

Warsztaty

Equ

Alley

EquAlley - Warsztaty

Published in 2023

Authors

Francisca Prazeres, Marisol Carmelino, Meda Vaitonyte - AidLearn

Haizea Gonzalez - Escuela Profesional Otxarkoaga

Caterina Lacerra, Margherita Gilotti - EURO-NET

Hannah Mars, Shirodj Raghoenath - Sticing Emancipator

Wanda Baranowska, Gabriela Dobińska, Justyna Ratkowska-Pasikowska - Uniwersytet Lodzki

EquAlley

ERASMUS+ KA220 SCH - Cooperation partnerships in school education

2021-1-ES01-KA220-SCH-000032603



Co-funded by
the European Union

This project has been funded by the Erasmus+ Programme of the European Union (Grant Agreement No 2021-1-BE01-KA220-SCH-000024723). This publication reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



This work is being made possible through the support, contributions and commitment of the partners of the EquAlley Project.

Project Coordination

Project Partner Institutions



Spis treści

Wprowadzenie do projektu EquAlley.....	4
Założenia teoretyczne.....	6
Warsztaty online (część 1).....	8
Role płciowe, normy i stereotypy płciowe.....	20
a. Mężczyzna, kobieta i osoba niebinarna/queer.....	22
b. Odkrywanie męskości i seksizmu.....	23
c. Łamanie stereotypowych, normatywnych ról płciowych i poglądów	25
F2 Aktywności (część 1).....	28
Warsztaty online (część 2).....	87
Przemoc płciowa.....	102
F2F Aktywności (część 2).....	108
Warsztaty online (część 3).....	112
Nękanie uliczne: o czym rozmawiamy?.....	116
Samo-umocnienie i sposoby radzenia sobie z nękaniami ulicznymi	121
a. Jak stać się męskim zaułkiem?.....	126
b. Jak wspierać chłopców w stawaniu się męskim zaułkiem?.....	126
F2 Aktywność (część 3).....	127
Warsztaty online (część 4).....	132
Metodologia.....	136
Podsumowanie.....	138
Bibliografia.....	140

Wprowadzenie do EquAlley

Wprowadzenie do EquAlley

W świecie dążącym do postępu i inkluzywności projekt EquAlley pojawia się jako migocząca iskra nadziei i transformacji. Ta inicjatywa jest poświęcona rozwiązywaniu powszechnych problemów nierówności płci, toksycznej męskości i molestowania ulicznego. W swej istocie EquAlley dąży do stworzenia społeczeństwa, w którym osoby wszelkich płci są wolne od ograniczeń tradycyjnych ról i stereotypów, umożliwiając im rozwój w środowisku wolnym od dyskryminacji i przemocy. Projekt EquAlley działa na wielu poziomach, mając podwójną misję, która przekracza granice. Przede wszystkim dąży do zapobiegania stawianiu się mężczyźni sprawcami, jednocześnie umacniając ich jako sojuszników w walce przeciwko molestowaniu seksualnemu i toksycznej męskości. Jednocześnie stara się wzmocnić pewność siebie i skuteczność działań kobiet, wyposażając je w narzędzia i odporność potrzebną do zwalczania molestowania ulicznego.

W ten sposób EquAlley nie tylko zajmuje się tymi pilnymi problemami, ale także przekształca samą podstawę ról płciowych i norm dla wszystkich osób, przekraczając ograniczenia konwencjonalnych oczekiwań. Przez ponowne przemyślenie płci, EquAlley dąży do rewolucji w świadomości społeczeństwa i jego stosunku do molestowania seksualnego, nierówności płci i tożsamości. Aspiruje do kultiwowania wyższych poziomów skuteczności działań, wrażliwości oraz nieustępliwej determinacji do odrzucania i zakwestionowania zachowań agresywnych, dyskryminacyjnych czy stereotypowych. Ponadto projekt ten kładzie duży nacisk na zaangażowanie i wspieranie wymiany doświadczeń wśród młodych osób, uznając to za potężną strategię demontażu stereotypów i dyskryminacji u ich źródeł. Projekt EquAlley stawia również sobie za cel wzmocnienie nauczycieli, przygotowując i tworząc kurs nauki hybrydowej i jego przewodnik. Dzięki tej inicjatywie EquAlley dąży do wyposażenia nauczycieli w wiedzę i narzędzia niezbędne do skutecznego nauczania o tych istotnych kwestiach, zapewniając, że transformacyjny wpływ sięga daleko i szeroko. W istocie Kurs EquAlley to kompleksowe źródło mające na celu zmniejszenie nierówności płci i społecznych niesprawiedliwości poprzez ponowne wyobrażenie ról płciowych, rozmontowanie stereotypów i zakwestionowanie dyskryminacyjnych zachowań..

Założenia teoretyczne



Co-funded by
the European Union

Założenia teoretyczne

Mimo zwiększonego aktywizmu przeciwko nierówności płci, kobiety i inne osoby nadal doświadczają aktów molestowania seksualnego, stereotypów płciowych, niesprawiedliwości społecznej i zachowań związanych z przemocą płciową. Molestowanie uliczne, problem istniejący od czasów ulic, często jest pomijany, przypominając sposób postrzegania molestowania seksualnego w miejscu pracy w latach 60. Oba rodzaje molestowania mają korzenie w dominacji mężczyzn i kontroli w przestrzeni publicznej. Mimo powszechnej zgody, że współpracownicy w miejscu pracy powinni być traktowani z szacunkiem i równo, molestowanie seksualne w miejscach publicznych, takie jak molestowanie uliczne, często nie jest uznawane za uzasadniony problem. Od młodego wieku zarówno kobiety/dziewczyny, jak i osoby identyfikujące się jako lesbijki, geje, biseksualiści, transpłciowi, queer i niestosujący się do tradycyjnych ról płciowych są narażone na molestowanie w miejscach publicznych. Kobiety w szczególności boją się lub miały do czynienia z molestowaniem ulicznym, co prowadzi do negatywnych skutków psychologicznych i emocjonalnych, takich jak strach, złość, brak zaufania, depresja, stres, zakłócenia snu, autoobiektywizacja, wstyd, zwiększone nadzorowanie ciała i niepokój w miejscach publicznych. Dlatego molestowanie uliczne staje się problemem społecznym, wzmacniającym nierówności płci.

Rozwiązanie problemu molestowania ulicznego lub molestowania seksualnego w miejscach publicznych napotyka wyzwania, wynikające prawdopodobnie z ról płciowych, norm czy stereotypów. Na przykład molestowanie tej samej płci może być skierowane przeciwko mężczyznom odbiegającym od stereotypowych norm dotyczących zachowań społecznych mężczyzn. Z kolei molestowanie kobiet często wynika z toksycznej męskości i nierównowagi siłowej w statusie mężczyzn nad kobietami. Negatywne konstrukcje stereotypów płciowych rozwijające się w życiu jednostki mają znaczący wpływ na występowanie molestowania.

Dlatego edukacja młodych osób na temat kwestii płci jest kluczowa dla stworzenia bezpieczniejszego i bardziej sprawiedliwego świata dla kobiet i osób LGBTQ+. Oferuje to znaczny potencjał w kształtowaniu społeczeństwa przyszłości, w którym takie formy molestowania nie są już akceptowane i powszechne..

Warsztaty Online Część I



Co-funded by
the European Union

Wprowadzenie (<i>Catcalling</i>)	
Cel	Zwiększanie świadomości uczniów na temat problemu przemocy. Podnoszenie świadomości na temat konsekwencji i szkodliwości przemocy.
Czas trwania	15 minut
Wiek	13-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	20
Materiały	https://www.youtube.com/watch?v=VjoLWvQJliw https://www.youtube.com/watch?v=ujGqiZIarAY
Przewodnik dla edukatorów	Pokazujemy uczestnikom dwa filmy dostępne na platformie YouTube, a następnie zadajemy pytanie: Jak myślisz, o czym będą dzisiejsze warsztaty?
Podsumowanie	Po obejrzeniu materiałów uczestnicy zapisują pomysły na tablicy (online).
Refleksje końcowe	Dyskusja grupowa o zaprezentowanych filmach

Encyklopedia (Dyskryminacja, uprzedzenia, stereotypy)	
Cel	Uczestnicy znają pojęcia: dyskryminacja, uprzedzenie, stereotyp.
Czas trwania	10 minut
Wiek	13-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	20
Materiały	Online white board (biała tablica) lub Power Point
Przewodnik dla edukatorów	<p>Zadanie polega na stworzeniu definicji, która znalazłaby się w encyklopedii. Uczestnicy wcielają się w specjalnie powołaną grupę badaczy.</p> <p>Definicja I – stereotyp Definicja II – dyskryminacja Definicja III – uprzedzenie</p> <p>Definicje powinny być oryginalne (kreatywne).</p>
Podsumowanie	<p>Po przygotowaniu każdy prezentuje swoje definicje i zapoznaje się z zawartymi w nich definicjami naukowymi w literaturze. Uczestnicy porównują własne definicje z definicjami naukowymi.</p> <p>Dyskryminacja – traktowanie kogoś gorzej od innych w tej samej sytuacji. Ludzie są dyskryminowani z różnych powodów, na przykład płci, rasy, wieku, statusu finansowego, religii lub orientacji seksualnej.</p> <p>Dyskryminacja bezpośrednia: Osoba jest traktowana mniej przychylnie niż inna osoba w podobnej sytuacji ze względu na pewne przesłanki (np. pochodzenie rasowe lub etniczne, religię, niepełnosprawność, wiek lub orientację psychoseksualną).</p> <p>Dyskryminacja pośrednia: Pozornie neutralne warunki, kryteria lub praktyki są niekorzystne dla osób, które ją mają lub o nią podejrzewają,</p>

Follow-up

posiadający określone cechy charakterystyczne (rasa, pochodzenie etniczne, religia lub religia, niepełnosprawność, wiek lub orientacja seksualna), chyba że taką praktykę można obiektywnie uznać za uzasadnioną przez prawo.

Uprzedzenia a dyskryminacja

To jest różnica pomiędzy myśleniem a odczuwaniem (uprzedzenie) i działanie (dyskryminacja).

Stereotyp (z gr. stereos – solidny, twardy, literówki – wzór, odcisk) – skrajnie przesadzony obraz danej grupy, traktujący wszystkich jej członków w sposób niezróżnicowany, bez względu na ich indywidualne cechy. Stereotypy często opierają się na niepewnej lub fałszywej wiedzy o świecie, są utrwalone przez tradycję i trudno je zmienić. Cechuje je jednostronność, sztywność, trwałość, wodoodporność – odporność na argumenty i fakty.

Uprzedzenia - negatywne opinie lub uczucia wobec innych grup społecznych, utrzymywane po prostu z powodu przynależności do danej grupy. To także ocena niekorzystna, osąd wydawany na podstawie stereotypowych przekonań.

CECHY STEREOTYPÓW

Trwały, trudny do wymiany, sztywny

Uproszczone, często niezgodne z rzeczywistością

Uogólnione

Odziedziczone kulturowo

Automatycznie podekscytowany

Niemożliwe do sprawdzenia eksperymentalnie (wyjątki jedynie potwierdzają regułę)

Mamy przekonanie, że jest to realne

Odporny na niespójne informacje

Skąd się biorą uprzedzenia?

Strach przed obcymi i nieznanymi

Ignorancja

Socjalizacja

Tendencja do dzielenia ludzi na grupy

Jeden jest nasz (MY), reszta – obcy (ONI)

Bardziej cenimy „swoich ludzi” niż „obcych”

Refleksje końcowe

Dyskusja grupowa

Pasujące słowa (Gra słowna)	
Cel	<ul style="list-style-type: none"> • Zwiększanie świadomości uczniów na temat problemu przemocy • Podnoszenie świadomości na temat konsekwencji i szkodliwości stosowania przemocy
Czas trwania	7 minut
Wiek	13-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	20
Materiały	-
Przewodnik dla edukatorów	<p>Test wstępny z wiedzy o zjawisku catcallingu (dopasowywanie słów do definicji).</p> <p>Piętnowanie ciała Zawstydzanie, poniżanie lub nękanie kogoś ze względu na wygląd jego ciała, zwykle dlatego, że nie pasuje ono do ideałów piękna płci.</p> <p>Buylling Odnosi się do aktu umyślnego i powtarzającego się wyrządzania krzywdy, cierpienia lub upokorzenia innej osobie, szczególnie w przypadku braku równowagi sił. Obejmuje agresywne zachowanie, takie jak znęcanie się fizyczne lub werbalne, rozpowszechnianie plotek i wykluczenie z aktywności społecznych. Znęcanie się może mieć miejsce w różnych środowiskach, w tym w szkołach, miejscach pracy i na platformach internetowych.</p> <p>Catcalling Seria oceniających i uprzedmiotawiających komentarzy wypowiedzianych publicznie i skierowanych do kobiet w celu wypuklenia zseksualizowanej części ich ciała</p> <p>DYSKRYMINACJA Traktowanie kogoś gorzej niż innych w tej samej sytuacji. Ludzie są dyskryminowani z różnych powodów, m.in. płeć, rasa, wiek, status materialny, religia lub orientacja seksualna.</p>

Guidelines for educators**TOŻSAMOŚĆ PŁCIOWA**

Wewnętrzna świadomość własnej płci.

PRAWA CZŁOWIEKA

Zespół praw i wolności przysługujących każdemu bez względu na rasę, płeć, język, religię, przekonania polityczne, pochodzenie narodowe i społeczne, majątek itp. Prawa człowieka to prawa o charakterze moralnym, zbiór żądań wymagających poszanowania dobra wartości najcenniejsze dla człowieka, takie jak życie, godność, wolność, swobodny rozwój.

MASHILISM

Postawa lub sposób myślenia oparty na domniemanej wyższości mężczyzny nad kobietą.

MIZOGINIA

Uczucie i wynikająca z tego postawa niechęci lub wstrętu do kobiet, objawiająca się obojętnie przez mężczyzn lub inne kobiety. Jest skierowany do kobiet postrzeganych jako grupa: osoba mizoginistyczna może nadal utrzymywać czułe, przyjazne i pełne miłości relacje z samotnymi kobietami; i odwrotnie, posiadanie negatywnych relacji z dużą liczbą kobiet niekoniecznie oznacza bycie mizoginem.

Podsumowanie

Dyskusja

Refleksje

Jakie znasz pojęcia

Akcja-reakcja

(Jakie znasz konsekwencje catcallingu?)

Cel	<ul style="list-style-type: none"> Podwyższanie wiedzy i świadomości uczestników o catcallingu
Czas trwania	10 minut
Wiek	13-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	20
Materiały	Komputer

Uzupełnij poniższą tabelę. Masz pomysł?

Dlaczego przemoc uliczna jest problemem?	Jakie są konsekwencje catcallingu?	Kto jest odpowiedzialny za sytuacje catcallingu?

Do wykonaniu zadania uczestnicy otrzymują skrypt wraz podsumowaniem, zawierający strategię oraz narzędzie pozwalające skutecznie reagować na catcalling.

Strategia:

- Zachowaj pewność siebie: pierwszym krokiem do skutecznego reagowania na zaczepki jest zachowanie pewności siebie. Utrzymuj dobrą postawę, nawiązuj kontakt wzrokowy i mów asertywnie.
- Ignoruj i odejź: W wielu przypadkach najlepszą reakcją może być zignorowanie rozmówcy i odejście. Nie nawiązując kontaktu z daną osobą, unikasz dawania jej satysfakcji w postaci reakcji.
- Używaj stanowczego języka: Jeśli zdecydujesz się odpowiedzieć, użyj stanowczego języka, aby było jasne, że zachowanie danej osoby jest niedopuszczalne. Używaj wyrażen takich jak „To niestosowne” lub „Nie doceniam twoich komentarzy”.

Przewodnik dla edukatorów

4. Poszukaj wsparcia: Jeśli czujesz się niebezpiecznie lub niekomfortowo, poszukaj wsparcia u ludzi wokół ciebie. Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo, podejdź do przyjaciela, osoby postronnej lub autorytetu.

5. Dokumentowanie i raportowanie: Pomocne może być udokumentowanie przypadków zaczepek, w tym czasu, miejsca i opisu zaangażowanej osoby. Jeśli to konieczne, zgłoś incydent odpowiednim władzom, takim jak policja lub władze lokalne.

Narzędzie:

Alarm bezpieczeństwa osobistego: Alarm bezpieczeństwa osobistego to małe, przenośne urządzenie, które po uruchomieniu emituje głośny dźwięk. Można go nosić na breloczku do kluczy lub przyczepić do torby, dzięki czemu będzie łatwo dostępny w sytuacjach awaryjnych lub zagrażających, w tym w przypadku incydentów. Głośny hałas może przestraszyć rozmówcę i przyciągnąć uwagę innych osób w pobliżu, potencjalnie powstrzymując przed dalszym nękaniami.

Refleksje

-

Normy

(Normy społeczne, prawne, moralne i obyczajowe)

Cel	Uczestnicy znają pojęcie norm i ich rodzaje
Czas	10 minut
Wiek	13-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	20
Materiały	Komputer

Przewodnik dla edukatorów

Uczestnicy zapoznają się z wirtualnymi kartami prezentującymi definicje norm społecznych, prawnych, moralnych i obyczajowych. Po zapoznaniu się z materiałami edukacyjnymi uczestnicy zapisują przykłady norm społecznych, prawnych, moralnych i zwyczajowych. Na przykład:

Norma prawna – nie kradnij

Norma moralna – nie kłam.

Po spisaniu różnych przykładów uczestnicy zapisują na wspólnej tablicy konsekwencje nieprzestrzegania norm. Pomysły są widoczne dla wszystkich uczestników warsztatów – burza mózgów.

Baza wiedzy:

Norma – pojęcie niejednoznaczne, określające raczej trwały sposób zachowania przyjęty w danej grupie społecznej, rodzaj wzorca cech określających sytuację, zjawisko lub przedmiot. Normy uwikłane są w konteksty kulturowe danego kraju.

Normy społeczne – odnoszą się do społecznie przyjętych zasad postępowania i zachowania, uznawanych w określonej społeczności lub grupie ludzi. Normy społeczne są często nieformalne i niepisane, ale mają istotne znaczenie w utrzymaniu harmonii społecznej i dobrych relacji między jednostkami. Normy społeczne narzucają pewne oczekiwania co do zachowań i sposobów postępowania w różnych sytuacjach. Na przykład norma społeczna może narzucać stosowanie odpowiednich form grzeczności podczas rozmowy ze starszą osobą lub czekania w kolejce na swoją kolej.

Normy społeczne mogą również odnosić się do etykiety społecznej, np. zasad dotyczących ubioru czy nawyków żywieniowych. Podstawową funkcją norm społecznych jest regulowanie życia społecznego oraz ułatwianie komunikacji i współpracy między ludźmi. Funkcjonują jako wewnętrzne zasady, których przestrzeganie jest uważane za właściwe i właściwe w danej społeczności. Naruszanie norm społecznych jest często postrzegane negatywnie i może prowadzić do wykluczenia lub ostracyzmu społecznego. Normy społeczne zależą od kontekstu kulturowego i społecznego. To, co jest uważane za właściwe w jednej społeczności, może być nie do przyjęcia w innej. Z tego powodu normy społeczne mogą się różnić w zależności od kultury, regionu lub grupy społecznej.

Pojęcie norm seksualnych odnosi się do narzuconych społecznie i kulturowo standardów i oczekiwań dotyczących seksualności. Normy seksualne różnią się w zależności od kultury, czasu i społeczności, ale wpływają na to, co jest uważane za akceptowalne, normatywne i pożądane w kontekście seksualnym. Normy seksualne mogą dotyczyć różnych aspektów seksualności, takich jak orientacja seksualna, tożsamość płciowa, zachowania seksualne, role płciowe, preferencje seksualne itp. Mogą być również powiązane z pewnymi oczekiwaniami, takimi jak celibat, monogamia, małżeństwo i reprodukcja. Warto zauważyć, że normy seksualne są konstruowane społecznie i zmieniają się w czasie i wraz ze zmianami społecznymi. Często są one kwestionowane i poddawane dyskusji przez różne grupy społeczne i ruchy emancypacyjne w celu uwzględnienia różnorodności i równości w sferze seksualności.

Norma prawna to powszechnie stosowany i obowiązujący przepis prawa, który określa wymagania i nakazy stawiane obywatelom oraz reguluje stosunki pomiędzy nimi a władzą publiczną. Norma prawna wyraża się w formie ogólnych zasad, reguł, norm lub przepisów, które mają na celu uregulowanie określonych dziedzin życia społecznego. Norma prawna ma charakter abstrakcyjny i ogólny, co oznacza, że ma zastosowanie do wszystkich podobnych sytuacji i ma zastosowanie do wszystkich jednostek objętych określonym systemem prawnym. Obowiązkowa jest także norma prawna, co oznacza, że jej przestrzeganie jest konieczne i obowiązkowe dla obywateli i władz.

Normy religijne to zbiór zasad, przepisów, wartości i przekonań, które dyktują, jak dana osoba powinna się zachowywać i funkcjonować w ramach danej religii. Normy religijne są integralną częścią praktyk religijnych i mają na celu kierowanie postępowaniem wiernych, regulowanie relacji między ludźmi i jednoczenie ich w jedność w ramach określonej wspólnoty religijnej. Normy religijne mogą dotyczyć różnych aspektów życia, takich jak modlitwa, ubiór, dieta, moralność, etyka, rytuały, święta, a także zasady związane z życiem rodzinnym i społecznym. Normy religijne mogą być przekazywane poprzez święte teksty, autorytety religijne lub tradycje przekazywane z pokolenia na pokolenie. Spełnianie norm religijnych jest ważnym aspektem tożsamości religijnej wyznawców danej religii i często stanowi podstawę oceny ich postępowania moralnego.

Podsumowanie	Po spisaniu różnych przykładów uczestnicy zapisują na wspólnej tablicy konsekwencje nieprzestrzegania norm. Pomysły są widoczne dla wszystkich uczestników warsztatów – burza mózgów.
Refleksje	-

Quiz

(Pytania i odpowiedzi)

Cel	Uczestnicy sprawdzają swój poziom wiedzy na temat stereotypów, uprzedzeń, zaczepek, dyskryminacji i norm.												
Czas	8 minut												
Wiek	13-16												
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta												
Liczba uczestników	20												
Materiały	Komputer												
Guidelines for educators	<p>Uczestnicy odpowiadają na pytania pojawiające się na ekranie. Muszą szybko odpowiedzieć, ponieważ pytanie znika po 90 sekundach.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Questions</th> <th>Answers</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Opisz różnice między dyskryminacją a stereotypem</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Czy stereotypu dotyczą tylko płci?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Skąd się biorą uprzedzenia?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Jakie są normy społeczne?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Podaj przykłady normy moralnej i normy prawnej.</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Questions	Answers	Opisz różnice między dyskryminacją a stereotypem		Czy stereotypu dotyczą tylko płci?		Skąd się biorą uprzedzenia?		Jakie są normy społeczne?		Podaj przykłady normy moralnej i normy prawnej.	
Questions	Answers												
Opisz różnice między dyskryminacją a stereotypem													
Czy stereotypu dotyczą tylko płci?													
Skąd się biorą uprzedzenia?													
Jakie są normy społeczne?													
Podaj przykłady normy moralnej i normy prawnej.													
Podsumowanie	Dyskusja o wynikach quizu												
Refleksje	-												

Role płciowe, normy i stereotypy

Role płciowe, normy i stereotypy

Role społeczne, normy i stereotypy są dominującymi aspektami naszego społeczeństwa. Choć są ze sobą powiązane, każdy z nich ma odrębną charakterystykę. Zrozumienie różnic między rolami, normami i stereotypami związanymi z płcią jest niezbędne, ponieważ zapewnia wgląd w to, jak kształtują się i utrwalają oczekiwania społeczne, zachowania i postrzeganie płci. To zrozumienie odgrywa ponadto kluczową rolę w rzucaniu wyzwania i przekształcaniu uprzedzeń i nierówności związanych z płcią w społeczeństwie.

„Role płciowe” odnoszą się do wspólnych przekonań lub oczekiwań społeczeństwa w stosunku do jednostek społecznie zidentyfikowanych pod względem płci. Role te wyłaniają się od osób obserwujących zachowania typowo kojarzone z określonymi kobietami i mężczyznami, co prowadzi do założeń dotyczących nieodłącznych cech w ramach każdej płci. Role płciowe są ściśle powiązane ze stereotypami dotyczącymi płci.

