



SZANUJ MOJE PRAWA, SZANUJ MOJĄ GODNOŚĆ

**MODUŁ 3 – PRAWA SEKSUALNE I REPRODUKCYJNE
SĄ PRAWAMI CZŁOWIEKA**



Amnesty International jest światowym ruchem na rzecz praw człowieka zrzeszającym 7 milionów członków/członkiń, aktywistów/aktywistek i sympatyków/sympatyczek z ponad 150 krajów i terytoriów, którzy/które podejmują działania, aby położyć kres poważnym naruszeniom praw człowieka.

Jesteśmy niezależni od rządów, ideologii politycznych, interesów ekonomicznych i religii, a działamy głównie dzięki składkom członkowskim i darowiznom publicznym.

Po raz pierwszy wydane w 2015 roku przez Amnesty International Ltd
Peter Benenson House
1 Easton Street
Londyn WC1X 0DW
Wielka Brytania

Index: ACT 35/001/2015

Publikacja jest dostępna na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa 3.0 Polska. Utwór powstał w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej realizowanej za pośrednictwem MSZ RP w roku 2015. Zezwala się na dowolne wykorzystanie utworu, pod warunkiem zachowania ww. informacji, w tym informacji o stosowanej licencji, o posiadaczach praw oraz o programie polskiej współpracy rozwojowej.

Zdjęcie na okładce: Młodzi ludzie podczas inauguracji kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” w Belgii, 2014 r. © Amnesty International Belgium Flemish

Wydawca: Stowarzyszenie Amnesty International

ul. Piękna 66a/2

00-672 Warszawa

Nakład: 1000 szt.

Warszawa

ISBN: 83-922757-3-X

DRUK:

OFRA Panasz Waldemar

ul. Wylotowa 20B

04-659 Warszawa

PODZIĘKOWANIA

Amnesty International dziękuje wszystkim osobom, które poświęciły swój czas i wiedzę na stworzenie tego podręcznika.

W skład grupy roboczej edukatorów/edukatorek praw człowieka z sekcji Amnesty International, którzy pracowali nad ulepszeniem i pilotażem materiału, wchodzili: Gladys Atiah (Ghana), Touria Bouabid (Maroko), Vongai Vimbai Chikwanda (Zimbabwe), Aleksandra Górecka (Polska), Charles Nyukuri (Kenia), Maarit Pihkala (Finlandia), Gabriela Sanchez (Mexico), Arnaldo Serna (Peru), Zoe Spriet (Belgia), Jabu Tugwana (RPA), Nick Vanden Broucke (Belgia) i Romel de Vera (Filipiny).

Członkowie i członkinie Zespołu Edukacji Praw Człowieka Sekretariatu Międzynarodowego Amnesty International opracowujący materiał: Melody Ross (koordynatorka), Chelsea Ricker (konsultantka), Adrea Cibotti, Sneh Aurora. **Inni pracownicy i pracowniczki zaangażowane w pracę nad materiałem:** Sarah Atkinson, Iain Byrne, Laura Carter, Sheila Goncalves, Catherine Murphy, Sarah Pyke, Rada Tzaneva, Jennifer Wright, Christina Zampas i Miguel Martin Zumalacarrregui. **Redakcja wersji angielskiej:** Helena Scott. **Opracowanie graficzne:** Lindsay Warmington, Off Colour Design.

Niniejszy podręcznik został zaadaptowany przez polską sekcję Amnesty International.

Konsultacja merytoryczna polskiej wersji językowej: Anna Dzierzgowska, Michał Pawłęga

Redakcja językowa: Izabela Dacewicz-Podsiadło, Magdalena Goławska

Opracowanie graficzne wersji polskiej: Joanna Reniger

Publikacja jest współfinansowana w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP. Publikacja wyraża wyłącznie poglądy autora i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP.



SPIS TREŚCI

Skróty	VI
Wykaz terminów	VII
WPROWADZENIE	1
Kampania „Moje ciało a prawa człowieka”	3
O aktywnym uczestnictwie i edukacji praw człowieka	4
O ćwiczeniach	5
Zanim zaczniesz	6
Kilka wskazówek dla osób prowadzących zajęcia	7
Zaplanuj swoje działania	8
1. PRZEŁAMYWANIE MILCZENIA. BUDOWANIE BEZPIECZNEJ PRZESTRZENI	11
Planowanie dyskusji na trudne tematy	12
Ocena własnych postaw i przekonań	13
Kilka wskazówek dla facylitatorów i facylitatorek	14
Budowanie zaufania	16
Tworzenie bezpiecznej przestrzeni	18
Poufność i prywatność	20



ĆWICZENIE 1.1 Poszerzenie wiedzy o różnorodności i wspólne działanie	22	3. ZNAJOMOŚĆ I DOCHODZENIA PRAW CZŁOWIEKA	73
ĆWICZENIE 1.2 Zasady współpracy	27	Czym są prawa seksualne i reprodukcyjne?	74
ĆWICZENIE 1.3 Osobiste kwiaty	30	Prawa seksualne i reprodukcyjne w prawie międzynarodowym i międzynarodowych standardach praw człowieka	75
ĆWICZENIE 1.4 Czym jest zaufanie	33	Zobowiązania państw w obszarze praw seksualnych i reprodukcyjnych	77
2. ZROZUMIEĆ PŁEĆ, KULTURĘ I SEKSUALNOŚĆ	37	Dostęp do informacji i edukacji seksualnej	78
Wprowadzenie do kultury, płci i seksualności	38	Dostęp do opieki zdrowotnej	80
Płeć, kultura i prawa człowieka	42	Planowanie rodziny	82
Dyskryminacja i nierówność	44	Bariery stawiane młodym ludziom w dostępie do świadczeń zdrowotnych	83
Wyzwania, z którymi mierzą się młodzi ludzie	45	Ochrona przed przemocą	84
Kiedy spotykają się tożsamość i prawa człowieka	46	Inne osoby, grupy oraz instytucje niepaństwowe a prawa seksualne i reprodukcyjne	87
Stygmatyzacja i kontrola	48	Związek między prawami seksualnymi i reprodukcyjnymi a innymi prawami człowieka	88
Dyskryminacja i przemoc ze względu na seksualność i płeć	50	ĆWICZENIE 3.1 Prawa seksualne i reprodukcyjne to moje prawa	96
Przemoc ze względu na orientację seksualną i kulturową tożsamość płci	51	ĆWICZENIE 3.1 Kto decyduje?	101
ĆWICZENIE 2.1 Osobisty kolaż	52	ĆWICZENIE 3.2 Prawa człowieka w działaniu	104
ĆWICZENIE 2.2 Czym jest płeć społeczno-kulturowa	54	ĆWICZENIE 3.3 Co by było, gdyby...	106
ĆWICZENIE 2.3 Konfrontowanie naszych postaw	61		
ĆWICZENIE 2.4 Władza, status i prawa człowieka	64		
ĆWICZENIE 2.5 Koło wartości	68		

4. PODEJMOWANIE DZIAŁANIA NA RZECZ PRAW SEKSUALNYCH I REPRODUKCYJNYCH	115
Prawa seksualne i reprodukcyjne dotyczą każdego człowieka	116
Obrońcy/obrończynie praw seksualnych i reprodukcyjnych	118
Co mogą zrobić młodzi ludzie?	120
Do czego zobowiązane są państwa?	122
ĆWICZENIE 4.1 Superbohaterowie i superbohaterki na rzecz praw seksualnych i reprodukcyjnych	124
ĆWICZENIE 4.2 Młodzi ludzie na rzecz zmiany	129
ĆWICZENIE 4.3 Chodzenie po kamieniach i radzenie sobie z przeszkodami	133
ĆWICZENIE 4.4 Karuzela komunikatów	137
ĆWICZENIE 4.5 Planowanie działań	140



© Amnesty International

Amnesty International Filipiny podczas inauguracji globalnej kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, czerwiec 2014 r.

SKRÓTY

CEDAW	Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women Konwencja w sprawie likwidacji wszelkich form dyskryminacji kobiet
CPC	Convention on the Rights of the Child Konwencja o prawach dziecka
FGM	Female genital mutilation Okaleczenie żeńskich narządów płciowych
HIV/AIDS	Human immunodeficiency virus Ludzki wirus niedoboru odporności/Zespół nabytego niedoboru odporności
ICPD	International Conference on Population and Development Międzynarodowa Konferencja na rzecz Ludności i Rozwoju
ILGA	International Lesbian and Gay Association Międzynarodowe Stowarzyszenie Gejów i Lesbijek
LGBTI	Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender/Transsexual and Intersexed Lesbijki, geje, osoby biseksualne, transpłciowe i interseksualne
NGO	Non-governmental organization Organizacja pozarządowa
OHCHR	High Commissioner for Human Rights Biuro Wysokiego Komisarza Narodów Zjednoczonych do spraw Praw Człowieka
STI	Sexually transmitted diseases Choroby przenoszone drogą płciową
PDPCZ/ UDHR	Universal Declaration of Human Rights Powszechna Deklaracja Praw Człowieka
ONZ/UN	United Nations Organizacja Narodów Zjednoczonych
UNFPA	United Nations Population Fund Fundusz Ludnościowy Narodów Zjednoczonych
WHO	World Health Organization Światowa Organizacja Zdrowia
AI	Amnesty International

WYKAZ TERMINÓW

Dyskryminacja

Dyskryminacja to nieuzasadnione, oparte na nieprawdźliwych, nieracjonalnych przekonaniach, nierówne traktowanie danej osoby lub grupy, w porównywalnej sytuacji, z powodu określonej cechy lub przekonań. Skutkiem dyskryminacji jest utrudnienie lub uniemożliwienie korzystania na równi z innymi z praw, wolności i różnych dóbr.

Dziecko/Młodzież/Młodzi ludzie

ONZ określa pojęciem dziecka osobę poniżej 18 roku życia, młodzież w wieku dojrzewania to osoby między 15 a 19 rokiem życia. Młodzi ludzie definiowani są jako osoby w wieku 15-24 lata. Te kryteria są stosowane przez ONZ w celach statystycznych. Określenie „młodzi ludzie” może być odmiennie definiowane w różnych krajach.

Edukacja seksualna

Proces zdobywania wiedzy i umiejętności, pomagający ludziom podejmować świadome decyzje w sferze życia seksualnego. Może on odbywać się zarówno podczas edukacji szkolnej, jak i nieformalnej. Edukacja seksualna opiera się na wiedzy i obejmuje szeroki zakres tematów związanych z seksualnością, takich jak: relacje międzyludzkie, podejmowanie decyzji, rozwój osobisty, zapobieganie chorobom, zapobieganie niechcianej ciąży i inne.

LGBTI

Skrót LGBTI oznacza lesbijki, gejów, osoby biseksualne, transpłciowe i interpłciowe.

Lesbijka

Kobieta, którą fizycznie, seksualnie i emocjonalnie pociągają inne kobiety. Określenie odnosi się do pociągu seksualnego wobec osób tej samej płci, zachowań homoseksualnych i homoseksualnej tożsamości kulturowej.

Gej

Mężczyzna, którego fizycznie, seksualnie i emocjonalnie pociągają inni mężczyźni. Określenie odnosi się do pociągu seksualnego wobec osób tej samej płci, zachowań homoseksualnych i homoseksualnej tożsamości kulturowej.

Osoba biseksualna

Osoba, którą pociągają fizycznie, emocjonalnie i seksualnie zarówno kobiety, jak i mężczyźni.

Osoba transpłciowa

Osoba, której płeć psychiczna lub tożsamość płciowa jest inna niż płeć biologiczna określona przy urodzeniu. Część osób transpłciowych dąży do korekty płci metrykalnej (urzędowej, formalnej) oraz biologicznej korekty płci poprzez operacje i/lub terapię hormonalną, by odpowiadała ona ich tożsamości płciowej.

Osoba interpłciowa

Osoba, której elementy budowy narządów płciowych i proporcje hormonów płciowych nie odpowiadają budowie anatomicznej i charakterystyce hormonalnej kobiety lub mężczyzny. WHO szacuje, że 1 na 2000 dzieci rodzi się z ciałem, które fizycznie różni się od typowego ciała żeńskiego lub męskiego.

Międzynarodowe mechanizmy ochrony praw człowieka

Międzynarodowe mechanizmy ochrony praw człowieka są to porozumienia między rządami, mające na celu promocję i ochronę fundamentalnych praw i wolności człowieka. Do mechanizmów międzynarodowych należą prawnie wiążące traktaty (np. konwencje Organizacji Narodów Zjednoczonych), deklaracje (np. Powszechna Deklaracja Praw Człowieka), a także reguły, rekomendacje i zasady spisane przez organizacje międzyrządowe.

Obrońca/obrończyni praw człowieka

ONZ określa mianem obrońcy/obrończyni praw człowieka osobę, która samodzielnie lub z innymi działa na rzecz poszanowania praw człowieka.

Okaleczenie żeńskich narządów płciowych (Female genital mutilation, FGM)

Nazywane „obrzezaniem” kobiet; jest to usunięcie części lub całości zewnętrznych żeńskich narządów płciowych. Praktyka ta łączy się w niektórych krajach z rytuałem przejścia kulturowego z dzieciństwa do dojrzałości dla kobiet, jest uznawana za sposób kontrolowania seksualności kobiet i dziewcząt. Obreżanie może mieć tragiczne i trwałe konsekwencje dla zdrowia fizycznego i psychicznego kobiet i dziewcząt.

Płeć biologiczna i płeć społeczno-kulturowa (gender)

Płeć biologiczna odnosi się do różnic fizycznych między mężczyznami i kobietami. Płeć społeczno-kulturowa to społecznie konstruowane normy, role i oczekiwania postrzegane jako przynależne kobietom lub mężczyznom.

Płeć biologiczna

Fizyczny stan bycia mężczyzną, kobietą lub osobą interpcioową związany z wewnętrznymi i zewnętrznymi narządami płciowymi oraz chromosomami płci, z którymi dana osoba się urodziła. Wiele osób ma dwa chromosomy: XX (płeć żeńska) lub XY (płeć męska), zdarza się, że niektóre osoby mają ich więcej lub mniej. Jedna osoba na sto rodzi się z ciałem, które różni się od „typowego” męskiego lub żeńskiego ciała, ale nie wszystkie identyfikuje się jako osoby interpcioowe - po porodzie lub w późniejszym życiu.

Tożsamość płciowa

Forma ekspresji społecznej, która może, ale nie musi być związana z płcią biologiczną. Osoby, których tożsamość płciowa nie „pasuje” do ich płci biologicznej mogą się utożsamiać z płcią męską, żeńską, z obiema płciami, lub z tzw. trzecią płcią. Niektóre osoby decydują się na korektę płci biologicznej tak, aby była zgodna z ich tożsamością płciową.

Normy płciowe

Norma płciowa to oczekiwany w społeczeństwie model zachowania oparty na rzeczywistej lub przypisanej danej osobie płci biologicznej. Przykładem bardzo rozpowszechnionej normy płciowej, obecnej w większości kultur, jest oczekiwanie, że kobieta będzie zajmować się potomstwem, podczas gdy mężczyzna będzie odpowiedzialny za stabilność finansową rodziny. Norma ta kształtuje możliwości i oczekiwania oraz narzuca ograniczenia, które powodują

dyskryminację mężczyzn i kobiet, nie pasujących do społecznie określonego modelu.

Stereotypy związane z płcią

Uogólnione założenia dotyczące tego, jakie cechy i zachowania są charakterystyczne (a zwykle pożądane) dla każdej płci. Stereotypy mogą, ale nie muszą być oparte na faktach i mogą mieć wydźwięk zarówno pozytywny, jak i negatywny. Bez względu na swój wydźwięk, ograniczają zdolność konkretnych osób do wyrażania własnej indywidualności.

Seksualność

„Seksualność to centralny aspekt w życiu człowieka i obejmuje płeć, tożsamość płciową, role wynikające z płci, erotyzm, przyjemność, intymność i reprodukcję. Seksualność jest doświadczana i wyrażana poprzez myśli, fantazje, pragnienia, wierzenia, postawy, wartości, zachowania, praktyki, role i związki. Pomimo tego, że seksualność obejmuje każdy z tych wymiarów, to nie wszystkie są zawsze doświadczane i wyrażane. Seksualność pozostaje pod silnym wpływem interakcji czynników biologicznych, psychologicznych, społecznych, ekonomicznych, politycznych, kulturowych, etnicznych, prawnych, historycznych, religijnych i duchowych”. (WHO, 2002)

Orientacja seksualna

Pociąg fizyczny i/lub emocjonalny względem osób danej płci. Orientacje seksualne obejmują orientację heteroseksualną (pociąg do osób o przeciwnej płci biologicznej lub tożsamości płciowej), homoseksualną (pociąg do osób o tej samej płci biologicznej lub tożsamości płciowej), biseksualną (pociąg do osób o różnej płci biologicznej lub tożsamości płciowej) oraz aseksualną (brak odczuwania pociągu lub popędu seksualnego).

Powszechna Deklaracja Praw Człowieka

Dokument przyjęty w 1948 roku przez władze państw, który wyznacza podstawowe standardy praw człowieka. Więcej o PDPCz znajdziesz w Module 1 pakietu edukacyjnego „Szczepki moje prawa, szanuj moją godność. Ubóstwo i prawa człowieka.”

Przemoc seksualna

Przemoc seksualna to wszelkiego rodzaju fizyczne i psychiczne ataki wymierzone w ciało i seksualność innej osoby. Obejmują one przestępstwa takie jak: molestowanie seksualne, napastowanie, zgwałcenie. Sprawcą może być osoba obca, osoba znana ofierze, znajomy/znajoma, członek/członkini rodziny, partner/partnerka, mąż/zona.

Przemoc ze względu na płeć

Amnesty International definiuje przemoc ze względu na płeć jako przemoc, która dotyka określoną osobę z powodu jej płci społeczno-kulturowej, tego jak wyraża swoją płeć lub tożsamość płciową. Pojęcie to odnosi się głównie do przemocy wobec kobiet, ale nie zawęża się tylko do niej. Na przykład mężczyzna może zostać zaatakowany, ponieważ nie spełnia przyjętych norm męskości. Ofiarą przemocy ze względu na tożsamość płciową może być również osoba transpłciowa. Sprawcą/sprawczynią przemocy ze względu na płeć może być każdy. Zwykle przemoc ze względu na płeć łączy się z dyskryminacją i stygmatyzacją.

Spoleczność

Spoleczność: może być to grupa ludzi połączonych fizycznie poprzez fakt zamieszkiwania na tym samym terenie czy w tym samym regionie, ale może być to także grupa ludzi, których łączą wspólne wartości, historia, upodobania. Może być to więź osobista lub wirtualna. Częścią społeczności można stać się przez urodzenie, zmianę miejsca zamieszkania, wybór. Niektóre społeczności, takie jak: grupy etniczne, religijne, językowe czy autochtoniczne, mają bardzo ściśle zdefiniowane elementy wspólne, natomiast inne są połączone przez mniej konkretne elementy wspólne.

Stygmatyzacja

Zbiór negatywnych przekonań i założeń dzielonych przez społeczeństwo na temat osoby, rzeczy lub miejsca jest nazywany stygmatyzacją. Osoba, której tożsamość nie odpowiada dominującej normie społecznej w określonym społeczeństwie, może zostać zaszufadkowana jako nienormalna, niemoralna, zhańbiona, gorsza, a nawet jako sprawca/sprawczyni przestępstwa. Proces stygmatyzacji i stereotypizowania sprawia, że ludzie stają się bardziej podatni na dyskryminację, a czasem nawet przemoc. Jednostce odmawia się praw, usprawiedliwia się skierowaną przeciw niej przemoc.

Usługi zdrowotne w obszarze seksualności i reprodukcji

System ochrony zdrowia, również w odniesieniu do seksualności i reprodukcji, powinien odpowiadać na zapotrzebowanie użytkowników/użytkowniczek i powinien być łatwo dostępny. Usługi zdrowotne związane z seksualnością i reprodukcją to na przykład:

- opieka ginekologiczna
- dostęp do bezpiecznej i skutecznej antykoncepcji
- opieka nad kobietą w ciąży i po porodzie
- zapobieganie, diagnozowanie i leczenie chorób przenoszonych drogą płciową
- diagnostyka i leczenie raka piersi, szyjki macicy, raka prostaty
- leczenie niepłodności
- zabieg przerwania ciąży
- usługi zdrowotne dla ofiar przemocy seksualnej i przemocy ze względu na płeć.

Zdrowie seksualne

Zdrowie seksualne zostało zdefiniowane przez WHO jako stan fizycznego, emocjonalnego, psychicznego i społecznego dobrostanu w obszarze seksualności. Zdrowie to nie tylko brak choroby. Zdrowie seksualne obejmuje także pozytywne i oparte na poszanowaniu godności podejście do seksualności i relacji seksualnych, możliwość bezpiecznego doświadczania seksualności bez przymusu, dyskryminacji czy przemocy. Poszanowanie praw seksualnych jest niezbędne dla zachowania zdrowia seksualnego.

Zgwałcenie/gwałt

Zgwałcenie to zmuszenie osoby, bez jej zgody, do obcowania seksualnego z użyciem siły lub pod groźbą użycia siły lub innej formy nacisku. Zgwałcenie jest przestępstwem w polskim systemie prawnym i jest ścigane z urzędu.

Kobiety i dziewczęta, mężczyźni i chłopcy wychodzą na ulicę w Nikaragui w Dniu na rzecz Dekryminalizacji Aborcji w Ameryce Łacińskiej i na Karaibach, 28 września 2011 r.



WPROWADZENIE

WPROWADZENIE

O module

Koncepcja praw seksualnych i reprodukcyjnych opiera się na przekonaniu, że każdej osobie przysługuje prawo do kontrolowania własnego ciała. Jeśli ludzie nie mogą decydować (i to na podstawie rzetelnych informacji) o swoim ciele, relacjach, rodzinie i własnym życiu, wówczas nie mogą korzystać ze swoich praw także w innych obszarach, które leżą u podstaw samorealizacji – z prawa do godnych warunków zamieszkania, edukacji, pracy czy zdrowia. Podczas Międzynarodowej Konferencji ONZ na rzecz Populacji i Rozwoju w 1994 roku rządy państw poczyniły wiele starań, by w programach związanych z problemami populacji i rozwoju uwzględnić i podkreślić potrzeby młodych ludzi, w tym kwestie równości oraz zdrowia reprodukcyjnego. Mimo to, duża część młodych ludzi (około 1, 8 miliarda), wciąż nie może cieszyć się pełnią praw seksualnych i reprodukcyjnych oraz dostępem do informacji na ich temat.

Młode osoby, którym ogranicza się dostęp do edukacji na temat seksualności oraz zdrowia reprodukcyjnego, są szczególnie narażone na przemoc seksualną, choroby przenoszone drogą płciową, a także na nieplanowane ciążę. Młodzi ludzie, pozbawieni możliwości kontrolowania własnego ciała oraz swych seksualnych wyborów, nie mogą w konsekwencji kontrolować podejmowanych przez siebie decyzji związanych z wchodzeniem w związek i prokreacją. Często nie mają też równego dostępu do ochrony zdrowia, pełnego dostępu do edukacji i rynku pracy, co powoduje, że przestają korzystać z możliwości rozwoju społecznego.

Możliwość korzystania z praw seksualnych i reprodukcyjnych jest ściśle związana z budowaniem wiedzy o tym, jak płeć, seksualność oraz normy kulturowe oddziałują na siebie, a to z kolei określa sposób kształtowania relacji między ludźmi w społeczeństwie. Większość społeczeństw ściśle kontroluje i stygmatyzuje seksualność kobiet i kobiece pożądanie, a także stara się ograniczyć lub odebrać kobietom kontrolę nad ich własnymi decyzjami reprodukcyjnymi i rodzinnymi. Podobnym procesom podlegają osoby homoseksualne, biseksualne oraz osoby funkcjonujące niezgodnie z przyjętymi normami tożsamości płciowej i wyrażające je w sposób odmienny od tych norm. Edukacja praw człowieka, opierająca się na krytycznym myśleniu i społecznym zaangażowaniu, jest naturalnym obszarem

rozwoju wiedzy o płci, seksualności, prawach seksualnych i reprodukcyjnych.

Jak korzystać z tego modułu?

Niniejszy materiał jest trzecim modułem w pakiecie materiałów projektu „Edukacja dla Godności”. Każdy moduł zawiera odniesienia do różnych obszarów ubóstwa i praw człowieka. Moduł 1 stanowi ogólne wprowadzenie do tematu, moduł 2 pogłębia temat prawa do mieszkania. Pakiet uzupełnia Poradnik dla facylitatorów i facylitatorek. Został on zaprojektowany tak, żeby wspierać edukatorów/edukatorki (nauczycieli/nauczycielki, osoby zawodowo pracujące z młodzieżą, aktywistów/aktywistki działających społecznie oraz osoby, które prowadzą dla młodzieży zajęcia na temat praw człowieka, zajmujące się tzw. „edukacją rówieśniczą”). Niniejszy moduł dotyczący praw seksualnych i reprodukcyjnych jest przeznaczony przede wszystkim dla młodych aktywistów/aktywistek i liderów/liderek, którzy/które chcą towarzyszyć swoim rówieśnikom/rówieśniczkom w działaniach, zarówno indywidualnych jak i grupowych i którzy/które dążą do tego, by działania te poprzedzone były refleksją i krytyczną analizą. Poradnik dla facylitatorów i facylitatorek pomaga ugruntować wiedzę i niezbędne umiejętności związane z prowadzeniem zajęć i pracą z grupą. Z tego względu warto z niego korzystać przy realizacji każdego modułu edukacyjnego.

Cały pakiet materiałów projektu „Edukacja dla Godności” znajdziesz na stronie: www.amnesty.org.pl/edukacja



Osoby uczestniczące w spotkaniu aktywistycznym regionu Azji i Pacyfiku w Hong Kongu dyskutują o działaniach wokół Igrzysk Olimpijskich w Pekinie, 8 maja 2008 r.

© Amnesty International

KAMPANIA

„MOJE CIAŁO A PRAWA CZŁOWIEKA”

Wszyscy mamy prawo do podejmowania decyzji na temat własnego zdrowia, ciała, seksualności i reprodukcji. Mamy prawo robić to bez strachu, presji, dyskryminacji czy obawy przed przemocą, pozbawieniem wolności lub nawet śmiercią.

Niemal na całym świecie władze, autorytety religijne, personel medyczny, rodziny czy rówieśnicy ograniczają wolność i prawa reprodukcyjne osób wszystkich płci. Ostatecznie wiele osób zostaje pozbawionych jakiegokolwiek wyboru.

Amnesty International w kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” dąży do ograniczenia lub wyeliminowania nadmiernego i bezprawnego stosowania prawa karnego i innych form kontroli w obszarze seksualności i prokreacji.

W ramach kampanii domagamy się:

- wyeliminowania dyskryminujących przepisów prawa, które karzą osoby wszystkich płci za ich wybory w sferze seksualności i reprodukcji;
- wprowadzenia przepisów prawa i prowadzenia działań, które umożliwią osobom, grupom i instytucjom niepaństwowym kontrolowanie decyzji ludzi w tym obszarze;
- usunięcia barier w dostępie do informacji i edukacji o seksualności i reprodukcji.

Chcemy także edukować i podnosić świadomość tak, żeby ludzie mogli domagać się poszanowania swoich praw i dokonywać wyborów bez strachu przed dyskryminacją i przemocą.



© Amnesty International

Młode kobiety w Maroku biorą udział w inauguracji globalnej kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, marzec 2014 r.

Więcej informacji o kampanii na stronie:
www.amnesty.org.pl/moje-cialo-a-prawa-czlowieka

O AKTYWNYM UCZESTNICTWIE I EDUKACJI PRAW CZŁOWIEKA

Edukację praw człowieka definiuje się jako „świadome, aktywne działanie mające na celu wzmocnienie jednostek, grup i społeczności przez wspieranie rozwoju wiedzy, umiejętności oraz postaw spójnych z uznanymi międzynarodowo zasadami praw człowieka”. Motorem edukacji praw człowieka w Amnesty International jest dążenie do:

- wzmocnienia młodych osób wszystkich płci,
- kształtowania postaw, wartości oraz zachowań,
- zwiększania świadomości praw człowieka
- wspierania nieustannego zaangażowania na ich rzecz.

Edukacja praw człowieka to nie tylko przekazywanie wiedzy, lecz także edukacja oparta na uczestnictwie, której celem jest stworzenie przestrzeni dla krytycznego myślenia i analizy. Edukacja praw człowieka szanuje prawo zarówno edukatorów/edukatorek, jak i uczących się do zakwestionowania nieuczciwych procesów zachodzących w trakcie uczenia się oraz do demokratycznej, opartej na poszanowaniu przestrzeni nauki. Edukacja praw człowieka oraz uczenie uczestniczące są szczególnie ważne z punktu widzenia zaangażowania w trudne rozmowy o seksualności, płci oraz prawach szczegółowo opisanych w tym module.

Aby dowiedzieć się więcej o samym aktywnym uczestnictwie oraz o tym, jak je wspierać, zapoznaj się z Poradnikiem facylitatorów i facylitatorek.



© Amnesty International

O ĆWICZENIACH

Ćwiczenia zawarte w niniejszym Module opracowano z myślą o młodych ludziach. Mają one pomóc im w rozwijaniu umiejętności i kompetencji związanych z podejmowaniem działania na rzecz praw seksualnych i reprodukcyjnych - zarówno własnych, jak i osób ze swojego otoczenia. Ćwiczenia mają także wzmocnić młodych ludzi w przełamywaniu milczenia na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych oraz zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego, a także w rozpoczęciu otwartej rozmowy o potrzebach ciała i jego autonomii we własnych społecznościach.

Do poszczególnych ćwiczeń dołączono części informacyjne, które można potraktować także jako oddzielny materiał. Młodzi ludzie oraz facylitatorzy/facylitatorki zainteresowani/zainteresowane pracą w swoich społecznościach z wykorzystaniem Modułu mogą dostosowywać zaproponowane ćwiczenia do własnych potrzeb i na ich podstawie planować dłuższe lub krótsze szkolenia. Facylitatorzy/facylitatorki powinni/powinny ocenić przed zajęciami, jakie tematy i problemy są najbardziej istotne dla społeczności młodych ludzi.

Ćwiczenia adresowane są do młodych ludzi wszystkich płci. Ich celem jest umożliwienie:

- zrozumienia potrzeby konsekwentnego i stanowczego mówienia o płci oraz seksualności
- poznania własnych praw seksualnych i reprodukcyjnych oraz rozwijania umiejętności ich egzekwowania
- podejmowania działań na rzecz praw seksualnych i reprodukcyjnych - zarówno własnych, jak i przysługujących innym ludziom.



© Amnesty International



© Amnesty International

Z lewej: szkolenie na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych podczas Nordyckiej Konferencji Młodzieży, lipiec 2014 r.

Na górze: warsztaty dla trenerów i trenerek praw seksualnych i reprodukcyjnych z Ameryki Łacińskiej w Buenos Aires, Argentyna, 2014 r.
Na dole: uczniowie i uczennice z Liceum Ibou Diallo w Senegalu dyskutują o prawach człowieka uczestnicząc w grze, 2012 r.



© Amnesty International (photo: Grace Gonzalez)

Kobiety i dziewczęta, mężczyźni i chłopcy wychodzą na ulicę w Nikaragui w Dniu na rzecz Dekryminalizacji Aborcji w Ameryce Łacińskiej i na Karaibach, 28 września 2011 r.

Spotkanie dla młodych aktywistów i aktywistek z regionu Azji i Pacyfiku w Hong Kongu, 8 maja 2008 r.

ZANIM ZACZNIESZ

Moduł zawiera 16 ćwiczeń. Aby zapewnić holistyczny wymiar procesu uczenia się, ćwiczenia ułożono w określonej kolejności. Każde nowe ćwiczenie odwołuje się do pracy wykonanej w trakcie poprzednich sesji. Ćwiczenia można rozdzielić i zaplanować ich przeprowadzenie w czasie, który odpowiada danej grupie.

Jednak korzystanie z nich w przedstawionej kolejności pozwoli na osiągnięcie najlepszych rezultatów edukacyjnych.

Czas potrzebny do przeprowadzenia każdego ćwiczenia będzie zależał od liczby uczestników/uczestniczek, ich wiedzy i poprzednich doświadczeń oraz ich wieku. Zalecane jest przyjęcie elastycznego podejścia, które podczas procesu wspólnego uczenia się i doświadczania pozwoli na pogłębioną refleksję i dyskusję.

KILKA WSKAZÓWEK DLA OSÓB PROWADZĄCYCH ZAJĘCIA PRZED ROZPOCZĘCIEM ĆWICZEŃ

Zapoznaj się dokładnie z całym Modułem. Zdobędziesz w ten sposób podstawowe informacje potrzebne do przeprowadzenia ćwiczeń i zrozumiesz, w jaki sposób są one ze sobą powiązane. Pomoże ci to także zdecydować, na których ćwiczeniach należy skoncentrować się, a które należy zmodyfikować, jeśli pojawi się taka konieczność. Przygotuj przestrzeń potrzebną do przeprowadzenia ćwiczeń, materiały, odpowiednie źródła (zgodnie ze wskazówkami umieszczonymi na początku każdego ćwiczenia).

Zaplanuj otwarcie i zamknięcie każdej sesji, korzystając z aktywności rozgrzewających, „lodołamaczy” oraz ćwiczeń budujących zaufanie pomiędzy uczestnikami/uczestniczkami (wskazówki znajdziesz w części dotyczącej bezpiecznej

przestrzeni). Bądź przygotowany/przygotowana i miej w zanadru krótkie aktywności fizyczne, które będzie można zastosować w celu złagodzenia napięcia podczas trudniejszych sesji.

Korzystaj z „Przewodnika po strategiach aktywnego uczestnictwa”, wydanego w ramach pakietu edukacyjnego Edukacja dla Godności. Zawiera on szczegółowe informacje i wskazówki dotyczące przeprowadzania zajęć, w których uczestniczą młode osoby. Wyjaśnia, jakie są podstawowe zasady tworzenia bezpiecznej i pełnej szacunku atmosfery, w jaki sposób wspierać efektywną pracę w grupach oraz jakie działania młode osoby mogą podjąć po każdym ćwiczeniu.



© Amnesty International

ZAPLANUJ SWOJE DZIAŁANIA

Koniec każdego ćwiczenia stanowi świetną okazję do zachęcenia młodzieży, aby podjęła jakieś działanie. Stwarza przestrzeń do kreatywności i czerpania przyjemności z zajęć edukacyjnych.

Można ten cel osiągnąć poprzez zachęcenie młodzieży do działania w ramach następujących obszarów:

Zwiększanie świadomości

- Znajdź sposoby, dzięki którym podzielił się nowymi informacjami i własnymi refleksjami z przyjaciółmi/przyjaciółkami, rodziną i społecznością wykorzystując takie formy, jak: dyskusja, debata, gra edukacyjna, sztuka, muzyka, taniec, etc.
- Przygotuj plakaty i banery dotyczące danego problemu i treści poszczególnych sesji.
- Rozpocznij w mediach społecznościowych kampanię, która pokaże, jak młodzi ludzie w twojej społeczności odbierają własną cielesność i związane z nią prawa.
- Stwórz ulotkę, napisz artykuł dla lokalnej gazety lub innego medium, idź do lokalnej stacji radiowej i przełam milczenie w kwestiach dotyczących ochrony praw seksualnych i reprodukcyjnych.
- Zorganizuj wystawę, debatę publiczną lub marsz na rzecz praw seksualnych i reprodukcyjnych i zaproś przyjaciół/przyjaciółki oraz rodzinę do udziału w tym przedsięwzięciu.

Dokumentowanie i raportowanie o naruszeniach praw człowieka

- Obserwuj sytuację w lokalnej społeczności: w transporcie publicznym, w centrach handlowych, w szkole lub miejscu pracy - wszędzie tam, gdzie może dochodzić do łamania praw człowieka. Ustal, jak inne osoby reagują na przypadki naruszeń praw człowieka.
- Przeprowadź w szkole lub sąsiedztwie ankietę dotyczącą stosunku lokalnej społeczności do ochrony praw seksu-

alnych i reprodukcyjnych i opublikuj jej rezultaty.

- Podziel się historiami i informacjami z osobami z innych społeczności, aby ukazać globalny wymiar problemu.
- Załóż Szkolną Grupę Amnesty International i działaj na rzecz poszanowania praw człowieka w swoim otoczeniu i w innych krajach (więcej informacji: www.amnesty.org.pl/edukacja)
- Rozpocznij kampanię antydyskryminacyjną lub ujawnij przypadki łamania praw seksualnych i reprodukcyjnych w swojej społeczności. Należy jednak uwzględnić, że takie działanie może wiązać się z trudnościami, np. negatywnym odbiorem ze strony społeczności lokalnej.
- Organizuj wydarzenia, podczas których młodzi ludzie będą mogli spotkać osoby działające w obszarze praw seksualnych i reprodukcyjnych i/lub osoby o różnej orientacji seksualnej, którym będą mogli zadawać nurtujące ich pytania. Dobrym przykładem, jest np. organizacja Żywej Biblioteki, gdzie każdy może porozmawiać z osobami, które doświadczają lub doświadczyły stereotypizacji, uprzedzeń, wykluczenia i dyskryminacji.



© Amnesty International

Po prawej: aktywistki podczas 16 Dni Akcji przeciwko Przemocy wobec Kobiet w Parque Calderon, Cuenca, Ekwador, listopad 2008 r. Dalej po prawej: młodzi ludzie biorą udział w inauguracji globalnej kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, marzec 2014 r.

Dowiedz się więcej:

- Poszerz swoją wiedzę na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych, korzystając z Internetu i/lub lokalnej biblioteki.
- Nawiąż kontakt z lokalnymi aktywistami/aktywistkami działającymi na rzecz praw seksualnych i reprodukcyjnych.
- Działaj w przestrzeni wirtualnej, nawiąż kontakt z zainteresowanymi tą kwestią młodymi użytkownikami/ użytkowniczkami sieci i mediów społecznościowych.
- Dołącz do prowadzonej przez Amnesty International kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”.
- Poszukaj informacji o innych światowych kampaniach tego typu i włącz się w ich działania, organizując lokalne wydarzenia (np. 16 dni przeciwko przemocy ze względu na płeć, Światowy Dzień Walki z AIDS, Międzynarodowy

Dzień Przeciwko Homofobii i Transfobii oraz Międzynarodowy Dzień Działania na rzecz Zdrowia Kobiet).

Jak zainspirować innych do działania

Broń praw człowieka w swojej społeczności: opowiadaj się za osobami pokrzywdzonymi dyskryminacją i przemocą. Zostań facylitatorem/facylitatorką - organizuj warsztaty dla młodych ludzi, używając niniejszego Modułu jako narzędzia przekazywania wiedzy i rozwijania umiejętności. Rozpocznij lub dołącz do internetowych grup dyskusyjnych, gdzie osoby z różnych środowisk, kultur i krajów mogą wymieniać swoje poglądy i doświadczenia związane z ochroną praw seksualnych i reprodukcyjnych. Stwórz stronę, np. na Facebooku lub innym portalu społecznościowym i publikuj swoje opinie na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych.



© Amnesty International



Imen Derouiche, była więźniarka sumienia z Tunezji, przemawia podczas demonstracji na rzecz Tunezji w Lublanie, Słowenia, lipiec 2001 r.

**PRZEŁAMYWANIE
MILCZENIA**

**BUDOWANIE
BEZPIECZNEJ
PRZESTRZENI**



PLANOWANIE DYSKUSJI NA TRUDNE TEMATY

Prawa seksualne i reprodukcyjne to kwestia osobista i budząca kontrowersje. Młodzi ludzie, biorący udział w proponowanych w tym module dyskusjach mogą prezentować różny poziom wiedzy na te tematy, niejednokrotnie niedokładnej, bądź stereotypowej. Kwestie seksualności i płci wywołują silne emocje, dlatego bardzo wielu ludzi wyraża niechęć do zmian swoich poglądów

w tym obszarze. Próba ich zakwestionowania może naruszać poczucie bezpieczeństwa, a dla facylitatorów/facylitatorek być wyczerpująca. Facylitatorzy/facylitatorki, którzy/które razem z młodymi ludźmi będą podążać za wskazówkami umieszczonymi w tym Module, powinni z wyprzedzeniem zaplanować przestrzeń dla dyskusji.



© Amnesty International

OCENA WŁASNYCH POSTAW I PRZEKONAŃ

Samoświadomość: Pierwszym krokiem w byciu dobrym facylitatorem/facylitatorką jest poznanie samego/samej siebie, swych mocnych i słabych stron, przekonań i stereotypów. Wiele tematów zawartych w tym Module wyraźnie pokazuje, jak pojmujemy siebie i otaczający nas świat. Bardzo ważne jest zatem zrozumienie, jakie przekonania dzielimy i jak się z nimi czujemy.

Często łatwiej przychodzi nam ocena zachowań seksualnych młodych ludzi niż analiza zachowań osób dorosłych. Jakie postawy prezentujesz w kwestii seksualności młodych ludzi i zachowań, które w tym aspekcie przejawiają? Co wiesz na ten temat przed rozpoczęciem sesji i ćwiczeń? Gdzie zdobyłeś/zdobyłaś wiedzę? Co wiesz na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych? Czy wiedza o prawach seksualnych i reprodukcyjnych koliduje z twoimi przekonaniami na temat seksualności młodych ludzi?



© Amnesty International

Z lewej: młodzi ludzie z Togo uczestniczą w warsztatach podczas inauguracji kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, czerwiec 2014 r.
Powyżej: uczestniczki warsztatu „Moje ciało a prawa człowieka” w mieście Meksyk, marzec 2014 r.

KILKA WSKAZÓWEK DLA FACYLITATORÓW/FACYLITATOREK

W edukacji praw człowieka promowane jest indywidualne podejście do procesu uczenia się. Wynika to z tego, że poruszane tematy mają bardzo osobisty charakter, mogą wywoływać silne emocje lub przywołać trudne doświadczenia u uczestników/uczestniczek i facylitatorów/facylitatorek. Facylitatorzy/ facylitatorki powinni/powinny przywiązywać dużą wagę do budowania zrozumienia i poczucia bezpieczeństwa podczas pracy z grupą. Powinni/powinny również posiadać kompetencje, które umożliwią konstruktywne zajęcie się pojawiającymi się emocjami (np. bólem, smutkiem, poczuciem winy, itp.).

Wskazane jest, żeby zajęcia były prowadzone przez dwie osoby. Osoby pracujące w parze trenerskiej mogą wzajemnie wspierać się i uzupełniać. Praca taka powinna bazować na otwartej, partnerskiej relacji, która może również modelować relacje pomiędzy osobami uczestniczącymi.

