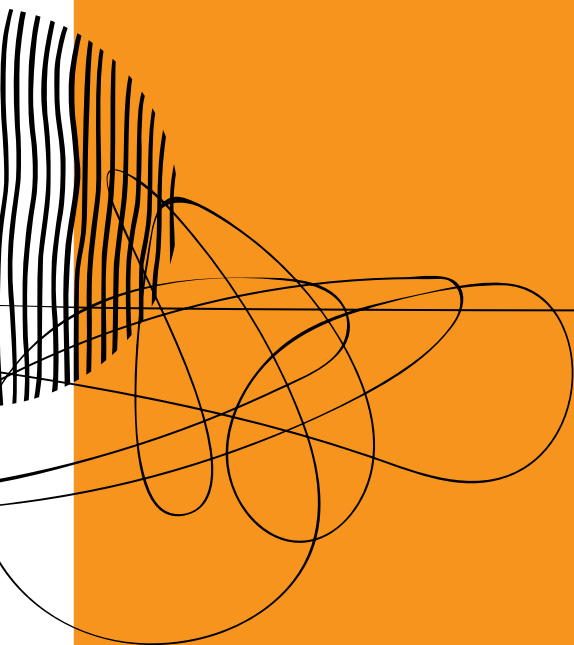


**XMEN**  
MASCULINITIES + EMPATHY + NONVIOLENCE

**X-MEN:  
MASKULINITETI,  
EMPATIJA  
I NENASILJE**

**PRIRUČNIK ZA RAD S  
MLADIMA U RIZIKU**





**XMEN**  
MASCULINITIES + EMPATHY + NONVIOLENCE

## **KOORDINACIJA PROJEKTA**

Tatiana Moura

## **AUTORI\_ICE**

Anamarija Sočo

Bakea Alonso

Elizabeta Matković

Jill Michiels

Linda Cerdeira

Marta Mascarenhas

Tatiana Moura

Tomislav Jeleković

Valentina Longo

Violeta Assiego

Álvaro Ruiz Garriga

## **PROVEDBENI TIMOVI**

### **Hrvatska – Status M**

Anamarija Sočo

Elizabeta Matković

Tamara Tokić

Tomislav Jeleković

### **Portugal – Centar za društvene studije**

Haydée Caruso

Marta Mascarenhas

Tatiana Moura

Tiago Rolino

### **GRAFIČKI DIZAJN**

Daniel Sansão ([contagio.ag](http://contagio.ag))

### **Konzultanti**

Flávio Gonçalves

Joana Torres

Ricardo Higuera Mellado

### **Španjolska – Cepaim**

Álvaro Ruiz Garriga

Bakea Alonso

Valentina Longo

Andrés Molina Herrero

### **ILUSTRACIJE**

[absurd.design](http://absurd.design)

*Sadržaj ovog dokumenta predstavlja isključivo stavove autora\_ica i samo su oni za njega odgovorni. Europska unija ne preuzima nikakvu odgovornost za način na koji će informacije sadržane u ovom dokumentu biti korištene.*

---

### **PREDLOŽENI NAČIN NAVOĐENJA RADA**

Moura, T., Mascarenhas, M., Sočo, A., Matković E., Jeleković, T., Longo, V., Assiego, V., Alonso, B., Garriga, AR, Michiels, J. i Cerdeira, M. (2024). *X-MEN: Maskuliniteti, empatija i nenasilje – Priručnik za rad s mladima u riziku*. Coimbra: CES.

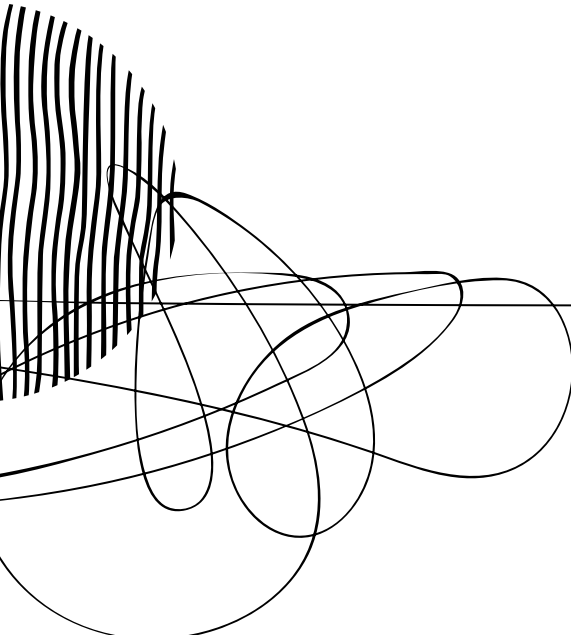
---

eISBN: 978-953-50658-2-1

travanj 2024.





An abstract line drawing on the left side of the page depicts a profile of a human head. The top of the head is filled with a dense pattern of vertical black lines. The rest of the head and neck are defined by several overlapping, curved black lines that create a sense of movement and depth.

**X-MEN:  
MASKULINITETI,  
EMPATIJA  
I NENASILJE**

---

**PRIRUČNIK ZA RAD S  
MLADIMA U RIZIKU**

# SADRŽAJ

UVOD – MASKULINITETI, EMPATIJA I NENASILJE: PUTEVI ZA INTERVENCIJU S MLADIMA U RIZIKU Tatiana Moura, Marta Mascarenhas	7
<b>#1</b> X-MEN – MASKULINITETI, EMPATIJA I NENASILJE: SKRIVENA METAFORA Tatiana Moura, Anamarija Sočo, Bakea Alonso	11
<b>#2</b> INTERSEKCIONALNI PRISTUP U RADU S MLADIMA U RIZIKU Valentina Longo	21
<b>#3</b> RAZGOVOROM O EMOCIJAMA GRADIMO MOSTOVE Tomislav Jeleković, Elizabeta Matković	31
<b>#4</b> RAD S MLADIMA U RIZIKU KRÓZ PRIZMU TRAUME i MASKULINITETA Jill Michiels	41

**#5**

**UMJETNOST I MASKULINITETI: IZNALAŽENJE  
DRUGIH NAČINA POSTOJANJA**

61

Linda Cerdeira, Tatiana Moura

**#6**

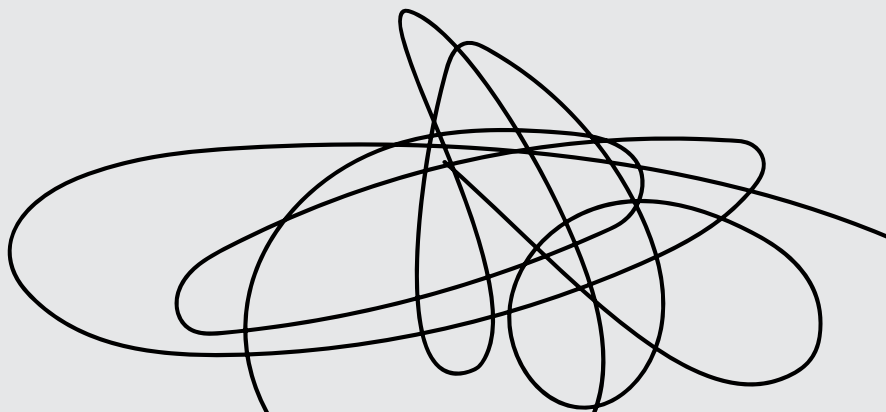
**PROGRAM X-MEN: RODNO TRANSFORMATIVNA  
METODOLOGIJA ZA RAD S MLADIMA U RIZIKU**

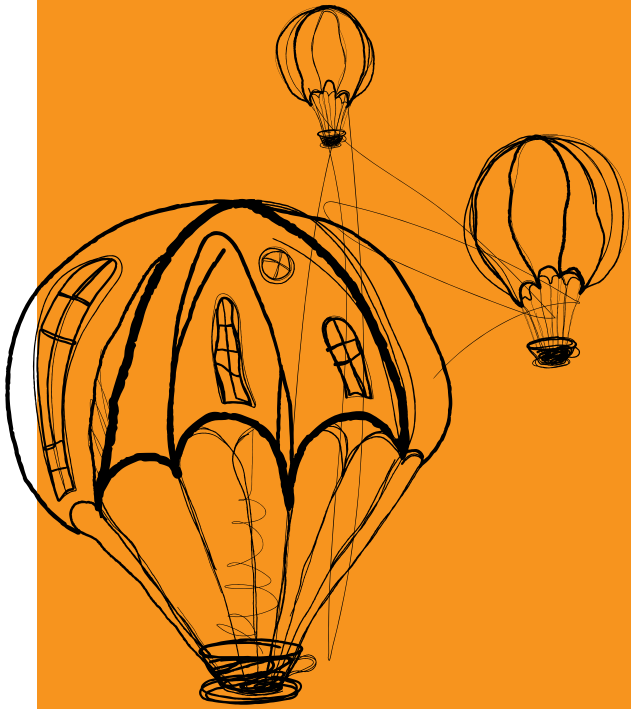
71

Elizabeta Matković

**LITERATURA**

109





# UVOD MASKULINITETI, EMPATIJA I NENASILJE: PUTEVI ZA INTERVENCIJU S MLADIMA U RIZIKU

Tatiana Moura, Marta Mascarenhas  
[Centar za društvene studije]

Ovaj priručnik služi kao vodič za stručnjake\_inje, istraživače\_ice i donositelje\_ice odluka koji rade na promicanju rodne ravnopravnosti te osnaživanju i rehabilitaciji mladih u riziku, a osobito mladih u odgojnim zavodima i sličnim ustanovama.

Analiza intersekcije roda, ranjivosti mladih i kaznenopravnog sustava zahtijeva holistički i nijansirani pristup. Svaki dio ovog priručnika izradili su stručnjaci\_kinje u svojim područjima, nudeći uvide i praktične strategije za poticanje pozitivnih ishoda i transformativne promjene.

Dotaknuli smo se različitih tema koje su ključne za razumijevanje i rješavanje složenih problema i izazova s kojima se suočavaju mladi ljudi u odgojnim zavodima i sličnim institucijama. Projektni tim razvio je niz alata koji odgovaraju na specifične potrebe u nacionalnom kontekstu Hrvatske, Španjolske i Portugala. Potrebe su identificirane na temelju nalaza eksplorativne studije o stavovima, ponašanjima i razumijevanju rodnih stavova mladih u riziku. Prva inačica intervencijskog programa osmišljena je i testirana u odgojnim zavodima u Hrvatskoj i Portugalu, kao i u centrima za maloljetne migrante bez pratnje u Španjolskoj

2023., a na temelju tog iskustva učenja finalizirana je metodologija koja stručnjacima\_kinjama nudi praktične alate za rad s tom ciljnom skupinom.

Prvo poglavlje nudi uvod u metodologiju X-MEN-a koja predstavlja sveobuhvatan pristup usmjeren na povećanje učinkovitosti rodno transformativnih intervencija.

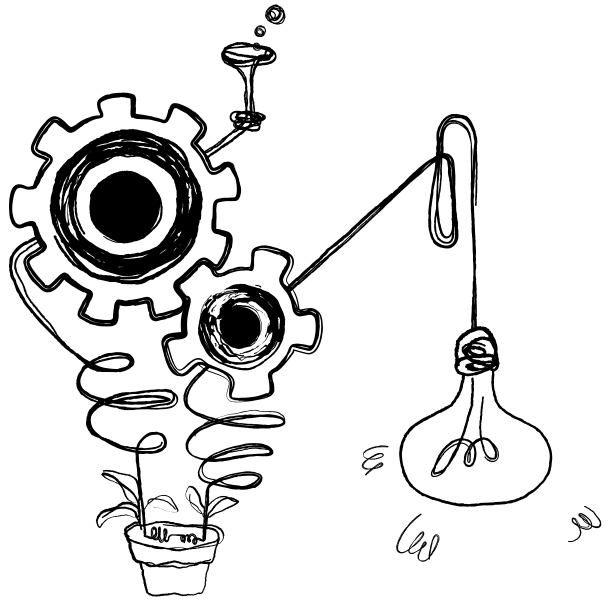
Drugo poglavlje istražuje kompleksnost intersekcije rodni i drugih društvenih identiteta unutar organizacijskih kultura ustanova u kojima borave mladi u riziku. Kroz prizmu intersekcionalnosti, poglavlje nudi perspektivu uklanjanja prepreka, promicanja inkluzije i poticanja rodno osjetljivih praksi u tim kontekstima.

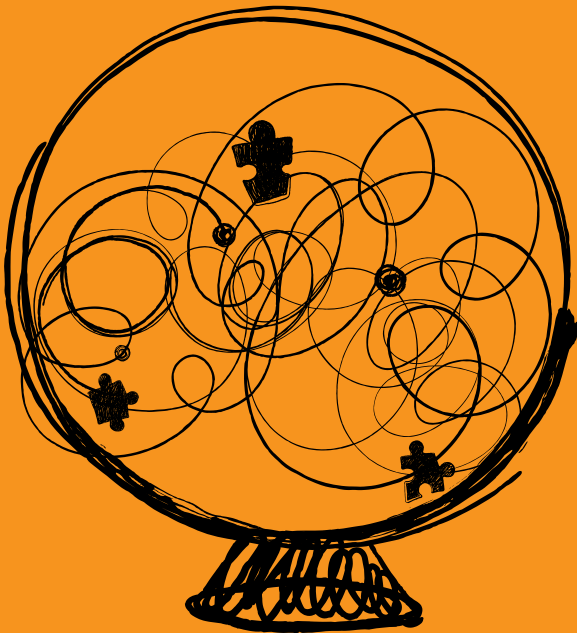
U trećem poglavlju autorica i autor bave se temom emocija, prepoznajući njihov dubok utjecaj na dobrobit i iskustva mladih u riziku. Kroz praktične strategije i empatične pristupe, pružaju smjernice za učinkovito upravljanje emocijama, promicanje mentalnog zdravlja i stvaranje podržavajućeg okruženja za mlade u riziku.

U četvrtom poglavlju autorica se bavi važnom i osjetljivom temom traume i maskuliniteta. Oslanjajući se na načela koja uzimaju u obzir perspektivu traume, autorica nudi preporuke za prepoznavanje i podršku osobama koje su iskusile traumu, istovremeno promičući iscjeljenje i otpornost.

Peto poglavlje naglašava transformativni potencijal aktivizma u kontekstu rodno transformativnih intervencija s mladima u riziku. Kroz kreativno izražavanje i zagovaranje, umjetnost može poslužiti kao moćan alat za jačanje glasova mladih u riziku, promicanje društvenih promjena i poticanje solidarnosti.

Na kraju, šesto poglavlje donosi X-MEN metodologiju za rad s mladima u riziku, osobito u kontekstu odgojnih zavoda za mlade u sukobu sa zakonom i sličnih institucija. Pregršt konkretnih aktivnosti dostupne su stručnjacima\_kinjama koji rade s mladima u riziku i predstavljaju korisne alate koji imaju potencijal za transformativnu promjenu.







#1

# X-MEN – MASKULINITETI, EMPATIJA I NENASILJE: SKRIVENA METAFORA

Tatiana Moura [Centar za društvene studije],  
Anamarija Sočo [Status M]  
i Bakea Alonso [Cepaim]

U borbi za rodnu ravnopravnost, bitno je prepoznati transformativnu snagu metafora koje rezoniraju među različitim ciljnim skupinama. Metafora X-MEN-a, preuzeta iz popularne franšize stripova i filmova, nudi uvjerljiv okvir za promicanje rodno transformativnih pristupa, posebice u poticanju nenasilnih i brižnih maskuliniteta među mladima. Povlačenjem paralela između borbe likova X-MEN-a i izazova s kojima se mlade osobe suočavaju u obliku pritisaka rodni normi i rodne socijalizacije, imamo priliku potaknuti pozitivnu promjenu i osnažiti ovu generaciju da prihvati inkluzivnije i pravednije perspektive o maskulinitetima.

### Razumijevanje X-MEN metafore

X-MEN, skupina mutanata s jedinstvenim sposobnostima, suočavaju se s društvenim predrasudama i diskriminacijom zbog svojih različitosti. Ovo odražava izazove s kojima se mladi susreću kada se pokušavaju osloboditi tradicionalnih rodni uloga i očekivanja (ili kad ih pokušavaju ispuniti). Koristeći metaforu X-MEN-a, možemo prikazati putovanje prema nenasilnim i empatičnim oblicima maskuliniteta kao moguću i poželjnu potragu, potičući mlade da prihvate svoje jedinstvene kvalitete i odbace društvene norme koje potiču štetna ponašanja.

Jedna od ključnih tema u priči X-MEN-a je borba protiv zle sile koja želi nametnuti svoje poglede na svijet. Slično tome, rodno transformativni pristup ima za cilj demontirati nasilne i dominantne maskulinitete, potičući mlade da propituju štetne stereotipe koji pridonose nasilju i nejednakosti. Isticanjem pozitivnih uzora u okviru metafore i projekta

X-MEN, možemo potaknuti mlade da odbace štetne norme i redefiniiraju maskulinitete na način koji promiče empatiju, komunikaciju i poštovanje.

## Svi imamo (super)moći

Metafora X-MEN također naglašava snagu timskog rada i suradnje. U borbi protiv predrasuda i diskriminacije, X-MEN crpe snagu iz svojih različitosti i ujedinjuju se protiv zajedničkog neprijatelja – u slučaju projekta X-MEN, seksističkog, patrijarhalnog i nepravednog društva. Ovo služi kao snažna analogija za promicanje uključivih zajednica koje slave raznolikost rodnih izraza i identiteta. Poticanjem osjećaja solidarnosti među mladima, možemo stvoriti okruženja u kojima se nenasilni oblici maskuliniteta ne samo prihvaćaju nego i postaju poželjni.

X-MEN metafora potiče promjenu perspektive, pozicionirajući mlade kao aktivne sudionike u oblikovanju pravednijeg i ravnopravnijeg društva. Osnaživanjem mladih osoba da vide sebe kao pokretače promjena, moguće je potaknuti ih da preuzmu odgovornost za promicanje brižnih maskuliniteta. Ovaj pristup nadilazi puko podizanje svijesti, već potiče djelovanje i zagovaranje koje nadilazi osobni rast kako bi se doprinijelo široj društvenoj promjeni.

Naša metodologija temelji se na podacima koji pokazuju da izloženost djece i mladih nasilju (npr. nasilju u obitelji, tjelesnom kažnjavanju, nasilju u zajednici ili školi, ratu i poslijeratnom nasilju) može dovesti do normalizacije nasilnog ponašanja, uključujući rodno uvjetovano nasilje, i brojnih problema s mentalnim zdravljem, kao i utjecati na počinjenje nasilja u odrasloj dobi (Taylor i sur., 2016; Till- Tentschert, 2017; Myers i sur., 2018).

Izloženost nasilju može se definirati kao izravna fizička agresija, prijetnja fizičkim i psihičkim ozljedama ili svjedočenje nasilju, a može imati implikacije u vidu anksioznih i depresivnih simptoma s utjecajem na zdravlje mladih ljudi u odrasloj dobi (Felitti i sur., 1998; Heinze i sur.,

2017). Nedavna studija Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health (Blum i sur., 2019) pokazala je da je 46% mladih adolescenata iz studije izjavilo da su doživjeli nasilje. Izvješće je također naglasilo da je veća vjerojatnost da će dječaci postati nasilni kao odrasli zbog krutih rodni normi, dok su djevojčice sklonije pokazivati više razine depresije. Štoviše, određene skupine (npr. migranti, izbjeglice, mladi u riziku, itd.) suočavaju se s povećanim rizicima od rodno uvjetovanog nasilja zbog, na primjer, dislociranosti iz obitelji i zajednica te svjedočenja ili izloženosti ekstremnim oblicima nasilja.

Prema *Studiji o ulozi muškaraca u rodnoj ravnopravnosti*, muško počinjenje nasilja ili viktimizacija ovisi o dobi (Belghiti-Mahut i sur., 2012), a nasilno ponašanje i normalizacija nasilja mogu se prenositi generacijski (Belghiti-Mahut i sur., 2012; Till-Tentschert, 2017). Dobro je utvrđena veza između izloženosti mladića i djevojaka nasilju i njegovog međugeneracijskog prijenosa. I izloženost i svjedočenje nasilju povezani su s agresijom i činjenjem nasilja u njegovim višestrukim oblicima. Na primjer, Međunarodna anketa o muškarcima i rodnoj ravnopravnosti - IMAGES (Taylor i sur., 2016) otkrila je da je izloženost urbanom nasilju prije osamnaeste godine života snažno povezana s počinjenjem nasilja u odrasloj dobi. Također je pokazala da je izloženost nasilju izvan kuće uvelike povezana s upotrebom nasilja u kući. Nasilje je također povezano sa stavovima o rodnoj ravnopravnosti, pri čemu su i muškarci i žene ispitani u anketi pokazali manje rodno ravnopravne stavove gdje je izloženost nasilju bila veća.

Isto tako, Belghiyi-Mahut i sur. (2012) pokazali su da na nasilje često utječe institucionalni kontekst u kojem žive neki dječaci i muškarci. Iako se nasilje pojavljuje u (gotovo) svim sferama društva tijekom adolescencije, u određenim ustanovama rizik od izloženosti nasilju znatno je veći, primjerice u vojsci, zatvorima, odgojnim zavodima, izbjegličkim kampovima i slično. Većina tih ustanova su hijerarhijske institucije koje su prilično zatvorene prema vanjskom svijetu, stoga predstavljaju izazov trenutnim strategijama za promicanje rodne ravnopravnosti.

U novije vrijeme, napori u prekidanju ciklusa nasilja oslanjaju se na promicanje pozitivnih i nenasilnih odnosa, ciljajući krute rodne norme i maskulinitete. Strateški dokumenti i zakonodavstvo Europske unije prepoznaju važnost angažmana dječaka i muškaraca u postizanju rodne ravnopravnosti i borbi protiv rodno uvjetovanog nasilja (Strategija rodne ravnopravnosti 2020.-2025., Uredba EU br. 6060/2013, Direktiva 2012/29/EU, 2011/36/EU, Istanbulska konvencija (2016), Direktiva 2011/99/EU, itd.).

U skladu s ovom okvirom, X-MEN naglašava nužnost usmjeravanja na dječake i mladiće koji su u riziku ili su socijalno isključeni, koji su bili žrtve ili svjedoci nasilja i/ili počinitelji nasilja, putem intervencija koje imaju za cilj borbu protiv rodno uvjetovanog nasilja i promicanje rodne ravnopravnosti. Međutim, zbog složenosti problematike, korišteni transformativni alati morali su biti rodno i dobno osjetljivi, razvijeni zajedno s mladima, koristeći umjetnost kao sredstvo za poticanje razgovora, uz istovremeno osiguravanje održivosti projekta kroz utjecaj na institucionalne prakse.

## **X-MEN metoda**

Projekt uključuje dvije skupine mladih koji su u većem riziku od socijalne isključenosti: mladi u sukobu sa zakonom (u Portugalu i Hrvatskoj) i mladi strani maloljetnici bez pratnje (u Španjolskoj). Prvoj smo skupini pristupili u okviru onoga što se u Portugalu i Hrvatskoj označava kao sustav maloljetničkog pravosuđa. Drugoj skupini pristupilo se u okviru španjolskog sustava prihvata maloljetnika bez pratnje. Odabir Portugala i Hrvatske za rad s mladima u sukobu sa zakonom bio je potaknut manjkom strategija za ovu ciljnu skupinu. Ovo ograničenje je otkriveno u prethodnim projektima koje je proveo isti konzorcij (npr. EQUI-X). Isto vrijedi i za Španjolsku, gdje u slučaju mladih migranata postoje velike poteškoće u razvijanju intervencija koje imaju za cilj promicanje rodno ravnopravnih stavova s fokusom na maskulinitete. Institucionalna uspostava praksi i strategija promicanja rodne ravnopravnosti ključna

je za budućnost bez rodno uvjetovanog nasilja. U tom smislu, X-MEN je također ciljao na stručnjake\_inje koji rade s mladima u riziku te im je osigurao učinkovite alate za suočavanje sa štetnim iskustvima iz djetinjstva i promicanje pozitivnih i nenasilnih odnosa, s naglaskom na odbacivanje krutih rodni normi. Fokus je bio na stručnjacima\_kinjama koji su stalno zaposleni u ustanovama u kojima borave mladi ljudi, kao što su ravnatelji\_ce, socijalni radnici\_ce, asistenti\_ce, odgajatelji\_ce, psiholozi\_ginje, itd.

