urni dan?
- Zakaj obstajajo te razlike? Ali so ženske »naravno« boljše pri gospodinjskih opravilih kot moški?
- Koliko časa moški in fantje posvetijo skrbi za svoje otroke in družino na splošno? Je to dovolj časa ali ne? Kaj pa kuhanje in čiščenje?
- Zakaj moški v povprečju porabijo manj časa za gospodinjska opravila kot ženske? Kako naši družinski člani, kot je tašča, igrajo vplivno vlogo?
- Kako ta nepravilna porazdelitev dela omejuje možnosti žensk in deklet (na primer za delo zunaj doma)?

- 
- Obstajajo študije, ki kažejo, da so ženske, ki imajo moške partnerje, ki si delijo gospodinjska opravila, bolj spolno zadovoljne v svojih zvezah. Zakaj je tako? Kakšne so druge koristi moških pri delitvi gospodinjskih opravil?
  - Nekateri pravijo, da se pričakovanja glede spola sčasoma spreminjajo. Če bi to risbo naredili še enkrat, vendar za naše starše, kako bi bilo drugače? Kako bi bilo enako?
  - Kaj lahko storite, da bolje razporedite svoj čas in si enakopravno razdelite gospodinjske obveznosti z drugimi člani vaše družine.

## PREDNOSTI

Urejanje časa, timsko delo, komunikacija

### DO KONCA TE SEJE BODO UDELEŽENCI:

- Razmislite o razlikah med moškimi in ženskami glede na koliko časa vsak posveti različnim nalogam v 24-urnem dnevu;
- Razumejo vrednost pravične porazdelitve gospodinjskih opravil;
- Eno ali dve se zavežite, da boste gospodinjska opravila bolj pravično razdelili

## TEME

Enakost, starševska opravila, spoštovanje

## VIRI

<https://www.worldvision.org/wp-content/uploads/caring-for-equality-revised.pdf>

---

## "Kako se ženske in moški izražajo"

Udeleženci se bodo naučili razlike med spolom in spolno identiteto: čeprav obstajajo razlike med moškimi in ženskami, je veliko teh razlik ustvarila družba (spol) in niso del njihove narave ali biološke zgradbe (spol). Mladi moški in ženske se od družbe, družine in prijateljev, zgodovine in kulture učijo, kako delovati in se obnašati na načine, ki ustrezajo njihovemu spolu. Način vzgoje fantov in deklet ima velik vpliv na to, kako se naučijo izražati sebe kot moški in ženske v svojih odnosih, poklicnem življenju in doma. Dekleta se pogosto vzgajajo tako, da izražajo čustva in lastnosti, ki so »tipično ženstvena«, medtem ko se dečke spodbuja k izražanju tistih, ki so bolj »tipično moški«. Ta vaja je namenjena globljemu pregledu rezultatov teh spolno opredeljenih vrst izražanja: kakšne učinke imajo na medsebojni odnos med moškimi in ženskami ter kako lahko ohranjajo škodljive prakse.

### IDEJE ZA AKCIJO

Pojasnite, da bodo na tej seji raziskovali, kako osebno doživljajo spol v svojem življenju.

1. Prosite udeležence, naj začnejo hoditi po sobi v tišini. Ko hodijo po sobi, jim recite, naj hodijo »trdo«, »mehko«, »hitro«, nato »počasi«. Povejte jim, naj bodo pozorni na gibanje svojega telesa, ko hodijo (stopala, noge, roke, roke, trup, vrat in glava). To bo pomagalo udeležencem, da postanejo bolj sproščeni in tudi, da začnejo razmišljati o tem, kako lahko uporabijo svoja telesa za izražanje določenih besed in dejanj.

2. Nato prosite udeležence, naj se postavijo v dve vrsti, obrnjeni drug proti drugemu.

---

---

3. Povejte jim, da boste izgovorili besedo in da se morata dve črti oblikovati v kipe, ki predstavljajo to besedo. VRSTA 1 bi morala narediti kipe, ki bi predstavljali, kako bi ženske izražale besedo, VRSTA 2 pa bi morala izdelati kipe, ki bi predstavljali, kako bi moški izražali besedo. Opomba: moški in ženske so lahko in morajo biti zastopani v obeh vrstah.

4. Prosite udeležence, naj zaprejo oči, preden izgovorite vsako od naslednjih besed.

Lepota

Moč

Jeza

Privlačnost

Nežnost

Ljubezen

Materinstvo

Očetovstvo

5. Potem ko udeleženci izdelajo kipe za vsako besedo, naj odprejo oči ter opazujejo in komentirajo podobnosti in razlike med njimi in kipom, ki ga je naredila oseba nasproti njih.

6. Ko končate, prosite "vrste", naj zamenjajo vloge, in ponovite besede.

### **VPRAŠANJA ZA RAZPRAVO:**

Uporabite spodnja vprašanja za nadaljnje raziskovanje podobnosti in razlik med ženskimi in moškimi kipi ter povezave z življenji in odnosi udeležencev.



- 
- Kako je bilo poskušati se izraziti kot moški, kot ženska? Kaj je bilo težje?
  - Katero besedo je bilo najtežje predstaviti in zakaj?
  - Kakšne podobnosti in razlike ste opazili med 'ženskimi kipi' in 'moškimi kipi'?
  - Med katerimi besedami ste opazili največ razlik? Med katerimi besedami ste opazili največ podobnosti?
  - Če pomislim nazaj na sejo, kako so te podobnosti in razlike povezane z družbenimi pričakovanji o tem, kaj pomeni biti moški ali ženska?
  - Kako te podobnosti in razlike vplivajo na intimne odnose med ženskami in moškimi v smislu, kako skupaj sprejemajo odločitve?
  - Kako te podobnosti in razlike vplivajo na družbene preference med sinovi in hčerami?
  - Katere od teh podobnosti in razlik so škodljive za dobro počutje moških? Ženskam?
  - Kaj bi se zgodilo, če bi se ženske izražale kot moški in moški kot ženske?
  - Kaj ste se naučili pri tej dejavnosti? Ste se naučili česa, kar bi lahko uporabili v svojem življenju in odnosih?