Warsztat poświęcony budowaniu zespołu podczas szkolenia na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych, Londyn, styczeń 2014



© Amnesty International

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH:

- ✓ Wyjaśnij, że przeżywanie i okazywanie emocji jest naturalne, że każdy i każda z nas doświadcza emocji i daje im wyraz w różny sposób. Nie ma złych emocji, złe może być natomiast to, co pod wpływem emocji zrobimy.
- ✓ Na początku sesji powiedz uczestnikom/uczestniczkom, że jeśli z jakiegoś powodu chcą opuścić na chwilę pomieszczenie, mogą to uczynić bez skrępowania i wyjaśniania na forum grupy. Drugi facylitator/facylitatorka lub inny uczestnik/uczestniczka może takiej osobie towarzyszyć, dzięki czemu sesja będzie kontynuowana, a osoba znajdzie się pod opieką.
- ✓ Zanim rozpoczniesz sesję, zastanów się, jak należałoby postąpić, jeśli ktoś zacznie płakać. Co zrobiłbyś/zrobiłabyś odruchowo? Jakie są kulturowe oczekiwania w kwestii reakcji na czyjś płacz? Jak możesz stworzyć przestrzeń, w której uczestnicy/uczestniczki wyrażają swoje emocje i w której na te emocje reagujesz?
- ✓ Wyrażaj uznanie w sytuacjach, w których ludzie wyrażają swoje emocje i mówią o nich.
- ✓ Używaj języka, który podkreśla siłę ludzi i ich wytrzymałość w radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami. Unikaj języka opisującego ludzi jako ofiary (możesz je zastąpić określeniem osoby pokrzywdzonej czy doświadczającej przemocy, dyskryminacji).
- ✓ Upewnij się, gdzie możesz uzyskać wsparcie emocjonalne dla siebie i dla uczestników/uczestniczek oraz kiedy możesz prosić o ewentualną pomoc.
- ✓ Jak sobie radzić z sytuacjami, kiedy uczestnicy/uczestniczki mówią o swych doświadczeniach przemocy? Niektóre dyskusje zaproponowane w ćwiczeniach mogą dotyczyć przemocy seksualnej, gwałtów i innych przypadków łamania praw człowieka. Facylitatorzy/facylitatorki powinni/powinny być świadomi/świadome, że poufność oferowana przez nich uczestnikom/uczestniczkom ma swoje granice. Czy facylitatora/ka ma prawny obowiązek zgłoszenia przypadków przemocy, jeśli młoda osoba podczas sesji mówi o swoich doświadczeniach przemocy w domu lub środowisku szkolnym? Do kogo powinien/powinna się zwrócić w takiej sytuacji? Przed rozpoczęciem ćwiczeń facylitatorzy/facylitatorki muszą znać pewne prawne i etyczne wymogi. Muszą także wiedzieć, gdzie szukać wsparcia i jak jasno wyjaśnić uczestnikom/uczestniczkom, że jako facylitatorzy/facylitatorki nie w każdej sytuacji mogą zagwarantować pełną poufność.
- ✓ Facylitator/facylitatorka nie jest ekspertem/ekspertką od udzielania pomocy i to też nie jest jej zadanie. Dobrze jednak, żeby miała/miał przy sobie listę różnych telefonów zaufania, które może przekazać osobie potrzebującej fachowej pomocy. W sytuacji podjęcia przez facylitatora/facylitatorkę działania, (np. zgłoszenia organom ścigania przestępstwa), należy liczyć się z utratą zaufania u młodych ludzi.

BUDOWANIE ZAUFANIA

Stworzenie bezpiecznej przestrzeni do uczenia się i dyskusji o seksualności i płci wymaga samoświadomości ze strony facylitatora/facylitatorki. Moduł ten został przygotowany z myślą o młodych ludziach z różnym doświadczeniem w edukacji rówieśniczej czy facylitacji. Przyszli facylitatorzy/facylitatorki powinni/powinny zastanowić się, jak stworzyć optymalną, bezpieczną oraz przyjazną przestrzeń do pracy - taką, w której przestrzegane będą prawa człowieka, będące przedmiotem dyskusji. Niniejszy Moduł stworzony został w celu prowokowania rozmów i refleksji o prawach człowieka związanych z ciałem, seksualnością oraz płciowo-

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH:

- ✓ **Rozpoznać i przeanalizować dynamikę układu sił w procesie uczenia się.**
Edukacja praw człowieka umożliwia przeformułowanie tradycyjnej dynamiki pomiędzy osobą uczestniczącą a prowadzącą. Osoba facylitująca powinna być świadoma sposobów, dzięki którym przestrzeń fizyczna wspiera lub przeszkadza w procesie uczenia się. Żeby uzyskać tę świadomość, osoby prowadzące powinny najpierw zbadać własne przekonania i upewnić się, w jaki sposób pojmują siłę swojej obecności w przestrzeni uczenia się. Czy osobę facylitującą znajdującą się w przedniej części pomieszczenia oraz uczestników/uczestniczki dzieli bariera fizyczna? Czy uczestników/uczestniczki poruszają się w przestrzeni, w której mogą pracować ze sobą nawzajem i z osobą facylitującą, jak z równymi sobie?
- Pamiętaj, że osoba facylitująca musi dążyć do stworzenia demokratycznej przestrzeni nauki, przestrzeni, w której wszystkie osoby we własnym tempie i pod własną kontrolą badają własne uczucia i emocje. Facylitator/facylitatorka ma za zadanie raczej umożliwiać i wspomagać niż kontrolować. Pomaga zdefiniować, czym jest bezpieczna przestrzeń, jak ją stworzyć i jakie strategie zarządzania nią należy przyjąć.
- ✓ **Ćwiczyć z osobami uczestniczącymi wzajemny szacunek i odpowiedzialność.**
Zaproś osoby uczestniczące do dyskusji o tym, czym jest szacunek i jak się przejawia. Kiedy będziesz mówić o rolach uczestników/uczestniczek i facylitatora/facylitatorki w przestrzeni uczenia się, upewnij się, że obie strony mają takie same oczekiwania co do tworzenia atmosfery zaufania i odpowiedzialności za zapewnienie wzajemnego komfortu. Jednym ze sposobów zagwarantowania szacunku jest uznanie wiedzy i doświadczeń każdej osoby uczestniczącej - każda osoba ma prawo do wyrażenia swych doświadczeń w sposób dla siebie najbardziej komfortowy. W podobny sposób powinny postępować ze sobą osoby uczestniczące. Jednocześnie nie powinny zapominać o krytycznym myśleniu i możliwości kwestionowania czyichś przekonań. Aby zrealizować ten postulat, facylitator/facylitatorka może zaproponować jako jedną z zasad pracy zasadę szacunku, poufności i zasadę odpowiedzialności za siebie i grupę oraz ustalić z uczestniczącymi osobami, jak te zasady są rozumiane i jak będą realizowane podczas zajęć.
- ✓ **Pielegnować różnorodność i zapewniać uczestnictwo.**
Kiedy planujesz pracę przy zastosowaniu tego Modułu, dopilnuj, aby zawarte w nim historie, ćwiczenia oraz materiały dodatkowe były reprezentatywne dla społeczeń-

stwa i środowiska osób uczestniczących, uwzględniając także osoby najbardziej zmarginalizowane oraz pozbawione praw. Zaproś do uczestnictwa ludzi z organizacji i społeczności, które pośród uczestników/uczestniczek mają mniejszą liczbę przedstawicieli/przedstawicielek i wyznają różnorodne poglądy na dyskutowane tematy. Osoby facylitujące nie powinny, w dążeniu do zapewnienia reprezentacji poszczególnych form marginalizacji, polegać na obecności członków/członkiń niedoreprezentowanych grup, lecz tworzyć przestrzeń wyrażania doświadczeń i pomysłów w sposób bezstronny. Zapewnienie możliwie najszerszej reprezentacji różnych przekonań nie jest obowiązkiem osób uczestniczących, ale osoby facylitujące.

ścią uczestników/uczestniczek. Tematy te nie mogą krępować facylitatora/facylitatorki, który/która powinien/powinna dłożyć wszelkich starań, żeby uczestnictwo w dyskusjach poprzedziło stworzenie przestrzeni pełnej zaufania. Ten stały proces refleksji i dopasowywania się do zmiennych warunków podczas ćwiczeń ma na celu zapewnienie wszystkim uczestnikom/uczestniczkom równych szans w bezpiecznym i kreatywnym wyrażaniu siebie. W celu stworzenia przyjaznego dla praw człowieka otoczenia facylitatorzy/facylitatorki powinni/powinny:

- ✓ **Znajdź upust dla silnych emocji.**
Niektóre tematy zawarte w Module mogą wywołać gwałtowne reakcje emocjonalne zarówno u uczestników/uczestniczek, jak i facylitatorów/facylitatorek. Osoby prowadzące muszą być świadomi/świadome kulturowo uznanych sposobów reagowania na silne emocje, udzielania wsparcia, zapewnienie przestrzeni do ich wyrażania. Facylitatorzy/facylitatorki powinni/powinny uznać prawo do wyrażania emocji na forum i stworzyć plan optymalnego reagowania na silne emocje. Sposoby radzenia sobie z silnymi emocjami w trakcie dyskusji:
 - Wyznaczenie grupowej roli „przyjaciela/przyjaciółki”, który/która danego dnia będzie odpowiedzialny/odpowiedzialna za wsparcie emocjonalne dla innych osób uczestniczących.
 - Stworzenie oddzielnej przestrzeni dla osób, które będą mogły w razie potrzeby się tam przenieść.
 - Zwrócenie się do osób uczestniczących z prośbą o pełną akceptację wyrażanych myśli i reakcji emocjonalnych.
- ✓ **Służyć za przykład**
Osoby facylitujące powinny być wzorem demokratycznego prowadzenia dyskusji oraz egzekwowania zasad dobrej dyskusji od uczestników/uczestniczek. Promuj szacunek, pokorę oraz dążenie do maksymalnego zaufania pomiędzy facylitatorami/facylitatorkami a uczestnikami/uczestniczkami w procesie uczenia się. Osoba facylitująca prowadzi grupę, modelując zaufanie i zachowania konieczne dla stworzonej bezpiecznej przestrzeni; dzięki temu grupa może powielać te postawy i zapewnić sobie zaufanie oraz poczucie bezpieczeństwa.

Zaufanie w grupie zbudować można nie tylko w trakcie dyskusji, lecz także na drodze stopniowego wyrażania i poznawania siebie nawzajem. Krótkie aktywności polegające na wzajemnym poznawaniu uczestników/uczestniczek i pobudzaniu do aktywnego udziału, pomagają nie tylko utrzymać dynamikę sesji, lecz także umożliwiają uczestnikom/uczestniczkom oswojenie się z innymi i nawiązanie z nimi dobrego kontaktu. Podczas planowania sesji przeznacz trochę czasu na krótkie aktywności podnoszące energię uczestników/uczestniczek, które pomogą im uniknąć znużenia.



© Amnesty International Switzerland

Pracownicy i pracowniczki Amnesty International Szwajcaria pokazują kolorowe bransoletki przygotowane na inaugurację kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” w Bernie, Szwajcaria, marzec 2014 r.

TWORZENIE BEZPIECZNEJ PRZESTRZENI

Budowanie bezpiecznej przestrzeni dla dyskusji o płci i seksualności powinno zakładać więcej niż wstępną dyskusję o zaufaniu, prywatności i poufności. Osoby facylitujące powinny być przygotowane na to, żeby poświęcić czas na początku i na końcu każdego ćwiczenia tego Modułu na proste aktywności podkreślające wzajemne zaufanie i wspierające refleksję o całym procesie. Osoby prowadzące powinny również zrównoważyć czas poświęcony na wprowadzenie,

budowanie zaufania i ćwiczenia nastawione na uczenie się i dyskusję. Powinny zadbać o to, żeby osoby uczestniczące odpowiednio poznały temat, zanim przejdą do kolejnego ćwiczenia.

Poniżej: doświadczająca przemocy seksualnej między 9 a 14 rokiem życia, „Connie”, opowiada swoją historię AI, przy wsparciu pracowniczek z Centrum Praw Kobiet, Nikaragua, Marzec 2010 r.



© Amnesty International (photo: Grace Gonzalez)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

✓ Zbadaj temat:

jakie problemy w tym obszarze są powszechne w społeczności, z którą pracujesz? Jaki rodzaj wsparcia mogą otrzymać. Czy ludzie, z którymi pracujesz są szczególnie narażeni na ryzyko zakażenia wirusem HIV lub innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową? Gdzie młodzi ludzie mogą uzyskać pomoc? Gdzie znajdują się przychodnie, punkty informacji przyjazne młodym osobom? Czy w grupie, z którą pracujesz, powszechny jest problem przemocy domowej? Przygotuj sobie informacje o punktach pomocy prawnej i psychologicznej.

✓ Poinformuj, jeśli czegoś nie wiesz:

osoby facylitujące nie muszą znać odpowiedzi na każde pytanie. Powiedz: „Nie jestem pewien/pewna, ale sprawdzę to i wrócę z tym do Ciebie”, a następnie zrób tak. Dowiedz się, kto może udzielić odpowiedzi, do jakiej organizacji można zwrócić się zwrócić się o pomoc w razie potrzeby.

✓ Stwórzcie wspólne zasady współpracy:

rozpocznij zajęcia od spisania umowy, która będzie uwzględniać wzajemne oczekiwania członków/członkiń grupy w odniesieniu do języka, atmosfery i celów uczenia się. Kwestie języka obejmują to, jakie słowa i terminy grupa uznaje za właściwe, a jakie uznaje za nieodpowiednie. Grupa powinna ustalić zasady reagowania na używanie nieodpowiednich, wulgarnych słów i terminów z zachowaniem zasady szacunku dla innych. Na przykład, grupa może zgodzić się na wykorzystanie tylko naukowych lub medycznych terminów, w odniesieniu do części ciała. Nie powinno być miejsca dla raniącego języka o kolorze skóry, religii, płci, orientacji seksualnej lub innym statusie, i to oczekiwanie musi być częścią wspólnej umowy.



© Amnesty International

Ćwiczenie pomagające zbudować zaufanie. Nordycka Konferencja Młodzieży, Kopenhaga, Dania, lipiec 2014 r.

✓ Bądź otwarty/otwarta i wrażliwy/wrażliwa na różnorodność:

porozmawiajcie o zasadach dyskusji, które będą opierały się na szacunku dla innych, używaniu języka wrażliwego na tożsamość i orientację seksualną. Oznacza to stosowanie imion i określeń wybranych przez osoby uczestniczące. Zastanów się też, jak zbudować neutralność podczas zajęć, np. używanie jednocześnie terminu partner/partnerka, chłopak/dziewczyna – żeby nie przesądzać orientacji seksualnej, wskazywanie terminów niejednorodnych płciowo do odgrywania ról.



POUFNOŚĆ I PRYWATNOŚĆ

Podczas wypracowywania wspólnych zasad pracy z osobami uczestniczącymi ważnymi kwestiami są poufność i prywatność, nie tylko podczas ćwiczeń, ale również po ich zakończeniu. Osoby mogą czuć się niezbyt komfortowo i nie będą angażować się w pełni, jeśli obawiają się ostracyzmu, obrażania, obnażenia przed innymi w trakcie i po zakończeniu zajęć. Budowanie zgody, co do tego, co stanie się z informacjami i słowami, które padną podczas zajęć, jest kluczowe dla stworzenia atmosfery opartej na wzajemnym zaufaniu.

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Po zakończeniu pracy nad wspólnymi zasadami w kwestii poufności i prywatności, zapytaj osoby uczestniczące, czy mogą się pod nimi podpisać.
- ✓ Upewnij się, że nikt nie czuje przymusu aktywnego uczestniczenia w ćwiczeniach czy dyskusjach. Uczestnictwo jest dobrowolne.
- ✓ Poproś osoby uczestniczące o refleksję nad tym, w jaki sposób mogą ćwiczyć otwartość i powstrzymywanie się od osądzania innych w swoim codziennym życiu, nie tylko podczas sesji.
- ✓ Zachęcaj osoby uczestniczące do wzajemnego przypomnienia sobie o wypracowanych zasadach, gdy widzą, że są one naruszane zarówno podczas zajęć, jak i poza nimi. Omówcie możliwe sposoby reagowania na naruszenia zasad, tak aby można to zrobić z szacunkiem i bez konfrontacji lub obwiniania się.
- ✓ Podkreśl, że osoby uczestniczące powinny poprosić o pozwolenie, gdy chcą powiedzieć o doświadczeniu innej osoby. Zachęć również do zwalniania z zachowania w tajemnicy doświadczeń, którymi osoby uczestniczące chcą się podzielić i nie chcą traktować ich jako poufne.
- ✓ Rozmawiajcie o bezpieczeństwie, zagrożeniach i kosztach emocjonalnych trudnych sytuacji.
- ✓ Przedyskutujcie to, czego grupa potrzebuje, aby czuć się bezpiecznie/jakie ma obawy w kontekście dyskusji o wspólnych zasadach i bezpiecznej przestrzeni.

Islandzka aktorka Álfurún Örnólfsson pozuje do zdjęcia podczas tworzenia wystawy AI Islandia „Moje ciało a prawa człowieka”, marzec 2014 r.

Po prawej: zainspirowana grafikami Hikaru Cho (Choosan), które zostały opublikowane w dniu rozpoczęcia kampanii, młoda kobieta z namalowanym zamkiem na brzuchu i kluczem w ręce, jako symbolem „prawa do wyboru czy chce się mieć dzieci oraz kiedy chce się mieć dzieci”, Marsz w Santiago, Chile, 2014 r.

© Amnesty International



© Amnesty International

ĆWICZENIE 1.1

POSZERZENIE WIEDZY O RÓŻNORODNOŚCI I WSPÓLNE DZIAŁANIE

CELE

- Poznanie się nawzajem osób uczestniczących.
- Wprowadzenie koncepcji różnorodności i rozpoznanie różnorodności w grupie.
- Badanie możliwych korzyści i wyzwań wynikających z pracy w różnorodnym otoczeniu.

CZAS

- 1 godzina

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Karty Bingo Różnorodności (kserokopie dla każdej osoby uczestniczącej ze str. 26)
- Długopisy, markery
- Papier flipchartowy lub karton

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z TRZECH KROKÓW

Krok 1: Bingo Różnorodności (25 minut)

Krok 2: Ściana graffiti (25 minut)

Krok 3: Podsumowanie (10 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Możesz dostosować czas trwania ćwiczenia do rozmiaru i potrzeb grupy. Być może Twoja grupa zna się dość dobrze, ale nie zakładaj z góry, że wszystkie osoby wszystko o sobie wiedzą.
- ✓ Tekst na kartach Bingo Różnorodności może być zmodyfikowany tak, żeby odpowiadał specyfice grupy. Upewnij się, że karta Bingo Różnorodności prezentuje osoby różnorodne ze względu na religię, strukturę rodziny, przekonania, doświadczenia, wykształcenie, płeć czy hobby.
- ✓ Daj osobom uczestniczącym czas, np. 15 minut, na przemieszczanie się po sali i rozmowę z jak największą liczbą osób w celu wypełnienia karty Bingo Różnorodności. Nie ma znaczenia, jeśli niektórym osobom nie uda się wypełnić całej karty.
- ✓ Podczas, gdy osoby uczestniczące próbują wypełnić swoją kartę Bingo Różnorodności, w sali może panować chaos. Ważne jest, żeby pozwolić każdej osobie na własny sposób wykonania tego zadania.
- ✓ Jeśli nie masz wystarczająco dużo czasu, ćwiczenie „ściana graffiti” może zostać przeprowadzone osobno.
- ✓ Podczas tworzenia ściany graffiti, możesz położyć papier na podłodze tak, żeby osoby uczestniczące mogły zgromadzić się wokół niego i zapisywać swoje myśli, a następnie – po zakończeniu ćwiczenia – powiesić na ścianie.
- ✓ Ściana graffiti może być pomocna przy wypracowywaniu zasad współpracy.

Krok 1: Bingo różnorodności (25 minut)

Praca indywidualna (15 minut)

- Rozdaj kartę Bingo Różnorodności (kserokopie ze str. 26) każdej osobie uczestniczącej.
- Wyjaśnij, że jest to sposób na poznanie się nawzajem.
- Daj osobom uczestniczącym 15-20 minut (w zależności od wielkości grupy) na wypełnienie swoich kart Bingo.

Aby wypełnić karty Bingo, osoby uczestniczące muszą rozmawiać z innymi uczestnikami/uczestniczkami i pod każdym polem karty zebrać podpisy osób, które będą pasowały do podanych stwierdzeń. Upředź osoby uczestniczące, że jeżeli z jakichś przyczyn nie chcą, nie muszą ujawniać w trakcie ćwiczenia jakiegoś obszaru swojej tożsamości. Celem tego ćwiczenia jest zwiększenie poczucia bezpieczeństwa w grupie.

- Wyjaśnij, że każde pole musi być podpisane przez inną osobę.
- Pierwsza osoba, która zbierze podpisy pod wszystkimi polami powinna krzyknąć „BINGO!”.

Dyskusja na forum (10 minut)

Poproś osoby uczestniczące, aby usiadły w kręgu. Poproś chętne osoby o podzielenie się refleksjami i odpowiedziami na następujące pytania:

- Czy dowiedzieliście/dowiedziałyście się czegoś nowego, zaskakującego o kimś z grupy?
- W jaki sposób decydowaliście/decydowałyście, które z pól na kartach innych uczestników/uczestniczek podpisać?
- Czy któraś osoba czuła, że może podpisać wszystkie lub prawie wszystkie pola?
- Które pole było najtrudniejsze do wypełnienia?
- Czy więcej trudności sprawia zadawanie pytań, czy odpowiadanie na nie?
- Czy były pytania, na które udzielenie odpowiedzi było trudniejsze? Z jakiego powodu?
- Czego dowiedzieliście/dowiedziałyście się o sobie podczas tego ćwiczenia?
- Czego dowiedzieliście/dowiedziałyście się o grupie podczas tego ćwiczenia?



© Amnesty International

Po prawej: uczestnicy i uczestniczki międzynarodowego szkolenia na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych w Londynie, Wielka Brytania, październik 2014.

KROK 2: Ściana graffiti (25 minut)**Praca indywidualna (10 minut)**

- Przed zajęciami przygotuj dwa kartony/dwie połączone kartki papieru flipchartowego, tak aby osoby uczestniczące mogły pisać po nich w tym samym czasie.
- Nazwij jeden „Korzyści”, a drugi „Wyzwania”. Rozdaj markery/długopisy.
- Zapytaj osoby uczestniczące:
 1. Jakie korzyści daje praca z różnorodną grupą?
 2. Jakie wyzwania niesie ze sobą praca z różnorodną grupą?
- Poproś osoby uczestniczące, aby zastanowiły się nad tym, co ich kultura mówi o osobach, które się od nich różnią.
- Poproś osoby uczestniczące o zapisanie lub narysowanie korzyści na jednym kartonie/kartce papieru flipchartowego, a wyzwań na drugim. Powiedz im, aby swobodnie używali/używały słów i obrazów, które odzwierciedlają ich myśli.

Zapisanie pierwszych słów na pustej kartce może być trudne, warto, żebyś również uczestniczył/uczestniczyła w ćwiczeniu jako osoba facylitująca.

Refleksja w grupie (10 minut)

Po tym, jak osoby uczestniczące skończą pisać i rysować, poproś je o przyjrzenie się dwóm powstałym „ścianom graffiti”.

- Zbierz grupę przed ścianą prezentującą „Wyzwania” i poproś osoby uczestniczące o przeczytanie na głos po kolei wszystkich zapisów.
- Powtórz to samo ze ścianą „Korzyści”.
- Poproś osoby uczestniczące, aby usiadły w kręgu i podzieliły się refleksjami nad tym ćwiczeniem (jeśli grupa jest liczna można poprosić o podzielenie się przemyśleniami w parach).

Możliwe pytania do refleksji:

- Jak czuliście/czuliście się słuchając o wyzwaniach?
- Jak czuliście/czuliście się słuchając o korzyściach?
- Czy jakieś zapisy były dla kogoś szczególnie poruszające?
- Jak zareagowałeś/zareagowałaś?

Może się zdarzyć, że grupa wypisze dużo więcej wyzwań płynących z różnorodności niż korzyści. Jeśli tak się stanie, spróbuj dopytać o korzyści, możesz podać przykład dwóch osób, które czymś się różnią, np. mają różne zainteresowania i zapytać, dlaczego dobrze jest, że istnieją np. osoby o różnych zdolnościach i zainteresowaniach.

KROK 3: Podsumowanie (10 minut)

- Aby zakończyć ćwiczenie, poproś każdą osobę w kręgu, żeby podzieliła się z grupą jedną rzeczą, która mogłaby pomóc sprostać wyzwaniom i wymienić jedną rzecz, której potrzebuje od grupy, aby czuć się bezpiecznie.
- Zaczynij rundkę, podając przykład: Mogę dać grupie moją kreatywność, od grupy potrzebuję szacunku dla moich pomysłów.

Po prawej: praca nad graffiti podczas warsztatów w mieście Meksyk, marzec 2014 r.



© Amnesty International

KARTA BINGO (DO UŻYCIA W ĆWICZENIU 1.1)

OSOBA, KTÓRA POCHODZI Z DUŻEJ RODZINY. JAK LICZNEJ?	OSOBA, KTÓRA ZNA WSZYSTKIE SŁOWA JAKIEJS PIOSENKI. JAKIEJ PIOSENKI?	OSOBA, KTÓRA ZNA WIĘCEJ NIŻ JEDEN JĘZYK OBCY. JAKIE JĘZYKI?	OSOBA, KTÓRA JEST W ZWIĄZKU.
OSOBA, KTÓRA MA WIELKĄ PASJĘ. JAKĄ PASJĘ?	OSOBA O INNYM WYZNANIU NIŻ MOJE. JAKIEGO WYZNANIA?	OSOBA, KTÓRA PRZEPROWADZIŁA SIĘ Z JEDNEJ MIEJSCOWOŚCI DO DRUGIEJ.	OSOBA O INNEJ PŁCI NIŻ MOJA.
OSOBA, KTÓRA INTERESUJE SIĘ NAUKAMI ŚCISŁYMI?	OSOBA, KTÓRA MA PRZYJACIOŁ LUB ZNA OSOBĘ LUB OSOBY, KTÓRE SĄ GEJAMI, LESBIJKAMI, OSOBAMI BISEKSUALNYMI, TRANSSEKSUALNYMI LUB INTERSEKSUALNYMI.	OSOBA, KTÓRA MIESZKA ZE SWOJĄ DALSZĄ RODZINĄ (DZIADKOWIE, CIOCIE, WUJKOWIE...)	OSOBA, KTÓRA LUBI TWORZYĆ SZTUKĘ. JAKĄ? (POEZJA, MUZYKA, RYSUNEK...)
OSOBA, KTÓRA KIEDYKOLWIEK ROZMAWIAŁA ZE SWOIMI RODZICAMI O SEKSIE LUB SEKSUALNOŚCI I CZUŁA SIĘ KOMFORTOWO PODCZAS ROZMOWY.	OSOBA, KTÓRA MA KREWNYCH ŻYJĄCYCH W INNYM KRAJU.	OSOBA, KTÓRA UPORAŁA SIĘ Z CZYMŚ, CZEGO WCZEŚNIEJ SIĘ OBAWIAŁA.	OSOBA, KTÓRA LUBI TAKĄ SAMĄ DYSCYPLINĘ SPORTOWĄ JAK JA.

ĆWICZENIE 1.2

ZASADY WSPÓŁPRACY

CELE

- Ustalenie zasad wzajemnego traktowania się przez uczestników/uczestniczki.
- Stworzenie atmosfery pełnej szacunku i zaufania.
- Wypracowanie wspólnego rozumienia poufności i prywatności.

CZAS

- 60-70 minut

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Papier flipchartowy
- Kartki papieru
- Markery/długopisy

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z TRZECH KROKÓW

Krok 1: Refleksja: indywidualna i w małych grupach (20 minut)

Krok 2: Tworzenie wspólnych zasad (20 minut)

Krok 3: Podsumowanie (20-30 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Możesz dostosować czas trwania ćwiczenia do rozmiaru i potrzeb grupy.
- ✓ Prawa seksualne i reprodukcyjne nie zawsze są łatwym tematem do rozmowy i ludzie mogą mieć różne opinie, dlatego tak ważne jest to, aby zbudować przestrzeń pełną szacunku dla wszystkich.
- ✓ Młodzi ludzie, aby rozmawiać o prawach seksualnych i reprodukcyjnych, powinni czuć się bezpiecznie podczas dzielenia się swoimi myślami, pomysłami, pytaniami i doświadczeniami, bez poczucia, że są osądzeni. Ustalcie, czego wzajemnie od siebie potrzebujecie i wypracujcie wspólne porozumienie.

Przykład: szacunek dla różnych opinii, zrozumienie, że nie ma głupich pytań, poufność (co zostało powiedziane w grupie, zostaje w grupie), prawo do wyrażania emocji, dobrowolność, odpowiedzialność za siebie grupę. Jeśli nie zostały one wymienione przez grupę, dodaj je do listy zasad. Sprawdź, czy wszyscy akceptują zaproponowane zasady.

- ✓ Ważne jest to, żeby podkreślić, że każda osoba uczestnicząca jest odpowiedzialna za budowanie bezpiecznej i opartej na zaufaniu przestrzeni. Każda osoba powinna poinformować resztę grupy, jeśli nie czuje się bezpiecznie i uważa, że ustalone zasady nie są respektowane.
- ✓ Umieść spisane zasady w miejscu widocznym dla wszystkich uczestników/uczestniczek. Możesz odnosić się do nich podczas zajęć, aby przypominać osobom uczestniczącym na jakie zasady umówiły się w celu zagwarantowania sobie i innym przestrzeni pełnej szacunku i bezpieczeństwa. Zachowaj te zasady, ponieważ będziecie się do nich odwoływać podczas wszystkich ćwiczeń realizowanych w ramach tego Modułu. W razie potrzeby możecie dodać do nich kolejne zasady. Jeśli na kolejnych zajęciach pojawią się nowe osoby uczestniczące, ważne jest, żeby zapoznali/zapoznały się z zasadami i zgodzili/zgodziły się na nie.

KROK 1: Refleksja: indywidualna i w małych grupach (20 minut)**Refleksja indywidualna (20 minut)**

- Poproś uczestników/uczestniczki o zastanowienie się nad tym, co oznaczają dla nich szacunek, zaufanie i bezpieczeństwo. Wyjaśnij, że będziecie rozmawiać o tym, czego potrzebujemy, aby czuć się szanowanymi i szanować innych w grupie.
- Daj każdej osobie kartkę papieru i poproś o podzielenie jej na trzy części. Nazwij poszczególne części:
 1. Ja
 2. Inne osoby uczestniczące
 3. Osoba prowadząca
- Poproś o zapisanie na poszczególnych częściach kartki, czego każda osoba oczekuje i potrzebuje od siebie, od innych uczestników/uczestniczek i od osoby prowadzącej, by czuć się komfortowo i bezpiecznie. Być może pomocne będzie odniesienie się do poprzedniego ćwiczenia (Ściana graffiti) i zastanowienie się, czego potrzebowali/potrzebowały, aby czuć się komfortowo.
- Osoby uczestniczące powinny zapisać wszystko, co uznają za konieczne w procesie budowania poczucia bezpieczeństwa i być przy tym jak najbardziej konkretnymi. Przykład: jeśli masz na myśli „szacunek” - to, czego potrzebujesz od innych, by czuć, że jesteś traktowany/traktowana z szacunkiem.

Praca w małych grupach (10 minut)

- Podziel osoby uczestniczące na 4 lub 5-osobowe zespoły.
- Poproś uczestników/uczestniczki o podzielenie się w grupach zapisami na swoich kartkach.
- Poproś o zapisanie na papierze flipchartowym wspólnych dla wszystkich zapisów, co do których panuje pełna zgoda w grupie. Ważne jest to, żeby stworzyć przestrzeń, w której każda osoba czuje, że może uczestniczyć i wypowiedzieć się.

KROK 2: Tworzenie wspólnych zasad (20 minut)

- Zaprosz osoby uczestniczące do dyskusji w kręgu.
- Poproś jedną z grup o zaprezentowanie plakatu z zapisanymi zasadami. Zapytaj, czy osoby z innych grup chciałyby coś dodać, czy zidentyfikowały coś, czego w tych zapisach brakuje.
- Zapytaj, czy wszystkie osoby zgadzają się z tymi zapisami.
- Upewnij się, że wśród zapisów znajdują się kwestie poufności i prywatności.
- Kiedy wszystkie osoby zgodzą się co do zapisów, poproś chętną osobę o przeczytanie ich jeszcze raz na głos. Poproś uczestników/uczestniczki o zastanowienie się, czy są w stanie przestrzegać ustalonych zasad podczas tych i kolejnych zajęć.
- Wyjaśnij, że wspólną odpowiedzialnością wszystkich uczestników/uczestniczek jest budowanie przestrzeni, w której każdy czuje się szanowany, bezpieczny i czuje, że może uczestniczyć i wносить swoje doświadczenia i pomysły. Poinformuj, że przestrzeganie ustalonych zasad jest naszą wspólną odpowiedzialnością.
- Zapytaj osoby uczestniczące czy podpisują się pod wspólnymi zasadami (niech podniosą rękę, wstaną lub złożą swój podpis pod spisem zasad). Ważne jest, żeby zademonstrowały w widoczny sposób, że zgadzają się na zaproponowane zasady.

KROK 3: Podsumowanie – różne opcje (20-30 minut)

Jako osoba prowadząca możesz wybrać, czy osoby uczestniczące mają zaprezentować bezpieczną przestrzeń w formie rysunku czy figury.

RYSUNEK: Jak wygląda nasza bezpieczna przestrzeń? (10 - 20 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, aby wspólnie narysowały obraz lub obrazy, które pokazują przestrzeń, która będzie pełna szacunku, bezpieczeństwa i możliwości uczestnictwa dla wszystkich. Zapytaj: jak takie miejsce powinno wyglądać? Jaka jest rola osób uczestniczących w stworzeniu i utrzymaniu tej przestrzeni?
- Stańcie wokół rysunku i porozmawiajcie o tym, co widzicie i co to dla was oznacza.
- Umieść rysunek obok spisu wspólnych zasad (może być wykorzystany do dalszych działań).
- Zapytaj osoby uczestniczące, czy chciałyby jeszcze coś dodać, czy brakuje im jakiegoś zapisu wspólnych zasad, niezbędnego do zbudowania tej przestrzeni. Zapytaj, kto ponosi odpowiedzialność za budowanie i utrzymanie tej przestrzeni.

Jak wygląda nasza bezpieczna przestrzeń? (10 minut)

- Poproś uczestników/uczestniczki o stworzenie z własnych ciał figury, reprezentującej przestrzeń, którą starają się zbudować (szacunek, bezpieczeństwo i uczestnictwo dla wszystkich).
- Na zakończenie zaprosz wszystkie osoby do refleksji, co symbolizuje przedstawiona figura i jaką rolę odgrywa każdy uczestnik/każda uczestniczka.

Dzieci uczestniczące w warsztatach Amnesty International Argentyna, luty 2006 r.

KRĄG (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby stanęły w kręgu.
- Przypomnij im, że wszystkie/wszyscy powinniśmy szanować wspólnie ustalone zasady i tylko razem możemy stworzyć przestrzeń, która jest pełna szacunku. To nie zawsze będzie łatwe i niektóre z zasad mogą być dla kogoś większym wyzwaniem niż dla innych członków/członkiń, dlatego potrzebujemy zaangażowania i wsparcia wszystkich, aby to zadziałało.
- Każda osoba, jedna po drugiej wypowiada słowa: „Zgadzam się szanować wspólne zasady, potrzebuję od innych..., np. aby nikt nikomu nie przerywał, móc zadać głupie pytanie itp.”.
- Po wypowiedzeniu swojego zdania, każda osoba łapie za rękę osobę stojącą obok – po wypowiedzi wszystkich osób uczestniczących powstanie krąg.
- Jako alternatywę dla kręgu możesz zaproponować, żeby wszystkie osoby podeszły do spisanego kontraktu i podpisały się na nim.



© Amnesty International

ĆWICZENIE 1.3

OSOBISTE KWIATY

CELE

- Umożliwienie uczestnikom/uczestniczkom lepszego poznania się.
- To ćwiczenie ma podobny cel, co ćwiczenie 1.1 „Bingo Różnorodności” – możesz wybrać to, które według Ciebie lepiej spełni ten cel. Jeśli masz czas możesz przeprowadzić oba. To ćwiczenie, w odróżnieniu od „Bingo Różnorodności”, daje więcej przestrzeni do opowiadania o sobie i dzielenia się osobistymi refleksjami.

CZAS

- 40 minut

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Kwiat narysowany na kartce papieru przez uczestników/uczestniczki (przykład na stronie 32)/lub skserowany i rozdany uczestnikom/uczestniczkom
- Taśma papierowa
- Ściana
- Kolorowe markery
- Długopisy

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z TRZECH KROKÓW

Krok 1: Osobisty kwiat (15 minut)

Krok 2: Dzielenie się płatkami (15 minut)

Krok 3: Dyskusja na forum (10 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Możesz dostosować czas trwania ćwiczenia do wielkości i potrzeb grupy.
- ✓ Opisy płatków można zmieniać stosownie do celów ćwiczenia.
- ✓ To ćwiczenie można skrócić i zastosować w taki sposób, aby pomóc osobom uczestniczącym poznać się wzajemnie.
- ✓ Osoby uczestniczące mogą wybrać, którymi płatkami chcą się podzielić – ta część jest fakultatywna. Jeżeli nie chcą podzielić się jakimś płatkiem, to nie powinny go wypełniać, ponieważ na zakończenie kwiaty będą powieszane na ścianie i zapisy na nich zostaną ujawnione.
- ✓ Aby podzielić osoby uczestniczące w pary, możesz również zastosować kreatywne metody, np. puść muzykę, do której uczestnicy/uczestniczki będą tańczyć, kiedy muzyka się zatrzyma, muszą znaleźć partnera/partnerkę.



© Amnesty International

Po prawej: aktywistka w Mali podczas inauguracji kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, marzec 2014 r.

Dalej po prawej: przykłady kwiatów stworzonych podczas warsztatów w Londynie, Wielka Brytania, styczeń 2014 r.

KROK 1: Osobisty kwiat (15 minut)

- Daj każdej osobie uczestniczącej kserokopię osobistego kwiatu ze str. 32 (lub poproś o narysowanie kwiatu na kartce papieru). Na każdym płatku osoby uczestniczące powinny zapisać odpowiedzi na następujące pytania:
 - Moją największą zaletą jest...
 - Najbardziej lubię...
 - Moje marzenie/cel to...
 - Nie lubię...
 - Najbardziej boję się...
 - Jestem najlepsza/najlepszy w...
- Wyjaśnij osobom uczestniczącym, że powinny odpowiedzieć na każde pytanie i zapisać każdy płatek. Daj im odpowiedni czas na wykonanie zadania.

KROK 2: Dzielenie się płatkami (15 minut)

- Kiedy kwiaty będą gotowe, poproś osoby uczestniczące o podzielenie się w dwuosobowych zespołach informacjami zapisanymi na jednym z płatków. Następnie poproś o powtórzenie ćwiczenia w parze z inną osobą, np.:
 - Pierwsza tura: Najbardziej lubię...
 - Druga tura: Moje marzenie to...
 - Trzecia tura: Najbardziej boję się...
- Należy zarezerwować tyle czasu, aby każda osoba zdążyła porozmawiać ze wszystkimi w grupie.

KROK 3: Dyskusja na forum (10 minut)

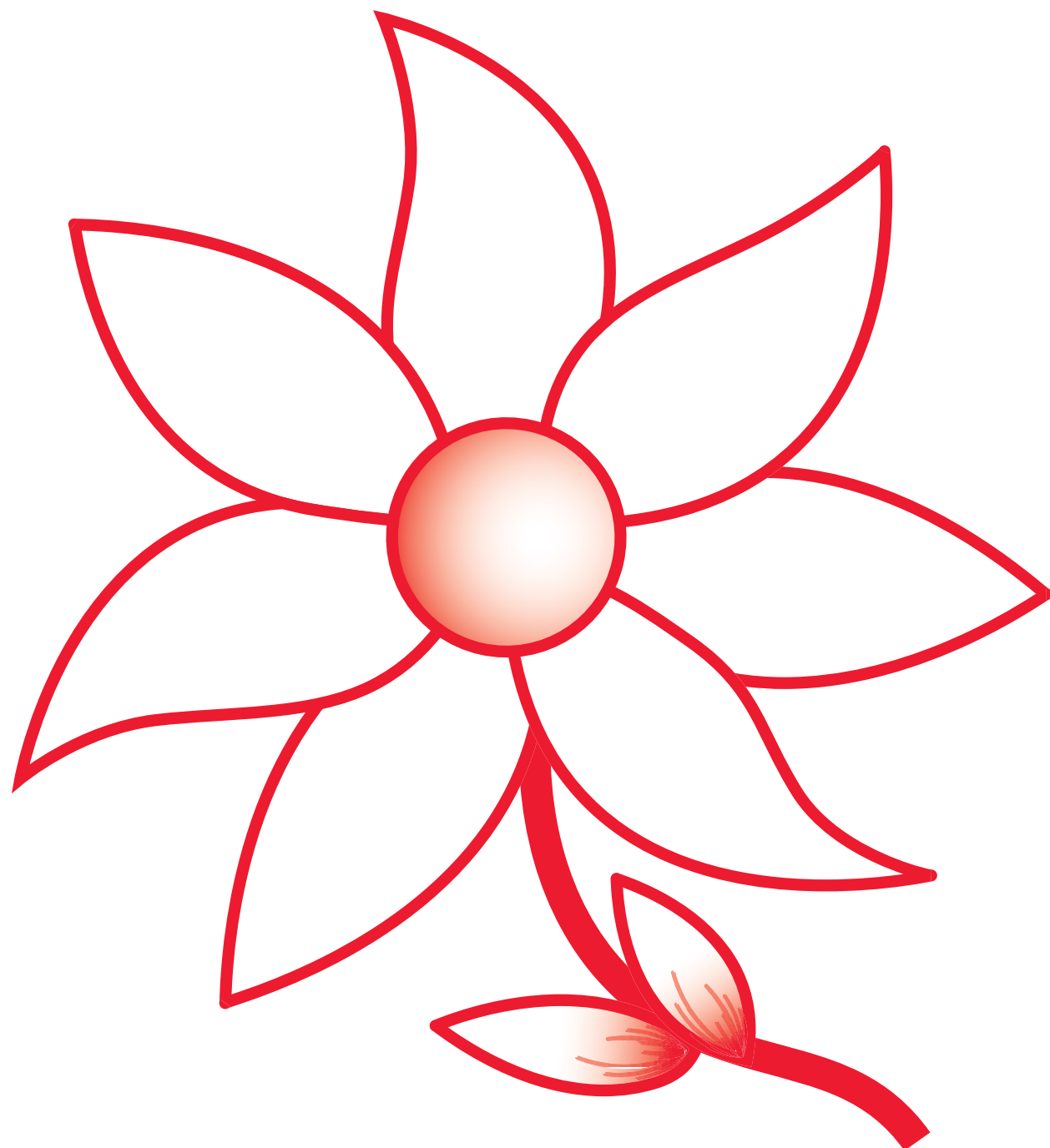
- Po zakończeniu spotkań w parach, poproś, żeby osoby uczestniczące usiadły w kręgu. Zapytaj, czy ktoś chce podzielić się z całą grupą, czymś co napisał/a, na którymś z płatków.
- Zapytaj, czy trudno było opowiadać o swoich marzeniach, obawach i wyzwaniach.
- Zapytaj, czy to ćwiczenie pomogło osobom uczestniczącym lepiej się poznać.
- Umieśćcie kwiaty na ścianie sali, w której odbywają się zajęcia.



© Amnesty International

OSOBISTE KWIATY

Przygotuj kserokopie dla każdego i rozdaj osobom uczestniczącym lub poproś, żeby uczestnicy/uczestniczki narysowali swoje kwiaty na czystych kartkach papieru.

**ĆWICZENIE 1.4****CZYM JEST ZAUFANIE****CEL**

- Refleksja nad znaczeniem zaufania, którym obdarzają nas ludzie, dzieląc się z nami osobistymi doświadczeniami, pomysłami i uczuciami.

CZAS

- 25 – 35 minut

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Kartka papieru dla każdej osoby uczestniczącej.