„Normy płci” oznaczają zasady i oczekiwania społeczne, które utrzymują system płci w nienaruszonym stanie, i reprezentują normy społeczne określające akceptowalne i odpowiednie zachowania kobiet i mężczyzn w określonej grupie lub społeczeństwie. Normy te istnieją w strukturach społecznych, ponieważ uważa się, że kształtują postawy jednostki i są dalej utrwalane poprzez ludzkie zachowania i działania.

„Stereotypy płciowe” to uogólnienia na temat atrybutów mężczyzn i kobiet. Stereotypy te obejmują zarówno aspekty opisowe, jak i normatywne. Opisowe stereotypy dotyczące płci wskazują, jacy typowo są kobiety i mężczyźni, podczas gdy normatywne stereotypy dotyczące płci określają, jakie powinny być kobiety i mężczyźni lub co jest uważane za pożądaną. Zarówno opisowe, jak i normatywne stereotypy dotyczące płci mogą prowadzić do uprzedzeń związanych z płcią, w ramach których nieświadome atrybucje uprzedzeń oraz z góry przyjęte wyobrażenia na temat postaw i zachowań są przypisywane określonej płci.

A. Mężczyzna, kobieta i osoba niebinarna/queer

W panującej kulturze nie tylko często zakładamy, że płeć jest binarna i używamy terminów „płeć” i „płeć” zamiennie, ale także powszechnie zakładamy, że sama płeć jest binarna i obejmuje wyłącznie „męski” i „żeński”.

„Mężczyzna” to termin używany do określenia płci danej osoby lub płci, która zazwyczaj wykazuje pewne cechy biologiczne i fizjologiczne. Cechy te obejmują męską anatomie rozrodczą i drugorzędne cechy płciowe, takie jak zarost, głębszy głos i większa masa mięśniowa, cechy często kojarzone z płcią męską.

I odwrotnie, „kobieta” jest używana do określenia płci lub płci danej osoby, która zazwyczaj posiada określone cechy biologiczne i fizjologiczne, w tym anatomie rozrodczą kobiety i drugorzędne cechy płciowe, takie jak piersi i wyższy głos, czyli cechy często wiązane z płcią żeńską. Niemniej jednak ważne jest, aby przyznać, że ten system binarny nie ma uniwersalnego zastosowania. Nawet jeśli danej osobie przypisano płeć żeńską w momencie urodzenia na podstawie jej zewnętrznych narządów płciowych, jej wewnętrzna tożsamość płciowa (jak osobiście doświadcza i definiuje swoją płeć) może nie odpowiadać temu przypisaniu. Niektóre osoby, którym przy urodzeniu przypisano kobietę, mogą identyfikować się jako mężczyźni, kobiety lub osoby niebinarne, niezależnie od ich przestrzegania tradycyjnych norm dotyczących płci.

Termin „niebinarny” służy jako obejmujący deskryptor różnych ekspresji płciowych, tożsamości i doświadczeń, które wykraczają poza ramy opisanego wcześniej binarnego systemu płci. Osoby niebinarne mogą posiadać płynną tożsamość płciową, obejmować aspekty płci męskiej i żeńskiej lub całkowicie odrzucać te koncepcje. Niektórzy wolą terminy zbiorcze, takie jak „enby” czy „genderqueer”, aby uniknąć definiowania ich przez to, czym nie są, podczas gdy inni mogą wybrać bardziej szczegółowe etykiety lub w ogóle nie używać etykiet. Te różnorodne tożsamości płciowe były obecne na przestrzeni dziejów i w różnych kulturach globalnych.

Warto zauważyć, że osoby z zaburzeniami interplciowymi lub różnicami/zaburzeniami rozwoju seksualnego (DSD) mogą wykazywać cechy fizyczne odbiegające od binarnego rozróżnienia na płeć żeńską i męską, ale nadal identyfikują swoją płeć w ramach tych binarnych ram. Z kolei osoby niebinarne niekoniecznie mają zaburzenie interplciowe/DSD i mogą mieć typowe cechy płciowe związane z płcią przypisaną im w chwili urodzenia.

Termin „queer” obejmuje szersze spektrum orientacji seksualnych i tożsamości płciowych, które nie odpowiadają normom społecznym, w tym tożsamości niebinarne i szereg innych różnorodnych tożsamości.

Co więcej, ważne jest, aby rozpoznać, że płeć jest ściśle powiązana z innymi kategoriami tożsamości i doświadczeniami, takimi jak rdzenność, rasa, pochodzenie etniczne, niepełnosprawność, seksualność, klasa, wiek, obywatelstwo, religia lub duchowość. Płeć oddziałuje na wszystkie aspekty naszej tożsamości, zarówno na poziomie indywidualnym, jak i zbiorowym. Ciała są nie tylko podzielone na płeć, ale także na różne sposoby rasistowskie, co prowadzi do różnych doświadczeń. Na przykład doświadczenia białych kobiet znacznie różnią się od doświadczeń kobiet azjatyckich. Uznanie tych różnic jest niezbędne przy zwiększaniu świadomości i rozwiązywaniu problemów takich jak molestowanie uliczne.

B. Odkrywanie męskości i seksizmu

Męskość i seksizm to pojęcia złożone i powiązane ze sobą, które odgrywają znaczącą rolę w kształtowaniu norm, zachowań i postaw społecznych. Zrozumienie męskości wymaga zbadania wieloaspektowej natury tego, co to znaczy być mężczyzną w różnych kontekstach kulturowych, natomiast badanie seksizmu wymaga krytycznego zbadania dyskryminacji i uprzedzeń ze względu na płeć lub płeć danej osoby. Celem tej eksploracji jest rzucenie światła na złożoność odkrywania męskości i wszechobecną obecność seksizmu w społeczeństwie.

Odkrywanie męskości to indywidualna i zbiorowa podróż, która obejmuje odkrywanie różnych aspektów bycia mężczyzną. Nie jest to koncepcja uniwersalna, ale raczej zróżnicowane i ewoluujące rozumienie, na które wpływa kultura, wychowanie, osobiste doświadczenia i oczekiwania społeczne. Oto niektóre kluczowe aspekty odkrywania męskości: **Wpływ kulturowy:** Normy i wartości kulturowe odgrywają znaczącą rolę w kształtowaniu rozumienia męskości. Różne kultury mają różne oczekiwania i definicje tego, co to znaczy być mężczyzną, począwszy od tradycyjnych ról po bardziej postępowe i włączające poglądy. **Socjalizacja płciowa:** Od najmłodszych lat jednostki są socjalizowane w zakresie odpowiednich ról płciowych. Chłopców często zachęca się do akceptowania pewnych zachowań i zainteresowań uznawanych za „męskie”, takich jak asertywność, rywalizacja i emocjonalna powściągliwość. **Tożsamość i autorefleksja:** Odkrywanie męskości często wiąże się z introspekcją i autorefleksją. Mężczyźni mogą zmagać się z pytaniami dotyczącymi swojej tożsamości, wartości i sposobu wyrażania swojej męskości. **Akceptowanie różnorodności:** Pojęcie męskości nie jest monolityczne. Obejmuje szeroką gamę wyrażen i tożsamości, w tym cisplciowych mężczyzn

mężczyźni transpłciowych i osób niebinarnych. Przyjęcie tej różnorodności jest niezbędne we współczesnych dyskusjach na temat męskości.

Przełamywanie stereotypów: Rzucanie wyzwania tradycyjnym stereotypom związanym z męskością jest kluczową częścią odkrywania swojego autentycznego „ja”. Mężczyźni mogą kwestionować oczekiwania społeczne i próbować na nowo zdefiniować swoją męskość w sposób zgodny z ich wartościami i przekonaniem.

Zdrowe relacje: Zrozumienie męskości wymaga wspierania zdrowych relacji z innymi. Obejmuje to rozwijanie empatii, umiejętności komunikacyjnych i zdolności do emocjonalnego łączenia się z przyjaciółmi, rodziną i partnerami.

Zdrowie psychiczne: Odkrywanie męskości może również wiązać się z rozwiązywaniem problemów związanych ze zdrowiem psychicznym. Mężczyźni mogą borykać się z problemami związanymi z ekspresją emocjonalną, stresem i presją społeczną, które wpływają na ich samopoczucie psychiczne.

Seksizm to wszechobecny problem społeczny, który negatywnie wpływa na jednostki wszystkich płci. Opiera się na przekonaniu, że jedna płeć lub płeć jest lepsza od drugiej i objawia się w różnych formach, w tym dyskryminacji, stereotypach i nierównej dynamice władzy. Seksizm może stanowić barierę dla autentycznej męskości na kilka sposobów:

Wzmacnianie stereotypów: Seksizm utrzuca szkodliwe stereotypy na temat mężczyzn i kobiet, dyktując im, jak powinni się zachowywać i ograniczając ich swobodę autentycznego wyrażania siebie.

Toksyczna męskość: Seksizm często wzmacnia toksyczne męskie normy, takie jak emocjonalne tłumienie, agresja i dominacja. Normy te mogą utrudniać mężczyznom przyjęcie bardziej autentycznej i wyrażającej emocjonalnie formy męskości.

Dyskryminacja ze względu na płeć: Seksizm może prowadzić do dyskryminacji ze względu na płeć, w wyniku której jednostki są niesprawiedliwie traktowane ze względu na płeć. Dyskryminacja ta może ograniczać możliwości rozwoju osobistego i zawodowego.

Stygmatyzacja wrażliwości: Autentyczna męskość często wiąże się z kontaktem ze swoimi emocjami i słabościami. Seksizm jednak piętnuje bezbronność jako oznakę słabości, co utrudnia mężczyznom otwarte wyrażanie swoich uczuć.

Wpływ na relacje: Seksizm może negatywnie wpływać na relacje międzyludzkie, utrwalając nierówną dynamikę władzy i ograniczając prawdziwe więzi emocjonalne między jednostkami.

Aby promować autentyczną męskość i zwalczać seksizm, jednostki i społeczeństwo muszą podjąć proaktywne kroki: (1) Edukacja i świadomość: Niezbędne jest podnoszenie świadomości na temat szkodliwych skutków seksizmu oraz znaczenia akceptowania różnorodnych przejawów męskości. Edukacja może kwestionować stereotypy i sprzyjać empatii; (2) Równość płci: Promowanie równości płci obejmuje likwidację dyskryminacji systemowej i zajęcie się normami społecznymi, które utrwalają seksizm. Obejmuje to propagowanie równych szans w edukacji, miejscu pracy i życiu publicznym; (3) Społeczności wspierające: Tworzenie bezpiecznych i wspierających społeczności, w których

kluczowe znaczenie ma możliwość odkrywania przez jednostki autentycznego siebie i dzielenia się swoimi doświadczeniami. Społeczności te mogą pomóc w przełamywaniu stereotypów związanych z płcią i zachęcać do otwartego dialogu; (4) Świadomość zdrowia psychicznego: Uznanie znaczenia zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia emocjonalnego jest niezbędne w zwalczaniu seksizmu i akceptowaniu autentycznej męskości. Zachęcanie mężczyzn do szukania pomocy i wsparcia w razie potrzeby jest niezbędne oraz (5) Pozytywne wzorce do naśladowania: Zachęcanie pozytywnych męskich wzorców do naśladowania, które kwestionują tradycyjne stereotypy i cenią autentyczność, może mieć znaczący wpływ na przyszłe pokolenia.

Odkrywanie męskości to złożona i indywidualna podróż, która obejmuje akceptowanie różnorodnych przejawów męskości. Jednak tę podróż często utrudnia obecność seksizmu, który utrwała szkodliwe stereotypy i dyskryminację ze względu na płeć.

c. Przełamywanie stereotypowych, normatywnych ról i poglądów dotyczących płci.

Jako społeczeństwo uznajemy, że seksizm istnieje na wiele sposobów, zarówno na poziomie osobistym, jak i strukturalnym. Seksizm to każde wyrażenie (czyn, słowo, obraz, gest) oparte na idei, że niektóre osoby, najczęściej kobiety, są gorsze ze względu na swój płeć. Istnieją prawa i struktury mające na celu rozwiązanie instytucjonalnego seksizmu. To jednak nie oznacza, że rozwiązaliśmy ten problem, ale seksizm jest najczęściej postrzegany jako coś, co dotyczy dziewcząt i kobiet, ponieważ leży u podstaw nierówności płci.

To, co jest mniej zrozumiałe i często nieuznawane, to wpływ seksizmu na nasze pojęcie męskości i kultury męskiej. Wiadomości, które chłopcy otrzymują już we wczesnym wieku na temat tego, co oznacza być mężczyzną, są ograniczające, ograniczające, stereotypowe i bardzo silne, zwłaszcza dlatego, że zazwyczaj nie są one wyrażane wprost. Te wiadomości pochodzą od rodziny, rówieśników, mediów i innych miejsc, mówiąc chłopcom i mężczyznom, jak się zachowywać i czuć, jak odnosić się do siebie nawzajem i do dziewcząt/kobiet, jaka jest ich rola i pozycja w społeczeństwie. Niektóre z tych komunikatów są szkodliwe i mają krótko- i długoterminowe konsekwencje dla samych siebie, ich rodzin, społeczności i społeczeństwa jako całości. Powszechne ideały męskości, takie jak społeczny szacunek, siła fizyczna i potencjał seksualny, stają się problematyczne, gdy ustanawiają nieosiągalne standardy. Niezrealizowanie ich może sprawić, że chłopcy i mężczyźni będą niepewni siebie i zestresowani, co może skłonić ich do użycia siły, aby poczuć się i być postrzeganymi jako dominujący i kontrolujący. Męska przemoc w tym scenariuszu nie wynika z czegoś złego czy toksycznego, co wkradło się w samą naturę męskości. Raczej wynika

z niezrozumienia warunków społecznych i politycznych tych mężczyzn, szczególnych cech, które predysponują ich do wewnętrznych konfliktów w sprawach społecznych

oczekiwania i męskie uprawnienia. To dlatego męskość może być rzeczywiście destrukcyjna. Mężczyźni często zachowują się w stereotypowo męski sposób, aby przywrócić swoją męskość i przywrócić swój status społeczny po tym, jak został on zagrożony. Męskość jest również postrzegana w nowy sposób, jako kolektywna tożsamość płciowa. Role płciowe regulują wiele kontekstów, w tym zawody, relacje rodzinne i społeczne. Role płciowe mężczyzn i kobiet różnią się treścią i presją do dostosowania się. Kobiety aktywnie wykraczają poza swoje tradycyjne role płciowe, wchodząc na rynek pracy, zmieniając swoje role płciowe i stereotypy. Pochodzenie stereotypów płciowych i różnic pomaga wyjaśnić, dlaczego stereotypowanie może być subiektywnie pozytywnym wynikiem męskości. Różne społeczne role mężczyzn i kobiet prowadzą do różnic płciowych w zachowaniu i osobowości.

Kobiety musiały fizycznie poświęcać swoje ciała na wychowanie dzieci poprzez ciążę i karmienie piersią, były predysponowane do ról związanych z opieką nad dziećmi i zniechęcane od ról wymagających dłuższej nieobecności. Kobiety również polegały na mężczyznach, którzy dostarczali im zasoby, gdy były zajęte opieką nad potomstwem. Podporządkowane zachowania stały się najbardziej przydatne dla kobiet, ponieważ pozwalały im otrzymywać zasoby od mężczyzn. Ekonomiczne podporządkowanie i zależność teoretycznie naciskały na kobiety, by rozwijały cechy takie jak posłuszeństwo i współpraca. Kobiety zostały zepchnięte na niższy status społeczny ze względu na ich zależność od mężczyzn. Z tych ról wykształciła się hierarchia społeczna, polarizując płcie, dzięki czemu mężczyźni mieli wyższy status społeczny niż kobiety.

Różnice płciowe w zachowaniach, osobowości i stereotypach rozwinęły się poprzez różne mechanizmy, takie jak selekcja seksualna lub role społeczne. Pomiar stereotypów płciowych pomógł sklasyfikować i zdefiniować ich konkretną kulturową treść. Pożądaną męską cechy w inwentarzu obejmują cechy takie jak agresywność, ambitność, dominacja, siła, niezależność i konkurencyjność. Agresja jest skutecznym sposobem ustanowienia męskości zarówno dla agresora, jak i dla innych. Bycie agresywnym potwierdza stereotypowe i idealizowane cechy męskie, pozwalając mężczyznom pokazać innym swoją męskość. Ludzie zazwyczaj oczekują i pragną tych cech agentycznych i dominujących u mężczyzn, a ogólnie rzecz biorąc, ludzie pozytywniej postrzegają stereotypy mężczyzn niż kobiet. Ponieważ role społeczne są potwierdzane poprzez zachowanie, mężczyźni demonstrują te cechy, aby potwierdzić swoje role płciowe i utrzymać hierarchię płci. Z drugiej strony, żeńskie cechy obejmują cechy takie jak uczuciowość, współczucie, dziecinność, delikatność, łagodność i ciepło. Te cechy są jednocześnie wspólnotowe i wzmacniają hierarchię płciową. Charakterystyki takie jak dziecinność i delikatność uniemożliwiają kobietom wyrażenie cech agentycznych i dominujących oraz zdobycie większej siły społecznej, wzmacniając pozycję mężczyzn.

Ponieważ kobiety mają niższy status niż mężczyźni, mężczyźni mogą wywierać większy wpływ na nie, a kobiety ulegają temu wpływowi. Ludzie oczekują, że kobiety będą podporządkowane mężczyznom, te oczekiwania prowadzą do zachowań, które wykazują cechy wspólnotowe, a te zachowania następnie wzmacniają role płciowe.

Proces, w ramach którego ludzie tworzą stereotypy, obejmuje automatyczne i przyswojone w nadmiarze założenia o jednostce na podstawie jej płci. Seksistowskie przekonania są tak głęboko zakorzenione, że na przykład mężczyźni odczuwają wyjątkową presję, aby zachowywać się w sposób męski, gdy ich męskość jest zagrożona. Mężczyźni zachowują się bardziej agresywnie, konkurencyjnie i podejmują większe ryzyko po zagrożeniu męskością, co stanowi zwiększone przestrzeganie tradycyjnych męskich stereotypów. Te aktywne demonstracje łagodzą napięcie i niepokój wywołany obniżeniem statusu społecznego. Te akty seksizmu tworzą atmosferę zastraszania, strachu i niepewności wobec kobiet, co prowadzi do akceptacji przemocy.

Aktywności F2F

Część I



Co-funded by
the European Union

Zgadzam się / Nie zgadzam się.

(Mężczyzna, kobieta i osoba niebinarna/queer)

Cel	<p>Ta aktywność ma na celu zachęcanie do krytycznego myślenia i dialogu, pomagając jednocześnie uczniom zrozumieć pojęcie płci w społeczeństwie.</p> <p>Celem tej aktywności jest pomoc uczniom w rozpoznawaniu i dyskusowaniu o wpływie ról płciowych, norm i stereotypów na jednostki i społeczeństwo. Poprzez angażowanie się w rozmowę, uczniowie nauczą się myśleć krytycznie, wyrażać swoje opinie i zrozumieć różnorodne perspektywy na ten złożony temat.</p>
Liczba uczestników	4-20 uczestników
Grupa docelowa	Chłopcy/ Dziewczęta
Wiek	12-16 wiek
Szkoła	część programu nauczania czy zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	45 minut
Materiały	kartka papieru z sentencjami
Miejsce	klasa
Przewodnik	<p>Podaj uczniom listę zdań związanych z rolami płciowymi, normami i stereotypami. Poproś ich o wskazanie, czy zgadzają się czy nie zgadzają się z każdym zdaniem. Poproś grupę, aby uformowała się w linię i umieściła plakat z napisem "ZGADZAM SIĘ" po lewej stronie i inny z napisem "NIE ZGADZAM SIĘ" po prawej stronie. Dla każdego odczytanego zdania uczestnicy powinni ustawić się w odpowiednim miejscu, wskazując czy zgadzają się czy nie zgadzają się. Zachęć ich do dzielenia się osobistymi doświadczeniami lub przykładami, które popierają ich opinie. Następnie pomysły są omawiane w grupie, a następnne zdanie jest odczytywane. Oto osiem zdań do dyskusji:</p>

	<p>a. "Chłopcy powinni bawić się ciężarówkami, a dziewczynki powinny bawić się lalkami." b. "Dziewczynki są lepsze w opiece i trosce o innych." c. "Chłopcy powinni być twardzi i nigdy nie okazywać emocji." d. "To w porządku, że chłopcy płaczą, tak samo jak to w porządku dla dziewcząt." e. "Tylko kobiety powinny zajmować się gotowaniem, a tylko mężczyźni powinni zajmować się pracami w ogrodzie." f. "Każdy może nosić to, na co ma ochotę, niezależnie od swojej płci." g. "Dziewczynki powinny skupiać się na wyglądaniu ładnie, podczas gdy chłopcy powinni skupiać się na byciu silnymi." h. "Wszystkie zawody powinny być otwarte dla wszystkich, niezależnie od ich płci."</p>
<p>Podsumowanie</p>	<p>Po dyskusjach grupowych ponownie zbierz uczniów w klasie i zapytaj ich:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Czy było to dla was niewygodne zajęcie stanowiska? 2. Dlaczego myślicie, że te różnice między chłopcami a dziewczynkami wciąż istnieją? 3. Co można zrobić, aby zmienić postawy i zachowania?
<p>Ewaluacja</p>	<p>Po dyskusji i debacie zachęć uczniów do refleksji nad tym, czego się nauczyli na temat ról płciowych, norm i stereotypów. Omów znaczenie kwestionowania szkodliwych stereotypów i promowania równości. Możesz także zlecić pracę domową lub projekt kreatywny, w ramach którego uczniowie napiszą eseje lub stworzą dzieła sztuki, które ilustrują ich zrozumienie tych pojęć i ich wpływ na społeczeństwo.</p> <p>Ta aktywność pomaga uczniom rozwijać umiejętności krytycznego myślenia, empatii oraz głębszego zrozumienia złożonych problemów związanych z rolami płciowymi i stereotypami. Promuje także szacunek w dialogu i zachęca uczniów do kwestionowania norm społecznych, gdy te przyczyniają się do nierówności.</p>

Galeria Spektrum Płciowego

(Mężczyzna, kobieta i osoba niebinarna/queer)

<p>Cel</p>	<p>Ta aktywność ma na celu zaangażowanie uczestników w ekspresję artystyczną i kreatywność, aby zapewnić platformę dla osób do eksploracji i wyrażania różnorodnych tożsamości płciowych. Ostatecznym celem jest promowanie empatii, otwartości umysłu i szerszego docenienia różnorodnego spektrum doświadczeń i wyrażań płciowych.</p> <p>Celem tej aktywności jest rozwijanie zrozumienia różnorodności płciowej i kwestionowanie stereotypów płciowych wśród uczniów. Poprzez wykorzystanie sztuki i kreatywności uczniowie mogą wyrażać i eksplorować różne tożsamości płciowe, promując ostatecznie empatię i otwartość umysłu.</p>
<p>Liczba uczestników</p>	<p>4-20 uczestników</p>
<p>Grupa docelowa</p>	<p>Chłopcy/ Dziewczęta</p>
<p>Wiek</p>	<p>12-16 lat</p>
<p>Szkoła</p>	<p>Program nauczania lub zajęcia pozalekcyjne</p>
<p>Czas</p>	<p>90 minut</p>
<p>Materiały</p>	<p>Artykuły artystyczne (ołówki kolorowe, markery, kredki, farby, papier). Dostęp do komputera i projektora (do prezentacji końcowej)</p>
<p>Miejsce</p>	<p>Wewnątrz/na zewnątrz</p>
<p>Przewodnik</p>	<p>Rozpocznij aktywność od krótkiej dyskusji na temat stereotypów dotyczących płci i idei, że płeć nie ogranicza się do systemu binarnego (mężczyzna/kobieta). Omów, w jaki sposób te stereotypy mogą być szkodliwe i ograniczać wyrażanie siebie i możliwości ludzi.</p> <p>Karty tożsamości płci: Zapewnij każdemu uczniowi pusty "Dowód tożsamości płci"</p>

Ta karta powinna zawierać ich imię i nazwisko oraz kreatywną, samookreślaną tożsamość płciową. Zachęć ich do myślenia poza binarnym, używając terminów takich jak non-binary, genderqueer, genderfluid itp. Poproś uczniów, aby ozdobili swoje karty, aby reprezentowały wybraną tożsamość płciową.

Ekspresja artystyczna:

Poinstruuuj uczniów, aby stworzyli dzieło sztuki, które reprezentuje ich samodefiniowaną tożsamość płciową. Mogą używać dowolnych materiałów artystycznych, które preferują. Zachęcaj ich do bycia tak kreatywnymi, jak to tylko możliwe i podkreśl, że nie ma dobrego ani złego sposobu na reprezentowanie ich tożsamości.