## PREDNOSTI

Enakost, spoštovanje, samorefleksija, kreativnost, komunikacija

Načini vzgoje deklic in fantov ter pričakovanja, ki jih družba postavlja do njih, pogosto vplivajo na to, kako se izražajo. Že zelo zgodaj nas učijo, kako izgledati in se obnašati.

---

Na primer, deklice pogosto učijo, da je v redu jokati in biti nežni, medtem ko dečke učijo, da ne smejo nikoli jokati in morajo biti vedno strogi. Dekleta učijo tudi, naj sedijo s stisnjenimi ali prekrižanimi nogami, naj ne bodo preglasne ali grobe ali se celo ukvarjajo s športom. Ta pričakovanja lahko ohranjajo škodljive stereotipe o moških in ženskah ter omejujejo njihove načine izražanja in vloge, ki jih lahko igrajo v družbi. Pomembno pa je, da se tako ženske kot moški ne počutijo omejene v svojem samoizražanju. Na primer, ko so ženske sposobne pokazati moč in vzdržljivost, moški pa nežnost ali skrb, postanejo bolj samozavestni posamezniki, ki se lažje povežejo drug z drugim in s svetom okoli sebe.

## TEME

Enakost spolov, stereotipi

## VIRI

<https://www.worldvision.org/wp-content/uploads/caring-for-equality-revised.pdf>



---

## 4.7 ŠPANIJA

### Priročnik »Potovanje« - Vključevanje mladih v izobraževanje in ukrepanje za enakost spolov in proti nasilju na podlagi spola

Ta priročnik je rezultat 2-letnih delovnih izkušenj v okviru projekta Nova generacija, ki so ga izvajale lokalne nevladne organizacije iz Španije, Poljske in Bolgarije, kjer smo delali z več kot 1600 mladimi, učitelji in mladinskimi delavci ter jih vključili v šolo. aktivnosti, poletni tabori, kampanje ozaveščanja in usposabljanja.

To je bila zelo opolnomočujoča in včasih polna izzivov izkušnja učenja in rasti, zato smo čutili potrebo, da jo prenesemo na papir in delimo s svetom. V tem priročniku boste izvedeli o uspešnih pristopih, ki smo jih uporabili za obravnavanje teme, o nekaterih konkretnih orodjih, ki smo jih ustvarili in uporabili, o nasvetih in trikih, kako ravnati v različnih situacijah, na katere lahko naletite, in nenazadnje o številnih idejah, kako povečati motivacijo in opolnomočiti mlade za ukrepanje.

Upamo, da vam bo ta priročnik služil kot pripomoček za začetek dela na teh temah z mladimi ali preprosto, da bo obogatil vaš poklicni nahrbtnik z novimi idejami. Yoko Ono in John Lennon sta nekoč rekla: »Sanje, ki jih sanjaš sam, so le sanje. Sanje, ki jih sanjate skupaj, so resničnost.»

Posebni cilji projektov so:

- ponuditi nove metodologije in možnosti usposabljanja za strokovnjake, ki delajo z mladimi v formalnem in neformalnem izobraževanju o vprašanih enakosti spolov in proti nasilju na podlagi spola;
- vključiti vsaj 900 mladih v učne procese, spodbujati razumevanje spola in nasilja na podlagi spola, kritično razmišljanje o spolu in splošno spolno občutljivost;

- 
- izvajati kampanje ozaveščanja o enakosti spolov med mladimi v šolah in njihovih lokalnih skupnostih; - širjenje dobrih praks za preprečevanje in boj proti nasilju na podlagi spola med mladimi, razvitih v okviru projekta.

## IDEJE ZA AKCIJO

Ta priročnik je v glavnem napisan za ljudi, ki delajo z mladimi: mladinske delavce, učitelje, osebje lokalnih in državnih nevladnih organizacij, mladinske voditelje, vrstniške trenerje itd. Opisuje različne izobraževalne pristope in dejavnosti, ki jih je mogoče izvajati v različnih pogojih. (na primer priprava 1-urnega predavanja ali organizacija 5-dnevnega poletnega tabora) in nastavitve (npr. šolski razred ali organizirana prostočasna dejavnost).

Osredotoča se na to, kako delati z mladimi na temo spola in proti nasilju na podlagi spola, z izobraževanjem za ukrepanje. Prvo poglavje priročnika ponuja pregled terminologije in teoretičnega okvira, za katerega menimo, da je potreben za naše delo. Opisuje tudi različne pristope, ki smo jih uporabili v projektu New Generation pri reševanju vprašanj spola in nasilja na podlagi spola. Namen poglavja je ustvariti osnovno razumevanje teme, ki ga lahko kasneje z različnimi aktivnostmi prenesemo v prakso. Vsa naslednja poglavja (2-5) opisujejo proces priprave in izvedbe različnih vrst aktivnosti.

Poglavje 2 vsebuje informacije o tem, kako voditi usposabljanje trenerjev in pripraviti skupino strokovnjakov, ki bodo kasneje delali na temo z mladimi.