Kada osmišljavamo intervenciju s djecom koja su institucionalizirana, osim etičkih i metodoloških pitanja, potrebno je uzeti u obzir organizacijsku kulturu mjesta u kojem želimo provoditi aktivnosti/radionice. U tome nema neutralnosti. Svaka institucija ima vlastitu dinamiku, povijest, stil vođenja, procese odlučivanja, modele muškosti/ženstvenosti, itd. Ukratko, ima svoju jedinstvenu institucionalnu kulturu. Organizacijsku kulturu možemo shvatiti kao skup stavova, iskustava, uvjerenja i vrijednosti koje prožimaju entitet ili organizaciju. Kultura organizacije nije fiksna i može se mijenjati, ali pritom često dolazi do otpora u prilagodbi promjenama ili prijedlozima da se stvari rade drugačije.

Kada vanjski suradnici\_e, poput edukatora\_ica ulaze u instituciju, prvo moraju znati kako ustanova funkcionira i u kakvim uvjetima radi osoblje – ne samo socijalni radnici\_e ili odgajatelji\_ce, već i drugi poput zaštitara\_ki ili kuhinjskog osoblja. Uspjeh naše intervencije dijelom će ovisiti o savezništvu koje stvorimo s osobljem ustanove. Nadalje, kada aktivnosti završe i mi odemo, ljudi koji ostaju i koji trebaju osigurati kontinuitet našeg programa moraju biti ljudi koji su u svakodnevnom kontaktu s mladima. Ne možemo tvrditi da, primjerice, osvještavamo mlade o utjecaju seksizma na njihove živote dok osoblje ustanove nastavlja, kroz svoje prakse i diskurs, namjerno ili nenamjerno jačati rodne stereotipe. Isto tako, ne možemo kod mladih potaknuti kritičko razmišljanje o nasilju koje su doživjeli ako je ono i dalje prisutno kao dio unutarnje dinamike ustanove.

Metodologija X-MEN koristi rodno sinkronizirane i rodno reflektivne alate koji se bave izgradnjom nenasilnih identiteta mladića i djevojaka

(12-18 godina). Ovi alati (ili sesije, s minimalno 12 sati intervencije) razvijeni su zajedno s ciljnim skupinama mladih, ali su dizajnirani za stručnjake\_inje i praktičare\_ke koji rade u institucionalnom okruženju s tom djecom. Alati pružaju stručnjacima\_kinjama strategije za odgovor na štetna iskustva iz djetinjstva i promicanje pozitivnih i nenasilnih odnosa, s naglaskom na krute rodne norme, posebice u konstrukciji maskuliniteta. X-MEN je proveo izgradnju kapaciteta ovih stručnjaka\_inja, usmjeravajući se na podizanje svijesti o često nesvjesnom prijenosu rodni stereotipa mladima.

Ukratko, X-MEN djeluje na individualnoj i institucionalnoj razini kroz:

**Promicanje nenasilnih i brižnih maskuliniteta** i poticanje dječaka da preuzmu odgovornosti skrbi i izgradnje nenasilnih veza, te njihovo uključivanje u inicijative koje se bave prevencijom rodno uvjetovanog nasilja i promiču rodnu ravnopravnost.

**Uključivanje glasova i perspektiva mladića i djevojaka u riziku** u razvoj alata koji promiču rodnu ravnopravnost.

**Poboljšanje kvalitete usluga za mlade u riziku** kroz izgradnju kapaciteta stručnjaka\_inja koji rade s mladima u riziku putem rodno transformativnih programa obuke o prevenciji rodno uvjetovanog nasilja i uključivanju dječaka i mladića u promicanje rodne ravnopravnosti.

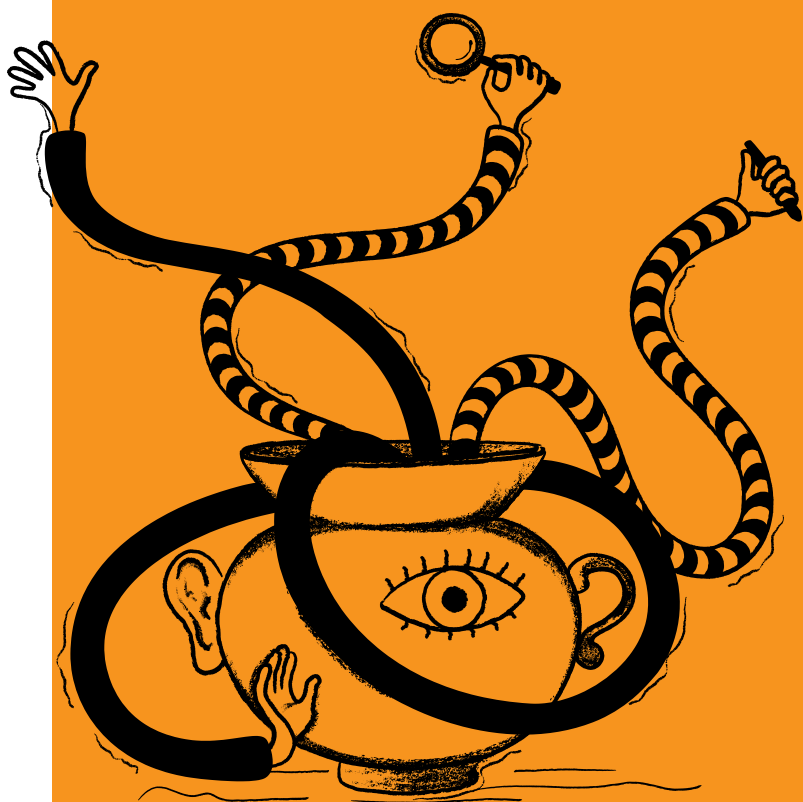
**Jačanje institucionalnog odgovora** kroz izgradnju kapaciteta donositelja odluka i odnosa između akademske zajednice i organizacija civilnog društva na temama prevencije rodno uvjetovanog nasilja i socijalne uključenosti mladih.

**Doprinos provedbi Ciljeva održivog razvoja 2030., Strategije rodne ravnopravnosti 2020.-2025.,** europskih direktiva i nacionalnih planova za promociju rodne ravnopravnosti i prevenciju rodno uvjetovanog nasilja.

Uključivanje X-MEN metafore u diskurs o rodno transformativnim pristupima za nenasilne maskulinitete pruža svježiu i zanimljivu perspektivu. Povezujući se s univerzalnim temama osnaživanja, različitosti i otpornosti prisutnih u priči X-MEN-a, možemo pokrenuti smislen dijalog i potaknuti pozitivne promjene. Putovanje prema nenasilnim, brižnim i empatičnim oblicima maskuliniteta nije samo osobno već je i kolektivno nastojanje koje zahtijeva suradnju različitih glasova i iskustava. Metafora i metodologija X-MEN-a služe kao snažan katalizator za transformaciju narativa oko maskuliniteta i stvaranje inkluzivnije i pravednije budućnosti za sve.







**#2**

**INTERSEKCIONALNI  
PRISTUP U RADU S  
MLADIMA U RIZIKU**

Valentina Longo

[Cepaim]

Godine 1851. Sojourner Truth održala je svoj poznati govor *Nisam li žena?*<sup>1</sup> na Konvenciji o pravima žena u Akronu (Ohio). U kontekstu mobilizacije za ukidanje ropstva u Sjedinjenim Državama, Truth, Afroamerikanka i bivša robinja, ističe dvostruku podređenost utjelovljenu u njezinom životu: biti žena i biti rob. Ističe, kako objašnjava Angela Davis (2004), predrasude i rasizam koji prožimaju novi ženski pokret, koji izostavlja iz svoje analize i zahtjeva sve one koje ne pripadaju bijeloj buržoaziji.

Stoljeće kasnije, 1978. godine, izjava Combahee River Collective jasno pokazuje da crne žene

“[...] također često smatraju da je teško odvojiti rasu od klase od rodne opresije jer se u našim životima najčešće doživljavaju istovremeno, jasno pokazujući da se ne radi o diskriminaciji koja se jednostavno zbraja u istoj osobi, već o sustavu ugnjetavanja koji je utjelovljen u konkretnim životima, što dodatno jača svaki izvor nejednakosti. Mi nemamo rasne, rodne, heteroseksualne ili klasne privilegije na koje bismo se mogle osloniti, niti imamo čak ni minimalni pristup resursima i moći koju imaju skupine koje posjeduju bilo koju vrstu ovih privilegija.”

Vraćamo se u prošlost jer nam to omogućuje da proširimo naše razumijevanje o tome kako funkcioniraju mehanizmi ugnjetavanja i

---

1 Dostupno na engleskom na: [https://thehermitage.com/wp-content/uploads/2016/02/Sojourner-Truth\\_Aint-Ia-Woman\\_1851.pdf](https://thehermitage.com/wp-content/uploads/2016/02/Sojourner-Truth_Aint-Ia-Woman_1851.pdf) . Možete pročitati biografiju Sojourner Truth: Gilbert, Olive (1850). Pripovijest o Sojourner Truth: sjevernjačka ropkinja, oslobođena tjelesnog ropstva od strane države New York, 1828. Boston, Tiskano za autoricu.

privilegija, a to je ono što želimo demontirati u najvećoj mogućoj mjeri u radu s ranjivim mladim ljudima.

Također želimo istaknuti koliko dugujemo crnom feminizmu koji je prvi formulirao argumente o intersekcionalnosti. Taj se dug odnosi i na imenovanje samog koncepta, budući da je 1989. to napravila još jedna Afroamerikanka, Kimberle Crenshaw, u kontekstu tužbe DeGraffenreid protiv General Motorsa. U dotičnom slučaju, pet crkinja kojima je odbijeno zaposlenje u tvornici tvrdilo je da se odbijanje temelji na njihovom identitetu. Sud je presudio da nije bilo diskriminacije jer je tvornica zapošljavala i crnce i žene. Međutim, ono što je sud propustio uzeti u obzir jest da je tvornica zapošljavala crnce i bjelkinje, ali je sustavno isključivala crkinje. U to vrijeme nije postojao vokabular kojim bi se mogao opisati ovaj fenomen, pa je Crenshaw odlučila stvoriti teorijski okvir za imenovanje i osporavanje strukture nejednakosti utjelovljene u životima ugnjetavanih crnih žena.

Usvajanje intersekcionalne perspektive u radu s ranjivom djecom i adolescentima, bilo da su migranti bez roditeljske pratnje ili mladi pod sudskim mjerama, neophodno je kako bi se mogle planirati i provoditi transformativne intervencije. Usvajajući taj pristup, razumijemo da naše djelovanje ima za cilj demontirati nejednakosti koje su prisutne kod svih osoba u manjoj ili većoj mjeri, znajući da živimo u svijetu koji podržava strukturalne nepravde i koji oblikuje vrlo nejednake živote.

Jedna snažna definicija intersekcionalnosti koja poziva na samorefleksivnost, kao ključnog alata za rad na društvenoj transformaciji, je sljedeća:

Intersekcionalnost promiče razumijevanje da su ljudska bića oblikovana interakcijom različitih socijalnih lokacija (npr. rasa/etnička pripadnost, rod, klasa, seksualnost, geografsko porijeklo, dob, invaliditet, migracijski status, religija). Te se interakcije događaju unutar konteksta povezanih sustava i struktura moći (npr. zakoni, politike, vlade i druge političke i ekonomske

unije, vjerske institucije, mediji). Kroz takve procese stvaraju se međuovisni oblici privilegija i ugnjetavanja oblikovani kolonijalizmom, imperijalizmom, rasizmom, homofobijom, ableizmom i patrijarhatom. (Hankivsky, 2014, str. 2)

Transponirajući ovaj koncept na perspektivu intervencije s djecom s kojom radimo, prepoznajemo potrebu da proširimo način na koji gledamo na njih i na alate koje koristimo, prelazeći s monofokalnog na multifokalni pogled (Pérez Orozco, 2004). Multifokalna vizija omogućuje nam da vidimo ljude s njihovim utjelovljenim nejednakostima, bez svođenja njihovih života i naše intervencije na jednu dimenziju. Ne radi se toliko o radu na identitetima koliko o odnosima moći koji se materijaliziraju u konkretnim situacijama i prostorima, i o diskriminacijama u sustavu strukturalnih nejednakosti.

Kao stručnjaci\_kinje, uglavnom iz većinskih skupina s visokim obrazovanjem koji rade s rodnom perspektivom maskuliniteta, naslijedili smo eurocentričnu i patrijarhalnu viziju svijeta. Potrebno je dekonstruirati vlastite stereotipe i promišljati intervencije koje provodimo kako one ne bi postale oruđe discipliniranja. Kako gledamo na mlade i što pritom vidimo prevodi se u našu sposobnost – ili nedostatak iste – da dođemo do onoga što ih boli. Muška privilegija kojom se želimo pozabaviti je složena i isprepletana s drugim aspektima nejednakosti, kao što su migracijski status, nacionalnost, socio-ekonomski status ili dob – i zahtjeva pitanje: Gdje su oni u našem društvu? Koje socijalne lokacije nastanjuju?

Kao feminističkim edukatoricama, trenericama i istraživačicama, ova nam pitanja pomažu da ih vidimo kao dječake u rasističkoj stvarnosti, ili, drugim riječima, da naš pogled, koji smo godinama učili, o “muškoj dominaciji” (Bourdieu, 2000) obogatimo rasnom lokacijom koja uzima u obzir kolonijalno nasljeđe, kao što je rasizam koji su iskusili mnogi ljudi s kojima radimo. Tada ih moramo pitati koje su to rane koje ih bole i od kojih pate kako bismo ih mogli pratiti u prijelazu u što pristojniji život odrasle osobe. Rane koje bole odnose se na ono što Maria Rodó-Zárate naziva “strukturnim ili sistemskim nelagodama” (2021, str. 108). One

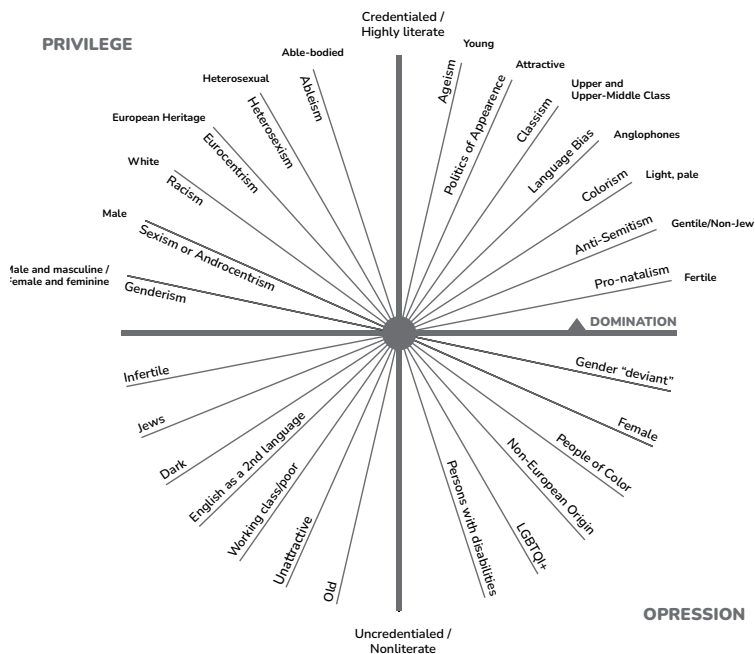
proizlaze iz utjelovljenja položaja opresije u nekom sustavu koji proizvodi nejednakost, kao što je biti osoba romske nacionalnosti ili crne kože u Europi. Rodó-Zárate povezuje strukturalnu perspektivu s nelagodama koje potom generiraju emocije shvaćene kao društvene i kulturne prakse, a ne kao psihološka stanja (ibid., str. 114) i predlaže korištenje alata **reljefne karte** za konceptualizaciju i istraživanje interseksionalnosti utjelovljene u svakom pojedincu iz geografske, društvene i emocionalne perspektive.<sup>2</sup> Nadilazeći redukcionističku i jednostavnu viziju, autorica predlaže da naučimo prigriliti interseksionalnu ranu, paradoks prema kojem se istovremeno nalazimo u poziciji podređenosti i privilegiranosti, ovisno o specifičnoj situaciji i kontekstu.

Drugi način vizualizacije utjelovljene interseksionalnosti predlaže Morgan (1996) i prikazan je u nastavku. Već na prvi pogled svatko može vidjeti kategorije u kojima se nalazi, bilo da se radi o privilegijama na vrhu ili opresijama na dnu. Ovo nije iscrpna karta, već vježba imenovanja različitih dimenzija potlačenosti i privilegija i vizualizacije njihovih intersekcija.

Osi potlačenosti i privilegija utjelovljuju se i stvaraju vrlo nejednake životne mogućnosti. Cabezas i Berná (2013) naglašavaju kako se “tijela ne-bijelaca, ne-muškaraca i ne-heteroseksualnih osoba ne smatraju normalnim, već automatski i suštinski negativnim, inferiornim, opasnim i kontaminirajućim u odnosu na i za [navodno] normalna tijela i identitete” (str. 781). Autori, posuđujući od Badintera (1996), naglašavaju da se muškarci definiraju prema mehanizmu diferencijacije (potvrđujući da nisu ni žena ni homoseksualac), mizoginije i drugih sredstava koja na kraju postaju načini proizvodnje “drugosti” i, s time, promicanja nasilja shvaćenog kao mehanizma delineacije (str. 796). Muškarci na margini nastanjuju prostor nemuževnosti ili ne-maskuliniteta, koji može ići u jednu krajnost do hipermaskulinizacije (seksualni predatori), ili do druge krajnosti, do hipomaskulinizacije (neuspjeh da budu dobri hranitelji).

---

2 Kako biste saznali više o reljefnim kartama, posjetite: <https://www.reliefmaps.cat/es/>.



SLIKA 1 – Intersekcijske osi privilegija, dominacije i ugnjetavanja. Preuzeto iz Morgan, 1996 [27] (str. 107).

Kao što kaže bell hooks (2021), narativ da dominacija nad ženama uvijek rađa privilegije, uspjehe i koristi za muškarce, ide u korist upravo muškoj indoktrinaciji, procesu koji mora sakriti sve neuspjehe i nelagode koje patrijarhat donosi muškarcima. Multifokalna – ili intersekcionalna – perspektiva u radu s djecom koja su naša ciljna skupina znači postaviti pitanje kako se rasizam oblikuje zajedno s nejednakostima roda, društvene klase, seksualnosti i nacionalnosti kako bismo decentrirali monofokalne rasprave koje rod svode na jedini analitički vodič u stvarnost. Raskid s jedinstvenom koncepcijom muškog iskustva omogućuje nam da vidimo pluralitet iskustava formiranih transverzalnim socijalnim lokacijama i identitetima, koji su stoga raznoliki i nejednaki. Kao što ne postoji univerzalna muška bit, ne postoji ni univerzalna crnačka bit, ali postoji crnačka povijest koja treba ući u narativ. U slučaju afroameričkih muškaraca,



“Postoji radikalna razlika između odbacivanja ideje da postoji crnačka “suština” i priznavanja načina na koji je crnački identitet specifično konstituiran u iskustvu egzila i borbe.” (hook, 1990, str. 30).

U tom smislu, podcrtava se važnost “autoriteta iskustva ” (ibid.), naglašavajući da se maskuliniteti koje dječaci utjelovljuju moraju promatrati iz vizure njihovih životnih puteva, iz relacijske i kontekstualne perspektive, a ne iz fiksne i hijerarhijske. Crni feminizmi nas uče kako je ključno intervenirati gledajući na konkretne društvene odnose, kroz prizmu interseksionalnosti u kojoj životna iskustva (crnačko, klasno, seksualno i rodno disidentstvo) djeluju kao socijalne lokacije i na temelju kojih kreiramo kritičke i samorefleksivne intervencije. Drugim riječima, gledamo utjelovljene živote, stigme i konkretne konfiguracije rodni i drugih nejednakosti koje ljudi nastanjuju.

Štoviše, kao stručnjaci\_kinje u području roda i maskuliniteta, ne smijemo zaboraviti globalnu strukturu proizvodnje znanja u svijetu, u kojoj se “teorija proizvodi u sjevernoj metropoli, a periferija je samo izvor podataka” (Connell, 2006, str. 305). Ova promjena pogleda ide ruku pod ruku s okvirom u kojem označavamo ljude s kojima radimo. I djecu migrante bez pratnje i onu pod sudskim mjerama, hegemonistički narativ – od kojeg moramo krenuti – označava ih kao društveno opasne u njihovoj specifičnoj socijalnoj lokaciji. Kako bismo postigli društvenu promjenu kojoj težimo, potrebno je (također) prijeći s pozicije koja djecu vidi kao opasnu za društvo na onu koja ih shvaća kao ranjive osobe.

Prepoznavanje njihove ranjivosti i mogućeg nasilja koje su doživjeli podrazumijeva još jednu promjenu okvira: to znači pomicanje od etike samodostatnosti prema etici međuovisnosti, od privida “ja sam mogu sve podnijeti” do prepoznavanja intrinzične potrebe nositi se sa životom zajedno s drugim ljudima. Samodostatnost se definira kao “sposobnost zadovoljiti vlastite potrebe bez vanjske pomoći” i jasno je da nijedno ljudsko biće nije samodostatno, ni kao beba, ni kao odrasla, ni kao starija osoba. Metafora o “radniku gljivi” (Pérez Orozco, 2014) moćna je jer čini vidljivim dominantni društveno-ekonomski narativ koji nameće

tu navodnu samodostatnost, skrivajući stvarne procese koji podržavaju i održavaju naše živote. Zamislite ljude kao gljive. Zamislite da ljudi, poput gljiva, preko noći izniknu iz zemlje i već sutradan sazru, bez ikakvih međusobnih obveza, i odlaze na posao kao da ne moraju jesti, odmarati se, imati afektivne odnose, čistu odjeću... Pérez Orozco (ibid.) koristi ovu metaforu kako bi istaknula kako tržište rada očekuje da se ponašaju radnici\_e: pojedinci koji nemaju potrebe i želje izvan posla i koji su uvijek spremni za rad. Međutim, ta fatamorgana skriva međuovisne odnose koji su temelj društvene reprodukcije. Čak i u jasnom odnosu moći, i izrabljivački poslodavac treba radnike.

Primjenjujući ovu metaforu na djecu migrante ili djecu pod sudskim mjerama, nije cilj pružiti “građanima gljivama” lažnu samodostatnost koja je utemeljena na iskorištavanju drugih, već pružiti skrb koja se temelji na njegovanju osobne autonomije unutar okvira međuzavisnosti. Svoje intervencije moramo temeljiti na perspektivi koja ne reproducira odnose dominacije (paternalizam, diskriminacija, isključivanje, potlačenost, nasilje), svjesni da su njihovi životi, kao i naši, ispresijecani strukturalnim dimenzijama nejednakosti i odnosima moći i dominacije.

Kako bismo prevladali tu perverznu dinamiku, moramo promijeniti paradigmu i staviti odnose skrbi u središte, posebno kada radimo s djecom. Intrinzična ljudska ranjivost adresira se pružanjem i primanjem skrbi. Postoji hitna potreba da se pitanja koja su desetljećima bila ključna za rodne studije i feministički pokret prošire na intervencije s dječacima i muškarcima: kako staviti brigu u središte; jesu li institucije i stručnjaci\_kinje sposobni prepoznati krhkost i ranjivost te organizirati odnose međuovisnosti. Ako uspijemo postići da ta pitanja odzvanjaju u našem svakodnevnom radu i da na njih tražimo odgovore, ma kako djelomične, zajedno s dječacima i djevojčicama, moći ćemo graditi dostojanstvenije živote i pravednija društva.

U kontekstu rada koji je Cepaim proveo s mladim migrantima bez obiteljske pratnje – redom dječacima – usvajanje intersekcionalne perspektive i metodologije značilo je, prije svega, praksu slušanja mladih i otvorenost za stalne izmjene u radionicama. Konkretno, ovo su neke strategije koje su se pokazale prikladnima:

- Umjetnost je bila važan medij za rad na određenim sadržajima. U aktivnostima smo koristili materijale umjetnika koje mladi već poznaju i koji su im bliski po geografskom i kulturnom podrijetlu, poput Morada.
- Bilo je važno uspostaviti partnerstvo s edukatorima\_cama s kojima se mladi mogu poistovjetiti, u našem slučaju s marokanskim edukatorom, marokanskom medijatoricom i senegalskim interkulturalnim medijatorom. To su društveno vidljivi stručnjaci\_kinje koji su vrlo aktivni u antirasističkoj borbi.
- Bilo je nužno prilagoditi itinerare radionica prema ranama mladih ljudi, dajući prednost pitanjima, poput rasizma, koja odražavaju njihove brige i iskustvo.