Spacer po galerii:

Załącz "Galerię Spektrum Płci" w klasie, gdzie uczniowie mogą wyświetlać swoje dzieła sztuki. Każdy uczeń powinien umieścić swoją kartę tożsamości płciowej obok swojej grafiki. Daj czas na spacer po galerii, podczas którego uczniowie będą mogli oglądać i doceniać swoje dzieła.

Prezentacja cyfrowa (opcjonalnie):

Jeśli to możliwe, utwórz prezentację cyfrową, używając grafiki uczniów i dowodów tożsamości płciowych. Dołącz krótkie opisy od każdego ucznia na temat wybranej przez siebie tożsamości płciowej. Ta prezentacja może służyć jako wizualna reprezentacja spektrum płci w twojej klasie.

Podsumowanie

Zbierz uczniów z powrotem jako grupę i ułatwaj dyskusję. Poproś uczniów, aby podzielili się tym, czego nauczyli się dzięki tej aktywności, co ich zaskoczyło i jak to było odkrywać różnorodność płciową poprzez sztukę. Omów znaczenie poszanowania i przyjęcia różnorodnych tożsamości płciowych.

Ewaluacja

Zachęcaj uczniów do dalszego odkrywania różnorodności płci i kwestionowania stereotypów poza klasą. Zaproponuj zasoby, takie jak książki, filmy dokumentalne lub strony internetowe, które dalej omawiają te tematy. Rozważ zorganizowanie ogólnoszkolnej lub ogólnospołecznej wystawy sztuki przedstawiającej dzieła uczniów, aby promować większą świadomość.

Ta innowacyjna aktywność łączy sztukę, wyrażanie siebie i dyskusję, aby pomóc uczniom lepiej zrozumieć i docenić różnorodność tożsamości płciowych. Zachęca również do empatii, szacunku i otwartego dialogu na ten ważny temat.

Konkurs Słowny

(Role płciowe, normy i stereotypy płciowe)

Cel	Uczestnicy są zaproszeni do dyskusji na temat współczesnych istniejących stereotypów płciowych oraz ich źródeł.
Liczba uczestników	4-30 uczestników
Grupa docelowa	Chłopcy / Dziewczęta
Wiek	12-16 lat
Szkoła	Program nauczania lub zajęcia pozalekcyjne
Czas	15 minut
Materiały	Flip chart, papier, flamastry
Miejsce	szkoła/ klasa szkolna
Przewodnik	<p>W ciągu jednej lub dwóch minut: zapisz jak najwięcej słów, które mogą być skojarzone z określonym tematem, motywem lub słowem.</p> <p>Uczestnicy są podzieleni na dwie grupy. Każda grupa ma jedną minutę na wymyślenie nazwy swojego zespołu i ustawienie się w kolejce za stołem. Gdy obie grupy są gotowe, prowadzący przedstawia temat. Grupy mają ograniczony czas (np. 1 lub 2 minuty), aby napisać jak najwięcej słów, które kojarzą się im z tematem. Uczestnicy są również poinstruowani, że jako grupa mogą zapisać każde słowo tylko raz.</p> <p>Uczestnik stojący pierwszy w kolejce zapisuje jedno słowo, podaje marker uczestnikowi za nim i przechodzi na koniec kolejki. Uczestnicy nadal zapisują słowa, aż minie wyznaczony czas. Po konkursie prowadzący zlicza liczbę słów zapisanych przez obie grupy.</p>

	<p>Konkurs można przeprowadzić wielokrotnie, wybierając różne tematy.</p> <p>Po konkursach poświęć kilka minut na dyskusję na temat różnych list: Zwróć uwagę na różnice w powiązanych słowach na liście dotyczącej mężczyzn i liście dotyczącej kobiet. Zapytaj uczestników, co sądzą o tych różnicach lub dlaczego użyli określonego słowa, aby zdefiniować płć. Zapytaj, dlaczego niektóre słowa są przypisane do jednej płci, a nie do drugiej. Podkreśl słowa, które się wyróżniają (np. odwaga lub troska), aby uczynić dyskusję bardziej interesującą.</p> <p>Ćwiczenie rozpoczyna się od tematów/motywów, które są lekkie i łatwe. Dobrymi tematami są: jedzenie, hobby, itp. Po dwóch "łatwych" rundach, prowadzący może wprowadzić tematy związane z płcią.</p> <p>Prowadzący musi jasno wyjaśnić, że żadne słowa nie są zabronione! Każde słowo, które jest powiązane z tematem/motywy, może być zapisane.</p> <p>To jest "wysokoenergetyczne" ćwiczenie, co oznacza, że prowadzący musi skupić się na tworzeniu i utrzymaniu konkurencyjnej atmosfery, w której każdy myśli z wyprzedzeniem, by wymyślić słowo, szybko je zapisać i szybko podać marker następnej osobie.</p>
<p>Podsumowanie</p>	<p>Po konkursach, poświęć kilka minut na omówienie różnych list: Zwróć uwagę na różnice w powiązanych słowach na liście dotyczącej mężczyzn i liście dotyczącej kobiet.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zapytaj uczestników, co myślą o tych różnicach lub dlaczego użyli konkretnego słowa, aby zdefiniować płć. • Zapytaj, dlaczego niektóre słowa są przypisane do jednej płci, a nie do drugiej. • Podkreśl słowa, które się wyróżniają (np. odwaga lub troska), aby uczynić dyskusję bardziej interesującą.
<p>Ewaluacja</p>	<p>Konkurs może być rozgrywany wiele razy na różne tematy.</p>

The Man Box Boys

(Stereotypy płciowe i równość płci)

Cel	<ul style="list-style-type: none"> • Zwiększenie świadomości systemów nagród i kar związanych z normami społecznymi. • Zwiększenie akceptacji osób uważanych za "poza" manboksem. • Zwiększenie determinacji do działania zgodnie z tym, co się wydaje właściwe, a nie tym, co jest "męskie".
Liczba uczestników	6-30 uczestników
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	12-16 lat
Szkoła	w programie nauczania, poza lekcyjne zajęcia
Duration	20 - 30 minut
Materiały	Kartonowe pudełko, karteczki samoprzylepne i długopisy
Miejsce	Szkoła/klasa szkolna
Przewodnik	<p>Daj każdej grupie 3-5 osób kartonowy pudełko, karteczki samoprzylepne i długopisy. Poproś ich o napisanie oczekiwań dotyczących "bycia prawdziwym mężczyzną" (normatywna męskość) w ich społeczeństwie. Zapisz te oczekiwania w formie cech (np. silny, bogaty, zawsze podniecony). Umieść karteczki samoprzylepne na kartonowym pudełku, a następnie odczytaj głośno kilka z nich z każdej grupy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Co się stanie, jeśli nie spełnisz tych oczekiwań? • Czy sądzisz, że możliwe jest przez całe życie mieszkać wewnątrz tego pudełka i nigdy nie wyjść poza nie? • Jakie uczucie towarzyszyłoby ci zawsze dbaniu o bycie wszystkimi tymi rzeczami? • Wiemy, że większość ludzi całkowicie lub częściowo nie mieszka wewnątrz tego pudełka. <p>A niektórzy chcieliby być bardziej poza pudełkiem, ale obawiają się konsekwencji.</p>

	<p>Jak możemy ułatwić bycie poza pudełkiem i pokazać ludziom, że są odważni, stając poza nim pomimo norm?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Omów to, co się wydarzyło i co zaskakuje uczestników najbardziej. <p>Cechy na pudełku mogą być same w sobie pozytywne (np. pewny siebie), ale oczekiwanie, aby zawsze im odpowiadać, powoduje problemy.</p>
<p>Podsumowanie</p>	<p>Stworzenie "pudełka męskości" symbolizującego oczekiwania dotyczące "bycia mężczyzną". Następnie dyskusja na temat tego, w jaki sposób te normy wpływają na życie uczestników i ludzi wokół nich. Omówienie tego, co się wydarzyło i co najbardziej zaskoczyło uczestników.</p>
<p>Ewaluacja</p>	<p>Opcjonalnie: Odtworzenie filmu "På golvet" od Machofabriken lub innego filmu opisującego proces budowania tożsamości opartej na męskości/płci. Pozwól uczestnikom omówić film w grupach. O czym była ta historia? Co robiła osoba i dlaczego? Refleksje?</p>

Quiz Reklamowy

(Stereotypy płciowe, równość płci i przemoc)

Cel	Uczestnicy uczą się i zdobywają świadomość, w jaki sposób kobiety i mężczyźni są przedstawiani w mediach.
Liczba uczestników	4-30 uczestników
Grupa docelowa	Chłopcy/ Dziewczęta
Wiek	12-16 lat
Szkoła	Curricular or extracurricular
Czas	20 minutes
Materiały	PowerPoint prezentacja
Przewodnik	<p>Uczestnicy tworzą grupy składające się z 2 lub 3 osób. Uczestnicy muszą zgadnąć, jakie produkty są reklamowane w reklamach.</p> <p>Wszystkim pokazywane są reklamy, w których marka została pominięta. Zadaniem grup jest odgadnięcie, jaki produkt jest reklamowany. Ważne jest, aby każda grupa dostarczyła jedną odpowiedź. Dlatego po każdej reklamie grupy otrzymują kilka minut na dyskusję i wymyślenie wspólnej odpowiedzi oraz uzasadnienie tej odpowiedzi.</p> <p>Wprowadzenie uczestników jest omawiane podczas ćwiczenia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pytania, które prowadzący może zadać podczas dyskusji: • W jaki sposób reprezentowane są mężczyźni/kobiety? • Jaką rolę mają kobiety w reklamach? • W jaki sposób mężczyźni i kobiety są związani z produktem? • Dlaczego twórcy reklam tworzą tego rodzaju obrazy? <p>Ostatnie dwie reklamy zawierają pozytywne wizerunki płci.</p>

Podsumowanie

Podczas ćwiczenia omawiana jest opinia uczestników;

- Pytania, które prowadzący może zadać podczas dyskusji:
- W jaki sposób mężczyźni/kobiety są reprezentowani?
- Jaką rolę mają kobiety w reklamach?
- W jaki sposób mężczyźni i kobiety są powiązani z produktem?
- Dlaczego twórcy reklam tworzą tego rodzaju obrazy?

Ewaluacja

Ćwiczenie można wykonać z nowym zestawem reklam.

Kontinuum opinii

(Stereotypy płciowe, równość płci, zgoda i przemoc)

Cel	Zapoznaj się z rozmiarem, liczbami i statystykami dotyczącymi zastraszania seksualnego i przemocy seksualnej.
Liczba uczestników	4-30 uczestników
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	12-16 lat
Szkoła	Curricular or extracurricular
Czas	20 minut
Materiały	Papier z oświadczeniami
Miejsce	Szkoła/klasa szkolna
Przewodnik	<p>Dyskusja na temat rozmiaru, liczb i statystyk dotyczących zastraszania seksualnego i przemocy seksualnej.</p> <p>Fizyczny quiz, w którym uczestnicy omawiają rozmiar, liczby i statystyki dotyczące zastraszania seksualnego i przemocy seksualnej.</p> <p>Uczestnicy stają w środku pokoju. Prowadzący czyta na głos stwierdzenie związane z zastraszaniem seksualnym i przemocą seksualną. Uczestnicy, którzy uważają, że stwierdzenie jest prawdziwe, idą w prawo, a uczestnicy, którzy uważają, że stwierdzenie jest fałszywe, idą w lewo. Prowadzący następnie prosi kilku uczestników z obu stron o krótkie wyjaśnienie i pozwala reszcie uczestników odpowiedzieć. Po krótkiej dyskusji prowadzący mówi wszystkim, czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe, a następnie wprowadza kolejne stwierdzenie.</p> <p>Uczestników zachęca się do uczestnictwa w dyskusji w przyjazny i szanujący sposób.</p>

Podsumowanie

Wkład uczestników jest omawiany podczas ćwiczenia.

Ewaluacja

To ćwiczenie można również wykonać za pomocą liczb. Tutaj lewa strona to 0, środkowa to 5, a prawa strona to 10. Pedagog przedstawia oświadczenie i pozwala uczestnikom wybrać miejsce, które reprezentuje właściwą odpowiedź.

Granice (Zgoda)

Cel	<ul style="list-style-type: none"> • Uczestnicy znają swoje własne granice i potrafią je jasno określić innym. • Uczestnicy znają i szanują granice innych. • Uczestnicy zbliżają się do siebie i świadomie są granic swoich i innych.
Liczba uczestników	4-30 uczestników
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	12-16 lat
School	Curricular or extracurricular
Czas	15 minut
Materiały	-
Miejsce	Szkoła/klasa szkolna/online
Przewodnik	<p>Uczestnicy tworzą dwie linie naprzeciwko siebie. Między nimi jest co najmniej 4 metry miejsca. Prowadzący mówi, która linia uczestników rozpocznie. Po sygnale prowadzącego uczestnicy z wskazanej linii zaczynają kroczyć w kierunku uczestnika naprzeciwko nich, aż ten ostatni powie "stop".</p> <p>Następnie następuje ocena miejsca, w którym zatrzymał się kroczący uczestnik. Czy czuje się wygodnie, czy jest za blisko? Czy może ruszyć się o krok dalej? Spróbuj to zrobić, ruszając się naprzód lub do tyłu. Poproś uczestników, aby skupili się na tym, co doświadczają w swoich ciałach.</p> <p>W trakcie tego ćwiczenia chłopcy mogą mieć postawę "mogę sobie poradzić", co może skutkować sytuacją, w której zbliżają się do siebie na tyle blisko, że prawie się przewracają.</p>

	<p>Bez wątpienia, mogą sobie z tym poradzić, ale najprawdopodobniej przekroczą granice drugiej osoby. Jeśli tak się stanie, możesz zapytać obu uczestników, czy czują się komfortowo. Jakie to ma dla ciebie znaczenie, gdy ktoś przekracza twoje granice? Jakie to uczucie przekroczyć czyjeś granice?</p> <p>Można również pozwolić uczestnikom, którzy idą (w kierunku drugiego uczestnika), poczuć, kiedy dotrą do granicy drugiej osoby. Po zatrzymaniu się sprawdzane jest, czy zatrzymali się w odpowiednim miejscu, czy może są zbyt blisko, albo mogą się trochę przesunąć dalej.</p>
Podsumowanie	<p>Po ćwiczeniu poświęć kilka minut na dyskusję: Jak przeżyłeś to ćwiczenie? Co nauczyłeś się o sobie i o innych?</p>
Ewaluacja	<p>Dyskusja i refleksja.</p>

Oś czasu

(Własne doświadczenia z zastraszaniem ulicznym, zastraszaniem seksualnym i przemocą seksualną)

Cel	<ul style="list-style-type: none"> • Pomyśl i zastanów się nad własnymi doświadczeniami, wiedzą i postawami. • Pomyśl i zastanów się nad własnym zachowaniem: jak zapobiegać i eliminować zastraszanie seksualne i przemoc seksualną.
Liczba uczestników	4-30 uczestników
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	12-16 lat
School	Curricular or extracurricular
Czas	15 minut
Materiały	slupki, markery, tablica lub duży papier
Miejsce	szkoła/klasa szkolna/online
Przewodnik	<p>Prowadzący rysuje linię czasu, która zaczyna się gdzieś, gdy uczestnicy byli w szkole podstawowej (koniec lat 90.) i kończy w obecnym roku lub kilka lat później. Następnie każdy uczestnik otrzymuje kilka karteczek samoprzylepnych. Na każdej z karteczek może napisać jedną sytuację, w której on lub ktoś, kogo zna, doświadczył sytuacji zastraszania seksualnego lub przemocy seksualnej.</p> <p>Ponadto uczestnicy również piszą, co sami robią lub zamierzają zrobić, aby zapobiec i wyeliminować zastraszanie seksualne i przemoc seksualną. Mogą przykleić te karteczki na linii czasu w teraźniejszości lub przyszłości.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nie ma niczego złego, dziwnego ani niemożliwego; • Uczestnicy nie muszą podpisywać swoich imion na karteczkach; • Jedna historia na jednej karteczce; • Upewnij się, że każdy ma możliwość podzielenia się tym, co chce.

Podsumowanie

Prowadzący omawia wkład uczestników. Ważne jest, aby odpowiedzi były sformułowane w odpowiedzi na następujące pytania:

- Jak przeżyłeś to ćwiczenie?
- Co nauczyłeś się o sobie?
- Co zamierzasz zrobić w przyszłości? Jak to zrobisz?

Ewaluacja

Powtórz to ćwiczenie kilka miesięcy/lat później i porównaj wyniki

Spacer przywilejowy

(Uświadomienie sobie przywilejów związanych z płcią/mężczyzną/kobietą)

Cel	<ul style="list-style-type: none"> • Uczestnicy zostają skonfrontowani z przykładami nierówności społecznych, m.in. między mężczyzną i kobietą; • Uczestnicy dyskutują o przywilejach, nierównościach i pochodzeniu tych różnic; • Uczestnicy stają się bardziej empatyczni wobec siebie nawzajem (i problemów innych osób) i prawdopodobnie zbliżają się do siebie. • Używają różnych stwierdzeń, aby przyczynić się do zwiększenia świadomości uczestników na temat ich przywilejów i wad związanych z płcią, seksualnością i możliwymi innymi zmiennymi społecznymi.
Liczba uczestników	4-20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	12-16
szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	10-25 minut
Materiał	PowerPoint/kartki z wypowiedziami
Miejsce	szkoła/online
Przewodnik dla edukatorów	<p>W trakcie ćwiczenia różnice między uczestnikami stają się bardziej widoczne. Edukator może zadawać pytania typu: jak się czujesz? Skąd biorą się te różnice? Pedagog może także omówić szereg stwierdzeń.</p> <p>Upewnij się, że każdy miał możliwość udzielenia odpowiedzi. Wykorzystaj odpowiednią ilość czasu, aby zakończyć ćwiczenie. Porozmawiaj z uczestnikami, gdy podczas ćwiczenia uczestnicy pokazali, że zostali poruszeni tym ćwiczeniem.</p> <p>Staraj się, aby temat nie był ciężki i używaj humoru;</p>

	<p>Bądź uważny na emocje innych; to ćwiczenie może być trudne dla niektórych uczestników;</p> <p>Staraj się dać każdemu możliwość skomentowania i zachęć ludzi do podsumowania, udzielenia komentarza;</p> <p>Staraj się nie zwracać do kogoś zaimkami męskimi lub żeńskimi (zachowuj neutralność pod względem płci);</p> <p>Wychowawca to akceptuje, jeśli ktoś nie chce powiedzieć, dlaczego zrobił krok do przodu lub do tyłu; ważne jest, aby zostało to wyraźnie wspomniane podczas instruktażu ćwiczenia.</p>
<p>Podsumowanie</p>	<p>W trakcie ćwiczenia różnice między uczestnikami stają się bardziej widoczne. Edukator może zadawać pytania typu: jak się czujesz? Skąd biorą się te różnice? Pedagog może także omówić szereg stwierdzeń.</p> <p>Na koniec edukator i uczestnicy zastanawiają się nad swoim ostatecznym stanowiskiem i tym, co o tym myślą. I co można zrobić, aby poprawić tę sytuację.</p>
<p>Ewaluacja</p>	<p>Obejrzyj co następuje:</p> <p>Przykładowy film Buzzfeed na temat Privilege Walk https://www.youtube.com/watch?v=hD5f8GuNuGQ Dokument „Biały to też kolor” (holenderski) https://www.youtube.com/watch?v=ms7ln7W-PNM</p>

Czuję się dobrze, kiedy...

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Działanie ma na celu uwolnienie dziewcząt od ciężaru tłumienia lęku przed powiedzeniem tego, co sprawia, że czują się źle, myśląc o molestowaniu ulicznym - wydobycie lęków związanych z płcią żeńską.
Liczba uczestników	2-30
Grupa docelowa	dziewczęta
Wiek	12-13
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	20-25 minut
Materiały	2 arkusze papieru, markery
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Rozpocznij rozgrzewkę, przedstawiając temat, skupiając się na tym, co się dzieje, gdy wychodzą sami. Poproś dwóch uczniów, aby narysowali markerem postać ludzką na tablicy. Nazwij jeden arkusz: „Czuję się dobrze, kiedy”, a drugi: „Nie czuję się dobrze, kiedy”.</p> <p>Poproś uczniów, aby jednym słowem lub krótkim zdaniem wymienili, co sprawia, że czują się dobrze lub źle, gdy myślą o molestowaniu ulicznym. Na koniec pracy powieś dwa plakaty.</p> <p>Przykład: Dobrze się czuję, kiedy mnie szanują, kiedy nie wygwizdują na ulicy.... Nie czuję się dobrze, kiedy mi dokuczają, nie doceniają mnie ze względu na to, jak się ubieram... Zapytaj uczniowie mają zilustrować pisemne przykłady, przedstawiając sytuacje, których osobiście doświadczyli oraz opisując swoje reakcje i uczucia.</p> <p>Klasę można również podzielić na dwie grupy, które na zmianę pracują nad każdym plakatem, w przeciwnym razie to nauczyciel będzie tym, który zaznaczy pojawiające się pomysły.</p>

	Jest to bardzo stymulujące i angażujące zajęcie, dlatego dodaje mnóstwo energii.
Podsumowanie	Po ćwiczeniu poświęć kilka minut na omówienie: - Jak przeżyłeś to ćwiczenie? - Czego dowiedziałeś się o sobie i innym
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

DEKALOG

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Zwiększ umiejętność krytycznego spojrzenia na pogląd, że molestowanie uliczne jest molestowaniem, a nie komplementem – podkreśl zachowania związane z płcią i zdobądź DEKALOG, którego możesz przestrzegać, co może zwiększyć świadomość problemu.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	14-16
Szkoła	W ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	20 minut
Materiały	Arkusze papieru, markery
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy tworzą dwa zespoły i stoją w dwóch odległych miejscach, tak aby nie słyszeć, co mówi druga grupa. Z kolei zgodnie z ruchem wskazówek zegara każdy członek ma 50 sekund na przemyślenie i zapisanie na flipcharcie terminu związanego z szacunkiem zaczynając od tematu molestowania ulicznego. Rozpocznij rozgrzewkę od omówienia tematu i daj uczestnikom znać, że żadne słowo nie jest zabronione i że powinni napisać pierwszą rzecz, która przyjdzie im na myśl. Na koniec ćwiczenia obserwuj przez kilka minut różne listy</p> <p>Biorąc pod uwagę wszystkie słowa napisane przez obie grupy, uporządkuj według ważności 10 najważniejszych słów pisanych, które utworzą dekalog Słownika szacunku.</p>
Podsumowanie	<p>Po zakończeniu ćwiczenia poświęć kilka minut na przejrzanie różnych list. Przeanalizuj niektóre słowa i zadaj następujące pytania: Czym różnią się listy dotyczące mężczyzn i listy dotyczące kobiet?</p>

	<p>Co o tym myślą uczniowie i jakie są ich odczucia? Dlaczego niektóre słowa są po jednej stronie, a nie po drugiej?</p> <p>Konkurs można przeprowadzić wielokrotnie, o różnej tematyce.</p>
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

Odkrywanie pozytywnej męskości

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Uczestnicy są zapraszani do dyskusji na temat współczesnych istniejących stereotypów dotyczących płci i ich pochodzenia – wykorzystania ich jako rozgrzewki lub środka energetyzującego, aby stać się aktywnym lub wykorzystać trochę energii i uzyskać więcej spokoju i ciszy. Można go również wykorzystać do wprowadzenia/rozwiązania drażliwych tematów.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	chłopcy
Wiek	15-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	20 minut
Materiały	Papier, markery
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy podzieleni są na małe grupy. Każda grupa ma minutę na wymyślenie nazwy swojego zespołu i ustawienie się w kolejce za stołem. Kiedy oba zespoły są już gotowe, nauczyciel wprowadza temat.</p> <p>Grupy mają ograniczoną ilość czasu (np. 1 lub 2 minuty) na zapisanie jak największej liczby słów, które kojarzą im się z tematem. Uczestnicy są również instruowani, że jako grupa możecie zapisać każde słowo tylko raz.</p> <p>Uczestnik, który stoi pierwszy w kolejce, zapisuje jedno słowo, podaje znacznik uczestnikowi stojącemu za nim, przechodząc na koniec kolejki. Uczestnicy zapisują słowa, aż upłynie czas. Po konkursie nauczyciel policzy, ile słów zapisały obie grupy.</p> <p>Konkurs można przeprowadzić wielokrotnie, o różnej tematyce: Podziel uczestników na małe grupy;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Rozdaj każdej grupie duży arkusz papieru i markery; • Poinstruuuj każdą grupę, aby stworzyła mapę myśli lub listę pozytywnych cech i zachowań związanych ze zdrową męskością; • W ciągu jednej lub dwóch minut zapisz jak najwięcej słów, które można skojarzyć z danym tematem, lub słowem; • Zachęcaj grupy do myślenia poza stereotypami i skupiania się na cechach, które promują szacunek, empatię i pozytywne relacje; • Po 10 minutach poproś każdą grupę o zaprezentowanie swoich list całemu warsztatowi, zachęcając do dyskusji na temat pozytywnej męskości. • Ćwiczenie rozpoczyna się od tematów/motywów, które są lekkie i łatwe. Dobre tematy to: jedzenie, hobby itp. Po dwóch „łatwych” rundach nauczyciel może wprowadzić tematy dotyczące płci. • Trener musi jasno powiedzieć, że żadne słowa nie są zakazane! Można zapisać każde słowo powiązane z tematem/motywem. • Jest to ćwiczenie „wysokoenergetyczne”, co oznacza, że wychowawca musi skupić się na stworzeniu i utrzymaniu atmosfery rywalizacji, w której każdy myśli z wyprzedzeniem, aby wymyślić słowo, szybko je zapisać i szybko dać marker kolejnej osobie.
<p>Podsumowanie</p>	<p>Po konkursach poświęć kilka minut na omówienie różnych list: Zwróć uwagę na różnice w powiązanych słowach na liście dotyczącej mężczyzn i liście dotyczącej kobiet. Zapytaj uczestników, co myślą o różnicach lub dlaczego użyli określonego słowa do zdefiniowania płci. Zapytaj, dlaczego niektóre słowa są przypisane do jednej płci, a nie do drugiej. Podkreśl słowa, które się wyróżniają (np. odwaga lub troska), aby dyskusja była bardziej interesująca.</p> <p>Konkurs można przeprowadzić wielokrotnie, o różnej tematyce.</p>
<p>Ewaluacja</p>	<p>Dyskusja grupowa</p>

Wymyślmy historię (Street harassment. O czym mówimy?)