---

Poglavja 3, 4 in 5 opisujejo dejavnosti, namenjene mladim: šolske dejavnosti, poletni tabori ter kampanje in akcije ozaveščanja. V vsakem poglavju boste našli informacije o tem, kakšne so prednosti posamezne aktivnosti, kako smo to izvedli v okviru projekta Nova generacija, nekaj praktičnih nasvetov, kaj je treba in česa ne, ter primere konkretnih orodij, ki smo jih uporabili. Spoznali boste konkretna izobraževalna orodja, ki so bila preizkušena, in primere konkretnih akcij, ustvarjenih in izvedenih z mladimi. Priporočamo vam, da aktivnosti prilagodite svojim potrebam (izkušnje, kompetence, stil vodenja) in izberete tiste, ki najbolj ustrezajo vašim ciljem in kontekstu.

Izberite različne vrste dejavnosti in upoštevanje različnih učnih stilov udeležencev je vedno koristno in dodano vrednost. Vsako poglavje vas bo vodilo skozi posebne korake, nasvete in priporočila o tem, kako izvesti aktivnost, od priprave do evalvacije in nadaljnjega ukrepanja.

Na koncu bi vam radi zaželeli veliko sreče, veliko učenja in uživanja v procesu!

## **PREDNOSTI**

Nekateri ljudje so trdno prepričani, da je izobraževanje o spolu in proti nasilju na podlagi spola (GBV) potrebno, drugi pa morda še vedno ne menijo, da je povsem potrebno. Obstajajo države z vidnim napredkom pri doseganju enakosti spolov, obstajajo pa tudi druge, kjer so pravice žensk in LGBTQ skupnosti oziroma ljudi, ki ne ustrezajo binarnim spolnim normam, zelo pogosto kršene, prikrajšane za varnost in soočene z izključevanjem. Prepričani smo, da je izobraževanje o spolu in proti nasilju na podlagi spola zelo potrebno in ne glede na to, kje na svetu se nahajate, obstaja veliko vprašanj, ki se jih je treba lotiti.

S tem projektom nameravamo delovati na področju preprečevanja in boja proti nasilju na podlagi spola med mladimi in jim ponuditi učne procese za ukrepanje na področju občutljivosti na spol.



---

## TEME

Ta dejavnost obravnava naslednje teme:

- enakost med spoloma
- seksizem
- nasilje na podlagi spola

## VIRI

[https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox\\_tool\\_download-file-2266/Manual\\_Journey\\_EN\\_compressed.pdf](https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2266/Manual_Journey_EN_compressed.pdf)



---

## 4.8 TURČIJA

### OČE ŠOLE, CPI

Očetova šola, razvita za Kosovo, je uporabila najboljše švedske prakse, prilagojene lokalni kulturi in normam. Model je institucionaliziral Center javnih iniciativ (CPI) in želi okrepiti vlogo in odgovornost očetov v življenju otrok ter spremeniti stereotipe o spolnem vedenju v družini in družbi.

#### IDEJE ZA AKCIJO

Voditelji očetovske šole morajo izpolnjevati tri kriterije: imeti otroka, imeti pozitivno očetovsko izkušnjo in biti usposobljeni za vodenje očetovske šole. Prav tako se manj obravnavajo kot posredniki in bolj kot učitelji, od njih se pričakuje, da poznajo trenutno zakonodajo o javnem zdravju, sociodemografske značilnosti za Kosovo ter ustrezne mednarodne konvencije in sporazume, ki vplivajo na pristope k dejavnostim očetove šole, kot je Konvencija ZN o otrokovih pravicah in Evropska strategija SZO za zdravje in razvoj otrok. Program je namenjen moškim z otroki, mlajšimi od enega leta, in bodočim očetom, ki živijo na Kosovu ali v okolici. V povprečju so skupine sestavljene iz 5 do 15 udeležencev. Šola za očete traja približno 1,5 ure in se srečuje enkrat tedensko. Tečaj obsega osem srečanj, po katerih udeleženci prejmejo certifikat Father School.

#### PREDNOSTI

Namen te dobre prakse je pomagati očetu pri:

- Vedeti, kako pomagati mami med nosečnostjo
- Hranjenje otroka na najboljši način



- 
- Ustvarjanje demokratične družine
  - Izboljšajte telesno in duševno zdravje moških
  - Naučite se, da je za nosečnost odgovorna ne le mama, tudi oče
  - Poučite se o praktičnem hranjenju, še posebej o dojenju dojenčka
  - Pridobite osnove demokratične družine namesto ene družine, ki temelji na spolu
  - Razumeti pomen psihičnega in fizičnega dobrega počutja staršev.

## TEME

- Vloga očeta med nosečnostjo
- Miti o dostavi; sodeluje ob rojstvu
- dojenje; materina poporodna depresija
- Osnove spola in enakosti spolov
- Demokratična in totalitarna družina
- Moško fizično in duševno zdravje
- Zaupanje v prihodnost vašega otroka

## VIRI

[https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium\\_v3\\_eu4ge.pdf](https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium_v3_eu4ge.pdf)

---

## "PROGRAM P (PROMUNDO)"

Pristop programa P, ki ga je ustvaril Promundo in ga je navdihnil brazilski sociolog Paulo Freire, vodi očete skozi proces »konscientizacije« in jih spodbuja, da kritično razmišljajo o kulturnih razmerah, ki podpirajo in oblikujejo izkušnje neenakosti spolov na način, ki pomaga spodbujati njihove osebne rast. Cilj pristopa je ustvariti pogoje za očete, da izpodbijajo in spreminjajo omejevalne predpise glede spolnih vlog, ki jim otežujejo prevzemanje angažiranih očetovskih vlog.

Medtem ko je bil program P prvotno zasnovan in izveden v več državah Latinske Amerike in Ruande, se trenutno prilagaja evropskemu kontekstu prek programa PARENT, ki je namenjen Portugalski, Italiji, Litvi in Avstriji.