**#3**

**RAZGOVOROM  
O EMOCIJAMA  
GRADIMO MOSTOVE**

Tomislav Jeleković, Elizabeta Matković [Status M]

## Zašto trebamo govoriti o emocijama?

Kako bismo razumjeli zašto je važno baviti se emocijama u radu s mladima u riziku, prvo moramo shvatiti zašto je općenito korisno razumjeti emocije i baviti se njima.

Emocije su složeni aspekti ljudskog iskustva koje djeluju kao automatske reakcije na različite situacije. Iako se te emocionalne reakcije mogu nesvjesno manifestirati, dubina svjesnog iskustva emocija ovisi o sposobnosti pojedinca da ih primijeti, prepozna i prikladno na njih odgovori, bilo fizički ili verbalno. Emocije nam pomažu da se krećemo kroz život, pomažu nam u donošenju odluka, razlikovanju onoga što nam je važno od onoga što nije, ali nas i štite. Promatrano iz evolucijske perspektive, možemo vidjeti da su emocije, i ugodne i neugodne, bile nužna prilagodba ne samo za preživljavanje, već i za napredak i stvaranje zajednice. Emocija straha čuvala nas je od opasnosti, gađenje nam je pomagalo da izbjegnemo bolesti te hranu i vodu koja nije sigurna za konzumaciju, dok su ljubav i povjerenje pomagali u povezivanju s drugima kako bismo stvorili zajednicu i postali snažniji.

Kako je društvo postajalo složenije, poput svijeta u kojem danas živimo, te iste emocije nam i dalje pomažu pri navigiranju kroz kompleksne odnose i donošenju odluka kada smo suočeni s preplavljujućim brojem važnih izbora koje moramo donijeti. Time što si ne dopuštamo izražavati određene vrste emocija (koje se obično označuju kao "negativne", kao što su strah i tuga) ograničavamo sami sebe te si uskraćujemo ključan dio života, pritom također riskirajući nastanak zdravstvenih problema i problema u ponašanju (poput psihosomatskih poremećaja, problema s mentalnim zdravljem i ovisnosti, da navedemo samo neke).

Označavanje emocija kao “pozitivnih” ili “negativnih” uobičajena je praksa ukorijenjena u društvenim očekivanjima. Nakon nekog vremena, ovakva kategorizacija može dovesti do neravnoteže gdje se određene emocije počinju preferirati i u njima pretjerivati, dok se druge potiskuju. Na primjer, emocija koja se smatra prihvatljivom, poput bijesa, može postati štit protiv doživljavanja šireg spektra emocija, čime se potencijalno sprječava osobni razvoj. Izražavanje emocija temeljna je komponenta emocionalne dobrobiti. Sve emocije, bez obzira na društvene oznake, imaju bitnu funkciju. Emocije nisu inherentno “dobre” niti “loše”, nisu isključivo vezane za određeni rod niti su znak slabosti ili snage. Umjesto toga, one su prirodne reakcije koje pružaju vrijedne uvide u naš unutarnji svijet. Kada se emocionalne reakcije blokiraju ili potiskuju, ponekad traže alternativne izlaze, što može dovesti do (auto) destruktivnih ponašanja.

S tom kratkom uvodnom riječju o emocijama, možemo prepoznati da su emocije važan dio života, a sada postavljamo pitanje što su specifičnosti u radu na emocionalnoj pismenosti, samoregulaciji i prikladnom izražavanju emocija s mladima u odgojnim zavodima i mladim migrantima.

Kako mladi prelaze u adolescenciju, sve su osjetljiviji na emocionalne i ponašajne teškoće (Merikangas i sur., 2010; Erdem i sur., 2016), a značajan broj mladih doživljava blage do umjerene razine tjeskobe, depresije i problema u ponašanju (Erdem i sur., 2016). To su teškoće s kojima se suočavaju svi mladi ljudi, ne samo oni koji su u odgojnim zavodima ili migranti. Obje skupine mladih u svojem su životu doživjele traumatičan ili barem izuzetno stresan događaj, poput bijega iz zemlje pogođene ratom, izolacije ili svjedočenja odnosno počinjenja nasilnog čina opasnog po život. Mnoga djeca izbjeglice pretrpjela su ekstremne događaje kao posljedicu oružanog sukoba, političkog ili vjerskog progona; možda su bila prisiljena pridružiti se paravojnim organizacijama kao djeca vojnici, bila žrtve silovanja i drugog seksualnog nasilja, ili su svjedočila ubojstvu članova obitelji (Ayotte, 2000; Deveci, 2012). Svi su preživjeli traumatična iskustva kako u zemljama iz kojih dolaze, tako i tijekom opasnog bijega prema sigurnosti (Deveci, 2012). Sva ta iskustva

oblikuju svjetonazor osobe, kao i njihovo emocionalno izražavanje, pa čak i svijest o vlastitim emocijama.

Traumatični događaji mogu dovesti osobu do toga da svijet doživljava kao nesigurno mjesto i ljude smatra nepouzdanim. Takve vrste uvjerenja prati mnogo tjeskobe, straha i stresa, što može biti jako opterećujuće za osobu. Ako ne razumije otkud ti osjećaji potječu i ne zna kako ih regulirati, osoba može razviti zdravstvene probleme poput onih navedenih ranije, kao i probleme u ponašanju.

Obično razlikujemo unutarnje i vanjske probleme, pri čemu se prvi kreću u smjeru izolacije, samoozljeđivanja, ovisnosti (o alkoholu, drogama, klađenju...), dok se drugi manifestiraju u nasilnim činovima poput borbi između pojedinaca ili grupa, seksualnih prijestupa, pljački i slično. Također, netko može pokazivati ponašanja iz oba skupa problema, a da je izvor problema isti. Nasuprot tome, emocionalno inteligentne osobe bolje su opremljene za suočavanje s izazovima života i pozitivno doprinose svojim zajednicama. Imajući to na umu, obrazovanje i razgovaranje o emocijama trebali bi biti neizostavan dio programa za rehabilitaciju, uspješnu reintegraciju i prilagodbu u društvo.

## **Razumijevanje mladih – empatični pristup**

Želimo li uspješno podučiti mlade ljude socijalnim vještinama i prosocijalnom ponašanju, trebali bismo im pristupiti na način koji ima za cilj razumijevanje i povezivanje s njima na emocionalnoj razini. To vrijedi za sve mlade, ali ponekad je zanemareno u radu s mladima u riziku. Rad s mladima koji su počinili neku vrstu kriminalnog djela može izazvati unutarnji sukob: "Kako im mogu pružiti podršku kada su učinili nešto loše? Moraju naučiti da sve radnje imaju posljedice". Taj sukob nije samo unutarnji, već se odražava i u našem sustavu, gdje je pristup vanjskim problemima u ponašanju uglavnom usmjeren na kažnjavanje (barem u nekim zemljama).



Kao što smo već spomenuli, i vanjski i unutarnji problemi obično imaju sličan izvor, poput niske sposobnosti reguliranja i podnošenja neugodnih emocija. Kroz razumijevanje pojedinačnih povijesti mladih osoba, možemo se više povezati s emocionalnim patnjama koje prolaze i pristupiti s više empatije. Mladi u riziku odrastaju u specifičnim socioekonomskim okolnostima. Njihovi materijalni uvjeti, adekvatnost njihovih obitelji i razina angažiranosti i podrške roditelja, kao i prihvaćanje od strane vršnjaka – sve to igra ulogu u njihovoj sposobnosti procesuiranja i razumijevanja vlastitih emocija i ponašanja. Mladi ljudi u odgojnim zavodima, a posebno migranti, često su članovi manjinskih skupina, što može, ako ih šira zajednica ne prihvati, dovesti do osjećaja izoliranosti i izloženosti opasnosti. Sve to može dovesti do osjećaja napuštenosti, samoće i nesigurnosti što otežava resocijalizaciju, rehabilitaciju i integraciju u društvo.

Pristupajući s empatijom i razumijevanjem, pogotovo kad stručnjak\_inja ne dolazi iz grupe mladih, moći ćete se povezati i razviti odnos, koji je najvažniji dio rada s ljudima općenito. Stvaranjem prostora koji odiše sigurnošću i povjerenjem, u kojem se mogu istraživati sve emocije (i misli, ideje...) bez osude, postavili ste temelje za daljnji rad. Razumijevanjem njihovih emocija i stanja te dopuštanjem da eksperimentiraju s različitim vrstama emocionalnog izražavanja, možete im učinkovitije prenijeti to znanje.

Ako se vratimo na prvotno opisani unutarnji sukob, pružanjem razumijevanja i emocionalne podrške, ni na koji način ne odobravamo određena ponašanja i radnje, već ih klasificiramo kao simptome, a ne kao korijenski uzrok. Tretirajući isključivo simptome i time zaključujući naš rad, samo dajemo prostor za pojavu novih simptoma. Načinom koji ovdje opisujemo podržavamo rast i razvoj mladih osoba, te ih učimo alatima koje mogu koristiti da bi si sami pomogli. Više od toga, ne kažnjavamo ih niti ih odbacujemo, samo ne odobravamo njihova djela. I u slučaju mladih migranata i mladih u odgojnim zavodima, prihvaćanjem ih učimo da prihvate sami sebe. U oba slučaja, empatičnim pristupom olakšavamo osobni rast i razvoj, ali ne zato što društvo želi da se promijene, već zato što se sami osjećaju dovoljno sigurnima i motiviranima za stvaranje boljeg života za sebe i za zajednicu koja ih prihvaća.

## Maskuliniteti i emocije

U razumijevanju složenog mozaika emocija, važno je uočiti ulogu koju kulturne konstrukcije maskuliniteta igraju u oblikovanju emocionalnog izražavanja. Sljedeći dio istražuje složenu interakciju između muških rodni normi i emocionalne regulacije, analizirajući kako društvena očekivanja utječu na emocionalna iskustva, izražavanje emocija i, naposljetku, mentalnu dobrobit. Kulturne definicije maskuliniteta često utječu na to kako se emocije percipiraju i izražavaju, pogotovo kad je riječ o ljutnji i agresiji. Dutton (1998) i Gilligan (1996) ističu povezanost između muških rodni uloga i korištenja agresije kao sredstva za maskiranje ranjivih emocija poput straha ili srama. Za mlade muškarce, društvena očekivanja mogu stvoriti nesklonost izražavanju ranjivih emocija, uspostavljajući vezu između muškog identiteta i stoicizma (Fivush, 1989; Kuebli i Fivush, 1992).

Okolina igra ključnu ulogu u oblikovanju emocionalne pismenosti i regulacije. Rodne norme koje se tiču izražavanja emocija uče se od roditelja, odgajatelja, vršnjaka i medija. Nadalje, društvene norme vezane za maskulinitete potiču suzdržavanje od izražavanja emocija poput tuge, straha i srama, stvarajući nedostatak u emocionalnoj pismenosti kod dječaka. Dječaci i muškarci obično koriste agresiju i hladnoću kako bi prekinuli svoje doživljaje ranjivih emocija, poput straha ili srama (Dutton, 1998; Gilligan, 1996). Ako bijes i agresija uspješno ublaže ranjive emocije kod muškaraca, agresivno ponašanje može biti negativno potkrijepljeno, povećavajući vjerojatnost da će muškarci u budućnosti koristiti takve strategije (Jakupcak i sur., 2005). Od djetinjstva, mnoga su muška djeca socijalizirana da očekuju negativne reakcije od drugih pri izražavanju vlastitih emocija (Fuchs i Thelen, 1988; Jakupcak i sur., 2005). Dakle, dječaci i muškarci mogu povezati svoj muški identitet s ekstremnim stoicizmom, tako da iskustva snažnih emocija mogu muškarce dovesti do osjećaja intenzivnog srama (Jakupcak i sur., 2005). Dječaci imaju manje prilika za razvoj emocionalne pismenosti zbog društvenih očekivanja, što pridonosi rodnoj razlici u odnosu prema emocijama i empatiji.

Maskuline rodne norme utječu na odnose, posebno prijateljstva, jer muškarci mogu naići na izazove u uspostavljanju dubokih veza zbog pritisaka da se prilagode tradicionalnoj ideji maskuliniteta. Strah od intimnosti i fizičke bliskosti, potaknut društvenim očekivanjima, pridonosi manjem broju dubokih prijateljstava među muškarcima. Manjak dubokih prijateljstava rezultira manjim brojem osoba na koje se pojedinac može osloniti i oskudnijom mrežom podrške, što može imati velike negativne posljedice. Imati sustav podrške ima mnoge koristi, pogotovo tijekom izazovnih razdoblja kao što su boravak u odgojnom zavodu ili promjena zemlje i opasno putovanje. Nedostatak dubokih prijateljstava i mreže podrške otežava pojedincu traženje pomoći od drugih. Tradicionalne ideje maskuliniteta mogu odvratiti muškarce od traženja pomoći pri nošenju s emocionalnim problemima, smatrajući to znakom slabosti. Muškarci su skloniji tražiti podršku od žena u svom životu, poput majki ili partnerica, a manje su skloni tražiti profesionalnu pomoć. Rodni stereotipi potiču ideju da muškarci eksternaliziraju svoje probleme kroz bijes umjesto da ih internaliziraju, što može doprinijeti nedostatku dijagnosticiranja unutarnjih problema poput depresije.

Dakle, u radu s mladima u odgojnim zavodima i mladim migrantima, koji su uglavnom dječaci i mladi muškarci, trebali bismo imati na umu društvene norme oko maskuliniteta i koje su njihove posljedice kada je riječ o izražavanju emocija, te kako dječaci i mladići izražavaju različite emocije kroz bijes.

## **Oснаživanje mladih**

Razumijevanje i prihvaćanje složene dinamike emocija temeljna je komponenta rada na podršci mladima u riziku, primjerice onima koji imaju probleme sa zakonom ili migrantima koji se nastoje integrirati u novu zajednicu. Od ključne je važnosti staviti emocionalnu dobrobit mladih na prvo mjesto, stoga se ovdje fokusiramo na istraživanje emocija unutar kompleksnog koncepta maskuliniteta. Spajanje ovih aspekata znatno doprinosi općoj dobrobiti i uspješnoj integraciji tih pojedinaca.

Unutar odgojnih zavoda i među migrantima, psihološke teškoće s kojima se nose mladi nisu zanemarive. Tjeskoba i uznemirenost, proizašle iz njihovih izazovnih životnih iskustava, zahtijevaju suptilan pristup kad je riječ o mentalnom zdravlju. Onkraj pukih konvencionalnih terapijskih metoda, usađivanje emocionalne snage nastupa kao moćno sredstvo ne samo za suočavanje, već i za razvoj prilagodljivih mehanizama za snalaženje u složenom labirintu izazova.

Ponuditi mladima alate za razumijevanje i upravljanje vlastitim emocijama ne samo da poboljšava njihovo razumijevanje samih sebe, već također potiče empatiju u njihovim interakcijama s drugima. Emocionalna osjetljivost postaje ključna u promicanju zdravijih društvenih dinamika i odnosa, stvarajući domino efekt u široj zajednici. Osnaživanje mladih u riziku da svjesno upravljaju svojim emocijama pridonosi razvoju vještina donošenja odluka i kognitivne prilagodljivosti. Ova kognitivna otpornost postaje ključna za uspješnu ponovnu integraciju tih pojedinaca u društvo, pružajući im čvrste temelje za prevladavanje izazova. Prenošenjem strategija za mirno rješavanje sukoba mladima u riziku smanjuje se njihovo oslanjanje na nasilne metode. Ovo ne samo da potiče harmoniju unutar institucionalnih okvira, već pridonosi i uspostavi mreža potpore unutar migrantskih zajednica, stvarajući osjećaj zajedničke otpornosti.

## Kako pristupiti tim temama?

Iz onoga što smo dosad rekli, možemo vidjeti da je važno govoriti o emocijama i pomoći mladima u razumijevanju vlastitih emocija, ali i da ih je teško potaknuti da govore o tome zbog snažnog otpora, djelomično proizašlog iz tradicionalnih rodni uloga.

Prvo, važno je biti autentičan i spreman podijeliti svoje vlastite emocionalne reakcije i biti model koji oni mogu slijediti kako bi se bolje razumjeli i izražavali. Autentičnost gradi povjerenje i stvara siguran prostor za istraživanje emocija.

Drugo, pristup ne bi trebao biti univerzalan za sve, već prilagodljiv i individualan te se temeljiti na mladoj osobi ili mladim osobama s kojima radite.

Međutim, postoje neke specifičnosti koje mogu biti korisne kada radite s mladima koji imaju vrlo tradicionalan pogled na rodne uloge, što je čest slučaj s mladima u odgojnim zavodima ili drugima koji su u riziku. Ekspresivne tehnike nude moćno sredstvo za istraživanje emocija ne oslanjajući se samo na verbalnu komunikaciju. Ove metode pružaju platformu za ispoljavanje osjećaja i misli koje se možda teško mogu verbalno izraziti. Korištenje metoda i tehnika koje uključuju ekspresivne stilove i fokusiraju se na tijelo omogućuje nam razmišljanje o emocijama i njihovom utjecaju na nas. Ekspresivne tehnike pomažu nam izraziti osjećaje i misli za koje nam možda nedostaju riječi te nam pružaju bogatu osnovu na temelju koje možemo otvoriti rasprave i bolje razumjeti one s kojima radimo. Kao što smo već rekli, izražavanje emocija može biti vrlo zastrašujuće, a korištenje ekspresivnih tehnika također može izazvati osjećaj srama, pa je mladima lakše ako to rade putem medija u kojima se osjećaju ugodno i koji su im poznati. Dječaci i mladići u odgojnim zavodima možda će se osjećati ugodnije kroz igranje sportova ili ekspresivne tehnike koje su tradicionalno više muške, poput instrumentalnog korištenja *rap* pjesama, bubnjeva (Hallam i sur., 2008) ili kroz stilove ulične umjetnosti i tetovaža.



#4

**RAD S MLADIMA  
U RIZIKU KROZ  
PRIZMU TRAUME I  
MASKULINITETA**

Jill Michiels

Prizma traume koja uzima u obzir rodnu dimenziju, a posebno koncept maskuliniteta, od velike je važnosti za stručnjake\_inje koji rade s mladima u riziku iz više razloga. Prvo, razumijevanje traume i njezinih rodni komponenti pomoći će stručnjacima\_kinjama da je prepoznaju u svom svakodnevnom radu, što je preduvjet za njeno adresiranje i rješavanje na odgovarajući način. Drugo, može ponuditi određenu protutežu neizbježnim osjećajima oklijevanja i nesigurnosti u interakciji s mladim ljudima koji su iskusili nesrazmjerne količine traumatičnih događaja. Treće, muška trauma je uvelike podcijenjena i treba joj posvetiti posebnu pozornost kako bi se učinila vidljivijom. Upravo je u središtu projekta X-MEN usmjerenost na traumu i maskulinitete.

Postoje sličnosti u načinu na koji doživljavamo i reagiramo na traumu, bez obzira na spol ili rodni identitet, no potrebno je imati na umu da rodna socijalizacija također igra važnu ulogu. Ovo poglavlje će rasvijetliti kako maskuline norme utječu i na vjerojatnost da će dječaci i muškarci biti izloženi traumatičnim životnim iskustvima i na sposobnost da se učinkovito nose s takvim iskustvima. Isticanje povezanosti maskuliniteta i traume nikako ne znači zanemarivanje činjenice da se i djevojke, žene i osobe koje pripadaju rodnom manjina suočavaju s poteškoćama vezanima za traumu, u čemu važnu ulogu također imaju rodne norme.

Prije nego što krenemo istraživati vezu između maskuliniteta i traume, započnemo s općenitijim pregledom traume i kako ona utječe na ljude. Na kraju poglavlja predstavljamo neke praktične smjernice za adresiranje osjetljivih tema s mladima u riziku.



## 1. Što je trauma?

Jednostavnim rječnikom, trauma se može opisati kao neprorađeno negativno životno iskustvo (van der Kolk, 2014). Iako su naši mozgovi prirodno osposobljeni za prorađivanje stresnih događaja, intenzivno visoke razine stresa koje se javljaju kada postoji stvarna ili percipirana prijetnja mogu utjecati na obradu informacija u mozgu. Budući da je naš mozak prirodno pripremljen za obradu stresnih događaja (LeDoux, 2000), neće svatko tko doživi loše iskustvo razviti traumu. Što je trauma teža u smislu intenziteta i trajanja, veća je vjerojatnost da će obrada informacija biti kompromitirana. Osim toga, nedostatak podrške može umanjiti sposobnost pravilnog nošenja s nedaćama i povećati rizik od traume (Brewin i sur., 2000).

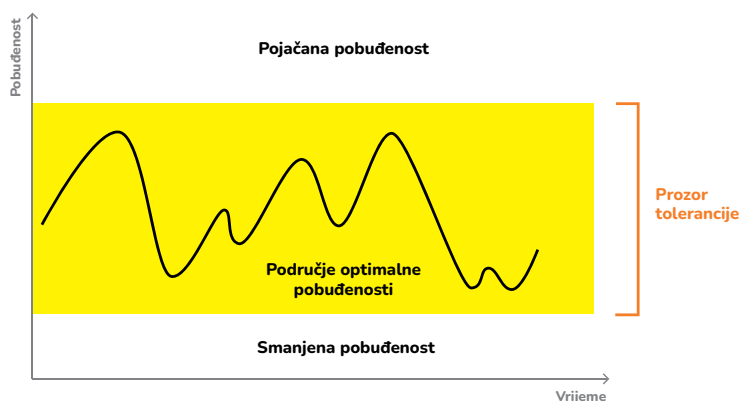
Vaš posao edukatora\_ice ne podrazumijeva dijagnosticiranje posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP), ali razumijevanje što je to i kako izgleda pomaže nam da prepoznamo traumu i reagiramo na odgovarajući način. Jedan od istaknutih dijagnostičkih priručnika, DSM-5 (APA, 2022), nudi neke kriterije koje ovdje sažimamo:

- **Ponovno proživljavanje traumatičnog događaja**, u obliku, primjerice, noćnih mora ili *flashbackova*;
- **Izbjegavanje** misli, osjećaja i vanjskih podsjetnika povezanih s traumom;
- **Negativne promjene u mislima i raspoloženju**, primjerice pretjerano samookrivljavanje, smanjeni interes za aktivnosti, poteškoće u doživljavanju pozitivnih emocija;
- **Promjene u razdražljivosti i reaktivnosti** kao što su agresivnost, rizično ili destruktivno ponašanje, poteškoće sa spavanjem, hipervigilantnost;
- **Trajanje**: ovi simptomi traju duže od mjesec dana.

Ponovno odigravanje traumatične situacije, bilo kao žrtva ili kao počinitelj, nije neuobičajeno. Iako se ovo može činiti kontraintuitivnim, ljudi koji su pretrpjeli traumu često svjesno ili nesvjesno pokušavaju ponovno doživjeti (i ponovno im se izložiti) slične situacije ili sjećanja na traumatski događaj. Ponavljanje događaja može se promatrati kao način svladavanja ili stjecanja kontrole nad iskustvom, ali najčešće uzrokuje više patnje (van der Kolk, 2014).

### 1.1. Prozor tolerancije

**Prozor tolerancije** (Siegel, 1999) koncept je koji pomaže u razumijevanju traume. Koncept se odnosi na niz emocionalnih i fizioloških stanja u kojima se osoba može učinkovito nositi sa stresom i traumatičnim iskustvima. Zamislite to kao zonu komfora u kojoj pojedinac može obraditi različite podražaje i odgovoriti na njih, a da ne postane preopterećen. Unutar ovog prozora osoba može zadržati osjećaj sigurnosti, emocionalnu regulaciju i sposobnost da se učinkovito nosi s izazovima.