Cel	Zastanów się nad charakterystyką ofiar, miejscami, w których najprawdopodobniej dochodzi do takich incydentów, oraz długoterminowymi konsekwencjami catcallingu.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	Chłopcy
Wiek	12-16
Szkoła	W ramach podstawy programowej lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	15 - 25
Materiały	Trzy arkusze tektury do zrobienia kostek; nożyce; długopisy; białe prześcieradła; Wskazówki dla prezentera: Niech dzieci przygotują trzy małe kostki;
Miejsce	szkoła
Przewodnik dla edukatorów	<p>Dla każdej kostki na każdej ścianie zostaną pokazani bohaterowie opowieści (kostka „Kto?”), możliwe ustawienia (kostka „Gdzie?”) i możliwe długoterminowe konsekwencje catcallingu (kostka „Konsekwencje”), odpowiednio. Podziel klasę na 4 lub 5 grup. Każda grupa będzie musiała rzucić trzema kostkami i stworzyć historię z trzech znanych elementów. Treść będzie następująca: „Spróbuj wyobrazić sobie, co przydarzyło się Twojemu bohaterowi w takich okolicznościach, aby dojść do takich konsekwencji. Zastanów się także, co bohater mógł zrobić po tych konsekwencjach.</p> <p>Kierując się poniższymi sugestiami, możesz zdecydować, czy zasugerować dzieciom, co mają napisać na ściankach poszczególnych kostek, czy też dać im swobodę wymyślania różnych opcji, zawsze uwzględniając temat/rozmiar kostki.</p> <p>Inną możliwością jest podanie kilku przykładów dla każdej kostki, a następnie umożliwienie im uzupełnienia pozostałych ścian</p>

niezależnie. Przedyskutujcie to razem, a następnie napiszcie razem historię zawierającą wstęp, fabułę i zakończenie.” Kiedy wszystkie grupy opracują historię, przeczytaj artykuły w klasie.

Możliwe przykłady:

KTO? PRZYKŁADY: Wrażliwa dziewczyna; Nowy kolega z klasy; Dziewczyna, która ubiera się modnie; „Najfajniejsza” dziewczyna w klasie; Studentka bardzo towarzyska.

GDZIE? PRZYKŁADY: Na Instagramie/Facebooku; Na zajęciach podczas przerwy; Na korytarzu przy zmianie czasu; Na WhatsAppie; W autobusie; Na siłowni

KONSEKWENCJE? PRZYKŁADY: Przestaje chodzić do szkoły; Czuje się zawstydzona; Izoluje się; Wścieka się i często prowokuje swoich kolegów z klasy; Staje się smutna; Nie wierzy już w siebie; Ona się boi.

Podsumowanie

Dyskusja

Prawidłowe zachowania

(Street harassment. O czym mówimy?)

Cel	Celem jest zwiększenie świadomości uczniów na temat problemu molestowania ulicznego. Podnoszenie świadomości na temat zapobiegania, konsekwencji i szkód wynikających z molestowania ulicznego.
Liczba uczestników	4-30
Wiek	12-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	20 - 30 minut
Materiały	Papier, długopisy https://italicsmag.com/2021/05/31/worthy-citizens-a-short-movie-on-catcalling/
Miejsce	szkoła
Przewodnik dla edukatorów	<p>Pokazujemy uczestnikom film pełen absurdów dostępny na platformie YouTube, a następnie zadajemy pytanie: Jak myślisz, o czym będą dzisiejsze warsztaty?</p> <p>Dlaczego molestowanie uliczne jest tak powszechne? Jakie są konsekwencje molestowania ulicznego? Jak zachować się w obliczu molestowania ulicznego? Jak zachować się w obliczu molestowania ulicznego? Dlaczego boisz się molestowania na ulicy?</p> <p>Po podaniu różnych przykładów uczestnicy zapisują na wspólnej tablicy swoje wnioski. Pomysły są widoczne dla wszystkich uczestników warsztatów – Zrób burzę mózgów.</p>

Podsumowanie

Po ćwiczeniu poświęć kilka minut na omówienie:

- Jak przeżyłeś to ćwiczenie?
- Czego dowiedziałeś się o sobie i innym

Ewaluacja

Dyskusja

Współczesne stereotypy dotyczące płci

(Odkrywanie pozytywnej męskości)

Cel	Uczestnicy są zapraszani do dyskusji na temat współczesnych istniejących stereotypów związanych z płcią oraz ich źródeł.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Czas trwania	20 minut
Materiały	2 kartony; markery
Miejsce	szkoła/klasa/online
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy podzieleni są na małe grupy. Każda grupa ma minutę na wymyślenie nazwy swojego zespołu i ustawienie się w kolejce za stołem. Kiedy oba zespoły są już gotowe, nauczyciel wprowadza temat. Grupy mają ograniczoną ilość czasu (np. 1 lub 2 minuty) na zapisanie jak największej liczby słów, które kojarzą im się z tematem. Uczestnicy są również instruowani, że jako grupa możecie zapisać każde słowo tylko raz.</p> <p>Uczestnik, który stoi pierwszy w kolejce, zapisuje jedno słowo, podaje znacznik uczestnikowi stojącemu za nim, przechodząc na koniec kolejki. Uczestnicy zapisują słowa, aż upłynie czas. Po konkursie nauczyciel policzy, ile słów zapisały obie grupy.</p> <p>Konkurs można przeprowadzić wielokrotnie, o różnej tematyce.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Podziel uczestników na małe grupy. 2. Rozdaj każdej grupie duży arkusz papieru i markery. 3. Poinstruj każdą grupę, aby stworzyła mapę myśli lub listę pozytywnych cech i zachowań związanych ze zdrową męskością. <p>W ciągu jednej lub dwóch minut zapisz jak najwięcej słów, które można powiązać z określonym tematem, motywem lub słowem.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Zachęcaj grupy, aby wyszły poza stereotypy i skupiły się na cechach, które promują szacunek, empatię i pozytywne relacje.

Podsumowanie

5. Po 10 minutach poproś każdą grupę o przedstawienie swoich list całemu warsztatowi, zachęcając do dyskusji na temat pozytywnej męskości.

Ćwiczenie rozpoczyna się od tematów/motywów, które są lekkie i łatwe. Dobre tematy to: jedzenie, hobby itp.

Po dwóch „łatwych” rundach nauczyciel może wprowadzić tematy związane z płcią.

Trener musi jasno powiedzieć, że żadne słowa nie są zakazane! Można zapisać każde słowo powiązane z tematem/motywem.

Jest to ćwiczenie „wysokoenergetyczne”, co oznacza, że wychowawca musi skupić się na stworzeniu i utrzymaniu atmosfery rywalizacji, w której każdy myśli z wyprzedzeniem, aby wymyślić słowo, szybko je zapisać i szybko dać marker kolejnej osobie.

Konkurs można przeprowadzić wielokrotnie, o różnej tematyce.

Po konkursach poświęć kilka minut na omówienie różnych list: Zwróć uwagę na różnice w powiązanych słowach na liście dotyczącej mężczyzn i liście dotyczącej kobiet.

Zapytaj uczestników, co myślą o różnicach lub dlaczego użyli określonego słowa do zdefiniowania płci.

Zapytaj, dlaczego niektóre słowa są przypisane do jednej płci, a nie do drugiej.

Podkreśl słowa, które się wyróżniają (np. odwaga lub troska), aby dyskusja była bardziej interesująca.

Ewaluacja

Dyskusja

Stereotypy płci

(Dyskusja na temat stereotypów związanych z płcią)

Cel	Uczestnicy są zapraszani do dyskusji na temat współczesnych istniejących stereotypów związanych z płcią oraz ich źródeł.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	12-16
Szkoła	W ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	15-25 minut
Materiały	Arkusze papieru; markery
Miejsce	szkoła/klasa
Przewodnik dla edukatorów	<p>Przedstaw listę powszechnych stereotypów dotyczących płci związanych z męskością. Poproś o wybranie z listy jednego stereotypu, który ich zdaniem wpłynął na ich rozumienie męskości. Wybierz stereotypy i omów, jak wpłynęły one na osobę lub interakcje z innymi. Refleksja na temat tych stereotypów i ich wpływu na ich życie.</p> <p>Można to powtórzyć wielokrotnie, zmieniając różne tematy. Ćwiczenie rozpoczyna się od tematów/motywów, które są lekkie i łatwe. Dobre tematy to: jedzenie, hobby itp.</p> <p>Po dwóch „łatwych” rundach jako przykładach trener może wprowadzić tematy dotyczące płci.</p> <p>Trener musi jasno powiedzieć, że żadne słowa nie są zakazane!</p> <p>Można zapisać każde słowo powiązane z tematem/motywiem.</p>

Podsumowanie

Następnie poświęć kilka minut na omówienie różnych list:
Zwróć uwagę na różnice w powiązanych słowach na liście dotyczącej mężczyzn i liście dotyczącej kobiet.
Zapytaj uczestników, co myślą o różnicach lub dlaczego użyli określonego słowa do zdefiniowania płci.
Zapytaj, dlaczego niektóre słowa są przypisane do jednej płci, a nie do drugiej.
Podkreśl słowa, które się wyróżniają (np. odwaga lub troska), aby dyskusja była bardziej interesująca

Ewaluacja

Powtórz to ćwiczenie po miesiącu lub dwóch i porównaj wyniki.

Kim jestem? (tożsamość)	
Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością i promowanie integracji grupowej.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
wiek	13-16
szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
czas trwania	10 minut
Materiały	-
Miejsce	szkolna sala
Przewodnik dla edukatorów	Ćwiczenie rozpoczynamy od zajęć w kręgu. Prosimy, aby każdy uczeń w 3 słowach opisał, kim jest (ważne: 3 słowa, nie więcej, nie mniej). Po rundzie nauczyciel podsumowuje ćwiczenie stwierdzeniem, że wiele osób zauważyło swoją płć, pochodzenie itp.
Podsumowanie	Po ćwiczeniu zapytaj grupę, co myślą o ćwiczeniu i jak się czuli.
Ewaluacja	Dyskusja

Chłopaki lub dziewczyny?

(Role płciowe, normy i stereotypy)

Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością. Refleksja na temat ról płciowych.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
czas trwania	15 minut
Materiały	Markery; długopisy; symboliczny rysunek chłopca i dziewczynki
Miejsce	sala szkolna
Przewodnik dla edukatorów	„Różnice” – nauczyciel rozdaje uczniom schematyczne rysunki dziewczynki i chłopca. Grupy podzielone są ze względu na płeć, w miarę możliwości tworzymy grupy 3 osobowe. Każda grupa otrzymuje rysunek odpowiadający swojej płci oraz rysunek przedstawiający drugą płeć. Na szablonach uczniowie mają wypisać pozytywy i negatywy związane z przynależnością do niego. Po zakończeniu ćwiczenia grupy najpierw czytają o sobie. Dopiero po ukończeniu tej części odczytywane są cechy drugiej płci. Podczas czytania grupa mówi z czym się zgadza, a z czym zaprzecza.
Podsumowanie	Po ćwiczeniu zapytaj grupę, co myślą o ćwiczeniu i jak się czuli.
Ewaluacja	Dyskusja grupowa, dzielenie się refleksjami

Myślę, że tak

(Role płciowe, normy i stereotypy)

Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością. Refleksja na temat ról płciowych.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
wiek	13-16
szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
czas trwania	15 minut
materiały	duże arkusze papieru; kredki; mazaki; markery
Miejsce	sala szkolna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Grupę dzielimy na cztery zespoły i każdemu z nich przydzielamy jedną z grup społecznych, wobec których społeczeństwo posługuje się stereotypami. Każda grupa pracuje niezależnie. Zadaniem każdego zespołu jest spisanie stereotypu na temat danej grupy (można tu wskazać, że chodzi o wygląd, cechy charakterystyczne, zachowanie), jakie uprzedzenia żywione są wobec tej grupy oraz jakie przejawy dyskryminacji na nią wpływają.</p> <p>Wszystkie pomysły zbierają się na forum klasowym i zastanawiamy się, dlaczego tak jest? Skąd się biorą stereotypy? Jak się czuli podczas tego ćwiczenia? Czy jako przedstawiciel jednej z grup doświadczyli dyskryminacji? Jakie są konsekwencje posługiwania się stereotypami?</p> <p>Grupa I – kobiety</p> <p>Grupa II – mężczyźni</p> <p>Grupa III – osoby nieheteronormatywne</p>

Podsumowanie

Po ćwiczeniu zapytaj grupę, co myślą o ćwiczeniu i jak się czują

Podsumowanie

Dyskusja grupowa oraz dzielenie się własnymi refleksjami

Debata (Role płciowe, normy i stereotypy)	
Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością. Refleksja na temat ról płciowych.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	15 minut
Materiały	https://www.youtube.com/watch?v=9ZFNsJ0-aco https://www.youtube.com/watch?v=wwZReORVyhE
Miejsce	sala szkolna
Przewodnik dla edukatorów	Dzielimy grupę na dwa zespoły. Prezentujemy film na platformie YouTube, a następnie jedna z grup szuka korzyści wynikających ze stereotypów, druga grupa szuka zagrożeń wynikających ze stosowania stereotypów związanych z płcią. Wniosek jest taki, że posługiwanie się stereotypami nie przynosi żadnych korzyści.
Podsumowanie	Po ćwiczeniu zapytaj grupę, co myślą o ćwiczeniu i jak się czują
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

Malarze (Role płciowe, normy i stereotypy)	
Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością. Refleksja nad rolami płciowymi i stereotypami.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
czas trwania	15 minut
Materiały	duże arkusze papieru; markery
Miejsce	Sala szkolna
Przewodnik dla edukatorów	Prosimy uczestników o narysowanie na papierze postaci mężczyzny i kobiety w kilkusobowych grupach. Następnie prosimy o przypisanie figurom i ich poszczególnym częściom cech: m.in. głowa symbolizuje inteligencję lub urodę, dłonie symbolizują siłę lub delikatność, oczy symbolizują zaufanie itp. Po omówieniu plakatów omawiamy z grupą stereotypy dotyczące płci i wynikające z nich negatywne konsekwencje. Na przykład kobieta w spódnicy jest postrzegana jako prowokacyjna.
Podsumowanie	Po zrealizowanym ćwiczeniu pytamy uczestników co o nim myślą i co by w nim zmienili (zmodyfikowali)
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

Utopia (Role płciowe, normy i stereotypy)	
Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością. Refleksja nad rolami płciowymi i stereotypami.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	13-16
szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
czas trwania	15 minut
Materiały	markery; duże arkusze papieru
Miejsce	sala szkolna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Praca w grupach. Każda grupa proszona jest o wyobrażenie sobie fantastycznego świata, w którym płeć nie determinuje tego, jak się zachowujemy i co możemy zrobić. Uczniowie wypełniają arkusz pomysłami na temat wymyślonego przez siebie świata (planety). Prowadzący sugeruje, aby uczestnicy wykorzystali swoje emocje, wyobraźnię, a także obserwacje życia codziennego, tego, co jest przeznaczone dla dziewcząt, a nie dla chłopców i odwrotnie. Na koniec prezynter zadaje pytania pomocnicze:</p> <p>Czy chłopcy i dziewczęta mogą robić te same rzeczy? Czy coś jest zabronione? Co możesz zrobić na swojej planecie, jak się czuć, a czego nie da się zrobić w naszym świecie?</p>
Podsumowanie	Po ćwiczeniu pytamy uczestników jak się czują
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

Wiesz to? (Role płciowe, normy i stereotypy)	
Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością. Refleksja nad rolami płciowymi i stereotypami.
Liczba uczestników	20
grupa docelowa	dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	10 minut
Materiały	arkusze papieru; markery
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Nauczyciel czyta twierdzenia. Następnie rozpoczyna się dyskusja w grupie.</p> <p>Jedna na pięć kobiet przynajmniej raz w życiu doświadczyła przemocy ze strony męża/partnera.</p> <p>Około 12-15% kobiet jest w związkach zawierających przemoc.</p> <p>25% zgłoszonych przestępstw z użyciem przemocy dotyczy przemocy wobec kobiet ze strony ich mężów/partnerów.</p> <p>95% osób dotkniętych przemocą domową to kobiety i dzieci.</p> <p>Dziewczęta w wieku od piętnastu do dziewiętnastu lat stanowią 50% wszystkich ludzi na świecie, którzy doświadczyli przemocy seksualnej.</p> <p>Kobiety stanowią największą grupę cywilnych ofiar wojny.</p>
Podsumowanie	Po ćwiczeniu zapytaj grupę, co myślą o ćwiczeniu.

Interwencja (Role płciowe, normy i stereotypy)	
Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad swoją tożsamością. Refleksja nad rolami płciowymi i stereotypami.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	10 minut
Materiały	https://www.youtube.com/watch?v=_vNGg_hmUFU
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	Przedstawiamy film przygotowany przez firmę kosmetyczną Loreal Paris przedstawiający kampanię dotyczącą przemocy ulicznej. Po obejrzeniu pytamy uczestników o ich przemyślenia na temat tej kampanii – czy wiedzieli, że takie zachowanie jest przejawem molestowania? Czy kiedykolwiek doświadczyli takiej sytuacji/zachowania? Czy uważają, że molestowanie uliczne jest powszechne?
Podsumowanie	Pytamy uczestników o samopoczucie
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

Działanie (Role płciowe, normy i stereotypy)	
Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej skuteczności, usamodzielniania się i sposobów radzenia sobie/reagowania na molestowanie uliczne.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy/dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	15 minut
Materiały	https://www.youtube.com/watch?v=6ZBTPTqlp44
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	Przedstawiamy film edukacyjny przygotowany przez firmę kosmetyczną L'Oréal Paris w ramach kampanii Stand up poświęconej przeciwdziałaniu przemocy ulicznej. Film przedstawia sposób reagowania na przemoc uliczną. Po obejrzeniu filmu dyskutujemy, czy przedstawiona metoda jest skuteczna i jakie inne (dodatkowe) działania można podjąć, aby pomóc osobom doświadczającym molestowania ulicznego.
Podsumowanie	Po ćwiczeniu rozmawiamy z grupą o filmie
Podsumowanie	Dyskusja grupowa i dzielenie się refleksjami

Media społecznościowe

(Role, normy i stereotypy związane z płcią)

Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej skuteczności, usamodzielniania się i sposobów radzenia sobie/reagowania na molestowanie uliczne.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	chłopcy
wiek	13-16
szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
czas trwania	15 minut
Materiały	arkusze papieru; markery
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	Lider dzieli grupę na małe czteroosobowe zespoły. Zadanie polega na tym, aby w grupach zastanowić się nad medialnym wizerunkiem kobiet, jakie cechy wyglądu i zachowania przypisuje się kobietom (uczestniczki mogą podać nazwiska znanych osób, które ich zdaniem przyczyniają się do kształtowania wizerunku kobiet). Następnie uczestnicy prezentują swoje projekty. Omawiamy je i zadajemy uczestnikom pytanie: czy sądzisz, że kreowany w mediach wizerunek kobiety przynosi kobietom korzyści, czy może szkodzić? Czy zauważyłeś zmiany w wizerunku kreowanym na przestrzeni lat?
Podsumowanie	Po ćwiczeniu rozmawiamy z grupą
Ewaluacja	Dyskusja grupowa i dzielenie się refleksjami

Mapa Stowarzyszenia - Plakaty

(Role, normy i stereotypy związane z płcią)

Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej skuteczności, usamodzielniania się i sposobów radzenia sobie/reagowania na molestowanie uliczne.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	15 minut
Materiały	mazaki; papier, klej, gazety, video https://www.youtube.com/watch?v=mqs8WILFyWY
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	Uczniowie podzieleni na 5 grup otrzymują markery, klej i gazety. Zadanie polega na stworzeniu plakatu z gazet, który będzie przedstawiał definicje przemocy ulicznej. Po wykonaniu zadania plakaty są omawiane przez przedstawiciela grupy. Przedstawiamy uczestnikom definicję przemocy ulicznej i wspólnie szukamy przykładów.
Podsumowanie	Po ćwiczeniu wypracujemy z grupą wnioski
Ewaluacja	Po wykonaniu ćwiczenia prezentujemy materiał filmowy i omawiamy zjawisko przemocy ulicznej.

Kampania społeczna (Role, normy i stereotypy związane z płcią)	
Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej skuteczności, usamodzielniania się i sposobów radzenia sobie/reagowania na molestowanie uliczne.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	w ramach programu lub zajęć dodatkowych
Czas trwania	20 minut
Materiały	markery, papier
Miejsce	sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy w grupach ok. 4 osobowych mają za zadanie przygotować medialną kampanię społeczną przeciw przemocy ulicznej. Pomysł na realizację jest dowolny. Uczestnicy powinni w swoich projektach zawrzeć tytuł kampanii, hasło, cele, etapy realizacji i oczekiwane rezultaty</p> <p>Następnie każda grupa przedstawia swój pomysł i wspólnie omawiamy każdy projekt.</p>
Podsumowanie	Po ćwiczeniu pytamy uczestników o ich samopoczucie i wnioski ze zrealizowanego ćwiczenia
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

Bałagan (Role, normy i stereotypy związane z płcią)	
Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej wartości, skuteczności, upodmiotowienia. Promowanie i nauczanie sposobów radzenia sobie z nękaniami ulicznym oraz reagowania na nie.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	Dziewczęta
Wiek	13-16 lat
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	20 minut
Materiały	-
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Sprzątanie bałaganu - uczniowie są proszeni o szybkie zrobienie bałaganu w klasie, a następnie informowani, że muszą posprzątać klasę stojąc na jednej nodze.</p> <p>Ćwiczenie ma na celu uwrażliwienie młodych ludzi na fakt, że w życiu bardzo łatwo o bałagan, zwłaszcza emocjonalny i łatwo jest ponieść szkody, ale radzenie sobie z nim, porządkowanie go i przezwyciężanie jest o wiele trudniejsze, ale o wiele bardziej satysfakcjonujące.</p>
Podsumowanie	Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj grupę, co sądzą o ćwiczeniu i jak się czują.
Ewaluacja	Dyskusja grupowa oraz prezentowanie osobistych refleksji o ćwiczeniu

Case study

(Role, normy i stereotypy związane z płcią)

Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej wartości, skuteczności, upodmiotowienia. Promowanie i nauczanie sposobów radzenia sobie z nękaniami ulicznym oraz reagowania na nie.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	Dziewczęta
Wiek	13-16 lat
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	20 minut
Materiały	-
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Dzielimy uczestników na kilkusobowe grupy. Wszyscy uczestnicy słuchają historii o dziewczynie, a następnie w grupach zastanawiają się, jak mogliby zareagować i/lub pomóc.</p> <p>"Wracasz ze szkoły. Usłyszałaś hałasy na skrzyżowaniu. Okazało się, że starsi uczniowie szkoły wyzywają Twoją rówieśniczkę, koleżankę z klasy od desek, płaskorzeźb i dziecka. Dodatkowo wykonują gest jakby ssali kciuk, przypominający naturalne zachowanie dziecka. Powodem wyzwisk jest mały biust dziewczyny. Twoja przyjaciółka stoi pośrodku, otoczona przez starszych od niej chłopców. Zastanów się, jak możesz jej pomóc i jak zareagować w takiej sytuacji, aby zapewnić sobie i dziewczynie bezpieczeństwo?".</p> <p>Po zebraniu wszystkich pomysłów uczestnicy dyskutują z prowadzącymi. Wspólnie z nauczycielem opracowują działania mające na celu pomoc osobom doświadczającym przemocy na ulicy.</p>

Podsumowanie

Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj grupę, co sądzą o ćwiczeniu i jak się czują.