### IDEJE ZA AKCIJO

Program P lahko traja od 10 do 15 tedenskih skupinskih razprav. Običajni tečaji trajajo 2,5 ure tedensko v obdobju od 10 do 16 tednov. Facilitatorji se usposablajo v obdobju 6–10 dni, pri čemer se osredotočajo na temeljne koncepte spola in moči, sami se ukvarjajo s kritičnimi refleksijami o teh vprašanjih ter izkusijo iz prve roke in prakticirajo vodenje horizontalnih skupinskih dialogov namesto poučevanja. Spodbuja se jih, da ustvarijo odprt in varen prostor za spodbujanje dialoga in kritičnega razmišljanja, namesto da bi poskušali imeti vse odgovore. Seje uporabljajo participativne dejavnosti, vključno z videoposnetki, ki jim sledijo skupinske razprave, igranje vlog in naloge za domov, da utrdimo in vadimo, kar je bilo obravnavano v skupini.

---

---

Delajo bodisi v moških ali različnospolnih parih. Program priporoča iskanje moderatorjev iz feminističnih in progresivnih organizacij za socialno pravičnost, ki imajo izkušnje z vodenjem participativnih razprav in so preučili lastne predsodke glede spola. Program ceni raznolikost moške oskrbe in je namenjen moškim z biološkimi in nebiološkimi otroki, saj verjame, da je očetovstvo več kot biologija in se kaže v kakovosti in globini skrbstvene povezave moških z otroki.

## PREDNOSTI

- Ozaveščati o otrokovih pravicah
- Uvod v načrtovanje družine
- Komunikacija med starši
- Komunikacija med otrokom in starši
- Razdelitev dela v družini
- Ozaveščati o otrokovih pravicah
- Uvod v načrtovanje družine
- Komunikacija med starši
- Komunikacija med otrokom in starši
- Razdelitev dela v družini
- Razvijanje družinskih pravil in discipline
- Poučite se o načrtovanju družine
- Držanje proč od nasilja v družini
- Poučite se o otrokovih pravicah

## TEME

- Spol, spol in starševstvo
- Očetov vpliv
- Načrtovanje družine
- Skrbništvo
- Spol v igri
- Preprečevanje nasilja nad ženskami
- Potrebe in pravice otrok
- Delitev oskrbe
- Komunikacija v parih
- Pozitivna disciplina
- Regulacija čustev

## VIRI

[https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium\\_v3\\_eu4ge.pdf](https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium_v3_eu4ge.pdf)



---

## "LENO STARŠEVSTVO"

Leno starševstvo je koncept, ki staršem omogoča, da so prisotni za otroke brez lebdenja. Namesto da jih držite za roko skozi vsako minuto njihovega življenja, svojim otrokom dovolite, da se sami odločajo in posredujejo, ko potrebujejo pomoč. Leno starševstvo omogoča otrokom, da si ustvarijo lastno identiteto, pridobijo samozavest in se naučijo veščin reševanja problemov.

Otroci so po naravi radovedni. V primerih, ko njihova radovednost postane škodljiva, je pomembno, da starši sodelujejo. Je pa nujno, da imajo otroci sposobnost raziskovanja. To je bistveno za njihovo splošno rast.

Ko pomislite na besedo leni, je malo verjetno, da vam pride na misel pozitivna misel. Pravzaprav leno starševstvo verjetno povezujete z zanemarjanjem. To ne more biti dlje od resnice. Leno starševstvo deluje kot bolj zdrava alternativa helikopterskemu starševstvu, ki vključuje opazovanje vsakega otrokovega giba. Ta leni slog v bistvu ponuja potencialno boljše ravnovesje starševstva.

## IDEJE ZA AKCIJO

Nekateri se borijo s konceptom lenega starševstva. Pomislite na to metodo kot na vodenje restavracije. V vsaki restavraciji obstaja veriga poveljevanja. Oseba, ki nadzira restavracijo, je upravnik.

Običajno so zaposleni na začetni ravni odgovorni za vsakodnevno poslovanje trgovine. Ko so usposobljeni, jim vodja dovoli, da opravljajo svoje delo, saj se nagibajo k nalogam restavracije na višji ravni.

---

Zdaj pa si predstavljajte, da ste vodja restavracije s hitro prehrano in stranka pokliče, da bi naročila veliko dostavo. V trgovini je tudi vrsta, ki čaka na servis. Namesto da bi skrbeli za vodstvene naloge, se odločite za pripravo hrane, sprejemanje naročil in dostavo hrane.

Ta scenarij se sliši čudno, kajne? No, tako izgleda helikoptersko starševstvo. Kot tako imenovani leni starš bi svojim otrokom, ki delujejo kot zaposleni na začetni ravni, dovolili, da opravljajo odgovornosti svoje 'službe'. Če se vaš otrok kadar koli bori ali je preobremenjen, lahko posredujete.

Zdaj razmislite o vsem, kar je na vašem starševskem krožniku. Seveda morate svoje otroke nahraniti, kopati in obleči. To je poleg vzdrževanja vašega gospodinjstva. Vaše vsakodnevne naloge so že tako utrujajoče. Ko se odločite, da se boste zavezali k izpolnjevanju svojih obveznosti in lebdeli nad svojimi otroki, obstaja nekaj rezultatov.

Bodisi bo trpela kakovost vaših nalog, poskušali boste svoje otroke pripraviti do obstoja okoli vaših obveznosti ali celo oboje. Vendar večina otrok ne mara slediti svojim staršem, da bi jih opazovali.