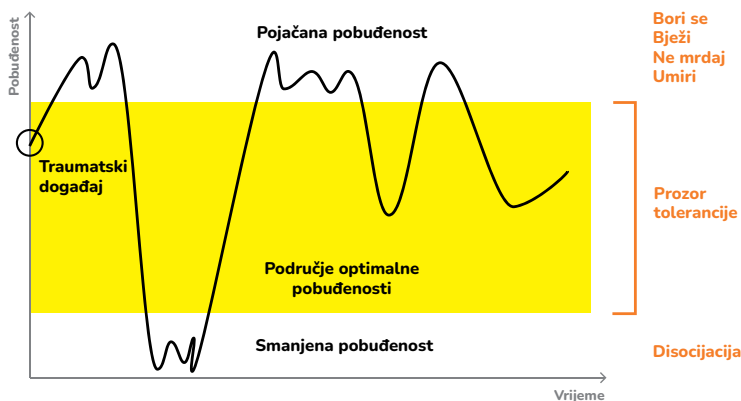


SLIKA 2 – Prozor tolerancije (Siegel, 1999).

Trauma, bilo da se radi o jednom uznemirujućem događaju ili opetovanim negativnim iskustvima, može gurnuti pojedince izvan prozora tolerancije. Razina stresa raste zbog stvarne ili percipirane prijetnje, a u mozgu se

pale alarmi. Naš se mozak prebacuje u način rada za preživljavanje. Kada se to dogodi, ljudi mogu doživjeti dvije glavne reakcije koje su automatski i nevoljni impulsi za preživljavanje:

1. **Pojačana pobuđenost:** Osoba postaje preplavljena intenzivnim emocijama kao što su strah, tjeskoba, ljutnja ili panika. Ovo je stanje često povezano s odgovorom “bori se, bježi, ne mrdaj ili umiri” (“*fight, flight, freeze, fawn*”) i može dovesti do impulzivnog ili reaktivnog ponašanja. Posljednji odgovor je najmanje poznat među njih četiri. To je strategija preživljavanja u kojoj netko pokušava izbjeći štetu tako što je popustljiv, podložan ili pomirljiv, često na vlastitu štetu (Walker, 2013.).
2. **Smanjena pobuđenost:** Na drugom kraju spektra, osoba može postati emocionalno otupjela i isključena (često kada drugi odgovori nisu dovoljni da se osoba nosi s alarmantnom situacijom). Osoba se može osjećati nepovezano sa svojim emocijama, mislima, tijelom ili u potpunosti sa stvarnošću. Ovo je stanje često povezano s disocijacijom, gdje se osoba osjeća nesposobna učinkovito odgovoriti na situaciju.



Slika 3 – Prozor tolerancije – odgovori na traumu (Siegel, 1999).

Bitno je prepoznati da je prozor tolerancije kod svake osobe drugačiji i da na njega mogu utjecati različiti čimbenici, kao što su prethodna iskustva, genetika i dostupnost sustava podrške. Prethodna iskustva i opetovane traume dovode do smanjenja prozora, što može uzrokovati trajno stanje opreza i budnosti u mozgu i tijelu.

Reakcija smrzavanja (ne mrdaj!) i disocijacija često se miješaju, ali važno je primijetiti razliku: dok reakcija smrzavanja uključuje povećanje napetosti mišića i postoji određena svijest o situaciji, disocijacija znači da nema napetosti mišića i nema pune svijesti o realnosti, što omogućuje mentalni bijeg od situacije (van der Kolk, 2014).

## 1.2. Jednostavna i složena trauma

Postoji važna razlika između jednostavne i složene traume (Cook i sur., 2003). Ova razlika leži u trajanju, učestalosti i interpersonalnim aspektima traumatskih iskustava. Složena trauma obično ima kumulativni učinak, utječući na različite aspekte razvoja i funkcioniranja osobe tijekom vremena.

Jednostavna trauma	Složena trauma
<ul style="list-style-type: none"><li>■ Pojedinačni traumatski događaj</li><li>■ U relativno kratkom vremenskom razdoblju</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Višestruka i kronična traumatska iskustva</li><li>■ U duljem vremenskom razdoblju</li><li>■ Često uključuje osobnu izdaju od strane drugih</li><li>■ Može biti rezultat života u ratnoj zoni, trgovine ljudima, zatočeništva i slično</li></ul>

TABLICA 1 – Razlika između jednostavne i složene traume (Cook i sur., 2003).

Budući da su mladi s kojima radimo uglavnom podložni stresnim događajima koji se ponavljaju, češće se susrećemo sa složenom nego jednostavnom traumom. Složena trauma može imati dubok utjecaj na strukturu i funkciju mozga, stvarajući ono što se često opisuje kao mreža traume (van der Kolk, 2014). Ova mreža traumatskih sjećanja, od kojih je svako povezano s drugim, otežava određivanje traumatskih događaja kao takvih i suočavanje s njima.

### 1.3. Trauma iz djetinjstva

Traumatska iskustva tijekom djetinjstva, osobito u ranim godinama, mogu duboko utjecati na psihički razvoj. Ta iskustva mogu utjecati na različite aspekte djetetova rasta i funkcioniranja, uključujući sljedeće (Cicchetti i Toth, 2015; van der Kolk, 2014; Courtois i Ford, 2019; Deblinger i sur., 2001; Terr, 1991):

- **Emocionalna regulacija:** Djeca izložena traumi mogu imati poteškoća s upravljanjem emocijama zbog stalnog stanja pobuđenosti.
- **Privrženost i odnosi:** Trauma može utjecati na sposobnost djeteta da stvori sigurnu privrženost i vjeruje drugima. To može dovesti do poteškoća u stvaranju i održavanju zdravih odnosa i do straha od odvajanja.
- **Kognitivni razvoj:** Trauma može ometati kognitivne procese, utječući na pažnju, učenje i sposobnosti rješavanja problema.
- **Problemi u ponašanju:** Djeca mogu pokazivati probleme u ponašanju kao što su agresija, impulzivnost ili povlačenje kao rezultat traume.
- **Tjelesno zdravlje:** Trauma može imati dugoročne posljedice na fizičko zdravlje zbog odgovora na stres koji utječe na tjelesne sustave.

- **Samookrivljavanje:** Djeca često internaliziraju traumatična iskustva, vjerujući da su na neki način odgovorna za ono što se dogodilo. Ovo samookrivljavanje može proizaći iz nedostatka razumijevanja događaja ili kao strategija nošenja s traumom usmjerena na ponovno stjecanje osjećaja kontrole.
- **Smanjena imaginacija:** Trauma može ograničiti djetetovu sposobnost za imaginaciju i igru. Kada djetetovim svijetom dominiraju strah ili stres, njegova sposobnost da se uključi u kreativne i maštovite aktivnosti može biti smanjena.
- **Smanjeni osjećaj nade:** Narušeni osjećaj sigurnosti i povjerenja može dovesti do postojanog uvjerenja da je svijet nepredvidiv i nesiguran, što utječe na osjećaj nade u bolju budućnost. Trauma također može pridonijeti razvoju negativnih temeljnih uvjerenja o sebi, drugima i svijetu. Ta se uvjerenja mogu očitovati kao nedostatak nade ili pesimizam u pogledu budućnosti.
- **“Podijeljenost”:** Pojedinci mogu doživljavati svijet u terminima ekstrema i polarizacije, često dijeleći ljude na “saveznike” i “neprijatelje”.

## 2. Trauma i maskuliniteti

Društvene norme vezane za maskulinitete imaju velik utjecaj na to kako se nosimo s traumom, kako na individualnoj tako i na društvenoj razini. Na **individualnoj razini**, rodne norme koje propisuju hrabrost, čvrstinu i snagu povećavaju vjerojatnost da će dječaci i muškarci sudjelovati u nasilju, usvojiti nezdrave stilove života i čak se pridružiti ekstremističkim skupinama. Osim toga, te norme čine dječake i muškarce manje otpornima i manje sposobnima da se učinkovito nose s traumom.

Usvajanje rodni normi počinje rano u životu. Dječake se često od ranog djetinjstva potiče da budu neovisni, samodostatni, jaki i čvrsti

– vrijednosti koje se obično povezuju s idejom “pravog muškarca”. U isto vrijeme, ranjivost, strah i osjećajnost često se obeshrabruju (Chodorow, 1978). To se može smatrati emocionalnom deprivacijom i zanemarivanjem unutarnjih emocionalnih iskustava, što dječacima i mladićima otežava prepoznavanje traume i čini ih manje otpornima da se s njome nose (Pollack, 1998). Nadalje, narativ koji naglašava hrabrost, čast, žrtvu te fizičku i emocionalnu snagu promiče toleranciju i izdržavanje nasilja i patnje te potiče muškarce da “*veličanju svoju sposobnost da izgledaju kao da ih trauma ne pogađa*” (Slegli i sur., 2021, str. 18). U tom smislu, trauma se može percipirati ili kao trofej muškosti ili se u potpunosti negira, što u konačnici onemogućuje prepoznavanje viktimizacije i učinkovito adresiranje i procesuiranje emocija i ranjivosti. Gubitak moći i kontrole, povezan s traumatičnim događajima, može oštetiti sliku o sebi kao snažnom muškarcu i može izazvati osjećaj srama i poniženja. Kako bi zadržali svoj osjećaj muškosti, muškarci i dječaci mogu glumiti, izbjegavati, potiskivati ili poricati neželjene osjećaje kao što su bol, nesigurnost i strah. Nerazriješene traume iz djetinjstva nisu povezane samo s nasiljem i agresijom, već i s povećanom vjerojatnošću zlouporabe droga i alkohola, depresije i ideja o samoubojstvu. Nadalje, nemogućnost ispunjavanja društvenih zahtjeva koji se postavljaju pred muškarce, primjerice o privređivanju za obitelj ili obrani domovine, često izazivaju frustraciju, što se može iskoristiti za regrutiranje dječaka u oružane i/ili ekstremističke skupine ili bande koje obećavaju da će pružiti upravo to. Nasuprot tome, neprilagođavanje tradicionalnim normama muškosti u kulturi kojom dominiraju takvi ideali može povećati ranjivost na traumatične događaje (ibid., 2021).

Na **društvenoj razini**, održavanje slike o sebi kao snažnom muškarcu, kao mehanizam nošenja s traumom, može imati opasne ishode ne samo za dječake i muškarce, već i za sve oko njih. Istraživanja sugeriraju jaku povezanost između muških rodni normi i počinjenja traumatskih događaja, posebice nasilja (Heilman & Barker, 2018). Zajedno s porastom štetnih ponašanja kao što su zlouporaba droga i alkohola, depresija i suicidalne ideje, muška trauma ima dubok utjecaj na međuljudske odnose i odnose u zajednici.

U nastavku se bavimo različitim oblicima traume kojima su mladi u riziku, u kontekstu projekta X-MEN, često izloženi. Ta su iskustva međusobno povezana i mogu tvoriti zamršenu mrežu složenih trauma.

## 2.1. Maskuliniteti i trauma povezana s nasiljem

Nasilje je vrlo prisutno u mnogim životima, uključujući živote muškaraca. Primjerice, stope ubojstava diljem svijeta pokazuju da su osamdeset posto svih žrtava ubojstava muškarci (UNODC, 2019). U ovom dijelu raspravljat ćemo o tome kako je nasilje prisutno u životima dječaka i muškaraca i kako je to povezano s maskulinitetom. Naravno, ovaj fokus ni na koji način ne umanjuje golemu količinu nasilja koju trpe žene i djevojčice.

Istraživanja pokazuju da su tijekom djetinjstva dječaci izloženi fizičkom kažnjavanju nego djevojčice (Mahoney i sur., 2000). Dječake se također često fizički kažnjava za ponašanja koja nisu u potpunosti u skladu s maskulinitetom, poput plača ili cviljenja (Sorbring i sur., 2003). Slično tome, istraživanja pokazuju da je veća vjerojatnost da će dječaci koji se ne pridržavaju dominantnih maskulinitetnih normi, uključujući one o heteronormativnosti, biti zlostavljani u školi. Dječaci se također češće suočavaju s fizičkim oblicima zlostavljanja, kao što su udaranje, guranje i gušenje (Kosciw i sur., 2012). Kada škola nije sigurno okruženje, dječaci se teže koncentriraju i općenito se isključuju iz obrazovnog procesa, što dovodi do slabijeg napretka i obrazovnih rezultata (Rosen & Nofziger, 2019).

Iskustvo dječaka i muškaraca sa seksualnim nasiljem dugo je bilo zanemareno, podcijenjeno i nedovoljno prijavljivano, a maskuline norme i ovdje igraju važnu ulogu. Istraživanje provedeno u više od deset europskih zemalja otkriva da je šesnaest posto muškaraca i dječaka starijih od 14 godina doživjelo seksualni kontakt bez pristanka (Krahé i sur., 2015). Homoseksualni, biseksualni i transrodni muškarci i dječaci imaju povećan rizik da postanu žrtve seksualnog nasilja (Rothman i sur., 2011).



Doživjeti ovakvu vrstu nasilja može biti vrlo traumatizirajuće i imati ozbiljne negativne učinke na živote pojedinaca (ugroze fizičkog zdravlja, lošija akademska i intelektualna postignuća, PTSP, depresija, zlouporaba supstanci, poremećaji osobnosti, suicidalno ponašanje, agresija i kriminal (Hughes i sur., 2017)). To također može dovesti do internalizacije nasilja kao legitimnog ili čak nužnog načina stvaranja barem neke sigurnosti u neprijateljski raspoloženom svijetu (Sleggh i sur., 2021). Nametanje tradicionalnih maskulinih normi dječacima kroz kažnjavanje također može dovesti do prekida veza s drugima i njihovim vlastitim unutarnjim životom, otuđujući ih od njihovih istinskih želja i ranjivosti, i potaknuti pretjerani osjećaj ljutnje (Levant, 2010).

Ukratko, ideja muške viktimizacije nespojiva je s onim što propisuju dominantne maskuline norme: snaga, stoicizam, neranjivost i kontrola nad emocijama. Vezano za seksualno nasilje, muškarci su socijalizirani da vjeruju da nikada ne bi trebali odbiti priliku za seks. Također, trebali bi se moći obraniti od agresora, posebno ako je to žena. Sve to doprinosi ideji da muškarci ne mogu biti žrtve seksualnog nasilja, što im otežava prepoznavanje, priznavanje i prijavu slučajeva seksualnog nasilja. Poniženje i strah da im se neće vjerovati često sprječava dječake i muškarce da potraže pomoć (Petersson & Plantin, 2019).

## **2.2. Maskuliniteti i trauma povezana s migracijom**

Tijekom procesa migracije ljudi se mogu susresti sa širokim rasponom traumatskih iskustava. Traumatični događaji u zemlji porijekla, poput rata, genocida, gladi, prijetnje progona te kršenja ljudskih prava i nasilja, mogu biti razlog za migraciju. Osim toga, migracijsko putovanje s jednog mjesta na drugo često je obilježeno opasnim prelascima granice, teškim životnim uvjetima, glađu i iskorištavanjem. Nakon što stignu na svoje odredište, osobe se često nađu u krajnje nesigurnom položaju i hostilnom okruženju. I dalje su iznimno podložni nasilju, diskriminaciji i marginalizaciji, beskućništvu i financijskoj nesigurnosti (Porter & Haslam, 2005). Ovaj dio je posebno važan za dječake i muškarce, jer oni čine značajan dio migrantske populacije. Na primjer, većina

afričkih migranata koji putuju u Europu su dječaci i muškarci (UNICEF, 2017). Kod mnogih dječaka i muškaraca, osjećaj nesigurnosti, zajedno s nedostatkom slobode izbora i svrhe, može dovesti do tjeskobe, frustracije i smanjenog samopoštovanja. Sve se te okolnosti zbrajaju i dovoljno je teško nositi se s njima kao takvima, a to postaje još teže u nedostatku mreže socijalne podrške ili zajednice, što je osobito važno u slučaju dječaka bez pratnje (CARE & Promundo, 2017).

Rodni stereotipi koji okružuju dječake i muškarce migrante dodatno negativno utječu na njihovu dobrobit i mentalno zdravlje. Dominantni narativ sugerira da su muškarci i dječaci migranti potencijalni počinitelji nasilja i kriminalci (Olivius, 2016). Nadalje, dječaci bez pratnje češće se smatraju žilavima, manje ranjivima i sposobnima da se pobrinu za sebe, bez podrške drugih (ibid., 2017).

### **2.3. Maskuliniteti i trauma povezana s rasizmom, etničkom diskriminacijom i ugnjetavanjem**

Trauma povezana s rasizmom često je skrivena i obuhvaća širok raspon iskustava, od sustavnog i strukturalnog rasizma do otvorenih činova nasilja motiviranih rasizmom. Bez obzira na individualna iskustva rasne i etničke diskriminacije, velike skupine ljudi kolektivno osjećaju transgeneracijski učinak traume od nepravdi koje su ljudi iz prethodnih generacija morali trpjeti, kao što su genocid, ropstvo i rat (Slegh i sur., 2021).

Ljudi svih rodova podložni su rasizmu i ugnjetavanju. Međutim, željeli bismo se usredotočiti na iskustva dječaka i muškaraca i na to kako maskuline norme utječu na ta iskustva. Rodne norme igraju važnu ulogu u tome kako se rasna i etnička diskriminacija doživljava i kako se s njom nosi. S jedne strane, od dječaka i muškaraca se očekuje da osjećaju ponos, da budu superiorni, da imaju moć i da budu zaštitnici i branitelji, što je u oštrm kontrastu s društveno konstruiranom hijerarhijom koja dječake i muškarce iz etničkih manjina stavlja u podređeni položaj i poziciju nemoći. Nemogućnost postizanja željenog društvenog statusa muškosti može izazvati osjećaj neadekvatnosti, srama i frustracije

(ibid., 2021). S druge strane, restriktivna emocionalnost povezana s rodnim normama sprječava dječake i muškarce iz etničkih manjina da se pravilno nose s diskriminacijom (Hammond, 2012).

Nadalje, na obojene dječake i muškarce često se gleda sa strahom, lako ih se povezuje s kriminalom i negativno ih se prikazuje u medijima. Često ne vrijedi pretpostavka nevinosti dok se ne dokaže krivnja u slučaju navodnog kriminala ili prekršaja (Wilson i sur., 2017). Sve to povećava rizik od nasilja i diskriminacije od strane vlasti i institucija, poput policije i pravosuđa. Ove ekstremne predrasude nisu prisutne samo u policiji i pravosudnom sustavu, već su proširene i u obrazovanju (Sleggh i sur., 2021). Na primjer, istraživanja upućuju na to da se u školi obojenim dječacima nesrazmjerno izriču disciplinske mjere i često ih se stavlja u tretmanske programe bez odgovarajuće procjene (Marchbanks i sur., 2018. Shepard, 2021).

Rasizam i etnička diskriminacija glavni su čimbenici koji imaju dubok utjecaj na zdravlje i dobrobit ljudi, bez obzira kojoj manjinskoj populaciji pripadaju. Najčešći negativni ishodi u području mentalnog zdravlja za dječake i muškarce uključuju nisko samopoštovanje, psihološki stres, tjeskobu, niže razine životnog zadovoljstva, PTSP, ideje o samoubojstvu i paranoju (Paradies i sur., 2015). U pokušaju da se nose sa svojim niskim samopouzdanjem i nedostatkom samozaštite, dječaci i muškarci skloniji su rizičnim ponašanjima kao što su pušenje, zlouporaba opojnih sredstava i nasilje (Powell, 2015.). Osim toga, dječaci i muškarci koji se redovito suočavaju s rasnom diskriminacijom i imaju niži osjećaj slobode djelovanja i kontrole rjeđe će tražiti pomoć (Powell i sur., 2016). Čak i kada ti dječaci i muškarci potraže pomoći, često se suočavaju s nedostatkom pristupa uslugama mentalnog zdravlja, lošom kvalitetom skrbi te rasističkim i rodnim predrasudama od strane pružatelja usluga (Sleggh i sur., 2021).

Iskustvo "drugosti" i društvene isključenosti može imati dubok utjecaj na osjećaj identiteta dječaka i muškaraca, koji ne doživljavaju povezanost sa svojom kulturom (ibid., 2021). Na međuljudskoj i društvenoj razini, drugi uobičajeni ishodi uključuju negativno mišljenje i nepovjerenje

prema drugima, očekivanje da će ti drugi nauditi i izdati te, te smanjeni osjećaj pripadnosti i kolektivnog samopoštovanja (Nickerson i sur., 2014). Stručnjaci\_kinje moraju biti svjesni rasne traume kod dječaka i muškaraca, koja se često predstavlja kao devijantno ponašanje, povećana ranjivost na nasilje i zlostavljanje, ranjivost na odbacivanje i optuživanje, povećana samosvijest, osjećaj da ih se promatra, osuđuje, kritizira i isključuje (Sleghe i sur., 2021).

### 3. Rad s mladima u riziku

Važno je napomenuti da nas doživljena trauma ne mora definirati. Svaka osoba, bez iznimke, posjeduje resurse, snage, kvalitete, vještine i otpornost. Za svakodnevno preživljavanje od velike je važnosti traumatska iskustva, ali i nepodnošljivu bol koja ih prati, držati na distanci kroz strategije suočavanja (Shapiro, 2018). Određeni okidači mogu pokrenuti ove strategije ili obrambene reakcije kod mladih ljudi s kojima radimo. Potrebno je znati da su im te reakcije pomogle da nekako prežive u nesigurnom okruženju.



SLIKA 4 – Potrebne su nam strategije suočavanja kako bismo držali traumu na distanci (Shapiro, 2018).

Posao edukatora\_ice ni na koji način nije riješiti ili liječiti traumu. Umjesto toga, trebali bismo se usmjeriti na rad s mladima na unapređenju njihovih

resursa, snaga i otpornosti. Još jedan izazovan zadatak za edukatore\_ice je suočavanje s obrambenim odgovorima koje mladi ljudi pokazuju kao važne načine suočavanja. To ne znači da bismo trebali prihvatiti agresivno ili nasilno ponašanje, ali bismo trebali pokušati razumjeti što ih boli ispod površine i odgovoriti na ono što oni osjećaju i trebaju.



SLIKA 5 – Jačanje resursa i otpornosti te prihvaćanje obrane (Shapiro, 2018).

### 3.1. Tri domene traume

Postoje tri glavne domene u kojima trauma utječe na ljude: sigurnost, kontrola i odgovornost (van der Kolk, 2014). **Sigurnost** se odnosi na potrebu za osjećajem sigurnosti, tijekom i nakon traumatskog događaja. **Kontrola** je važna jer trauma često uključuje gubitak kontrole i nemoć. Trauma također često izaziva osjećaj **odgovornosti** za sam traumatski događaj koji može imati dubok negativan učinak na osjećaj vlastite vrijednosti. Svaka od ovih domena izaziva određenu emociju, što zahtijeva od stručnjaka\_inja da reagiraju u skladu s tim.

- U domeni **sigurnosti** dominantna emocija je **strah**. Prikladan odgovor bio bi pružiti određeno jamstvo u sadašnjem trenutku: “Sada si siguran\_a”.
- Domena **odgovornosti i vlastite vrijednosti** uglavnom se proživljava kroz emocije tuge, krivnje i srama. U tom slučaju važno

je prenijeti poruke (samo)suosjećanja i potvrđivanja. Pokušajte eksternalizirati odgovornost: "Nisi ti kriv\_a".

- Kada je osjećaj **kontrole** ugrožen, najčešća emocija je **ljutnja**. Prikladan odgovor na ljutnju bio bi povećati osjećaj mogućnosti djelovanja i moći: "Koje male stvari možeš učiniti?" Budući da su dječaci socijalizirani da potiskuju ranjivost koja dolazi sa strahom i tugom, ljutnja je često primarna reakcija na okidače u domeni kontrole (Pollack, 1998).

Općenito, mladi ljudi imaju izraženu potrebu za predvidljivošću, kontrolom, sigurnošću i pristupom bez osuđivanja.

### 3.2. Adresiranje osjetljivih tema s mladima u riziku

U okviru projekta X-MEN, za promjenu stavova i ponašanja koji vode prema empatičnim i nenasilnim maskulinitetima, bitno je i neizmjerljivo vrijedno baviti se osjetljivim temama poput diskriminacije i nasilja. Imajući na umu da to može okidač za proživljene traume, izuzetno je važno **njegovati osjećaj nade** jer to pridonosi otpornosti (Snyder, 2002). Njegovati nadu znači poticati uvjerenje da ono što se dogodilo u prošlosti ne mora nužno odrediti budućnost.