Ewaluacja

Dyskusja grupowa oraz prezentowanie osobistych refleksji o ćwiczeniu

5 sekund

(Role, normy i stereotypy związane z płcią)

Cel	Sprawdzanie poziomu wiedzy uczestników
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	Dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	5 minut
Materiały	Stoper, karty z pytaniami
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Każdy uczestnik otrzymuje kartę z pytaniem, czyta je na głos i musi odpowiedzieć na nie na forum w ciągu 5 sekund. Możemy użyć do tego klepsydry lub stopera.</p> <p>Czym jest przemoc uliczna?</p> <p>Wymień trzy zachowania typowe dla przemocy ulicznej?</p> <p>Jak reagować na przemoc uliczną?</p> <p>Kto może doświadczyć przemocy ulicznej?</p> <p>Podaj dwa przykłady stereotypów dotyczących kobiet.</p> <p>Podaj dwa przykłady stereotypów dotyczących mężczyzn.</p> <p>Czy to prawda, że dyskryminacja jest tym samym co uprzedzenie?</p> <p>Czy stereotyp może być dobry lub korzystny?</p> <p>Jak możesz pomóc osobie doświadczającej przemocy na ulicy?</p> <p>Co możesz zrobić jako świadek przemocy ulicznej?</p> <p>Kto może być sprawcą przemocy ulicznej?</p> <p>Wymień co najmniej dwa miejsca (przestrzenie), w których można doświadczyć przemocy ulicznej.</p>
Podsumowanie	Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj grupę, co sądzą o ćwiczeniu i jak się czują.
Ewaluacja	Dyskusja grupowa oraz prezentowanie osobistych refleksji o ćwiczeniu oraz uzyskanych wynikach

Quiz

(Role, normy i stereotypy związane z płcią)

Cel	Zachęcanie uczniów do refleksji nad własną tożsamością. Refleksja nad rolami płciowymi i stereotypami.															
Liczba uczestników	20															
Grupa docelowa	Dziewczęta															
Wiek	13-16															
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych															
Czas trwania	10 minut															
Materiały	Markery, duże kartony															
Miejsce	Sala lekcyjna															
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy otrzymują quiz ze stwierdzeniami, decydują, czy te stwierdzenia są prawdziwe, czy fałszywe. Po zakończeniu zadania wspólnie omawiamy odpowiedzi.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Twierdzenia</th> <th>Prawda</th> <th>Falsz</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Gwizdanie jest jednym z przejawów przemocy ulicznej</td> <td>T</td> <td>F</td> </tr> <tr> <td>Ofiarami przemocy ulicznej mogą być mężczyźni</td> <td>T</td> <td>F</td> </tr> <tr> <td>Trąbienie, prowokacyjne gesty i wyzwiska mogą być komplementem</td> <td>T</td> <td>F</td> </tr> <tr> <td>Przemoc uliczna jest możliwa wyłącznie poprzez kontakt fizyczny</td> <td>T</td> <td>F</td> </tr> </tbody> </table>	Twierdzenia	Prawda	Falsz	Gwizdanie jest jednym z przejawów przemocy ulicznej	T	F	Ofiarami przemocy ulicznej mogą być mężczyźni	T	F	Trąbienie, prowokacyjne gesty i wyzwiska mogą być komplementem	T	F	Przemoc uliczna jest możliwa wyłącznie poprzez kontakt fizyczny	T	F
Twierdzenia	Prawda	Falsz														
Gwizdanie jest jednym z przejawów przemocy ulicznej	T	F														
Ofiarami przemocy ulicznej mogą być mężczyźni	T	F														
Trąbienie, prowokacyjne gesty i wyzwiska mogą być komplementem	T	F														
Przemoc uliczna jest możliwa wyłącznie poprzez kontakt fizyczny	T	F														

	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="619 197 1171 367">Przemoc uliczna dotyczy wyłącznie przemocy fizycznej</td> <td data-bbox="1171 197 1281 367">T</td> <td data-bbox="1281 197 1399 367">F</td> </tr> <tr> <td data-bbox="619 367 1171 501">Przemocy ulicznej można doświadczyć w każdej publicznej przestrzeni</td> <td data-bbox="1171 367 1281 501">T</td> <td data-bbox="1281 367 1399 501">F</td> </tr> <tr> <td data-bbox="619 501 1171 629">Ofiarami przemocy ulicznej są wyłącznie dorosłe kobiety</td> <td data-bbox="1171 501 1281 629">T</td> <td data-bbox="1281 501 1399 629">F</td> </tr> </table>	Przemoc uliczna dotyczy wyłącznie przemocy fizycznej	T	F	Przemocy ulicznej można doświadczyć w każdej publicznej przestrzeni	T	F	Ofiarami przemocy ulicznej są wyłącznie dorosłe kobiety	T	F
Przemoc uliczna dotyczy wyłącznie przemocy fizycznej	T	F								
Przemocy ulicznej można doświadczyć w każdej publicznej przestrzeni	T	F								
Ofiarami przemocy ulicznej są wyłącznie dorosłe kobiety	T	F								
Podsumowanie	Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj grupę, co sądzą o ćwiczeniu i jak się czują.									
Ewaluacja	Dyskusja grupowa oraz prezentowanie osobistych refleksji o ćwiczeniu									

Kampania społeczna (Role, normy i stereotypy związane z płcią)	
Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej wartości, skuteczności, upodmiotowienia. Promowanie i nauczanie sposobów radzenia sobie z nękaniami ulicznym oraz reagowania na nie.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	Dziewczęta
Wiek	13-16
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Materiały	Kartki papieru, długopisy, mazaki
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy w grupach około 4-osobowych są odpowiedzialni za przygotowanie medialnej kampanii społecznej przeciwko przemocy ulicznej. Pomysł na realizację jest dowolny. W swoich projektach uczestnicy powinni zawrzeć tytuł kampanii, hasło, cele, etapy realizacji i oczekiwane rezultaty.</p> <p>Następnie każda grupa prezentuje swój pomysł i wspólnie omawiają każdy projekt.</p>
Podsumowanie	Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj grupę, co sądzą o ćwiczeniu i jak oceniają zaprezentowane projekty
Ewaluacja	Dyskusja grupowa o skuteczności i adekwatności promowanych materiałów profilaktycznych

Kontrola (Role, normy i stereotypy związane z płcią)	
Cel	Odkrywanie ról płciowych, nauczanie i promowanie poczucia własnej wartości, skuteczności, upodmiotowienia. Promowanie i nauczanie sposobów radzenia sobie z nękaniami ulicznym oraz reagowania na nie.
Liczba uczestników	20
Grupa docelowa	Chłopcy
Wiek	13-16
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	10
Materiały	-
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	Uczestnicy dzielą się na pary (zespoły dwuosobowe). Jedna osoba (chętna) zakrywa oczy chustą, druga prowadzi tę osobę za rękę i wskazuje kierunek marszu, np. teraz skreć w prawo, potem zrób pięć kroków, zrób ostrożny krok itd. Każda para idzie w dowolnym kierunku wybierając bezpieczne miejsce w pomieszczeniu. Następnie uczestnicy mogą zamienić się rolami, tak aby każdy mógł wcielić się w rolę lidera i przewodnika.
Podsumowanie	Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj grupę, co sądzą o ćwiczeniu i jak się czuli w różnych rolach.
Ewaluacja	Po spacerze prowadzący pyta uczniów o ich wrażenia i o to, jak się czuli podczas spaceru? W jakiej roli woleli być - przewodnika czy prowadzonego? Jak się czuli, tracąc kontrolę i czując się bezradni? Moderator może zapytać, czy uczestnicy czują się tak w życiu codziennym, w jakich sytuacjach i jak sobie z tym radzą. Można powiedzieć, że osoby doświadczające przemocy i dyskryminacji również mogą się tak czuć.

Ciało i piękno

(Przełamywanie stereotypowych, normatywnych ról i poglądów związanych z płcią)

Cel	Rozważania na temat stereotypów dotyczących ciała i urody - rozmowa na temat stereotypów dotyczących ciała i urody osób, które są punktem odniesienia dla społeczności LGBTI+ i które są łatwo identyfikowane przez uczniów.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	Dziewczęta/Chłopcy
Wiek	13-16
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	1h
Materiały	Formaty z szablonem kart i nożyczki
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Część pierwsza: Uczniowie zostają podzieleni na grupy, a każdej z nich zadaje się kilka pytań dotyczących cielesności. Można zadawać pytania takie jak: Jak powinno wyglądać ciało dziewczyny? A ciało chłopca?</p> <p>Aby zebrać wszystkie odpowiedzi, mogą podzielić tablicę na dwie części, jedną z odpowiedziami dla dziewcząt, a drugą z odpowiedziami dla chłopców. Mogą rozmawiać o szczupłości, skórze, włosach, proporcjonalnym ciele, silnych mięśniach itp. Zazwyczaj ludzie nie biorą pod uwagę osób interseksualnych, gdy mówią o cechach ciała.</p> <p>Jak wyglądają ludzie, którzy pojawiają się w reklamach lub w mediach społecznościowych, takich jak Facebook czy Instagram? Mogą zrobić krótki opis idealnych zdjęć, światło, w jakim zdjęcie zostało zrobione, jakość, nowoczesne ubrania, makijaż, fryzura...</p>

	<p>Czy te ciała są powszechne u większości ludzi, których znamy? Czym jest stereotyp? Jakie są kanony piękna?</p> <p>Część druga: Pokazywane są różne zdjęcia ciał i możemy rozpocząć dyskusję na temat: Czy te ciała są prawdziwe? Czy zazwyczaj widzisz te ciała w swoim codziennym życiu? Co podoba ci się najbardziej? Czy jest coś, co ci się nie podoba?</p> <p>Podczas całej sesji należy zachować szacunek i otwarty umysł. To ćwiczenie ma na celu promowanie refleksji i samoakceptacji wobec wszystkich.</p>
Podsumowanie	Zastanów się nad otwartym podejściem do wszystkich.
Ewaluacja	Zbieranie danych na temat konsekwencji podążania za stereotypami

Kwestionowanie mężczyzn a kwestionowanie kobiet

(Przełamywanie stereotypowych, normatywnych ról i poglądów związanych z płcią)

Cel	Zastanowienie się nad pytaniami zadawanymi w oparciu o stereotypy dotyczące płci - rozmowa o pytaniach zadawanych kobietom i mężczyznom w tej samej sytuacji (czerwony dywan, zdobycie nagrody, wiek itp.). To ćwiczenie zapewnia doskonałą refleksję w kontekście mediów, które są instrumentem o globalnym znaczeniu.
Liczba uczestników	3-30
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	15-16
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	1h
Materiały	Telefony/komputery/tablety
Miejsce	Sala lekcyjna/online
Przewodnik dla edukatorów	Podziel klasę na małe grupy (3-4 osoby) i poproś ich o wyszukanie wiadomości lub filmów, w których możemy zobaczyć, jak prasa zadaje pytania oparte na stereotypach płci (kobietom na temat ich ciała, stroju, rodziny... a mężczyznom na temat celów osobistych lub zawodowych...), jak ten sam wiek traktuje bardzo różnie mężczyzn i kobiety. Po przeprowadzeniu badań każda grupa musi stworzyć Canva, PPT lub mural, aby pokazać i odzwierciedlić w dużej grupie.
Podsumowanie	Refleksja nad docieraniem do mediów i ich etycznym wykorzystaniem.
Ewaluacja	Dyskusja grupowa

Wyszukaj i zdefiniuj

(Przełamywanie stereotypowych, normatywnych ról i poglądów związanych z płcią)

Cel	Poszerzenie wiedzy na temat pojęć z danego tematu
Liczba uczestników	1-30
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	16
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	1h30min
Materiały	Komputer/telefon komórkowy/przeglądarka do wyszukiwania informacji na dany temat. Papiery i długopisy. Reflektor
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Tworzone są grupy, każda z nich otrzymuje 2-3 określenia z poniższej listy:</p> <ul style="list-style-type: none"> płeć stereotypy związane z płcią tożsamość płciowa seksizm męskość feminizm hiperkobiecość hipermęskość mizoginia parytet patriarchat rola płci uprzedzenia płciowe szklany sufit łamanie praw człowieka <p>Po wyszukiwaniu informacji na temat każdego terminu i opracowaniu definicji, która może być oparta na osobistym wkładzie, uczniowie muszą rozdać arkusze z pomysłami reszcie klasy i przedstawić każdy wynik dla każdej definicji.</p>

	<p>Następnie nauczyciel wyświetla na projektorze wszystkie pojęcia z listy. Uczniowie muszą umieścić na papierze słowo, z którym ich zdaniem powiązana jest wspomniana definicja.</p> <p>Ostatecznym celem jest powstanie glosariusza uzgodnionego przez całą grupę i zatwierdzonego przez nauczyciela. Gdy uczniowie podzielą się już wszystkimi definicjami, warto zachęcić ich do debaty lub stworzyć przestrzeń do refleksji.</p>
Podsumowanie	Nauka nowego słownictwa i poszerzanie wiedzy.
Ewaluacja	Możliwość wykorzystania słownika do nauczania i opracowywania ćwiczeń.

Warsztaty online część 2



Co-funded by
the European Union

Wyzwanie dekonstrukcji mediów (Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Krytyczna analiza i dyskusja na temat ról płciowych, norm i stereotypów przedstawianych w mediach.
Czas	60 minut
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	20
Materiały	<p>Dostęp do mediów online (wideo, reklamy, klipy filmowe itp.) Notatniki lub urządzenia cyfrowe do robienia notatek Platforma współpracy online (np. forum dyskusyjne, narzędzie do wideokonferencji)</p>
Przewodnik dla edukatorów	<p>Przydziel uczestnikom konkretny materiał medialny do przeanalizowania (np. klip wideo, reklamę lub scenę filmową). Zadbaj o różnorodność treści, które mogą wzmacniać lub podważać stereotypy dotyczące płci.</p> <p>Uczestnicy indywidualnie oglądają lub przeglądają przydzielone im media i sporządzają notatki na temat postaci i ich role związane z płcią. Zachowania i postawy związane z każdą płcią. Wszelkie obecne stereotypy lub uprzedzenia. Połącz uczestników w małe grupy lub całą klasę za pośrednictwem platformy współpracy online. Zachęć ich do podzielenia się swoimi obserwacjami, omówienia wszelkich niespodzianek i zidentyfikowania elementów, które utrwalają lub kwestionują normy dotyczące płci.</p> <p>Poproś uczestników, aby zastanowili się, w jaki sposób analizowane przez nich media mogą wpływać na społeczne postrzeganie płci.</p> <p>Omów potencjalny wpływ na postrzeganie siebie i relacje.</p> <p>Zachęć uczestników do stworzenia alternatywnej wersji utworu medialnego, który promuje pozytywne i integracyjne reprezentacje płci.</p>

	<p>Może to być krótki skecz, przerobiony scenariusz lub storyboard.</p> <p>Pozwól grupom zaprezentować swoje kreatywne odpowiedzi.</p> <p>Ułatw dyskusję na temat wpływu alternatywnych reprezentacji i tego, jak media mogą przyczynić się do pozytywnych zmian.</p>
Ewaluacja	<p>Podsumuj kluczowe wnioski.</p> <p>Zachęć uczestników do stosowania krytycznego myślenia podczas korzystania z mediów w przyszłości.</p> <p>To ćwiczenie aktywnie angażuje uczestników w badanie ról płciowych, jednocześnie wspierając krytyczne myślenie i kreatywność.</p>
Refleksje	<p>Zagłębiając się w eksplorację ról płciowych, norm i stereotypów w tym kursie online dla chłopców i dziewcząt w wieku 12-16 lat, wspólnie zastanówmy się nad wpływami społecznymi, które kształtują nasze postrzeganie i rzućmy sobie wyzwanie, aby poszerzyć nasze zrozumienie różnorodnych doświadczeń związanych z płcią.</p>

Odkrywanie tożsamości płciowych

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Wspieranie zrozumienia i otwartego dialogu na temat tożsamości męskich, żeńskich i niebinarnych/queer, promowanie inkluzywności i szacunku.
Czas trwania	60 minut
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Boys/Girls
Liczba uczestników	20
Materiały	Platforma do współpracy online (Zoom, Google Meet itp.) Wspólny dokument do sporządzania notatek i współpracy Zasoby multimedialne (filmy, artykuły itp.) dotyczące różnorodności płciowej
Przewodnik dla edukatorów	<ul style="list-style-type: none"> • Rozpocznij od krótkiego wprowadzenia na temat znaczenia zrozumienia i szanowania różnorodnych tożsamości płciowych (możesz użyć mentymentera). • Wykorzystaj zasoby multimedialne do przedstawienia informacji na temat tożsamości męskiej, żeńskiej i niebinarnej/queer. • Ułatwiał otwarte dyskusje, zachęcając uczestników do dzielenia się przemyśleniami i zadawania pytań. • Promuj bezpieczne i włączające środowisko, ustalając podstawowe zasady komunikacji opartej na szacunku. • Włącz elementy interaktywne, takie jak ankiety lub grupy grupowe, aby zwiększyć zaangażowanie. • Udostępnij uczestnikom dodatkowe zasoby, z których będą mogli skorzystać po sesji.
Podsumowanie	Zachęć uczestników do kontynuowania eksploracji różnorodności płci, udostępniając listę polecanych lektur, filmów dokumentalnych lub platform internetowych. Rozważ zorganizowanie kolejnej sesji w celu głębszej dyskusji i podzielenia się osobistymi refleksjami.
Refleksje	Poruszając się po złożoności tożsamości płciowych w tej aktywności online, zastanówmy się nad wspólną podróżą w kierunku

inkluzywności i zrozumienia, uznając piękno różnorodności w spektrum doświadczeń męskich, żeńskich i niebinarnych/queer.

Wyzwanie Kahoot dotyczące stereotypów związanych z płcią

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Zaangażowanie uczestników w zabawne i interaktywne doświadczenie edukacyjne, które kwestionuje i przełamuje stereotypy dotyczące płci za pomocą Kahoot.
Czas	45 minut
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	30
Materiały	Dostęp do platformy Kahoot Gotowy quiz Kahoot na temat stereotypów związanych z płcią Urządzenie z dostępem do Internetu dla każdego uczestnika Opcjonalnie: Dodatkowe zasoby multimedialne do głębszych dyskusji
Przewodnik dla edukatorów	<p>Rozpocznij od krótkiego wprowadzenia na temat wpływu stereotypów związanych z płcią na jednostki i społeczeństwo. Uruchom quiz Kahoot, pozwalając uczestnikom odpowiedzieć na pytania związane z powszechnymi stereotypami. Zatrzymaj się po każdym pytaniu, aby omówić prawidłowe odpowiedzi, obalić mity i ułatwić otwartą rozmowę. Zachęcaj uczestników do dzielenia się osobistymi doświadczeniami lub przykładami związanymi z każdym stereotypem. Wspieraj środowisko, podkreślając znaczenie dialogu opartego na szacunku. Zakończ sesję Kahoot podsumowaniem kluczowych wniosków i spostrzeżeń.</p> <p>Sugestie dotyczące Kahoot</p> <p>Pytanie 1: "Które z poniższych stwierdzeń jest przykładem stereotypu związanego z płcią?"</p> <p>A. Chłopcy są naturalnie lepsi w matematyce niż dziewczęta. B. Dziewczynki są zawsze bardziej rozmowne niż chłopcy. C. Zarówno A, jak i B. D. Żadne z powyższych.</p>

Guidelines for educators

Pytanie 2:

"Prawda czy Fałsz: Kolor różowy jest powszechnie kojarzony z dziewczynkami, a kolor niebieski jest powszechnie kojarzony z chłopcami."

- A. Prawda
- B. Fałsz

Pytanie 3:

"Do czego odnosi się termin "rola płciowa"?"

- A. Biologiczne różnice między mężczyznami i kobietami.
- B. Społecznie skonstruowane oczekiwania dotyczące tego, jak powinni zachowywać się mężczyźni i kobiety.
- C. Zarówno A, jak i B.
- D. Żadne z powyższych.

Pytanie 4:

"Które stwierdzenie podważa powszechny stereotyp dotyczący płci?"

- A. Chłopcy nie płaczą.
- B. Dziewczynki nie są dobre w sporcie.
- C. Zarówno A, jak i B.
- D. Żadne z powyższych.

Pytanie 5:

"W jaki sposób stereotypy związane z płcią mogą wpływać na jednostki? Wybierz wszystkie, które mają zastosowanie."

- A. Ograniczanie wyboru kariery.
- B. Wpływają na poczucie własnej wartości.
- C. Promowanie różnorodności i integracji.
- D. Tylko A i B.

Pytanie 6:

"Jakie jest znaczenie kwestionowania stereotypów dotyczących płci w społeczeństwie?"

- A. Promuje równość i integrację.
- B. Utrwala tradycyjne normy.
- C. Zarówno A, jak i B.
- D. Żadne z powyższych.

Podsumowanie

Zapewnij uczestnikom zasoby do dalszej analizy stereotypów związanych z płcią, takie jak artykuły, filmy lub książki. Zachęć ich do podzielenia się swoimi refleksjami na temat ćwiczenia Kahoot na forum internetowym lub platformie dyskusyjnej. Rozważ zorganizowanie sesji uzupełniającej, aby zagłębić się w konkretne stereotypy i ich wpływ.

Refleksje

Rzucając wyzwanie i odkrywając stereotypy dotyczące płci dzięki temu dynamicznemu doświadczeniu Kahoot, zastanówmy się nad siłą interaktywnego uczenia się, które może zmienić nasze postrzeganie i wspierać bardziej włączające zrozumienie płci.

Znajdowanie seksistowskich wiadomości

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Dostrzeżenie wpływu płci na przyjmowanie postaw seksistowskich.
Czas	20
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Youtube and Word
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczniowie obejrzą dwa następujące filmy wideo prezentowane przez nauczyciela:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=VjoLWvQJliw https://www.youtube.com/watch?v=nrZ21nD9I-0</p> <p>Następnie uczestnicy zaproponują cechy seksistowskie, które zidentyfikowali w filmach.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.
Refleksje	Czy zawsze potrafisz rozpoznać zachowania seksistowskie?

Dekalog Padleta

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Zwiększ umiejętność krytycznego spojrzenia na pogląd, że molestowanie uliczne jest molestowaniem, a nie komplementem
Czas	20 minut
Wiek	14-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Komputer. Czynność tę należy wykonać na Padlecie
Przewodnik dla edukatorów	<p>Nauczyciel utworzy Padlet, a uczniowie będą musieli go wypełnić. Kiedy już uzyskają link umożliwiający dostęp, każdy członek musi pomyśleć i zapisać na Padlecie termin związany z szacunkiem, zaczynając od tematu nękania ulicznego. Muszą przedstawić komentarze do wkładów innych osób, co najmniej do dwóch z nich.</p> <p>W ramach tego ćwiczenia rozgrzewającego temat uczniowie spośród nich prześlą informacje zwrotne na temat swoich wkładów.</p>
Podsumowanie	Ponieważ jest to ćwiczenie rozgrzewkowe dotyczące tematu, uczniowie między sobą podzielą się informacjami zwrotnymi na temat swoich wkładów.
Refleksje	Czy wiesz jak odróżnić komplement od molestowania?