Helikoptersko starševstvo je tudi ovira, ker je vaš otrok odvisen od vašega odobravanja. Sčasoma svojega otroka učite, da počaka na vaše dovoljenje, da opravi naloge, za katere verjamete, da so v njihovem obsegu razvoja.

## **PREDNOSTI**

- Starši in otroci preživijo kakovosten čas, medtem ko imajo prostočasne dejavnosti. Zato starši pridobijo veščine za ustvarjanje lastnega družinskega časa in dejavnosti

---

- Mladi se bodo naučili načrtovanja družinskih aktivnosti in upravljanja s časom za kvalitetno preživljanje družinskega časa
- Naučili se bodo, kako svojim otrokom pridobiti samozavest in jim zaupati, ko so sami
- Znali bodo razdeliti naloge v družini in razvijati odgovornost.
- Razvijali bodo ustvarjalnost tako zase kot pri svojih otrocih

## TEME

- Samozavest staršev
- Samozavest otrok
- Ustvarjalnost družinskih članov
- Porazdelitev nalog v družini
- Izražanje sebe v družini

## VIRI

<https://bestcaseparenting.com/lazy-parenting/>





## "Program podpore očetom"

Glede na raziskavo o očetovstvu Mother-Child Education Foundation, objavljeno leta 2017, 91 % očetov v Turčiji meni, da je primarna odgovornost matere skrb za otroka. 51 % jih brez oklevanja pove, da svojih otrok nikoli niso peljali na stranišče, 36 % jih ni nikoli zamenjalo plenic, 35 % pa jih ni nikoli striglo nohtov.

Med programi družinske vzgoje so matere pogosto izjavile, da si želijo program tudi za očete. Čeprav so se nekateri očetje vključili v programe družinske vzgoje, to za očete ni bilo dovolj učinkovito. Tako se je pojavila ideja o tem programu.

### IDEJE ZA AKCIJO

Program podpore očetom se izvaja v osnovnošolskih šolah in javnih izobraževalnih centrih v sodelovanju z Ministrstvom za nacionalno šolstvo in Generalnim direktoratom za osnovno šolstvo.

Vsebina programa:

Program je sestavljen iz 12 sej, pri čemer je v vsaki seji programa zajeta ena glavna tema. Teme in predmetne vsebine programa za podporo očetom so navedene spodaj:

- Uvod in vloga očeta
- Razumevanje odnosov in otroka
- Poslušanje in govorjenje
- Razvoj pozitivnega vedenja
- Socialno-čustveni razvoj
- Duševni razvoj, uspeh in trud
- Šola, lekcija, prijatelji in oče
- Telesni in spolni razvoj
- Preživljanje časa in igranje z otrokom

- 
- Življenjske težave in oče
  - Otrok prevzema odgovornost
  - Spolno zdravje

Program je namenjen očetom, da preživijo čas s svojimi otroki, izvajajo dejavnosti in jih obveščajo o potrebah svojih otrok.

## PREDNOSTI

Father Support Programme je znanstveno utemeljen izobraževalni program, razvit za očete, da bi bili učinkovitejši in imeli pozitivno vlogo pri razvoju otrok v Turčiji.

Očetje, ki so podprti pri sodelovanju v programu Father Support Programme, so deležni usposabljanja, ki povečuje njihovo znanje o otrokovem razvoju, jim omogoča pridobivanje komunikacijskih veščin in jih posledično vodi k bolj demokratičnemu odnosu.

Cilje programa lahko naštejemo na naslednji način:

- Izboljšanje ozaveščenosti in znanja očetov o razvoju otroka,
- preprečevanje zlorabe otrok,
- očetovo podporo za učinkovitejšo vlogo pri otrokovem razvoju,
- doseči uravnoteženo zastopanost spolov z vključenostjo v vzgojo otrok,
- oče lahko spoznava demokratične metode in jih izvaja doma ter se uči pozitivnih vzgojnih metod.

## TEME

Pozitivne starševske tehnike

## VIRI

<https://www.acev.org/en/father-support-program/>

---

## “Pot v deželo enakosti” (eksperimentalno učenje) iz Kompasas: Vodnik po izobraževanju o človekovih pravicah za mlade

Ta dejavnost vključuje risanje v majhni skupini, domišljijo, enakost spolov in diskriminacijo žensk.

Sorodne pravice:

- Nediskriminacija na podlagi spola.
- Pravica zakoncev, da svobodno in z lastnim soglasjem skleneta zakonsko zvezo.
- Pravica matere do posebnega varstva pred in po porodu.

Cilji:

- Prepoznajte in cenite cilj enakosti in uravnotežene zastopanosti spolov.
- Razvijanje domišljije in ustvarjalnosti za skupno gradnjo prihodnosti.
- Razvijanje občutka za pravičnost in spoštovanje

Trajanje: 90 min / s 4+ udeleženci.

Potreben material:

- En papir A4 in eno pisalo za vsako skupino za možgansko nevihto.
- Velik (A3) list papirja ali tabla za vsako skupino.
- Zadostno število različnih barvnih markerjev za vsako skupino.
- Zemljevid, po možnosti pohodniški zemljevid ali zemljevid, ki prikazuje fizične elemente (npr. gore, doline, reke, gozdove, vasi, mostove itd.). Najprej poskusite skupaj razumeti zemljevid in simbole na njem.

## IDEJE ZA AKCIJO

1. Pojasnite, da bodo udeleženci pri tej dejavnosti narisali namišljen zemljevid, kako priti v deželo Enakosti. V deželi enakosti je resnična enakost spolov. To je država, ki bo obstajala v prihodnosti, trenutno pa živi le v sanjah ljudi.