Učinkovito učenje odvija se unutar prostora koji je izazovan, ali je dostižan uz podršku (Vygotsky, 1978). To zahtijeva **ravnotežu između sigurnosti i određenog stupnja nelagode**. Adresiranje osjetljivih tema i nelagodu koja ide uz to, stoga, ne treba izbjegavati, već je potrebno osigurati sigurno okruženje, uz podršku vršnjaka i edukatora\_ica. Još jedan aspekt koji treba imati na umu jest pomoć mladima da ispune svoje potencijale i **usredotoče se na snage**. Model pozitivnog razvoja mladih (Lerner, 2009) može biti koristan okvir za provedbu ovoga u praksi. Model ističe pet bitnih karakteristika ili dimenzija koje doprinose zdravom razvoju i dobrobiti adolescenata.

- **Kompetentnost:** Ovo se odnosi na razvoj vještina, sposobnosti i osjećaja ostvarenja u različitim područjima kao što su akademska, društvena, emocionalna i strukovna domena. To uključuje osjećaj sposobnosti i učinkovitosti u snalaženju u različitim situacijama.
- **Samopouzdanje:** Ovo se odnosi na samopoštovanje, samoučinkovitost i pozitivno samopoimanje. To uključuje vjerovanje u vlastite sposobnosti, snagu i potencijal za postizanje ciljeva.
- **Povezanost:** Povezanost je usmjerena na razvoj pozitivnih odnosa i veza s obitelji, vršnjacima, školom, zajednicom i drugim podržavajućim osobama. Naglašava važnost društvenih veza i mreže potpore za zdrav razvoj.
- **Karakter:** Karakter uključuje razvoj snažnog moralnog i etičkog kompasa, integriteta, empatije i odgovornosti. Uključuje donošenje etičkih odluka te postupke i ponašanja temeljene na pozitivnim vrijednostima.
- **Brižnost/suosjećanje:** Ova dimenzija uključuje sposobnost za empatiju, brigu za druge i predanost dobrobiti drugih i zajednice. Naglašava altruizam i osjećaj društvene odgovornosti.

Razvoj pozitivnih i sigurnih odnosa zaslužuje poseban naglasak jer svaki pozitivan i siguran odnos (čak i kratkotrajan) pridonosi otpornosti i može poslužiti kao korektivno emocionalno iskustvo. Proizlazeći iz teorije privrženosti (Bowlby, 1969/1982), postoje tri osnovna sastojka u formiranju sigurnog i pozitivnog odnosa:

- **Pristupačnost:** “Mogu li doći do tebe? Jesi li prisutan\_a i dostupan\_a?”
- **Responzivnost:** “Mogu li se osloniti na to da ćeš odgovoriti na moje potrebe?”

- **Uključenost:** “Je li ti u srcu moj najbolji interes?”

### 3.3. Smanjenje rizika od ponovne traumatizacije

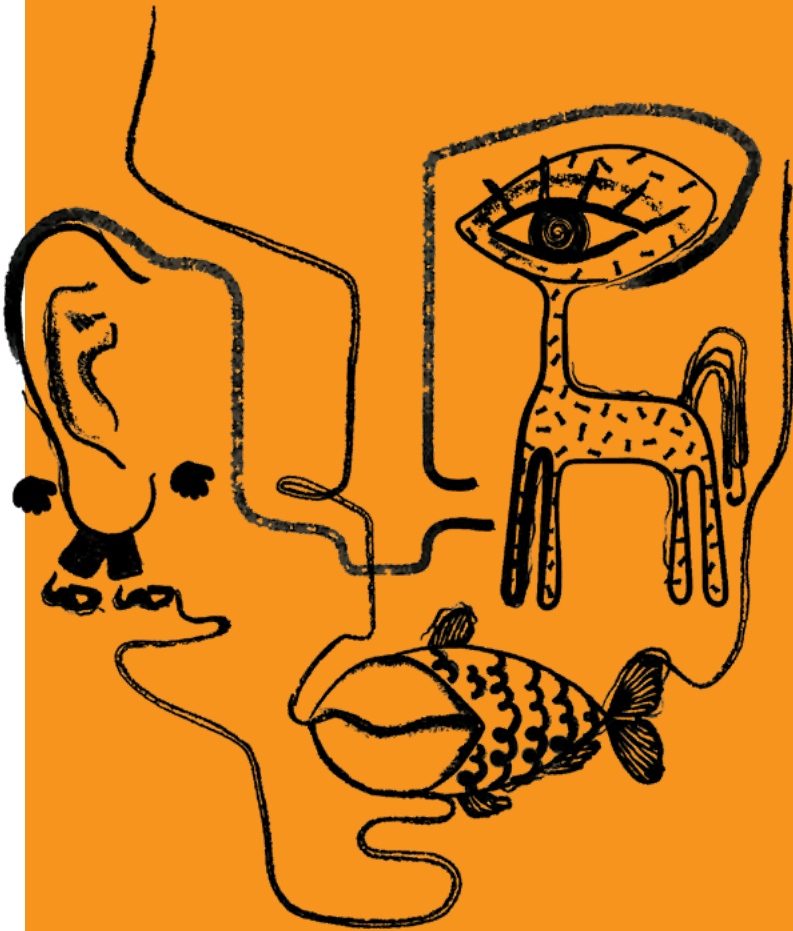
Kao što je ranije navedeno, rad na osjetljivim temama u grupama mladih, posebno, ali ne isključivo, kada se od njih traži da podijele osobna iskustva, može potaknuti sjećanja, emocije ili fizičke senzacije povezane s prošlim traumatičnim iskustvom. To vrijedi i za mlade i za edukatore\_ice. Mnogi stručnjaci\_kinje oklijevaju razgovarati o tim temama, bojeći se da će mlade ponovno traumatizirati. Stoga je važno držati se nekih praktičnih smjernica kako bi se osjećali smireno i samopouzdana kada se bavite ovim temama.

- Uložite vrijeme i trud u stvaranje **sigurnog okruženja** s jasnim dogovorom o načinu rada, uz dobro definirana ograničenjima i granice, s kojim su se svi složili.
- Osigurajte **predvidljivost, transparentnost i strukturu**. Unaprijed najavite o čemu će se razgovarati i dajte **upozorenja** za osjetljive teme. Dajte mladima mogućnost da napuste prostoriju bez potrebe da opravdaju svog izlazak.
- **Redovito pitajte mlade kako su**, kako u grupi kao način za početak i završetak sesije, tako i pojedinačno kada primijetite da je nekome očito previše ili je napustio prostoriju. Budite dostupni za naknadni razgovor ako je potrebno.
- Dajte im osjećaj **kontrole** nad tim što i koliko žele podijeliti. Ne prisiljavajte nekoga da podijeli svoje misli i emocije ako na to nije spreman\_a.
- Pobrinite se da se emocije i iskustva **vrednuju i poštuju**.
- **Pratite reakcije** (uznemirenosti ili nelagode) i prilagodite se prema tome. Primijetite kada su pred izlaskom iz svog prozora tolerancije.



- Pružite **informacije o mogućnosti za savjetovanje** i stručnu pomoć.
- **Završite s pozitivnom notom** osnaživanja.
- Napravite s mladima **vježbe stabilizacije** kako biste sebe i njih zadržali u prozoru tolerancije.

Vježbe stabilizacije obično aktiviraju različita tjelesna osjetila, poput vida, sluha, njuha, okusa i osjeta kože. Kada su osobe u stanju pretjerane pobuđenosti (iznad svog prozora tolerancije), glavni zadatak je smiriti njihov živčani sustav vježbama opuštanja. U slučaju hipoaktivacije, kada su osobe ispod prozora tolerancije, potrebno je aktivirati živčani sustav. Jednostavno bacanje lopte uokolo ili balansiranje na jednoj nozi često je dovoljno da ih vrati u njihov prozor tolerancije.



**#5**

**UMJETNOST I  
MASKULINITETI: IZNALAŽENJE  
DRUGIH NAČINA POSTOJANJA**

Linda Cerdeira, Tatiana Moura

[Centar za društvene studije]

Kako umjetnost može doprinijeti rekonstrukciji naših percepcija i iskustava rodne i društvene pravde?

Diskusije o rodnim normama i konstruktima te, posljedično, o maskulinitetima, zauzele su značajniji prostor u akademskim studijama i raspravama u posljednjih nekoliko desetljeća (Cotta i sur. (2021); Moura & Cerdeira (2021)). Međutim, budući da je akademska zajednica hijerarhijska i kruta u načinu na koji proizvodi znanje, nove strategije nadahnute kreativnim i eksperimentalnim praksama nisu samo poželjne, nego i prijeko potrebne. Potraga za inovativnim oblicima dijaloga i slušanja koji se temelje na brizi za mnogostrukost bića može otvoriti nove prostore za identitete i društvene prakse povezane s njima. To vodi pravednijem i brižnijem društvu koje promišlja i slavi različite izraze identiteta, prekidajući međugeneracijski prijenos nasilja koji se temelji na heteropatrijarhalnim i kolonijalnim socio-kulturnim konstrukcijama.

Na taj se način kreativni i umjetnički kapacitet, koji je organski prisutan u različitim društvima i kulturama, pozicionira kao potencijalno i bitno oruđe za širenje rasprava i mogućnosti društvene transformacije.

Umjetnost, na svojim višestrukim jezicima, kao sredstvo za društvenu transformaciju, promiče antihegemonističke narative u odnosu na trenutne normativne standarde i ponašanja. Novi putevi nastali kroz etički i politički angažiranu umjetnost pridonose teorijsko-praktičnom okviru s više mogućnosti za kolektivno djelovanje.

Kad govorimo o rodu ne možemo se ne dotaknuti tijela i subjektiviteta. U tom smislu, nemoguće je zanemariti rasprave o tijelu, načinu na koji

se ono izražava (osobito kroz umjetnost) i, posljedično, njegov utjecaj na očekivanja povezana s idejama o tome što znači “biti muškarac” ili “biti žena”.

Vizija Globalnog sjevera obezvrjeđuje umjetničke produkcije koje nastaju u različitim kontekstima unutar i na marginama, a nositelji moći odlučuju o tome koja je umjetnost “legitimna”, a koja nije. Politički, potvrđujemo predanost promišljanju rezultata kreativnih procesa osoba iz različitih rasnih, kulturnih i društvenih okruženja kao umjetničke produkcije. Važno je da tu produkciju ne folkloriziramo ili egzotiziramo u odnosu na ono što se shvaća kao hegemonijska umjetnost. Ova je vježba prvi korak prema prepoznavanju snage prisutne u umjetničkim diskursima i davanju vidljivosti ulozi koju imaju u društvenoj i kulturnoj produkciji.

Ovo poglavlje daje prikaz nekih od umjetničkih procesa provedenih u okviru projekta X-MEN. Projektni tim je na samom početku odlučio uključiti umjetnički pristup u programe rada s mladima u odgojnim zavodima (Portugal i Hrvatska) i migrantskim centrima (Španjolska). Osobiti je naglasak na uključivanju umjetničkih metodologija kao načina promišljanja roda i maskuliniteta, mjesta pripadanja, stereotipa i skrbi. Ovakav pristup dovodi do pluralnih, raznolikih i ilustrativnih diskursa te umjetničkih praksi koje diraju, pokreću, izazivaju nelagodu i čuđenje. Kao takve, imaju potencijal preobraziti i nadopuniti političke i aktivističke rasprave.

### **Što je s artivizmom?**

Artivizam, ujedinjujući umjetničku produkciju i društvenu promjenu, predstavlja odnos između umjetnosti i politike i promiče potencijal umjetnosti za mobilizaciju, otpor i subverziju. U tom smislu, umjetnost kao nositeljica društvene transformacije naziva se artivizmom. Kroz usmjerenost na društveni cilj također dolazi do umjetničkog raskida s onim što se smatra normativnim ili dominantnim. Imajući to na umu, “funkcije umjetnosti” unutar određenog društva mogu se razumjeti na

različite načine. Nužno je pomnije promatrati umjetničke produkcije skupina koje ne zauzimaju prostore moći u društvu i koje koriste umjetničke praske kako bi okupirale, denuncirale i/ili predstavile drugačiji povijesno-kulturni kontekst od dominantnog.

Umjetnost može biti alat za transformaciju kada se koristi za propitivanje opresivnih društvenih odnosa, rodnih stereotipa i promicanje nenasilja. Umjetnička produkcija može donijeti promjenu ukorijenjenih ideja, predstavljajući alternativne, brižnije modele bivanja posvećene pravednijem društvu. Umjetnost također može služiti kao metodologija za adresiranje problema na osobnoj razini (koji su često rezultat sistemskih i strukturalnih nepravdi) koji su teški, bolni i vode do inercije, a koji se mogu rješavati kreativnim tehnikama.

### **Artivističko iskustvo X-MEN-a**

U **Portugalu** se projekt X-MEN provodio u šest odgojnih zavoda i uključivao je umjetničke komponente u fazama istraživanja potreba i izravnog rada s mladima. U kontekstu istraživanja, etnofikcija – tehnika kreiranje priče temeljene na likovima sličnim mladima iz odgojnih zavoda – koristila se kako bi grupa potom mogla konstruirati kolektivne narative vrlo slične njihovima. U fazi intervencije korištena je ista tehnika, a temeljila se na kratkom animiranom filmu u tri priče pod naslovom “Kad se muškarci promijene”<sup>3</sup>. Mladi su bili podijeljeni u tri grupe, a svaka je dobila jednu animiranu priču. U početku su odgledali pola priče, a zatim su zajedno osmišljavali ostatak koji je na koncu usporedili s animiranom pričom. Rad na kreativnom pisanju, promišljanju i predstavljanju bliskih stvarnosti imao je vrlo pozitivne ishode za rasprave koje su uslijedile.

U sesiji na temu mjesta pripadanja, čiji je cilj bio dekonstruirati stereotipe o mjestima gdje žive, odakle dolaze i koja ih okružuju, od mladih smo zatražili da nacrtaju mjesto – bilo koje mjesto, ne nužno fizičko ili

---

3 Animirani film možete vidjeti na <https://www.youtube.com/watch?v=DXaFRrt-L70>.

geografsko – gdje osjećaju da pripadaju. Rezultat je bio povratak ugodnim sjećanjima, onome što je bilo dobro u tim mjestima, što u određenoj mjeri dekonstruirano mnogo toga što čuju o sebi i mjestima iz kojih dolaze.

Završni proces, nakon refleksivnih grupa sa sudionicima, rezultirao je vizualnom, zvučnom i dokumentarističkom intervencijom umjetnika Hamiltona Francisca - Babua. Babu je interpretirao životne putanje ovih mladih ljudi koji se, iz njegove perspektive, nalaze između mjesta. Tako je nastao naziv putujuće i *online* izložbe (Between Places) koja je dostupna javnosti, ali i svim mladima koji su sudjelovali u procesu.

U **Španjolskoj** je organizirana umjetnička intervencija kroz kreiranje hip-hop pjesme s dvije grupe mladih koji su sudjelovali u X-MEN radionicama u Sevilli. Hip-hop je bio uključen u intervenciju od samog početka ciklusa radionica budući da je mladima omiljen i dobro ga poznaju. Neke hip-hop pjesme korištene su u prvim sesijama kako bi se predstavile teme poput nasilja, maskuliniteta, skrbi i migracija. Korištenje poznate glazbe omiljenih umjetnika, poput Morada<sup>4</sup>, i drugih koje nisu poznavali kao što je Miss Raisa<sup>5</sup>, omogućilo je kreiranje dobre atmosfere, porast empatije, energije i pažnje. Rad na tekstovima pjesama otvorio je prostor za samorefleksiju i druge aktivnosti radionice.

U drugom dijelu intervencije, dvije sesije bile su posvećene stvaranju hip-hop pjesme, a u trećoj se pjesma snimala u profesionalnom studiju. U tom procesu, uz edukatora, sudjelovao je i hip-hop umjetnik kako bi se obrazovni dio integrirao s umjetničkim. Dvije grupe započele su rad na stihovima odgovarajući na pitanja: "Što biste rekli dječaku koji misli da je

---

4 Morad El Khattouti El Horami (Barcelona, 5. ožujka 1999.), španjolski je reper marokanskog podrijetla. Izvor inspiracije za svoje tekstove nalazi u iskustvima iz djetinjstva i adolescencije te načinu na koji je uspijevao preživjeti unatoč maloljetničkoj delinkvenciji i nepovoljnoj situaciji u kojoj je živio. U svojim pjesmama priča o epizodama koje je doživio na ulici, poput višestrukih zlostavljanja od strane policije.

5 Imane Raissali (rođena 1997.), profesionalno poznata kao Miss Raisa, također je španjolska reperica marokanskog podrijetla. Poznata je kao hip-hop umjetnica, a njezin glazbeni stil ističe se kontroverznim tekstovima koji polaze iz ženske perspektive i govore o rasizmu, religiji, rodu, slobodi izražavanja i integraciji.

bolji od drugih zbog svoje boje kože?” i “Što biste rekli dječaku koji misli da je superiorniji od žena jer je muškarac?” Nakon promišljanja, mladići su svoje odgovore podijelili s cijelom grupom, a hip-hop umjetnik je radio bilješke. Obje rasprave bile su vrlo bogate i fokusirane na rasizam i rodnu ravnopravnost.

U sljedećoj sesiji umjetnik je predstavio prijedlog stihova na temelju prethodnih diskusija, kao i instrumentalnu osnovu, a mladi su mogli vježbati, a potom i snimiti pjesme. Nakon toga je slijedila i izrada dva video spota s pjesmama i slikama mladih. Mladi su veoma cijenili ovo iskustvo – osjećali su se vrijednima i viđenima. Istovremeno, imali su priliku dobiti konkretan proizvod koji mogu pokazati svojim obiteljima i prijateljima s pozitivnom porukom o sebi, stvarajući tako kontranarativ u odnosu na ono što se obično pojavljuje u medijskom prostoru o maloljetnim migrantima bez pratnje.

Na sljedećim poveznicama možete pogledati video snimke pjesama:

- **¿Prejuicios a mí ? (2 min)**  
<https://www.youtube.com/watch?v=FZE2IJsMK-k>
- **Machi Rojola (No es de hombres) (3,25 min)**  
[https://youtu.be/4sqzy\\_8X938](https://youtu.be/4sqzy_8X938)

Umjetnička intervencija u **Hrvatskoj** odvijala se unutar dva odgojna zavoda (za djevojke i mladiće), angažirajući mlade ljude u niz transformativnih sesija. Te su sesije postale platforme za samoizražavanje, gdje su mladi imali priliku kanalizirati svoje misli i emocije u dirljivu pisanu riječ i pjesme.

Uz vodstvo, odgovarajući na različita pitanja o tome što osjećaju, čuju, vide i misle, ovi mladi ljudi pronašli su svoj glas kroz umjetnost, otkrivajući prostore u kojima njihova kreativnost može procvjetati. Nakon dvije sesije u svakoj ustanovi, prikupljen je izvrstan materijal koji su kreirali mladi ljudi. Štoviše, prepoznajući njihov interes za tetovaže i



tetoviranje, sesije su se proširile na istraživanje povijesnog i osobnog značaja tetovaže. Daljnje dvije sesije u obje ustanove organizirane su kako bi se stvorio prostor za umjetničko izražavanje uz vodstvo tattoo i uličnog umjetnika. Ova inicijativa osnažila ih je i omogućila im da osmisle vlastite umjetničke izričaje koji su potom integrirani na odjevne predmete. Nadopunjujući pisanu riječ, amalgam njihovih crteža bio je također temelj za tiskanje fanzina, koji je služio ne samo kao njihov ispušni ventil, već i kao alat za zagovaranje, noseći njihove glasove izvan zidova unutar kojih su zatvoreni.

Slično Portugalu i Španjolskoj, hrvatska strategija umjetničke intervencije spajala je kreativnost i introspekciju. Baš kao što je intervencija u Portugalu koristila etnofikciju za poticanje kolektivnih narativa, hrvatska je inicijativa potaknula mlade ljude da promišljaju o svojim iskustvima, konstruirajući priče koje odražavaju njihovu stvarnost. Nadalje, slično španjolskom pristupu korištenja hip-hopa za poticanje dijaloga, istraživanje tetovaža u Hrvatskoj poslužilo je kao medij za razgovore o identitetu, izražavanju i osobnim narativima. Ove intervencije nadilaze puki umjetnički izraz i postaju putevi za samorefleksiju, razbijanje stereotipa i poticanje smislenih rasprava o kritičnim osobnim i društvenim pitanjima. Kulminacija ovih sesija, utjelovljena u nosivu umjetnost, fanzin i izložbu u Hrvatskoj, dva video spota u Španjolskoj i izložbu u Portugalu, ne samo da služi kao svjedočanstvo njihove kreativne energije, već postaje zagovarački alat, upućujući na priče i perspektive ovih otpornih mladih ljudi.

### **Sve dok postoji cesta kojom se hoda**

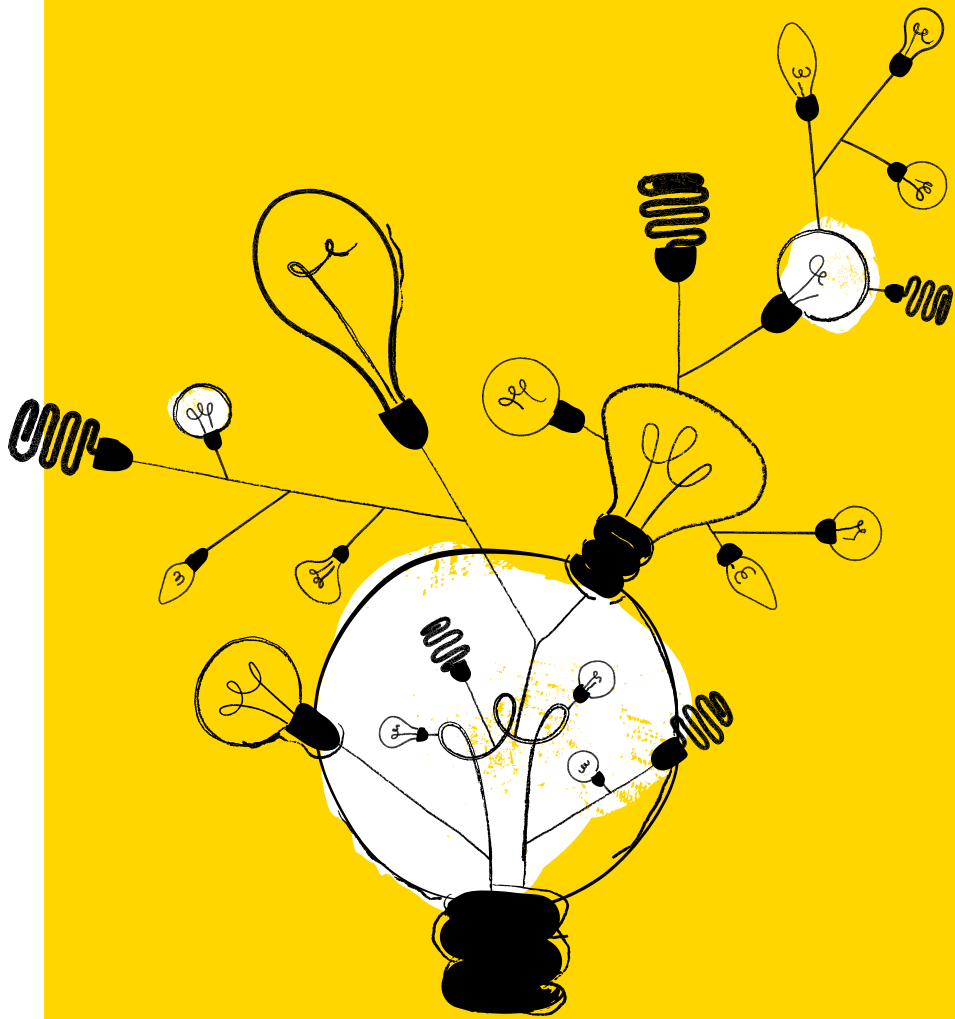
Svi umjetnički procesi koji transformiraju rodne norme vrte se oko kolektivnog kapaciteta za izgradnju identiteta kroz promišljanje o maskulinitetima, empatiji i nenasilju, a njihova ključna vrijednost je pažljivo oslušivanje želje da se transformiraju nejednaka društva i žive smisleni životi.

Postojimo kroz ono što komuniciramo, a umjetnost je moćan oblik

komunikacije, osobito za one koji nisu na pozicijama moći i obitavaju u prostorima na marginama. Preživljavamo, prije svega, zahvaljujući sposobnosti transformacije naše vizije svijeta u odnosu na opresivne strukture. To je kontinuirano nastojanje da se odmaknemo od dihotomnog pogleda na svijet.