Odkrywanie filmów

(Odkrywanie męskości i seksizmu)

Cel	Zidentyfikuj seksizm w sieci
Czas trwania	25 minut
Wiek	14-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Youtube i Office Word
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczniowie muszą wyszukać na Youtube filmy dotyczące zachowań seksistowskich i napisać o nich refleksję w mniej więcej 10 liniijkach.</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.
Refleksje	W jakim stopniu potrafisz rozpoznać zachowania seksistowskie?

Wersja online Man Boxa

(Stworzenie „męskiego pudełka” symbolizującego oczekiwania dotyczące tego, jak „zachowywać się jak mężczyzna”)

<p>Cel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zwiększanie świadomości na temat systemów nagród i kar powiązanych z normami społecznymi • Zwiększanie akceptacji osób, które są postrzegane jako „spoza” skrzynki osobistej • Zwiększenie determinacji do działania zgodnie z tym, co wydaje ci się właściwe, a nie to, co jest męskie
<p>Czas trwania</p>	<p>20 - 30 minut</p>
<p>Wiek</p>	<p>12-16</p>
<p>Grupa docelowa</p>	<p>Chłopcy/Dziewczęta</p>
<p>Liczba uczestników</p>	<p>4-30</p>
<p>Materiały</p>	<p>Oprogramowanie do połączeń wideo, wyszukiwarki do wyszukiwania zdjęć, oprogramowanie do wyświetlania zdjęć/tekstu i udostępniania ekranu</p>
<p>Przewodnik dla edukatorów</p>	<p>Opcjonalnie: wyświetl film „På golvet” firmy Machofabriken lub inny film opisujący proces budowania tożsamości opartej na męskości/płci. Pozwól uczestnikom omówić film w grupach. O czym był film? Co robiła ta osoba i dlaczego? Refleksje?</p> <p>Poproś każdego uczestnika, aby zapisał oczekiwania dotyczące tego, jak „być prawdziwym mężczyzną” (męskość normatywna) w swoim społeczeństwie lub wyszukał zdjęcia, które odzwierciedlają takie oczekiwania. Zapisz je w formie cech (np. silny, bogaty, zawsze napalony). Podziel się słowami/zdjęciami na tablicy internetowej, np. „Miro”, a następnie prowadzący nazwij to, co widać na „tablicy”</p> <p>Co się stanie, jeśli nie spełnisz tych oczekiwań? Czy myślisz, że można przeżyć całe życie w pudełku i nigdy poza nim nie wychodzić? Jak byś się czuł, mając zawsze pewność, że jesteś tym wszystkim? Wiemy, że większość ludzi całkowicie lub częściowo wykracza poza ten schemat. Niektórzy chcieliby działać bardziej nieszablonowo, ale obawiają się konsekwencji. Jak możemy ułatwić wyjście z pudełka i</p>

Przewodnik dla edukatorów c.d.	pokazać ludziom, że są odważni, stojąc poza nimi pomimo norm?
Podsumowanie	Omówcie, co się wydarzyło i co najbardziej zaskoczyło uczestników.
Refleksje	-

Analiza stereotypów

(Przełamanie stereotypowych, normatywnych ról i poglądów związanych z płcią)

Cel	Zastanów się nad stereotypami dotyczącymi ciała i piękna.
Czas	20 minut
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Zdjęcia z Google i Office Word lub podobnego programu
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczniowie muszą przesłać 4-5 zdjęć przedstawiających znane osoby znalezione w Internecie. Ważne jest, aby wziąć pod uwagę światło zdjęcia, jakość, nowoczesny ubiór, makijaż, fryzurę...</p> <p>Następnie muszą odpowiedzieć na następujące pytania: - Czy te ciała są powszechne u większości znanych nam osób? - Co to jest stereotyp? - Jakie są kanony piękna?</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.
Refleksje	Jakie są kanony piękna?

Role płci w mediach

(Przełamanie stereotypowych, normatywnych ról i poglądów związanych z płcią)

Cel	Zastanów się nad pytaniami zadanymi w oparciu o stereotypy dotyczące płci
Czas trwania	1h
Wiek	14-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Komputer, Youtube, Google, Office Word
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczniowie muszą szukać wiadomości lub filmów, w których możemy zobaczyć, jak prasa zadaje pytania w oparciu o stereotypy dotyczące płci (kobietom na temat ich ciała, stroju, rodziny... a mężczyznom na temat celów osobistych lub zawodowych...), jak w tym samym wieku mężczyźni i kobiety są traktowani w inny sposób. Muszą uzupełnić tę informację refleksją na temat wniosków.</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.
Refleksje	Dowiedz się o stereotypach związanych z płcią w prasie.

Kahoot

(Przełamanie stereotypowych, normatywnych ról i poglądów związanych z płcią)

Cel	Aktywność refleksyjna na temat własnych przekonań. Aby zgłębić temat
Czas trwania	30 minut
Wiek	14-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	2-30
Materiały	Kahoot
Przewodnik dla edukatorów	<p>Każdy uczestnik będzie musiał stworzyć dowolną formę Kahoot (najlepiej prawda/fałsz lub wielokrotna odpowiedź) składającą się z około 10 pytań. Aby zwiększyć zaangażowanie, zaleca się dodawanie do pytań filmów, obrazów i diagramów.</p> <p>Po ukończeniu muszą podać link do quizu (konieczne jest udostępnienie go publicznie, aby można było go zwizualizować). Dzięki podanemu przez nich linkowi można go uruchomić jednocześnie, po prostu wprowadzając kod.</p>
Podsumowanie	<p>Po ukończeniu muszą podać link do quizu (konieczne jest udostępnienie go publicznie, aby można było go zwizualizować). Dzięki podanemu przez nich linkowi można go uruchomić jednocześnie, po prostu wprowadzając kod.</p>
Refleksje	Czy jesteś gotowy rzucić wyzwanie swoim własnym przekonaniom?

Przemoc ze względu na płeć



Co-funded by
the European Union

Przemoc ze względu na płeć

Przemoc wobec kobiet jest globalnym problemem zdrowia publicznego, a także naruszeniem praw człowieka (Światowa Organizacja Zdrowia, 2019). Spośród wielu form przemocy wobec kobiet pojęcie przemocy ze względu na płeć (GV) definiuje się jako wszelkie działania przemocy fizycznej, seksualnej, psychicznej i/lub ekonomicznej wobec kobiet, których celem jest ustanowienie relacji opartej na nierówności, kontroli i dominacji nad nimi. Jest to kolejna forma kontroli kobiet wynikająca ze społeczeństwa patriarchalnego.

Przemoc ze względu na płeć opiera się na braku równowagi sił i jest stosowana z zamiarem upokorzenia oraz wywołania poczucia niższości i/lub podporządkowania osoby lub grupy osób. Ten rodzaj przemocy jest głęboko zakorzeniony w strukturach społecznych i kulturowych, normach i wartościach rządzących społeczeństwem i często jest utrwalany przez kulturę zaprzeczenia i milczenia. Przemoc ze względu na płeć może mieć miejsce zarówno w sferze prywatnej, jak i publicznej, i dotyka w nieproporcjonalny sposób kobiety.

Przemoc ze względu na płeć może mieć charakter seksualny, fizyczny, werbalny, psychologiczny (emocjonalny) lub społeczno-ekonomiczny i może przybierać różne formy, od przemocy werbalnej i mowy nienawiści w Internecie po gwałt lub morderstwo. Może go popełnić każdy: obecny lub były małżonek/partner, członek rodziny, kolega z pracy, koledzy ze szkoły, przyjaciele, osoba nieznana lub osoba działająca na rzecz instytucji kulturalnych, religijnych, państwowych lub wewnątrzpaństwowych. Przemoc ze względu na płeć, podobnie jak każdy rodzaj przemocy, jest kwestią dotyczącą stosunków władzy. Opiera się na poczuciu wyższości i chęci ugruntowania tej wyższości w rodzinie, w szkole, w pracy, w społeczności lub w społeczeństwie jako całości. Osoby LGBT+ (lesbijki, geje, osoby biseksualne, transpłciowe i inne osoby, które nie pasują do norm heteroseksualnych lub tradycyjnych kategorii binarnych płci) również doświadczają przemocy ze względu na ich faktyczną lub postrzeganą orientację seksualną i/lub tożsamość płciową.

Według Światowej Organizacji Zdrowia GV jest najczęstszą formą przemocy (30%); 38% samobójstw jest popełnianych w tym kontekście i szacuje się, że na całym świecie 1 na 3 kobiety doświadczyła przemocy fizycznej lub seksualnej ze strony swoich partnerów intymnych, przy czym najczęściej w grupie wiekowej od 15 do 49 lat powszechne (Światowa Organizacja Zdrowia, 2019). W Hiszpanii w 2020 r. 29 215 kobiet było ofiarami przemocy fizycznej lub psychicznej (w tym napaści na wolność seksualną, gróźb, przymusu lub arbitralnego pozbawienia wolności) stosowanej wobec kobiety przez mężczyznę, który jest lub był jej małżonkiem lub jest lub został z nią powiązany podobnym uczuciem, nawet jeśli nie mieszka razem. Liczba ta wzrosła o 3,2% w ciągu ostatnich 5 lat.

Chociaż GV jest zjawiskiem wieloczynnikowym, to znaczy nie ma jednej przyczyny ani czynnika go wywołującego, ogólnie przypisuje się go faktowi życia w patriarchalnym środowisku kulturowym, gdzie głównym czynnikiem ryzyka jest bycie kobietą. Zidentyfikowano typowe czynniki ryzyka związane z byciem agresorem lub ofiarą GV, takie jak niski poziom wykształcenia, narażenie na maltretowanie w dzieciństwie, doświadczenia przemocy w rodzinie, szkodliwe spożywanie alkoholu, zdarzenia poprzedzające przemoc, posiadanie postaw i zasad akceptujących przemoc i nierówność płci, problemy ze zdrowiem psychicznym, konflikty i/lub niezadowolenie małżeńskie oraz trudności w komunikacji w parze. Do czynników zwiększających ryzyko GV należy miłość i sposoby jej poczęcia. Jest to jedna z najbardziej intensywnych i pożądanych emocji człowieka, a sposoby jej wyrażania, rozumienia i przeżywania są konstrukcją społeczno-kulturową. W wielu przypadkach kobiety i mężczyźni socjalizowani są w oparciu o różne style emocjonalne powiązane z tradycyjnymi rolami związanymi z ich płcią oraz stereotypami dotyczącymi kobiecości i męskości. Ta zróżnicowana socjalizacja ma wpływ na aspekty życia ludzkiego i koncepcje dotyczące relacji miłosnych, generując nierówności płci.

W rzeczywistości miłość romantyczna jest sposobem idealizacji miłości opartym na władzy i zależności, który uwzględnia różne zasady i mandaty dla mężczyzn i kobiet. Koncepcja miłości romantycznej jest częsta u kobiet, powodując niską samoocenę, uległość, bezwarunkowe poświęcenie i zależność od partnera; zamieniają prawdziwego mężczyznę na idealnego, o którym marzą i chcą czuć się kochane, chronione i szanowane. Dlatego w tym wyidealizowanym spojrzeniu na miłość romantyczną kobiety są uważane za symbol bierności, uległości, niestabilności i uczuciowości, za podrzędną istotę, która marzy o odnalezieniu prawdziwej miłości i zawarciu małżeństwa na dowód miłości. Z drugiej strony mężczyźni kojarzeni są z byciem superbohaterami, którym udaje się osiągnąć niemożliwe, łamią zasady i charakteryzują się dużą odpornością na przetrwanie. Uważane są za symbol władzy, siły, rozumu oraz w roli uwodziciela, obrońcy, wybawiciela, dominatora i odbiorcy. Przemoc ze względu na płć przejawia się na wiele różnych sposobów, od jej najbardziej rozpowszechnionej formy, przemocy ze strony partnera, po akty przemocy dokonywane w przestrzeni internetowej. Te różne formy nie wykluczają się wzajemnie i wiele przypadków przemocy może mieć miejsce jednocześnie i wzajemnie się wzmacniać.

Oto najczęstsze rodzaje przemocy ze względu na płć:

Przemoc fizyczna. Każde działanie, które powoduje szkodę fizyczną w wyniku niezgodnej z prawem siły fizycznej. Przemoc fizyczna może przybierać formę m.in. poważnej i drobnej napaści, pozbawienia wolności i zabójstwa.

Przemoc seksualna. Każdy akt seksualny dokonany na osobie bez jej zgody.

Przemoc na tle seksualnym może przybierać formę gwałtu lub napaści na tle

- Przemoc psychiczna. Każde działanie, które powoduje szkodę psychiczną jednostki. Przemoc psychiczna może przybierać formę na przykład przymusu, zniesławienia, słownej obelgi lub nękania.
- Przemoc ekonomiczna. Każde działanie lub zachowanie, które powoduje szkodę ekonomiczną dla jednostki. Przemoc ekonomiczna może przybrać formę np. zniszczenia mienia, ograniczenia dostępu do środków finansowych, edukacji czy rynku pracy, czy niedopełnienia obowiązków ekonomicznych, np. alimentów.

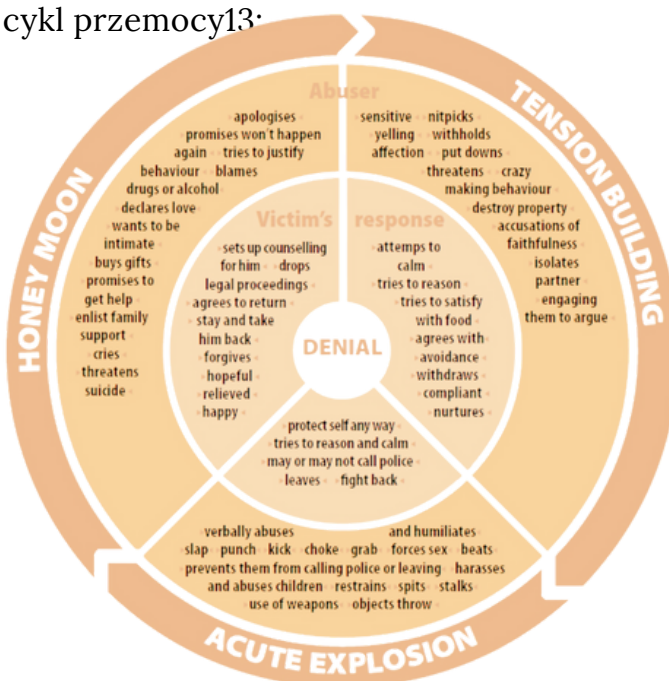
Oto przykłady przemocy ze względu na płeć:

- Molestowanie ze względu na płeć obejmuje niepożądane werbalne, fizyczne lub inne niewerbalne zachowanie o charakterze seksualnym, którego celem lub skutkiem jest naruszenie godności osoby. Od 45% do 55% kobiet w UE doświadczyło molestowania seksualnego od 15. roku życia.
- Okaleczanie żeńskich narządów płciowych (FGM) to rytualne obcięcie lub usunięcie części lub całości zewnętrznych żeńskich narządów płciowych. Narusza ciała kobiet i często szkodzi ich seksualności, zdrowiu psychicznemu, dobremu samopoczuciu i uczestnictwu w społeczności. Może to nawet doprowadzić do śmierci. Obecnie ponad 200 milionów dziewcząt i kobiet na całym świecie przeszło okaleczenie żeńskich narządów płciowych. Co najmniej 600 000 kobiet mieszkających w UE przeszło zabieg okaleczania żeńskich narządów płciowych.
- Małżeństwo przymusowe oznacza małżeństwo zawarte pod wpływem siły lub przymusu – albo pod presją fizyczną, aby zawrzeć związek małżeński, albo pod presją emocjonalną i psychologiczną. Jest to ściśle powiązane z dzieckiem lub wczesnym małżeństwem, gdy dzieci zawierają związek małżeński przed osiągnięciem minimalnego wieku do zawarcia małżeństwa.
- Przemoc w Internecie to ogólny termin używany do opisanie wszelkiego rodzaju nielegalnych lub szkodliwych zachowań wobec kobiet w przestrzeni internetowej. Mogą być powiązane z doświadczeniami przemocy w prawdziwym życiu lub ograniczać się wyłącznie do środowiska internetowego. Mogą one obejmować groźby niezgodne z prawem, prześladowanie lub nawoływanie do przemocy, niechciane, obraźliwe lub o charakterze seksualnym e-maile lub wiadomości, udostępnianie prywatnych zdjęć lub filmów bez zgody lub niewłaściwe zaloty w serwisach społecznościowych. Jedna na 10 kobiet w UE doświadczyła molestowania w Internecie od 15. roku życia.
- Przemoc domowa obejmuje wszelkie akty przemocy fizycznej, seksualnej, psychicznej i ekonomicznej, które mają miejsce w rodzinie, jednostce domowej lub pomiędzy partnerami intymnymi. Mogą to być byli lub obecni małżonkowie, także jeśli nie dzielą tego samego miejsca zamieszkania. 22% wszystkich kobiet, które miały (miały) partnera, doświadczyło przemocy fizycznej i/lub seksualnej ze strony partnera od 15. roku życia. Chociaż zdecydowana większość przemocy domowej jest popełniana wobec kobiet przez mężczyzn, w rzeczywistości ma ona miejsce w związkach tej samej płci równie często, jak w związkach heteroseksualnych i zdarzają się przypadki, w których kobiety molestują swoich partnerów. Przemoc domowa, taka jak gwałt, pobicie, na tle seksualnym lub

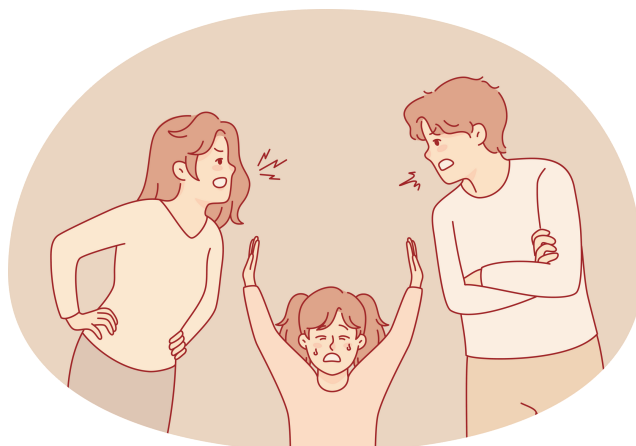
znęcanie się psychiczne prowadzi do poważnych cierpień fizycznych i psychicznych, obrażeń, a często śmierci.

Zadaje się je wbrew woli ofiary, a jej celem jest poniżenie, zastraszenie i wywarcie nad nią kontroli. Bardzo często ofiara pozostaje bez możliwości skorzystania z jakichkolwiek środków odwoławczych, ponieważ mechanizmy policji i organów ścigania są często niewrażliwe na płęć, wrogie lub nieobecne.

Często zadawane pytanie w związku z przemocą domową brzmi: „Dlaczego ona nie wychodzi na jaw?” Nie ma prostej odpowiedzi na to pytanie, ponieważ przemoc domowa jest zjawiskiem złożonym, które często obejmuje fizyczne, psychologiczne, emocjonalne i ekonomiczne formy przemocy. Często może to prowadzić do syndromu kobiety maltretowanej, kiedy kobieta będąca w związku pełnym przemocy zaczyna czuć się bezradna, bezwartościowa, bezsilna i akceptuje status quo. Jednakże ten syndrom nie wyjaśnia, dlaczego niektóre kobiety zabijają swoich agresywnych partnerów i odwraca uwagę od innych powodów, dla których kobiety pozostają w związkach zawierających przemoc. Do takich powodów mogą należeć: zależność finansowa od sprawcy, ograniczenia społeczne i brak alternatyw, takich jak schroniska dla ofiar przemocy. Przemoc domowa często wiąże się z izolacją ofiary od rodziny i przyjaciół, pozbawieniem majątku osobistego, manipulacją dziećmi, groźbami odwetu wobec jednostki, dzieci lub innych członków rodziny. Co więcej, powszechne naciski społeczne dotyczące natury rodziny – lepszy jakiś ojciec dla dzieci niż żaden – często sprawiają, że wyjście ze związku, w którym doszło do przemocy, jest nie tylko trudne, ale także niezwykle niebezpieczne. Jeszcze jeden powód, dla którego ludzie pozostają w związkach, w których stosowano przemoc, można zrozumieć poprzez tak zwany cykl przemocy¹³:



Podstawowy cykl składa się z wybuchu przemocy, po którym następuje tzw. miesiąc miodowy, charakteryzujący się nagłą pozytywną zmianą w zachowaniu sprawcy. Nazywa się go miesiącem miodowym, ponieważ ofiary często opisują ten okres jako bardzo podobny do początkowej części związku. Sprawca przemocy zazwyczaj bardzo przeprasza za swoje zachowanie, obiecuje zmiany, a nawet może oferować prezenty. Okres ten nie trwa jednak długo, gdyż jego jedyną funkcją jest wyeliminowanie obaw ofiary o przyszłość związku. Na tym etapie ofiara jest zazwyczaj zaangażowana i zaangażowana, ponieważ nikt nie lubi pamiętać negatywnych doświadczeń. Ofiara zatem z zadowoleniem przyjmuje widoczne zmiany i złożone obietnice.



F2F Aktywności Część 2



Co-funded by
the European Union

Konceptcje (Przemoc ze względu na płeć)

Cel	Omów i poznaj konceptcje przemocy ze względu na płeć.
Liczba uczestników	1-30
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	12-14
Szkoła	Zajęcia w ramach programu nauczania
Czas trwania	20 minut
Materiały	Tablica i markery
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>W pierwszym podejściu do tematu uczniowie zaproponują dowolną koncepcję związaną z przemocą ze względu na płeć. Teksty będą skupiać się na rodzajach i formach przemocy. W międzyczasie nauczyciel zapisuje na tablicy proponowane terminy.</p> <p>Oprócz komentowania terminów pojawiających się w ćwiczeniu zaleca się sprawdzenie, czy istnieje rozróżnienie między terminami proponowanymi przez dziewczęta i chłopców.</p> <p>Podejdź do tematu. Połącz się i rozgrzeź.</p>
Podsumowanie	Promuj refleksję i pierwsze podejście do tematu.
Ewaluacja	Zachowaj te konceptcje do końca, aby połączyć informacje z poprzednią

Refleksja na temat płci

(Przemoc ze względu na płeć)

Cel	Refleksja nad przemocą ze względu na płeć i jej wpływem na społeczeństwo – Działalność pogłębiająca i refleksyjna.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	14-16
Szkoła	zajęcia realizowane w ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	20 minut
Materiały	Kartony, markery i długopisy. Materiały do rysowania
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	W grupach 4-5 osobowych uczniowie wykonają na kawałku tektury infografikę w formie piramidy przedstawiającą rodzaje przemocy ze względu na płeć w kolejności od najłagodniejszej do najpoważniejszej. Po zakończeniu każdy zespół będzie musiał wyjaśnić i uzasadnić powód umiejscowienia muralu.
Podsumowanie	Po prezentacji każdej grupy warto ocenić następujące punkty: Przedyskutuj, czy możliwe jest podzielenie ustalonego porządku; Oceń argumenty tych, którym przypisano najłżejsze i najpoważniejsze. Podaj powody wyboru i uzasadnij je.
Ewaluacja	Zaproponuj refleksje uzasadniające uzyskane wyniki

Mapa par (Przemoc ze względu na płeć)	
Cel	Refleksja nad perspektywą płci w społeczeństwie w odniesieniu do przemocy ze względu na płeć – Pogłębianie i refleksja na temat zapobiegania, z dodatkiem podejścia płci.
Liczba uczestników	2-30
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	15-16
Szkoła	Zajęcia realizowane w ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	30 minut
Materiały	Arkusze i długopisy. Możliwość dodania materiałów potrzebnych do rysowania/kolorowania
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>W parach uczniowie muszą stworzyć mapę mentalną podzieloną na dwie główne gałęzie: mężczyźni i kobiety. Muszą w graficzny i schematyczny sposób zaproponować dla każdej płci pomysły/rozwiązania dotyczące zapobiegania (w przypadku mężczyzn) lub stawiania czoła (w przypadku kobiet) przemocy ze względu na płeć.</p> <p>Ciekawie jest spróbować pracy z parami mieszanymi, aby opinia obu płci znalazła odzwierciedlenie na mapie mentalnej. Gdy mapa mentalna będzie już gotowa, zaleca się zaprezentowanie jej całej grupie, aby zaobserwować, jakie działania proponuje się dla kobiet, a jakie dla mężczyzn oraz gdzie dostrzegane są różnice i podobieństwa.</p>
Podsumowanie	Promuj refleksję i rozwijaj umiejętności krytycznego myślenia w stosunku do braków i potrzeb społeczeństwa.
Ewaluacja	Zachowaj mapę mentalną jako kolejne narzędzie do dyskusji.