---

2. Predstavite metaforo potepuha, ki stopi na pot, da udeležencem razložite moralne vrednote. Vprašajte jih, ali poznajo ljudsko pravljico ali zgodbo, ki uporablja to metaforo. Na primer, temen gozd lahko uporabimo kot metaforo demona ali pa svetlo rdeče jabolko predstavlja privlačnost na cesti. Morala zgodbe je, da ko je popotnik preplaval hitro tekočo reko, pokaže moč volje in, kot drug primer, ko pomaga živali v bolečini, to dejanje predstavlja sočutje.

3. Opiši, kako je videti zemljevid. Pojasnite, katere črte predstavljajo kaj, tj. gore, reke, gozdove, močvirja, stanovanjska območja, električne žice, ..

4. Prosite udeležence, naj se razdelijo v skupine po 3-5 ljudi. Razdelite majhen papir in pisala. Dajte jim 15 minut časa za kratko razmišljanje o vsaki od naslednjih tem:

- O kakšni deželi enakosti sanjajo?
- Na katere ovire lahko naletijo na poti v deželo enakosti?
- Kako lahko premagajo te ovire?

5. Zdaj vsaki skupini razdelite velike liste papirja in markerje. Vsako skupino prosite, naj pripravi namišljen zemljevid. Ta mora vsebovati sedanjo in prihodnjo pokrajino, med njima pa mora potekati cesta. Udeleženci naj ustvarijo svoje simbole za geografske značilnosti, ovire in priložnosti na poti.

6. Skupinam dajte 40 minut časa, da narišejo zemljevide. Udeležencem povejte, naj ne pozabijo pripraviti ključa za simbole, ki so jih uporabili v svojih zemljevidih, da bodo lahko vsi razumeli, kaj njihov izraz predstavlja.

7. Nadaljujte s plenarnim zasedanjem. Prosite skupine, naj predstavijo svoje zemljevide.

Začnite plenarno sejo z razpravo o tem, kako so bile sprejete odločitve skupine o tem, kako narisati zemljevid, kako so skupine delale znotraj sebe, kako so se odločile, kaj simbolizirati in kako. Nato se pogovorite o tem, kako bi lahko izgledala dežela enakosti in s kakšnimi ovirami se morate soočiti.

---

Vprašanje se lahko obravnava na plenarnem zasedanju:

- Je bil udeležencem dogodek všeč? Zakaj?
- O katerem od vprašanj je bilo lažje razmišljati? Kaj je bilo najtežje? Zakaj?
- Katere so bile glavne značilnosti dežele enakosti?
- Katere so ovire, ki preprečujejo, da bi bila družba, v kateri udeleženci trenutno živijo, idealna dežela Enakosti?
- Kaj je treba spremeniti, da bi ustvarili družbo enakosti spolov?
- Ali so politike pozitivnega ukrepanja upravičene kot kratkoročni ukrepi za spodbujanje enakosti spolov?
- Če menite, da so v vaši državi enake možnosti za moške in ženske v vseh državah sveta.

Koliko točk bi dal razponu od 1 do 10? 1 enakost sploh ne obstaja, 10 je zelo blizu idealne enakosti.

- Katere druge skupine v vaši družbi se soočajo z diskriminacijo? Kako pride do diskriminacije? Katere človekove pravice so kršene?
- Kako lahko prikrajšane skupine opolnomočimo, da branijo svoje pravice?
- Kakšno vlogo igra izobraževanje pri tej vrsti prizadevanj za opolnomočenje?

---

## PREDNOSTI

Ključni koncept te dejavnosti je »opolnomočenje«.

Empowerment je beseda, ki jo je težko prevesti in včasih razložiti, tudi v angleščini! "Opolnomočenje" je hkrati orodje, čemur nekateri pravijo "osvobajajoča" pedagogika, in je tudi rezultat.

"Opolnomočenje" Oxfam opisuje kot:

»Opolnomočenje je premagovanje ovir, ki izhajajo iz katerega koli režima zatiranja, zaradi katerega so milijoni ljudi izpostavljeni neenakim razmeram v družbi, v kateri živijo, in zanikanju osnovnih človekovih pravic.«

This activity contributes to:

- Understand obstacles reaching gender equality
- Understanding each other
- Improve communication skills
- Developing teamwork skills
- Promoting equality

## TEME

Enakost spolov, diskriminacija in ksenofobija, izobraževanje, enake pravice.

## VIRI

[https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/Pusula\\_%C4%B0stanbul-Bilgi-%C3%9Cniversitesi-Yay%C4%B1nlar%C4%B1.pdf](https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/Pusula_%C4%B0stanbul-Bilgi-%C3%9Cniversitesi-Yay%C4%B1nlar%C4%B1.pdf)

---

## Zavzemi svoje mesto! (eksperimentalno učenje) (iz vodnika za usposabljanje o enakosti spolov)

Cilj je prepoznati neenakost spolov udeležencev v njihovi kulturi in jih spodbuditi k spoznanju stereotipov o spolnih izjavah v jeziku ter omogočiti udeležencem, da razvijejo perspektivo z razpravo o enakosti spolov.

Trajanje: 45 min / z 10-30 udeleženci.

Potreben material: listi z oznako "DA" (ali "strinjam se"), "NE" (ali "se ne strinjam"), papir (A4) z nekaj trditvami o družbenih normah in zastopanosti spolnih stereotipov v družbi.

### IDEJE ZA AKCIJO

Udeleženci naj gredo na sredino. Prilepite papirje z DA in NE na različne stene. (V idealnem primeru, če imate ekipo, lahko prosite dva od njih, da držita papirje in stojita v različnih kotih vadbene sobe.)