Nužno je učiniti vidljivima produkcije mladih ljudi koji moraju probiti barijeru nevidljivosti kako bi uopće preživjeli. Odgovornost je društva u cjelini prepoznati potrebe određenih skupina mladih ljudi i osigurati im sigurne prostore za izražavanje i učenje kako bismo mogli učiniti vidljivima pozitivne modele maskuliniteta koji su sposobni transformirati budućnost.





#7

**PROGRAM X-MEN:  
RØDNO-TRANSFORMATIVNA  
METODØLOGIJA ZA RAD S  
MLADIMA U RIZIKU**

Elizabeta Matković

[Status M]

Intervencije su se odvijale u dva odgojna zavoda za mlade, u Turopolju za mladiće i Požegi za djevojke. U zavodu za mladiće intervencija je bila strateški strukturirana u tri skupine. Početna faza uključivala je dvije zatvorene grupe, potičući sigurno i povjerljivo okruženje. Međutim, posljednja skupina imala je otvoreni format, dajući sudionicima fleksibilnost ulaska i izlaska sukladno njihovim okolnostima. Ova prilagodba bila je nužna zbog praktičnih izazova održavanja stalne grupe zbog čimbenika kao što su napuštanje ustanove, suočavanje s različitim disciplinskim mjerama ili uživanje u privilegijama vikendom.

U zavodu za djevojke intervencija je imala sveobuhvatan pristup i uključivala je sve djevojke u ustanovi. Dinamiku ove grupe karakterizirao je odlazak nekih djevojaka prije završetka intervencije, dok su se druge pridružile sesijama u kasnijim fazama. Ova fluidnost u sastavu grupe dodala je jedinstvenu dimenziju intervenciji, a program je trajao duže tako da su sve uključene djevojke imale priliku učiti i mijenjati se.

Središnje mjesto u sesijama imalo je istraživanje transformacije rodni normi, s fokusom na muške rodne norme povezane s nasiljem i skrbi. Teme poput emocija, nasilja, empatije i skrbi secirane su kroz optiku roda. Sesije usredotočene na rod provele su se kasnije tijekom intervencije, obično oko četvrte ili pete sesije. Takav tajming je utemeljen na dijagnostičkoj studiji provedenoj u prvoj godini projekta, otkrivajući ukorijenjena tradicionalna uvjerenja mladih o rodu. Postupna integracija sesija usmjerenih na rod omogućila je mladima aktivniji i nijansiraniji angažman u ovim transformativnim raspravama.

## Evaluacija

Evaluacija intervencija slijedila je strukturiranu metodologiju pred- i post- testiranja. Dva primarna alata za procjenu koja su se koristila su GEM skala i vinjete:

- **GEM skala:** GEM skala služi kao baza za procjenu i izvedena je iz ranije provedene dijagnostičke studije. Sudionici su ispunili upitnik temeljen na GEM skali prije početka programa. Ova početna procjena obuhvaća njihove stavove i uvjerenja vezana uz rod, pružajući referentnu točku za mjerenje svih promjena nakon intervencije.
- **Vinjete:** Vinjete su druga sastavna komponenta procesa vrednovanja. Sudionici, mladići i djevojke u odgojnim zavodima, ispunjavali su vinjete tijekom prve sesije i ponovno neposredno prije izlaska iz ustanove. Vinjete predstavljaju hipotetske scenarije ili priče na koje sudionici reaguju. Proces nudi uvid u njihove perspektive, procese donošenja odluka i obrasce ponašanja.

S obzirom na to da je grupa koja je uključivala mladiće djelovala u otvorenom formatu, dopuštajući sudionicima ulazak i izlazak, prikupljanje podataka u fazi post-testiranja bilo je izazovno. Nije bilo moguće dobiti podatke iz faze post-testiranja na uobičajen način. Kako bi se osigurala objektivnost i nepristranost u procesu evaluacije, uveden je vanjski promatrač. Promatrač nije bio izravno uključen u provedbu programa, a njegov je zadatak bio prikupljanje podataka o utjecaju sesije, angažmanu sudionika i ukupnim ishodima.

Proces evaluacije uključivao je i kvantitativne i kvalitativne metode, s ciljem mjerenja promjena u stavovima, uvjerenjima i ponašanju u vezi s rodnim normama među sudionicima\_ama uključenim u intervencije. Korištenje validiranih skala i evaluacijskih metoda temeljenih na scenariju pruža sveobuhvatno razumijevanje učinkovitosti intervencija.

## Edukatori\_ice u odgojnim zavodima

Edukativne aktivnosti u odgojnim zavodima za mlade zahtijevaju nijansiran pristup i prisutnost miješanog edukatorskog para. Rad u paru edukatora i edukatorice omogućuje mladima da iz prve ruke vide i iskuse model žensko-mušskog odnosa temeljenog na međusobnom poštovanju, suradnji i zdravoj interakciji. Dinamika unutar edukatorskog para primjer je egalitarnog odnosa i nudi opipljivu demonstraciju suradnje i timskog rada. Ovo je ključno za mlade u odgojnim zavodima jer ih izlaže pozitivnim uzorima i potiče razumijevanje zdravih odnosa.

Miješani edukatorski parovi doprinose razbijanju rodnih stereotipa. Sudionici\_e imaju priliku uočiti da autoritet, vodstvo i podrška nisu isključivo vezani za određeni rod. Ovaj pristup propituje ustaljene predodžbe o rodnim ulogama, promičući inkluzivniju i egalitarniju perspektivu. Partnerstvo naglašava da su kompetencije i liderstvo svojstveni pojedincima, bez obzira na rod.

Mladi u odgojnim zavodima često imaju različite i kompleksne potrebe. Angažman edukatora\_ica različitih profesija, kao što su socijalni rad, psihologija ili socijalna pedagogija, povećava učinkovitost intervencije. Ova raznolikost donosi jedinstvene perspektive i vještine za adresiranje različitih aspekata dobrobiti sudionik\_ca, uključujući emocionalne, psihološke i društvene dimenzije. Edukatori\_ice s iskustvom u socijalnom radu, psihologiji ili socijalnoj pedagogiji imaju dublje razumijevanje obrazaca ponašanja i mogu se snaći u složenim iskustava mladih. Ovo znanje omogućuje empatičniji pristup rješavanju ključnih problema i omogućuje edukatorima\_cama da učinkovito prilagode intervencije. Kombinacija različitih profesija edukatora\_ice potiče multidisciplinarnu suradnju. Edukatori\_ice udružuju svoju ekspertizu kako bi kreirali sveobuhvatne i holističke intervencije. Ovaj suradnički pristup posebno je relevantan u odgojnim zavodima, gdje rješavanje različitih izazova zahtijeva raznolike pristupe.



## Struktura i trajanje sesija

- Najmanje 10 termina po grupi
- Svaka sesija traje 90 minuta
- Sesije se održavaju svaki tjedan ili svaka dva tjedna
- Sve sesije započinju uvodnom aktivnošću s asocijativnim kartama, a nekad se koriste i ledolomci
- Sve sesije završavaju aktivnošću koja potiče refleksiju i otpuštanje
- Prva i zadnja sesija su ujedno i evaluacijske sesije (GEM skala i vinjete)
- Jedna aktivnost radila se samo s mladićima zbog njihovih specifičnih potreba – Muškarci, spol i njega
- Jedna aktivnost radila se samo s mladim ženama zbog njihovih specifičnih potreba – Kviz o seksualnom i reproduktivnom zdravlju
- 4 umjetnička susreta



**PROGRAM X-MEN**

---

## UVODNE AKTIVNOSTI

### UVODNA AKTIVNOST

## OD PROŠLOG PUTA...

---

**CILJ** potaknuti dijeljenje i nastavak grupnog procesa

---

**TRAJANJE** 15 minuta

---

**MATERIJAL** špil asocijativnih karata

---

### OPIS

Postavite asocijativne karte ispred sudionika\_ca i pozovite ih da odaberu jednu do tri kartice uz pomoć kojih mogu opisati što im se dogodilo u životu od prošle radionice i kako se osjećaju u ovom trenutku. Objasnite im da karte same po sebi ne znače ništa i da su oni ti koji im daju značenje.

### UVODNA AKTIVNOST

## KAKO SE OSJEĆAM?

---

**CILJ**

- potaknuti razmišljanje o osjećajima
- razgovarati o načinu na koji ih sudionici\_e izražavaju i doživljavaju

---

**TRAJANJE** 15 minuta

---

**MATERIJAL** -

---

## OPIS

Sudionici\_e se okupljaju u krugu i naizmjenice izražavaju različite emocije kroz pokret, zvuk, grimasu i slično. Ostali sudionici pokušavaju identificirati specifičnu emociju koja se prikazuje. Osoba koja je točno identificirala emociju potom preuzima ulogu izražavanja sljedeće emocije. Usredotočite se na razlikovanje i označavanje različitih emocija, a u slučaju ponavljanja emocija, razgovarajte o tome kako se iste emocije mogu prenijeti na različite načine.

## UVODNA AKTIVNOST

# MOLEKULE

---

### CILJ

- jačati grupnu koheziju
  - podijeliti grupu u manje skupine
- 

### TRAJANJE

5 minuta

---

### MATERIJAL

glazba

---

## OPIS

Pomaknite stolice i stolove na rub prostorije. Pustite glazbu i potaknite sudionike\_ce da se slobodno kreću. Uputite ih da zamisle da su atomi i da moraju stvoriti male skupine – molekule – određene veličine. Najavite broj, na primjer pet (5), i pauzirajte glazbu. Pojedinci koji ne mogu formirati molekulu s određenim brojem atoma tijekom te runde čekaju sljedeći pokušaj. Ponovite ovaj postupak nekoliko puta, određujući broj dok se svi uspješno ne sastave u molekulu.

## UVODNA AKTIVNOST

# PREPREKE

---

**CILJ** unaprijediti komunikaciju, povjerenje i timski rad među sudionicima\_ama

---

**TRAJANJE** 15 minuta

---

**MATERIJAL**

- šalovi
- kutija
- stolice
- druge prepreke

---

### OPIS

Sudionici\_e se raspoređuju u parove, a jedna osoba u svakom paru ima povez na očima. Nakon što se polovici sudionika zavežu oči, razne prepreke (kao što su lopta, stolica, stol, kutija itd.) postave se po prostoru. Partner\_ica koji vidi vodi svog kolegu\_icu s povezom na očima kroz prostor i brine se da se kreću bez sudaranja s preprekama. Nakon nekog vremena, voditelj\_ica daje upute parovima da zamijene uloge, a kad druga osoba stavi povez na očima, voditelj\_ica preuređuje raspored prepreka. Na kraju, sudionici\_e raspravljaju o svojim emocijama i iskustvima u aktivnosti koja zahtjeva povjerenje da će ih netko drugi voditi i brinuti se o njima.

---

# GLAVNE AKTIVNOSTI

## SESIJA 1

### UVOD I IZGRADNJA GRUPE

---

- CILJ**
- stvoriti pozitivno i uključivo ozračje, upoznati sudionike s edukatorima\_ama, organizacijom i projektom
  - izgraditi veze među sudionicima\_ama
- 

**TRAJANJE** 90 minuta

---

- MATERIJAL**
- mekana lopta
  - veliki listovi papira ili *flipchart* papiri
  - markeri
  - samoljepljivi papirići ili kartice
  - vinjete (scenariji za aktivnost rješavanja problema)
- 

#### OPIS

Edukatori\_ce se predstavljaju i daju kratak pregled svojih uloga i organizacije. Prikazan je pregled projekta i njegovih ciljeva, postavljajući kontekst za nadolazeće sesije.

Sudionici\_e stoje u krugu, a mekana lopta se dodaje od jednog do drugog sudionika\_ce. Svaki sudionik\_ca koji uhvati loptu predstavi se, kaže koliko ima godina i spomene aktivnost ili hobi u kojem uživa. Lopta nastavlja kružiti dok svi ne dođu na red.

Objasnite sudionicima\_ama da će izraditi mapu fizički se pozicionirajući

u prostoru na temelju mjesta odakle dolaze. Pokažite mjesto u prostoru koje predstavlja grad u kojem se ustanova nalazi, a sudionici\_e bi se trebali pozicionirati u skladu s tim. Svaki sudionik\_ca objašnjava svoju poziciju na karti, a prilagodbe se mogu napraviti zajednički.

Edukatori\_ce započinju razgovor o grupnim normama i očekivanjima. Grupni dogovor se napiše na *flipchart* papiru i bit će vidljiv na svakoj sesiji. Sudionici\_e daju ideje za grupni dogovor, raspravljajući o tome kako žele komunicirati, surađivati i podržavati jedni druge. Svi sudionici\_e i edukatori\_ce zatim se potpisuju na grupni ugovor.

Objasnite sudionicima\_ama da sljedeća aktivnost ima za cilj ustanoviti hoće li se njihovi odgovori promijeniti nakon sudjelovanja u sesijama. Sudionici\_e dobivaju vinjete s različitim scenarijima ili situacijama. Pojedinačno ili u paru raspravljaju i za svaki scenarij zapisuju tri moguća rješenja te zaokružuju ono za koje misle da je najbolje. Grupe dijele svoja rješenja, a veća grupa raspravlja o rješenjima za svaku vinjetu.

## SESIJA 2

# IZRAZI SE

---

- CILJ**
- potaknuti sudionike\_ce na razmišljanje o vlastitim osjećajima i njihovo izražavanje
  - prepoznati poteškoće s kojima se mladi susreću pri izražavanju određenih osjećaja
  - prepoznati posljedice neizražavanja osjećaja
- 

**TRAJANJE** 45 minuta

---

- MATERIJAL**
- *flipchart* papir
  - markeri
  - samoljepljivi papirići
- 

### OPIS

Nacrtajte pet stupaca na *flipchart* papiru i napišite sljedeće osjećaje kao naslove: strah, ljubav, tuga, sreća i ljutnja. U nastavku se nalazi primjer tabele pa je moguće vidjeti kako riječi trebaju biti raspoređene i rangirane. Zatim objasnite sudionicima\_ama da su to osjećaji o kojima će se raspravljati tijekom ove aktivnosti i zamolite ih da razmisle o tome koliko je mladima i djevojkama lako ili teško izraziti te osjećaje. Objasnite sudionicima\_ama što svaka emocija znači. Dajte svakom sudioniku\_ci pet samoljepljivih papirića i zamolite ih da napišu broj od 1 do 5 na svaki papirić. Potaknite ih da razmisle o tome koje osjećaje na *flipchart* papiru izražavaju s lakoćom ili s poteškoćama i zamolite ih da ih rangiraju odgovarajući stupac na *flipchart* papiru. Na primjer: “Stavite broj jedan (1) uz osjećaj koji vam je najlakše izraziti, a broj pet (5) uz osjećaj koji vam je najteže izraziti.” Kada su sudionici\_e završili s rangiranjem svojih osjećaja, zbrojite sve ocjene u svakom stupcu i zapišite ukupni rezultat na dnu svakog stupca (vidi primjer). Zaključite da, kao grupa, najlakše



izražavamo osjećaj s najmanjim zbrojem, a najteže s najvećim zbrojem. Ako radite s mješovitom grupom mladića i djevojaka, pripremite dva *flipchart* papira s pet stupaca osjećaja napisanih na svakom papiru. Neka mladići rangiraju svoje osjećaje na jednom papiru, a djevojke na drugom. Zbrojite rezultate u svakom stupcu u obje tabele i usporedite razlike sa sudionicima\_ama. Za početak rasprave upotrijebite sljedeća pitanja:

- Jeste li otkrili nešto novo o sebi iz ove aktivnosti?
- Zašto je nekima lakše neke osjećaje pokazati, a druge potisnuti?
- Koje su posljedice potiskivanja osjećaja?
- Postoje li razlike u načinu na koji muškarci i žene izražavaju svoje osjećaje? Koje su razlike?
- Zašto muškarci i žene izražavaju svoje osjećaje na različite načine? Kako vršnjaci, obitelj, zajednica, mediji itd. utječu na to kako muškarci i žene izražavaju osjećaje?
- Kako način na koji izražavamo svoje osjećaje utječe na naše odnose s drugim ljudima (partnerima, obitelji, prijateljima itd.)?
- Je li lakše ili teže izraziti određene osjećaje prema vršnjacima? Prema obitelji? Prema intimnim partnerima\_cama?
- Zašto su osjećaji važni? Navedite primjere, ako je potrebno: “Strah nam pomaže u opasnim situacijama; ljutnja nam pomaže da se obranimo.” Također, zamolite sudionike\_ce da daju neke svoje primjere.
- Što mislite, na koji način otvorenije izražavanje osjećaja može utjecati na vašu dobrobit ili na vaše odnose s drugim ljudima (romantični partneri, obitelj, prijatelji itd.)?
- Što možete učiniti da otvorenije izrazite svoje osjećaje? Kako možete biti fleksibilniji u izražavanju onoga što osjećate?

Završite sa sljedećim: Emocije se mogu shvatiti kao vrsta energije koja vam omogućuje da prepoznate i riješite ono što vas tišti ili muči. Različite emocije, u biti, su odraz različitih potreba i korisno je naučiti kako se snalaziti i upravljati svim svojim emocijama koje se pojavljuju u vašem životu. Izražavanje svojih emocija na način koji ne šteti drugima pridonosi vašoj osobnoj snazi i poboljšava vašu sposobnost povezivanja sa svijetom oko vas. Izražavanje emocija razlikuje se od osobe do osobe, no važno je prepoznati određene sličnosti na koje posebno utječe način na koji se dječaci i djevojčice odgajaju. Na primjer, društvene norme često potiču mladiće da prikriju osjećaje straha, tuge, nježnosti, dok ponekad svoj bijes i ljutnju izražavaju kroz nasilje. Iako pojedinci nisu odgovorni za doživljavanje određenih emocija, odgovorni su za način na koji odluče izraziti te emocije. Bitno je razlikovati doživljaj emocija i ono što poduzimamo kao odgovor na te emocije. Cilj je pronaći konstruktivne oblike izražavanja emocija kojima se izbjegava nanošenje štete sebi ili drugima.

STRAH	LJUBAV	TUGA	SREĆA	LJUTNJA
(unesite ukupni zbroj ocjena na kraju)	(unesite ukupni zbroj ocjena na kraju)	(unesite ukupni zbroj ocjena na kraju)	(unesite ukupni zbroj ocjena na kraju)	(unesite ukupni zbroj ocjena na kraju)

## SESIJA 3

# EMOCIJE I TIJELO

---

### CILJ

- razvijati emocionalni vokabular
  - bolje razumjeti i prepoznati vlastite emocije
- 

### TRAJANJE

60 minuta

---

### MATERIJAL

- veliki papir (po mogućnosti papirna rola)
  - markeri i pribor za crtanje
- 

### OPIS

Sudionici\_e se raspoređuju u parove, a njihov prvi zadatak je leći na komad papira izrezanom na njihovu veličinu. Jedan sudionik\_a u paru mora ocrtati oblik svog partnera\_ice na papiru. Nakon toga se izmjene, a potom svaki sudionik\_ca mora pronaći mjesto u sobi gdje može crtati. Sudionici\_e moraju nacrtati različite emocije prema tome gdje ih u tijelu osjećaju. Posao voditelja\_ice je ispričati i opisati emocije, jednu po jednu, sudionicima\_ama kako bi ih mogli nacrtati. Dajte im dovoljno vremena između svake emocije kako bi imali dovoljno vremena za razmišljanje o tim emocijama i njihovom utjecaju na njih. Koristite šest univerzalnih emocija (sreća, strah, tuga, ljutnja, iznenađenje, gađenje), kao i druge koje smatrate važnima za svoju grupu (kao što su tjeskoba, ljubav, radost...). Nakon što završe svoje crteže, sudionici\_e ih predstavljaju i objašnjavaju kako doživljavaju svaku emociju. Neka pronađu sličnosti među svojim crtežima. Vodite ih kroz raspravu o tome koja od tih emocija ima najveći utjecaj na njih i kako se s njima nose. Također im objasnite da postoje veze između emocija i naše biologije, kao i činjenicu da su neke emocije koje “preuzimaju kontrolu” nad našim tijelima evolucijski važne jer su služile svrsi u našem preživljavanju (poput straha). Također naglasite da su sve emocije savršeno prirodne i ne postoje ispravne ili pogrešne emocije ili ispravan ili pogrešan način osjećanja, te da ih svi osjećamo.

## SESIJA 4

# ŠTO ČINIM KAD SAM LJUT\_A?

---

**CILJ:** naučiti kako izraziti ljutnju i bijes bez upotrebe nasilja

---

**TRAJANJE:** 45 minuta

---

**MATERIJAL:**

- *flipchart* papir
- markeri

---

### OPIS

Ova jednostavna vježba uglavnom se temelji na raspravi. Sudionici\_e su najprije pozvani da razgovaraju o tome kako doživljavaju ljutnju i što misle koja je njena svrha. Rasprava je usmjerena na to kako reagiraju kada su ljuti, uz davanje primjera situacija u kojima su bili ljuti i reagirali na taj način. Sve njihove reakcije zatim se zapisuju na jednoj (lijevoj) strani *flipchart* papira u stupcu “kako reagiram kad sam ljut”. Nakon toga, pozvani su objasniti kakve su bile posljedice njihovih reakcija u tim situacijama i promisliti o njima. Usmjerite ih da razmisle o drugim načinima na koje su mogli izraziti svoj bijes i riješiti tu situaciju drugačije. Zatim označite drugu kolonu “kako mogu izraziti svoju ljutnju” s desne strane *flipchart* papira. Neka sudionici\_e odaberu, iz svojih reakcija i prethodnih ideja, koji su prikladniji načini izražavanja ljutnje kojima se ne šteti ni sebi ni drugima. Dajte im i nekoliko primjera i ideja. Na kraju ćete imati poster koji sudionici\_e mogu fotografirati ili ostaviti u zajedničkoj prostoriji da se podsjete na načina regulacije ljutnje o kojima nisu razmišljali.

## SESIJA 5

# ZAKORAČI U KREATIVNO PISANJE

---

**CILJ:** osnažiti sudionike\_ce da se izraze kroz pisanje te istraže svoje misli, osjećaje i iskustva u podržavajućem i vođenom procesu

---

**TRAJANJE:** 75 minuta

---

**MATERIJAL:**

- papiri
- olovke

---

### OPIS

Aktivnost je namijenjena potpunim početnicima, odnosno osobama bez prethodnog iskustva u kreativnom pisanju. Sudionici\_e bez iskustva u kreativnom pisanju mogu se aktivno uključiti u proces i pridonijeti stvaranju konačnog proizvoda – kratke pjesme. Radionica se sastoji od kratkih pismenih zadataka, uz korištenje rekvizita kao što su olovke s porukom, kockice za pripovijedanje, fotografije i svakodnevni predmeti. Ovi rekviziti i zadaci potiču maštu sudionika\_ca i suradnju kroz grupni rad i rad u paru. Radionica podučava osnove stvaranja književnog teksta kroz igru i metodu oluje ideja – usredotočujući se na likove, karakterizaciju likova, radnju i rasplet. S obzirom na naglasak na grupnom radu i suradnji, na radionici mogu sudjelovati i nepismeni pojedinci. Zadatak je napisati pjesmu koja nastaje iz malih dijelova. Sudionici\_e je trebaju napisati prema uputama voditelja\_ice, odgovarajući na pitanja poput “što je moj najveći uspjeh?” i “koji je moj najveći strah?”. Pružite sudionicima\_ama podršku tijekom cijele aktivnosti idejama i vodstvom. Kada sudionici\_e završe svoje zadatke, pozovite ih da podijele ono što su napisali. Sesijski završava razmišljanjem o kreativnom putovanju.

## SESIJA 6

# ZAKORAČI U KREATIVNO PISANJE 2

---

**CILJ:** osnažiti sudionike\_ce da se izraze kroz pisanje te istraže svoje misli, osjećaje i iskustva u podržavajućem i vođenom procesu

---

**TRAJANJE:** 75 minuta

---

**MATERIJAL:**

- papiri
- olovke

---

### OPIS

Aktivnost je namijenjena potpunim početnicima, odnosno osobama bez prethodnog iskustva u kreativnom pisanju. Sudionici\_e bez iskustva u kreativnom pisanju mogu se aktivno uključiti u proces i pridonijeti stvaranju konačnog proizvoda – kratke pjesme. Radionica se sastoji od kratkih pismenih zadataka, uz korištenje rekvizita kao što su olovke s porukom, kockice za pripovijedanje, fotografije i svakodnevni predmeti. Ovi rekviziti i zadaci potiču maštu sudionika\_ca i suradnju kroz grupni rad i rad u paru. Radionica podučava osnove stvaranja književnog teksta kroz igru i metodu oluje ideja – usredotočujući se na likove, karakterizaciju likova, radnju i rasplet. S obzirom na naglasak na grupnom radu i suradnji, na radionici mogu sudjelovati i nepismeni pojedinci. Zadatak je napisati pjesmu koja nastaje iz malih dijelova. Sudionici\_e je trebaju napisati prema uputama voditelja\_ice da napišu koje boje vide, odaberu jednu boju, na što ih ta boja podsjeća i kako se osjećaju kad vide tu boju. Pružite sudionicima\_ama podršku tijekom cijele aktivnosti idejama i vodstvom. Kada sudionici\_e završe svoje zadatke, pozovite ih da podijele ono što su napisali. Sesija završava razmišljanjem o kreativnom putovanju.