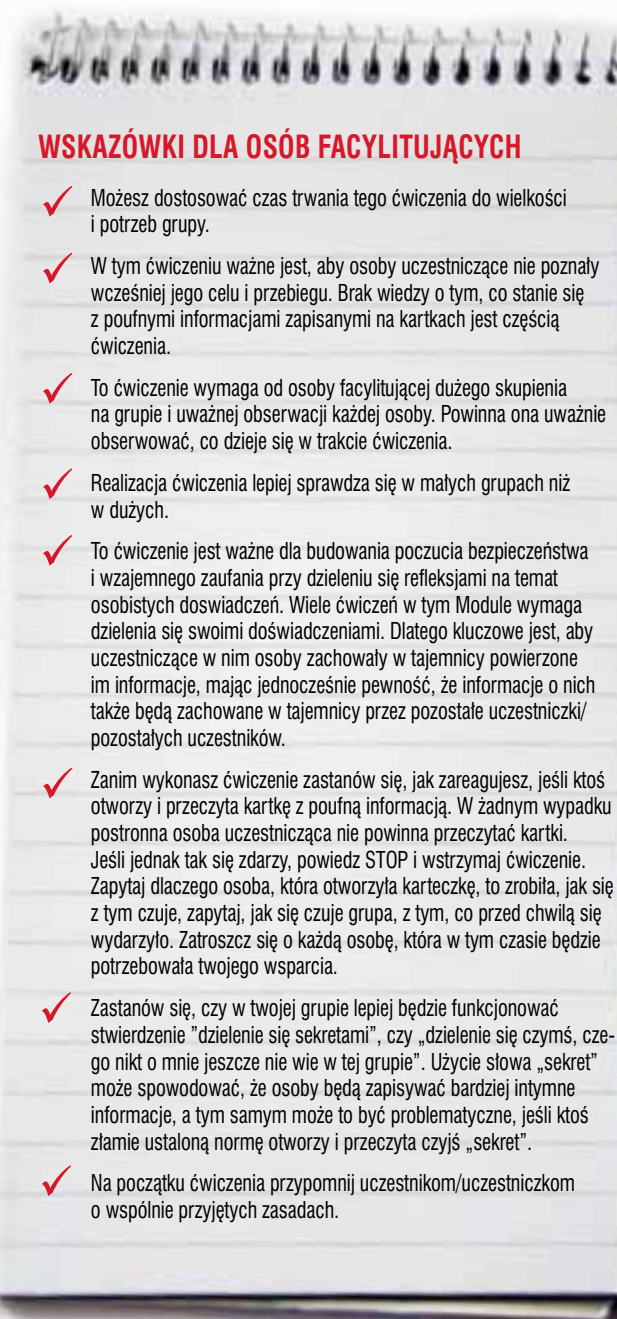
TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z TRZECH KROKÓW

Krok 1: Czego inni o mnie nie wiedzą (5 minut)

Krok 2: Dzielenie się poufnymi informacjami (10 minut)

Krok 3: Dyskusja na forum (10-20 minut)

© Amnesty International (photo: Grace Gonzalez)

**WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH**

- ✓ Możesz dostosować czas trwania tego ćwiczenia do wielkości i potrzeb grupy.
- ✓ W tym ćwiczeniu ważne jest, aby osoby uczestniczące nie poznały wcześniej jego celu i przebiegu. Brak wiedzy o tym, co stanie się z poufnymi informacjami zapisanymi na kartkach jest częścią ćwiczenia.
- ✓ To ćwiczenie wymaga od osoby facylitującej dużego skupienia na grupie i uważnej obserwacji każdej osoby. Powinna ona uważnie obserwować, co dzieje się w trakcie ćwiczenia.
- ✓ Realizacja ćwiczenia lepiej sprawdza się w małych grupach niż w dużych.
- ✓ To ćwiczenie jest ważne dla budowania poczucia bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania przy dzieleniu się refleksjami na temat osobistych doświadczeń. Wiele ćwiczeń w tym Module wymaga dzielenia się swoimi doświadczeniami. Dlatego kluczowe jest, aby uczestniczące w nim osoby zachowały w tajemnicy powierzone im informacje, mając jednocześnie pewność, że informacje o nich także będą zachowane w tajemnicy przez pozostałe uczestniczki/pozostałych uczestników.
- ✓ Zanim wykonasz ćwiczenie zastanów się, jak zareagujesz, jeśli ktoś otworzy i przeczyta kartkę z poufną informacją. W żadnym wypadku postronna osoba uczestnicząca nie powinna przeczytać kartki. Jeśli jednak tak się zdarzy, powiedz STOP i wstrzymaj ćwiczenie. Zapytaj dlaczego osoba, która otworzyła karteczkę, to zrobiła, jak się z tym czuje, zapytaj, jak się czuje grupa, z tym, co przed chwilą się wydarzyło. Zatrósz się o każdą osobę, która w tym czasie będzie potrzebowała twojego wsparcia.
- ✓ Zastanów się, czy w twojej grupie lepiej będzie funkcjonować stwierdzenie "dzielenie się sekretami", czy „dzielenie się czymś, czego nikt o mnie jeszcze nie wie w tej grupie”. Użycie słowa „sekret” może spowodować, że osoby będą zapisywać bardziej intymne informacje, a tym samym może to być problematyczne, jeśli ktoś złamie ustaloną normę otworzy i przeczyta czyjś „sekret”.
- ✓ Na początku ćwiczenia przypomnij uczestnikom/uczestniczkom o wspólnie przyjętych zasadach.

13-latką, która doświadczyła gwałtu, rysuje swoją wizję przyszłości, Nikaragua, marzec 2010 r. Jej marzenia przedstawia drzewo symbolizujące przeszłość, teraźniejszość i przyszłość.

KROK 1: Czego inni o mnie nie wiedzą (5 minut)**Praca indywidualna**

- Poproś osoby uczestniczące, żeby usiadły w kręgu.
- Daj każdej osobie kartkę papieru.
- Poproś o zapisanie na niej czegoś, czego nikt w grupie o nich nie wie (lub jakiegoś sekretu), a następnie zwinienie kartki w taki sposób, aby żadna osoba nie mogła przeczytać tego, co jest na niej zapisane.



© Amnesty International Morocco

Amnesty International Maroko podczas szkolenia z praw seksualnych i reprodukcyjnych zorganizowanego przy współpracy z UNFPA, maj 2014 r.

KROK 2: Dzielenie się poufnymi informacjami (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o przekazanie swojej zwiniętej kartki, z zapisaną informacją, osobie siedzącej po ich prawej stronie.
- Każda osoba daje komuś swoją kartkę i otrzymuje kartkę od innej osoby. Ważne jest, aby przed tą wymianą wyjaśnić, że nikt nie może otworzyć i przeczytać kartki, którą otrzymał.
- Poproś osoby uczestniczące o podzielenie się w dwuosobowych zespołach refleksjami:
 - Jak czujesz się z tym, że ktoś trzyma w ręku kartkę z informacją, którą z nikim wcześniej nie dzieliłeś/dzieliłaś się?
 - Ktoś powierzył ci poufną informację o sobie – jak się z tym czujesz?
- Zaproś wszystkich do kręgu z kartkami, które trzymają w ręku.
- Poproś kilka osób o podzielenie się na forum grupy swoimi refleksjami, które pojawiły się podczas rozmów w parach (nie o których mówili im inni).

KROK 3: Dyskusja na forum (10 - 20 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o zwrócenie trzymanych karteczek ich właścicielom/właścicielkom, wciąż bez otwierania.
- Kiedy każda osoba trzyma znów swoją własną kartkę z poufną informacją, powiedz im, że, jeśli chcą, mogą je zniszczyć lub zatrzymać. W tym momencie uczestnicy/uczestniczki zwykle czują ulgę.
- Zapytaj uczestników/uczestniczki:
 - Jak się teraz czują?
 - Jak się czuli/czuły podczas ćwiczenia?
- Zastanówcie się czego potrzebujemy, aby zaufać innym i jak ważne jest szanowanie zaufania, którym ktoś nas obdarzył.
- Wyjaśnij, że podczas kolejnych ćwiczeń i rozmów o prawach seksualnych i reprodukcyjnych będziemy potrzebować wzajemnego zaufania.



© Amnesty International

Osoby uczestniczące w międzynarodowym szkoleniu o prawach seksualnych i reprodukcyjnych w Londynie, październik 2014 r.

Aktywistka podczas Parady
Równości w Auckland, Nowa
Zelandia, luty 2014 r.



© Amnesty International / Rachel Banfield

ZROZUMIEĆ
PŁEĆ,
KULTURĘ
I SEKSUALNOŚĆ



WPROWADZENIE DO KULTURY, PŁĘCI I SEKSUALNOŚCI

Zauważyłem, że człowiek jest stale oceniany na podstawie stopnia „kobiecości” czy „męskości”. Na tej podstawie ci ludzie roszczą sobie prawo do decydowania o czyjejs płci. Rozstrzygają, co wolno komuś zrobić ze swoim ciałem, jak ma przeżyć własne życie i w jaki sposób społeczeństwo będzie postrzegać jego płęć w przyszłości. Na tym opiera się cały proces.

(Judas, dwudziestoletnia osoba transpłciowa z Finlandii)

Wszyscy czujemy presję. Każdego dnia. Presję wynikającą z naszego wyglądu, ubioru, sposobu wystawiania się, kształtu naszego ciała. Wszystkie te czynniki pomagają kształtować lub też krępować sposób, w jaki rozumiemy same i samych siebie, nasze ciała, naszą płęć i seksualność. Czasami może nam się wydawać, że nosimy ciężki plecak wypełniony przekonaniem, wartościami, uprzedzeniami, presją społeczną, religią, oczekiwaniami rodziny, standardami wspólnoty i normami kulturowymi. Ten ciężar może być szczególnie uciążliwy, kiedy wchodzi coś tak ważnego i osobistego, jak własne ciało i tożsamość.

Płęć i seksualność są zarówno bardzo osobiste, jak również w znaczącym stopniu kształtowane przez wspólnoty, społeczeństwa i normy kulturowe. Presja społeczna związana z płcią i seksualnością sprawia, że jednostce szczególnie trudno jest znaleźć granicę pomiędzy tym, co jest indywidualną tożsamością, a co jest wpływem społeczeństwa oraz norm społecznych.

Płęć, seksualność i reprodukcja są ze sobą ściśle związane, zwłaszcza jeśli chodzi o oczekiwania kulturowe. To jak społeczeństwo definiuje rolę związane z płcią jest powiązane z oczekiwaniami reprodukcyjnymi wynikającymi z płci biologicznej. Aby zachować porządek w hierarchii społecznej, wiele społeczności kładzie szczególny nacisk na rolę i obowiązki kobiety jako matki, tym samym obciążając niewspółmiernie młode kobiety.

Jednym z podstawowych praw zawartych w Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka jest prawo wszystkich ludzi do założenia rodziny według własnego uznania. Mimo to wszyscy, bez względu na płęć, muszą bardzo często stawić czoło ogromnej presji społecznej, jeśli chodzi o ich wybory w kwestii potomstwa i rodziny. Normy społeczne dyktują wiek, w którym należy zawrzeć małżeństwo, liczbę dzieci, jaką należy mieć i czas, w którym ma to nastąpić, jak również wywierają szczególną presję na młodych mężczyzn i młode kobiety, którzy/które decydują się nie zawierać małżeństwa lub pozostać bezdzietnymi.

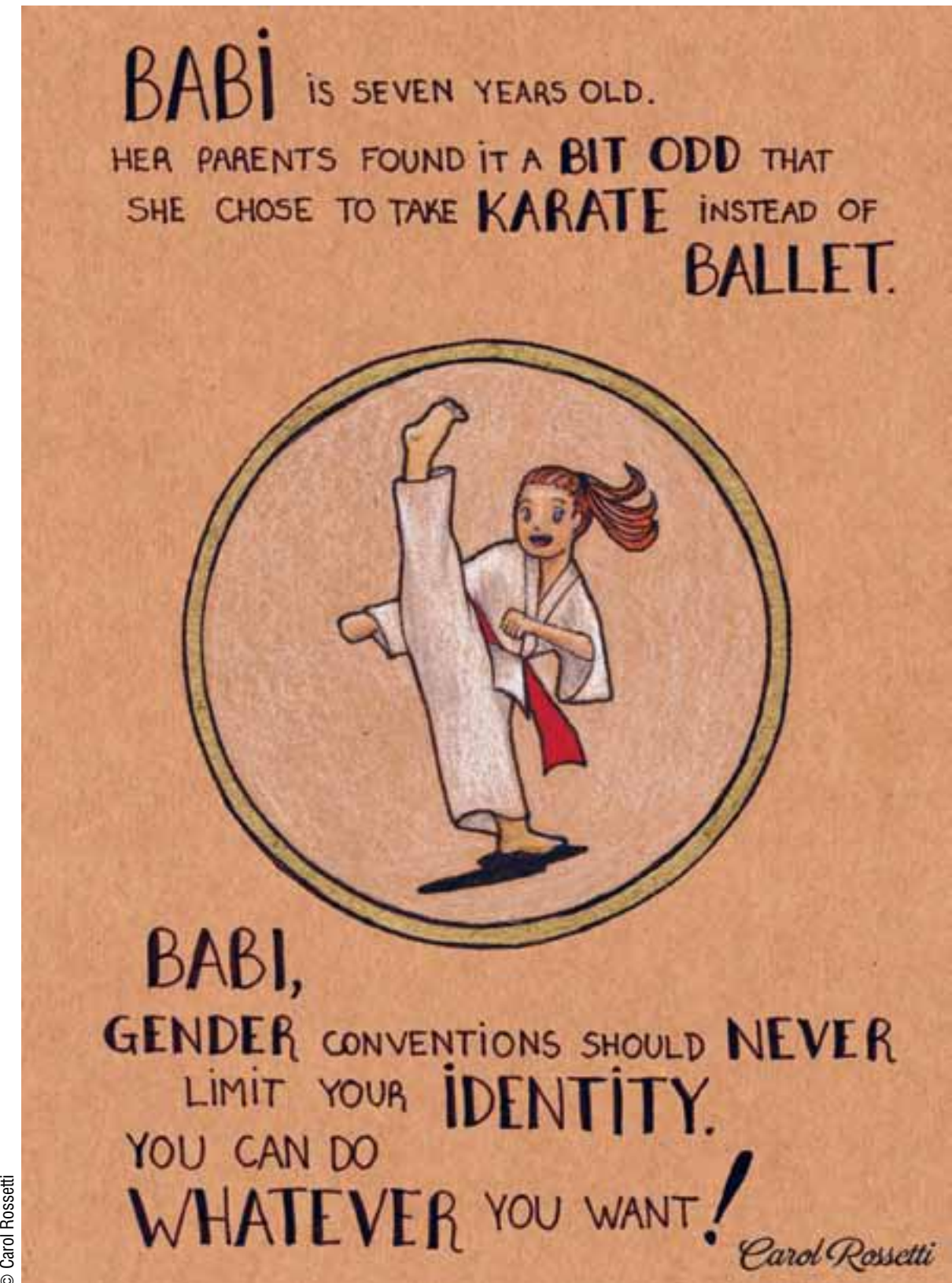
Kultura i normy społeczne mają również ogromny wpływ na sposób, w jaki ludzie wyrażają swoją płęć i seksualność. Społeczne standardy piękna różnią się w zależności od kultury i mogą prowadzić do wywierania presji zarówno na młodych mężczyzn, jak i kobiety, aby przekształcili lub zmienili swoje ciała tak, aby stały się bardziej „atrakcyjne” lub akceptowalne dla ich społeczeństwa. Niektórzy ludzie znoszą bolesne rytuały lub dokonują zmian we własnym ciele, aby dostosować się do norm danego społeczeństwa, a niemal wszyscy doświadczają pewnego rodzaju presji, aby ubierać się, zachowywać czy wyglądać w określony sposób.

Kultura i normy kulturowe są fundamentem, na którym społeczeństwa budują i zarazem ograniczają ludzką tożsamość płciową i seksualną. Są oparte na wspólnych wartościach, wierzeniach i rozumowaniu. Ewolują i zmieniają się wraz z upływem czasu, aby dopasować się do zmieniającego się społeczeństwa, przyjmując nowe wpływy i dodając je do opowieści, z których człowiek korzysta, aby zrozumieć siebie i otaczających go ludzi.

Na kulturę składa się wiele różnych elementów m.in.:

- język
- rodzina
- sztuka, muzyka i media
- historia
- religia.

Na stronie obok: grafika przeciwko stereotypom płciowym autorstwa Carol Rossetti mówi „Stereotypy płciowe nie powinny cię ograniczać. Możesz robić, co chcesz”. Grafika użyta za zgodą autorki.



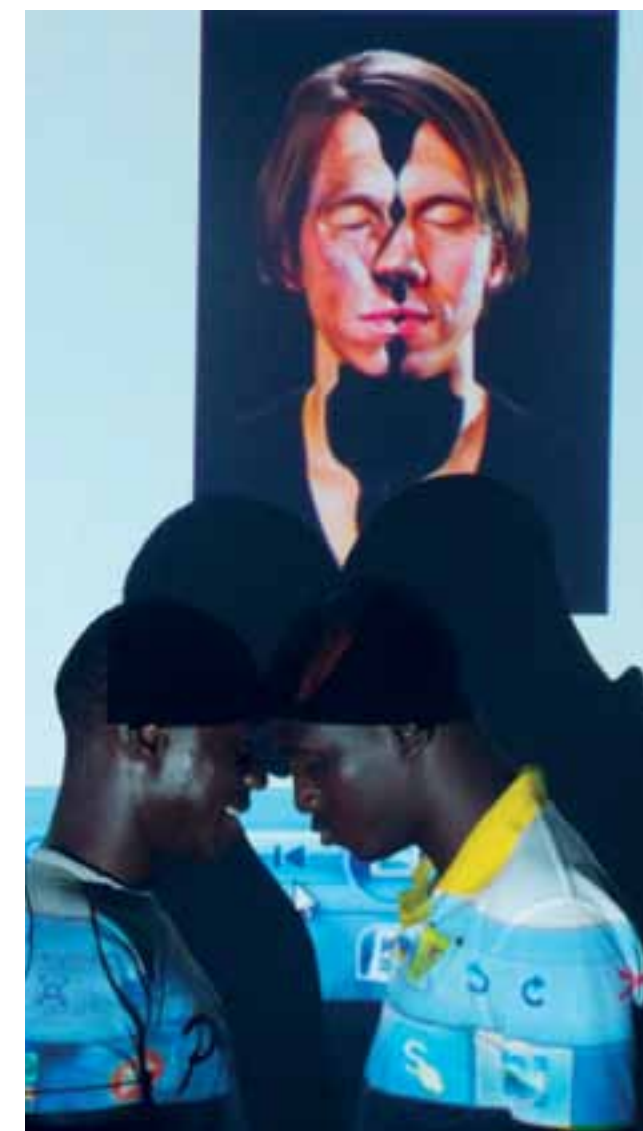
© Carol Rossetti



Religia może mieć szczególny wpływ na wartości i przekonania jednostki. Religie mają swoje własne systemy rozumienia otaczającego świata. Mogą dopełnić lub zaprzeczyć poszczególnym modelom kultury narodowej lub społecznej. Mają olbrzymi wpływ na ludzkie wartości: miłość, współczucie, zrozumienie i dobroczynność, które są powszechnymi motywami występującymi w niemalże każdej religii i kulturze.

Religia i kultura mogą być również czynnikami, które wywierają presję na seksualność oraz role związane z płcią. Przykładowo mogą narzucać normy kulturowe, dotyczące tego, kiedy i jak uprawiać seks, jakie role w społeczeństwie powinny być pełnione przez mężczyzn i kobiety oraz w jaki sposób tworzy się rodzinę. Są kształtowane przez religie i historię, i pozostają pod ich silnym wpływem. Inne elementy kultury, takie jak obrazy, przysłowia, pieśni i media, również w sposób świadomy lub nie, przekazują oczekiwania dotyczące tego, jak ludzie powinni wyglądać i zachowywać się w zależności od ich płci, tym samym umacniając stereotypy na temat płci i seksualności.

Płeć i seksualność zachodzą na siebie w kulturze pod wieloma względami. Obrazy w mediach, sztuka i muzyka często nawiązują do stereotypów opartych na płci i wzmacniają oczekiwania społeczne względem tego, jak człowiek powinien zachowywać się w oparciu o jego ekspresję płciową. Tożsamość płciowa, seksualność, płeć biologiczna oraz orientacja seksualna mogą wydawać się niezwykle osobiste, a jednocześnie mają olbrzymi wpływ na sposób organizacji kultur i społeczeństw. Tworzony przez kultury podział pomiędzy osobami o różnej płci, orientacji seksualnej, a tymi, którzy dźwierz władzę w danym społeczeństwie i tymi, którzy jej nie mają, decyduje o tym, w jaki sposób człowiek może korzystać ze swoich podstawowych praw, m.in. prawa do podejmowania decyzji, autonomii cielesnej oraz samostanowienia.



Uczestnicy warsztatów w Togo podczas inauguracji kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, czerwiec 2014 r.

PŁEĆ, KULTURA I PRAWA CZŁOWIEKA

Powszechna Deklaracja Praw Człowieka stanowi, że wszyscy ludzie są uprawnieni do korzystania ze swoich praw „bez względu na jakiegokolwiek różnice rasy, koloru skóry, płci, języka, wyznania, poglądów politycznych i innych, narodowości, pochodzenia społecznego, majątku, urodzenia lub jakiegokolwiek innego stanu”. Tożsamość jednostki jest zbudowana z różnych fragmentów: nie tylko z płci i tożsamości seksualnej, ale również z tego, jak płeć i seksualność oddziałują na kolor skóry, narodowość, religię i inne czynniki. Ponieważ role związane z płcią są w dużej mierze definiowane przez kulturę, mogą się one różnić w zależności od społeczeństwa. Istnieją jednak ogólnoświatowe tendencje, jeśli chodzi o różnice w postrzeganiu i traktowaniu kobiet i mężczyzn przez różne społeczności i kultury.

Konwencja w sprawie likwidacji wszelkich form dyskryminacji kobiet uchwalona przez Zgromadzenie Ogólne ONZ zobowiązuje kraje do *zmiany społecznych i kulturowych wzorców zachowania mężczyzn i kobiet w celu osiągnięcia likwidacji przesądów i zwyczajów lub innych praktyk, opierających się na przekonaniu o niższości lub wyższości jednej z płci albo na stereotypach roli mężczyzny i kobiety.*

Kiedy kobiety lub dziewczęta, które zostały zgwałcone lub wykorzystane seksualnie, napotykać na podejrzliwość, cenzurę czy potępienie, lub kiedy mężczyźni, którzy padli ofiarą gwałtu lub wykorzystania seksualnego są napiętnowani, obarczani winą lub napastowani, społeczeństwo otrzymuje jasną wiadomość co do władzy i kontroli nad płcią i seksualnością. Stygmat społeczny nakładany na ofiary wykorzystania seksualnego i gwałtu jest szczególnie dotkliwy i wstydlivy, powoduje, że wiele osób rezygnuje z dążenia do sprawiedliwości w obawie przez utratą reputacji, karą, dalszą przemocą i innymi konsekwencjami, a nawet obarczeniem winą.

Szczególny przykład nacisku, jaki kładzie się na seksualność i czystość dziewcząt oraz kobiet, jest widoczny w prawie, które nakazuje młodym kobietom poślubienie swojego oprawcy. Tak też stało się w przypadku Aminy Filali, która została zgwałcona w małym marokańskim miasteczku, w wieku zaledwie szesnastu lat, a następnie zmuszona do poślubienia mężczyzny, który ją zgwałcił. Jeszcze do niedawna, marokańskie prawo pozwalało gwałcielowi uniknąć odpowiedzialności w przypadku poślubienia kobiety, którą zgwałcił, jeśli ta nie ukończyła jeszcze osiemnastu lat. Jest to związane ze znaczeniem w kulturze arabskiej zdolności kobiety do wyjścia za mąż. Takie formy ustawodawstwa, które istnieją wciąż w Algierii i Tunezji, opierają się na wyjątkowo niesprawiedliwym założeniu, że dziewictwo kobiety definiuje jej wartość w społeczeństwie.

© Amnesty International

Młody mężczyzna, pochodzący z Yaounde w Kamerunie, który z powodu swojej orientacji seksualnej doświadczył przemocy i eksmisji, 2013 r.

Tradycja, która podtrzymuje pogląd, że kobieta jest własnością mężczyzny, przyczynia się do nierówności płci i naruszania praw kobiet na wiele różnych sposobów. Prawo, które pozwala mężowi bezkarnie bić czy gwałcić żonę, które zabrania kobietom podróżować, pracować, głosować, zakazuje dostępu do opieki medycznej i uniemożliwia posiadanie własności bez wiedzy lub zgody ich męża lub ojca, pomaga budować kulturę, w której kobiety nie mogą brać udziału w życiu społecznym na równi z mężczyznami i umacnia normy społeczne uznające niższość kobiet.

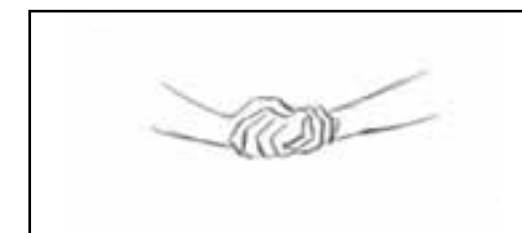
Nawet rodzice, nawet ojciec kobiety, którą bije mąż, nie może powiedzieć swojemu zięciowi: „Co ty robisz z moją córką?!” Nie ma do tego prawa. Mężczyzna może powiedzieć: „to moja żona i mogę z nią robić, co mi się żywnie podoba!”. Dla mężczyzn w Armenii żona to własność.

(D.M. - No Pride in Silence)

Z takim podejściem mamy do czynienia w wielu kulturach i regionach świata, również w Polsce, gdzie wciąż przemoc domową i przemoc wobec kobiet traktuje się jak problem niższej kategorii, a kobiety doświadczające przemocy nie są traktowane poważnie przez policję i sądy. Również w systemie ochrony zdrowia kobiety-pacjentki są nieraz pozbawiane głosu lub ich głos jest lekceważony w sprawach ich dotyczących i dla nich ważnych, takich jak znieczulenie przy porodzie, dostęp do antykoncepcji czy do legalnego przerwania ciąży.

Normy kulturowe i stereotypy mogą prowadzić nie tylko do ograniczenia wyrażania własnej tożsamości płci i seksualności, ale również napastowania, dyskryminacji i szykanowania ludzi, którzy w jakikolwiek sposób nie wpasowują się w oczekiwania społeczeństwa w kwestii tego, jak powinni wyrażać swoją płeć i seksualność.

Komiks przedstawiający mężczyzn i chłopców doświadczających seksizmu autorstwa rysownika Hasenth, 2014 r.



Used with permission from <http://hasenth.favors.me/>

DYSKRYMINACJA I NIERÓWNOŚĆ

Dyskryminacja to nieuzasadnione, oparte na nieprawdziwych, nieracjonalnych przekonaniach, nierówne traktowanie danej osoby lub grupy, w porównywalnej sytuacji, z powodu określonej cechy lub przekonań. Czego skutkiem jest utrudnienie lub uniemożliwienie korzystania na równi z innymi z praw, wolności i różnych dóbr. Jedną z najpowszechniejszych w skali świata form dyskryminacji jest dyskryminacja ze względu na płeć.

Role przypisywane płciom są w dużym stopniu określane przez kulturę, dlatego różnią się w różnych społecznościach. Jednak są pewne stałe elementy. Większość kultur dyskryminująco traktuje kobiety i dziewczynki, opierając się na założeniu, że kobiety są słabsze i podległe mężczyznom. Z tego powodu mają one słabszy dostęp do edukacji, opieki zdrowotnej czy pracy niż mężczyźni.

Mój teść je pierwszy, potem inni mężczyźni z rodziny. Kobiety jedzą na końcu.

24-letnia Nepalka

Na poziomie indywidualnej osoby oznacza to, że kobiety i dziewczęta są bardziej narażone na dyskryminację, nękanie i przemoc. Na poziomie rodziny, oznacza na przykład, że edukacja chłopców liczy się bardziej niż dziewczynek. Na poziomie kraju, objawia się tym, że władze nie inwestują w edukację czy zdrowie w sposób, który uwzględniałby potrzeby kobiet.



© Amnesty International/Aniss Mezoued



© Amnesty International

Powyżej, zdjęcie pierwsze: około 300 młodych osób zebrało się na wydarzeniu na rzecz równości i praw kobiet organizowanym przez AI i Oxfam w Louvain la Neuve w Belgii, luty 2013 r.

Powyżej, zdjęcie drugie: kobiety z grupy Madhesi uczestniczące w dyskusji na temat równości płciowej w dystrykcie Kailali, Nepal, maj 2014 r.

WYZWANIA, Z KTÓRYMI MIERZĄ SIĘ MŁODZI LUDZIE

Młodość to czas odkrywania, eksperymentowania i uczenia się. Ludzie są wtedy zazwyczaj bardziej skłonni do podejmowania ryzyka i bardziej skoncentrowani na stawianiu pytań. Prawa młodych ludzi przed 18 rokiem życia są chronione przez koncepcję rozwijających się zdolności dziecka, co oznacza, że czym dziecko jest starsze i dojrzałe, tym jego autonomia wzrasta i powinno mieć większą możliwość decydowania o swoim życiu.

Zasada rozwijających się zdolności pozwala ludziom doraść w ich własnym tempie, przenosząc na rodziców, opiekunów, nauczycieli/nauczycielki i lekarzy/lekarzki obowiązek zapewnienia młodym ludziom przestrzeni do podejmowania decyzji o ich prawach. Dorośli są więc odpowiedzialni za poszanowanie i zagwarantowanie praw dzieci i młodych ludzi, a jednocześnie muszą brać pod uwagę zdolność dziecka do samodzielnego korzystania z praw człowieka.

Dyskryminacja i oczekiwania społeczne związane z wiekiem też mogą silnie wpływać na poszanowanie praw człowieka. Według danych ONZ młodzi ludzie stanowią ogromną część światowej populacji: 40% ludzi ma mniej niż 25 lat, 85% z nich żyje w krajach rozwijających się. Jednak to młodzi ludzie są najbardziej zagrożeni nieposzanowaniem ich praw seksualnych i reprodukcyjnych. Odmawia im się prawa do edukacji, informacji o seksualności i reprodukcji, dostępu do ochrony zdrowia. Są bardziej narażeni na zakażenie wirusem HIV. W wielu kulturach, gdzie hierarchia tworzona jest przez kryterium wieku i doświadczenia, młodzi ludzie są postrzegani jako nieodpowiedzialni, niekompetentni, a tym samym pozbawieni prawa do głosu i decydowania o sprawach, które ich dotyczą.

Młodzi ludzie znajdują się w trudnej sytuacji, próbując balansować między tym, kim są i chcą być oraz byciem akceptowanymi takimi, jacy są. Protestowanie przeciwko normom społecznym dotyczącym seksualności i płci pozwala młodym ludziom redefiniować te normy i kwestionować stereotypy. Dzięki temu buntowi i procesowi zmiany myślenia, społeczeństwa i ich kultury ewoluują.



© Amnesty International

Młodzi ludzie w Togo biorą udział w warsztacie Amnesty International, czerwiec 2014 r.

KIEDY SPOTYKAJĄ SIĘ TOŻSAMOŚĆ I PRAWA CZŁOWIEKA

Prawa człowieka są zbiorem podstawowych gwarancji, które przynależą każdemu człowiekowi z racji urodzenia. Nikt nie musi na nie zasłużyć czy o nie zabiegać, żeby je mieć, a tym samym nikomu nie powinno się odmawiać ich poszanowania z żadnego powodu. Prawa człowieka są współzależne i niepodzielne, co oznacza, że wszystkie są równie ważne, a poszanowanie jednego jest ściśle zależne od poszanowania innych praw.

Powszechna Deklaracja Praw Człowieka (PDPCz) została przyjęta w 1948 roku, po II wojnie światowej, jako ważny krok w dążeniu do zbudowania świata, gdzie godność człowieka i wynikające z niej prawa są respektowane. Deklaracja wymienia zarówno prawa polityczne, osobiste, jak i ekonomiczne, społeczne i kulturalnej tj. prawo do życia, wolność słowa, prawo do mieszkania, pracy i zabezpieczenia społecznego. Więcej informacji o niepodzielności i współzależności praw człowieka znajdziesz w Module I pakietu edukacyjnego „Szanuj moje prawa. Szanuj moją godność – Ubóstwo i prawa człowieka”.

PDPCz stwierdza również, że prawa człowieka są przynależne każdej osobie bez względu na kolor skóry, płeć, język, wyznanie, poglądy polityczne, pochodzenie narodowe czy społeczne, poziom posiadania, urodzenie czy inne powody. Oznacza to również zakaz dyskryminacji ze względu na orientację seksualną i tożsamość płciową. Nasza tożsamość jest stworzona z wielu elementów, takich jak: płeć, orientacja seksualna, które są powiązane z innymi cechami, takimi jak: narodowość, kolor skóry, wyznanie, itd. Ludzie często mierzą się z dyskryminacją z wielu przyczyn naraz i mogą być wykluczani jednocześnie z wielu powodów, np. płci, przynależności do grupy etnicznej czy niepełnosprawności. Jest to tak zwana dyskryminacja krzyżowa. Każdy może też doświadczać dyskryminacji na różne sposoby.

Byłam przerażona, kiedy lekarze mówili do mnie po hiszpańsku, a ja nie mogłam odpowiedzieć... Pociłam się ze strachu... Co miałam odpowiedzieć, jeśli nie rozumiem hiszpańskiego.

Rosa Quichca Varga, kobieta należąca do mniejszości etnicznej mówiącej w języku quechua, w ciąży z piątym dzieckiem

Z lewej: Parada Równości w Auckland, Nowa Zelandia, luty 2013 r.
Po prawej: kobiety czekają w kolejce przed przychodnią w San Juan de Ccharhuacc w prowincji Huancavelica, Peru, wrzesień 2008 r. W Peru bardzo wiele kobiet umiera w ciąży i przy porodzie, szczególnie ubogich i należących do społeczności autochtonicznych.



© Amnesty International



© Amnesty International

Ważne obszary, w których tożsamość i prawa człowieka nakładają się na siebie, to: płeć, seksualność i status ekonomiczny. Zazwyczaj dostęp do ochrony zdrowia, edukacji i informacji jest uzależniony od możliwości zapłaty za te usługi. Państwo powinno je w jak największym stopniu zapewniać i czynić dostępnymi dla wszystkich. Ubóstwo jest często kluczową przyczyną dyskryminacji, powiązaną z innymi cechami prawnie chronionymi.

W naszych slumsach... wszyscy wiedzą, jeśli ktoś jest gejem. W jednym domu mieszka zwykle pięć osób. Słyszałem o przynajmniej czterech brutalnych atakach na osoby LGBTI, a oprócz tego często słyszy się na przykład sprzedawców, którzy mówią: „Nie wydam ci reszty, bo jesteś gejem”, albo innych mówiących: „Nie napiję się z tobą herbaty, bo jesteś gejem”.

Aktywista z Kampali, Uganda

Międzynarodowe zobowiązania w zakresie praw człowieka przykładają szczególną wagę do dyskryminacji i sytuacji osób i grup narażonych na wykluczenie, aby móc zapobiegać tym zjawiskom. Dotyczy to szczególnie takich grup jak: mniejszości etniczne, seksualne, migranci/migrantki i uchodźcy/uchodźczynie, dzieci i młodzież, osoby z niepełnosprawnościami, ze szczególnym uwzględnieniem kobiet należących do tych grup.

STYGMATYZACJA I KONTROLA

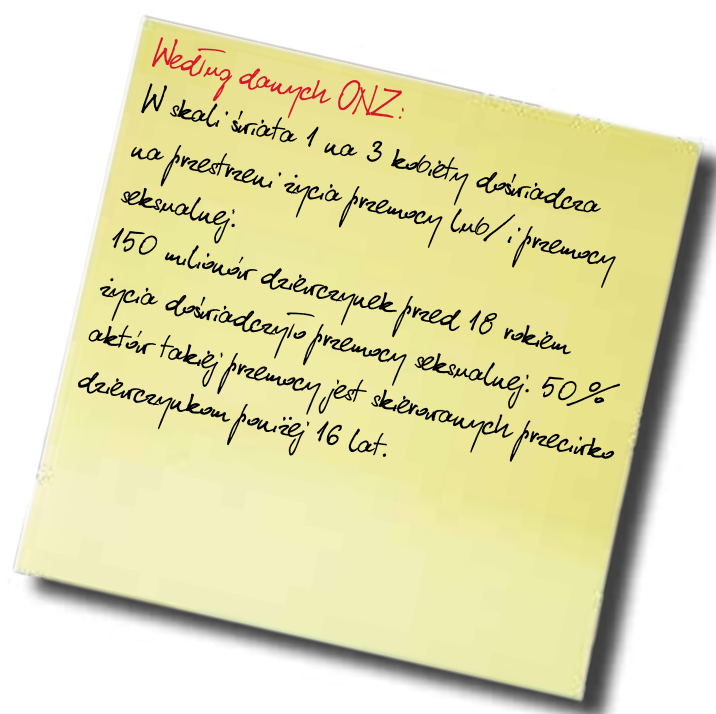
Ktoś, kto nie pasuje do dominujących norm społecznych, może być określany przez większość społeczeństwa jako „nienormalny”, „niemoralny”, „zhańbiony”, a często nawet jako niebezpieczny, czy jako przestępca. Podobnie niektóre tematy są czasem społecznym tabu – to znaczy nie ma przyzwolenia na rozmawianie o nich. Normy stanowią nie tylko o tym, co jest poprawne lub niepoprawne, ale także o tym, o czym można otwarcie mówić.

Dla przykładu, kiedy kobieta lub dziewczynka zostaje zgwałcona lub jest molestowana, potem często wini się ją za to lub stara się to ukryć. Mężczyźni doświadczający przemocy seksualnej często są stygmatyzowani lub nękanici z powodu tego, co ich spotkało. To sprawia, że są jeszcze bardziej wykluczani ze względu na płeć.

Badania ONZ pokazują również, że ofiary przemocy seksualnej nie chcą zgłaszać przypadków przemocy, obawiając się wykluczenia, utraty reputacji czy dalszej przemocy. Może to być też trudne, jeśli sprawca dysponuje władzą lub wyższą pozycją. Dlatego żeby móc rzeczywiście ścigać przestępstwa tego typu, trzeba przełamać milczenie i zmienić postrzeganie przemocy seksualnej, tak by pokrzywdzone osoby nie bały się negatywnych skutków walki o sprawiedliwość, w tym szczególnie obarczania ich winą za to, co się stało.

Boję się, że zabije moją rodzinę. Ale jednocześnie kiedy jestem w wiosce, strasznie się wstydzę. Obawiam się, że teraz nie uda mi się znaleźć kogoś, kto mnie pokocha.

14-letnia kobieta, która doświadczyła przemocy seksualnej, Kambodża



Po prawej: Akcja Amnesty International w Kopenhadze. Na banerze jest napisane: „Wyszlabyś za mężczyznę, który cię zgwałcił? W niektórych krajach byłabyś do tego zmuszona.”, Dania, lipiec 2014 r.

Brak otwartości w mówieniu o seksualności przekłada się także na problem ze ściganiem przestępstw seksualnych, a w szerszym kontekście może prowadzić do bezkarności sprawców/sprawczyń. Jeśli prawo pozwala mężowi bić lub gwałcić żonę, a dodatkowo nie pozwala jej dziedziczyć, ogranicza możliwość pracy, podróżowania czy korzystania z opieki zdrowotnej, oznacza to, że taka kobieta czy dziewczyna jest wykluczona społecznie, ekonomicznie i politycznie i nie ma możliwości uczestniczenia w zmianie norm społecznych, które wyznaczają jej niską pozycję w społeczeństwie. Ważne jest również, żeby państwo tworzyło schroniska dla osób doświadczających przemocy i gwarantowało im niezbędne wsparcie, co umożliwia im wyjście z sytuacji, w której doświadczają przemocy.

czyna jest wykluczona społecznie, ekonomicznie i politycznie i nie ma możliwości uczestniczenia w zmianie norm społecznych, które wyznaczają jej niską pozycję w społeczeństwie. Ważne jest również, żeby państwo tworzyło schroniska dla osób doświadczających przemocy i gwarantowało im niezbędne wsparcie, co umożliwia im wyjście z sytuacji, w której doświadczają przemocy.



DYSKRYMINACJA I PRZEMOC ZE WZGLĘDU NA SEKSUALNOŚĆ I PŁEĆ

„Osoby walczące o prawa kobiet są postrzegane jako te, które rzucają wyzwanie przyjętym normom społeczno-kulturowym, wyobrażeniom i stereotypom na temat kobiecości, orientacji seksualnej oraz roli i statusu kobiet w społeczeństwie. Ich praca jest często widziana jako atak na tradycyjny model rodziny, który może unormować i utrwalić pewne formy przemocy i opresji wobec kobiet” (Przemoc uwarunkowana płcią wobec obrońców i obrończyni kobiet, Kolumbia).

Kobiety i dziewczęta często doświadczają dyskryminacji, szykanowania i pozbawiania ich praw, jeśli chodzi o ich seksualność. W wielu kulturach kobieca seksualność jest tematem tabu, a przerwanie milczenia na temat uczuć i pragnień jest dla kobiet i dziewcząt równoznaczne z etykietą „zdzira” lub „zła dziewczyna”, społecznym wykluczeniem oraz wystawieniem się na przemoc. Dziewczętom odmawia się dostępu do informacji i wiedzy na temat seksualności i zdrowia seksualnego, jak również różnego typu usług, jeśli nie mają zgody rodzica lub partnera, a ich seksualne i reprodukcyjne decyzje pozostają pod silną kontrolą społeczną.

W wielu częściach świata kontrola nad seksualnością kobiet jest wykorzystywana w celu utrzymania porządku społecznego oraz umocnienia nierównych pod względem płci struktur władzy. Polityka i praktyki, które naruszają prawa kobiet i dziewcząt do kontroli nad własnym ciałem i seksualnością uniemożliwiają im wzięcie udziału w życiu i rozwoju społecznym na równi z mężczyznami, trzymając je z daleka od dostępu do edukacji, opieki zdrowotnej, zatrudnienia i życia politycznego. Za naruszenia praw człowieka może być odpowiedzialne zarówno państwo, jak i podmioty niepaństwowe.



© Amnesty International

Te ostatnie, pod postacią rodziny, grup formalnych i nieformalnych czy innych jednostek, decydują na przykład o:

- okaleczaniu żeńskich narządów płciowych, co prowadzi do bólu, chorób i ograniczania przyjemności, jaką kobieta czerpie z seksu,
- zabójstwach „honorowych”, w których krewni płci męskiej mordują kobiety, które rzekomo przekroczyły granice stosownego zachowania seksualnego,
- gwałtach lub innych formach przemocy wobec lesbijek pod pretekstem „naprawy” ich orientacji seksualnej,
- aktach przemocy wobec uchodźczyń w ośrodkach dla uchodźców, których przypadki są lekceważone.

Państwo ma obowiązek działać, by powstrzymać i uniemożliwić podmiotom niepaństwowym, w tym innym jednostkom, naruszanie praw człowieka.

Opresję kobiecej seksualności po raz pierwszy jasno ujrzałam w przypadku mojej córki. Wiedziałam, że obrzezanie kobiet nie jest konieczne - że była to jedynie forma kontroli nad ciałem i seksualnością kobiet...

Nursyahbani Katjasungkana, działaczka na rzecz praw kobiet, Indonezja

Okaleczenie żeńskich narządów płciowych, gwałt i wykorzystanie seksualne, zmuszanie do małżeństwa, przymus, szykanowanie, przemoc seksualna i psychiczna, doświadczane z powodu rzeczywistej lub przypisanej tożsamości płciowej zostały uznane przez wiele rządów jako formy dyskryminacji i naruszania podstawowych praw człowieka. Według tej definicji przemoc obejmuje zarówno napaść fizyczną, jak również przymus, groźby, szykanowanie oraz pozbawianie wolności. Przemoc ze względu na płeć jest naruszeniem praw człowieka bez względu na to, czy ma miejsce w domu, rodzinie, społeczności i czy jest dopuszczana i akceptowana przez państwo.

Groźba przemocy i dyskryminacji, przed jaką stoją młodzi ludzie, jeśli chodzi o podejmowanie decyzji w kwestii seksualności i ekspresji płciowej, może mieć wpływ na ich zdolność do uzyskania dostępu do pozostałych praw. W przypadku młodych kobiet, które nie mogą negocjować stosowania prezerwatywy lub którym odmawia się dostępu do środków antykoncepcyjnych z uwagi na wiek lub płeć, istnieje większe ryzyko nieplanowej ciąży. Nieplanowana ciąża może prowadzić do szukania możliwości przerwania ciąży w podziemiu aborcyjnym czy przedwczesnego porodu, co niesie ze sobą poważne zagrożenia dla zdrowia. W krajach rozwijających się komplikacje w trakcie ciąży wciąż są głównym powodem śmierci wśród nastoletnich dziewcząt od 15 do 19 roku życia. Zdarza się również, że młode matki same rzucają szkołę lub są do tego zmuszane, co narusza ich prawo do edukacji oraz ogranicza dostęp do rynku pracy i równouprawnienia gospodarczego.

PRZEMOC ZE WZGLĘDU NA ORIENTACJĘ SEKSUALNĄ I TOŻSAMOŚĆ PŁCIOWĄ

Mimo że większość aktów przemocy uwarunkowanej płcią jest popełnianych wobec kobiet i dziewcząt, nie tylko one mogą paść jej ofiarą. Mężczyźni również mogą stać się celem, jeśli nie odpowiadają dominującemu modelowi męskości. Ofiarami przemocy mogą stać się ludzie obu płci, jeśli ich ekspresja płciowa nie jest szanowana przez otoczenie.