Aktywności online

Część 3



Co-funded by
the European Union

Burza mózgów (Przemoc ze względu na płeć)	
Cel	Omów i poznaj koncepcje przemocy ze względu na płeć
Czas trwania	30 minut
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Mentimeter
Przewodnik dla edukatorów	<p>W pierwszym podejściu do tematu uczniowie zaproponują dowolną koncepcję związaną z przemocą ze względu na płeć. Teksty będą skupiać się na rodzajach i formach przemocy... Proponowane warunki pojawią się natychmiast i będą przechowywane na stronie internetowej</p> <p>Wynik jest widoczny i zapisany na platformie. To sposób na podejście do tematu.</p>
Podsumowanie	Wynik jest widoczny i zapisany na platformie. To sposób na podejście do tematu.
Refleksje	Czym jest przemoc ze względu na płeć?

Plakat infograficzny (Przemoc ze względu na płeć)	
Cel	Refleksja na temat przemocy ze względu na płeć i jej wpływu na społeczeństwo
Czas trwania	25 minut
Wiek	14-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Canva
Przewodnik dla edukatorów	<p>Po przeszukaniu szablonu Canva o rozmiarze piramidy uczniowie utworzą infografikę dotyczącą rodzajów przemocy ze względu na płeć, w kolejności od najłagodniejszej do najpoważniejszej.</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej
Refleksje	Jakie są konsekwencje przemocy ze względu na płeć

Mapa myśli (Przemoc ze względu na płeć)	
Cel	Zastanów się nad perspektywą płci w społeczeństwie w odniesieniu do przemocy ze względu na płeć
Czas trwania	25 minut
Wiek	14-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	GoConqur lub Coggle webpage
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczniowie muszą stworzyć mapę mentalną podzieloną na dwie główne gałęzie: mężczyźni i kobiety.</p> <p>Muszą w graficzny i schematyczny sposób zaproponować pomysły/rozwiązania dla każdej płci, koncentrując się na tym, jak zapobiegać (mężczyźni) lub stawić czoła (kobietom) przemocy ze względu na płeć.</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej
Refleksje	Jak możemy zapobiegać przemocy ze względu na płeć?

Street harassment: o czym mówimy?



Co-funded by
the European Union

Street harassment: o czym mówimy?

Nękanie uliczne, bardziej znane jako „catcalling”, obejmuje szereg niepożądanych zachowań związanych z molestowaniem na tle seksualnym lub stereotypami płciowymi ze strony nieznajomych w miejscach publicznych. Niektórzy ludzie używają terminu „catcalling”, który jest angielskim terminem pochodzącym od słów „cat” „wzywanie” – wyrażenie używane od końca XVIII wieku na oznaczenie „płacz, narzekanie”, szczególnie podczas wygwizdywania artystów teatralnych. Termin ten zaczął być używany w obecnym znaczeniu około połowy XX wieku. Podkreśla to, że próba zdefiniowania tego zjawiska na przestrzeni czasu nie była prosta.

W rzeczywistości jest to wszechobecny problem dotyczący ludzi każdej płci i w każdym wieku, często wyśmiewanych lub bagatelizowanych. Generalnie kobiety są bardziej narażone na to zjawisko. Oczywiście jest, że „nękanie uliczne stanowi jedną z faz spektrum przemocy popełnianej wobec kobiet” (Alonso, 2019). Co więcej, „nękanie uliczne ze względu na płeć jest powszechną formą zastraszania i kontroli kobiet w społeczeństwie patriarchalnym” (Berenguer, Vaya i Bouchara, 2016).

Dlatego bardzo ważne jest, aby nie obwiniać ani nie wyśmiewać osób, które stały się ofiarami tego rodzaju przemocy, a także nie bagatelizować zdarzenia i zawsze pamiętać, że za przemoc ponoszą odpowiedzialność ci, którzy ją praktykują, a nie ci, którzy jej doświadczają. Jaką formę przybiera nękanie uliczne lub wyzywanie? Większość mężczyzn, którzy angażują się w wyzywanie, jest przekonana, że ich uwagi są jedynie komplementami i nie należy ich uważać za poważny problem. W rzeczywistości tego rodzaju molestowanie wywołuje strach, a także pozostawia długotrwałe skutki psychiczne u osób, które go doświadczają.

Molestowanie często staje się dla mężczyzn sposobem na przejęcie kontroli nad kobietami i ich ciałami. Wykrzykiwanie seksualnych komentarzy na temat wyglądu kobiety pokazuje seksualny i pozbawiony szacunku pogląd, jaki mężczyźni mają na temat kobiet. Obmacywanie, prześladowanie lub po prostu stanie zbyt blisko kogoś bez pozwolenia pokazuje, jak mało szanuje się prywatność danej osoby.

Zasadniczo polega to na praktykowaniu negatywnych zachowań werbalnych i niewerbalnych w życiu ofiary w celu komentowania wyglądu kobiety/mężczyzny w celu jej uprzedmiotowienia. Takie zachowania mogą obejmować używanie wulgarnego języka, gwizdanie, spojrzenia, gesty i zaloty o charakterze seksualnym. Dlatego też wyzywanie generuje znaczące skutki, ponieważ jest formą molestowania, które może powodować ogromne cierpienie u tych, którzy go doświadczają.

Jak wspomniano powyżej, należy pamiętać, że nie jest to nieszkodliwa forma flirtu, ale raczej forma molestowania, która może mieć poważne konsekwencje dla zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia ofiar. Na przykład do najbardziej widocznych objawów fizycznych należą napięcie mięśni, problemy z oddychaniem, zawroty głowy i nudności. Natomiast strach związany z możliwą krzywdą fizyczną w następstwie tego rodzaju molestowania jest największą reakcją emocjonalną zgłaszaną przez ofiary. Wreszcie, skutki psychologiczne obejmują również poczucie inwazji, upokorzenia i strachu związane z doświadczeniami molestowania, które mogą prowadzić do działań w postaci tłumionej złości, depresji, lęku i obniżonej samooceny. Połączenie tych efektów powoduje, że ofiary zmieniają swoje otoczenie, zmieniają sposób nawiązywania kontaktów towarzyskich, ograniczają wybór ubioru, a nawet unikają pewnych dzielnic lub tras. Zatem skutki molestowania ulicznego odbijają się echem w sferze fizycznej, psychologicznej i społecznej, powodując w konsekwencji zmiany w zachowaniu.

Wiek ofiary może również wpływać na postrzeganie nękańcych słów skierowanych przeciwko nawoływaniom i będących ich podstawą. Na przykład niechciany komplement może zostać odebrany inaczej przez dorosłą kobietę niż przez bardzo młodą dziewczynę. Podobnie wulgarne i obraźliwe wyrażenia o charakterze seksualnym mogą mieć znacznie bardziej szkodliwy wpływ na młodą osobę niż na osobę dorosłą.

Jednak zdumiewające jest, jak coraz więcej kobiet znajduje siłę, aby przeciwstawić się molestowaniu, mimo że sytuacja może być niebezpieczna, zawstydzająca i demoralizująca.

Istnieje duża różnica pomiędzy nękaniami a docenianiami:

Komplementy mają na celu zwiększenie pewności siebie, podczas gdy molestowanie może sprawić, że kobiety poczują się niepewnie lub nieswojo.

Komplementy są spersonalizowane; molestowanie ma charakter seksualny i odczłowiecza kobietę.

Komplementy są nieszkodliwe, a molestowanie sprawia, że dana osoba czuje się niepewnie.

Dlaczego niektórzy ludzie krzyczą, wyzywają? Jakiego jest tego pochodzenie? Z niezliczonych przeprowadzonych dochodzeń wynika, że molestowanie uliczne opiera się na patriarchalnych normach dotyczących płci i sposobie, w jaki chłopców uczy się okazywać i chronić swoją męskość. Wielu mężczyzn często ze sobą rywalizuje: kto jest najodważniejszy, najsilniejszy, najbardziej macho, kierując się ogólnie szerzącym się brakiem poczucia własnej wartości, rozczarowaniem i ogólnie frustracją w życiu. Jest to oznaka prymitywnego wychowania sprzyjającego rywalizacji międzygrupowej.

Niestety, nasze społeczeństwo zawsze postrzegało kobiety jako obiekty przyjemności. I ta ideologia prowadzi niektórych mężczyzn do myślenia, że kobieta idąca ulicą jest po to, aby ją komentować, seksualizować i sprawiać przyjemność mężczyźnie. W rezultacie mężczyzna czuje się zmuszony do wyrażenia swojej opinii na temat przechodnia.

Oznacza to, że chociaż w każdym kraju i kontekście kulturowym konsekwencje będą inne, wspólne patriarchalne podstawy naszej kultury oznaczają, że w naszych krajach partnerskich molestowanie uliczne i inne formy przemocy ze względu na płeć działają w ten sam sposób. Kilka badań przeprowadzonych w Europie i na świecie wykazało również, że najczęstszym celem zawsze okazuje się pragnienie uczuciowości, a następnie przyjemność, włączenie, rekreacja, relaks i manipulacja. Osoby stosujące catcalling nie odbierają tego jako negatywnego doświadczenia i nie spodziewają się negatywnych reakcji. Z drugiej strony, z punktu widzenia kobiet, stwierdzono, że motywacjami, które mogą leżeć za molestowaniem są: przyjemność, kontrola, rekreacja, włączenie, relaks i chęć uczuciowości.

Chociaż dane różnią się w zależności od kraju w sposób nieistotny, a liczby są zatrważające, podam na przykład, że według nowych danych krajowych władz prawie 44% kobiet we Włoszech zarówno kobiety, jak i dziewczęta doświadczyły jakiejś formy molestowania seksualnego (Istat) Dziewczyny miały zaledwie 14 lat. Oczywista jest zatem myśl, że bez zmiany podejścia do przemocy i przełamania bariery milczenia nie można liczyć na wykorzenienie tego zjawiska ze sfery publicznej. Co więcej, aż 85% kobiet przyznało, że padło ofiarą molestowania ulicznego (94% z pewnością więcej niż raz w życiu); w przypadku mężczyzn odsetek ten wyniósł 44%.

W przypadku kobiet sprawcami molestowania są wyłącznie lub głównie mężczyźni (98%). Jeśli chodzi o mężczyzn, sprawcami są zarówno mężczyźni (44%), jak i kobiety (41%). Do molestowania dochodzi najczęściej w otwartych przestrzeniach publicznych (np. na ulicy), w środkach transportu publicznego oraz podczas imprez masowych (koncerty, bary). Dotyczy to 60% wszystkich przypadków molestowania. Pora dnia nie ma znaczenia.

We Francji wyzywanie jest przestępstwem od 2018 r. i podlega karze grzywny do 750 euro. Podobne kary w Peru i kilku stanach USA (np. Illinois), gdzie istnieją szczegółowe przepisy zapobiegające molestowaniu ulicznemu, ponieważ nie ma ono nic wspólnego z próbą flirtu za obopólną zgodą. Z kolei we Włoszech, podobnie jak w większości krajów świata, catcalling nie jest przestępstwem i być może dlatego jest to zjawisko wciąż tak powszechne (Soardo, 2021).

1

Jak postępować z prześladowcami? Znalezienie się w sytuacji, w której jesteś nękaną na ulicy, nigdy nie jest przyjemne, ale niestety jest to bardzo częste zjawisko. Jeśli chodzi o Włochy, 84% kobiet codziennie doświadcza zaczepek. Nie ma właściwego zachowania wobec prześladowców, ale być może te 4 opisane tutaj działania mogą pomóc ofiarom:

Reaguj: Jeśli czujesz się wystarczająco bezpiecznie, jeśli jesteś blisko innych, reaguj stanowczo, bez obelg i ataków osobistych, aby dać im znać, że są to niepożądane, niedopuszczalne i niewłaściwe działania. Czasami w momencie nękania możesz czuć się zamrożony lub niezdolny do myślenia, ale proste zdanie, takie jak „odpuść sobie”, „nie jestem zainteresowany” lub „wystarczy” może zadziałać.

Wyładowanie złości: rozmowa o tym i skonfrontowanie się z zaufaną osobą to dobry sposób na wyładowanie gniewu i szukanie wsparcia w związku z tym, co się stało.

Dokument: Zapisz, co się stało. Zrób zdjęcie, jeśli czujesz się komfortowo. Molestowanie może wywołać poczucie bezradności. Udokumentowanie przypadku jest sposobem na odzyskanie części mocy, która została ci odebrana, gdy doświadczyłeś tej przemocy.

Ignoruj: W razie wątpliwości zignoruj osobę molestującą. Jest to często najlepsza reakcja, zwłaszcza jeśli uważasz, że pogarszasz sytuację. Napastnicy lubią uwagę, więc ignorowanie ich odbiera im moc. Zawsze stawiaj swoje dobro i własne bezpieczeństwo na pierwszym miejscu.

Przeprowadzone badania pokazują, że kobiety są poważnie dotknięte konsekwencjami zaczepek, jednak u podstaw tego zachowania wydaje się być pragnienie uczucia i związku. Dlatego przychodzi na myśl, że szersza edukacja chłopców na temat uczuć i doświadczeń kobiet mogłaby znacznie zmniejszyć dysfunkcyjną komunikację, zamęt, strach i przemoc. I na tym polega znaczenie takich kursów i działań podnoszących świadomość, aby coraz bardziej ograniczać to zjawisko.

W naszym systemie można wdrożyć różne rozwiązania, które pomogą stworzyć bezpieczniejsze i pełne szacunku środowisko dla kobiet, na przykład:

Edukacja szkolna: wprowadzenie feminizmu i edukacji w zakresie wzajemnego szacunku w młodym wieku są niezbędne dla przyszłego społeczeństwa pełnego szacunku.

Terapia: rozpoczęcie psychologicznej podróży, praca nad swoją niepewnością i doświadczeniami.

Niech catcalling stanie się przestępstwem: Wprowadź konsekwencje dla tych, którzy stosują przemoc uliczną.

Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z molestowaniem ulicznym



Co-funded by
the European Union

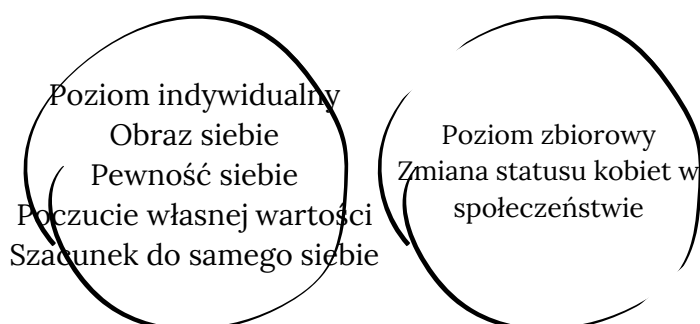
Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z street harassment

Kobiety odgrywają ważną rolę w rozwoju rodziny i społeczeństwa. Od kilkudziesięciu lat aktywnie uczestniczą w różnych działaniach gospodarczych i społecznych, ale ich wysiłki pozostają niezauważone. W społeczeństwie zdominowanym przez mężczyzn nadal są one narażone na dyskryminację na polu społecznym, gospodarczym i edukacyjnym. Kobiety nie tylko zarządzają swoimi rodzinami, ale odgrywają także ważną rolę w rozwoju całego społeczeństwa. Uświadomienie kobietom ich praw i budowanie zaufania do nich to kluczowa kwestia.

Obecnie powszechnie wiadomo, że kwestia wzmocnienia pozycji kobiet na rzecz pozytywnych zmian i transformacji istniejącego nierównego społeczeństwa jest bardziej istotna i ważniejsza. Wzmocnienie pozycji kobiet oznacza zapewnienie im wolności lub mocy, aby mogły żyć tak, jak chcą. Pozwala się im określić swoje umiejętności, wiedzę i zdolności do podejmowania własnych decyzji. Jest to dynamiczny proces rozwoju kobiet, który obejmuje świadomość, zdobywanie i aktualizację umiejętności. Dla rozwoju społeczno-gospodarczego każdego społeczeństwa istotne jest wzmocnienie pozycji kobiet. Ważne jest, aby kobiety identyfikowały się z pewnością siebie i szacunkiem. Głównym aspektem wzmocnienia jest nadanie im poczucia wewnętrznej siły – kontrolowania swojego życia. Wzmocnienie pozycji kobiet można mierzyć na dwóch poziomach: indywidualnym i zbiorowym.

Rozwój umiejętności jest kluczem do sukcesu, który poprawia produktywność, szanse na zatrudnienie i możliwości zarobkowe. Jest pomostem pomiędzy pracą a siłą roboczą. Dziś uważa się ją za ważne i niezastąpione narzędzie wzmocnienia pozycji kobiet. Celem rozwoju umiejętności w przypadku kobiet nie jest jedynie przygotowanie ich do pracy, ale także wsparcie ich na rynku pracy.

Poziomy wzmocnienia pozycji kobiet



Widać, że istnieje potrzeba opracowania uwzględniających płeć, strategii rozwoju umiejętności kobiet. Wzmocnienie pozycji kobiet pod względem społecznym, gospodarczym, edukacyjnym, politycznym i prawnym jest ważne dla rozwoju społeczno-gospodarczego. Kobiety potrafią sobie poradzić, jeśli otrzymają szansę. Należy je traktować z szacunkiem, godnością i równymi prawami. Jedyne, czego potrzebujemy, to skoncentrowany wysiłek skierowany we właściwym kierunku, który opierałby się jedynie na wyzwoleniu kobiet od wszelkich form ucisku i nierówności.

Dziewczęta postrzegają street harassment jako coś obraźliwego, natomiast chłopcy, choć zgadzają się, że jest to obraźliwe, czasami uważają, że takie zachowanie nie może być niezamierzone i usprawiedliwione. Dla obu grup było jasne, że przestrzenie, w których można doświadczyć przemocy ulicznej, to „ogólnie przestrzeń publiczna, a w szczególności ulice, bary i kluby, transport publiczny, taki jak metro czy autobus, oraz szkoła, taksówki, sieci społecznościowe i platformy internetowe”. Faktem jest, że niektórzy ludzie niesłusznie uważają, że zaczepki to komplement. Niemniej jednak wraz z postępem w zakresie praw kobiet i równości kobiety dostrzega się szkodliwe skutki molestowania ulicznego. Zmienia się także męska perspektywa Catcallingu. Catcalling wpływa zarówno na mężczyzn, jak i na kobiety i konieczne jest wzmocnienie ich od wewnątrz.

Nękanie uliczne obejmuje niektóre z następujących niepożądanych zachowań:

Uwagi, prośby i żądania

Komentowanie wyglądu fizycznego, np. ciała lub ubioru tej osoby

Kontynuowanie rozmowy z osobą, która poprosiła o pozostawienie jej w spokoju

Śledzenie lub prześladowanie

Obmacywanie

Celowe naruszanie przestrzeni osobistej lub blokowanie drogi

Ciągłe prośby o podanie imienia i nazwiska, numeru telefonu lub innych informacji

Publiczna masturbacja lub dotykanie

Seksistowskie, rasistowskie, homofobiczne, transfobiczne obelgi lub jakiegokolwiek komentarze obrażające lub poniżające aspekt czyjejs tożsamości

Pokazywanie obrazów pornograficznych bez czyjejś zgody

“Gapienie się”

Robienie komuś zdjęcia bez jego zgody

Powiedzenie komuś, żeby się uśmiechnął

Podnoszenie spódnicy, czyli robienie zdjęcia pod spódnicą lub sukienką bez zgody tej osoby

Używanie lustra do sprawdzania czyjejś spódnicy lub sukienki bez jej zgody

Gwizdanie

Chociaż molestowanie uliczne może spotkać każdego – niezależnie od płci, wieku czy innego aspektu tożsamości – często jest ono skierowane przeciwko konkretnym osobom ze względu na ich faktyczną lub domniemaną ekspresję płciową, orientację seksualną, rasę, pochodzenie etniczne, religię lub niepełnosprawność. Żadna forma molestowania nie jest w porządku i nigdy nie jest to komplement. Każdy zasługuje na traktowanie z godnością i szacunkiem oraz na to, by czuć się bezpiecznie w przestrzeni publicznej.

„Według oficjalnych danych z makroankiety na temat przemocy wobec kobiet (2019) w Hiszpanii 26% kobiet w wieku od 16 do 24 lat padło ofiarą prześladowania lub powtarzającego się molestowania, a 13% przed ukończeniem 15. roku życia”.

Nękanie uliczne ma negatywne skutki zarówno dla tych, którzy go doświadczają, jak i dla społeczności jako całości. Bycie molestowanym w przestrzeni publicznej może wzbudzić Twoje obawy o swoje bezpieczeństwo fizyczne i stworzyć atmosferę strachu i zastraszenia. Trzeba jednak rozróżnić, czy mówimy o bardzo młodej dziewczynie, czy o dorosłej kobiecie, gdyż element wieku może wpływać na odbiór kierowanych słów. „Istnieje duża różnica pomiędzy komplementem, nawet jeśli nieproszone oraz wulgarne i obraźliwe sformułowania o charakterze seksualnym.

Rzadko zdarza się to tylko raz. Dla osób, które doświadczają molestowania ulicznego, często nie jest to odosobniony przypadek, ale coś, co zdarza się wielokrotnie. Skumulowany efekt tego typu komentarzy i zachowań może spowodować, że osoba molestowana będzie odczuwać wzmożone poczucie niepokoju lub będzie przez cały czas „zdenerwowana”.

Jest to kwestia praw człowieka. Ktoś może unikać opuszczania domu, pracy lub szkoły ze strachu przed molestowaniem, co ograniczy jego dostęp do możliwości i społeczności.

Ma to skutki finansowe. Wiele osób, które doświadczyły molestowania ulicznego, może czuć się niepewnie, wracając do domu, wychodząc po zmroku lub korzystając samotnie z transportu publicznego. Z powodu tej obawy wiele osób jest zmuszonych wydawać pieniądze na prywatny transport, np. aplikacje do podróżowania, podczas gdy w przeciwnym razie korzystałyby z transportu publicznego lub chodziły na piechotę. W przypadku tych, których nie stać na te opcje, strach przed molestowaniem ulicznym może poważnie ograniczyć to, kiedy i gdzie mogą występować publicznie, co ogranicza również dostęp do zatrudnienia i edukacji.

Oto kilka przydatnych sposobów radzenia sobie z molestowaniem ulicznym:

W razie wątpliwości załóż, że powinienes pomóc. Jeśli nie masz pewności, czy dana sytuacja stanowi molestowanie, czy nie, załóż, że tak jest i zapytaj osobę, która jest molestowana, czy potrzebuje pomocy. Możesz powiedzieć coś w stylu: „Czy wszystko w porządku?” lub „Czy przeszkadzają ci?”

Wkrocz. Jeśli możesz, przeciwicz interwencję przypadkowych osób, zwracając się do sprawcy, co właśnie zrobił i dlaczego było to niedopuszczalne. Możesz powiedzieć coś w stylu: „Właśnie dotknąłeś tego mężczyzny, choć on tego nie chciał. To nie jest w porządku. Przestań nękać ludzi”.

Skontaktuj się z osobą, która jest molestowana. Jeśli jesteś świadkiem molestowania, zastanów się nad zapytaniem osoby, która była molestowana, czy wszystko w porządku i czy potrzebuje pomocy.

Raport. Możesz zgłosić fakt, że byłeś świadkiem molestowania, urzędnikom transportu publicznego, organom ścigania lub pracodawcy osoby molestującej.

Pytanie brzmi: w jaki sposób możemy promować usamodzielnienie? Przede wszystkim trzeba jasno powiedzieć, że jest to zadanie dla obu płci. Wzmocnienie pozycji kobiet jest nie tylko konieczne, ale także kluczowe dla wszechstronnego rozwoju społeczeństwa i narodu jako całości. Jest oczywiste, że różni autorzy i organizacje próbowały zdefiniować termin „wzmocnienie” z własnej perspektywy. Obejmuje ona zakres od wzmacniania własnej siły po budowanie efektywności kobiet. Jednakże wzmacnianie pozycji kobiet można obecnie podzielić na cztery główne części – społeczną, edukacyjną, polityczną i psychologiczną.

Wzmocnienie społeczne odnosi się do siły sprawczej, która wzmacnia relacje społeczne kobiet i ich pozycję w strukturach społecznych. Wzmocnienie pozycji społecznej odnosi się do dyskryminacji społecznej istniejącej w społeczeństwie ze względu na niepełnosprawność, rasę, pochodzenie etniczne, religię lub płeć.