Kako poteka: Povabite vse udeležence, da se zberejo na sredini. Udeleženci preberite izjave, ki ste jih napisali na list A4. Za to lahko uporabite tudi projektor, če ga imate. Udeleženci se lahko hitro premaknejo na Da ali Ne stran dvorane, odvisno od tega, ali se s to izjavo strinjajo ali ji nasprotujejo.

Nato udeležence z obeh strani vprašajte, zakaj so se odločili ostati na področju NE ali DA. Začnite razpravo z vprašanjem, ali se strinjajo/nasprotujejo. Ko postanejo podrobnosti izjave in mnenja udeležencev jasni, če želijo zamenjati svoje mesto in spremeniti svoj odgovor, jim je to dovoljeno. Vprašajte tiste, ki so se spremenili, zakaj se je njihovo mnenje spremenilo.



---

Možne izjave za uporabo: (lahko se prilagodijo sociokulturnim značilnostim vašega okolja)

1. Ženske potrebujejo zaščito bolj kot moški.
2. Kariera ženske škoduje otrokovemu razvoju.
3. Moški so diskriminirani tako kot ženske.
4. Podpiram pozitivno diskriminacijo žensk.
5. Moški vozijo bolje kot ženske.
6. Moški bi morali delati, ker so močnejši.
7. Ptičja samica naredi gnezdo.
8. Ženske rade podaljšujejo razpravo v razpravah.
9. Moški razmišljajo bolj analitično kot ženske.
10. Moški ne jočejo.
11. Ženske se ne morejo ukvarjati s športi, kot so dvigovanje uteži, rokoborba, boks.
12. Feministke so proti moškim.
13. Moški se ne smejo vmešavati v gospodinjska opravila.
14. Ženske so bolj čustvene.
15. Prav tako je pravica žensk, da gredo ven ponoči.
16. Moški se odloči imeti otroke.

Namigi: Po razpravi o vseh izjavah vprašajte udeležence, ali v mislih poznajo druge izjave, povezane s temo. O teh novih predlogih so lahko tudi kratke pripombe/razprave.

Med ocenjevalno fazo vprašajte udeležence, koliko jim je seja pomagala, da so bili obveščeni in spremenili svoje poglede, zlasti tiste, ki so zamenjali mesto. Vprašajte, kako so se počutili menjalci.

---

## PREDNOSTI

Ta dobra praksa bo prispevala k:

- Bolje razumevanje drugih
- Razvijte empatijo
- Izboljšajte komunikacijske sposobnosti
- Spoznavanje informacij in drugih perspektiv
- Spoštovanje do idej/drugih
- Ozaveščanje o stereotipih v družbi
- Razmišljanje drugače.

## TEME

Enakost spolov, socialna enakost in enake pravice.

## VIRI

<https://www.deneyimselogrenme.com/listing/toplumsal-cinsiyet-esitligi-egitim-kilavuzu/>

[https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/iyagender\\_Toplumsal-Cinsiyet-E%C5%9Fitli%C4%9Fi-E%C4%9Fitim-K%C4%B1lavuzu.pdf](https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/iyagender_Toplumsal-Cinsiyet-E%C5%9Fitli%C4%9Fi-E%C4%9Fitim-K%C4%B1lavuzu.pdf)

## 5. Zaključek

Kot smo že v uvodu omenili, je temeljni cilj Enakopravnega starševstva zagotavljanje enakopravnega starševstva z osredotočanjem na družbene spolne vloge, slabe vzornike, pomanjkanje empatije, ločitev in stres. Z raziskovanjem najboljših praks in njihovim vrednotenjem imamo jasnejšo predstavo o tem, kako delovati, da bi naš projekt najbolje izvedli.

S tukaj predlagano analizo smo opazili nekaj zelo pomembnih podatkov in lahko zaključimo z besedami, da 32 izbranih najboljših praks večinoma izpolnjuje vrednosti izbranih meril.

Med kriteriji, ki so bili izbrani za ocenjevanje vsake najboljše prakse, opisane že v prejšnjih odstavkih, se je izkazalo, da so vsi partnerji dodelili najvišje ocene kriterijem Transformabilnost (78 %), Izvedljivost (80 %), Ponovljivost (81 %).

Iz tega je mogoče sklepati, da so bili njihova ponovljivost skozi čas in v različnih kontekstih, njihova enostavna uresničljivost in preoblikovljivost elementi, ki so bili najpogosteje zaznani v zmagovalnih najboljših praksah.