Przemoc ze względu na płeć jest również związana ze społeczną konstrukcją definicji męskości i kobiecości. Kiedy zachowanie osoby odbiega od tego, co uważane jest za „normę”, wówczas staje się celem przemocy. Ta może stać się wyjątkowo dotkliwa, kiedy połączona jest z dyskryminacją ze względu na orientację seksualną i tożsamość płciową.

Specjalny wysłannik ONZ ds. przemocy wobec kobiet, fragment Making Rights a Reality, str. 12

Formą przemocy doświadczaną coraz częściej przez młodzież jest nękanie, które występuje, kiedy grupa ludzi buduje kulturę opartą na szykanowaniu jednej osoby z powodu jej rzeczywistej lub przypisanej tożsamości lub przynależności do grupy. Nękanie jest szczególnie powszechną formą presji społecznej, której celem jest zmuszenie osoby do dopasowania się do dominujących norm. Może przybrać formę przemocy fizycznej, słownej lub emocjonalnej i występuje w różnych środowiskach, m.in. w szkołach, grupach społecznych, miejscach pracy, czy Internecie. Czasami ludzie padają ofiarą nękania ze względu na swój wygląd lub z powodu tego, że odstają od określonej grupy społecznej lub nie spełniają oczekiwań kulturowych pod względem płci i seksualności.

Młodzi ludzie, którzy utożsamiają się lub których postrzega się jako lesbijki, gejów, osoby biseksualne, trans czy interplciowe, częściej stają się ofiarami nękania z powodu swojej orientacji seksualnej lub tożsamości płciowej. Badania przeprowadzone w szkołach w Stanach Zjednoczonych wykazały, że 84% uczniów utożsamiających się ze społecznością LGBTI było wyzywanych lub doświadczyło groźb ze względu na swoją orientację seksualną lub tożsamość płciową, a 39% studentów będących lesbijkami, gejami i osobami biseksualnymi oraz 55% osób transseksualnych doświadczyło przemocy fizycznej. Z tego powodu więcej osób nieheteroseksualnych opuszcza szkołę, ponieważ nie czuje się



© Amnesty International Iceland

Powyżej: AI Islandia inauguruje wystawę zdjęć promujących kampanię „Moje ciało a prawa człowieka”, czerwiec 2014 r. Po lewej: AI Dania bierze udział w Paradzie Równości w Kopenhadze, sierpień 2012 r.

w niej bezpiecznie, co skutkuje naruszeniem ich prawa do edukacji.

Powodem przemocy może być percepcja orientacji seksualnej lub przypuszczenia na temat czyjejś orientacji seksualnej oparte na ekspresji płciowej danej osoby. Stereotypy oparte na orientacji seksualnej często są związane z odwróceniem tradycyjnych ról pełnionych przez kobiety i mężczyzn, co stanowi jedną z wielu form interakcji płci i seksualności w społeczeństwie. Często zdarza się, że dziewczęta, które są zbyt „męskie” czy chłopcy, którzy zachowują się w zbyt „kobiecy” sposób, uważani są za lesbijki i gejów oraz padają ofiarą nękania i dyskryminacji z powodu przypisanej im orientacji seksualnej.

Ta forma dyskryminacji i przemocy prowadzi do wytworzenia się kultury łamania praw człowieka w stosunku do ludzi, którzy nie mieszczą się w powszechnie przyjętych normach seksualnych i płciowych.

ĆWICZENIE 2.1

OSOBISTY KOLAŻ

CELE

- Badanie różnych wpływów społecznych i kulturowych, które kształtują tożsamość człowieka.
- Refleksja nad stereotypami.

CZAS

- 1 godzina

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Czyste kartki papieru/papier flipchartowy
- Magazyny i gazety, które uczestnicy/uczestniczki mogą pociąć
- Długopisy, kredki
- Taśma lub klej
- Nożyczki

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z CZTERECH KROKÓW

Krok 1: Tworzenie kolażu - praca indywidualna (15 minut)

Krok 2: Dzielenie się kolażami - praca w grupach (20 minut)

Krok 3: Dyskusja na forum (20 minut)

Krok 4: Podsumowanie i podejmowanie działania (5 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj czas przeznaczony na to ćwiczenie do rozmiaru i potrzeb grupy.
- ✓ Jeśli chcesz zaoszczędzić czas lub poświęcić go więcej na dyskusję nad kolażami, możesz wyjaśnić osobom uczestniczącym ideę tego zadania przed rozpoczęciem ćwiczenia i poprosić, aby pojawiły się na spotkaniu z przygotowanymi kolażami.
- ✓ Spróbuj znaleźć różnorodne magazyny i gazety obfitujące w kolorowe obrazki. Dopilnuj, aby znalazły się wśród nich takie, które są skierowane do mężczyzn, kobiet oraz do obu płci.
- ✓ To ćwiczenie może spełniać podobny cel, jak ćwiczenie 2.2 „Bądź mężczyzną, zachowuj się jak kobieta”, jeśli na koniec rozwiniesz dyskusję o komunikatach, dotyczących tego, jak powinniśmy się zachowywać w zależności od przypisanej nam płci oraz wpływie tych komunikatów na nasze życie.
- ✓ Możesz połączyć to ćwiczenie z elementami z ćw. 2.2, jeśli nie masz czasu wykonać obu.



Dax de Castro z Amnesty International Filipiny na manifestacji nawołującej do przyjęcia prawa antydyskryminacyjnego, Manila, sierpień 2006 r.

KROK 1: Tworzenie kolażu – praca indywidualna (15 minut)

- Umieść magazyny i gazety na ziemi po środku miejsca pracy.
- Poproś osoby uczestniczące, aby za pomocą zgromadzonych materiałów stworzyły osobisty obraz samych siebie, wykonując kolaż lub rysunek.

KROK 2: Dzielenie się kolażami - praca w grupach (20 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, aby podzieliły się na czterosobowe grupy (lub mniejsze w zależności od liczebności grupy), lub dokonaj podziału na grupy z użyciem wybranej techniki.
- Poproś, aby przez kilka minut porozmawiali/porozmawiały o swoich pracach i zaprezentowali/zaprezentowały je sobie nawzajem.
- Poproś osoby uczestniczące o refleksje i odpowiedzi na następujące pytania:
 - Czy łatwo było znaleźć obrazy, które Was reprezentują?
 - Co czuliście/czuliście szukając obrazów i tworząc kolaż?
- Jaki wpływ mają media na sposób, w jaki młodzi ludzie postrzegają samych siebie?

KROK 3: Dyskusja na forum (20 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o przemyślenie i podzielenie się swoimi odpowiedziami na następujące pytania:
 - W jaki sposób media przedstawiają młodych ludzi, mężczyzn i kobiety?
 - Jak przedstawiane są grupy – rodzina, grupa rówieśnicza, społeczność?
 - Jak wpływa to na sposób, w jaki postrzegamy samych siebie, oraz na podejmowane przez nas decyzje?
- Jeśli robisz to ćwiczenie i nie łączysz go z ćwiczeniem 2.2, możesz kontynuować dyskusję,

pytając:

- Czy słyszeliście/słyszeliście określenia „bądź mężczyzną”, „zachowuj się jak kobieta”? Co one oznaczają? Gdzie je słyszeliście/słyszeliście?
- Jak się czujecie, kiedy ktoś mówi Wam, że macie zachowywać się w określony sposób, żeby być „prawdziwym mężczyzną” lub „prawdziwą kobietą”?

KROK 4: Podsumowanie i podejmowania działania (5 minut)

- Podsumuj, zwracając osobom uczestniczącym uwagę, że komunikaty, które otrzymują kreują pewien obraz kobiety i mężczyzny. Zapytaj, czy znają osoby, które przełamują te stereotypy? Czy może same się tak czują?
- Zastanówcie się, jak chcecie, żeby przedstawiano ludzi takich jak wy w mediach?
- Zastanówcie się, jak można zmieniać sposób, w jaki media przedstawiają kobiety i mężczyzn?
- Zastanówcie się wspólnie nad działaniem, które możecie podjąć w tym obszarze.



Aktywiści i aktywistki rozmawiają o malowaniu ciała, w którym specjalizuje się artystka Hiraku Cho (Choo-San). Warsztaty „Moje ciało a prawa człowieka” w Szwajcarii, marzec 2014 r.

ĆWICZENIE 2.2

CZYM JEST PŁEĆ SPOŁECZNO-KULTUROWA?

CELE

- Refleksja nad tym, jak powstają i są przekazywane role płciowe, stereotypy i normy.
- Analiza, jak role i stereotypy wpływają na nasze życie i jak wzmacniają nierówność, dyskryminację i przemoc.

CZAS

- 2 godziny

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Papier flipchartowy
- Długopisy, flamastry, marker

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z PIĘCIU KROKÓW

- Krok 1:** Wprowadzenie do zagadnienia stereotypów płciowych (10 minut)
- Krok 2:** Wprowadzenie do zadania „Bądź mężczyzną”, „Zachowuj się jak kobieta” (10 minut)
- Krok 3:** Bądź mężczyzną”, „Zachowuj się jak kobieta” (60 minut)
- Krok 4:** Kwestionowanie stereotypów płciowych (20 minut)
- Krok 5:** Podsumowanie (20 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj czas trwania ćwiczenia do rozmiaru i potrzeb grupy.
- ✓ To zadanie ma na celu zrozumienie czym są stereotypy płciowe. Pamiętaj, że normy i stereotypy mogą być różne, ponieważ są powiązane z przynależnością do danej kultury, klasy społecznej, grupy etnicznej, itp.
- ✓ W tym ćwiczeniu osoby uczestniczące skupiają się na refleksji, jak wyobrażenia o kobiecości i męskości wpływają na ich postrzeganie siebie i funkcjonowanie, jak szufladkują i wykluczają.
- ✓ Powinno być jasne dla wszystkich osób uczestniczących, że mówimy o pewnych normach, które przekazuje nam społeczeństwo, a nie przykładach tego, jak powinniśmy się zachowywać.
- ✓ Na koniec ćwiczenia osoby uczestniczące powinny rozumieć, że role płciowe nie są tylko wyznaczone przez różnice biologiczne, ale są tworzone przez społeczeństwo i wzmacniają i podtrzymują nierówności między ludźmi.
- ✓ Jeśli masz więcej czasu i możliwość przeprowadzenia tego ćwiczenia z drugą osobą o innej płci niż twoja, możesz podzielić grupę na chłopców i dziewczynki i pozwolić w pierwszej części, by dziewczynki rozmawiały z facylitatorką a chłopcy z facylitatorem.

KROK 1: Wprowadzenie do zagadnienia stereotypów płciowych (10 minut)

Dyskusja na forum:

- Poproś każdą osobę o wybranie dwóch przymiotników, które ją określają. Jeden przymiotnik powinien być typowy dla stereotypowego opisu mężczyzny (np. silny), a drugi najczęściej używany w stosunku do kobiety (np. emocjonalna).
- Poproś każdą osobę po kolei, aby wyszła na środek kręgu i wypowiedziała wybrany przez siebie przymiotnik stereotypowo kojarzony z inną płcią niż jej wraz ze swoim imieniem.
- Poproś uczestników/uczestniczki, aby powtórzyli/powtórzyły to ćwiczenie, tym razem używając „żeńskiego” przymiotnika.
- Nagroź wszystkie osoby brawami, a następnie poproś, aby wrócili/wróciły na swoje miejsca.
- Zapytaj, czy trudno znaleźć im było przymiotnik, któryby pasował do nich? Czy łatwiej było znaleźć ten, który był zgodny z ich płcią czy drugą płcią? Czy uważacie, że niektóre z tych słów brzmiały dziwnie w zestawieniu z imieniem?

KROK 2: Wprowadzenie do zadania „bądź mężczyzną”, „zachowuj się jak kobieta” (10 minut)

W parach (5 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby porozmawiały z osobą siedzącą obok, czy kiedykolwiek usłyszała komunikaty „Bądź mężczyzną” lub „Zachowuj się jak kobieta” i opowiedziały: Jak się czuły? Z jakiego powodu ludzie tak mówią?

Na forum (5 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, o podzielenie się swoimi wnioskami na forum.
- W trakcie rozmowy osoby uczestniczące powinny zwrócić uwagę, jak trudno jest się dostosować do roli „idealnej kobiety” i „idealnego mężczyzny”.

Zaadaptowane z: Creighton A & Kivel P (1992) Helping Teens Stop Violence: A Practical Guide for Counselors, Educators, and Parents; Hunter House.

„BĄDŹ MĘŻCZYZNĄ”

silny,
przywódca,
niezależny,
nie pokazuje emocji,
zarabia pieniądze,
odnosi sukces,
racjonalny,
przystojny,
atrakcyjny,
dobrze zbudowany,
wysoki,

ma powodzenie u kobiet,
odważny,
bohaterski,
dominujący,
pewny siebie,
itd.

„ZACHOWUJ SIĘ JAK KOBIETA”

ładna,
grzeczna,
zgrabna,
drobna,
słodka,
wrażliwa,
seksowna,
niewinna,
zaradna,
wierna,

śluchająca się rodziców
i męża/partnera,
emocjonalna,
potrafiąca gotować,
taka, która ma/chce mieć
dzieci,
uległa,
zależna,
samodzielna,
wykształcona,
itd.

KROK 3: „Bądź mężczyzną”, „Zachowuj się jak kobieta” (60 minut)**Burza mózgów „Bądź mężczyzną” (10 minut)**

- Napisz wielkimi literami na papierze flipchartowym „Bądź mężczyzną”.
- Poproś osoby uczestniczące, żeby podzieliły się przemyśleniami, co to oznacza. Jak społeczeństwo formułuje oczekiwania wobec mężczyzn, wobec ich zachowań, uczuć, tego co mówią?
- Poproś osoby uczestniczące, żeby przypomniały sobie, co rodzina, znajomi, szkoła, media mówią im na temat bycia „prawdziwym mężczyzną”.
- Narysuj na papierze flipchartowym ramkę i wpisz w nią pojawiające się odpowiedzi, np.: silny, przywódca, niezależny, nie pokazuje emocji, zarabia pieniądze, odnosi sukces, jest racjonalny, jest przystojny, atrakcyjny, dobrze zbudowany, wysoki, ma powodzenie u kobiet, jest odważny, bohaterski, dominujący, pewny siebie, itd.

Burza mózgów „Zachowuj się jak kobieta” (10 minut)

- Napisz wielkimi literami na papierze flipchartowym „Zachowuj się jak kobieta”.
- Poproś osoby uczestniczące, żeby podzieliły się przemyśleniami, co to oznacza. Jak społeczeństwo formułuje oczekiwania wobec kobiet, wobec ich zachowań, uczuć, tego co mówią?
- Niech zastanowią się, co rodzina, znajomi, szkoła mówi im na temat bycia „prawdziwą kobietą”.
- Jak zachowuje się kobieta? Czego oczekuje od niej społeczeństwo, rodzina? Jakie cechy powinna mieć, żeby była uznana za „idealną kobietę”?
- Odpowiedzi również zapisuj na papierze flipchartowym, np.: ładna, grzeczna, zgrabna, drobna, słodka, wrażliwa, seksowna, niewinna, zaradna, wierna, śluchająca się rodziców i męża/partnera, emocjonalna, potrafiąca gotować, taka, która ma/chce mieć dzieci, uległa, zależna, samodzielna, wykształcona, itd.

Praca w grupach (10 minut)

- Podziel uczestników/uczestniczki na małe, 4-5-osobowe grupy. Grupy mogą składać się tylko z chłopców, tylko z dziewcząt lub być mieszane. Ważne, żeby osoby uczestniczące dobrze się razem czuły i nie wstydziły się rozmawiać ze sobą.
- Poproś osoby uczestniczące o odpowiedź na następujące pytania:
 - Co myślisz o oczekiwaniach dotyczących twojej płci?
 - Skąd wiesz, co to znaczy być „idealną kobietą” i „idealnym mężczyzną”?
 - Co może się stać, jeśli ktoś nie pasuje do tych ról albo nie utożsamia się z żadną z tych ról?
 - Jak te wyobrażenia wpływają na stosunki między kobietami, a mężczyznami?

Na forum (30 minut)

- Zakończ rozmowy w grupach i poproś uczestników/uczestniczki, o podzielenie się spostrzeżeniami.
- Zapytaj osoby uczestniczące:
 1. W jaki sposób wyobrażenia o rolach kobiet i mężczyzn wpływają na decyzje, które podejmujemy? Jak wpływają na nasze życie?
 2. Jak wam się wydaje, dlaczego takie uproszczone myślenie o cechach osób danej płci jest szkodliwe?
 3. Czy możliwe jest, żeby ktoś utożsamiał się z więcej niż jedną płcią?
- Zastanówcie się wspólnie nad definicjami płci biologicznej, płci społeczno - kulturowej, stereotypu i tożsamości płciowej. Zapisuj to, co mówią osoby uczestniczące na papierze flipchartowym w taki sposób, żeby wspólnie stworzyć definicje. Facylitując dyskusję, posilkuj się definicjami zawartymi we wstępie podręcznika. Stworzenie tych definicji może być trudne, szczególnie w młodszych grupach. Aktywnie wspieraj osoby uczestniczące w wykonywaniu tego zadania, jeśli masz wrażenie, że jest to dla nich trudne.



Kobiety niosą ciężkie ładunki w Kathdźor, Ramechhap w Nepalu, maj 2014 r.

- Podsumuj pracę nad definicjami tłumacząc, że ze względu na naszą płć biologiczną jesteśmy identyfikowani/ identyfikowane jako chłopcy/mężczyźni i dziewczęta/kobiety. Potem na przestrzeni lat uczy się nas, jak mamy się zachowywać, żeby być „idealnym mężczyzną” lub „idealną kobietą” – ten zbiór wyobrażeń o rolach to płć społeczno-kulturowa.

- Zwrócić uwagę osobom prowadzącym, że nacisk na dostosowanie się do norm i wyobrażeń o rolach płciowych ma określone efekty. Na przykład mężczyźni często:
 - są cenieni wyżej niż kobiety,
 - są postrzegani jako silniejsi i predysponowani do posiadania władzy,
 - są potępiani lub wyszydzani za okazywanie emocji,
 - muszą ciągle udowadniać, że są prawdziwymi mężczyznami,
 - myślą, że to jak często uprawiają seks i z iloma partnerkami jest potwierdzeniem tego, że są prawdziwymi mężczyznami,
 - stosują przemoc, żeby udowodnić, że są silni, podkreślić swoją dominację.
- stosowanie przemocy jest często społecznie postrzegane jako sposób na udowodnienie „męskości”.
- Kobiety natomiast:
 - mają często zaniżoną samoocenę i brak pewności siebie,
 - są postrzegane przez pryzmat posiadania lub nieposiadania dzieci,
 - są postrzegane jako zbyt wrażliwe i słabe psychicznie,
 - są postrzegane jako obiekty realizacji potrzeb seksualnych mężczyzn,
 - są zależne od partnerów,
 - są utwierdzone w przekonaniu, że nie mogą podejmować samodzielnych decyzji o aktywności seksualnej i innych sferach życia,

- są postrzegane jako podporządkowane innym i zależne od innych, a nie niezależne osoby mogące podejmować samodzielne decyzje.
- Podkreśl, że wyobrażenia o rolach płciowych często wzmacniają nierówności między kobietami i mężczyznami, a te mogą skutkować dyskryminacją i przemocą.
- Zwróć uwagę na to, że role i stereotypy, o których rozmawiali/rozmawiały uczestnicy/uczestniczki są stworzone przez społeczeństwo, tak jak nierówności, a to znaczy, że można się z nimi nie zgadzać i je zmieniać.

KROK 4: Przelamywanie stereotypów płciowych (20 minut)

W dwuosobowych zespołach (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby porozmawiały z osobą obok:
 - Czy znasz kogoś, kto podważa i kwestionuje stereotypy płciowe?
 - Czy jednostka może sprzeciwić się stereotypom i je zmienić?

Na forum (10 minut)

- Zaproś uczestników/uczestniczki do podzielenia się na forum grupy refleksjami z rozmów w parach. Zapytaj:
 - Czy znają osobę, która zachowuje się wbrew stereotypom i rolom przypisanym jej/jego płci?
 - Czy może sami/same kiedyś byli /były w takiej sytuacji? Jak może czuć się taka osoba?

KROK 5: Podsumowanie i podejmowanie działania (20 minut)

- Podsumuj dyskusję i podziel się wnioskami. Podkreśl, że tak, jak można było zauważyć w poprzednim ćwiczeniu, nie wszyscy ludzie dostosowują się do stereotypów mimo, że sprzeciwienie się stereotypom może to być trudne.
- Zapytaj:
 - Co mogłoby sprawić, żeby można było żyć tak, jak się chce i wyraża siebie?
 - Co mogłoby sprawić, żeby przelamywanie stereotypów było łatwiejsze?

- Jak my możemy wpłynąć na zmianę?
- Jak szkoła czy władza państwowa może wpłynąć na zmianę?

Aktywiści AI Filipiny podczas inauguracji globalnej kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, czerwiec 2014 r.



© Amnesty International

PRZYKŁAD: GENDER BOXES



ĆWICZENIE 2.3

KONFRONTOWANIE NASZYCH POSTAW

CELE

- Refleksja nad naszymi przekonaniem i postawami wobec różnych zagadnień, związanych z płcią, seksualnością i prokreacją.
- Sprowokowanie do refleksji nad niektórymi zagadnieniami z zakresu praw seksualnych i reprodukcyjnych.

CZAS

- 45 minut

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Cztery kartki z widocznymi napisami "Zdecydowanie się zgadzam", "Zgadza się", "Nie zgadzam się", "Zdecydowanie się nie zgadzam"
- Lista stwierdzeń, które będzie odczytywać facylitator/facylitorka
- Markery
- Taśma papierowa
- Papier flipchartowy

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z TRZECH KROKÓW

- Krok 1:** Zgadza się, nie zgadzam się (20 min.)
- Krok 2:** Dyskusja (20 min.)
- Krok 3:** Podsumowanie (5 min.)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Zaleca się przeprowadzanie tego ćwiczenia tylko w grupach, które są znane osobie facylitującej, w przeciwnym razie może podczas jego przeprowadzania dojść do niepożądanego sytuacji, w której wszystkie osoby będą zgadzać się lub nie z danym stwierdzeniem i będą przeciwnie stanowisku AI prezentowanemu przez osobę facylitującą. W rezultacie osoba facylitująca będzie musiała po każdym stwierdzeniu interweniować i wyjaśniać, dlaczego AI ma inne stanowisko w tej sprawie.
- ✓ Wybierz stwierdzenia pasujące do grupy, z którą pracujesz. Możesz, w zależności od specyfiki grupy, wprowadzić swoje.
- ✓ Daj przestrzeń wszystkim osobom uczestniczącym do uzasadnienia swojego stanowiska. Może się zdarzyć, że ktoś powie, że nie ma zdania. Wtedy poproś inne osoby, by powiedziały dlaczego się zgadzają/nie zgadzają i zapytaj, czy po wysłuchaniu argumentów dana osoba chce wybrać jedną z opcji. Jeśli nie, możesz stworzyć piątą grupę: „Nie wiem”.
- ✓ W tym ćwiczeniu ważna jest refleksja, nie chodzi w nim o to, żeby osoby przekonywały siebie nawzajem do określonych stanowisk. Ważny jest szacunek dla opinii innych (z wyjątkiem opinii, które przekraczają granice wolności słowa, nawołują do nienawiści i przemocy).
- ✓ Jeśli robisz to ćwiczenie osobno, a nie z innymi ćwiczeniami z rozdziału, możesz poświęcić więcej czasu na omówienie po każdym stwierdzeniu stanowiska AI w tych sprawach.

Zaadaptowane z: Creighton A & Kivel P (1992) Helping Teens Stop Violence: A Practical Guide for Counselors, Educators, and Parents; Hunter House.

KROK 1: Zgadzam się, nie zgadzam się (20 minut)

- Przed rozpoczęciem ćwiczenia przyklej w różnych miejscach sali 4 kartki z napisami: zdecydowanie się zgadzam, zgadzam się, nie zgadzam się, zdecydowanie nie zgadzam się. Wybierz stwierdzenia, które odczytasz. Możesz wybrać tematy, które były przedmiotem dyskusji na poprzednich zajęciach.
- Wytłumacz osobom uczestniczącym, że ćwiczenie ma pomóc im zbadać ich podejście do różnych zagadnień. Podkreśl, że każda osoba ma prawo do własnej opinii i nie skupiamy się na tym, czyja odpowiedź jest dobra lub zła.
- Przeczytaj pierwsze stwierdzenie i poproś, żeby osoby uczestniczące ustawiły się przy kartce, która najlepiej odzwierciedla ich opinię na temat tego stwierdzenia.
- Spytaj, czy są osoby, które chcą uzasadnić swój wybór. Zadbaj, żeby w miarę możliwości wypowiedziała się przynajmniej jedna lub dwie osoby z każdej grupy.
- Pamiętaj, by w tej części ćwiczenia stworzyć możliwość przedstawienia opinii, jednak nie dopuść do dyskusji pomiędzy osobami mającymi różne opinie.
- Przeczytaj kolejne stwierdzenia, powtarzając procedurę taką, jak za pierwszym razem.

Stwierdzenia**Przykładowa lista stwierdzeń (możesz dodać swoje lub z niektórych zrezygnować)**

- ➔ Łatwiej jest być mężczyzną niż kobietą.
- ➔ Kobiety są lepszymi rodzicami niż mężczyźni.
- ➔ Kobieta jest w pełni kobietą, kiedy ma dzieci.
- ➔ Seks jest ważniejszy dla mężczyzn niż kobiet.
- ➔ Kobiety noszące krótkie spódniczki są częściowo winne, jeśli mężczyzna molestuje je seksualnie.
- ➔ Przemoc domowa jest prywatną sprawą danej rodziny.
- ➔ Gdyby kobiety tego chciały, odeszłyby od partnerów/mężów, którzy je biją.
- ➔ W związkach osób tej samej płci, zawsze jedna osoba przyjmuje rolę kobiety a druga mężczyzny.
- ➔ Pary homoseksualne nie powinny wychowywać dzieci.
- ➔ Związki osób tej samej płci są mniej wartościowe, ponieważ nie dochodzi w nich do prokreacji.

Na stronie obok: marsz inauguracyjny kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” w Chile, Santiago de Chile, czerwiec 2014 r.

KROK 2: Dyskusja (20 minut)

- Po analizie wszystkich przygotowanych stwierdzeń zaproś osoby uczestniczące do dyskusji na forum. Zapytaj:
- Jak się czuliście/czuliście stając po innej stronie sali niż pozostałe osoby?
- Które stwierdzenia budziły najwięcej sprzecznych opinii i wątpliwości?
- Czy takie stwierdzenia mogą być dla niektórych raniące?
- Czy słysząc niektóre z tych stwierdzeń w życiu codziennym, czujecie się z tym niedobrze?
- Jak myślicie, jak wasze przekonania dotyczące tych zagadnień wpływają na wasz stosunek do osób innej niż wasza płci lub orientacji seksualnej w codziennym życiu?

KROK 3: Podsumowanie (5 minut)

- Podsumuj podkreślając, że ważne jest, aby każda osoba była świadoma swoich poglądów, wyobrażeń i przekonań i potrafiła o nich rozmawiać z szacunkiem dla innych. Szczególnie, jeśli robisz to ćwiczenie osobno, a nie z innymi ćwiczeniami z podręcznika, warto podkreślić, że nie wszystkie nasze przekonania i wyobrażenia dotyczące obszaru seksualności i prokreacji muszą być słuszne, że dobrze jest poznać opinię innych osób w tej sprawie i skonfrontować ją z własną. Zauważ, że z punktu widzenia praw człowieka wszystkie te stwierdzenia są fałszywe. Opierają się na stereotypach, są dyskryminujące, a niektóre nawet usprawiedliwiają łamanie praw człowieka (np. przemoc domowa jest sprawą prywatną danej rodziny, kobiety noszące krótkie spódniczki są współwinnymi przemocy seksualnej, itp.).
- Podkreśl, że rozmawiając z osobami prezentującymi inne niż nasze poglądy, należy zachować szacunek dla drugiej osoby.



© Amnesty International

ĆWICZENIE 2.4

WŁADZA, STATUS I PRAWA CZŁOWIEKA

CELE

- Uświadomienie istnienia różnych struktur władzy i dyskryminacji w społeczeństwie.
- Uświadomienie, co wpływa na ograniczenie naszych wyborów życiowych i na możliwość korzystania z naszych praw.

CZAS

- 1 godzina

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Karty postaci (taśma i karteczki typu post-it lub fiszki - po jednej dla każdego uczestnika/każdej uczestniczki, str. 65)
- Papier flipchartowy/tablica
- Markery/długopisy

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z CZTERECH KROKÓW

Krok 1: Kim jestem w społeczeństwie (15 minut)

Krok 2: Role społeczne (25 minut)

Krok 3: Równi czy nie (15 minut)

Krok 4: Podejmowanie działania (5 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj czas tego ćwiczenia do rozmiaru i potrzeb grupy.
- ✓ Ćwiczenie to wymaga dużo miejsca (niektóre osoby zrobią nawet 14 kroków), dlatego potrzebna jest duża sala, szeroki korytarz, schody albo otwarta przestrzeń poza budynkiem.
- ✓ Przed rozpoczęciem ćwiczenia zapisz różne role społeczne (Krok 2) na karteczkach. Możesz dostosować listę ról do lokalnego kontekstu.
- ✓ Prowadząc to ćwiczenie, ważne jest poproszenie osób uczestniczących o całkowite milczenie, o powstrzymanie się od rozmów, komentarzy itp.
- ✓ Na koniec pamiętaj, żeby podkreślić, że ludzie są dyskryminowani z różnych powodów: płci, wieku, pochodzenia, statusu ekonomicznego, poziomu edukacji, niepełnosprawności fizycznej, stanu zdrowia etc. Nasze pochodzenie, status ekonomiczny, płeć czy wiek wpływają na to, w jakim stopniu doświadczamy dyskryminacji i z jakimi ograniczeniami musimy się mierzyć podczas korzystania z naszych praw.

Przykładowe karty postaci (przepisz na fiszki lub karteczki typu „post-it”)

- ➔ Uchodźczyni z Czeczenii, ma 2 dzieci, 30 lat.
- ➔ Specjalistka ds. reklamy.
- ➔ Taksówkarz, nosiciel wirusa HIV.
- ➔ Bezrobotna młoda kobieta.
- ➔ Niewykształcona imigrantka zarobkowa.
- ➔ Starsza kobieta z niską emeryturą, opiekująca się wnukami.
- ➔ 12-letnia dziewczynka z wielodzietnej rodziny mieszkająca na wsi.
- ➔ Manager w dużej firmie.
- ➔ 14-letni chłopak pochodzący z bogatej rodziny.
- ➔ Zamężna kobieta z trójką dzieci, pracująca jako pomoc domowa.
- ➔ Lekarz.
- ➔ 10-letni bezdomny chłopiec.
- ➔ Nastoletnia dziewczyna z bardzo konserwatywnej rodziny.
- ➔ Nastoletni chłopak z bardzo konserwatywnej rodziny.
- ➔ Bezrobotny chłopak, gej.
- ➔ Młoda osoba, która źle się czuje z przypisaną jej płcią.
- ➔ Feministka, działaczka społeczna.
- ➔ Student/studentka, gej/lesbijka
- ➔ Zamężna młoda kobieta z niepełnosprawnością ruchową.
- ➔ Polityk, osoba transpłciowa.

KROK 1: Kim jestem w społeczeństwie (15 minut)

Kim jestem?

- Wytłumacz osobom uczestniczącym, że to ćwiczenie pomoże im zrozumieć, jak płeć oraz dostęp do określonych zasobów wpływa pozytywnie lub negatywnie na dostęp ludzi do zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego oraz możliwości podejmowania decyzji.
- Daj każdej osobie jedną z przygotowanych wcześniej kart postaci i poproś, żeby nie pokazywały jej innym osobom.
- Powiedz, żeby uczestnicy/uczestniczki wcieliili/wcieliły się w wylosowaną rolę, - pomyśleli/pomyślały, kim jest ta osoba, w jakiej jest sytuacji, jakie ma problemy. Możesz zadać pytania dodatkowe, które ułatwią ten proces:
 - Jak wyglądało twoje dzieciństwo, w jakim domu mieszkałeś, kim są lub byli twoi rodzice?
 - Jak wygląda twoje życie codzienne, co robisz rano, w ciągu dnia i wieczorem?
 - Gdzie mieszkasz? Ile zarabiasz? Jak spędzasz czas wolny?
 - Co cię cieszy? Czego się boisz?

Zaadaptowane z A Creighton and P Kivel Helping teens stop violence: A practical guide for counselors, educators, and parents, Hunter House, California, 1992.

Warsztaty „Moje ciało a prawa człowieka” w Szwajcarii, marzec 2014 r.



© Amnesty International

Czytaj kolejno stwierdzenia (możesz zmienić ich kolejność):

- ➔ Nie muszę się martwić, skąd wezmę pieniądze na kolejny posiłek.
- ➔ Podróżuję swobodnie po kraju.
- ➔ Ukończyłem studia lub mam szansę ukończyć studia.
- ➔ Mam codziennie czas i możliwość przeczytania gazety.
- ➔ Mogę wziąć kredyt w banku, jeśli brakuje mi na coś pieniędzy.
- ➔ Mogę łatwo zdobyć informacje dotyczące seksualności, prokreacji, zdrowia.
- ➔ Mogę odejść od mojego partnera/partnerki, jeśli on/ona stosuje przemoc fizyczną lub psychiczną wobec mnie.
- ➔ Jestem postrzegany/postrzegana jako ważna osoba w moim otoczeniu.
- ➔ Jeśli moja siostra zajdzie w ciążę, będę wiedział/wiedziała, gdzie się zwrócić po informacje i co zrobić w tej sytuacji.
- ➔ Mogę żądać od mojego partnera/partnerki stosowania zabezpieczeń podczas seksu.
- ➔ Mogę decydować, ile chcę mieć dzieci, bez żadnej presji.
- ➔ Mogę bezpiecznie chodzić po ulicy wieczorem, bez obawy, że padnę ofiarą przemocy seksualnej.
- ➔ Mogę z łatwością znaleźć pracę.
- ➔ Inni ludzie liczą się z moim zdaniem.

Akcja AI Szwecja towarzysząca publikacji raportu o przemocy wobec kobiet, maj 2005 r.

KROK 2: Role społeczne (25 minut)

- Poproś uczestników/uczestniczki o ustawienie się wzdłuż jednej linii. Powiedz, że teraz odczytasz stwierdzenia. Po każdym stwierdzeniu osoby uczestniczące mają zastanowić się, na ile to stwierdzenie pasuje do osoby, w którą się wcieliły. Jeśli pasuje, robią krok naprzód. W przeciwnym razie postają w miejscu. Przed odczytaniem pierwszego stwierdzenia, podkreśl, że decyzja o wykonaniu kroku zależy od nich i tego jak wyobrażają sobie swoją rolę.



© Amnesty International

KROK 3: Równi czy nie? (15 minut)

- Po zakończeniu kroku 2, poproś osoby uczestniczące, by pozostały na swoich miejscach. Poproś, żeby rozjechały się po sali. Zapytaj:
 - W jakich miejscach się znajdujecie?
 - Jak się czuliście/czuliście się, kiedy robiliście/robiłyście krok naprzód?
 - Jak czuły się osoby, które nie mogły uczynić kroku naprzód?
 - Kto został najdalej w tyle?
 - Jak to się stało, że mimo że razem zaczynaliście/zaczynałyście, kończycie w różnych miejscach?
 - Czy ktoś chce podzielić się z grupą, w kogo się wcielił i jak się czuł w roli tej osoby?

Ważne jest aby osoby uczestniczące w tym ćwiczeniu miały możliwość „wyjścia z ról”. Zdarza się, że przydzielone role pokrywają się z sytuacją osób, które były bliskie uczestnikom/uczestniczkom. W takiej sytuacji może dojść do silnej reakcji emocjonalnej. Dlatego ważne jest podkreślenie, że było to tylko ćwiczenie, role były fikcyjne. Wyjście z roli może odbyć się poprzez symboliczne zniszczenie karteczki z rolą, aby podkreślić, że rola nie zostaje przy osobie.

W parach (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby porozmawiały z osobą obok:
 - Jakie czynniki miały wpływ na sytuację osoby, którą byłeś/byłaś?
 - Czy osoba ta była narażona na jakieś formy dyskryminacji?
 - Czy osoba, którą byłeś/byłaś, miała możliwość decydowania o swoim ciele, życiu seksualnym i reprodukcyjnym?

Na forum (20 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o podzielenie się refleksjami na forum.
- Podsumuj dyskusję podkreślając, że nie wszyscy ludzie mają taką samą szansę na dostęp do wiedzy o prawach człowieka i możliwość korzystania z nich. Niektóre grupy są szczególnie narażone na dyskryminację i przemoc. Te grupy to m.in. mniejszości seksualne, mniejszości etniczne, osoby z niepełnosprawnościami ruchowymi i psychicznymi, dzieci, osoby nastoletnie, uchodźcy

i migranci – w tym szczególnie kobiety należące do tych grup.

- Osoby często doświadczają dyskryminacji jednocześnie, w tym samym momencie lub w różnych momentach życia ze względu na kilka cech, co jeszcze wzmacnia stygmatyzację, marginalizację i przemoc.
- Państwa są zobowiązane do zwracania szczególnej uwagi na sytuację osób narażonych na dyskryminację, powinny chronić je i wspomagać w realizacji praw człowieka.

KROK 4: Podejmowanie działania

- Zastanówcie się wspólnie, jakie działania możecie podjąć, żeby przeciwdziałać dyskryminacji.

ĆWICZENIE 2.5

KOŁO WARTOŚCI

CELE

- Zachęcenie osób uczestniczących do zbadania, skąd pochodzą nasze wartości, jakie komunikaty dotyczące naszego zachowania otrzymujemy i skąd one płyną oraz w jaki sposób na nas wpływają.

CZAS

- 1 godzina

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Papier flipchartowy
- Markery/długopisy

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z PIĘCIU KROKÓW

Krok 1: Burza mózgów – dyskusja na forum (10 minut)

Krok 2: Koło wartości (20 minut)

Krok 3: Refleksje na temat wartości (15 minut)

Krok 4: Nasze wartości i prawa człowieka (10 minut)

Krok 5: Podejmowanie działania (5 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Czas potrzebny na ćwiczenie możesz dostosować do rozmiaru i potrzeb grupy. Jeśli wcześniej robiłeś/robiłaś z grupą ćwiczenia 2.1., 2.2 lub 2.3, to ćwiczenie zajmie mniej czasu i będzie w dużej mierze podsumowaniem i uporządkowaniem refleksji z poprzednich ćwiczeń. Jeśli robisz je w oderwaniu od innych, daj przestrzeń i czas na refleksję.
- ✓ Podczas ćwiczenia ważne jest, by zrozumieć normy społeczne funkcjonujące w danej grupie czy społeczności. Bez tej świadomości istnieje ryzyko, że kogoś obrazisz i stracisz szacunek uczestników/uczestniczek do siebie lub swoich zajęć.
- ✓ Nasze wartości mogą nam ułatwić lub utrudnić dotarcie do młodych ludzi, z którymi pracujemy. Musimy się zawsze upewnić, że ich rozumiemy, aby móc pozytywnie wpłynąć na grupę docelową.
- ✓ Nasze wartości pełnią szczególną rolę w tym, jak postrzegamy naszą pracę. Stąd tak ważna jest dla nas analiza wartości, poglądów i postaw. Istotne jest również to, aby zrozumieć i mieć na uwadze dominującą kulturę i tradycje, które mogą mieć wpływ na wartości innych.
- ✓ Każdy człowiek ma swój własny zbiór wartości. Dlatego nie należy oceniać tego, co cenią inni ludzie, ale raczej zastanowić się nad własnymi wartościami, respektując przy tym uniwersalne prawa człowieka.

Zaadaptowane z: Making it Personal: Workshop Manual, autor: Save the Children.

Aktywiści i aktywistki w Nowym Yorku przylączają się do kampanii Moje ciało a prawa człowieka 2014 r.

KROK 1: Burza mózgów - dyskusja na forum (10 minut)

Na forum (10 minut)

- Poproś uczestników/uczestniczki o zastanowienie się nad tym, skąd biorą się nasze wartości, czyli zasady i przekonania, będące podstawą przyjętych w danej społeczności norm etycznych.
- Przypomnij im o dyskusji, która miała miejsce podczas poprzednich ćwiczeń (jeśli je robiliście/robiłyście).

KROK 1: Koło wartości (20 minut)

Dyskusja (5 minut)

- Narysuj duże koło na flipcharcie.
- Poproś uczestników/uczestniczki o zastanowienie się nad tym, skąd biorą się nasze wartości (jakie są źródła wartości).

Przykładowe odpowiedzi:

Rodzina, przyjaciele, partnerzy, szkoła, religia, tradycje, kultura, grupa młodzieżowa i inne grupy społeczne, media, polityka, praca, doświadczenie itd.

- Podziel narysowane koło na części i umieść jedno źródło wartości w każdej części.

Praca w grupach (15 minut)

- Podziel uczestników/uczestniczki na małe grupy. Poproś ich o zadawanie poniższych pytań w odniesieniu do każdego zapisanego źródła.
- Przykład dotyczący części „Rodzina”: Jakie informacje otrzymujemy od rodziny na temat seksu, seksualności, reprodukcji i związków?

Przykładowe odpowiedzi:

nie uprawiaj seksu - to tylko dla dorosłych, miej dużą rodzinę, możesz być w związku tylko z osobą płci przeciwnej itp.).



KROK 3: Refleksje na temat wartości (15 minut)**Dyskusja na forum (10 minut)**

- Zbierz ponownie całą grupę. Poproś o zastanowienie się nad następującymi pytaniami:
 - Jak przebiegała praca w grupach, czy zdarzały się sytuacje, kiedy zidentyfikowane komunikaty były różne? Co się wtedy działo?
 - Dlaczego tak się dzieje, że możemy mieć różne komunikaty w różnych rodzinach/ grupach?
 - W jaki sposób te komunikaty wpływają na to, jak postrzegam samego siebie/samą siebie?
 - W jaki sposób te komunikaty wpływają na podejmowane przeze mnie decyzje?
 - W jaki sposób te komunikaty wpływają na to, jak postrzegam i traktuję innych ludzi?
 - Czy komunikaty te stoją w sprzeczności z tym, jak postrzegam swoją seksualność?
- Wytłumacz, że wartości są często głęboko wpojonymi przekonaniami na temat naszego życia i dlatego oczywiste jest to, że zmiana ludzkich wartości, poglądów, postaw lub zachowań wymaga czasu.
- Wiele wartości, które ludzie czerpią od rodziny, przyjaciół/przyjaciółek i społeczeństwa mogą mieć negatywny wpływ na ich poglądy związane z seksualnością. Musimy być świadomi/świadome różnic wśród ludzkich poglądów oraz ich źródeł, jak również dostrzegać, w jaki sposób wpływają one na nasze życie oraz decyzje podejmowane w kwestii praw seksualnych i reprodukcyjnych.

KROK 4: Nasze wartości i prawa człowieka (10 minut)**Na forum (15 minut)**

- Wytłumacz, że normy społeczne i wartości czasem wspierają prawa człowieka, a czasem są w konflikcie z nimi.
- Poproś uczestników/uczestniczki, żeby wymienili/ły znane im prawa człowieka. Wypisz je na flipcharcie. Jeśli grupa będzie miała problem z tym zadaniem, staraj się facylitować burzę mózgów tak, by na liście znalazło się ich jak najwięcej, w tym szczególnie prawa tj. prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa, wolność od dyskryminacji i przemocy, prawo do prywatności. Zastanówcie się wspólnie, które prawa człowieka są silnie wspierane przez normy i wartości, a które mogą wchodzić w konflikt z nimi.

Praca w grupach (5 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby porozmawiały z osobą siedzącą obok:
 - Jaki wpływ mają normy i wartości społeczne na nasze wybory dotyczące seksualności i reprodukcji i na naruszanie praw człowieka?
 - Co możemy zrobić, jeśli widzimy, że jakieś normy społeczne wpływają na naruszenia praw człowieka?