Wzmocnienie edukacyjne. Bez odpowiedniej edukacji wszystkich dzieci, w tym dziewcząt, wzmocnienie pozycji płci nie jest możliwe. Edukacja buduje pewność siebie, poczucie własnej wartości i samowystarczalność. Niesie światło nadziei; zwiększa świadomość społeczną, polityczną, intelektualną, kulturową i religijną; poszerza długość umysłu; usuwa wszelkiego rodzaju bigoterię, ciasnotę, przesady i wzmacnia wzajemne uczucia, tolerancję itp.

Wzmocnienie polityczne. Zmień przepisy i regulacje: włączenie sankcji za molestowanie uliczne lub uproszczenie systemów zgłaszania. Przepisy są najskuteczniejszą metodą walki z niesprawiedliwością. Ważnym narzędziem wzmacniania pozycji jest także udział kobiet na polu politycznym i w różnych organach decyzyjnych. Udział kobiet na wszystkich poziomach struktur zarządzania jest najwyższą potrzebą tej godziny, jeśli chodzi o faktyczne wzmocnienie pozycji kobiet.

Wzmocnienie psychiczne. Zapewnienie interwencji psychologicznych w celu poprawy poczucia własnej wartości, pewności siebie i własnej skuteczności kobiet.

Poprzez wzmocnienie psychologiczne kobiety nie tylko przekraczają to, co tradycyjne i patriarchalne,

ale też sięgają do tematów tabu i stereotypowych obowiązków społecznych, Wsparcie kobiet pomaga w rozpoznawaniu swojej wartości i przejmowaniu niezależności, kontroli nad własnymi dochodami i ciałem.

a. Jak zostać mężczyzną?

Przemoc i molestowanie seksualne wobec dziewcząt i kobiet są zarówno przyczynami, jak i przejawami nierówności płci. Przemoc wobec dziewcząt i kobiet jest wyraźnie problemem mężczyzn i problemem męskości. Większość sprawców to mężczyźni, a żyjemy w społeczeństwach patriarchalnych, które tolerują, prowokują i legitymizują przemoc mężczyzn. Wiemy również, że mężczyźni i chłopcy mogą przyczynić się do rozwiązania tego ogromnego problemu społecznego – zmieniając własne zachowanie, wpływając na innych mężczyzn i chłopców oraz wspierając kobiety i dziewczęta. Inicjatywy angażujące mężczyzn i chłopców w celu ograniczenia przemocy mogą zachęcić ich, aby wraz z kobietami i dziewczętami przyczynili się do rozwiązania problemu.

b. Jak wspierać chłopców w stawaniu się mężczyznami?

Baza sprawców dla mężczyzn. Zawarte w dalszej części badania przeprowadzonego w 2014 r. co trzecia kobieta doświadczyła przemocy lub przemocy po 15. roku życia, brutalnie ze strony mężczyzn. Przemoc ze względu na płeć jest wyraźna i różni się od niesprawiedliwości płci.

Przemoc mężczyzn wobec kobiet i dziewcząt w miejscach publicznych, miejscach pracy i w związkach intymnych wiąże się z przerażającymi krzywdami fizycznymi, emocjonalnymi i psychicznymi. Wpływa na edukację i zatrudnienie kobiet, niezależność ekonomiczną, udział w życiu publicznym i relacje z mężczyznami. Istnieją ściśle powiązania między tradycyjną męskością a przemocą ze względu na płeć. Akty przemocy mężczyzn wobec kobiet, dzieci i innych mężczyzn zaostrzają utrzymujące się i potężne normy społeczne „łącznie mężczyzn i męskość z władzą, współzawodnictwem i dominacją zamiast z troską i równością”.

Mężczyźni i chłopcy mogą i muszą coś zmienić. Musimy podważyć pogląd, że „przemoc wobec kobiet jest powodowana wyłącznie przez niektórych, złych mężczyzn”. Większość mężczyzn może nie używać przemocy, ale wszyscy chłopcy i mężczyźni mogą wziąć na siebie odpowiedzialność, aby temu zapobiec. Muszą wiedzieć, że mogą pomóc w podjęciu praktycznych kroków w celu promowania dobrostanu i bezpieczeństwa kobiet i dziewcząt. Mężczyźni i chłopcy również są zainteresowanymi stronami w zapobieganiu przemocy. Przemoc mężczyzn wobec kobiet jest ściśle powiązana z przemocą mężczyzn wobec innych mężczyzn i wobec siebie. Niszczycielskie i pełne przemocy normy męskości szkodzą mężczyznom, a kwestionowanie tych norm sprawi, że życie chłopców i mężczyzn poprawi się.

F2F Aktywności

Część 3



Co-funded by
the European Union

Empatia i zrozumienie

(Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z molestowaniem ulicznym)

Cel	Naucz się wczuwać w innych, wcielając się w rolę postaci, która pomoże im nauczyć się empatii i zrozumienia różnych perspektyw. - Zapewnij uczniom scenariusze z prawdziwego świata, aby pomóc uczniom w nauce.
Liczba uczestników	4-30
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	14-16
Szkoła	Zajęcia realizowane w ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	1 godzina 30 minut
Materiały	Arkusze ćwiczeń i długopisy do zaprojektowania konspektu
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	Uczestnicy zostaną podzieleni na grupy 4-5 osobowe. Pomyśl o sytuacji do przedstawienia, w której przekazywane jest przesłanie wzmacniające. Zostaną przydzielone różne role i stworzony zostanie scenariusz realizacji spektaklu. Należy zawsze zachować szacunek dla kolegów z klasy i aktywności. Uczniowie muszą spróbować wczuć się w swoją rolę i najlepiej jak potrafią zinterpretować przypisaną im rolę.
Podsumowanie	Po odegraniu wszystkich ról interesujące będzie omówienie: Odczucia podczas interpretacji ról Prawdziwość przedstawionej sytuacji Powód wyboru takiej sytuacji
Ewaluacja	Wykorzystaj tę aktywność do pracy nad emocjami i poszerzania wiedzy na ich temat

Świadomość i wzmocnienie

(Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z molestowaniem ulicznym)

Cel	Promuj motywującą refleksję na ten temat i podnoś świadomość na temat wzmocnienia pozycji
Liczba uczestników	5-30
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	12-16
Szkoła	Zajęcia realizowane w ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	30 minut
Materiały	Aparat fotograficzny, tektura i markery
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Każdy uczeń wymyśli hasło, za pomocą którego przekaże ideę wzmocnienia pozycji. Kiedy napiszą to w ogłoszeniu, uczniom zostanie zrobione zdjęcie, aby uzupełnić wiadomość, uwzględniając również potencjał mowy ciała. Na koniec na kawałku kartonu przykleją hasło ze swoim zdjęciem.</p> <p>Po przedstawieniu wszystkich haseł odbędzie się głosowanie, które z nich zostanie wybrane jako preferowane przez całą klasę i dlaczego.</p>
Podsumowanie	Zakończenie czynności obejmującej wszystko, co zostało wcześniej wykonane.
Ewaluacja	Zachowaj zdjęcia będące efektem warsztatów twórczych. Można je przeznaczyć na inną działalność.

Perspektywy przemocy ulicznej

(Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z przemocą uliczną)

Cel	Uczestnicy przeprowadzą wywiad z rówieśnikami, aby zebrać informacje na temat ich punktu widzenia na temat molestowania ulicznego i potrzeby wzmocnienia pozycji - zagłębią się w temat.
Liczba uczestników	15-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Wiek	15-16
Szkoła	W ramach programu nauczania lub zajęć pozalekcyjnych
Czas trwania	1 godzina 40 minut
Materiały	Kartki papieru, długopisy
Miejsce	Sala lekcyjna
Przewodnik dla edukatorów	<p>Działanie to zostanie podzielone na dwie sesje. W pierwszym cała grupa zaproponuje serię pytań do wywiadu z kolegami z klasy. Celem jest zebranie informacji na temat możliwych sytuacji, których doświadczył/zaobserwował, postaw kobiet/mężczyzn w zakresie wzmocnienia pozycji. Na podstawie zaproponowanych pytań każdy uczeń zapisuje 5 pytań, które chce zadać swoim kolegom z klasy. W drugim przypadku w klasie rozpocznie się rotacja, w której uczestnicy będą raz przeprowadzać wywiad, a raz udzielać wywiadu. Połowa klasy będzie najpierw pełnić rolę osoby przeprowadzającej wywiad, a następnie zamienią się w osoby przeprowadzające wywiad. Zatem każdy uczestnik będzie pełnił obie role.</p> <p>Ćwiczenie można wykonać dwukrotnie, aby ocenić opinie według płci.</p>
Podsumowanie	<p>Po rozmowach poświęć kilka minut na omówienie następujących kwestii: Jak się czują, odpowiadając na te pytania?</p>

	<ul style="list-style-type: none">• Czy nauczyli się czegoś dzięki tym zajęciom? Co?• Zapytaj, czy kiedykolwiek zastanawiali się nad tymi pytaniami. Czy istnieje potrzeba podjęcia działań?
Ewaluacja	Zachowaj odpowiedzi i pytania do dalszych refleksji i debat

Aktywności online część 4



Co-funded by
the European Union

Wyszukiwanie wiadomości

(Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z molestowaniem ulicznym)

Cel	Przeanalizuj perspektywę społeczną, badając wiadomości na temat wzmocnienia pozycji
Czas trwania	45 minut
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Komputer, Office Word
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy muszą wyszukać w Google News informacje związane z self-empowerment i przygotować streszczenie z zebranych materiałów.</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.
Refleksje	Jakie informacje możemy znaleźć o self-empowerment?

Internetowy slogan

(Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z molestowaniem ulicznym)

Cel	Pomyśl o wzmacniających przekazach i ich wpływie na nasz umysł
Czas trwania	20 minut
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Canva lub podobny program
Przewodnik dla edukatorów	<p>Każdy uczeń wymyśli hasło, w którym przekaże ideę wzmocnienia pozycji. Korzystając z interaktywnego i kreatywnego narzędzia jakim jest Canva, będą musieli stworzyć krótkie zdanie (hasło) na ten temat.</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej. Uczniowie będą musieli głosować na najlepszych spośród nich wszystkich.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej. Uczniowie będą musieli głosować na najlepszych spośród nich wszystkich.
Refleksje	Jaki jest Twój najlepszy sposób na wzmocnienie?

Nagrywanie wideo <i>(Self-empowerment i sposoby radzenia sobie z molestowaniem ulicznym)</i>	
Cel	Podważaj tradycyjne poglądy na temat tego, jak powinny zachowywać się dziewczęta i chłopcy.
Czas	1h
Wiek	12-16
Grupa docelowa	Chłopcy/Dziewczęta
Liczba uczestników	1-30
Materiały	Screencast lub podobny program, kamera
Przewodnik dla edukatorów	<p>Uczestnicy muszą nagrać film wyjaśniający, jak ich zdaniem powinni zachowywać się chłopcy i dziewczęta. Celem jest zebranie informacji na temat możliwych sytuacji, których doświadczyłeś/zaobserwowałeś, postaw kobiet/mężczyzn na temat wzmacniania pozycji.</p> <p>Muszą omówić następujące kwestie: W jakim obszarze widzimy różnice w postawach kobiet i mężczyzn? Dlaczego zachowują się w taki specyficzny sposób? Czy istnieje potrzeba podjęcia działań? Jeśli tak, jak możemy to zmienić?</p> <p>Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.</p>
Podsumowanie	Zostanie utworzone miejsce na załączenie linku do działania z możliwością przekazania informacji zwrotnej.
Refleksje	Czy zastanawiasz się nad postawą wobec street harassment?

Metodologia

Metodologia

Nękanie uliczne to wszechobecny problem dotyczący jednostki w różnych społecznościach. Celem tego projektu jest zmierzenie się z problemem różnych aspektów molestowania ulicznego, stereotypowych norm i ról związanych z płcią oraz umożliwienie jednostkom walki z nim.

Podstawowymi celami tego projektu są podniesienie świadomości na temat molestowania ulicznego, zbadanie jego wpływu na chłopców i dziewczęta, zbadanie prawnych i etycznych aspektów wymiarów oraz wyposażenie uczestników w narzędzia zapobiegania i interweniowania

Przegląd Literatury

Kompleksowy przegląd istniejącej literatury na temat molestowania ulicznego informuje o rozwoju treści kursu, zapewniając, że jest on oparty na ustalonych badaniach i zrozumieniu.

Metody gromadzenia danych – grupa fokusowa

Dane jakościowe na temat doświadczeń uczestników i postrzegania molestowania ulicznego zebrano poprzez ankiety i wywiady.

Struktura modułu

Kurs podzielony jest na moduły obejmujące kluczowe tematy, takie jak definicja molestowania ulicznego, jego skutki, aspekty prawne, zapobieganie i wspieranie za pomocą działań edukacyjnych.

Kurs może zostać zrealizowany poprzez [zajęcia stacjonarne i online], jest dostosowany do potrzeb i preferencji uczestników.

Konkluzje



Konkluzje

Nękanie uliczne pozostaje powszechnym problemem w większości krajów. Zauważa się również, że dotyka ono ludzi bez względu na płeć, jednak grupą najbardziej dotkniętą pozostają kobiety. Projekt EquAlley oferuje teoretyczne podstawy dotyczące street harassment, opowiada o jego korzeniach, toksycznej męskości i o tym, jak przygotować młodych ludzi do radzenia sobie ze street harassment. Ponadto projekt EquAlley ma na celu zajęcie się kwestiami związanymi z normami płci i zachęca jednostki do kwestionowania stereotypów i ponownego przemyślenia kwestii płci.

Mając na celu kwestionowanie ról płciowych i ograniczanie molestowania ulicznego, kurs EquAlley oferuje wiedzę i zajęcia praktyczne. Działania te to nie tylko koncepcje teoretyczne – to praktyczne kroki, które umożliwiają jednostkom aktywne kwestionowanie stereotypów i przyczynianie się do tworzenia świata wolnego od molestowania i ograniczeń ze względu na płeć.

Razem kontynuujmy kwestionowanie norm, promujmy równość i budujmy społeczność dla wszystkich. Dziękujemy, że przyłączyliście się do nas w tej ważnej misji. Wykorzystuj swój głos, swoje działania i nowo zdobytą wiedzę z kursu EquAlley, aby stworzyć bardziej włączającą przyszłość dla wszystkich.

Bibliografia

Bibliografía

Alonso, E. E. (2019). Una mirada hacia el acoso callejero de carácter sexual en España: una visión comparada: ¿qué respuestas debe dar el ordenamiento jurídico?[Accésit al X Premio Enrique Ruano Casanova]. *Revista de ciencias jurídicas y sociales*, 22(2), 11-48.

Anti-Defamation League. (2015, February 2). *The Trap of Masculinity: How Sexism Impacts Boys and Men*. <https://www.adl.org/resources/lesson-plan/trap-masculinity-how-sexism-impacts-boys-and-men>

Apoio à Vítima. (n.d.). Folha informativa: Assédio no trabalho. https://apav.pt/apav_v3/index.php/pt/folhas-informativas

Arenas, A. (2016). The Controversy of Catcalling. <https://prezi.com/tgo9n1mxdxis/the-controversy-of-catcalling/>

Berenguer, B. Z., Vaya, I. L., & Bouchara, A. (2016). Gender-based street harassment and communication strategies. A comparative analysis between Spain and Morocco/Acoso sexual callejero y estrategias comunicativas. Un analisis comparado entre Espana y Marruecos. *Comunicacao, Midia E Consumo*, 13(37), pp. 138-160.

Bornstein, K. (1994). *Gender Outlaw*. Vintage.

Burgess, D., & Borgida, E. (1999). Who women are, who women should be: Descriptive and prescriptive gender stereotyping in sex discrimination. *Psychology, Public Policy, and Law*, 5(3), 665-692. <https://doi.org/10.1037/1076-8971.5.3.665>

Butler, J. (1990). *Gender Trouble*. Routledge.

Cislaghi, B., & Heise, L. (2020). Gender norms and social norms: Differences, similarities and why they matter in prevention science. *Sociology of Health & Illness*, 42(2), 407-422. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.13008>

Copelon, R., (1994). 'Understanding Domestic Violence as Torture' in Cook, R. (Ed.). *Human Rights of Women. National and International Perspectives*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press. (p.116- 152)

Council of Europe. (n.d.). *Domestic violence or violence in intimate relationships. Gender-based violence.* <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/domestic-violence-or-violence-in-intimate-relationships>

Council of Europe. (2020). Human rights channel. <https://human-rights-channel.coe.int/stop-sexism-en.html>

Council of Europe. (n.d.). *What is gender-based violence?*. Gender-based violence. <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/what-is-gender-based-violence>

De Beauvoir, S. (1949). *The Second Sex*. Vintage Books.

Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Eagly, A. H. (2009). The his and hers of prosocial behavior: An examination of the social psychology of gender. *American Psychologist*, 64(8), 644–658. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.64.8.644>

Eagly, A. H., & Wood, W. (2012). Social role theory. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology* (pp. 458–476). Sage Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781446249222.n49>

Eisenclas, S. A. (2013). Gender Roles and Expectations: Any Changes Online? *SAGE Open*, 3(4). <https://doi.org/10.1177/2158244013506446>

European Commission. (2023). *Gender equality strategy: Achievements and key areas for action*. https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/policies/justice-and-fundamental-rights/gender-equality/gender-equality-strategy_en

European Institute for Gender Equality. (n.d.). *Forms of violence*. <https://eige.europa.eu/gender-based-violence/what-is-gender-based-violence/forms-of-violence>

Fairchild, K., & Rudman, L. A. (2008). Everyday stranger harassment and women's objectification. *Social Justice Research*, 21, 338–357.

Feliksia, M. (2018, July). KOMUNIKAT Z BADAŃ: Molestowanie seksualne. *Centrum Badania Opinii Społecznej*, 98, 1-14.

Fine, C. (2010). *Delusions of Gender: How Our Minds, Society, and Neurosexism Create Difference*. W. W. Norton & Company.

Foucault, M. (1978). *The History of Sexuality, Volume 1: An Introduction*. Vintage Books.

Fundacja Autonomia. (n.d.). *Przemoc – podstawowe informacje*. Kampania 16 Dni Akcji Przeciw Przemocy ze względu na Płeć. <https://kampania16dni.pl/zasoby-edukacyjne/przemoc-podstawowe-informacje/>

Heilman, M. E. (2012). Gender stereotypes and workplace bias. *Research in Organizational Behavior*, 32, 113-135.

Jiménez-Picón, N., Romero-Martín, M., Romero-Castillo, R., Palomo-Lara, J.C., & Alonso-Ruíz, M. (2022). Internalization of the Romantic Love Myths as a Risk Factor for Gender Violence: a Systematic Review and Meta-Analysis. *Sexuality Research and Social Policy*, 20, 837 - 854.

Jonczy-Adamska, M. (2022). *Sytuacja dziewcząt i kobiet na świecie*. Fundacja Centrum Edukacji Obywatelskiej. <https://globalna.ceo.org.pl/wp-content/uploads/sites/4/2023/01/scenariusz-Sytuacja-dziewczat-i-kobiet.pdf>

Kearl, H. (2009). Always on guard: Women and street harassment. *American Association of University Women*, 103(1), 18-20.

Keyhan, R. (2016). Street harassment activism in the twenty-first century. In *Women's Emancipation and Civil Society Organisations* (pp. 69-88). Policy Press.

Kimmel, M. S. (2018). *The Gendered Society*. Oxford University Press.

Lindqvist, A., Hurst, B., Bartlett, D., Schrammel, E., Reshdouni, F., van 't Hof, L., Blokhuis, F., van Tricht, J. & Sling, J. (2018) *The Imagine Toolkit*. Burobraak

Logan, L.S. (2015). Street Harassment: Current and Promising Avenues for Researchers and Activists. *Sociology Compass*, 9, 196-211.

Maass, A., Cadinu, M., & Galdi, S. (2013). Sexual Harassment: Motivations and Consequences. 341-358.

MacMillan, R., Nierobisz, A., & Welsh, S. (2000). Experiencing the streets: Harassment and perceptions of safety among women. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 37, 306– 322.

Mama Chat. (n.d.). *Catcalling, le molestie spesso viste come apprezzamenti*. <https://mamachat.org/violenza/catcalling-le-molestie-spesso-viste-come-apprezzamenti/>

Mandal, K. C. (2013, May). Concept and Types of Women Empowerment. In *International Forum of Teaching & Studies* (Vol. 9, No. 2). http://americanscholarspress.us/journals/IFST/pdf/IFOTS-2013/IFOTS_v9_n2_art3.pdf

Nicholson, L. (Ed.). (1997). *The Second Wave: A Reader in Feminist Theory*. Routledge.

Rape, Abuse & Incest National Network. (n.d.). Street Harassment. <https://www.rainn.org/articles/street-harassment#:~:text=If%20you%20can%2C%20practice%20bystander,Stop%20harassing%20people.%E2%80%9D>

Salter, M. (2019, February 27). The Problem With a Fight Against Toxic Masculinity. *The Atlantic*. <https://www.theatlantic.com/health/archive/2019/02/toxic-masculinity-history/583411/>

Scoccimarro, E. (2021). La Stampa, Cronaca. Retrieved from Catcalling, the "street harassment" comes out of social media and enters the political debate, : <https://www.lastampa.it/cronaca/2021/04/09/news/catcalling-le-molestie-di-strada-escono-dai-social-ed-entrano-ne>

Soardo, M. V. (2021, Marzec 6). Hermes News. Retrieved from Catcalling, a form of "compliment" that turns into harassment : <https://ermesverona.it/2021/03/06/catcalling-una-forma-di-complimento-che-si-trasforma-in-molestia/>

Stryker, S. (2017). *Transgender History: The Roots of Today's Revolution*. Seal Press.

United Nations. (2022). *The Sustainable Development Goals Report 2022*. <https://unstats.un.org/sdgs/report/2022/The-Sustainable-Development-Goals-Report-2022.pdf>

Vyas, A. (2018). The impact of skill development on women empowerment. *International Journal for Advance Research and Development*, 3(1), 8-11. <https://www.ijarnd.com/manuscript/the-impact-of-skill-development-on-women-empowerment/>

Wilkerson, M. (2014). How Sexism Makes the Man: Examining the Relationship Between Masculinity, Ambivalent Sexism, and Gender Stereotyping. <https://www.semanticscholar.org/paper/How-Sexism-Makes-the-Man%3A-Examining-the-Between-and-Wilkerson/0af8f8a23e1e557033ea8706db0f450592e674f3>

Wilson, H. (2021, May 31). Worthy citizens: a short movie on catcalling. *Italics Magazine*. <https://italicsmag.com/2021/05/31/worthy-citizens-a-short-movie-on-catcalling/>

Educational material under the patronage of the Ministry of Development; European Fund; of the European Union: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwiKr8iYo6qBAxUzgv0HHdsSCkMQFnoECA8QAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.rpo.pomorskie.eu%2Fdocuments%2F10184%2F155604%2FStereotypy.pdf%2Faf8e2192-6ac2-466b-88b7-af3d8e2aefa8&usg=AOvVaw1upZXXS3qMEgNPfEXac0YN&opi=89978449>

Achieve gender equality and empower all women and girls [materiał podsumowujący poziom osiągnięcia 5. Celu Zrównoważonego Rozwoju w 2022 roku], ONZ, <https://unstats.un.org/sdgs/report/2022/Goal-05>;

Przemoc – podstawowe informacje, Kampania 16 Dni Przeciw Przemocy ze względu na Płeć, <http://kampania16dni.pl/zasoby-edukacyjne/przemoc--podstawowe-informacje>. „Sytuacja dziewcząt i kobiet na świecie” jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe. Pewne prawa – zastrzeżone na rzecz Centrum Edukacji Obywatelskiej

https://www.youtube.com/watch?v=vNGg_hmUFU

<https://www.youtube.com/watch?v=6ZBTPTqlp44>

<https://www.youtube.com/watch?v=mqs8WILFyWY>

<https://www.youtube.com/watch?v=VjoLWvQJliw>

<https://www.youtube.com/watch?v=ujGqiZlarAY>

<https://www.youtube.com/watch?v=9ZFNsJ0-aco>

<https://www.youtube.com/watch?v=wwZReORVyhE>

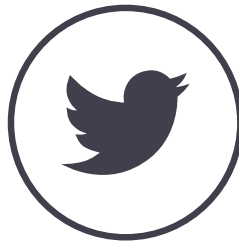
For more information about the project and its results, visit us on:



website



instagram



twitter



facebook