---

## 6. Reference

- [http://tk.redejovensigualdade.org.pt/kitpedagogico\\_rede.pdf](http://tk.redejovensigualdade.org.pt/kitpedagogico_rede.pdf)
- [https://apav.pt/publiproj/images/yootheme/PDF/Guia\\_Familias\\_Sensibilizar\\_Educar\\_Igualdade\\_Genero.pdf](https://apav.pt/publiproj/images/yootheme/PDF/Guia_Familias_Sensibilizar_Educar_Igualdade_Genero.pdf)
- <https://arci-ngo.org/wp-content/uploads/2020/12/Narachnik-za-prepodavатели.pdf>
- <https://www.cnpdpcj.gov.pt/adelia-apoio-a-parentalidade-positiva>
- [https://www.cnpdpcj.gov.pt/documents/10182/15534/ad%C3%A9lia\\_apresenta%C3%A7%C3%A3o+projeto/a23ef188-db86-4779-8767-34d0ce4649ec](https://www.cnpdpcj.gov.pt/documents/10182/15534/ad%C3%A9lia_apresenta%C3%A7%C3%A3o+projeto/a23ef188-db86-4779-8767-34d0ce4649ec)
- <https://cidadania.dge.mec.pt/sites/default/files/pdfs/manual-de-promocao-de-igualdade-de-genero-e-de-masculinidades-nao-violentasequix.pdf>
- <https://www.cm-amadora.pt/component/vikevents/?view=event&itid=1263>
- <https://www.cidadaniaemportugal.pt/wp-content/uploads/recursos/coolabora/coolkit.pdf>
- [https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox\\_tool\\_download-file-2266/Manual\\_Journey\\_EN\\_compressed.pdf](https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2266/Manual_Journey_EN_compressed.pdf)
- <https://www.jogodasprofissoes.pt/>
- [http://www.rostosolidario.pt/wp-content/uploads/2016/04/Manual\\_%C3%89deG%C3%A9nero.pdf](http://www.rostosolidario.pt/wp-content/uploads/2016/04/Manual_%C3%89deG%C3%A9nero.pdf)
- <https://ezyschooling.com/parenting/expert/equal-parenting>
- <https://www.care.com/c/equal-parenting-11-ways-to-create-an-equal-h/>
- <https://www.parents.com/parenting/better-parenting/advice/ways-to-share-the-parenting-load-with-your-partner/>
- <https://www.care.com/c/equal-parenting-11-ways-to-create-an-equal-h/>
- <https://bestcaseparenting.com/lazy-parenting/>
- <https://www.acev.org/en/father-support-program/>
- <https://www.healthhub.sg/live-healthy/878/building-strong-family-ties>
- [https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/Pusula\\_%C4%B0stanbul-Bilgi-%C3%9Cniversitesi-Yay%C4%B1nlar%C4%B1.pdf](https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/Pusula_%C4%B0stanbul-Bilgi-%C3%9Cniversitesi-Yay%C4%B1nlar%C4%B1.pdf)

- 
- <https://essays.io/both-parents-should-assume-equal-responsibility-in-raising-a-child-research-paper-example/>
  - <https://www.deneyimselogrenme.com/listing/toplumsal-cinsiyet-esitligi-egitim-kilavuzu/>
  - [https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/iyagender\\_Toplumsal-Cinsiyet-E%C5%9Fitli%C4%9Fi-E%C4%9Fitim-K%C4%B1lavuzu.pdf](https://www.deneyimselogrenme.com/wp-content/uploads/listing-uploads/file-up-to-1-document/2020/06/iyagender_Toplumsal-Cinsiyet-E%C5%9Fitli%C4%9Fi-E%C4%9Fitim-K%C4%B1lavuzu.pdf)
  - [https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium\\_v3\\_eu4ge.pdf](https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium_v3_eu4ge.pdf)
  - <https://www.nytimes.com/2019/05/08/learning/how-do-your-parents-share-the-responsibilities-of-parenting.html>
  - <https://www.worldvision.org/wp-content/uploads/caring-for-equality-revised.pdf>
  - <https://parenting.firstcry.com/articles/how-can-parents-promote-gender-equality-at-home/>
  - [https://www.researchgate.net/publication/285547017\\_Understanding\\_the\\_Initial\\_Impact\\_of\\_Early\\_Support\\_and\\_Key\\_Working\\_Training](https://www.researchgate.net/publication/285547017_Understanding_the_Initial_Impact_of_Early_Support_and_Key_Working_Training)
  - [https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium\\_v3\\_eu4ge.pdf](https://eeca.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/fatherhoodcompendium_v3_eu4ge.pdf)
  - <https://www.acev.org/en/father-support-program/>
  - <http://www.osskranjcevic.edu.ba/ATT16.pdf>
  - <https://teach.com/resources/using-household-tasks-as-learning-opportunities/>
  - <https://www.scholastic.com/parents/family-life/parent-child/9-ways-to-make-household-chores-fun.html>
  - <https://raisingchildren.net.au/grown-ups/family-life/routines-rituals-relationships/good-family-relationships#:~:text=Children%20feel%20secure%20and%20loved,and%20appreciated%20of%20each%20other.>
  - <http://www.osskranjcevic.edu.ba/ATT16.pdf>
  - VIDEOS
  - <https://youtu.be/xXCMCommission's>
-



*TA KNJIŽICA JE BILA IZDELANA  
SAMO ZA DIGITALNO  
OGLEDOVANJE.  
**NE TISKAJTE.**  
SPOŠTUJTE OKOLJE.*



---

## KOORDINATOR PROJEKTA

**JUMPIN**  
— HUB

 [jumpinhub](https://www.facebook.com/jumpinhub)

 [jumpinhub@gmail.com](mailto:jumpinhub@gmail.com)

## PROJEKTNI PARTNERJI

**e-education**  
in progress 

 [Education InProgress SPAIN](https://www.facebook.com/educationinprogressspain)

 [Education InProgress SPAIN](https://www.instagram.com/educationinprogressspain)

 [karin.callipo@educationinprogress.eu](mailto:karin.callipo@educationinprogress.eu)

  
**LIFE4YOU**  
IMPROVEMENTS4LIFE

 **EDUKO  
PRO**  
Education, Developing projects,  
Consulting, Research, Inclusion,



**EDUKOPRO**

<https://www.edukopro.com/>

[edukopro21@gmail.com](mailto:edukopro21@gmail.com)

---



---

## PARTNERJI



 [CoachingAssociationBG](#)  
 [elmiramandajieva7@gmail.com](mailto:elmiramandajieva7@gmail.com)



 [projectswithigor](#)  
 [igor@projects-with-igor.eu](mailto:igor@projects-with-igor.eu)  
 [www.projects-with-igor.eu](http://www.projects-with-igor.eu)



# EQUAL PARENTING

**2021-2-PT02-KA220-YOU-000050643**

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.