## SESIJA 7A

# MUŠKARCI, ROD I BRIGA – RADIONICA S MLADIĆIMA

---

**CILJ:** podići razinu svijesti o tome kako se odgajaju mladići i o zdravstvenim rizicima s kojima se suočavaju

---

**TRAJANJE:** 45 minuta

---

**MATERIJAL:** A4 papiri

---

### OPIS

Ova je aktivnost inspirirana Programom M. Pomaknite sve stolice i stolove na rub prostorije. Na jedan zid naljepite A4 papir s natpisom “žene”, a na nasuprotni papir s natpisom “muškarci”. Objasnite grupi da ćete pročitati niz pitanja i da postoje četiri moguća odgovora na svako pitanje: “muškarci”, “žene”, “oboje” ili “ne znam”. Zamolite sudionike da se nakon svakog pitanja pozicioniraju u prostoriji prema odgovoru za koji misle da je točan. Ako misle da je točan odgovor “žene”, idu na stranu gdje je zalijepljen papir s tom riječju, ako misle da je točan odgovor “muškarci”, stat će na stranu gdje je zalijepljen taj papir, ako misle da je odgovor “oboje”, ili ako ne znaju odgovor, stat će u sredinu. Nakon što pročitate svako pitanje i kada se svi pozicioniraju u prostoriji, pitajte barem jednu osobu iz svake grupe odgovora za mišljenje o tome zašto su odabrali baš taj odgovor ili zašto misle da je taj odgovor točan. Objasnite da ljudi mogu imati različita mišljenja na temelju svojih ideja ili prethodnih iskustava i naglasite da je normalno imati različita mišljenja.

Pročitajte pitanja:

- Tko živi kraće?



- Tko će vjerojatnije umrijeti kao žrtva ubojstva?
- Tko ima veću vjerojatnost da će poginuti u prometnoj nesreći?
- Tko će vjerojatnije počiniti samoubojstvo?
- Tko će vjerojatnije konzumirati alkohol i opijati se?
- Tko ima veću vjerojatnost da će umrijeti zbog predoziranja (prekomjerne upotrebe narkotika)?
- Tko će u manjoj mjeri tražiti liječničku pomoć?

Nakon što pročitate sva pitanja i komentirate odgovore, objasnite im da je točan odgovor na svako pitanje “muškarci”. Prođite kroz svako pitanje pojedinačno i iznesite statistiku navedenu u dodatnom materijalu. Koristite sljedeća pitanja za raspravu:

- Kako to da muškarci češće ginu u prometnim nesrećama?
- Što mislite zašto muškarci manje mare za svoje zdravlje?
- Vidite li ove obrasce rizičnog ponašanja među muškarcima u svom okruženju?
- Kakva je veza između tih rizika i načina na koji se dječake odgaja? (Možete ih podsjetiti na prethodni razgovor i poruke koje djevojčice i dječaci čuju tijekom odrastanja)
- Što možete učiniti da smanjite rizike u svojim životima?

Zaključite sa sljedećim: Mnoge smrti muškaraca proizlaze iz samodestruktivnog načina života koji vode mnogi muškarci. Globalno gledano, muškarci se suočavaju s društvenim pritiscima koji ih guraju prema određenim ponašanjima, uključujući sklonost preuzimanju rizika i ispoljavanje agresije ili nasilja u svojim interakcijama – postupcima koji predstavljaju rizik za njih same i njihove partnere\_ice. Za mladiće je ključno da kritički procijene svoje životne stilove i rizična ponašanja. Dok su neki možda odrasli s očekivanjima da budu samouvjereni i da ne brinu o

zdravlju, bitno je prepoznati važnost otvorenog razgovora o problemima i traženja podrške kako bi se zaštitili od negativnih zdravstvenih ishoda kao što su zlouporaba supstanci, rizična seksualna ponašanja i sklonost nasilju. Propitujući te norme kroz kritičko promišljanje, muškarci mogu shvatiti da zdravlje nije isključivo nešto za što se brinu žene; umjesto toga, bitno je da muškarci daju prednost svojoj dobrobiti i nauče kako se bolje brinuti o sebi i svom zdravlju.

## SESIJA 7B

# KVIZ O SEKSUALNOM I REPRODUKTIVNOM ZDRAVLJU – RADIONICA S DJEVOJKAMA

---

**CILJ** pružiti sudionicama sveobuhvatne i točne informacije o seksualnom i reproduktivnom zdravlju

---

**TRAJANJE** 45 minuta

---

**MATERIJAL**

- pitanja i odgovori
- nagrada (grickalice)

---

### OPIS

Obavijestite sudionice da će sudjelovati u kvizu, a pobjednica će dobiti nagradu. Pobrinite se da nagrada bude nešto što može podijeliti s drugim sudionicama, poput grickalica. Obavijestite sudionice da za odgovor na pitanje moraju podići ruku. Osoba koja prva podigne ruku prva će odgovarati. Moguće je odgovoriti na pitanje tek nakon što ga pročitate. Za svaki navedeni odgovor pitajte obrazloženje odgovora i gdje su sudionice dobile tu informaciju. Također otvorite prostor za raspravu.

Postavite sljedeća pitanja:

1. Što je klitoris?
2. Kako izgleda ginekološki pregled?
3. Koliko može trajati menstruacija?
4. Kako se zaštititi od neželjene trudnoće?
5. Nemoguće je zatrudnjeti ako muškarac prekine seksualni odnos prije ejakulacije. (točno/netočno)

6. Samo osobe s više partnera\_ica mogu dobiti spolno prenosive infekcije. (točno/netočno)
7. Prvi ginekološki pregled obavlja se nakon prvog seksualnog odnosa. (točno/netočno)
8. Kontracepcijske pilule su najsigurniji način zaštite od neželjene trudnoće. (točno/netočno)
9. Normalno je da muškarac ponekad ne može postići erekciju. (točno/netočno)
10. Zaštita od spolno prenosivih infekcija moguća je samo kondomom. (točno/netočno)

Točni odgovori:

1. Klitoris je mali organ smješten iznad vaginalnog otvora kod žena. Igra ključnu ulogu u ženskom seksualnom uzbuđenju, povećavajući se i postajući osjetljiv tijekom stimulacije.
2. Najbolje vrijeme za ginekološki pregled je prva faza ciklusa, između 6. do 12. dana od početka menstruacije. Preporučljivo je nositi udobnu odjeću, po mogućnosti suknju za lakše kretanje od prostora za presvlačenje do ginekološkog stola. Pregled obično uključuje pregled unutarnjih reproduktivnih organa žene, uključujući cerviks, uzimanje brisa, palpaciju jajnika i maternice, a ponekad i korištenje speculuma za otvaranje vagine radi boljeg pregleda.
3. Menstruacija obično traje od 2 do 7 dana, ali to može varirati.
4. Postoji nekoliko metoda zaštite od neželjene trudnoće, uključujući kontracepcijsku pilulu, kondom, ženski kondom (femidom) i dijafragmu.
5. Netočno. Čak i prije ejakulacije, spermatozoidi mogu biti prisutni u spermi, što povećava rizik od trudnoće.
6. Netočno. Spolno prenosive infekcije mogu se prenijeti čak i kod osoba koje imaju samo jednog seksualnog partnera\_icu. Korištenje kondoma smanjuje rizik od spolno prenosivih infekcija.

7. Netočno. Prvi ginekološki pregled preporučuje se tijekom adolescencije, prije prvog seksualnog odnosa, kako bi se dobile informacije o prevenciji i ostali savjeti o seksualnom zdravlju. Također je poželjno otići na pregled nakon prvog seksualnog odnosa, ako su menstruacije neredovite ili ako postoji sumnja na infekciju.
8. Netočno. Iako je učinkovita kada se pravilno koristi, nijedna metoda nije potpuno bez rizika. Kontracepcijske pilule jedna su od najsigurnijih metoda kada se pravilno koriste. Tipična stopa učinkovitosti kontracepcijskih pilula može biti veća od 99%, ali ključno je uzimati ih svaki dan u isto vrijeme.
9. Točno. Povremeni problemi s erekcijom nisu neuobičajeni i obično nisu razlog za brigu. Međutim, ako problemi postanu učestali, bilo bi korisno konzultirati se s liječnikom.
10. Netočno. Dok kondomi pružaju učinkovitu zaštitu, druge metode i redoviti liječnički pregledi ključni su za održavanje seksualnog i reproduktivnog zdravlja.

## SESIJA 8

# RODNA UTRKA RIJEČI

---

### CILJ

- potaknuti razumijevanje razlike između spola i roda
  - kritički razmišljati o rodnim ulogama i socijalizaciji muškaraca i žena
  - identificirati čimbenike koji utječu na rodne uloge
- 

### TRAJANJE

60 minuta

---

### MATERIJAL

- dva *flipchart* papira
  - ljepljiva traka
  - markeri u boji
  - samoljepljivi papirići
- 

### OPIS

Predložena aktivnost temelji se na sličnoj radionici iz Programa Y+ i programa EquiTeens i inspirirana je projektom IMAGINE. Uklonite sve stolice i stolove kako biste oslobodili prednji i stražnji dio prostorije za dvije grupe. Zalijepite *flipchart* papire na prednji zid i označite ih samoljepljivim papirima, jedan riječju “muškarac”, a drugi “žena”. Prijedlog je da ružičastim ili crvenim markerom napišete riječ “muškarac”, a crnim ili plavim markerom riječ “žena”. Nacrtajte veliki krug u sredini papira ispod samoljepljivog papira s riječju “muškarac”. Nacrtajte veliki kvadrat u sredini papira ispod samoljepljivog papira s riječju “žena”. Na 1-2 metra od zida na pod zalijepite traku koja će označavati startni položaj. Pozovite prvu grupu da stane u red ispred postera s riječju “žena”, a drugu grupu ispred postera s riječju “muškarac”. Prije početka igre naglasite sudionicima\_ama da vode računa o sebi, drugima i prostoru,

kako ne bi ozlijedili sebe ili druge i oštetili prostor. Naglasite da je u redu ako netko ne želi sudjelovati. Pozovite tu osobu da izrazi svoje komentare ili mišljenja kasnije u procesu. Zamolite sudionike\_ce da unutar kruga ili kvadrata napišu pojmove koji se odnose na riječ “muškarac” ili “žena”. Postavite tajmer na 90 sekundi. Recite sudionicima\_ama da imaju 90 sekundi da jedan po jedan pišu svoju asocijaciju na poster, zatim dodaju marker osobi iza njih i vrate se na kraj reda. Neka sudionici\_e znaju da nijedna riječ nije zabranjena, samo trebaju napisati prvu stvar koja im padne na pamet. Pobjeđuje tim s najviše napisanih (različitih) riječi na posteru. Ako tijekom igre primijetite da su sudionici\_e jako usredotočeni samo na jedan aspekt života žena ili muškaraca, pomozite im tako da ih uputite da napišu nešto vezano uz izgled ili odijevanje, ponašanje ili zanimanja itd. Nakon što utrka završi, zamijenite mjesta samoljepljivih papirića. Odvojite nekoliko minuta da pregledate popis riječi sudionika\_ca. Prođite kroz neke riječi i postavite sljedeća pitanja:

- Što primjećujete kod riječi na posteru “muškarac”? Postoje li riječi koje se odnose samo na muškarce?
- Što primjećujete kada gledate riječi na posteru “žena”? Postoje li riječi koje se odnose samo na žene?
- Koja je razlika između popisa za muškarce i popisa za žene? Zašto su neke riječi na jednoj strani, a ne na drugoj?
- Nakon što prođete kroz sve riječi na popisima, objasnite da je spol biološka odrednica – rađamo se s muškim ili ženskim reproduktivnim organima i hormonima. Rod predstavlja način na koji smo socijalizirani – odnosno način na koji se naši stavovi, ponašanje i očekivanja formiraju na temelju onoga što društvo povezuje sa ženama ili muškarcima. Objasnite sudionicima\_ama da postoje osobe koje su interspolne i da po rođenju nisu jednoznačno muškarci ili žene te da postoje transrodne osobe čiji se rodni identitet razlikuje od onoga pripisanog pri rođenju.
- Ima li muškaraca koji odgovaraju svim riječima (karakteristikama i kvalitetama) na posteru za muškarce? Postoje li žene koje odgovaraju svim riječima na posteru za žene?

- Što dovodi do takvih podjela?
- Mislite li da se muškarce i žene odgaja na isti način? Koje poruke tijekom odrastanja čuju dječaci, a koje djevojčice?
- Naglasite da ti stereotipi mogu biti štetni kako za pojedinca tako i za društvo u cjelini. To nas stavlja u okvire i ograničava naše životne izbore, što može dovesti do većih problema (nedostatak emocija, psihički problemi, isključenost...).
- Postavite im pitanje o tome što se događa ako muškarac nije nešto zapisano na popisu. Na primjer, ako muškarac nije hrabar, kako se naziva? Napišite ta pogrdna imena drugom bojom izvan okvira.
- Što se događa ako žena nije nešto zapisano na popisu? Napišite te pogrdne nazive drugom bojom izvan okvira.
- Objasnite da se nasilje, fizičko i psihičko, često koristi kao pritisak da se prilagodimo rodnim normama (popisu u okvirima).

Zaključite radionicu sa sljedećim: Primamo poruke od naših obitelji, medija i društva o tome kako se trebamo ponašati kao muškarci i kako se trebamo odnositi prema ženama i drugim muškarcima. Takve poruke od malih nogu primaju i djevojčice i žene. Važno je razumjeti da, iako postoje razlike između muškaraca i žena, mnoge od tih razlika su društveni konstrukti i one nisu sastavni dio naše prirode ili biologije. Unatoč tome, te razlike imaju golemi utjecaj na svakodnevni život muškaraca i žena i međusobne odnose.



## SESIJA 9

# PONAŠAJ SE KAO ŽENA, PONAŠAJ SE KAO MUŠKARAC

---

**CILJ** razumjeti kako rodne norme utječu na živote muškaraca i žena

---

**TRAJANJE** 45 minuta

---

**MATERIJAL**

- *flipchart* papiri
- marker

---

### OPIS

Podsjetite sudionike\_ce da ste tijekom prethodnih radionica govorili o razlikama između spola i roda. Rod, kao skup nepisanih društvenih pravila ili očekivanih normi o ulogama, odgovornostima i ponašanju muškaraca i žena. Objasnite kako će ova radionica otvoriti razgovor o tome što znači biti muškarac, a što znači biti žena te kako se uče i usvajaju ova pravila. Podijelite sudionike\_ce u dvije manje grupe, svakoj dodijelite *flipchart* papir s naslovima “Ponašaj se kao žena” ili “Ponašaj se kao muškarac”. Zadatak svake grupe je raspraviti i zabilježiti društvena očekivanja, detaljno navodeći kakve poruke žene, djevojčice, muškarci i dječaci obično slušaju i što se od njih očekuje u smislu ponašanja, osjećaja i izražavanja. Nakon zadatka, potaknite raspravu o usporedbi onoga što je napisano za dječake i muškarce, kao i djevojčice i žene. Sudionicima\_ana se postavite sljedeća pitanja:

- Koje su sličnosti i razlike?
- Koje bi poruke potencijalno mogle biti štetne i zašto?
- Koje bi druge poruke ili uvjerenja mogla postojati u društvu koje potiče stereotipe o muškarcima i ženama? Kako te poruke mogu utjecati na pojedince?

- Kako stereotipi o rodnim ulogama utječu na mentalno zdravlje muškaraca i žena? Kako društveni pritisak da se pridržavate određenih uloga može pridonijeti stresu?
- Možete li navesti primjere konkretnih situacija u kojima su se žene ili muškarci osjećali ograničeni rodnim očekivanjima? Kako su te situacije utjecale na njihove živote i odnose?
- Kako mediji oblikuju i održavaju stereotipe o muškarcima i ženama? Koje su odgovornosti medija u promicanju rodne ravnopravnosti?

**Zaključite sa sljedećim:** Da bismo razumjeli kako društveni standardi diktiraju različita očekivana ponašanja za muškarce i žene, moramo biti svjesni postojanja rodnih normi. Ove norme ocrtavaju ono što se smatra tipičnim ili očekivanim u kontekstu uvjerenja, razmišljanja, emocija i ponašanja za muškarce i žene. Međutim, ispunjavanje ovih normi često može ograničiti pojedince unutar okvira “Ponašaj se kao muškarac” ili “Ponašaj se kao žena/dama”, što utječe na njihove izbore, zdravlje i odnose.

## SESIJA 10

# KAKAV MUŠKARAC/ŽENA ŽELIM BITI?

---

**CILJ** postaviti ciljeve za osobni rast i rodnu dekonstrukciju

---

**TRAJANJE** 60 minuta

---

**MATERIJAL**

- radovi
- markeri

---

### OPIS

Sudionici\_e sjede odvojeno kako bi imali vlastiti prostor da napišu i/ili nacrtaju idealnu verziju muškarca/žene kakav žele postati. Mogu opisati ili nacrtati sve aspekte vizije kojoj teže, od fizičkih do psihičkih i društvenih, kao i uloge u životu koje žele zauzeti. Ako im je teško razmišljati o tome, ponudite i drugu mogućnosti – neki mladi bolje reagiraju na pitanje o tome kakav otac/majka žele biti svojoj budućoj djeci. Nakon što svaki sudionik\_ca završi svoj rad slijede predstavljanja cijeloj grupi. Rasprava se zatim usmjerava na razlike između njihovih prezentacija kako bi se pokazao široki raspon izbora rodni izraza. Pitajte ih i postoji li nešto što su napisali jer su mislili da se to od njih, kao muškarca ili žene, očekuje i postoji li nešto što bi napisali/nacrtali da im nije stalo do mišljenja okoline.

**NAPOMENA:**

Neki od mladih koji osjećaju potrebu da se dokažu svojim vršnjacima, posebno u odgojnim zavodima, ponekad će izlistati osobine koje mogu biti kriminalno ponašanje ili imati toksične karakteristike. Pokušajte ih usmjeriti dodatnim pitanjima kako bi ih potaknuli da razmisle o vlastitoj autentičnosti u njihovom pisanju. Nemojte se obeshrabriti ako se drže svog narativa.

## SESIJA 11

# STABLO OTPORNOSTI

---

**CILJ** potaknuti samootkrivanje osobina osobne otpornosti

---

**TRAJANJE** 75 minuta

---

**MATERIJAL**

- papir
- materijal za crtanje
- glazba

---

### OPIS

Recite sudionicima\_ama da pronađu mjesto u prostoriji gdje će se osjećati udobno. Potaknite ih da se usredotoče na svoj dah uputom da prodube i uspore disanje. Zatim im recite da zatvore oči ili pronađu mjesto na koje će fiksirati svoj pogled kako bi se mogli usredotočiti na vježbu. Krenite s vođenom vježbom imaginacije na sljedeći način: "Šetate prirodom i nakon nekog vremena nađete se na mrtvom mjestu gdje se, izgleda, dogodila katastrofa. Čini se kao da je ovdje nekada bila velika gusta šuma, a sada je sve trulo, prazno i umiruće. Dok hodate kroz ovo katastrofično mjesto, naiđete na jedno stablo koje, unatoč okruženju, uspijeva i živi. Približite se stablu i pokušajte vidjeti njegovo lišće, deblo i korijenje. Zamislite sve detalje koje možete." Nakon toga, pozovite ih da polako otvore oči i uzmu komad papira. Njihov zadatak je nacrtati to drvo. U ovom trenutku možete pustiti neku instrumentalnu glazbu da im pomogne da se koncentriraju. Pustite ih da crtaju onoliko vremena koliko im je potrebno, do otprilike pola sata (ovisno o veličini grupe). Nakon što svi završe svoje crteže, neka pojedinačno predstavte svoja stabla. Pri predstavljanju crteža, možete ih usmjeravati postavljanjem dodatnih pitanja:

- Koliko je staro vaše drvo?
- Je li to određeno drvo ili ste ga vi izmislili?
- Ima li plodove, cvjeta li? Je li okružen životinjama?
- Koliko su duboki njegovi korijeni?

Također potaknite druge da se uključe svojim pitanjima ili zapažanjima. Nakon što svi završe s izlaganjem, objasnite im pojam rezilijentnosti (jednostavna definicija: psihološka osobina koja nam pomaže da prebrodimo teška vremena) i približite im vezu njihove vlastite rezilijentnosti i stabla koje su nacrtali. Možete ih također potaknuti da među drugim predstavljenim stablima izaberu ono s kojim se najviše identificiraju.

## SESIJA 12

# CRTAJTE SA STILOM

---

### CILJ

- potaknuti kreativnost
  - potaknuti suradnju među sudionicima\_ama za međusobno osnaživanje
  - slaviti njihove jedinstvene umjetničke glasove
- 

### TRAJANJE

75 minuta

---

### MATERIJAL

- papirići s kreativnim idejama
  - šešir
  - A4 papiri
  - olovke, bojice, markeri
- 

### OPIS

Sudionici\_e izrađuju unikatne crteže koji će biti korišteni kao uzorci za tisak na majice. Recite sudionicima\_ama da se mogu inspirirati kreativnim idejama. Svaki sudionik\_ca nasumično iz šešira izvlači papirić s opisom neobičnog koncepta, poput slona koji svira bubnjeve ili žirafe na skateboardu. Sudionici\_e svojom maštom mogu oživjeti koncept koji su izvukli i dodati mu svoje elemente. Potaknite ih da se igraju bojama, oblicima i osobnim stilovima. Pomozite im i pobrinite se da osjećaju podršku u prevođenju svojih ideja u vizualno privlačne crteže. Naglasak je na samoizražavanju i prihvaćanju jedinstvenosti svake kreacije. Kako crteži napreduju, sudionici\_e imaju priliku podijeliti svoju viziju s drugima. Sesija završava razmišljanjem o kreativnom putovanju. Završeni produkti se skupljaju i pripremaju za tisak na majice, pretvarajući maštovite crteže mladih u nosivu umjetnost koju mogu s ponosom izložiti.

## SESIJA 13

# CRTAJTE SA STILOM 2

---

### CILJ

- potaknuti kreativnost
  - potaknuti suradnju među sudionicima\_ama za međusobno osnaživanje
  - slaviti njihove jedinstvene umjetničke glasove
- 

### TRAJANJE

75 minuta

---

### MATERIJAL

- A4 papiri
  - olovke
  - bojice
  - markeri
- 

### OPIS

Sudionici\_e izrađuju unikatne crteže koji će biti korišteni kao uzorci za tisak na majice. Potaknite sudionike\_ce da crpe inspiraciju iz svojih supermoći. Zadatak je stvoriti osobu sa supermoći koju već imaju ili bi željeli imati. Podsjetite ih na supermoći koje imaju, što vole raditi, u čemu su dobri (pružanje podrške prijatelju ili kuhanje, itd.). Potaknite ih da se igraju bojama, oblicima i osobnim stilovima. Pomozite im i pobrinite se da osjećaju podršku u prevođenju svojih ideja u vizualno privlačne crteže. Naglasak je na samoizražavanju i prihvatanju jedinstvenosti svake kreacije. Kako crteži napreduju, sudionici\_e imaju priliku podijeliti svoju viziju s drugima. Sesiya završava razmišljanjem o kreativnom putovanju. Završeni produkti se skupljaju i pripremaju za tisak na majice, pretvarajući maštovite crteže mladih u nosivu umjetnost koju mogu s ponosom izložiti.