Na forum (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o podzielenie się refleksjami na forum.
- Podkreśl, że prawa człowieka są uniwersalne, przynależą każdemu człowiekowi, bez względu na to, w jakiej kulturze czy tradycji się wychował, i powinny być zawsze respektowane. W tym ćwiczeniu okazało się, że niektóre komunikaty, które przekazuje nam kultura, tradycja, rodzina mogą pozostawać w sprzeczności z poszanowaniem tych praw. Poszanowanie praw człowieka powinno być zawsze najważniejsze. Nie oznacza to, że promowanie praw człowieka zakłada walkę z kulturą i tradycją – chodzi jedynie o sprzeciwianie się takim przekonaniom i wartościom, które prowadzą do naruszeń praw człowieka, dyskryminacji i przemocy.

KROK 5: Podejmowanie działania (5 minut)**Zastanówcie się:**

- Czego nauczyło was to ćwiczenie?
- Jak możecie wykorzystać tę wiedzę i umiejętności w działaniu?

Aktywiści i aktywistki biorą udział w warsztatach Amnesty International „Stop torturom” w Bernie, Szwajcaria, maj 2014 r.



© Amnesty International Switzerland



Aktywistki niosą baner: „Macierzyństwo: tylko jeśli chcę, tylko jeśli mogę.” Managua, Nikaragua, wrzesień 2011 r.

ZNAJOMOŚĆ I DOCHODZENIE PRAW CZŁOWIEKA

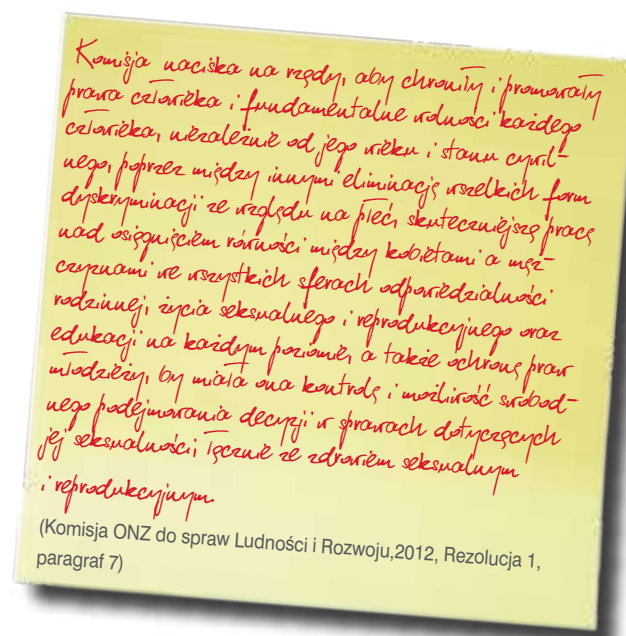
CZYM SĄ PRAWA SEKSUALNE I REPRODUKCYJNE?

Każdy człowiek posiada określone prawa w zakresie seksualności i reprodukcji, które dotyczą ciała, relacji międzyludzkich, związków oraz możliwości podejmowania decyzji. Przestrzeganie ich jest niezbędne do pełnej realizacji wszystkich praw człowieka. Państwa mają obowiązek zapewnić, że każdy człowiek może, w sposób wolny od strachu, przymusu czy dyskryminacji:

- podejmować decyzje dotyczące swojego ciała, zdrowia, życia seksualnego i tożsamości,
- szukać i otrzymywać informacje na temat seksu, antykoncepcji oraz związanych z tym świadczeń zdrowotnych,
- mieć dostęp do kompleksowej edukacji dotyczącej seksualności, zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego, praw człowieka i równości płci,
- decydować, czy i kiedy mieć dzieci,
- decydować, z kim, czy i kiedy wziąć ślub oraz jaki rodzaj rodziny stworzyć,
- korzystać z kompleksowej i zintegrowanej opieki zdrowotnej w zakresie życia seksualnego i reprodukcyjnego. Żaden człowiek nie powinien być pozbawiony opieki zdrowotnej i informacji przez wzgląd na to, kim jest i czy go na to stać,
- żyć w sposób wolny od gwałtu i innego rodzaju przemocy, np. przymusowej ciąży, przymusowej aborcji, przymusowej sterylizacji, wymuszonego małżeństwa czy obrzezania/okaleczania narządów płciowych.



Rajkumari Devi, Nepalka, opowiedziała AI o przeżytym doświadczeniu wypadania macicy, Dhanusa, maj 2013 r.



PRAWA SEKSUALNE I REPRODUKCYJNE W PRAWIE MIĘDZYNARODOWYM I MIĘDZYNARODOWYCH STANDARDACH PRAW CZŁOWIEKA

Choć fundamentalne wolności będące podstawą praw seksualnych i reprodukcyjnych obecne są w wielu międzynarodowych umowach, rezolucjach i deklaracjach, pierwszym dokumentem, który w sposób wyraźny uznał ich istnienie był Program Działania Międzynarodowej Konferencji na Rzecz Ludności i Rozwoju (ICPD) z 1994 roku. Dzięki zaangażowaniu kobiet i młodych ludzi, podczas ICPD zaznaczono potrzebę zmiany sposobu traktowania praw seksualnych i reprodukcyjnych przez rządy i przyczyniła się do uznania ich znaczenia oraz konieczności rozwoju. Podczas Międzynarodowej Konferencji na rzecz Ludności i Rozwoju zwrócono także szczególną uwagę na prawa i potrzeby młodych ludzi, nawołując władze państw do zapewnienia młodym ludziom dostępu do informacji na temat zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego, edukacji i przyjaznej im opieki zdrowotnej, zgodnie z ich prawem do prywatności, poufności oraz świadomą zgodą.

Od tamtego czasu działacze/działaczki ruchu na rzecz praw kobiet i ruchu młodzieżowego kontynuowali/kontynuowały, na regionalnym, krajowym i międzynarodowym poziomie, walkę o uznanie ich praw, potrzeb seksualnych i reprodukcyjnych. Zapisy wspierające prawa seksualne i reprodukcyjne znajdują się również w innych regionalnych i międzynarodowych dokumentach, to jest:

- Powszechna Deklaracja Praw Człowieka (artykuły 2, 3, 12, 16, 18, 19, 25).
- Międzynarodowy Pakt Praw Obywatelskich i Politycznych (artykuły 2, 3, 17, 18, 19, 23, 26).
- Międzynarodowy Pakt Praw Gospodarczych, Społecznych i Kulturalnych (artykuły 2, 3, 10, 12).
- Konwencja w sprawie likwidacji wszelkich form dyskryminacji kobiet (całość).
- Konwencja o prawach dziecka (artykuły 12, 13, 14, 19, 24, 34).
- Międzyamerykańska konwencja o zapobieganiu, karaniu i zwalczaniu przemocy wobec kobiet (całość).
- Europejska Konwencja o ochronie praw człowieka i podstawowych wolności (artykuły 3, 8, 9, 12, 14).
- Afrykańska Karta Praw Człowieka i Ludów (artykuły 4, 8, 9, 16, 17, 18, 28).
- Protokół do Afrykańskiej Karty Praw Człowieka w sprawie praw kobiet w Afryce (Protokół z Maputo) (całość, artykuł 14).
- Konwencja Rady Europy o zapobieganiu i zwalczaniu przemocy wobec kobiet i przemocy domowej.

ICPD: GŁÓWNE ZASADY PRAW CZŁOWIEKA

- Wszyscy ludzie rodzą się wolni i równi pod względem swej godności i praw. (Zasada 1)
- Wspieranie równości płci i równouprawnienia kobiet oraz eliminacji wszelkich form przemocy wobec kobiet i zapewnienie kobietom możliwości kontrolowania swojej płodności są filarami programów dotyczących ludności i rozwoju. (Zasada 4)
- Każdy człowiek ma prawo do korzystania z najwyższego możliwego do osiągnięcia poziomu ochrony zdrowia fizycznego i psychicznego. Wszystkie pary i osoby indywidualne mają podstawowe prawo do swobodnego i odpowiedzialnego decydowania o liczbie i czasie urodzenia dzieci oraz do informacji, edukacji i środków niezbędnych do tego. (Zasada 8)
- Każdy człowiek ma prawo do edukacji. Edukacja powinna wzmacniać poszanowanie praw człowieka i podstawowych wolności. (Zasada 10)
- Każde dziecko ma prawo do odpowiedniego standardu życia, zdrowia i edukacji oraz bycia wolnym od zaniedbania, wycisku i nadużyć. (Zasada 11)

Chociaż koncepcja praw seksualnych i reprodukcyjnych została sformułowana stosunkowo niedawno w dokumentach międzynarodowych, to opiera się na podstawowych prawach człowieka zawartych w wielu wcześniejszych traktatach i deklaracjach – prawie do życia, do prywatności, zdrowia, edukacji, informacji, wolności sumienia i światopoglądu, wolności wypowiedzi, wolności od tortur i okrutnego, niehumanitarnego i poniżającego traktowania, wolności od dyskryminacji i przemocy. Dla pełnego poszanowania praw człowieka jednostki niezbędne jest poszanowanie jej praw seksualnych i reprodukcyjnych.

ZASADY YOGYAKARTA

Zbiór zasad dotyczących orientacji seksualnej i tożsamości płciowej opracowany w 2006 roku przez zespół wysokiej rangi ekspertów/ekspertek praw człowieka. Zasady te nie mają formy traktatu wiążącego dla państw, ale zawierają standardy ochrony, które są wykorzystywane przez instytucje zajmujące się dochodzeniem i karaniem naruszeń praw człowieka, czyli: sądy czy trybunały.



© Amnesty International

ZOBOWIĄZANIA PAŃSTW W OBSZARZE PRAW SEKSUALNYCH I REPRODUKCYJNYCH

Rządy mają obowiązek szanować, chronić i realizować prawa seksualne i reprodukcyjne wszystkich ludzi. Państwa są także zobowiązane do zapewnienia niedyskryminacji i równego traktowania w korzystaniu z praw seksualnych i reprodukcyjnych.

Państwa są zobowiązane do:

przestrzegania praw seksualnych i reprodukcyjnych każdego człowieka, poprzez tworzenie środowiska prawnego umożliwiającego doświadczanie i wyrażanie własnej płci i seksualności bez dyskryminacji, przemocy i przymusu. Przykładowo, państwa powinny powstrzymać się od tworzenia prawa, które uniemożliwia dostęp do antykoncepcji młodym ludziom stanu wolnego lub kryminalizuje stosunki seksualne oparte na obopólnej zgodzie.

ochrony praw seksualnych i reprodukcyjnych poprzez zapobieganie i karanie przemocy oraz dyskryminacji ze względu na płeć czy tożsamość płciową. Przykładowo, państwa mają obowiązek chronić ludzi przed przemocą i napaścią ze względu na orientację seksualną czy tożsamość płciową.

realizowania praw seksualnych i reprodukcyjnych poprzez zapewnianie pełnego dostępu do informacji, edukacji i usług niezbędnych do osiągnięcia najwyższych możliwych standardów w tej dziedzinie; oznacza to, że państwa muszą promować prawa człowieka poprzez uświadamianie obywateli/obywaterek o przyjętych zobowiązaniach międzynarodowych, korygować nieprawdziwe informacje i zwalczać stereotypy, a także tworzyć system, w ramach którego wszyscy ludzie mogą dochodzić swoich praw. Przykładowo, państwa mają obowiązek zapewniać kompleksową edukację na temat seksualności, równości płci i praw człowieka.

Obecnie wiele rządów nie chroni bądź nawet bezpośrednio karze niektórych ludzi ze względu na ich seksualność, decydują o reprodukcji czy tożsamość. Niektóre kraje wykorzystują prawo karne do regulacji seksualnych i reprodukcyjnych decyzji czy zachowań.

Prawo kryminalizujące wybory seksualne i reprodukcyjne istnieje w każdej części świata, poczynając od praw ograniczających kobietom dostęp do aborcji lub zachowania w trakcie ciąży (na przykład w Salwadorze, gdzie poronienie może być potraktowane jako zabójstwo, czy w Stanach Zjednoczonych, gdzie za przyjmowanie narkotyków czy próbę samobójczą podczas ciąży kobieta może trafić do aresztu), przez te, które kontrolują życie osób żyjących z wirusem HIV, kończąc na regulacjach ograniczających dostęp do informacji lub świadczeń w zakresie zdrowia reprodukcyjnego. Warto uświadomić sobie, że prawo ustala pewne normy zachowań, ale czasem również karze różnorodność i nonkonformizm; i często działa na niekorzyść grup, które są już dyskryminowane, wykluczane i marginalizowane. Ostatnie wydarzenia w Nigerii, Ugandzie i Rosji, gdzie za nielegalne uznano nie tylko stosunki homoseksualne, lecz także działanie na rzecz praw osób LGBTI, pokazują jak rządy wykorzystują prawo, by narzucać konwencje społeczne za cenę pozbawiania ludzi należnych im praw.

Celem polityki i programów rządowych musi stać się zapewnienie wszystkim obywatelom/obywatelkom dostępu do sprawiedliwości i zadośćuczynienia za naruszenie ich praw dotyczących seksualności i reprodukcji, łącznie z tymi, które są tolerowane lub popełniane przez państwo. Kiedy państwo kryminalizuje seksualność, tożsamość płciową, zachowania podczas ciąży czy posiadanie dzieci, skutkuje to nie tylko arbitralnym aresztowaniem, sądzeniem i karaniem, lecz również nękaniami, wymuszeniami i przemocą stosowanymi przez organy prawa. Brak ochrony w tych sferach oddziałuje także na inne prawa człowieka: brak ochrony przed dyskryminacją, ludzie żyjący z wirusem HIV, niezamężne kobiety i osoby LGBTI są bardziej narażeni na dyskryminację w pracy, dostępie do mieszkania, zdrowia i edukacji. Państwa mają obowiązek uchylać przepisy karne, które naruszają prawa seksualne i reprodukcyjne i ustanawiać takie, które je chronią.

Aktywiści i aktywistki Amnesty International Szwajcaria zbierają podpisy pod petycją w ramach kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, marzec 2014 r.

DOSTĘP DO INFORMACJI I EDUKACJI SEKSUALNEJ

Prawo do edukacji obejmuje także prawo do edukacji seksualnej, która sama w sobie jest prawem człowieka, a także niezbędnym środkiem do realizacji innych praw, tak jak np. prawa do zdrowia, informacji, praw seksualnych i reprodukcyjnych.

(Raport Specjalnego Sprawozdawcy do spraw prawa do edukacji, 2010, paragraf 19)

Pierwszym krokiem do wypełniania praw seksualnych i reprodukcyjnych jest dostęp do informacji. Kompleksowa edukacja seksualna przyczynia się do równości płci w związkach oraz redukuje niezamierzone zdrowotne konsekwencje i ryzyka. Pomimo ogromnego znaczenia edukacji i wiedzy, zwłaszcza dotyczącej ciała, zdrowia i praw, edukacja seksualna wciąż bywa uznawana za kontrowersyjną i stygmatyzowaną w wielu społeczeństwach. ONZ szacuje, że znaczna większość nastoletnich i młodych ludzi nadal nie ma dostępu do kompleksowej edukacji seksualnej, której potrzebują, by prowadzić zdrowe życie.

Brak dostępu do edukacji seksualnej niesie ze sobą ryzyko przemocy, dyskryminacji i problemów zdrowotnych. Wielu młodym ludziom odmawia się jej bądź nie udziela kompletnych informacji na temat zdrowia i seksualności. W niektórych krajach, na przykład w Indonezji, prawo ogranicza, a nawet kryminalizuje prowadzenie edukacji w zakresie praw seksualnych i reprodukcyjnych.

Problem leży w tym, że to społeczeństwo decyduje czy [zachowanie] narusza normy społeczne [...]. Tak długo jak informacje na temat seksualności i reprodukcji będą je naruszać, ja i moi przyjaciele możemy zostać aresztowani i oskarżeni [...], jeśli ludzie czują się niekomfortowo i sądzą, że promują seks, stanowi to problem. [...] to zawsze zależy od przywódców społeczności [...] jeżeli są oni fundamentalistami istnieje duża szansa [że będziemy aresztowani].

(Obrońca praw człowieka, Yogyakarta)

Ludzie w Hong Kongu nie wiedzą nawet czym są prawa seksualne i reprodukcyjne. Niektórzy uważają, że nie możemy oceniać jak używać naszych ciał, a edukacja seksualna zmusi nas do robienia „złych” rzeczy [...].

(Lam Po Yee, Hong Kong, The Wire)

Unikanie otwartego rozmawiania na temat seksu w grupach różnopłciowych lub z osobami z innego pokolenia, sprawia, że nauczyciele/nauczycielki i pracownicy/pracowniczki sektora ochrony zdrowia czują się niepewnie bądź niekomfortowo w swoich rolach, rozmawiając na ten temat z dziećmi i młodzieżą. Brak dostępu do edukacji seksualnej w szkołach i jej napiętnowanie społeczne skutkuje tym, że młodzi ludzie pozostawieni są sami sobie, wtedy gdy najbardziej potrzebują informacji.

Państwo ma obowiązek zapewnić młodym ludziom dostęp do edukacji o seksualności i prokreacji. Oznacza to, że:

- edukacja seksualna powinna być częścią programu nauczania; kursy na ten temat należy również włączać w program studiów przyszłych nauczycieli i nauczycielek,
- program edukacji seksualnej powinien czerpać z wiedzy naukowej, nie może zawierać treści dyskryminacyjnych, powinien promować równość i różnorodność, oraz skupiać się na zapobieganiu chorobom, zabezpieczaniu się przed niechcianą ciążą i reagowaniu na przemoc,
- państwo powinno prowadzić kampanie edukacyjne, by zwiększać świadomość o zdrowiu seksualnym i reprodukcyjnym, na przykład informując o ryzyku związanym z wczesną ciążą czy chorobach przenoszonych drogą płciową.

Po prawej: członkowie i członkinie Amnesty International Szwajcaria podczas inauguracji kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” w Bernie, marzec 2014 r.



© Amnesty International Switzerland

PRZYKŁADY DISKRYMINACYJNYCH PRZEPISÓW PRAWNYCH:

- W Algierii gwałt małżeński nie jest przestępstwem.
- W Aceh (Indonezja) prawo lokalne przewiduje karę chłosty dla osób, które przebywają same z osobą płci przeciwnej, jeśli nie jest to krewny/krewna lub rodzina.
- W Nigerii, Ugandzie i Rosji prawo karze nie tylko za stosunki seksualne osób tej samej płci, ale także przewiduje kary dla jednostek i organizacji, które działają na rzecz praw osób LGBTI.
- W Salwadorze, Nikaragui i Chile przerwanie ciąży jest nielegalne, nawet w sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia kobiety lub gdy ciąża jest wynikiem gwałtu.
- W Polsce osoby nieheteroseksualne nie mają możliwości formalnego zarejestrowania swojego związku, ponieważ związki partnerskie nie są prawnie uznane, a małżeństwo zgodne z prawem, można zawrzeć tylko z osobą innej płci.

(stan na sierpień 2014 roku)



DOSTĘP DO OPIEKI ZDROWOTNEJ

Państwa muszą zagwarantować, że programy i postawy pracowników/pracowniczek medycznych nie ograniczają dostępu do odpowiednich usług oraz informacji, których potrzebują młodzi ludzie, łącznie z wiadomościami na temat chorób przenoszonych drogą płciową oraz nadużyć seksualnych. W celu zapewnienia tego i między innymi zwrócić uwagi na wykorzystywanie seksualne, służby te muszą chronić prawa młodych ludzi do prywatności, poufności, szacunku i świadomej zgody, szanując wartości kulturowe i przekonania religijne. W tym kontekście, państwa powinny tam, gdzie jest to właściwe, usunąć prawne, systemowe i społeczne bariery, które blokują dostęp do informacji i opieki w zakresie zdrowia reprodukcyjnego.

(Program Działania Międzynarodowej Konferencji na rzecz Ludności i Rozwoju, paragraf 7.45)

Obecnie blisko połowa populacji na świecie jest między 10 a 24 rokiem życia. Nadal znaczna część młodych ludzi nie ma dostępu do kompleksowych świadczeń w zakresie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego. Wiele krajów nie zapewnia młodym ludziom edukacji seksualnej, tak potrzebnej do prowadzenia zdrowego życia. Oznacza to, że wiele z nich wciąż cierpi, a nawet umiera, na skutek powikłań w czasie ciąży i porodu, przemocy ze względu na płeć czy chorób związanych z AIDS.

Oprócz prawa do informacji i edukacji o zdrowiu, prawo do zdrowia obejmuje również inne kluczowe elementy. Ochrona zdrowia musi być łatwo dostępna i dobrej jakości. W komentarzu ogólnym nr 14, z 2000 roku Komitet Praw Gospodarczych, Społecznych i Kulturalnych stwierdził, że zagwarantowanie prawa do zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego oznacza, że:

- usługi ochrony zdrowia są dostępne, ponieważ są zlokalizowane w miejscu dostępnym dla wszystkich osób oraz są bezpłatne lub tanie, tak by wszyscy ludzie mogli z nich korzystać,
- usługi są dostępne i dostosowane do potrzeb kobiet i mężczyzn, młodych ludzi i dorosłych,
- personel medyczny przestrzega praw pacjentów/pacjentek, w tym szczególnie poufności i prywatności,
- personel jest odpowiednio przeszkolony i kompetentny.



215 MILIONÓW Kobiet nie ma dostępu do antykoncepcji

Świadczenia te muszą być zapewniane w sposób, który wspiera prawo każdego człowieka do kontroli własnego życia seksualnego i reprodukcyjnego, a także do podejmowania świadomych decyzji dotyczących własnego zdrowia bez przeszkód czy przymusu. Aby upewnić się, że żaden obywatel/obywatelka nie jest dyskryminowany/dyskryminowana w tej kwestii, rządy zobligowane są do zapewnienia każdej osobie bez względu na jej płeć, tożsamość płciową, czy orientację seksualną takiego samego dostępu do świadczeń i opieki, a także do usunięcia innych barier, łącznie z ekonomicznymi i strukturalnymi, jak na przykład wysokie opłaty, zbyt duże odległości do siedziby tych usług czy prawne ograniczenia dostępu do nich.

Młodzi ludzie zdobywają informacje o seksie głównie od siebie nawzajem, a także dzięki stowarzyszeniom i klubom, które oferują informacje na temat planowania rodziny i chorób przenoszonych drogą płciową, również HIV i AIDS. Jednak zbyt mało osób ma do nich dostęp [...]. Niektórym młodym ludziom ubóstwo uniemożliwia szukanie takich miejsc. Niektórzy nawet nie wiedzą o ich istnieniu.

(Kando Seraphine, studentka prawa i aktywistka młodzieżowa)

Podsumowując temat prawa do informacji i edukacji w zakresie zdrowia, należy wskazać na jego zasadnicze elementy: placówki opieki medycznej powinny być osiągalne, przystępne i dobrej jakości. Oznacza to, że muszą być ulokowane w miejscach łatwo dostępnych dla wszystkich członków/członkiń społeczności, przystępne cenowo bądź zupełnie darmowe dla najbardziej potrzebujących, nie powinny dyskryminować nikogo ze względu na wiek, płeć czy jakąkolwiek inną przesłankę, a ponadto kierować się etyką medyczną i szanować prawa ludzi do poufności, prywatności i szacunku oraz być prowadzone przez kompetentny i wyszkolony personel.

Nierówności w dostępie do opieki medycznej często zwiększają się w zestawieniu z innymi czynnikami, jak na przykład ubóstwo, dyskryminacja rasowa czy dyskryminacja ze względu na orientację seksualną. Grupy marginalizowane w społeczeństwie narażone są na większe ryzyko w sytuacji, gdy niektóre obszary życia seksualnego i reprodukcyjnego są kryminalizowane. Na przykład w Salwadorze grupą kobiet szczególnie zagrożoną ukaraniem wieloletnim więzieniem za poronienie w czasie ciąży są kobiety ubogie, często niepiśmienne, których nie stać na obronę prawną (wynajęcie prawnika), zależność od publicznych świadczeń i pomocy sprawiają, że trudniej im uniknąć odpowiedzialności karnej. Osoby wykluczone ze społeczeństwa, marginalizowane i żyjące w ubóstwie częściej spotykają się z dyskryminacją, szukając opieki zdrowotnej i nie otrzymując usług na takim samym poziomie jak inni ludzie. Ludzie żyjący w ubóstwie mają problem z dostępem do nich, a standard opieki w publicznych ośrodkach jest często dużo niższy niż w prywatnych. Również ludzie mieszkający na wsiach mają większy problem z dostępem do opieki medycznej, ponieważ większość placówek znajduje się w miastach, co wiąże się z wysokimi kosztami transportu.

Największy problem stanowi dla mnie odległość między domem a ośrodkiem zdrowia. Aby sprawdzić jak przebiega ciąża, muszę przechodzić przez góryste tereny. Nie mogę też poruszać się zbyt szybko [...] jest to kłopot, ponieważ nie mieszkam blisko drogi i muszę iść bardzo długo [...] Rodziłam tam moje dzieci [w ośrodku dla matek], wszystkie. Poszłam tam, ale nic tam dla nas nie ma; ani jedzenia ani miejsca, aby je przygotować; ci, którzy przyjechali z daleka nie mogą tam nawet zostać [...] można tam zostać tylko na czas porodu, potem nie otrzyma się żadnej pomocy.

(Mieszkanka Peru)



PLANOWANIE RODZINY

ONZ szacuje, że dostęp do antykoncepcji mógłby zapobiec 187 milionom niechcianych ciąży, 105 milionom aborcji i śmierci 215 tysięcy kobiet rocznie. Jednak z badań AI wynika, że wciąż wiele kobiet nie ma dostępu do nowoczesnych metod planowania rodziny. Pozbawia się je też często informacji i wsparcia, które umożliwiłyby im świadome podejmowanie decyzji.

Prawo i polityka państw mogą także utrudniać młodym ludziom dostęp do świadczeń, nakładając ograniczenia wiekowe, wymaganie zgody rodziców czy małżonka/małżonki czy różnicowanie w dostępie osób stanu wolnego i zamężnych/zonatych. Przykładem może być zapewnienie dostępu do antykoncepcji jedynie osobom będącym w związkach małżeńskich lub zamierzającym się pobrać. Wiąże się to z niewłaściwym założeniem, że aktywność seksualna możliwa jest tylko w małżeństwie. Narusza to w sposób oczywisty prawo każdego człowieka do podejmowania decyzji o swojej seksualności i momencie założenia rodziny.

Jeżeli są krótko po ślubie [...], nie potrzebują zbytnio planowania rodziny [...] używanie [nowoczesnych] metod zapobiegania ciąży [...]. Mówię im o [tradycyjnych metodach] takich jak stosunek przerywany czy kalendarzyk [...]. Osobom bezdzietnym na początek polecamy te sposoby [...] dopiero tym, którzy mają już dzieci, mówimy o zastrzykach i pigułce. (Położna, Jawa Zachodnia)

Opinie w kwestii dostępu do niektórych usług zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego pozostają podzielone. Niektóre świadczenia, jak aborcja i opieka po aborcji, wzbudzają wiele kontrowersji, co ogranicza kobietom dostęp do nich bądź całkowicie ją odbiera. Obecnie w 5 krajach na świecie przerwanie ciąży jest całkowicie zabronione, a w 68 - aborcja jest zakazana lub dopuszczalna wyłącznie, gdy życie kobiety jest zagrożone. Restrykcyjne prawa, jak te w Nikaragui, które nie zezwalają na przerwanie ciąży nawet, gdy doszło do niej w wyniku gwałtu czy kazirodztwa, zmuszają kobiety takie jak Adriana do szukania nielegalnych i potencjalnie niebezpiecznych sposobów poddania się aborcji. Kiedy jej córka, Rosemary, zgwałcona przez swojego wuję, zaszła w ciążę w wieku 12 lat, Adriana, ryzykując aresztowaniem i karą więzienia, znalazła miejsce, gdzie przeprowadzono jej córce zabieg aborcji.

Świadomość, że dziecko miałoby urodzić swoje dziecko była dla mnie nie do zniesienia... dręczyło mnie to. Nie chciałam, żeby moja córka przez to przechodziła, żeby urodziła dziecko będące wynikiem gwałtu... w takim wieku byłoby to też niebezpieczne dla jej zdrowia.

(Adriana, matka Rosemary, Nikaragua)

Plakat z Burkina Faso, lipiec 2014 r.: „Jesteśmy odpowiedzialnymi mężczyznami. Planowanie rodziny to też nasza sprawa”.



© Amnesty International

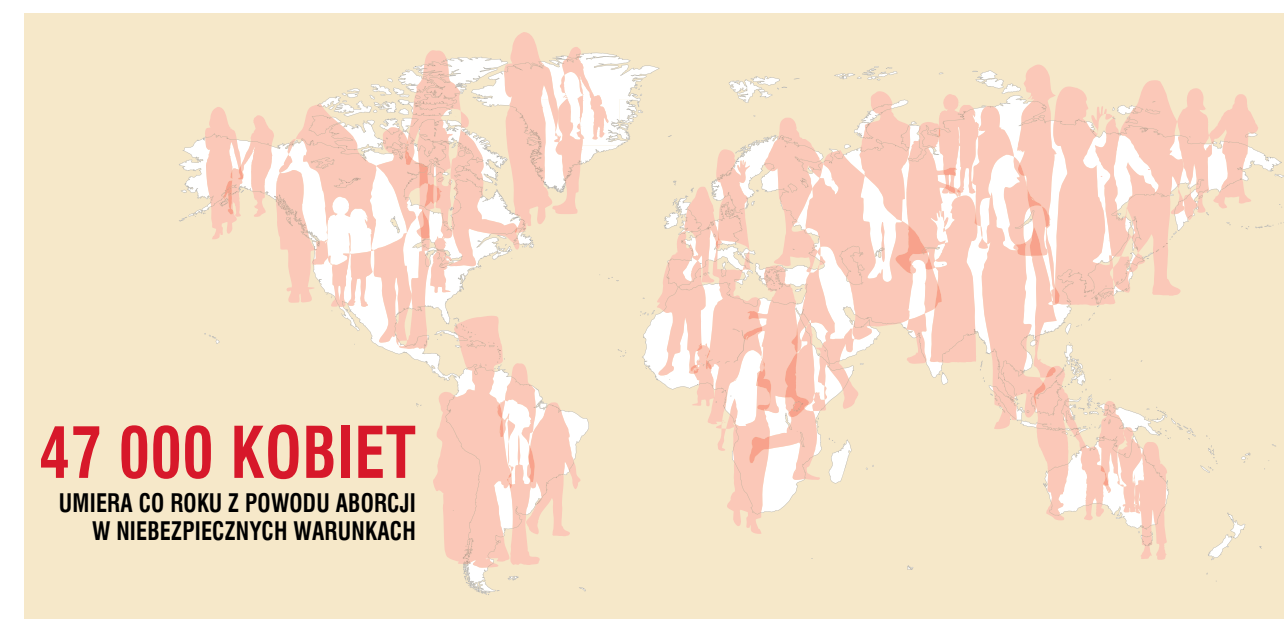
BARIERY STAWIANE MŁODYM LUDZIOM W DOSTĘPIE DO ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH

Młodzi ludzie mają szczególne trudności w egzekwowaniu poszanowania prawa do zdrowia. Społeczne milczenie na temat seksualności młodzieży prowadzi do negatywnego nastawienia personelu medycznego wobec młodych ludzi starających się skorzystać z usług związanych ze zdrowiem seksualnym lub reprodukcyjnym. Zdarza się, że personel medyczny odmawia udzielenia informacji, ponieważ uznaje, że ktoś jest za młody, żeby podejmować samodzielne decyzje dotyczące zdrowia.

Poufność i poszanowanie prywatności są kluczowe dla młodych ludzi, a brak zaufania do personelu medycznego główną przeszkodą, przez którą nie korzystają z usług ochrony zdrowia. Młodzi ludzie boją się, że ich zachowania seksualne będą oceniane, że będą potępiani, a informacje o nich będą ujawniane innym, w tym rodzicom czy opiekunom.

Państwo musi zapewnić młodym ludziom dostęp do informacji i usług, a przede wszystkim:

- brać pod uwagę rozwijające się zdolności młodego człowieka i umożliwić mu/jej dostęp do informacji i usług bez wymogu zgody rodziców lub opiekunów, w celu najlepszego zabezpieczenia jego/jej interesu,
- uznać młodych ludzi jako aktywnie korzystających z praw człowieka i wspierać ich w rozwoju i dojrzewaniu,
- uznać prywatność młodych ludzi, personel medyczny powinien być przeszkolony, jak rozmawiać z młodymi ludźmi na temat ich zdrowia z zapewnieniem poufności informacji.



OCHRONA PRZED PRZEMOCĄ

Twoje ciało należy tylko do siebie i nikt nie ma prawa go dotykać.

(Laura, promotorka praw młodych ludzi, lat 15, Managua, Nikaragua)

Wspieranie równości płci, równości i równouprawnienia kobiet oraz eliminacji wszelkich form przemocy wobec kobiet [...] są filarami programów dotyczących ludności i rozwoju.

(ICPD, Zasada 4)

Przemoc związana z płcią często łączy się ze społecznymi rolami mężczyzn i kobiet. Kiedy czyjeś zachowanie odbiega od tego, jakie przyjęto za „normę” może spotkać się to z agresją. Jest to dodatkowo niebezpieczne, gdy dochodzą do tego sprawy związane z dyskryminacją ze względu na orientację seksualną czy tożsamość płciową.

(Specjalny Sprawozdawca ONZ do spraw przemocy wobec kobiet, „Making Rights a Reality”, str. 12)

Państwa powinny, za pomocą wszelkich dostępnych środków, wyeliminować szkodliwe praktyki społeczne i kulturowe, które wpływają na dobrobyt, prawidłowy wzrost i rozwój dziecka, w szczególności [...] zwyczaje i praktyki, które dyskryminują dzieci ze względu na płeć lub inne czynniki [...].

(Afrykańska Karta Praw i Dobrobytu Dziecka, Artykuł 21)



© Amnesty International

Każde państwo odpowiedzialne jest nie tylko za promowanie i przestrzeganie praw człowieka, powinno także przeciwdziałać ich łamaniu i przemocy stosowanej przez organy państwowe i niepaństwowe. Prawo do życia wolnego od dyskryminacji i agresji chronione jest przez każdy traktat i porozumienie w tym obszarze, a zakaz stosowania przemocy seksualnej i dyskryminacji ze względu na płeć są powtórzone w regionalnych i międzynarodowych umowach. Wszelka przemoc przeciwko jednostce jest naruszeniem jej prawa do życia, integralności cielesnej i wolności.

W szczególności Deklaracja ONZ o eliminacji przemocy wobec kobiet przedstawia szczegółową definicję przemocy, która obejmuje fizyczne, seksualne i psychologiczne nadużycia, zarówno takie, do których dochodzi w rodzinie, w całej społeczności, czy też kiedy są one dokonywane przez państwo. Zwraca szczególną uwagę na tak powszechne formy przemocy ze względu na płeć jak wykorzystywanie seksualne, pobicie, gwałty partnerskie lub małżeńskie, wyzykiwanie, okaleczanie narządów płciowych, molestowanie seksualne, zastraszanie oraz handel ludźmi.

Rządy są zobowiązane do eliminowania wszelkich przejawów dyskryminacji, przemocy i molestowania, jakie mają miejsce w ich jurysdykcji, zwłaszcza jeśli chodzi o przestrzeń publiczną. Przykładem tego jest napastowanie uliczne, które może przybierać formę gwizdania, komentarzy o wyzywającym charakterze, ataków słownych, a czasem nawet fizycznych. Podczas rewolucji w Egipcie w 2011 roku, liczba napaści na tamtejsze kobiety znacząco wzrosła. Najczęściej atakowane były uczestniczki protestów, a sprawcami okazali się policjanci, przedstawiciele służb publicznych czy inni uczestnicy protestów. Egipcjanki bito, poddawano testom na dziewictwo i grożono gwałtem. Badania prowadzone przez Jednostkę ONZ do spraw Równości Płci i Uwłasnowolnienia Kobiet (w skrócie zwana UN Women) wykazały, że 99,3% Egipcjanek padło ofiarą molestowania, a 91,5% doświadczyło przemocy fizycznej, co umacnia trwającą wciąż dyskryminację ze względu na płeć i kulturowe przyzwolenie na przemoc wobec kobiet w tym kraju.



© Paula Allen

Kobiety, które szukają pomocy na policji są źle traktowane. Stróża prawa zawsze pozostają stronniczy – uważają, że do pobicia przez mężów dochodzi na skutek ich „sprovokowania”. Odnoszenie się do kobiet bez szacunku i źle traktowanie ich na posterunkach skutkuje brakiem zaufania do policji. Nie wierzą wymiarowi sprawiedliwości.

(Obrończyni praw człowieka z Egiptu)

Wiele regulacji prawnych kryminalizujących kwestie seksualności, reprodukcji czy tożsamości płciowej przedstawia się jako chroniące kulturę narodową czy przestrzegające reguł moralnych, które zastąpić mają prawa człowieka jednostek. Koncept praw seksualnych i reprodukcyjnych bywa czasem dość kontrowersyjny. Dzieje się tak na skutek konfliktu pomiędzy tymi prawami a „tradycyjną kulturą”, która przybiera formę dyskryminujących czy krzywdzących praktyk. I choć prawa człowieka chronią przekonania religijne i suwerenność państwa, nie mogą bronić zachowań, które naruszają inne prawa i wolności człowieka.

Po lewej: aktywistki i aktywiści Amnesty International Ekwador podczas marszu na rzecz bezpieczeństwa dla dziewcząt w szkołach, grudzień 2007 r.

Powyżej: Ruth, edukatorka kampanii przeciwko okaleczaniu narządów płciowych kobiet prowadzi warsztaty dla mężczyzn o skutkach tej praktyki, grudzień 2005 r.



Istnieje wiele form przemocy i dyskryminacji wywodzących się z tego, że w danym społeczeństwie większą wartość przypisuje się życiu i zdrowiu mężczyźni niż kobiet i dziewczyn. Przejawia się to w:

- wczesnym i wymuszonym małżeństwie,
- testach na dziewictwo,
- dziedziczeniu wódki,
- okaleczeniu żeńskich narządów płciowych,
- preferowaniu synów,
- zakazie spożywania niektórych pokarmów przez kobiety,
- tabu związanym z menstruacją,
- konieczności wniesienia posagu, aby małżeństwo było ważne.

Choć niewiele z tych praktyk jest bezpośrednio promowanych przez państwa, ponoszą one odpowiedzialność za ochronę praw człowieka w ich jurysdykcji, zwłaszcza jeśli chodzi o praktyki kulturowe. Państwa muszą nie tylko usunąć zapisy prawne i inne przeszkody, które uniemożliwiają kobietom dostęp do sprawiedliwości i innego zadośćuczynienia, lecz także upewnić się, że wszyscy ludzie mogą realizować swoje prawa seksualne i reprodukcyjne oraz mają dostęp do pomocy w przypadku ich naruszenia.

Programy edukacyjne, zarówno na państwowym jak i lokalnym poziomie, muszą wspierać i zachęcać do aktywnej i otwartej dyskusji na temat konieczności ochrony kobiet, młodzieży i dzieci przed wszelkimi formami przemocy, łącznie z wykorzystywaniem seksualnym, wyzyskiem czy handlem ludźmi. Rządy powinny ułatwić ofiarom zgłaszanie naruszenia ich praw poprzez tworzenie odpowiednich warunków i procedur. Prawa regulujące te kwestie powinny zostać uchwalone tam, gdzie jeszcze nie istnieją bądź stać się wyraźnie skategoryzowane, wzmocnione i egzekwowane; powinny też zaistnieć odpowiednie środki, które zrekompensują ofiarom doznane krzywdy.

(Program Działania Międzynarodowej Konferencji na rzecz Ludności i Rozwoju paragraf 7.39)



© Elio Germani

INNE OSOBY, GRUPY ORAZ INSTYTUCJE NIEPAŃSTWOWE A PRAWA SEKSUALNE I REPRODUKCYJNE

Ponieważ prawa seksualne i reprodukcyjne funkcjonują na przecięciu płaszczyzny prywatnej i publicznej, pomiędzy jednostką a społeczeństwem, regulacje w tym zakresie odbywają się na wielu poziomach. Organy władzy nie są jedynymi podmiotami w społeczeństwie, choć często są tymi najsilniejszymi. W wielu przypadkach inne grupy, o różnym poziomie władzy i wpływu, zastrzegają sobie prawo do podejmowania decyzji w obszarze seksualności i reprodukcji.

Rodziny to najbardziej powszechne grupy społeczne, które wywierają ogromny wpływ na wartości i przekonania wyznawane przez jednostkę. Rodzina może być źródłem nauki i wsparcia, zapewniać młodym ludziom bezpieczeństwo i miłość w okresie dorastania, jednak może również naruszać ich prawa dotyczące seksualności i reprodukcji. Rodziny, rodzice i opiekunowie mają obowiązek działać w najlepszym interesie wychowywanego przez siebie dziecka. Osoby niepełnoletnie, poniżej 18. roku życia, muszą mieć zapewnioną opiekę w czasie dorastania. Młodzi ludzie, szczególnie w okresie dojrzewania potrzebują przestrzeni, by rozwijać się i odkrywać swoją seksualność, muszą mieć dostęp do informacji na tematy seksu, płci i zdrowia. Kiedy dom rodzinny jest miejscem przymusu i przemocy, jak w przypadku zmuszania do małżeństwa, „leczenia” gwałtem czy okaleczania narządów płciowych, młodzi ludzie potrzebują pomocy w obronie swych praw.

Spółeczności ustalają silne standardy, jeśli chodzi o wyrażanie swojej seksualności i tożsamości płciowej. Mogą mieć ogromne znaczenie w życiu jednostki, w zależności od tego czy akceptują, czy sprzeciwiają się naruszaniu jej praw seksualnych i reprodukcyjnych.

Pracodawcy nie mogą ustalać standardów, które naruszałby wolności pracowników/pracowniczek w sferze seksualności czy reprodukcji; mają obowiązek stworzenia środowiska pracy, w którym żadna osoba nie jest dyskryminowana czy molestowana. Szczególnie ważne jest, aby w miejscu pracy równo traktowano obie płcie, zarówno jeśli chodzi o wynagrodzenia i możliwości rozwoju czy walkę z molestowaniem seksualnym i atakami w miejscu pracy. Pracodawcy również mogą naruszać prawa seksualne i reprodukcyjne, na przykład gdy wymagają od potencjalnego pracownika/pracowniczki udowodnienia, że nie jest w ciąży bądź nie cierpi na choroby przenoszone drogą płciową, łącznie z zakażeniem HIV i stawiają to jako warunek zatrudnienia, bądź zwalniają ciężarne kobiety.

Szkoły mają obowiązek zapewnić młodym ludziom bezpieczne i wspierające środowisko do nauki.

Instytucje religijne, które kierują się swoimi prawami i przekonaniem, często naruszają wolność jednostki, decydując w sprawach płci i seksualności. Przykładem może być zakaz stosowania antykoncepcji w niektórych wyznaniach. Choć wyznawcy danej religii mają prawo żyć zgodnie z jej nakazami, to państwo szanując wybór wierzących, musi przeciwstawić się narzucaniu wiary innym członkom/członkiniom społeczeństwa. W polskim kontekście problemem tego typu jest korzystanie z klauzuli sumienia przez lekarzy, którzy nie tylko odmawiają wykonania zabiegu przerwania ciąży, ale również wskazania innego lekarza, który podejmie się wykonania zabiegu czy podania rzetelnych informacji.

Wskazane przykłady pokazują, że nie tylko organy państwowe wyznaczają prawa dotyczące sfery seksualności i reprodukcji. Rodziny, społeczność, szkoły, pracodawcy i instytucje religijne mają interes w zapewnieniu ludziom ochrony ich praw. Ich poszanowanie jest niezwykle istotne dla dobrego samopoczucia i godności wszystkich ludzi, może nawet mieć pozytywny wpływ na zdrowie, relacje międzyludzkie oraz promowanie równości płci. Dlatego też zadania te powinny być wykonywane nie tylko przez państwo i instytucje państwowe, ale również przez indywidualnych członków/indywidualne członkinie społeczeństwa, którzy/które mogą domagać się ochrony i promocji praw seksualnych i reprodukcyjnych – zarówno w odniesieniu do siebie, jak i innych osób.

Po lewej: parada równości w Brukseli, Belgia, 2014 r.

ZWIĄZEK MIĘDZY PRAWAMI SEKSUALNYMI I REPRODUKCYJNYMI A INNYMI PRAWAMI CZŁOWIEKA

Prawa człowieka są niezbywalne: w żadnym przypadku nie można ich odebrać, ani się ich zrzec. Są także niepodzielne: wszystkie prawa człowieka stanowią integralną i współzależną całość. Prawa człowieka są także współzależne: gdy dojdzie do naruszenia jednego z praw, oddziałuje to negatywnie na inne. Analogicznie, gdy jedno z praw jest przestrzegane, przyczynia się to do realizowania pozostałych. Wreszcie, wymagają one czynnego uczestnictwa: każdy człowiek powinien bronić i dochodzić praw swoich i innych ludzi, domagać się ich poszanowania przez państwo i wypełniać wynikające z ich posiadania obowiązki.

Naruszenia praw seksualnych i reprodukcyjnych jednostki wpływa na jej możliwość korzystania z innych praw człowieka, a ich ochrona i promowanie może doprowadzić do realizowania pozostałych. Wiele z praw człowieka, jak np. prawo do zdrowia, edukacji, pracy, prywatności, wolności i życia, jest blisko związanych z seksualnością i reprodukcją.

- Dziewczęta, które zająd w ciąży w trakcie uczęszczania do szkoły, bywają zmuszane do porzucenia edukacji - zbyt wcześnie bądź wbrew swojej woli.
- Osoby żyjące z wirusem HIV bywają dyskryminowane w obszarze prawa do zdrowia, pracy czy mieszkania.

- W państwach, gdzie stosunki między osobami tej samej płci są kryminalizowane, osoby LGBTI mogą zostać aresztowane lub uwięzione.
- Dziewczęta, po okaleczeniu narządów płciowych, są narażone na poważne konsekwencje zdrowotne, między innymi bolesne miesiączki, infekcje układu moczowego, komplikacje w trakcie ciąży, a w skrajnych przypadkach śmierć.
- Rodziny, bez dostępu do antykoncepcji, wychowują liczne potomstwo, któremu nie są w stanie zapewnić odpowiednich warunków ekonomicznych.
- Osoby, które naruszają ogólnie przyjęte normy społeczne w sprawach płci, jak kobiety, które mają dzieci poza małżeństwem, bywają wykluczane, eksmitowane z miejsca zamieszkania bądź zwalniane z pracy.
- obrońcy/obrończynie praw seksualnych i reprodukcyjnych są często celem ataków, doświadczają przemocy czy aresztowań.
- Kobiety, które doświadczyły molestowania lub przemocy seksualnej bywają publicznie upokarzane i obwiniane za krzywdę, której doznały, co może skutkować utratą pracy, domu lub statusu społecznego.
- Dyskryminacja ze względu na wiek i tworzenie z seksualności młodych ludzi tematu tabu utrudnia im dostęp do niezbędnych usług zdrowotnych.
- Zjawisko przemocy seksualnej w szkołach skłania dziewczęta do porzucenia nauki.
- Włączanie młodych ludzi, w tworzenie polityki, dotyczącej ich praw jest często niemożliwe z powodu postrzegania przez starsze pokolenia seksualności jako tematu tabu.

Po lewej: manifestacja na rzecz prawa do zdrowia organizowana przez Treatment Action Campaign (TAC) w RPA, marzec 2014 r.

Po prawej: dystrybucja materiałów informacyjnych o kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” w RPA, maj 2014 r.



© Amnesty International



© Amnesty International

PRZYPADKI NARUSZEŃ PRAW SEKSUALNYCH I REPRODUKCYJNYCH NA ŚWIECIE

Poniższe informacje zostały zebrane w marcu 2015 roku i mogą w każdej chwili ulec zmianie. Opisy krajów i indywidualnych przypadków mają przede wszystkim służyć jako ilustracja różnych wyzwań w zakresie poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych.

- SALWADOR: skutki całkowitego zakazu aborcji.
- AFRYKA SUBSAHARYJSKA: kryminalizacja homoseksualizmu.
- NEPAL: dyskryminacja i brak dostępu do opieki zdrowotnej dla kobiet.
- MAROKO, TUNEZJA, ALGERIA: skutki prawa w zakresie przemocy ze względu na płeć.
- IRAN: ograniczenia dostępu do antykoncepcji.
- RPA: prawo do zdrowia reprodukcyjnego.
- POLSKA: problem z dostępem do legalnego przerywania ciąży.
- EUROPA: prawa osób transpłciowych.

SALWADOR: SKUTKI CAŁKOWITEGO ZAKAZU ABORCJI

Represyjne prawo całkowicie zakazujące przerywania ciąży naraża kobiety i dziewczęta na niebezpieczeństwo. Salwador jest jednym z nielicznych krajów, gdzie całkowicie zakazuje się aborcji.

Zakaz przerywania ciąży w przypadku zagrożenia życia i zdrowia kobiety

Za przerwanie ciąży grozi kara więzienia zarówno kobiecie, jak i lekarzowi/lekarce. Jeden z lekarzy powiedział AI: *Nawet jeśli wiem, że powinienem ratować pacjentkę, nie mogę, bo zarodek jest wciąż żywy. Więc musimy czekać, aż zacznie się krwotok, inaczej interwencja będzie nielegalna.*

ONZ uznała, że zakaz przerywania ciąży w przypadku zagrożenia życia lub zdrowia kobiety jest równoznaczny z torturami i jest naruszeniem prawa do życia i zdrowia.

W 2013 roku aktywiści i aktywistki na całym świecie domagali się zapewnienia pomocy medycznej dla kobiety, której odmawiano leczenia ratującego życie, ponieważ była w ciąży, a leczenie mogło zagrażać płodowi. Beatriz chorowała na nerki i wymagała pilnego leczenia. Ponadto badania prenatalne wskazywały z całą pewnością, że płód jest uszkodzony, bez szans na przeżycie po narodzinach. Cierpiąca Beatriz domagała się przerywania ciąży i zapew-

nienia jej leczenia. W końcu, lekarze zdecydowali się na cesarskie cięcie w 26. tygodniu ciąży. Dziecko, zgodnie z przewidywaniami, urodziło się bez części czaszki i zmarło zaraz po urodzeniu. Po wyjściu ze szpitala Beatriz powiedziała: *Zapewnijcie kobietom leczenie, którego potrzebują, nie pozwalajcie innym cierpieć tak, jak cierpiałam ja.*

Przemoc seksualna i zakaz aborcji, gdy ciąża jest wynikiem gwałtu

Zakaz aborcji dotyczy też sytuacji, kiedy ciąża jest wynikiem gwałtu. Salwador ma bardzo wysokie wskaźniki przemocy seksualnej, w tym wobec nieletnich: 8% kobiet w Salwadorze zostało przynajmniej raz w życiu zgwałconych, 28% z nich przed ukończeniem 15. roku życia. Sprawcami są często osoby z rodziny lub z sąsiedztwa, co sprawia, że pokrzywdzone są w wyjątkowo trudnej sytuacji.

Kobietom, które doświadczyły przemocy seksualnej, ciężko jest dochodzić sprawiedliwości. Zeznania kobiet są często podważane jako przesadzone i nierzetelne. Oskarża się kobiety o prowokowanie sprawcy. Szanse, że sprawca zostanie ukarany, są znikome, dlatego wiele kobiet woli nie zgłaszać przestępstwa.

Zakaz przerywania ciąży będącej wynikiem gwałtu ONZ uznała za formę podwójnej przemocy wobec kobiet – zgwałcenia, a następnie pozbawienia możliwości wyboru o kontynuacji ciąży. Urodzenie dziecka w takiej sytuacji, podobnie jak sam gwałt, prowadzi do ostrej stygmatyzacji społecznej, często pozbawia matkę możliwości nauki czy pracy. Jest też niebezpieczne dla zdrowia, zwłaszcza jeśli pokrzywdzona jest w bardzo młodym wieku. Szczególnie tragiczna jest sytuacja zgwałconych dziewczynek.

Jak powiedział AI jeden z lekarzy: *Przez ostatnie pół roku mieliśmy cztery przypadki dziewczynek między 10 a 14 rokiem życia. Były w ciąży, dzieci rozwijały się bez nerek. Takie dzieci umierają przy urodzeniu. I nie chodzi tylko o to, że zmuszaliśmy je, by donosiły ciążę, ale tłumaczono im także, że to ich wina, że zaszły w ciążę.*

Skutki kryminalizacji aborcji

W Salwadorze kara dla lekarza za przerywanie ciąży wynosi od 6 do 12 lat więzienia, a dla kobiety od 2 do 8 lat. Jednak podczas prac nad raportem AI udokumentowała także przypadki kobiet skazywanych za zabójstwo umyślne, obarczone karą od 30 do 50 lat pozbawienia wolności.

W takiej sytuacji znalazła się na przykład Maria Teresa Riviera, która odbywa 40-letnią karę więzienia za poronienie.

nie. Maria miała już jedno dziecko, kiedy zaszła ponownie w ciążę. Pracowała w szwalni. Pewnego dnia źle się poczuła. Teściowa znalazła ją krwawiącą na podłodze w łazience. Gdy obudziła się w szpitalu, policjanci przesłuchali ją bez obecności adwokata. W 2012 roku skazano ją za zabójstwo, mimo że nie było żadnych dowodów przeczących twierdzeniom Marii, że poroniła. Jej syn będzie miał 45 lat, kiedy ona wyjdzie na wolność.

Obecnie 15 kobiet odsiaduje w Salwadorze wyroki tego typu (pierwotnie było ich 17 i po tym jak prawnicy zaczęli wspólnie działać na rzecz ich uwolnienia nazwano je „Las 17”). AI domaga się ich uwolnienia.

W latach 2000-2011 129 kobiet zostało skazanych za dokonanie aborcji, z czego 25% było w wieku 18-20, połowa była niepiśmienna lub nie miała nawet podstawowego wykształcenia. Represyjne prawo antyaborcyjne w Salwadorze to symptom szerszego problemu dyskryminacji. Widać to w braku dostępu do edukacji seksualnej czy do antykoncepcji, ale także w wyrokach sądów – sędziowie często wątpią w rzetelność zeznań kobiet.

W 2014 roku AI opublikowała raport „On the brink of death: Violence against women and total ban on abortion in El Salvador”, który analizuje tragiczne skutki obowiązywania tak bardzo restrykcyjnego prawa.

AFRYKA: KRYMINALIZACJA HOMOSEKSUALIZMU

Jean-Claude Roger Mbede został aresztowany w marcu 2011 roku w Kamerunie, po tym jak w SMS-ie wyznał innemu mężczyźnie miłość. Skazano go na 3 lata więzienia za „homoseksualizm i usiłowanie popełnienia przestępstwa homoseksualizmu”. Podczas pobytu w więzieniu cierpiał na skutek niedożywienia, był poddany przemocy fizycznej. Jean Claude zmarł przedwcześnie w rodzinnym mieście Ngoumou. Według relacji mediów rodzina uniemożliwiła mu otrzymanie koniecznej pomocy lekarskiej, skazując go tym samym na samotną walkę o życie.

Aresztowania, bicie, znęcanie się, nierzetelne procesy, przemoc seksualna, utrata pracy lub wyrzucenie z wynajmowanego mieszkania – takie negatywne skutki dla praw człowieka ma kryminalizacja homoseksualizmu, która obowiązuje w 38 krajach Afryki (w 76 krajach świata). Osoby LGBTI i osoby postrzegane jako geje czy lesbijki są przedstawiane w debacie publicznej jako zagrożenie, są dehumanizowane, a przemoc wobec nich zostaje tym samym uprawomocniana. 35-letnia transpłciowa kobieta z Ugandy Brenda powiedziała badaczom AI: *Aresztowano mnie w poniedziałek rano. Czeakałam w Kampali na taksówkę, która miała mnie zawieźć do*

domu. Policjant powiedział kolegom: „To są ci ludzie, którzy niszczą nasze społeczeństwo. Musimy walczyć z homoseksualizmem”. Potem bili mnie pałkami i krzyčili: „Dlaczego ubierasz się jak kobieta, skoro jesteś mężczyzną?” Zadzwonili po dziennikarzy, którzy robili mi zdjęcia. Wcześniej pracowałam jako fryzjerka, ale po aresztowaniu straciłam klientów. Jeden powiedział mi: „Homoseksualista nie może dotykać moich włosów”, inni po prostu mi nie zapłacili.

Najbardziej szokującym przypadkiem tego, do czego może prowadzić taka nagonka jest historia działacza LGBTI Davida Kato, który został zabity w 2011 roku w swoim rodzinnym mieście Mukondo w Ugandzie po opublikowaniu jego zdjęcia w ugandyjskim tabloidzie „Rolling Stone” z nagłówkiem „Powiesić ich”. Sprawców skazano za rozbój, przy wymierzaniu kary nie wzięto pod uwagę motywu homofobicznego. Kryminalizacja homoseksualizmu jest w wielu krajach afrykańskich spuścizną kolonializmu. W innych - wrogi stosunek do homoseksualistów można wiązać z obecnością konserwatywnych wspólnot chrześcijańskich finansowanych przez USA. Homofobiczne prawo wprowadziły: Burundi w 2009 roku, Nigeria w 2011, Liberia w 2012. W latach 2013 i 2014 Uganda wprowadziła trzy ustawy o silnym charakterze dyskryminacyjnym, które doprowadziły do natychmiastowego wzrostu liczby naruszeń praw człowieka, większej brutalności państwa, dyskryminacji i homofobii (ustawa o porządku publicznym, ustawa o zwalczaniu homoseksualizmu, ustawa o zwalczaniu pornografii).

AI stoi na stanowisku, że stosunki seksualne między osobami dorosłymi oparte na obopólnej zgodzie nie powinny być kryminalizowane (dotyczy to zarówno przypadków, kiedy kryminalizacja dotyczy stosunków między osobami tej samej płci, jak i na przykład stosunków osób niebędących w związku małżeńskim). Polecamy do przeczytania reportaż z Ugandy W. Karpieszuka „Zabić geja”, który był nominowany do nagrody dziennikarskiej AI – Pióro Nadziei. Przykładowe raporty AI na ten temat: „Making love a crime: criminalization of same-sex conduct in Africa, Discriminatory legislation and legitimized abuses in Uganda”.

NEPAL: Dyskryminacja i brak dostępu do opieki zdrowotnej

Wszelkobocna i systemowa dyskryminacja ze względu na płeć sprawia, że setki tysięcy Nepalek cierpi z powodu poważnych i bolesnych chorób układu rozrodczego i moczowego. Wiele kobiet jest wydawanych za mąż w wieku 15-17 lat, 74% rodzi pierwsze dziecko przed ukończeniem 19. roku



życia. Nie mają wpływu na to, kiedy, ile i w jakich odstępach czasowych będą mieć dzieci. Wiele jest zmuszanych do rodzenia kolejnych dzieci, jeśli mają jedynie córkę lub córki, ponieważ rodzina męża oczekuje męskiego potomka. Wiele kobiet wkrótce po porodzie doświadcza gwałtów małżeńskich. Większość nie ma dostępu do opieki medycznej podczas ciąży i porodu (2/3 kobiet rodzi bez obecności położnej).

Nepalki dużo częściej niż inne kobiety cierpią na wypadanie macicy - bardzo bolesną, ale uleczalną chorobę. Ich sytuację pogarsza fakt, że nie mają dostępu do leczenia, ponieważ ich potrzeby nie były do tej pory brane pod uwagę przez system opieki zdrowotnej. Większość kobiet choruje w samotności, obawiając się, że z powodu choroby, będącej społecznym tabu, staną się ciężarem dla rodziny. Kopila miała 24 lata, kiedy urodziła czwarte dziecko i zaczęła chorować: *- Dwanaście dni po porodzie rąbałam drewno. Mój mąż przyszedł i poprosił o przyniesienie wody. Pokłóci- liśmy się. Ciężko mnie pobił. Nie wiem, kiedy moja macica wypadła, podczas rąbania drewna czy w wyniku pobicia. Potem zaczęłam odczuwać ból pleców i brzucha i nie mogłam prosto siedzieć, stać ani pracować* - powiedziała Kopila badaczom AI.

Pomimo bólu, dziś 30-letnia Kopila nadal opiekuje się czwórką swoich dzieci, pracuje na polu, dogląda bydło, dźwiga ciężary i zajmuje się obowiązkami domowymi. Cięża nie zwalnia jej z pracy. Kopila przyznała badaczkom AI, że jej mąż zmusza ją do odbywania stosunków płciowych, a gdy odmawia - jest bita. W rodzinie jest ostatnią osobą, która dostaje jedzenie, najpierw posiłek spożywają dzieci z ojcem. Kiedy jest chora, to mąż decyduje o tym, czy będzie mogła odwiedzić lekarza. Raz tylko Kopila próbowała skorzystać z pomocy lekarza. Skorzystała z nieobecności męża i poprosiła brata o towarzyszenie w drodze do lekarza. Następnym razem, kiedy mąż się o tym dowiedział, została przez niego zatrzymana i pobita.

Inna kobieta opowiedziała badaczkom AI, że nie wiedziała, że może szukać pomocy i cierpieła przez lata w samotności. Radha ma dziś 50 lat i od 30 lat choruje - *Początkowo nikomu nie powiedziałam. Potem zaczęłam chodzić na spotkania dla kobiet organizowane przez organizację pozarządową. Okazało się, że mogę podzielić się z innymi moim bólem i moim doświadczeniem. To wtedy po raz pierwszy komuś o tym powiedziałam.*

Sytuacja, z jaką mamy do czynienia w Nepalu, pokazuje z jednej strony, jak poważne skutki dla zdrowia może mieć dyskryminacja, z drugiej jak choroba może skutkować dyskryminacją i wykluczeniem. AI wzywa władze Nepalu do zagwarantowania kobietom opieki zdrowotnej, która umożliwi im życie bez bólu i cierpienia, a także do wprowadzenia programów edukacyjnych, eliminujących dyskryminację i uświadamiających pożądane zachowania w czasie choroby.

AI opublikowała w 2014 roku raport „Unnecessary Burden: Gender Discrimination and Uterine Prolapse in Nepal”.

MAROKO, TUNEZJA, ALGERIA: SKUTKI ZŁEGO PRAWA W ZAKRESIE PRZEMOCY ZE WZGLĘDU NA PŁEĆ

22 stycznia 2014 roku marokański parlament jednogłośnie zdecydował o usunięciu z Kodeksu karnego artykułu 475, który w praktyce pozwalał sprawcy uniknąć kary za gwałt na nieletniej, jeśli by ją poślubił. Ten przepis wywodził się tradycyjnego pojmowania czystości kobiety - „dzięki” słu- bowi kobieta miałaby rzekomo uniknąć splamienia honoru i zachować czystość.

Dwa lata wcześniej Marokiem wstrząsnęła wiadomość o samobójstwie 16-letniej Aminy Filali. Dziewczyna poślubiła trutkę na szczury, ponieważ zmuszono ją do ślubu z jej gwałcicielem. Ten głośny przypadek pokazał tragiczne skutki tego zapisu.

Według oficjalnych statystyk rządowych w Maroku średnio 100 kobiet dziennie pada ofiarą gwałtu.

Prawo Maroka oraz podobnych krajów regionu: Algierii i Tunezji, nie jest skuteczne w ochronie ofiar przemocy ze względu na płeć, a szczególnie przemocy seksualnej.

Główne problemy to:

- prawo definiuje gwałt w kontekście zamachu na moralność, dobre imię kobiety, a nie pogwałcenia jej nietykalności cielesnej,
- zgwałcenie jest definiowane bardzo wąsko, zakłada stosowanie przemocy fizycznej (co następnie ofiara musi udowodnić), bez podkreślenia, że jest to czynność seksualna wbrew woli drugiej osoby,
- prawo nie określa, że do gwałtu może dojść w małżeństwie,
- Maroko i Algieria zakazują przerwania ciąży, która jest wynikiem gwałtu (Tunezja dopuszcza przerwanie ciąży do 3. miesiąca),
- mężczyźni nie są chronieni przed przemocą seksualną, ponieważ definicje zakładają, że ofiarą zgwałcenia czy molestowania może paść jedynie kobieta,

■ obowiązują przepisy zakazujące współżycia osobom tej samej płci i osobom niebędącym w związku małżeńskim, co powoduje, że zgwałcona kobieta może być oskarżona. We wrześniu 2012 roku głośny był przypadek Meriem Ben Mohamed z Tunezji, 27-letniej kobiety, która zgłosiła policji gwałt. Została oskarżona o „niemoralne zachowanie”. Ostatecznie po fali protestów, oskarżenia zostały wycofane, a na początku 2015 roku, sprawcy gwałtu zostali ukarani. To są główne problemy, które wymagają pilnych zmian prawnych, żeby zapewnić podstawowy poziom ochrony dla ofiar przemocy seksualnej. Zapoczątkuje to pracę na rzecz całościowego, skutecznego systemu ścigania tego typu przestępstw oraz pomocy ofiarom. We wszystkich krajach północnej Afryki brakuje schronisk, odpowiedniego wsparcia medycznego, psychologicznego i socjalnego dla osób pokrzywdzonych. Obecnie, w Tunezji i Algierii, trwają prace nad nowymi ustawami dotyczącymi eliminacji przemocy ze względu na płeć. Warto zauważyć, że omawiając sytuację kobiet w krajach północnej Afryki, może uruchomić się myślenie islamofobiczne. Dobrze jest podkreślić, że AI nie stawia sobie za cel atakowania jakiegokolwiek kultury, religii czy tradycji, ale nasze działania mają na celu powstrzymanie naruszeń praw człowieka, które mogą być skutkiem różnych doktryn - religijnych czy politycznych. Zwracamy uwagę, że pomimo międzynarodowych zobowiązań dotyczących równości płci i usuwania barier, które stoją na przeszkodzie pełnemu poszanowaniu praw seksualnych i reprodukcyjnych, wciąż dochodzi do naruszeń, co jest związane ze złym prawem krajowym, z powszechnymi praktykami oraz z niską świadomością społeczną w tym obszarze. Islamofobia opiera się na stereotypach i prowadzi do dyskryminacji.

IRAN: OGRANICZENIA W DOSTĘPIE DO ANTYKONCEPCJI

Obecnie populacja Iranu to 78,5 milionów ludzi. Władze chcą ją zwiększyć do 150-200 milionów. Przez ostatnie dekadę zwiększało się korzystanie z różnych metod zapobiegania ciąży - z 37% użytkowniczek antykoncepcji w 1976 roku do 76% w 2010 roku. W rezultacie kobiety zamiast 6 czy 7 dzieci decydowały się średnio na dwoje. Wpłynęło to na obecność kobiet na rynku pracy - przez ostatnie 8 lat co roku o kolejne 100 tysięcy wzrastała liczba pracujących Iranek. Teraz władze chcą zatrzymać ten trend, wprowadzając rozwiązania prawne, które w zasadniczy sposób ograniczają możliwość decydowania o liczbie dzieci w rodzinie. Irański parlament chce przyjąć ustawę o zwiększaniu poziomu dzietności i zapobieganiu zmniejszaniu się populacji. Zakazuje ona

między innymi dobrowolnej sterylizacji, która jest drugą najpopularniejszą metodą zapobiegania ciąży w kraju, ogranicza możliwość rozprzestrzeniania informacji dotyczących antykoncepcji przez instytucje państwowe i prywatne (na przykład w mediach), ogranicza finansowanie programu planowania rodziny, który do tej pory umożliwiał dostęp do taniej antykoncepcji.

Drugi z planowanych aktów prawnych to ustawa o populacji i podniesieniu statusu rodziny. Po przyjęciu wprowadzi dalsze uderzające w osoby nieposiadające dzieci, bez względu na przyczynę bezdzietności. Wszystkie prywatne i publiczne instytucje będą musiały w pierwszej kolejności zatrudniać osoby posiadające dzieci. Ustawa precyzuje kolejność zatrudnianych: mężczyźni żonaci, posiadający dzieci, mężczyźni żonaci bez dzieci, kobiety z dziećmi, kobiety bezdzietne. W szkołach, na uczelniach i w innych instytucjach edukacyjnych osoby niepozostające w związku małżeńskim mogą być zatrudnione w ostateczności (po wykazaniu braku innego kandydata/kandydatki). Ustawa będzie utrudniać rozwód (który już teraz jest bardzo trudny do uzyskania, jeśli stara się o niego kobieta), a także ograniczać uprawnienia policji i sądów w zakresie interwencji w życie rodzinne (co dodatkowo zagrazi ofiarom przemocy w rodzinie). W obu przypadkach priorytetem władz ma być doprowadzenie do pojednania członków rodziny, a nie zadbanie o osobę doświadczającą przemocy, jej zdrowie i możliwość podejmowania decyzji.

Zmiany prawne zdecydowanie pogorszą i tak trudną sytuację kobiet w Iranie. Już teraz nie mają równych praw w kwestiach małżeństwa, rozwodu, opieki nad dziećmi, dziedziczenia, podróżowania czy ubierania się. Zeznania kobiety w sądzie są uznawane za warte połowę zeznań mężczyzny. Podobnie zadośćuczynienie za zabójstwo czy uszkodzenie ciała kobiety wynosi połowę kwoty należnej za zabójstwo czy zranienie mężczyzny. AI działa, żeby powstrzymać negatywne zmiany prawne, zarówno w Iranie, jak i innych krajach. Więcej w raporcie: „You Shall Procreate: Attacks on women’s sexual and reproductive rights in Iran”.

RPA: PRAWO DO ZDROWIA REPRODUKCYJNEGO

Wysoki wskaźnik śmiertelności okołoporodowej matek w RPA wynosi obecnie 310 kobiet na 100 000 porodów, co stanowi gwałtowny wzrost w odniesieniu do ostatnich 10 lat. Trzy bezpośrednie przyczyny śmiertelności okołoporodowej kobiet w RPA to: krwotok łożniczy, nadciśnienie i choroby niezwiązane z ciążą, takie jak choroby wywołane wirusem



HIV, gruźlica czy zapalenie płuc. Każda z tych chorób jest uleczalna, pod warunkiem wcześniejszego dostępu do opieki lekarza.

W RPA opieka prenatalna, w systemie publicznej opieki zdrowotnej, jest bezpłatna. Jednak, jak wynika z badań AI, wiele kobiet i młodych dziewcząt nie zgłasza się do szpitali we wczesnych miesiącach ciąży. Powody braku dostępu do opieki prenatalnej, a tym samym wysokiego wskaźnika umieralności okołoporodowej na terenach wiejskich, to:

- Bariery organizacyjne, w tym: brak dostępu do karet w nagłych wypadkach, zły stan dróg, wysokie koszty transportu i dyskryminacja kobiet mieszkających na obszarach wiejskich.
- Dyskryminacja płciowa wywierająca negatywny wpływ na egzekwowanie prawa do zdrowia. W sytuacji potrzeby skorzystania z usług medycznych, kobiety i dziewczęta napotykały na społeczne i ekonomiczne przeszkody. Ogromna większość kobiet i dziewcząt, z którymi rozmawiali przedstawiciele AI była zostawiona sama sobie podczas ciąży, a finansowo zależna od rodziny.
- Brak dostępu do wiedzy na temat zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego oraz przysługujących praw przyczynia się do wzrostu ryzyka nieplanowanego zajścia w ciążę oraz zakażenia wirusem HIV. Młodzi ludzie nie znają dróg zakażenia wirusem HIV, są nieświadomi wagi badań prenatalnych, zwłaszcza na początku ciąży.
- Negatywne nastawienie do kobiet żyjących z wirusem HIV, brak dbałości o prawo pacjentek do prywatności i do poufności informacji – kobiety często boją się, że podczas ciąży społeczność dowiedzie się, że są zakażone i będą stygmatyzowane.

Powiedziałam pielęgniarkę, że mam HIV. Kazała mi nikomu nie mówić. Nalegałam, że potrzebuję pomocy, bo nie wiem, co wirus robi z moim ciałem. Zupełnie mnie nie rozumiała – powiedziała badaczkom AI Maria, która została zgwałcona jako nastolatka i zakażona HIV.

RPA to szybko rozwijające się najbogatsze państwo Afryki. Jednak istnieją tam spore nierówności. Na ich występowanie wpływa polityka rządu mająca dyskryminacyjny charakter w stosunku do kobiet, zwłaszcza zakażonych wirusem HIV. Dodatkowym czynnikiem jest brak systematycznej edukacji dotyczącej prawa do korzystania z opieki zdrowotnej, szczególnie dotyczy to samych pracowników ochrony zdrowia. Przykład RPA pokazuje, że zapewnienie teoretycznego dostępu do usług (na przykład przez uczynienie ich bezpłatnymi), nie gwarantuje praktycznej możliwości korzystania.

Potrzebne jest również wzmocnienie innych praw, w tym szczególnie prawa do edukacji i do informacji o zdrowiu seksualnym i reprodukcyjnym, a także prawa do prywatności w systemie ochrony zdrowia.

Więcej w raportach: *Struggle for Maternal Health: Barriers to Antenatal Care in South Africa* (Walka o zdrowie kobiet w ciąży: bariery w dostępie do opieki prenatalnej w RPA) oraz *I am at the lowest end of all: „Rural women living with HIV face human rights abuses in South Africa”*.

POLSKA: PROBLEM Z DOSTĘPEM DO LEGALNEGO PRZERWANIA CIĄŻY

Ustawa o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży z 1993 roku precyzuje, że aborcja jest dopuszczalna w trzech przypadkach:

- gdy ciąża jest wynikiem gwałtu;
- gdy ciąża zagraża zdrowiu lub życiu kobiety;
- gdy mamy do czynienia z poważnym i nieodwracalnym uszkodzeniem płodu.

Amnesty International uważa, że spełnia to minimum, które jest niezbędne dla zagwarantowania poszanowania praw człowieka kobiet. Niestety w Polsce problemem jest realizacja tego prawa w praktyce.

W 2008 roku 14-letnia dziewczyna zaszła w ciążę w wyniku czynu zabronionego (zaraz po nim dziewczyna i jej matka zgłosiły na policji dokonanie gwałtu). Otrzymała od prokuratury zaświadczenie, że ciąża jest wynikiem czynu zabronionego i próbowała skorzystać z prawa do przerwania ciąży, jednak wielokrotnie jej odmawiano, a sprawa została nagłośniona przez media. Ostatecznie po interwencji Ministerstwa Zdrowia zabieg został wykonany w mieście oddalonym o 500 km od jej domu, ale nie został formalnie zarejestrowany w szpitalu, ponieważ lekarze odmawiali rejestracji. W 2012 roku Europejski Trybunał Praw Człowieka w sprawie P. i S. przeciwko Polsce uznał, że Polska naruszyła prawo do prywatności i zakaz nieludzkiego i poniżającego traktowania. Podkreślił też fakt lekceważenia małoletniej ofiary z powodu jej wieku i przekazywanie błędnych i sprzecznych informacji. To tylko jedna ze spraw tego typu.

Do dnia dzisiejszego władzom nie udało się zapewnić środków do efektywnej implementacji prawa do przeprowadzenia legalnej aborcji i zagwarantowania, że klauzula sumienia przysługująca personelowi medycznemu nie będzie miała wpływu na prawo kobiet do korzystania z legalnych świadczeń.

W marcu 2015 roku ponad 3 tysiące lekarzy i pracowników

szkuby zdrowia podpisało tzw. deklarację wiary. Chociaż dokument nie ma charakteru oficjalnego, deklaracja pogłębiła wątpliwości co do rzeczywistej dostępności zabiegu przerwania ciąży w systemie służby zdrowia. Kilka miesięcy później, w czerwcu 2015 r. pomimo wyników testów prenatalnych, wskazujących ciężkie i nieodwracalne uszkodzenie płodu, kobiecie odmówiono możliwości przeprowadzenia aborcji w jednym z warszawskich szpitali, chociaż prawo zezwala na aborcję w takich sytuacjach. Dyrektor publicznego szpitala nie wydał zgody na przeprowadzenie aborcji w placówce, powołując się na klauzulę sumienia, chociaż zasada ta przysługuje osobom indywidualnym, a nie instytucjom. Dziecko zmarło 10 dni po narodzinach.

Mimo więc, teoretycznie zagwarantowanego dostępu do przerwania ciąży w trzech wymienionych wyżej przypadkach, w rzeczywistości dostęp ten jest mocno ograniczony i zagrożony przez brak jasnych rozwiązań zapewniających, że korzystanie przez lekarzy z klauzuli sumienia nie jest w praktyce równoznaczne z pozbawieniem kobiet dostępu do przerwania ciąży w sytuacjach, które prawnie gwarantują jej ten dostęp.

PRAWA CZŁOWIEKA OSÓB TRANSPŁCIOWYCH W EUROPIE

W Unii Europejskiej żyje szacunkowo 1,5 miliona osób transpłciowych, czyli takich, których płeć przypisana przy urodzeniu różni się od płci psychicznej lub tożsamości płciowej. Państwa powinny gwarantować takim osobom procedury korekty płci metrykalnej (czyli zmiany oznaczenia płci w dokumentach), które nie naruszałby ich praw człowieka, były dostępne i zapewniały poszanowanie godności tych osób w całym procesie.

Wciąż nie wszystkie kraje posiadają takie procedury. Część ma z kolei przepisy, które wymagają zmiany, ponieważ naruszają prawa człowieka osób transpłciowych. Niektóre zaś, tak jak Irlandia, Dania, Norwegia czy Polska dopiero niedawno dokonały zmian lub są w trakcie reform.

Do lipca 2015 roku osoby transpłciowe w Irlandii nie miały żadnej drogi prawnej dokonania korekty płci metrykalnej, co poważnie naruszało ich prawa. Jedną z osób, z którą rozmawiali badacze AI, przeszła operację i procedury medyczne 15 lat temu, ale wciąż czeka na moment kiedy będzie mogła posiadać dokumenty odzwierciedlające jej rzeczywistą płeć: *Ten problem z świadectwem urodzenia mnie wyniszcza. Miałam 20 lat, gdy kupiłam cztery nowe kieliszki, by wzniesć toast i świętować otrzymanie nowego świadectwa. 24 lata później wciąż na to czekam.* Badacze AI rozmawiali z oso-

bami, które nie mogły otworzyć konta w banku, zrealizować recepty w aptece, były wyśmiewane i poniżane, bo płeć wpisana w ich dokumentach nie odpowiada ich wyglądowi i tożsamości. Według raportu Agencji Praw Podstawowych UE 45% osób transpłciowych w Irlandii doświadczyło przemocy lub groźono im przemocą w ostatnich pięciu latach. 62% uważa, że przemoc była związana z ich tożsamością płciową. Osoby transpłciowe bardzo długo musiały czekać na zagwarantowanie im podstawowych praw człowieka – uchwalona dopiero w lipcu 2015 roku ustawa umożliwiła im dokonanie korekty płci metrykalnej z poszanowaniem praw. Niedawno również władze Norwegii ogłosiły, że zmieniają obecne regulacje, które AI krytykowała jako naruszające prawa człowieka. Wymagały one od osoby transpłciowej między innymi otrzymania diagnozy psychiatrycznej (mimo że transpłciowość nie jest chorobą) oraz przejścia bardzo poważnych procedur medycznych, w tym nieodwracalnej sterylizacji. W 2014 roku John Jeanette Solstad Remo nie uzyskała uzgodnienia płci metrykalnej, ponieważ nie chciała zastosować się do obecnych zbyt daleko idących i wysoce dyskryminujących wymagań prawnych. Aktywiści i aktywistki Amnesty International na całym świecie zaangażowali się w sprawę John Jeanette i apelowali do władz Norwegii o zmianę prawa. *Warto było walczyć. Trwało to długo, ale kiedy w końcu pojawiły się rezultaty, było to wspaniałe uczucie* – mówiła John Jeanette Solstad Remo po konferencji prasowej, na której ogłoszono plan zmian prawa dotyczącego korekty płci.

W Polsce do tej pory procedura korekty płci metrykalnej była bardzo długa, przebiegała na drodze sądowej i wymagała od osoby starającej się o korektę pozwania swoich rodziców. W lipcu 2015 roku Sejm przyjął ustawę o uzgodnieniu płci, która ma uregulować procedurę i być ważną, pozytywną zmianą dla osób transpłciowych w Polsce. W momencie postawienia tego podreżnika proces uchwalania ustawy nie był zakończony.

Według organizacji Transgender Europe 34 kraje europejskie wciąż nie gwarantują osobom transpłciowym procedury korekty płci metrykalnej zgodnej z prawami człowieka, wiele wymaga sterylizacji, w 13 krajach korekta nie jest w ogóle możliwa. Więcej informacji w raporcie AI „The state decides who I am. Lack of Legal Gender Recognition for Transgender People in Europe” aktualne dane: www.tgeu.org.



ĆWICZENIE 3.1

PRAWA SEKSUALNE I REPRODUKCYJNE TO MOJE PRAWA

Na początku tej części proponujemy wybór jednego z dwóch ćwiczeń prezentowanych poniżej. „Prawa seksualne i reprodukcyjne to moje prawa” lub „Kto decyduje”. Ćwiczenia mają podobne cele i prowadzą do podobnych refleksji.

CELE

- Refleksja nad obecnością praw seksualnych i reprodukcyjnych w życiu każdego/każdej z nas.
- Badanie, w jaki sposób nasz dostęp do wiedzy o prawach seksualnych i reprodukcyjnych oraz możliwość korzystania z nich są ograniczone w zależności od wieku, płci, tożsamości płciowej czy statusu ekonomicznego.

CZAS

- 3 godziny

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Stwierdzenia: „Krok w przód”.
- Dostateczna przestrzeń, tak aby wszystkie osoby uczestniczące mogły stanąć w linii i zrobić kilka kroków do przodu.
- Kartki papieru.
- Karty z prawami seksualnymi i reprodukcyjnymi ze strony 100.
- Papier flipchartowy.
- Markery i długopisy.

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z CZTERECH KROKÓW

Krok 1: Krok w przód (45 minut)

Krok 2: Prawo do decydowania (45 minut)

Krok 3: Moje prawa (60 minut)

Krok 4: Podejmowanie działania (30 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj czas trwania ćwiczeń do potrzeb i wielkości grupy.
- ✓ Podczas ćwiczenia „Krok w przód” osoby uczestniczące powinny czuć się bezpiecznie, dlatego przed jego rozpoczęciem możesz przypomnieć zasady, na które się umówiliście, podkreśl wagę zachowania poufności.
- ✓ Jeśli w sali jest mało miejsca, możesz zastąpić Krok 1 ćwiczeniem „Wstań-usiądź”. Warto jednak wziąć pod uwagę, że wstawanie i siadanie w sytuacji, gdy wszystkie osoby mogą na siebie patrzeć jest trudniejsze niż stawianie kroku w przód, kiedy wszystkie osoby stoją w jednej linii.

Zaadaptowane z: Local Action, Global Change: Learning About the Human Rights of Women and Girls.



© Amnesty International

KROK 1: Krok w przód (45 minut)

Na forum (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby stanęły w jednej linii twarzą do siebie. Zadbaj o przestrzeń między tobą a nimi, żeby mogli/mogły swobodnie zrobić krok w przód. To ćwiczenie powinno przebiegać w ciszy.
- Wytłumacz, że teraz przeczytasz kilka stwierdzeń. Jeżeli po usłyszeniu odczytanego stwierdzenia mogą odpowiedzieć na nie twierdząco, poproś o wykonanie kroku w przód.
- Przeczytaj następnie stwierdzenie, każde zaczynaj od słów: „Zrób krok w przód, jeśli...”.
- Ważne, żebyś po przeczytaniu stwierdzenia, dał/dała czas osobom uczestniczącym na zrobienie kroku w przód lub pozostanie na miejscu.
- Po zakończeniu odczytywania stwierdzeń, poproś uczestniczące osoby o zajęcie miejsc w kręgu. Daj im przestrzeń na refleksję.

Zrób krok w przód, jeśli...

- ➔ Słyszałeś/słyszałaś o prawach seksualnych i reprodukcyjnych przed warsztatami.
- ➔ Kiedykolwiek w swoim życiu, czułeś/czułaś presję, by zmienić coś w swoim wyglądzie lub byłeś/byłaś dyskryminowana z powodu wyglądu, ubioru lub zachowania.
- ➔ Kiedykolwiek otrzymałeś/otrzymałaś nieprawdziwe informacje dotyczące seksu czy zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego.
- ➔ Kiedykolwiek wstydziliś/wstydziliś się zapytać kogoś lub porozmawiać o seksie, związkach, zdrowiu seksualnym i reprodukcyjnym.
- ➔ Kiedykolwiek w życiu czułeś/czułaś, że ktoś próbował decydować za ciebie o twoim ciele lub seksualności.
- ➔ Kiedykolwiek z życia czułeś/czułaś, że nie masz dostępu do informacji lub do usług związanych ze zdrowiem seksualnym lub znasz kogoś, kto był w takiej sytuacji.
- ➔ Kiedykolwiek ktoś wywierał na ciebie presję dotyczącą zaangażowania się w stosunki seksualne.
- ➔ Kiedykolwiek ktoś wywierał na ciebie presję i mówił, kiedy powinieneś/powinnaś mieć, a kiedy nie powinieneś/powinnaś mieć dzieci.
- ➔ Znasz kogoś, kto spotkał się z dyskryminacją lub przemocą z powodu wyglądu lub decyzji dotyczących swojej seksualności lub związków.

Warsztaty o prawach seksualnych i reprodukcyjnych w Buenos Aires, Argentyna, wrzesień 2014 r.

W zespołach dwuosobowych (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby połączyły się w zespoły dwuosobowe i porozmawiały:
 - Jak się czuleś/czulaś podczas tego ćwiczenia?
- Które ze stwierdzeń sprawiło ci największą trudność w podjęciu decyzji?
- Czy jest coś, co sobie uświadomiłeś/uświadomiłaś podczas tego ćwiczenia?
- W jaki sposób, to ćwiczenie nawiązuje do praw seksualnych i reprodukcyjnych?

Na forum (25 minut)

- Zapytaj osoby uczestniczące, czy chciałyby się podzielić swoimi refleksjami z grupą. Moderuj dyskusję tak, aby osoby wypowiedziały się na temat wszystkich lub prawie wszystkich stwierdzeń, odczytanych w czasie stawiania kroków.
- Zakończ dyskusję podsumowując, że każde z nas w większym lub mniejszym stopniu doświadczyło już, czym są prawa seksualne i reprodukcyjne. Ważna jest świadomość swoich praw. Prawie każda osoba w różnych sytuacjach odczuwa presję podczas podejmowania decyzji o swoim ciele, seksualności i związkach. Wytłumacz, że każdy człowiek powinien mieć możliwość:

- otrzymania rzetelnych informacji o seksualności i reprodukcji, na przykład jak zapobiegać chorobom przenoszonym drogą płciową,
- decydowania, czy podjąć aktywność seksualną, kiedy, i z kim,
- korzystania z wybranych przez siebie metod antykoncepcji, jeśli chce z nich korzystać,
- decydowania, kiedy, z kim, i czy mieć dzieci,
- otrzymania świadczeń zdrowotnych związanych z życiem seksualnym,
- decydowania, jak wyrażać swoją tożsamość płciową lub seksualność,
- mieć możliwość podejmowania decyzji bez nacisków, dyskryminacji i doświadczania przemocy (w kolejnym ćwiczeniu wątek ten zostanie rozwinięty).

KROK 2: Prawo do decydowania (45 minut)**W grupach (20 minut)**

- Przypomnij osobom uczestniczącym, czego dowiedziały się w poprzednim ćwiczeniu.
- Podziel je na kilkusobowe grupy.
- Poproś, żeby zapisały na kartce papieru decyzje dotyczące seksualności i reprodukcji, które podejmuje się na różnych etapach życia i zastanowiły się:
 - Czy kiedykolwiek czuleś/czulaś presję przy podejmowaniu decyzji dotyczących ciała, seksualności, związków, wyrażania swojej tożsamości płciowej i reprodukcji?
 - Czy są osoby w twoim otoczeniu, które są pozbawione możliwości podejmowania decyzji dotyczących swojej seksualności i reprodukcji? Dlaczego? Jak wiek, płeć, status ekonomiczny wpływają na możliwość podejmowania takich decyzji?
 - Co się dzieje, kiedy młodzi ludzie są pozbawiani możliwości decydowania?
 - Czego potrzebujesz, żeby móc samodzielnie decydować o swoim ciele, seksualności, związkach czy posiadaniu lub nieposiadaniu dzieci?