## SESIJA 14

# LEPEZA ZAHVALNOSTI

---

### CILJ

- potaknuti koheziju grupe
  - potaknuti razmišljanje o pozitivnim i snažnim osobnim resursima
- 

### TRAJANJE

60 minuta

---

### MATERIJAL

- papiri
  - olovke
- 

### OPIS

Svaki sudionik\_ca dobije komad papira na koji napiše svoje ime na dnu stranice. Cilj je poslati papir okolo u krug i napisati osobine ličnosti i druge stvari kojima se sudionici\_e dive kod osobe čije je ime na dnu. Nakon što napišu svoju izjavu ili kraći odlomak, trebaju presavinuti papir na dijelu gdje se nalazi tekst tako da sljedeća osoba ne može vidjeti što je osoba prije napisala. Na ovaj način, ako se neke karakteristike pojavljuju više puta, osoba može znati da to nije samo zato što su drugi kopirali jedni od drugih, već da je to nešto čemu se više ljudi divi. Također, važno je naglasiti da bi trebali pisati samo pozitivne osobine kojima se dive, a ne ništa negativno ili uvredljivo. Aktivnost završava kada svaki sudionik\_ca dobije nazad papir sa svojim imenom. Konačni proizvod bi, zbog svih presavijanja papira, trebao izgledati kao lepeza. Svi su zatim pozvani podijeliti sadržaj svoje lepeze s grupom i razmisliti o tome kako se osjećaju čitajući ovo, kao i misle li da je to istina.

## ZAVRŠNA AKTIVNOST

# REFLEKSIJA I OTPUŠTANJE

---

### CILJ

- pružiti sudionicima\_ama priliku za razmišljanje o sesiji i izražavanje svog mišljenja
  - doprinijeti oblikovanju budućih programa
  - stvoriti poticajno i otvoreno okruženje
- 

### TRAJANJE

10-15 minuta

---

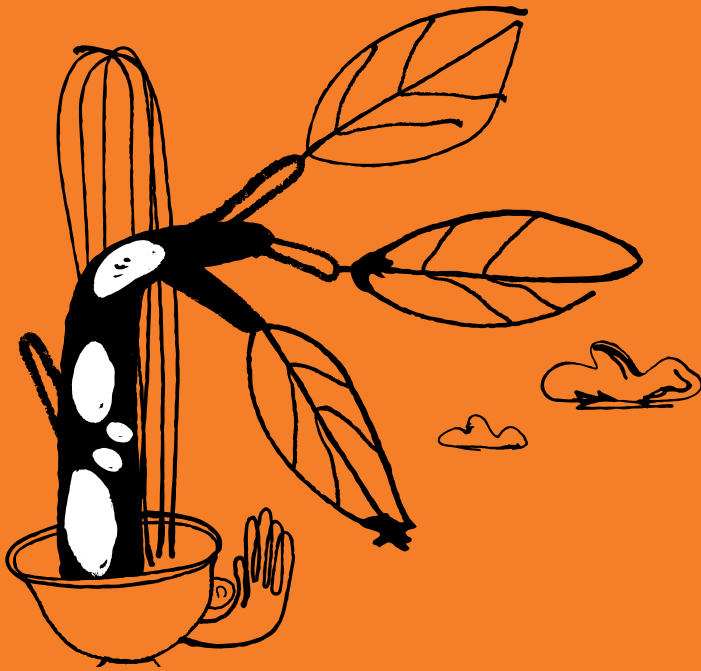
### MATERIJAL

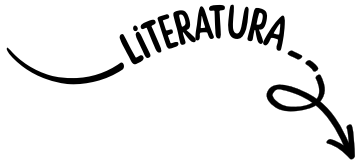
- samoljepljivi papirići
  - markeri
- 

### OPIS

Edukatori\_ce objašnjavaju svrhu završne aktivnosti: osvrnuti se na sesiju i dati povratne informacije za kontinuirano poboljšanje. Sudionici\_ce dobivaju marker i dva papirića, jedan za pozitivnu povratnu informaciju i jedan za negativnu povratnu informaciju. Potaknite sudionike\_ce da razmislite o tome što im se sviđelo u sesiji i što bi željeli zadržati (pozitivna povratna informacija), kao i o aspektima koji im se nisu sviđeli (negativna povratna informacija). Sudionici\_ce koji se osjećaju ugodno pozvani su da podijele što su napisali na papiriću s pozitivnom povratnom informacijom. To potiče osjećaj uvažavanja i uspjeha unutar grupe. Pozovite sudionike\_ce da papirić s negativnim povratnim informacijama zgužvaju i bace u predviđeno mjesto u sredini. Objasnite da ovaj simboličan čin predstavlja otpuštanje aspekata u kojima nisu uživali ili koje žele promijeniti. Papirići će i fizički biti uklonjeni iz prostorije i ustanove. Edukatori\_ce zahvaljuju sudionicima\_ama na njihovoj otvorenosti i vrijednim povratnim informacijama. Objasnite im da je konstruktivna povratna informacija neophodna za unaprjeđenje i dajte im do znanja da su njihovi glasovi važni.







- Alemu, B. (2015). *Working with Men and Boys to End Violence Against Women and Girls*. Approaches, Challenges, and Lessons. USAID.
- Alon, T., Doepke, M., Olmstead-Rumsey, J., & Tertilt, M. (2020). *The impact of covid-19 on gender equality*. Working paper 26947. Nber working paper series.
- Alonso, B. (2015). Opiniones y Actitudes de Hombres (extranjeros) frente a la Violencia de Género. *Oñati socio-legal series*, 5(2), pp.341-366.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5<sup>th</sup> ed., text rev.).
- Badinter, B E. (1996). *XY: La identidad masculina*. Alianza Editorial.
- Baird, A. (2012). The Violent Gang and the Construction of Masculinity amongst Socially Excluded Young Men, *Safer Communities*, 11 (4): 179-90. <https://doi.org/10.1108/17578041211271445>
- Barker, G. (2005). *Dying to be Men*. New York: Routledge.
- Barker, G., Contreras, J. M., Heilman, B., Singh, A. K., Verma, R. K., & Nascimento, M. (2011). *Evolving men. Initial results from the international men and gender equality survey (IMAGES)*. Promundo.
- Baubérot, A. (2013). One is not born virile, one becomes virile. In Courtine, Jean-Jacques (Org.) *History of manhood vol. 3: manhood in crisis?* Translation: Noéli C. de Melo and Thiago A. L. Florêncio. Petrópolis: Vozes.
- Belghiti-Mahut, S., Bergmann, N., Gärtner, M., Hearn, J., Holter, Ø., Hrženjak, M., Puchert, R., Scambor, C., Scambor, E., Schuck, H., Seidler, V., White, A., & Wojnicka, K. (2012). *The Role of Men in Gender Equality – European*

*strategies & insights. Study on the Role of Men in Gender Equality*. Edited by Elli Scambor, Katarzyna Wojnicka & Nadja Bergmann. European Commission, DG Justice.

Blum & Rahner (2020) *Triumph of The Women? The Female Face of Right-wing Populism and Extremism*. Case study Anti-feminism in Germany during the Coronavirus Pandemic. Friedrich-Ebert-Stiftung.

Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Editorial Anagrama, segunda edición.

Bowlby J. *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books; 1969/1982.

Brewin, C. R., Andrews, B., & Valentine, J. D. (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 748–766.

Burrell, S., & Ruxton, S. (2020) *Coronavirus reveals just how deep macho stereotypes run through society*. The Conversation. Available at [Coronavirus reveals just how deep macho stereotypes run through society \(theconversation.com\)](https://www.theconversation.com/coronavirus-reveals-just-how-deep-macho-stereotypes-run-through-society)

Butler, Judith, (2018), *Bodies in Alliance and Street Politics: Notes for a Performative Assembly 372 Theory*. Rio de Janeiro: Brazilian Civilization. Translation: Fernanda Siqueira Miguens. [original 373 2015]

Cabezas, A. y Berná, D. (2013). Cuerpos, espacios y violencias. La construcción de “lo femenino” en los regímenes biopolíticos. *Política y Sociedad*, 50(3), 771-802. [https://doi.org/10.5209/rev\\_POSO.2013.v50.n3.41970](https://doi.org/10.5209/rev_POSO.2013.v50.n3.41970)

CARE & Promundo. (2017). *Men and boys in displacement: Assistance and protection challenges for unaccompanied boys and men in refugee contexts*. [https://promundoglobal.org/wp-content/uploads/2017/12/FINAL\\_CARE-Promundo\\_Men-and-boys-in-displacement\\_2017-1.pdf](https://promundoglobal.org/wp-content/uploads/2017/12/FINAL_CARE-Promundo_Men-and-boys-in-displacement_2017-1.pdf)

CARE, International (2012). *The Young Men Initiative: Engaging Young Men in the Western Balkans in Gender Equality and Violence Prevention*. Case study 2012.

Chodorow, N. (1978). *The reproduction of mothering: Psychoanalysis and the*

- sociology of gender*. University of California Press.
- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (2015). Child maltreatment and developmental psychopathology: A multilevel perspective. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental Psychopathology*, 3, 457-512. John Wiley & Sons.
- Combahee River Collective (1977). *The Combahee River Collective Statement*. Kitchen Table: Women of Color Press.
- Connell R. (2006). Northern Theory: The Political Geography of General Social Theory. *Theor Soc* 35, 237–264. <https://doi.org/10.1007/s11186-006-9004-y>
- Connell, R. (2005). *Masculinities*. Cambridge: Polity Press, second edition.
- Connell, R. (2014). Margin becoming centre: For a world-centred rethinking of masculinities, *International Journal for Masculinity Studies*, 9(4), 1–15.
- Cook, A., Blaustein, M., Spinazzola, J., & van der Kolk, B. (2003). Complex trauma in children and adolescents. *Psychiatric Annals*, 33(5), 374-383.
- Cotta, R., Jorge, A., Alves, S., Cerdeira, L., & Moura, T. (2021). *Primer Masculinities, Art & Peripheral Powers*. Rio de Janeiro: Uniperiferias.
- Courtois, C. A., & Ford, J. D. (Eds.). (2009). *Treating complex traumatic stress disorders: An evidence-based guide*. Guilford Press.
- Davis, A. (2004). *Mujeres, raza y clase*. Akal.
- Deblinger, E., Steer, R. A., & Lippmann, J. (2001). Two-year follow-up study of cognitive behavioral therapy for sexually abused children suffering post-traumatic stress symptoms. *Child Abuse & Neglect*, 25(7), 1001-1009.
- Deveci, Y. (2012). Trying to understand: Promoting the psychosocial well-being of separated refugee children. *Journal of Social Work Practice*, 26(3), 367-383.
- Do Carmo, M., Moura, T., Batista, F., Rentzou, K., Serra, R., Batista, S., Moutinho, T., Prazeres, V., & Trikić, Z. (2021). *Manual Parent: Paternidades envolvidas e cuidadoras: da Teoria à Prática + Toolkit*, Editor: Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra. ISBN: 978-989-8847-35-5.

- Dutton, D. G. (1998). *The abusive personality: Violence and control in intimate relationships*. The Guilford Press.
- Edwards, J. (2020). *Protect a Generation: The impact of COVID-19 on children's lives*. Save the Children International
- Erdem, G., DuBois, D. L., Larose, S., De Wit, D., & Lipman, E. L. (2016). Mentoring relationships, positive development, youth emotional and behavioral problems: Investigation of a mediational model. *Journal of Community Psychology*, 44(4), 464-483.
- European Union Agency for Fundamental Rights. (2018). *Second European Union Minorities and Discrimination Survey: Being Black in the EU*. [https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra\\_uploads/fra-2018-being-black-in-the-eu\\_en.pdf](https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2018-being-black-in-the-eu_en.pdf)
- Fanon, Frantz (2008), *Black Skin, White Masks*. New York: Berkeley, Grove Press.
- Felitti, V., Anda, R., Nordenberg, D., Williamson, D., Spitz, A., Edwards, V., Koss, M., & Marks, J. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *Am J Prev Med*, 14(4), pp.245-258. doi: 10.1016/s0749-3797(98)00017-8. PMID: 9635069.
- Ferreira, P., Moura, T., & Rolino, T. (org.) (2022). *Parent European Manual: Promotion, Awareness Raising and Engagement of men in Nurture Transformations*. Coimbra, Portugal: Center for Social Studies
- Fivush, R. (1989). Exploring sex differences in the emotional content of mother-child conversations about the past. *Sex Roles: A Journal of Research*, 20(11-12), 675-691. <https://doi.org/10.1007/BF00288079>
- Freitas, D. S. (2020). Slam Resistance: poetry, citizenship and insurgency, *Studies in Contemporary Brazilian Literature*, v. 59.
- Gilligan, C. (1996). *In a different voice: Psychological theory and women's development*.
- Glissant, Eduard. *Pela opacidade*. Translation: Henrique de Toledo Groke e Keila Prado Costa. Available at <http://www.revistas.usp.br/criacao critica/article/view/64102/pdf>



- Hallam, S., Rogers, L., & Creech, A. (2008). Gender differences in musical instrument choice. *International journal of music education*, 26(1), 7-19.
- Hammond, W. P. (2012). Taking it like a man: Masculine role norms as moderators of the racial discrimination-depressive symptoms association among African American men. *American Journal of Public Health*, 102(S2), S232–S241.
- Heddon, D. (2006). "The Politics of the Personal: Autobiography in Performance" in Aston E., Harris G. (eds) *Feminist Futures? Performance Interventions*, Palgrave Macmillan: London
- Heilman, B., & Barker, G. (2018). *Masculine norms and violence: Making the connections*. Promundo-US.
- Heinze, J, Cook, S., Wood, E., Dumadag, A., & Zimmerman, Z. (2018). Friendship attachment style moderates the effect of adolescent exposure to violence and emerging adult depression and anxiety trajectories. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(1), pp.177-193
- hooks, b. (2000). *Feminist theory: from margin to centre*. Cambridge: South End Press. [orig.1984].
- hooks, b. (2015). *Yearning. Race, Gender, and Cultural Politics*. Routledge.
- hooks, b. (2018). *Feminism for the whole world: sweeping policies*. Translation: Ana Luiza Libânio. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos.
- hooks, b. (2021). *El deseo de cambiar. Hombres, masculinidad y amor*. Bellaterra Editions.
- Hughes, K., Bellis, M. A., Hardcastle, K. A., Sethi, D., Butchart, A., Mikton, C., Jones, L., & Dunne, M. P. (2017). The effect of multiple adverse childhood experiences on health: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 2(8), 356–e366.
- Iván Rodríguez Pascual (2007). *Para una sociología de la infancia: aspectos teóricos y metodológicos*. Madrid: CIS.
- Jakupcak, M., Tull, M. T., & Roemer, L. (2005). Masculinity, Shame, and Fear of Emotions as Predictors of Men's Expressions of Anger and Hostility.

*Psychology of Men & Masculinity*, 6(4), 275.

- Kosciw, J. G., Greytak, E. A., Bartkiewicz, M. J., Boesen, M. J., & Palmer, N. A. (2012). *The 2011 National School Climate Survey: The experiences of lesbian, gay, bisexual and transgender youth in our nation's schools*. GLSEN.
- Krahé, B., Berger, A., Vanwesenbeeck, I., Bianchi, G., Chliaoutakis, J., Fernández-Fuertes, A. A., Fuertes, A., de Matos, M. G., Hadjigeorgiou, E., Haller, B., Hellemans, S., Izdebski, Z., Kouta, C., Meijnckens, D., Murauskiene, L., Papadakaki, M., Ramiro, L., Reis, M., Symons, K., . . . Zygado, A. (2015). Prevalence and correlates of young people's sexual aggression perpetration and victimization in 10 European countries: A multi-level analysis. *Culture, Health & Sexuality*, 17(6), 682–699. <https://doi.org/10.1080/13691058.2014.989265>
- Kuebli, J., & Fivush, R. (1992). Gender differences in parent-child conversations about past emotions: A longitudinal investigation. *Sex Roles: A Journal of Research*, 27(11-12), 683–698. <https://doi.org/10.1007/BF02651097>
- LeDoux, J. (2000). Emotion circuits in the brain. *Annual Review of Neuroscience*, 23(1), 155-184.
- Lerner, R. M. (2009). "The positive youth development perspective: theoretical and empirical bases of a strengths-based approach to adolescent development," in *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, eds S. J. Lopez and C. R. Snyder (Oxford: Oxford University Press), 149–163.
- Levant, R. F. (2010). *Masculinity*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9780470479216.corpsy0527>
- Mahoney, A., Donnelly, W. O., Lewis, T., & Maynard, C. (2000). Mother and father self-reports of corporal punishment and severe physical aggression toward clinic-referred youth. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(2), 266–281.
- Marchbanks, M. P., III, Peguero, A. A., Varela, K. S., Blake, J. J., & Eason, J. M. (2018). School strictness and disproportionate minority contact: Investigating racial and ethnic disparities with the "school-to-prison pipeline." *Youth Violence and Juvenile Justice*, 16(2), 241–259.

- Martínez, M.F., & Carmona, J.A. (2023). Masculinities and the Decolonial Perspective in Latin America. *Masculinities & Social Change*, 12 (3), pp. 273-292 <http://dx.doi.org/10.17583/msc.11708>
- Miescher, S., Lindsay, L. A. (2003). Introduction: Men and Masculinities in Modern African History. In Miescher, Stephan; Lindsay, Lisa. (Orgs.), *Men and Masculinities in Modern Africa*. Portsmouth, NH: Heinemann.
- Morgan, K. P. (1996). Describing the emperor's new clothes: Three myths of educational (in)equality. In A. Diller, B. Houston, K. P. Morgan, & M. Aylm (Eds.), *The gender question in education: Theory, pedagogy, and politics*, 105–122. Boulder, CO: Westview.
- Moura, T., & Cerdeira, L. (2021). Re-Thinking Gender, Activism and Choices. Cultures of Equality Emerging from Urban Peripheries, *Frontiers in Sociology*, 6, 637564, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsoc.2021.637564/full>
- Moura, T., & Roque, S. (2009). Invisible Vulnerabilities – The Cases of Rio de Janeiro (Brazil) and San Salvador (El Salvador), in Day, D., Grinssted, A, Piquard, B, Zammit, D; Villanueva, K. (orgs.), *Cities and Crises*. Bilbao: Humanitarian net.
- Moura, T., Fernandez, M., & Page, V. (2020). Power from the Peripheries: Arts, Cultures of Equality and Southern Perspectives. In Clisby, Suzanne; Johnson, Mark; Turner, Jimmy (Org.). *Theorising Cultures of Equality*. London, UK: Routledge, Argentina.
- Myers, T., Salcedo, A., Frick, P., Ray, J., Thornton, L., Steinberg, L., & Cauffman, E. (2018). Understanding the link between exposure to violence and aggression in justice-involved adolescents. *Development and psychopathology*, 30, pp.593-603. doi:10.1017/S0954579417001134
- Nickerson, A., Bryant, R. A., Rosebrock, L., & Litz, B. T. (2014). The mechanisms of psychosocial injury following human rights violations, mass trauma, and torture. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 21(2), 172–191.
- Olivius, E. (2016). Refugee men as perpetrators, allies or troublemakers? Emerging discourses on men and masculinities in humanitarian aid. *Women's Studies International Forum*, 56, 56–65.

- Paradies, Y., Ben, J., Denson, N., Elias, A., Priest, N., Pieterse, A., Gupta, A., Kelaher, M., & Gee, G. (2015). Racism as a determinant of health: A systematic review and meta-analysis. *PLoS One*, *10*(9), e0138511.
- Pérez Orozco, A. (2014). *Subversión feminista de la economía. Aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida*. Traficantes de Sueños.
- Petersson, C. C., & Plantin, L. (2019). Breaking with norms of masculinity: Men making sense of their experience of sexual assault. *Clinical Social Work Journal*, *47*(4), 372–383.
- Pollack, W. (1998). *Real boys: Rescuing our sons from the myths of boyhood*. Random House.
- Porter, M., & Haslam, N. (2005). Predisplacement and postdisplacement factors associated with mental health of refugees and internally displaced persons: A meta-analysis. *JAMA*, *294*(5), 602–612.
- Powell, W. (2015). Racial discrimination, identity, and health risk behavior among African American adolescent males. In K. Vaughans & W. Spielberg (Eds.), *The psychology of Black boys and adolescents*. Praeger.
- Powell, W., Adams, L. B., Cole-Lewis, Y., Agyemang, A., & Upton, R. D. (2016). Masculinity and race-related factors as barriers to health help-seeking among African American men. *Behavioral Medicine*, *42*(3), 150–163.
- Rodó-Zárate, M. (2021). *Interseccionalidad. Desigualdades, lugares y emociones*. Editorial Bellaterra.
- Rosen, N. L., & Nofziger, S. (2019). Boys, bullying, and gender roles: How hegemonic masculinity shapes bullying behavior. *Gender Issues*, *36*(3), 295–318.
- Rothman, E. F., Exner, D., & Baughman, A. L. (2011). The prevalence of sexual assault against people who identify as gay, lesbian, or bisexual in the United States: A systematic review. *Trauma, Violence & Abuse*, *12*(2), 55–66.
- Sampson, Robert, & Wilson, William Julius (1995). Toward a Theory of Race, Crime and Urban Inequality. In *Crime and Inequality*, (eds.) John Hagan and Ruth Peterson, 37–54. Stanford: Stanford University Press.

- Santos, R., & Rolino, T. (2019). *Manual de Promoção de Igualdade de género e de masculinidades não violentas*, Coimbra: Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra.
- Shapiro, F. (2018). *Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) therapy: Basic principles, protocols, and procedures* (3<sup>rd</sup> ed.). The Guilford Press.
- Shepard, M. L. (2021). *Impact of intersectionality of school discipline and race on boys of color* [Doctoral dissertation, Walden University]. <https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/10755/>
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. Guilford Press.
- Slegel, H., Spielberg, W., & Ragonese, C. (2021). *Masculinities and Male Trauma: Making the Connections*. Washington, DC: Promundo-US.
- Snyder, C. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13, 249-275.
- Sorbring, E., Rödholm-Funnemark, M., & Palmérus, K. (2003). Boys' and girls' perceptions of parental discipline in transgression situations, *Infant and Child Development*, 12(1), 53–69.
- Taylor, A.Y., Moura, T., Scabio, J.I., Borde, E., Afonso, J.S., & Barker, G. (2016). *This isn't life for you: Masculinities and nonviolence in Rio de Janeiro, Brazil. Results from the International Men and Gender Equality Survey (IMAGES) with a focus on urban violence*. Washington, DC and Rio de Janeiro, Brazil: Promundo.
- Terr, L. C. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *The American Journal of Psychiatry*, 148(1), 10-20.
- Till-Tentschert, U. (2017). The relation between violence experienced in childhood and women's exposure to violence in later life: evidence from Europe. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(12), pp.1874-1894
- UNICEF (2020) *Protect a Generation: The impact of COVID-19 on children's lives*

United Nations Office on Drugs and Crime (2019). *Global study on homicide 2019*. <https://www.unodc.org/unodc/en/data-and-analysis/global-study-on-homicide.html>

van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Penguin Books.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Walker, P. (2013). *Complex PTSD: From Surviving to Thriving: A Guide and Map for Recovering from Childhood Trauma*. Azure Coyote.

Wilson, J. P., Hugenberg, K., & Rule, N. O. (2017). Racial bias in judgments of physical size and formidability: From size to threat. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(1), 59–80.



**“When Men Change”**

<https://www.youtube.com/watch?v=DXaFRrl-L7O>

**“When Men Change”**

<https://www.youtube.com/watch?v=bk69eDLS1RE>

**J&B - She, un cuento de J&B, English subs (“She, a tale by J&B”, Diageo, Xmas, 2022) - YouTube**

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

**Parent. – Engaging men to promote change in social attitudes and behaviour regarding gender roles in caregiving. (uc.pt)**

<https://parent.ces.uc.pt>

**Gillette’s ‘We believe: the best men can be’ razors commercial takes on toxic masculinity - YouTube**

[https://www.youtube.com/watch?v=UYaY2Kb\\_PKI](https://www.youtube.com/watch?v=UYaY2Kb_PKI)

**espnW Brasil - Invisible Players (youtube.com)**

<https://www.youtube.com/watch?v=XoZrZ7qPqio>

**Cidade Invisível | Antena 1 - RTP**

<https://antena1.rtp.pt/antena1/cidade-invisivel/>

**Intervju “Morad habla del clasismo y racismo en su paso por un colegio jesuita - Lo de Évole**

<https://www.youtube.com/watch?v=5qkaBvbSE94>

**Tea and Consent (youtube.com)**

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









STATUS **M**



Funded by  
the European Union