Na forum (25 minut)

- Poproś osoby uczestniczące, żeby podzieliły się refleksjami z rozmów w mniejszych grupach.
- Zakończ refleksją, że młodzi ludzie często nie mogą egzekwować swoich praw, a także podejmować decyzji, w sposób wolny od dyskryminacji, marginalizacji czy przemocy.

KROK 3: Moje prawa (60 minut)**W grupach (30 minut)**

- Poproś osoby uczestniczące, żeby ponownie stworzyły grupy o takim samym składzie, jak w poprzednim ćwiczeniu i przypomniły sobie, nad czym zastanawiały się w poprzednim ćwiczeniu.
- Rozdaj grupom zestawy kart z prawami seksualnymi i reprodukcyjnymi ze strony 100. Poproś, żeby przeczytały je i zastanowiły się:
 - Kto ma większą możliwość swobodnego korzystania ze swoich praw? Dlaczego? Jakie grupy osób mogą mieć problem z korzystaniem ze swoich praw? (na przykład kobiety czy mężczyźni, osoby heteroseksualne, osoby biseksualne czy homoseksualne, młodzi ludzie czy dorośli, żyjący w mieście czy na wsi; w jaki sposób różne czynniki wpływają na dostęp do określonych praw?).
 - Czy jest coś, co możesz zrobić, żeby mieć większą możliwość korzystania z praw seksualnych i reprodukcyjnych?

Na forum (30 minut)

- Zaproś osoby uczestniczące do refleksji na forum. Czy mają spostrzeżenia, którymi chciałyby się podzielić?

KROK 4: Podsumowanie i podejmowanie działania (10 minut)

- Wspólnie zastanówcie się, jakie możemy podjąć działania na rzecz poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych. Możesz opowiedzieć o kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” i zaproponować proste działanie, np. podpisanie petycji. Więcej o kampanii i aktualnych petycjach na stronie internetowej AI: <http://www.amnesty.org.pl>

KARTY PRAW SEKSUALNYCH I REPRODUKCYJNYCH

WYBÓR

Każda osoba ma prawo do decydowania o swoim ciele, seksualności, relacjach, tożsamości płciowej i reprodukcji.

INFORMACJA

Każda osoba ma prawo poszukiwać i otrzymywać informacje o seksie, antykoncepcji i ochronie zdrowia.

EDUKACJA

Każda osoba ma prawo do rzetelnej edukacji o seksualności, zdrowiu seksualnym i reprodukcyjnym, prawach człowieka i równości płci.

REPRODUKCJA

Każda osoba ma prawo decydować, czy chce mieć dzieci i kiedy.

RODZINA

Każda osoba ma prawo wyboru, kogo chce poślubić i jakiego typu rodzinę chce stworzyć.

OPIEKA ZDROWOTNA

Każda osoba ma prawo dostępu do usług ochrony zdrowia i może z nich korzystać bez narażenia na dyskryminację, przymus czy przemoc.

INTEGRALNOŚĆ CIELESNA

Każda osoba ma prawo kontroli nad własnym ciałem. Gwałt i inne formy przemocy seksualnej, wymuszona ciąża, przymusowa sterylizacja, okaleczenie narządów płciowych to przykłady działań dokonywanych bez woli danej osoby i naruszających jej integralność cielesną.

ĆWICZENIE 3.2

KTO DECYDUJE?

CELE

- Refleksja nad tym, kto decyduje o naszym ciele.
- Zastanowienie się, kiedy korzystamy z praw człowieka, i czy nasze prawa seksualne i reprodukcyjne mogą być ograniczane.

CZAS

- 1 godzina

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Kopie Kart Praw Seksualnych i Reprodukcyjnych (strona 100).
- Papier flipchartowy.
- Markery.

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z PIĘCIU KROKÓW

Krok 1: Linia życia (10 minut)

Krok 2: Kto decyduje (20 minut)

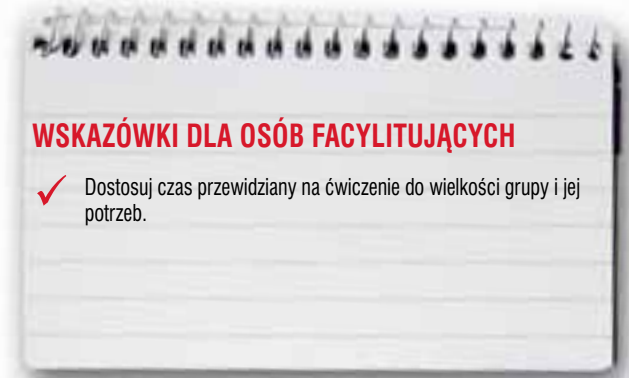
Krok 3: Korzystanie ze swoich praw (15 minut)

Krok 4: Dyskusja na forum (10 minut)

Krok 5: Podejmowanie działania (5 minut)

Zaadaptowane z: Local Action, Global Change: Learning About the Human Rights of Women and Girls.

Warsztat o prawach seksualnych i reprodukcyjnych AI Maroko, maj 2014 r.



© Amnesty International Morocco



KROK 1: Linia życia (10 minut)

Poproś osoby uczestniczące, żeby podzieliły się na grupy według własnego wyboru (w zależności od liczebności grupy, mogą być 2-4 osobowe). Poproś, żeby w grupach pomyślały o konkretnej osobie – o jej płci i orientacji seksualnej, a następnie narysowały na papierze flipchartowym linię życia i pomyślały o decyzjach i ważnych wydarzeniach, które mają miejsce w życiu tej osoby w obszarze seksualności i reprodukcji na przestrzeni lat. Poproś o zaznaczenie tych wydarzeń i decyzji na linii.

KROK 2: Kto decyduje (20 minut)**Na forum (25 minut)**

- Poproś osoby uczestniczące o refleksję nad opracowanymi podczas pracy w grupach liniami życia. Które decyzje są istotne i jak mogą one zmienić życie? Pytania pomocnicze:
 - Na jakim etapie życia podejmujemy najczęściej/najmniej decyzji?
 - Kto ma wpływ na podejmowanie decyzji? Kto je ogranicza? Czy istnieją pewne decyzje, których niektóre osoby z twojej społeczności nie mogą podjąć? Usuń je z listy. Ile pozostało? Ile usunięto? Jakich można wyciągnąć wnioski?
 - Jak zmieniłoby się twoje życie, gdybyś miał/miała większy lub mniejszy dostęp do dóbr materialnych/edukacji?
 - Jak zmieniłoby się twoje życie gdybyś należał/należała do innej grupy rasowej/etnicznej/społecznej/osób o odmiennej od twojej orientacji seksualnej?
 - Co dzieje się, gdy ktoś nie może sam decydować o swojej seksualności i reprodukcji?
 - Jak niemożność podejmowania decyzji wpływa na prawa człowieka?
 - Jakich innych czynników wpływają na linię życia?

KROK 3: Korzystanie ze swoich praw (15 minut)**Na forum (25 minut)**

- Osoby uczestniczące kontynuują pracę w tych samych grupach. Gdy grupy narysują swoje linie życia, rozdaj im po zestawie kart z prawami człowieka (załączone poniżej).
- Poproś osoby uczestniczące o zapoznanie się z Kartami Praw Seksualnych i Reprodukcyjnych a następnie umieszczenie tych praw na linii życia tam, gdzie będą najbardziej potrzebne (niektóre z nich mogą być użyte w wielu miejscach, do niektórych decyzji pasuje kilka praw).

KROK 4: Dyskusja na forum (10 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o myśli i refleksje:
 - Jak często podczas naszego życia korzystamy z naszych praw?
 - Czy niektóre prawa mają większe znaczenie na pewnych etapach życia?
 - Co się dzieje, jeśli nasze prawa są naruszane i ograniczane? Czy wszędzie na świecie ludzie mogą korzystać z tych praw w równym stopniu?

KROK 5: Podejmowanie działań (5 minut)

- Jeśli robisz to ćwiczenie, bez przeprowadzenia wcześniejszych, zastanówcie się, jakie działania możecie podjąć na rzecz realizacji praw seksualnych i reprodukcyjnych. Możesz opowiedzieć o kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” i zaproponować proste działanie w postaci podpisania aktualnej petycji. Więcej o kampanii i aktualnych petycjach na stronie internetowej AI: www.amnesty.org.pl

Uczestniczki warsztatu „Moje ciało a prawa człowieka” w mieście Meksyk, marzec, 2014 r.



© Amnesty International / Gabriela Sanchez Aranda

ĆWICZENIE 3.3

PRAWA CZŁOWIEKA W DZIAŁANIU

CELE

- Pogłębienie refleksji dotyczących funkcjonowania praw seksualnych i reprodukcyjnych w codziennych sytuacjach.

CZAS

- 1 godzina i 20 minut

POTRZEBNE MATERIAŁY

Brak

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z PIĘCIU KROKÓW

Krok 1: Prawa seksualne i reprodukcyjne (10 minut)

Krok 2: Burza mózgów (10 minut)

Krok 3: Scenka (20 minut)

Krok 4: Dyskusja na forum (30 minut)

Krok 5: Podsumowanie i podejmowanie działania (10 minut)

Zaadaptowane z: Sexual and Reproductive Health and Rights and Violence Against Women in conflict-affected African contexts - An AWLI Training Guide

KROK 1: Prawa seksualne i reprodukcyjne (10 minut)

Podziel osoby uczestniczące na dwie grupy. Jeżeli grupa liczy więcej niż 10 osób, podziel ją na 4-6 osobowe zespoły, które będą omawiały ten sam temat.

- Każdej grupie daj jeden temat (możesz zaproponować inne tematy w zależności od przedstawionych problemów):
 - Prawa seksualne
 - Prawa reprodukcyjne

KROK 2: Burza mózgów (10 minut)

- Poproś każdą grupę o 10 - minutową dyskusję o głównych wyzwaniach, które stoją przed młodymi ludźmi w ich społeczności w odniesieniu do zadanego tematu. Wyjaśnij, że w trakcie rozmowy mogą odnieść się do osobistych doświadczeń lub spraw, które zauważyli/zauważyły, działając jako aktywiści/aktywistki.
- Poproś o zapisanie na flipcharcie najważniejszych, omawianych wątków, pomoże to w dalszej części ćwiczenia.

KROK 3: Scenka (20 minut)

- Poproś każdą grupę o zbudowanie realistycznej scenki. Powinna ona prezentować:
 - Problem, który trzeba rozwiązać.
 - Osobę, która próbuje rozwiązać ten problem.
 - Osobę, która nie chce, by problem został rozwiązany.
 - Rozwiązanie problemu (pozytywne lub negatywne).

KROK 4: Dyskusja na forum (30 minut)

- Poproś poszczególne grupy o przedstawienie scenek. Po odegraniu każdej scenki zapytaj pozostałe osoby uczestniczące:
 - Co przedstawiała scenka?
 - Jaki był główny problem?
 - Co było źródłem problemu?
 - Jakie działania zostały podjęte, aby rozwiązać ten problem?
 - Czy coś przeszkodziło w rozwiązaniu problemu? Jeśli tak, to co/kto?
 - Jaki był skutek?
 - Co można było zrobić, aby wynik był lepszy?

KROK 5: Podsumowanie i podejmowanie działania (10 minut)

Wspólnie zastanówmy się, jakie możemy podjąć działania na rzecz poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych. Możesz opowiedzieć o kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” i zaproponować proste działanie, np. podpisanie petycji. Więcej o kampanii i aktualnych petycjach na stronie internetowej AI: www.amnesty.org.pl

Inauguracja kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” w Mali, marzec 2014 r.



© Amnesty International



ĆWICZENIE 3.4

„CO BY BYŁO, GDYBY...”

CELE

- Zrozumienie powiązania i oddziaływania praw seksualnych i reprodukcyjnych na inne prawa człowieka.

CZAS

- 50 minut – 60 minut

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Kserokopie zdań „Co by było, gdyby...” (strona 109) – jedna dla uczestnika/uczestniczki.
- Kserokopie studium przypadków (strona 110-112) oraz ewentualnie diagram ze strony 113 – jedna dla uczestnika/uczestniczki.

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z CZTERECH KROKÓW

Krok 1: Osobista refleksja (5 minut)

Krok 2: Dzielenie się refleksjami w parach (10 minut)

Krok 3: Dzielenie się refleksjami na forum (30 minut)

Krok 4: Podejmowanie działania (5 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj czas ćwiczenia do rozmiaru i potrzeb grupy.
- ✓ Ćwiczenie ma zachęcić uczestników/uczestniczki do refleksji, co mogłoby się stać, gdyby ktoś naruszył ich prawa seksualne i reprodukcyjne i jak wpłynęłoby to na ich życie. Chcemy, by zrozumieli/zrozumiały, że są to prawdziwe sytuacje, które spotykają młodych ludzi na całym świecie.
- ✓ Przyjrzyj się zdaniom ze strony 109. Jeśli uważasz, że nie sprawdzą się w twojej grupie, możesz je zmodyfikować, wykorzystując znane ci historie.

KROK 1: Osobista refleksja (10 minut)

- Rozdaj osobom uczestniczącym zdania ze strony 109.
- Poproś uczestników/uczestniczki, aby wyobrazili/wyobraziły sobie, że opisana sytuacja dotyczy ich samych. Zapisz poniższe pytania na kartach i powieś w widocznym miejscu. Poproś osoby uczestniczące, aby zastanowiły się nad odpowiedziami:
 - Jak się czujesz w sytuacji, w której się znalazłeś/znalazłaś?
 - Jak wpłynie ona na Ciebie, Twoją rodzinę, Twoją społeczność?
 - W jaki sposób zmieni się Twoje życie w czasie najbliższych 5 lat?
 - Czy takie sytuacje zdarzają się w Twoim kraju?

Ważne jest zadanie pytania: Jak się z tym czujesz? Niektóre osoby mogą odpowiedzieć, że czują złość, bezsilność lub oburzenie, ponieważ nie mają kontroli nad własnym ciałem. Pamiętaj, aby zapisywać wszystkie odpowiedzi uczestników/uczestniczek. Porównaj je z prawdziwymi reakcjami osób, które doświadczyły takiej sytuacji. Zaznacz, że możemy podjąć działanie, aby to zmienić.

- Podczas, gdy uczestnicy/uczestniczki dzielą się refleksjami, zanotuj różne aspekty życia, na które oddziałują naruszenia praw seksualnych i reprodukcyjnych. Możesz wykorzystać te informacje, by wytłumaczyć, jak prawa seksualne i reprodukcyjne wpływają na realizację innych praw człowieka
- Wyjaśnij, że sytuacje analizowane podczas zajęć mają miejsce na całym świecie, możliwe, że nawet w tym momencie i opowiedz o tych historiach – studium przypadków ze stron 110-113.
- Po podzieleniu się refleksjami przez wszystkich uczestników/uczestniczki wykorzystaj diagram ze strony 113, aby wytłumaczyć im, że naruszenia praw seksualnych i reprodukcyjnych oddziałują również na inne prawa człowieka, takie jak: prawo do edukacji, prawo do godnych warunków pracy, czy prawo do życia wolnego od przemocy i dyskryminacji.

KROK 2: Dzielenie się refleksjami w zespołach dwuosobowych (10 minut)

- Podziel osoby uczestniczące na zespoły dwuosobowe.
- Poproś osoby uczestniczące, aby w parach podzieliły się swoimi refleksjami, dotyczącymi zadanych pytań.
- Upewnij się, że każda osoba ma szansę się wypowiedzieć.

Zaadaptowane z: Sexual and Reproductive Health and Rights and Violence Against Women in conflict-affected African contexts - An AWLI Training Guide

KROK 3: Dzielenie się refleksjami na forum (30 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o ponowne zajęcie miejsc w kręgu.
- Poproś jedną osobę, by podzieliła się ze wszystkimi otrzymanym zdaniem i swoimi refleksjami.
- Spytaj, czy ktoś z uczestników/uczestniczek otrzymał podobne zdanie i chce coś dodać.
- Spytaj, czy jest na sali osoba, która ma inny przykład i chciałaby się podzielić swoimi spostrzeżeniami.
- Pozwól uczestnikom/uczestniczkom na wymianę opinii tak długo, na ile wystarczy czasu.
- Rób notatki podczas wymiany przemyśleń.
- Rozdaj osobom uczestniczącym opisy historii ze strony 110-112 podkreślając, że przedstawiają one realne problemy przestrzegania praw seksualnych i reprodukcyjnych w różnych krajach świata (po jednej na osobę). Daj osobom uczestniczącym kilka minut na zapoznanie się z nimi. Następnie zapytaj, czy ktoś chce opowiedzieć historię, którą przeczytał/przeczytała. Najlepiej, żeby udało Wam się porozmawiać o wszystkich poruszanych przypadkach osób, których prawa zostały złamane w różnych krajach świata.
- Pokaż diagram (strona 113) i omów jego treść. Następnie, wykorzystując notatki w trakcie dzielenia się refleksjami, zainicjuj dyskusję na temat związku między prawami seksualnymi i reprodukcyjnymi opisanymi w zdaniach „Co by było, gdyby...” a innymi prawami człowieka.

KROK 4: Podejmowanie działania (5 minut)

- Podkreśl, że AI działa, żeby zatrzymać naruszenia praw seksualnych i reprodukcyjnych w ramach kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” – możecie odwiedzić stronę AI, żeby dowiedzieć się, jakie akcje obecnie są prowadzone: www.amnesty.org.pl
- Zachęć do wspólnego zastanowienia się, w jaki sposób możecie podjąć działanie, wykorzystując zdobytą wiedzę.

**DO WYKORZYSTANIA W ĆWICZENIU 3.4
„CO BY BYŁO, GDYBY...”****CO BY BYŁO, GDYBYŚ...**

dowiedziała się, że jesteś w ciąży i, że poród będzie stwarzał poważne zagrożenie dla twojego życia. Nie masz możliwości przerwania ciąży. Co byś zrobiła?

CO BY BYŁO, GDYBYŚ...

dowiedział się, że twoja dziewczyna, żona lub siostra jest w ciąży a poród będzie stwarzał poważne zagrożenie dla jej życia. Nie ma możliwości przerwania ciąży. Co byś zrobił?

CO BY BYŁO, GDYBYŚ...

miał/miała dostęp do środków zapobiegania ciąży, lecz kupno ich byłoby możliwe jedynie za zgodą twoich rodziców lub męża?

CO BY BYŁO, GDYBYŚ...

została zgwałcona i była zmuszona wyjść za mąż za swojego oprawcę, aby ochronić go przed skazaniem na karę więzienia i uchronić swoją rodzinę przed splamieniem honoru?

CO BY BYŁO, GDYBY...

twoja siostra lub dziewczyna została zgwałcona i była zmuszona poślubić sprawcę, aby on uniknął kary więzienia, a twoja rodzina uniknęła splamienia honoru?

CO BY BYŁO, GDYBY...

związek z twoim chłopakiem/ twoją dziewczyną (lub osobą tej samej płci) był nielegalny i mógłbyś/mogłabyś pójść za to do więzienia?

CO BY BYŁO, GDYBYŚ...

została zgwałcona i zgłosiła na policji to przestępstwo, a została byś oskarżona o pozamatrzeński stosunek seksualny i niemoralne zachowanie, a w konsekwencji ukarana przez sąd?

CO BY BYŁO, GDYBY...

twoja siostra lub żona została zgwałcona i poszłaby na policję, aby zgłosić przestępstwo, a została byś oskarżona o pozamatrzeński stosunek seksualny i niemoralne zachowanie, a w konsekwencji ukarana przez sąd?

OPIS PRZYPADKÓW DO WYKORZYSTANIA W ĆWICZENIU „CO BY BYŁO, GDYBY...”

HISTORIA 1

HISTORIA BEARTIZ SALWADOR

Beatriz ma dwadzieścia dwa lata i mieszka w Salwadorze. Poważnie chorowała na nerki. Kiedy zaszła w ciążę, lekarze powiedzieli jej, że kontynuowanie ciąży może doprowadzić do jej śmierci. Płód miał ciężkie wady, bez szans na przeżycie po urodzeniu. Lekarze w Salwadorze nie chcieli przerwać ciąży, ponieważ obawiali się oskarżenia z mocy prawa, bezwzględnie zakazującego aborcji. Beatriz walczyła przez ponad dwa miesiące o podanie leków, niezbędnych do jej wyleczenia. W końcu dostała zgodę na cesarskie cięcie. Dziecko urodziło się niezdolne do przeżycia i zmarło kilka godzin po porodzie. Życie Beatriz zostało ocalone.

(Źródło: The Wire, styczeń/luty, 2014, strona 8)

HISTORIA 2

HISTORIA LILY INDONEZJA

„Bez aktu małżeństwa nie możesz skorzystać z usług dotyczących planowania rodziny” Lily, dwadzieścia trzy lata, gospodyni domowa.

Położne i lekarze pracujący w państwowych placówkach ochrony zdrowia, pytani przez AI w marcu 2010 roku, potwierdzili/potwierdziły, że nie zapewniają usług i świadczeń w zakresie planowania rodziny, w tym antykoncepcji, niezamężnym kobietom i dziewczętom.

Konstytucja Indonezji nie zawiera żadnych szczególnych przepisów gwarantujących prawo do posiadania dzieci kobietom i mężczyznom nie będącym w związku małżeńskim. Oznacza to, że prawo do założenia rodziny i posiadania dzieci chronione jest jedynie w przypadku małżeństw. Zarówno ustawa o rozwoju ludności i rodziny (nr 52/2009), jak i ustawa o ochronie zdrowia (nr 36/2009) stanowią, że dostęp do usług ochrony zdrowia związanych z zapewnieniem prawa do zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego należy się jedynie małżeństwom, wyłączając w ten sposób wszystkie osoby pozostające w innych rodzajach związków.

Przepisy te naruszają indonezyjską ustawę o prawach człowieka oraz ratyfikowane przez państwo międzynarodowe traktaty dotyczące praw człowieka, w tym Międzynarodowy Pakt Praw Obywatelskich i Politycznych (ICCPR) i CEDAW. Są one dyskryminujące, zarówno ze względu na płeć, jak i stan cywilny.

(Źródło: Pozostawieni bez wyboru (Left without a Choice), strona 24-25. Indeks AI: ASA21/013/2010)

HISTORIA 3

HISTORIA AMINY MAROKO

W marcu 2012 roku Amina popełniła samobójstwo, zażywając trutkę na szczury. Miała szesnaście lat. Wkrótce wyszło na jaw, że dziewczyna została wcześniej zgwałcona i zmuszona do poślubienia człowieka, który dokonał gwałtu. Stało się tak, ponieważ prawo w Maroku pozwalało gwałtcielowi uniknąć kary za gwałt na dziewczynie poniżej osiemnastego roku życia, jeśli ona go poślubi. Tego rodzaju przepisy obowiązywały do stycznia 2014 roku w Maroku, a wciąż obowiązują w Algierii i Tunezji.

(Źródło: The Wire, styczeń/luty, 2014, strona 7)

HISTORIA 4

HISTORIA JEANA CLAUDE'A KAMERUN

Jean-Claude był jedną z wielu osób w Kamerunie, które zostały aresztowane i skazane na podstawie prawa uznającego stosunki seksualne między osobami tej samej płci, za czyn niezgodny z prawem. Jean-Claude został aresztowany w Yaoundé 2 marca 2011 roku. Skazano go na 36 miesięcy więzienia za podejmowanie stosunków seksualnych z osobami tej samej płci, zgodnie z § 347 Kodeksu karnego. Kodeks stanowi, że „Kto utrzymuje stosunki seksualne z osobą tej samej płci, podlega karze pozbawienia wolności od sześciu miesięcy do pięciu lat oraz karze grzywny od 20.000 do 200.000 franków CFA” (około 35 do 350 USD). Narusza to szereg międzynarodowych i regionalnych traktatów dotyczących praw człowieka, w tym zobowiązań Kamerunu w związku z Afrykańską Kartą Praw Człowieka i Ludów.

Przepisy penalizujące utrzymywanie kontaktów seksualnych z osobą tej samej płci dotyczą na co dzień społeczności lesbijek, gejów, osób biseksualnych, transseksualnych i interseksualnych (LGBTI) żyjących w krajach afrykańskich.

W niektórych krajach, takich jak Kamerun, dochodzi do regularnych aresztowań po doniesieniu do władz, że dana osoba jest gejem lub lesbijką. Istnienie represyjnych ustaw i przepisów ukierunkowanych na orientację seksualną i tożsamość płciową jest nie tylko kwestią praw człowieka dotyczącą osób LGBTI żyjących w Afryce Subsaharyjskiej. Wysoki poziom przemocy, między innymi na tle seksualnym, skierowany do osób z powodu ich orientacji seksualnej i tożsamości płciowej jest powszechny również na innych obszarach.

(Źródło: Making Love a Crime: Criminalization of same-sex conduct in Sub-Saharan Africa”, strona 23. Indeks AI: AFR 01/001/2013)

HISTORIA 5

HISTORIA SARI
INDONEZJA

Sari jest czternastoletnią dziewczyną, która została oskarżona o cudzołóstwo, po tym jak zgłosiła na policję, że została zgwałcona. Pracownik organizacji pozarządowej powiedział AI w 2010 roku: „Kiedy Sari przysłała na policję, aby zgłosić, że została zgwałcona, funkcjonariusze policji z prowincji Aceh oskarżyli ją o cudzołóstwo”. Nie uwierzyli Sari. Przeciwnie - zarzucili dziewczynie, że uprawiała seks z żonatym mężczyzną, ponieważ oboje czuli do siebie sympatię. Funkcjonariusze oskarżyli ją o naruszenie przepisu zakazującego cudzołóstwa. „Kiedy kobieta nie ubiera się zgodnie z prawem szaria-tu, sama prosi się o gwałt”, tak burmistrz dzielnicy West Aceh, Ramli Mansur, skomentował przyczynę wprowadzenia rozporządzenia w sprawie ubioru, sierpień 2010.

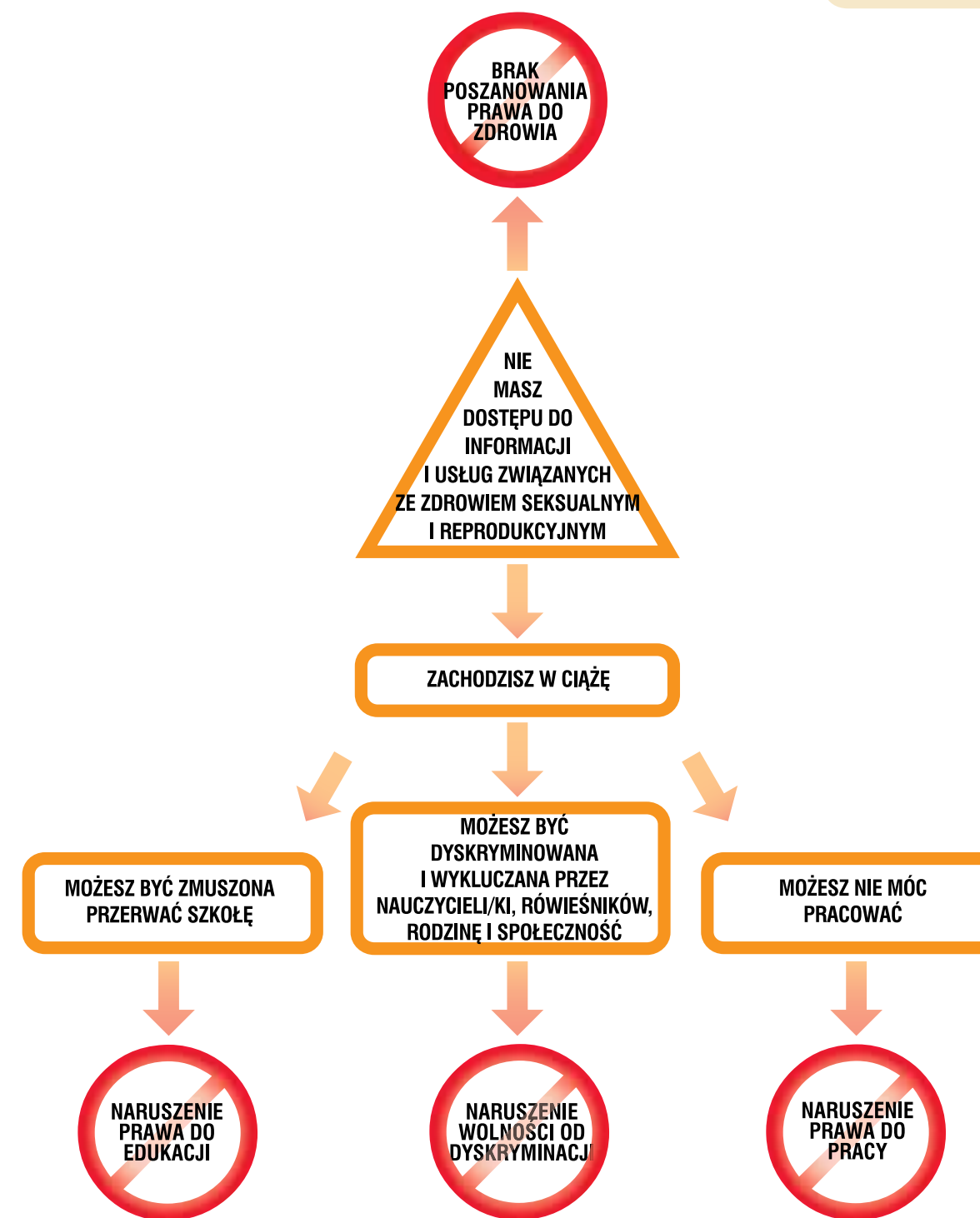
(Źródło: Pozostawieni bez wyboru (Left without a Choice) (In-deks AI: ASA21/013/2010), strona 21)



© Amnesty International

Powyżej: aktywistka z Argentyny bierze udział w kampanii na rzecz Beatriz z Salwadoru. Beatriz odmawiano leczenia ratującego życie, ponieważ lekarze bali się, że zostaną oskarżeni o przerwanie ciąży. Hasło na plakacie głosi: „Beatriz ma prawo do życia”, 2013 r.

Po prawej: „Co by było gdyby...”. Diagram
W jaki sposób prawa seksualne i reprodukcyjne wpływają na inne prawa człowieka. Niniejszy diagram przedstawia sposób, w jaki brak jednego prawa - dostępu do zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego - wpływa na dostęp do innych praw człowieka.



Prawa człowieka są niezbywalne: nie można ich odebrać w żadnym przypadku (także w czasie wojny czy sytuacji nadzwyczajnych). Są niepodzielne: stanowią integralną i współzależną całość. Są również współzależne: nadużycie jednego prawa wpływa negatywnie na inne prawa. Analogicznie - przestrzeganie jednego prawa niesie za sobą przestrzeganie innych.

Naruszenie praw seksualnych i reprodukcyjnych danej osoby może mieć wpływ na zdolność tej osoby do korzystania z szerokiego wachlarza innych praw. Obrona i promocja praw seksualnych i reprodukcyjnych może doprowadzić do realizacji innych praw. Niektóre z wielu praw człowieka są ściśle związane z realizacją praw seksualnych i reprodukcyjnych, w tym prawa do zdrowia, edukacji, mieszkania, pracy, prywatności, wolności, niedyskryminacji i życia.



PODEJMOWANIE DZIAŁAŃ NA RZECZ PRAW SEKSUALNYCH I REPRODUKCYJNYCH



PRAWA SEKSUALNE I REPRODUKCYJNE DOTYCZĄ KAŻDEGO CZŁOWIEKA

W codziennym życiu istnieje nieskończenie wiele okazji do obrony praw człowieka. Przez podwójną: społeczną i indywidualną naturę praw seksualnych i reprodukcyjnych, podjęcie działania w obronie praw przyjaciela/przyjaciółki, rówieśnika/rówieśniczki czy nieznajomego/nieznajomej jest także aktem obrony swoich własnych praw. Kiedy pracujesz na rzecz swojej społeczności, żeby była bardziej bezpieczna i przyjazna dla ludzi wykluczonych społecznie lub dyskryminowanych z powodu swojej orientacji seksualnej i tożsamości płciowej, płci czy reprodukcyjnych wyborów, sprawiasz że jest więcej możliwości dostępnych dla ciebie i twoich bliskich w przyszłości.

14-letni aktywista Amnesty International przed ambasadą Nigerii w Londynie domaga się uwolnienia Particka Okoreafora. Particka aresztowano i torturowano, gdy miał 14 lat. Czerwiec, 2009 r.



© Amnesty International



© Amnesty International

AI Mali inauguruje kampanię „Moje ciało a prawa człowieka”, marzec 2014 r.

USTAWA PRZECIWKO HOMOSEKSUALIZMOWI W UGANDZIE

Ludzie ponownie schowają się do szafy. Ludzie będą ginąć.
Billy (imię zmienione), edukator seksualny z Kampali.

W grudniu 2013 roku Billy, edukator seksualny, działający w jednej z organizacji na rzecz zdrowia osób LGBTI odebrał telefon od

osoby, która potrzebowała pomocy. Kiedy pojechał na spotkanie, okazało się, że była to pułapka i czekała na niego policja. Został aresztowany i zatrzymany na cztery dni. Po wypuszczeniu musiał wyprowadzić się ze swojej dzielnicy, bo sąsiedzi dowiedzieli się o powódzie aresztowania.

OBROŃCY I OBROŃCZYNI PRAW SEKSUALNYCH I REPRODUKCYJNYCH

ONZ definiuje obrońców/obrończynie praw człowieka jako „jednostki, grupy i podmioty społeczne, które propagują i chronią powszechnie uznane prawa człowieka i podstawowe wolności”.

Obrońcy/obrończynie praw człowieka stoją na straży praw wszystkich ludzi oraz wierzą, że kiedy dochodzi do naruszeń praw człowieka w jednym miejscu, ludzie cierpią wszędzie. Poprzez swoją pracę, osoby broniące praw człowieka wzmacniają społeczności i przyczyniają się do pozytywnych zmian dla wszystkich ludzi.

Czasami, kiedy obrońcy/obrończynie praw człowieka stają w obronie innych, muszą zmierzyć się z dyskryminacją i przemocą wobec siebie samych.

Pomimo gwałtownych reakcji i przemocy stosowanej wobec obrońców/obrończyni praw człowieka, ludzie na całym świecie bronią swoich własnych praw oraz praw innych ludzi do samodzielnego decydowania o swojej płci, seksualności oraz zdrowiu seksualnym i reprodukcyjnym. Personel medyczny, który zapewnia usługi kobietom, w sytuacjach, gdy najbardziej ich potrzebują, przyjaciele/przyjaciółki, którzy/które uczestniczą i wspierają parady równości, religijni przywódcy/przywódczynie, którzy/które walczą o programy edukacji seksualnej w szkołach, kobiety które pracują w swoich społecznościach, walcząc z okaleczaniem żeńskich narządów płciowych czy wczesnymi, przymusowymi małżeństwami. Takie osoby działają wśród nas.

Coraz więcej obrońców i obrończyni praw człowieka pracuje ponad granicami i wspiera siebie nawzajem. Sieci osób broniących praw człowieka na poziomie lokalnym, narodowym, regionalnym i międzynarodowym są bardzo ważne w dzieleniu się informacjami, doświadczeniami, wyzwaniem i dobrymi praktykami. Oferują także wsparcie i ochronę obrońcom i obrończyniom w przypadku zagrożenia.



© Bettina Frenzel, Fotografin

Młodzi aktywiści i aktywistki podczas inauguracji kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” w Austrii, marzec 2014 r.



© Dixie

Rita Mahato, obrończyni praw kobiet z Nepalu.

PRAWA Kobiet W NEPALU

Rita Mahato była wiele razy ofiarą ataków i gróźb z powodu swojej pokojowej działalności na rzecz kobiet, które doświadczyły przemocy seksualnej. Od 2007 roku jej i personelowi placówki Women's Rehabilitation Center grożono śmiercią, gwałtem lub porwaniem. Biuro było wielokrotnie atakowane przez przeciwni-

ków jej pracy. AI rozpoczęło kampanię na jej rzecz. Dzięki listom, mejlom i interwencjom, władze Nepalu zapewniły bezpieczeństwo jej i kobietom, z którymi współpracowała. W konsekwencji liczba ataków spadła. Lokalna policja i władze aktywniej reagują w przypadku gróźb.

CO MOGĄ ZROBIĆ MŁODZI LUDZIE?

Przełamaliśmy strach. Wszyscy zaczęli mówić. W przeszłości, kobiety i dziewczyny nie rozmawiały o molestowaniu seksualnym, a teraz o nim mówią i walczą.

(Obrończyni praw kobiet, Azza Suleiman, Egipt)

Na całym świecie młodzi ludzie dokonują niezwykłych rzeczy w zakresie zmian społecznych, szczególnie w odniesieniu do praw seksualnych i reprodukcyjnych. Poprzez aktywność i kampanie, edukację rówieśniczą, działalność w organizacjach, oraz lokalne, krajowe i międzynarodowe rzecznictwo na rzecz zmian politycznych młodzi ludzie występują w obronie swoich praw, swojej seksualności oraz swoich reprodukcyjnych wyborów. Młodzi ludzie sukcesywnie zmieniają lokalną politykę w celu wprowadzenia kompleksowej edukacji seksualnej do szkół, pracują wspólnie na rzecz powstania przyjaznych przychodni lekarskich i usług zdrowotnych dla siebie i swoich rówieśników/rówieśniczek. Dążą do zmian społecznych skoncentrowanych na eliminację dyskryminacji ze względu na orientację seksualną i tożsamość płciową, oraz przełamują milczenie, które otacza seksualność i płęć.

Aktywistka Amnesty International zbiera podpisy pod petycją, Berno, Szwajcaria, czerwiec 2012 r.



© Amnesty International Switzerland

Istnieje wiele możliwości działania w obronie siebie samych i innych oraz na rzecz zapewnienia wszystkim ludziom możliwości korzystania z praw seksualnych i reprodukcyjnych w sposób wolny od dyskryminacji, przemocy i przymusu. Na przykład:

Przełamywanie milczenia: normy kulturowe i społeczne oraz tematy tabu wokół seksualności i płci mają ogromny wpływ na ludzkie myśli i uczucia. Odczuwanie w inny sposób niż dominujący w społeczeństwie może doprowadzić do próby dopasowania się do stereotypów z powodu poczucia winy, wstydu albo strachu. Rozmawiając otwarcie o swojej płci i seksualności, możesz pomóc stworzyć środowisko, które przyjmuje odmienność, zamiast zastraszać i kontrolować. Poprzez rozmowę o prawach seksualnych i reprodukcyjnych, podejmujemy wyzwanie, obciążone ryzykiem stygmatyzacji i dyskryminacji, z którymi każdy człowiek kiedyś się zmierzył.

Pomaganie innym: Młodzi ludzie są dla siebie najlepszym i powszechnym źródłem informacji o płci, seksualności i zdrowiu. Jednak informacje, które sobie przekazują mogą być niekompletne, stronnicze albo błędne. Pomóż swoim rówieśnikom/rówieśniczkom dowiedzieć się więcej o ich prawach seksualnych i reprodukcyjnych, reaguj, kiedy słyszysz że twoi rówieśnicy/twoje rówieśniczki powtarzają błędne albo stronnicze informacje. Możesz być również wsparciem dla swoich przyjaciół/przyjaciółek, rodziny i członków/członkiń społeczności poprzez pomaganie im w znalezieniu pomocy prawnej, kiedy ich prawa są łamane, czy reagowanie, kiedy ochrona zdrowia nie zdaje egzaminu albo działanie na rzecz zmian w prawie i polityce, aby upewnić się, że ich prawa są przestrzegane.

Rozszerzanie świadomości w swojej społeczności:

Z powodu milczenia i piętna, które otaczają seksualność, w większości społeczności brakuje informacji o prawach seksualnych i reprodukcyjnych, o tym jak z nich korzystać, i co zrobić kiedy są łamane. Edukacja praw człowieka jest ważnym pierwszym krokiem i może się odbywać w każdym miejscu i w każdym czasie. Możesz stać się ważnym zasobem dla swojej społeczności poprzez głośne wypowiedzenie się o wadze praw seksualnych i reprodukcyjnych, przyciąganie uwagi mediów, jak i społeczności oraz poprzez współpracę ze swoimi przyjaciółmi/przyjaciółkami i rówieśnikami/rówieśniczkami, aby pokazać w jaki sposób prawa seksualne i reprodukcyjne są powiązane z innymi prawami człowieka.

Walka o zmiany w prawie i polityce: Istnieje wiele sposobów, w jaki młodzi ludzie mogą zmieniać politykę i prawo. Prawodawcy/prawodawczynie i politycy/polityczki mogą odpowiadać na petycje i akcje pisania listów, albo na bezpośrednie interakcje ze swoimi wyborcami/wyborczyniami na publicznych spotkaniach ze społecznością, w osobistych rozmowach, albo za pośrednictwem mediów społecznościowych. Młodzi ludzie dokonali zmian w sposobie myślenia i stanowienia prawa w obszarze praw seksualnych i reprodukcyjnych, stosując wszystkie te sposoby w ostatnich latach.

Praca ponad granicami: Dostępność różnorodnych kanałów komunikacji na całym świecie ma w coraz większej mierze wpływ na sposób, w jaki młodzi ludzie angażują się w walkę o swoje prawa człowieka. Lokalne, krajowe i międzynarodowe sieci młodych ludzi, zainteresowanych prawami seksualnymi i reprodukcyjnymi działają na całym świecie, łącząc ludzi, którzy dzielą wspólne pasje i działania. W roku 2012 na Światowym Forum Młodzieży na Bali, ponad 300 delegatów nawiązało kontakt z ponad 2500 młodymi ludźmi, biorącymi udział online, w tym wydarzeniu, aby przygotować najbardziej zdecydowane oświadczenie, skierowane do rządów na temat priorytetów w rozwoju młodych ludzi.

Zmiana powstaje, kiedy młodzi ludzie uświadamiają sobie, że mogą dokonywać samodzielnych decyzji. Jeśli otrzymają właściwe informacje i okazje do przedyskutowania ich sytuacji oraz do zadawania pytań, wtedy zaczynają widzieć, że ich opinie mają wartość. Mogą podejmować poważne decyzje dotyczące swojego własnego ciała – czy mieć dzieci czy nie, albo jak chronić siebie samych.

(Sabrina, argentyńska aktywistka i reprezentantka AI na Światowym Forum Młodzieży na Bali, „The Wire” styczeń/luty, 2013)

Akcja AI Mali w Bamako, marzec 2014 r.



© Amnesty International

DO CZEGO ZOBOWIĄZANE SĄ PAŃSTWA?

Domagam się, żeby rząd szanował nasze prawa jako kobiet. Jesteśmy kobietami, przysługują nam prawa człowieka, i tak długo jak nie są one respektowane, będziemy się ich domagać.

(Clara, promotorka praw młodzieży, 18 lat, Managua, Nikaragua)

Państwa zobowiązały się do przestrzegania praw seksualnych i reprodukcyjnych zapisanych w ICPD, tak samo jak praw uznanych w innych traktatach, międzynarodowych deklaracjach, konwencjach i rezolucjach dotyczących praw człowieka. Teraz muszą wypełniać te zobowiązania, zapewniając rozwój polityk i programów, szczególnie tych, które mają na celu zagwarantowanie prawa do zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego, opartego na prawach człowieka i zasadzie równości płci i prawach ludzi młodych. Państwa muszą respektować podstawowe zasady praw człowieka dotyczące niedyskryminacji, wolności od przemocy i gwałtu, wolności słowa i wyznania.

Aby całkowicie zaangażować się w możliwość korzystania przez wszystkich ludzi z ich praw w obszarze zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego w sposób wolny od dyskryminacji, przymusu i przemocy, państwa muszą podjąć pewne działania na poziomie krajowym i międzynarodowym. Jest to przedmiotem nacisku na rządy i instytucje rządowe, wywieranym przez obrońców/obrończynie praw seksualnych i reprodukcyjnych, działających w organizacjach społecznych i pozarządowych, koalicjach organizacji, społecznościach lokalnych.

Rządy powinny podjąć natychmiastowe działania, aby: Wprowadzić skuteczne środki w celu zaprzestania wszelkich form dyskryminacji wobec kobiet, w tym lesbijek, kobiet biseksualnych i transpłciowych oraz promocji wzmocnienia pozycji kobiet poprzez wdrażanie skutecznych programów, mających na celu podkreślenie równości płci i zwalczanie stereotypów.

- Znieść regulacje prawne, które mają wpływ na osłabianie albo podważanie równości kobiet wobec prawa. W szczególności, znieść wszystkie regulacje lub praktyki, które osłabiają lub podważają prawa kobiet, które doświadczyły przemocy ze względu na płeć.

- Podjąć konkretne prawne i polityczne środki, które zagwarantują wszystkim ludziom podejmowanie wolnych i świadomych decyzji, dotyczących ich seksualności i życia reprodukcyjnego.
- Wdrażać programy oparte na kompleksowej edukacji, które zapewnią, że każda osoba zna swoje ciało i jest zdolna do korzystania ze swoich praw seksualnych i reprodukcyjnych.
- Zapewnić, że osoby korzystające ze swoich praw seksualnych i reprodukcyjnych nie są narażone na sankcje karne i nieuzasadnione ograniczenia.
- Zapewnić powszechny dostęp do wszechstronnych i zintegrowanych jednostek ochrony zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego, punktów wsparcia i informacji dla wszystkich ludzi, ze szczególnym naciskiem na kobiety i ludzi młodych, z szacunkiem dla ich praw człowieka, w tym prawa do prywatności i poufności.
- Zapewnić, że ludzie są w stanie egzekwować swoje prawa seksualne i reprodukcyjne i mają dostęp do zadośćuczynienia w przypadku naruszeń tych praw.
- Stworzyć możliwość równoprawnego i rzeczywistego uczestnictwa - szczególnie dla kobiet i ludzi młodych - w ustalaniu priorytetów, planowaniu, wprowadzaniu i monitorowaniu programów w obszarze praw seksualnych i reprodukcyjnych.



© Amnesty International

Uczennice szkoły w Pretorii przygotowują akcję protestacyjną przeciwko przemocy wobec kobiet, RPA, kwiecień 2013 r.



ĆWICZENIE 4.1

SUPERBOHATEROWIE I SUPERBOHATERKI NA RZECZ PRAW SEKSUALNYCH I REPRODUKCYJNYCH

CELE

- Wzmocnienie osób uczestniczących w budowaniu pewności siebie, pozwalającej na działanie na rzecz zmiany. Pokazanie, że każdy/każda osoba może być aktywistką/aktywistą na rzecz praw seksualnych i reprodukcyjnych.
- Refleksja nad tym, jaki rodzaj zmiany społecznej jest potrzebny, aby lokalnie promować prawa seksualne i reprodukcyjne.

CZAS

- 2 godziny

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Papier flipchartowy
- Tablica
- Markery, kredki, kolorowe długopisy, ołówki
- Historie o superbohaterach/superbohaterkach, dla grup, które nie mają wiedzy o superbohaterze/superbohaterce.

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z CZTERECH KROKÓW

- Krok 1:** Kim jest superbohater/superbohaterka (30 minut)
- Krok 2:** Tworzenie superbohatera/superbohaterki (30 minut)
- Krok 3:** Poznawanie supermocy (45 minut)
- Krok 4:** Podejmowania działania (15 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj ćwiczenia do wielkości i potrzeb grupy.
- ✓ Historie o superbohaterach/superbohaterkach muszą pasować do kontekstu kulturowego, a komiksy do dyskusji w grupach. Filmy czy historie powinny być osadzone w lokalnej tradycji/mitologii o ludziach ze specjalnymi mocami lub zdolnościami wprowadzająca zmian w swoich społecznościach.

KROK 1: Kim jest superbohater/superbohaterka (30 minut)

W kilkusobowych zespołach (10 minut)

- Przeprowadź burzę mózgów na temat bohaterów i bohaterek z legend, opowieści czy filmów:
 - Kim są superbohaterowie/superbohaterki?
 - Jakie mają moce, jak działają?
 - Dlaczego się z nimi identyfikujemy?

- Omówcie cele działania superbohaterów/superbohateerek oraz sposoby działania indywidualnych superbohaterów/superbohateerek?
- Porozmawiajcie o świecie, w którym żyją superbohaterowie/superbohaterki.
- Porozmawiajcie o źródle siły superbohaterów/superbohateerek (zazwyczaj siła superbohaterów/superbohateerek aktywowana jest w wyniku gwałtownych wydarzeń w ich życiu).

Superbohaterowie i superbohaterki praw seksualnych i reprodukcyjnych podczas obchodów Dnia Kobiet w Peru, marzec 2014 r.



© Amnesty International

KROK 2: Tworzenie superbohatera/superbohaterki (30 minut)

- Podziel osoby uczestniczące na grupy 3 lub 5 osobowe. Rozdaj każdej grupie papier flipchartowy i markery.
- Poproś, żeby wyobrazili/wyobrazily sobie i narysowali/narysowały postać superbohatera lub superbohaterkę, działającą na rzecz poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych.
- Poproś, żeby wymyślili/wymyśliły historię superbohatera lub superbohaterki.
- Poproś osoby uczestniczące, żeby przedyskutowały w grupach:
 - Jaki byłby superbohater/jaka byłaby superbohaterka praw seksualnych i reprodukcyjnych? Jakiej supermoce potrzebowałby/potrzebowałaby?
 - Jakim problemem zajęłby się/zajęłaby się?
 - Jakim hasłem posługiwałby się superbohater/ posługiwałaby się superbohaterka?
 - W jaki sposób komunikowałby/komunikowałaby swój przekaz?
 - Jakie działania podjąłby/podjęłaby?
 - Kto byłby jego sojusznikiem/sojuszniczką, a kto przeciwnikiem/przeciwniczką?
- Poproś osoby uczestniczące, żeby przygotowały scenkę, piosenkę, wiersz czy komiks, przedstawiający superbohatera/ superbohaterkę, który zaprezentują na forum.



Plakat pokazujący superbohaterkę. Belgia, 2014 r.

© Amnesty International Belgium (FR)

KROK 3: Poznawanie supermoce (45 minut)

- Poproś grupy o zaprezentowanie na forum swojego superbohatera czy superbohaterki.
- Poproś, żeby wyobrazili/wyobrazily sobie, że ich bohater/bohaterka traci moce. Czy można działać inaczej niż superbohaterowie/superbohaterki, a osiągnąć ten sam cel. Zapytaj:
 - Czym różni się wymyślony przez was świat od świata realnego, a w czym jest podobny? Czym różni się wasz bohater/bohaterka od realnie istniejących ludzi, a w czym jest podobny/podobna?
 - Co jest potrzebne w realnym świecie, żeby walczyć o poszanowanie praw człowieka? Jakich supermoce potrzebujecie, żeby działać?
 - Czy znacie osoby ze swojego otoczenia, które działają skutecznie na rzecz poszanowania praw człowieka? Jakie umiejętności, wiedzę mają? Jakie postawy prezentują?

Aktywizujące supermoce (15 minut)

- Rozdaj małe kartki lub karteczki samoprzylepne. Poproś osoby uczestniczące o spisanie na nich swoich umiejętności, obszarów wiedzy, postaw, które mogą im pomóc w skutecznym działaniu na rzecz poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych.
- Wyznacz miejsce na środku sali (na przykład: pudełko, kartkę papieru flipchartowego), gdzie zbierzecie supermoce.
- Poproś osoby uczestniczące, żeby odczytały wypisane „swoje moce” i włożyły do pudełka czy przykleiły na kartkę papieru flipchartowego.
- Podsumuj ćwiczenie, podkreślając, że każdy/każda z nas ma moce, które pomagają nam działać na rzecz praw człowieka. A razem możemy działać jeszcze skuteczniej.

Energizer: „Kumulacja energii”

- Poproś osoby uczestniczące, żeby stanęły w okręgu, a następnie, aby każda osoba przykucnęła i wyciągnęła ręce w kierunku podłogi.
- Kiedy wszyscy zajmą pozycję, powiedz: „Wyobraźcie sobie, że czerpiemy naszą siłę, energię i moc z centrum Ziemi. Poruszajcie rękoma, w taki sposób, jakbyście gromadzili/gromadziły energię i tworzyli/tworzyły kulę. Jednocześnie zaczniacie wydawać dźwięki”. Poproś, aby wszystkie osoby powoli zaczęły wstać. Kiedy gromadzicie więcej energii, kula staje się większa, a wasz głos staje się coraz głośniejszy. Kiedy jesteście w pozycji wyprostowanej – zaczynacie mówić coraz głośniej i krzyčeć.
- Krzyk jest najgłośniejszy, kiedy osoby uczestniczące stoją wyprostowane z rękoma wyciągniętymi ku górze. Wtedy wyrzucają kulę energii ponad głowami.
- Zakończ ćwiczenie brawami dla osób uczestniczących.



© Amnesty International Switzerland

KROK 4: Podejmowanie działania (15 minut)

- Czy znacie jakiegoś superbohatera/superbohaterkę w swoim otoczeniu? Może chcielibyście/chciałybyście jego/ją docenić w jakiś sposób?
- Pomyślcie nad stworzeniem opowieści czy komiksu o superbohaterze lub superbohaterce, działającej na rzecz praw seksualnych i reprodukcyjnych, który pokażecie innym osobom.

Pracownicy i pracowniczki AI Szwajcaria przygotowują się do inauguracji kampanii „Moje ciało a prawa człowieka”, marzec 2014 r.

ĆWICZENIE 4.2

MŁODZI LUDZIE NA RZECZ ZMIANY

CELE

- Zidentyfikowanie i analiza problemów w obszarze poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych.
- Analiza związku między przyczynami i skutkami tych problemów.
- Poszukiwanie możliwych rozwiązań tych problemów.

CZAS

- 2 godziny

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Papier flipchartowy
- Markery i długopisy
- Małe kartki papieru lub karteczki samoprzylepne
- Kartki papieru wycięte w kształcie liści
- Taśma papierowa
- Taśma przezroczysta, klej
- Czysta ściana w sali, na której można przykleić kartki papieru

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z CZTERECH KROKÓW

- Krok 1:** Identyfikacja problemów (30 minut)
- Krok 2:** Analiza problemów (45 minut)
- Krok 3:** Identyfikacja rozwiązań (30 minut)
- Krok 4:** Podejmowanie działania (15 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj czas ćwiczenia do wielkości i potrzeb grupy. Jeśli pracujesz z małą grupą, możecie cały czas rozmawiać na forum grupy, bez potrzeby podziału na mniejsze zespoły. Ważne, żeby każda osoba była zaangażowana w ćwiczenie.
- ✓ Każdy z kroków może być przeprowadzony jako osobne ćwiczenie, ale informacje i wiedza zdobyte w kolejnych krokach powinny być zbierane i podsumowywane przed rozpoczęciem kolejnej części.
- ✓ Zatrzymaj liście drzewa – mogą wam się przydać na kolejnych warsztatach.
- ✓ Ważne, żeby osoby uczestniczące same zidentyfikowały problem, który zauważą. Zaczynajcie od prostego i konkretnego problemu, bliskiego wszystkim osobom uczestniczącym. Kiedy zapoznają się lepiej z zastosowaną techniką analizy, mogą spróbować przeanalizować trudniejszy problem.

Zaadaptowane z: Tools Together Now! 100 participatory tools to mobilise communities for HIV/AIDS. www.aidsalliance.org

KROK 1: Identyfikacja problemów (30 minut)**Na forum**

- Poproś osoby uczestniczące, żeby zapisały na karteczkach problemy, dotyczące praw seksualnych i reprodukcyjnych, które widzą w swoim otoczeniu. Każdy problem na oddzielnej karteczce. Jeśli pracujesz z liczną grupą, rozważ wprowadzenie limitu zapisywanych problemów.
- Poproś o umieszczenie karteczek na środku sali, w taki sposób, by każda osoba mogła się z nimi zapoznać.
- Poproś osoby uczestniczące, żeby pogrupowały problemy na kategorie. Daj czas i pozwól, żeby osoby same łączyły problemy w kategorie. Jeśli grupa jest bardzo liczna, poproś, żeby zgłosiło się kilka osób, które chcą wykonać to zadanie.
- Porozmawiajcie na forum:
 - Jakie kategorie problemów zidentyfikowali/zidentyfikowały?
 - Dlaczego tak pogrupowali/pogrupowały problemy?
 - Które problemy się powtarzały?
 - Zapytaj, które problemy wydają im się priorytetowe, co chcieliby/chciałyby zmienić najszybciej (już teraz, w krótkim okresie, w średnim okresie, długofalowo).
- Zachowaj listę problemów i wykorzystaj w następnym ćwiczeniu.

KROK 2: Analiza problemu (45 minut)**Praca w grupach (25 minut)**

- Podziel osoby uczestniczące na mniejsze grupy 4-6 osobowe. Daj każdej grupie kartkę papieru flipchartowego.
- Poproś każdą grupę, żeby wybrała jeden problem z poprzedniej części ćwiczenia. Zadaniem grup jest narysowanie drzewa i zapisanie wybranego problemu na pniu drzewa. Na przykład: nastoletnie ciążę, stygmatyzacja osób homoseksualnych.
- Poproś, żeby zastanowili/zastanowiły się nad przyczynami zidentyfikowanego problemu. Niech odpowiedzą sobie na pytanie: „Dlaczego tak się dzieje?”. Niech zapiszą przyczyny na korzeniach drzewa.
- Poproś grupy, aby spojrzały na zidentyfikowane przyczyny i zastanowiły się, dlaczego takie zjawiska występują. Umożliwi im to refleksje nad przyczynami danego zjawiska.
- Gdy skończą pracę nad przyczynami poproś, żeby skupili/skupiły się teraz na gałęziach drzewa i zapisały na nich, czym skutkuje występowanie tego problemu. Gdy zapiszą skutki, poproś, grupę by zastanowiła się nad dalszymi konsekwencjami tych skutków i zapisała je na kolejnych gałęziach. Jest to trudne zadanie, więc wspieraj osoby uczestniczące, jeśli zauważysz, że grupa potrzebuje wsparcia, pomocy.

Na forum (20 minut)

- W zależności od liczby grup i czasu, którym dysponujecie, poproś każdą grupę o prezentację swojego drzewa lub przyklej kartki z drzewami na ścianie i daj grupom kilka minut na przejście i przeczytanie, co zidentyfikowały inne grupy.
- Porozmawiajcie:
 - Czy było to łatwe czy trudne ćwiczenie?
 - Co sprawiło większą trudność: wskazanie przyczyn czy skutków problemów?

- Ile przyczyn i skutków udało im się znaleźć w odniesieniu do jednego problemu?
- Które były najważniejsze?
- Na które mamy wpływ, możemy coś z nimi zrobić?
- Co powinno być zrobione, żeby wyeliminować przyczyny i osłabić efekty problemów, którymi się zajmowaliście/zajmowałyście?
- Które z przyczyn lub skutków były podobne przy różnych problemach?

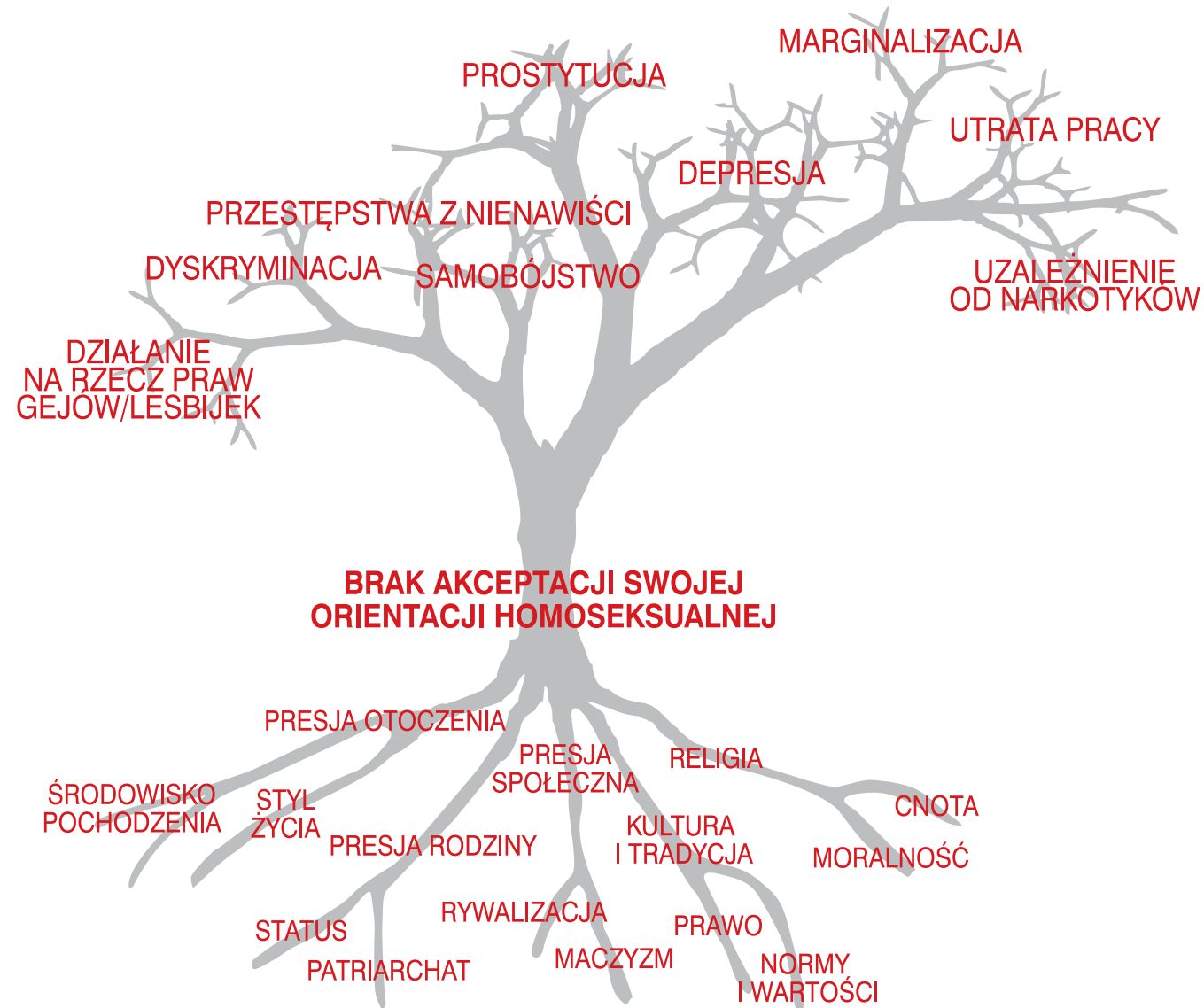
KROK 3: Identyfikacja rozwiązań (30 minut)**Na forum**

- Poproś osoby uczestniczące, żeby wybrały jeden spośród problemów wskazanych i omówionych w poprzedniej części ćwiczenia.
- Pokaż osobom uczestniczącym drzewo narysowane przez ciebie wcześniej, (najlepiej na dużej kartce). Powiedz, że tym razem jest to drzewo rozwiązań. Poproś, żeby wspólnie spojrzeli/spojrzały na przyczyny i skutki wybranego problemu. Poproś, by pomyśleli/ pomyślały o każdej przyczynie. Niech zastanowią się, co można zrobić, żeby te sytuacje lub zjawiska zmienić, zmniejszyć lub usunąć. Poproś, aby zapisali te rozwiązania na kartkach w kształcie liści (przygotowanych wcześniej przez ciebie). Zwróć uwagę, że poszukiwanie odpowiedzi na przyczyny zjawiska jest kluczowe, aby skutecznie działać.
- Pogrupuj zebrane rozwiązania i przedstaw je grupie. Przyklej je do drzewa.
- Zastanówcie się wspólnie, które rozwiązania są łatwe do zrealizowania, a które trudniejsze. Które będą bardziej, a które mniej skuteczne w rozwiązaniu danego problemu? Podkreśl, że ważne jest koncentrowanie się na działaniach, które oddziałują na przyczyny problemu i skutecznie przeciwdziałają lub niwelują skutki problemu.

KROK 4: Podejmowanie działania (15 minut)

- Zastanówcie się, co możecie zrobić, żeby rozszerzać wiedzę i świadomość problemów z obszaru poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych. Jak możecie działać, by rozwiązać część zidentyfikowanych problemów.
- Spójrz na listę problemów zidentyfikowanych przez osoby uczestniczące – być może pokrywają się one z globalnymi działaniami w ramach kampanii AI „Moje ciało a prawa człowieka”.
- Powiedz, że w kolejnym ćwiczeniu, będziecie zastanawiać się, kto może wam pomóc przy realizacji tych działań.

DRZEWO PRZYCZYN I SKUTKÓW



CHODZENIE PO KAMIENIACH I RADZENIE SOBIE Z PRZESZKODAMI

CELE

- Zidentyfikowanie potencjalnych sojuszników/sojuszniczek do obrony praw seksualnych i reprodukcyjnych w społeczności osób uczestniczących.
- Ćwiczenie pracy w zespole i umiejętności komunikacyjnych.

CZAS

- 2 godziny

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Otwarta przestrzeń
- Taśma papierowa albo sznurek
- Kolorowe kartki papieru (co najmniej 2 zestawy różnych kolorów)
- Markery, długopisy
- Papier flipchartowy
- Tablica

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z TRZECH KROKÓW

Krok 1: Na kogo chcemy wpłynąć? (45 minut)

Krok 2: Kto może pomóc? (60 minut)

Krok 3: Podejmowanie działania (15 minut)



Uczestnik warsztatów na temat praw seksualnych i reprodukcyjnych, prezentuje drzewo rozwiązań, podczas szkolenia, Sierpień 2014 r.

KROK 1: Na kogo chcemy wpłynąć (45 minut)**Na forum (10 minut)**

- Wytłumacz osobom uczestniczącym, że celem tego ćwiczenia jest lepsze zrozumienie, na kogo musimy wpłynąć, żeby zidentyfikowany problem został rozwiązany.
- Poproś osoby uczestniczące, żeby zastanowiły się, kto jest celem ich działań, do kogo powinny kierować swoje działania i komunikaty, żeby zmiana się dokonała.

Praca w grupach (20 minut)

- Podziel osoby uczestniczące na małe grupy.
- Poproś, żeby każda grupa wybrała jedną osobę, grupę osób lub instytucję, na którą musi wpłynąć, żeby rozwiązać problem i żeby rozrysowały mapę wpływów, która pokaże, jak i przez kogo można wpłynąć na osobę lub instytucję, do której chcą dotrzeć. Możesz pokazać wzór ze strony 136.
- W pierwszym kręgu wpisujemy, kto ma wpływ na osobę, grupę lub instytucję docelową na poziomie lokalnym. Drugi krąg pokazuje poziom krajowy, a trzeci międzynarodowy.
- Osoby uczestniczące mogą stworzyć własną mapę wpływów, według podanego wzoru na kartce papieru flipchartowego. Mogą także wykorzystać karteczki samoprzylepne, aby stworzyć mapę wpływów.
- Po stworzeniu mapy wpływów osoby uczestniczące powinny być w stanie stwierdzić, jak dotrzeć i wpłynąć na odpowiednie osoby lub instytucje.

Na forum (15 minut)

- Po zakończeniu pracy w grupach przenieś dyskusję na forum. Niech każda grupa przedstawi swoją mapę wpływów, skupiając się na następujących pytaniach:
 - Kto jest osobą, grupą osób lub instytucją, na którą chcemy wpłynąć? Dlaczego jest ona tak silna?

- W jaki sposób dotrzecie ze swoim działaniem i komunikatem do tej instytucji/osoby/grupy?

KROK 2: Kto może pomóc? (60 minut)

- Za pomocą taśmy lub sznurka wyznacz dużą przestrzeń na podłodze, która będzie „polem lawy”.
- Wytłumacz osobom uczestniczącym, że to ćwiczenie pomoże im zorientować się, kto może być ich partnerem/partnerką i pomóc w rozwiązaniu problemów, które zostały zidentyfikowane.

Praca w grupach (15 minut)

- Podziel osoby uczestniczące na dwie grupy. Każdej grupie rozdaj kartki innego koloru (najlepiej A4).
- Poproś, żeby na kartkach spisały sojuszników/sojuszniczki, partnerów/partnerki, którzy/które mogą im pomóc w obronie poszanowania praw seksualnych i reprodukcyjnych. Możesz wrócić do pierwszego ćwiczenia dotyczącego identyfikacji osób, na które chcemy wpłynąć. Każdy partner/partnerka i sojusznik/sojuszniczka powinien/powinna być zapisany/zapisana na osobnej kartce.
- Grupy oddają kartki osobie facylitującej.

Pole lawy (15 minut)

- Pokryj zaznaczone na podłodze pole lawy kartkami, przyklejając je do podłogi, na przykład taśmą papierową.
- Wytłumacz, że mają 5 minut na zebranie sojuszników/sojuszniczek (zapisanych na kartkach na „polu lawy”). Bardzo ważne jest, aby każda grupa, zanim zacznie, opracowała strategię, w jaki sposób będzie gromadzić sojuszników/sojuszniczki. Obowiązują następujące reguły:
 - Tylko jeden członek/członkini danej grupy może przebywać jednorazowo na polu lawy.

- Na polu lawy mogą chodzić tylko po kamieniach (kartkach), a nie po lawie. Jeśli ktoś postawi nogę na lawie, musi opuścić jej pole i kolejna osoba z grupy przejmuje zadanie.
- Tylko jeden kamień (kartka) może być zabrana za jednym razem i przekazana grupie.

Na forum (30 minut)

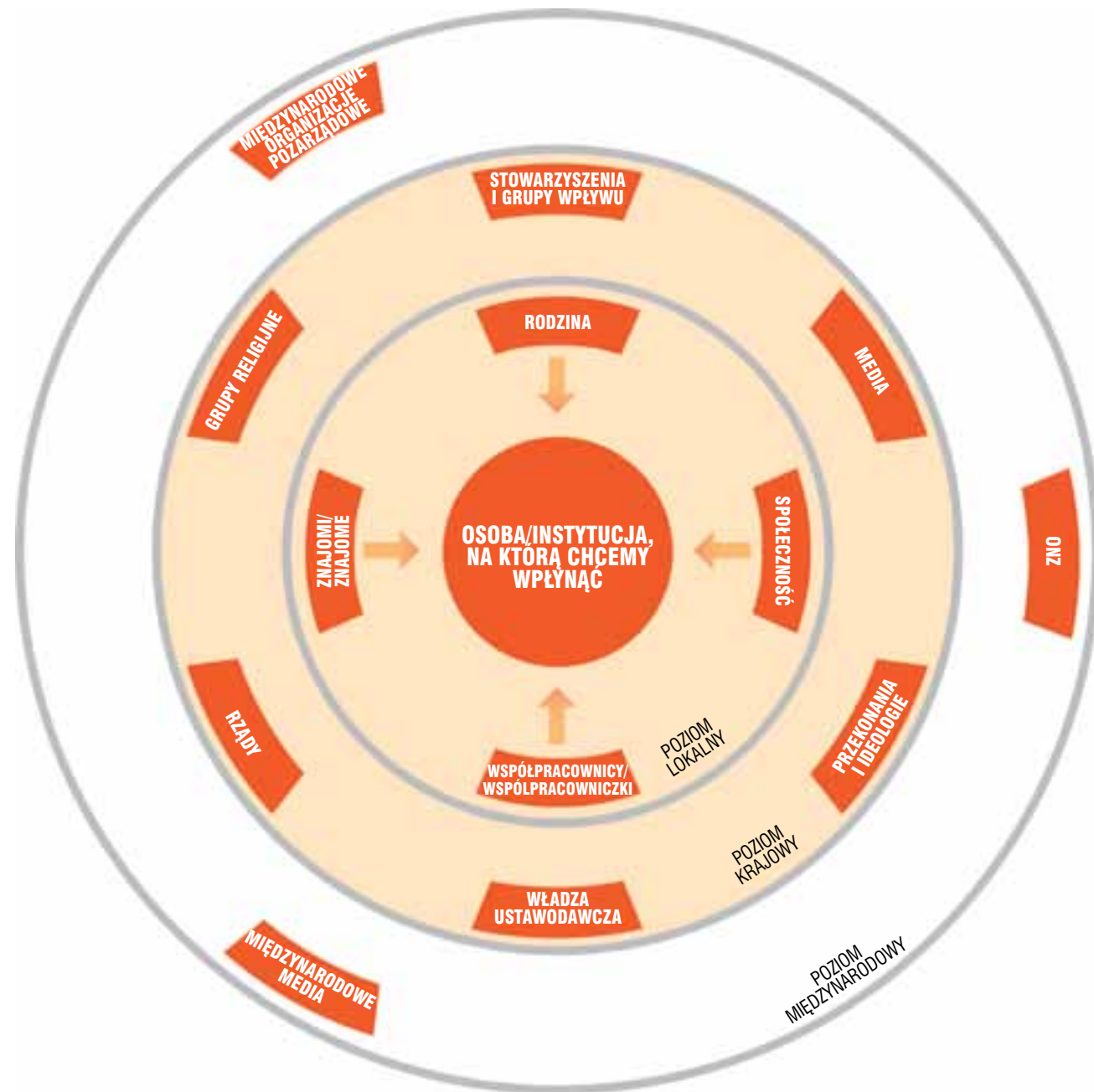
- Zastanówcie się wspólnie:
 - Jak zdecydowaliście/zdecydowałyście o tym, w jaki sposób zdobyć sojuszników/sojuszniczki.
 - Czemu wybraliście/wybrałyście tę strategię?
 - Jak czuliście/czuliście się, pracując w zespole?
 - W jaki sposób role zostały przydzielone?
 - Jak czuliście/czuliście się, kiedy musieliście/musieliście zacząć od nowa?
 - Jak zdecydowaliście/zdecydowałyście o tym, w jaki sposób którzy sojusznicy są ważni/które sojuszniczki są ważne?
- Zakończ ćwiczenie, podkreślając, że nie jest oczywiście istotna liczba partnerów/partnerek. W budowaniu ruchu sojuszniczego ważna jest dobra identyfikacja osób i instytucji, na które chcemy wpłynąć, oraz sojuszników/sojuszniczek i partnerów/partnerek, którzy/które mogą nam pomóc w skutecznym działaniu na rzecz zmian.

KROK 3: Podejmowanie działania (15 minut)

- Podziel osoby uczestniczące na grupy i poproś, żeby przyjrzały się jeszcze raz jednemu z problemów, które zidentyfikowały.
- Zapytaj:
 - Którzy sojusznicy/które sojuszniczki pomogą wam w osiągnięciu celu?
 - W jaki sposób możecie razem działać?
 - Kto jest waszym przeciwnikiem/waszą przeciwniczką?
 - Co możecie zrobić, żeby zmniejszyć siłę oddziaływania waszych przeciwników/przeciwniczek?
- Zastanówcie się, w jaki sposób możecie wspólnie działać na rzecz rozwiązania zidentyfikowanych problemów?



AI Hiszpania promuje kampanię Moje ciało a prawa człowieka, podczas Międzynarodowego Dnia Kobiet, marzec 2014 r.



ĆWICZENIE 4.4

KARUZELA KOMUNIKATÓW

CELE

- Wzmocnienie pewności siebie i praktycznej umiejętności obrony praw seksualnych i reprodukcyjnych dla siebie i innych.
- Odkrywanie różnych sposobów rzecznictwa.
- Ćwiczenie umiejętności argumentowania i rozmowy z decydentami/decydentkami
- Rozwinięcie umiejętności aktywizujących.

CZAS

- 1 godzina 40 minut

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Krzesła dla wszystkich
- Karteczki samoprzylepne lub małe kartki i taśma
- Papier flipchartowy
- Markery i długopisy
- Stoper

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z CZTERECH KROKÓW

- Krok 1:** Zastanawianie się nad różnymi komunikatami (30 min.)
- Krok 2:** Przekazywanie komunikatów (50 min.)
- Krok 3:** Refleksje i dyskusja (15 min.)
- Krok 4:** Podejmowanie działania (5 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Możesz dostosować czas ćwiczenia do wielkości i potrzeb grupy.
- ✓ Poczekaj z określeniem postaci, dopóki osoby uczestniczące nie zidentyfikują spraw, nad którymi chcą pracować. Upewnij się, że włączyłeś/włączyłaś odpowiednie osoby, na przykład jeśli osoby uczestniczące zidentyfikowały problem dostępu do przyjaznej młodemu ludziom usług ochrony zdrowia, wśród postaci powinni znaleźć się przyjazny lekarz/lekarka czy administrator/administratorka przychodni.
- ✓ Jest to krótkie, energetyczne ćwiczenie. Zadbaj o utrzymanie tempa ćwiczenia. Daj osobom uczestniczącym 1 min i 30 sekund na odegranie każdej z ról. Dobrze jest również dać ostrzeżenie na 10 sekund przed krzykniciem „zmiana” czy „rotacja”.
- ✓ Pomocne może okazać się posiadanie gwizdka albo innego głośnego przedmiotu, który pomoże ci przerwać hałas.

KROK 1: Zastanawianie się nad różnymi komunikatami (30 minut)**Na forum (10 minut)**

- Poproś osoby uczestniczące o przeprowadzenie burzy mózgów na temat problemów związanych z realizacją praw seksualnych i reprodukcyjnych w ich społeczności. Jeśli podczas wcześniejszych ćwiczeń pojawiły się już pewne kwestie/problemy, wymagające rozwiązania, mogą one zostać zgłębione w tym ćwiczeniu. Zapisz problemy na kartce albo flipcharcie. Wyjaśnij, że grupa będzie ćwiczyć umiejętności rzecznicze na przykładzie jednego z zapisanych problemów. Ważne jest, żeby grupa osiągnęła konsensus, co do tego, nad którym problemem chce pracować. Zwróć uwagę, żeby problem został szeroko ujęty tak, żeby potencjalnie o jego rozwiązanie można było się zwrócić do kilku różnych odbiorców. Będzie to ważne przy kolejnych elementach ćwiczenia.
- Kiedy problem zostanie zidentyfikowany, poproś osoby uczestniczące o pracę w 2-3 osobowych grupach. Zadaniem każdej z grup jest przygotowanie jasnych komunikatów dotyczących problemu. Wyjaśnij, że komunikat powinien składać się z trzech elementów:
 - Co jest potrzebne do zmiany?
 - Dlaczego to jest ważne?
 - Co możemy z tym zrobić?
- Poproś o zastanowienie się nad tym, w jaki sposób nasz komunikat może ulec zmianie w zależności od tego, czy rozmawiamy z rodzicami, nauczycielem/nauczycielką, przywódcą religijnym/przywódczynią religijną, politykiem/polityczką, osobą młodą, czy z kimś innym ze społeczności.
- Podczas gdy toczą się dyskusje w małych grupach, ustaw krzesła w dwóch rzędach.

KROK 2: Przekazywanie komunikatów (50 minut)

- Kiedy przestrzeń została już zaaranżowana i każda grupa przygotowała swoje komunikaty, zaprosz wszystkie osoby do zajęcia krzesel.
- Wyjaśnij im, że siedzą w karuzeli komunikatów. Przydziel osobom uczestniczącym role; połowa z nich odgrywa rolę członków/członkiń społeczności, na przykład:
 - lekarza/lekarkę,
 - lokalnego polityka/lokalną polityczkę,
 - dyrektora/dyrektorkę szkoły
 - dziennikarza/dziennikarkę
 - działacza/działaczkę.
- Druga połowa gra rzeczników/rzeczniczki. Kiedy dasz sygnał „start”, osoby grające rzeczników/rzeczniczki mają minutę na to, żeby przedstawić swoje komunikaty członkowi/członkini społeczności siedzącej na przeciwko. Pod koniec minuty, kiedy zasygnalizujesz „zmianę” lub „rotację”, każda osoba wstaje i przesiada się na krzesło po swojej prawej stronie lub zmienia rząd krzesel, jeśli znajduje się na prawym krańcu rzędu. Rozpocznij odliczanie kolejnej minuty.
- Zadbaj, żeby rotacja trwała tak długo, żeby każda osoba mogła przynajmniej raz odegrać rolę rzecznika/rzeczniczki i przynajmniej raz osobę, która pełni ważną rolę społeczną/ma władzę (przy grupie 10 osobowej będzie to 5 rotacji). Możesz przygotować kartki z osobami pełniącymi ważne role społeczne/posiadającymi władzę i dać do wylosowania połowie grupy. Jeśli masz czas i uznasz za przydatne, możecie powtórzyć to ćwiczenie wybierając inny problem, na którym się skupicie. Przy drugiej turze ćwiczenia osoby uczestniczące będą mogły korzystać z doświadczenia zdobytego w pierwszej turze.

KROK 3: Refleksje i dyskusja (15 minut)

- Poproś osoby uczestniczące o refleksje i dyskusję, zadając następujące pytania:
 - Jak czuleś/czulaś się, kiedy miałeś/miałaś tak mało czasu na przekazanie swojego komunikatu? Czy czuleś/czulaś, że potrzebujesz więcej czasu?
 - Czy musiałeś/musiałaś zmodyfikować sposób, w jaki prezentowałeś/prezentowałaś swoje komunikaty ze względu na to, z jaką osobą rozmawiałeś/rozmawiałaś?
 - Czy jakieś argumenty były szczególnie przekonujące podczas odgrywania roli, i dlaczego?
 - Jakich zasad należy przestrzegać w czasie przekazywania podobnych komunikatów?

KROK 4: Podejmowanie działania (5 minut)

- Zastanówcie się:
 - Czego nauczyło was to ćwiczenie?
 - Jak możecie wykorzystać tę wiedzę i umiejętności w działaniu?



Grafika kampanii Moje ciało a prawa człowieka, 2014 r.

© Amnesty International

ĆWICZENIE 4.5

PLANOWANIE DZIAŁAŃ

CELE

- Nabycie podstawowej wiedzy dotyczącej planowania projektów i działań na rzecz zmian.
- Stworzenie prostego planu działania na konkretny temat związany z prawami seksualnymi i reprodukcyjnymi.

CZAS

- 2 godziny

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Papier flipchartowy
- Taśma klejąca/taśma papierowa
- Małe kartki lub karteczki samoprzylepne
- Marker i długopisy
- Przykład planu działania ze stron 142-143 lub podobny plan rozrysowany na papierze flipchartowym
- Przykład „Drogi do zmian” ze strony 144 lub podobny plan rozrysowany na papierze flipchartowym
- Drzewo rozwiązań z ćwiczenia 4.2

TO ĆWICZENIE SKŁADA SIĘ Z TRZECH KROKÓW

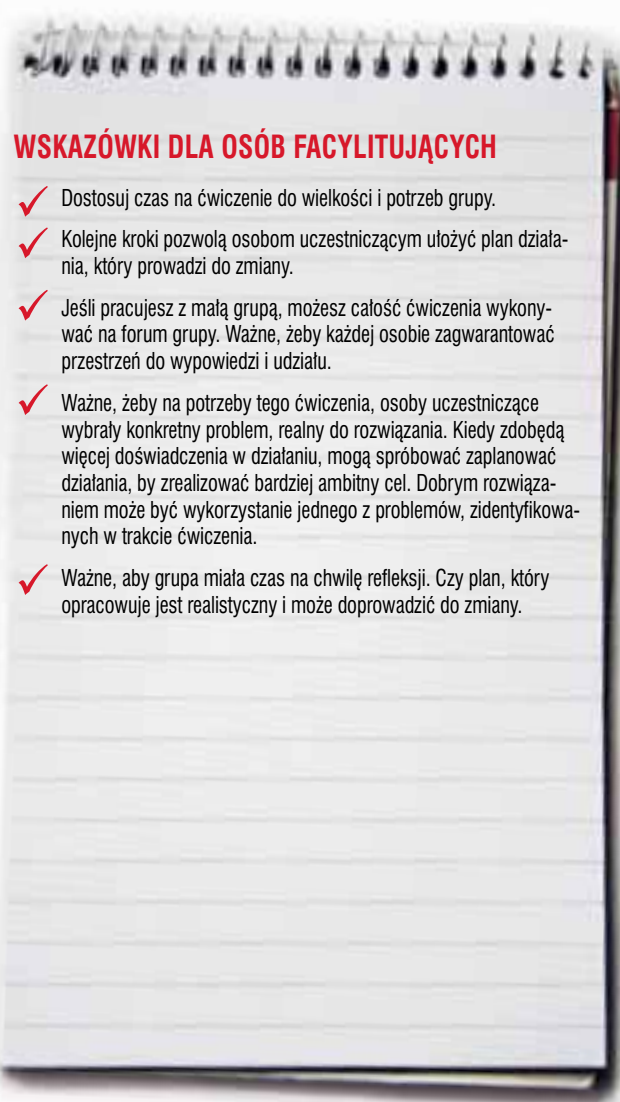
KROK 1: Przygotowanie planu działania (1 godzina)

KROK 2: Prezentacja planu działania (45 minut)

KROK 3: Podejmowanie działania (15 minut)

WSKAZÓWKI DLA OSÓB FACYLITUJĄCYCH

- ✓ Dostosuj czas na ćwiczenie do wielkości i potrzeb grupy.
- ✓ Kolejne kroki pozwolą osobom uczestniczącym ułożyć plan działania, który prowadzi do zmiany.
- ✓ Jeśli pracujesz z małą grupą, możesz całość ćwiczenia wykonać na forum grupy. Ważne, żeby każdej osobie zagwarantować przestrzeń do wypowiedzi i udziału.
- ✓ Ważne, żeby na potrzeby tego ćwiczenia, osoby uczestniczące wybrały konkretny problem, realny do rozwiązania. Kiedy zdobędą więcej doświadczenia w działaniu, mogą spróbować zaplanować działania, by zrealizować bardziej ambitny cel. Dobrym rozwiązaniem może być wykorzystanie jednego z problemów, zidentyfikowanych w trakcie ćwiczenia.
- ✓ Ważne, aby grupa miała czas na chwilę refleksji. Czy plan, który opracowuje jest realistyczny i może doprowadzić do zmiany.



KROK 1: Przygotowanie planu działania (1 godzina)

Na forum (10 minut)

- Wytlumacz osobom uczestniczącym, że to ćwiczenie pomoże im nakreślić plan działania na rzecz zmiany. Zaraz opracują swój własny plan, który będzie zawierał aktywności – co, i kto ma zrobić, rezultaty tych czynności oraz zmiany, które chcą widzieć w swoim otoczeniu.
- Pokaż im diagram „Droga do zmian” (strona 144). Prezentuj on, jak działania prowadzą do rezultatów, a rezultaty przekładają się na zmianę.
- Podczas tego ćwiczenia możesz odwoływać się do wcześniejszych ćwiczeń z tego rozdziału.

Praca w grupach (50 minut)

- Podziel osoby uczestniczące na grupy 4-5 osobowe. Rozdaj papier flipchartowy i przykład planu działania, ze strony 142-143.
- Pokaż osobom uczestniczącym drzewo rozwiązań, które zrobiły w ćwiczeniu 4.2.i wybierzcie jedno rozwiązanie, nad którym chciałyby pracować.
- Poproś, żeby stworzyły swój plan działań i rozpiwały go na papierze flipchartowym.

KROK 2: Prezentacja planu działania (45 minut)

Na forum

- Daj czas każdej grupie na zaprezentowanie planu działania, który stworzyła. Pozwól na swobodną dyskusję, zachęcaj osoby uczestniczące do dzielenia się pomysłami, jak plan poprawić, co można dodać, zrobić inaczej, jak rozwinąć określone pomysły.

Po prawej: Międzynarodowy warsztat o prawach seksualnych i reprodukcyjnych, Londyn, Wielka Brytania, październik 2014 r.

KROK 3: Podejmowanie działania (15 minut)

Na forum

- Zastanówcie się wspólnie, jak zrealizować plan działania:
 - Jak możecie pracować z sojusznikami/sojuszniczkami oraz z partnerami/partnerkami, żeby wcielić go w życie?
 - Jak zebrać osoby, które pomogą zrealizować działania?
 - Czy macie zasoby, żeby ten plan zrealizować?
- Zobaczcie, jakie globalne tematy i działania podejmowane są w ramach kampanii „Moje ciało a prawa człowieka” – wasz plan może do nich nawiązywać, ale może być też niezależnym projektem, który zrealizujecie.



© Amnesty International

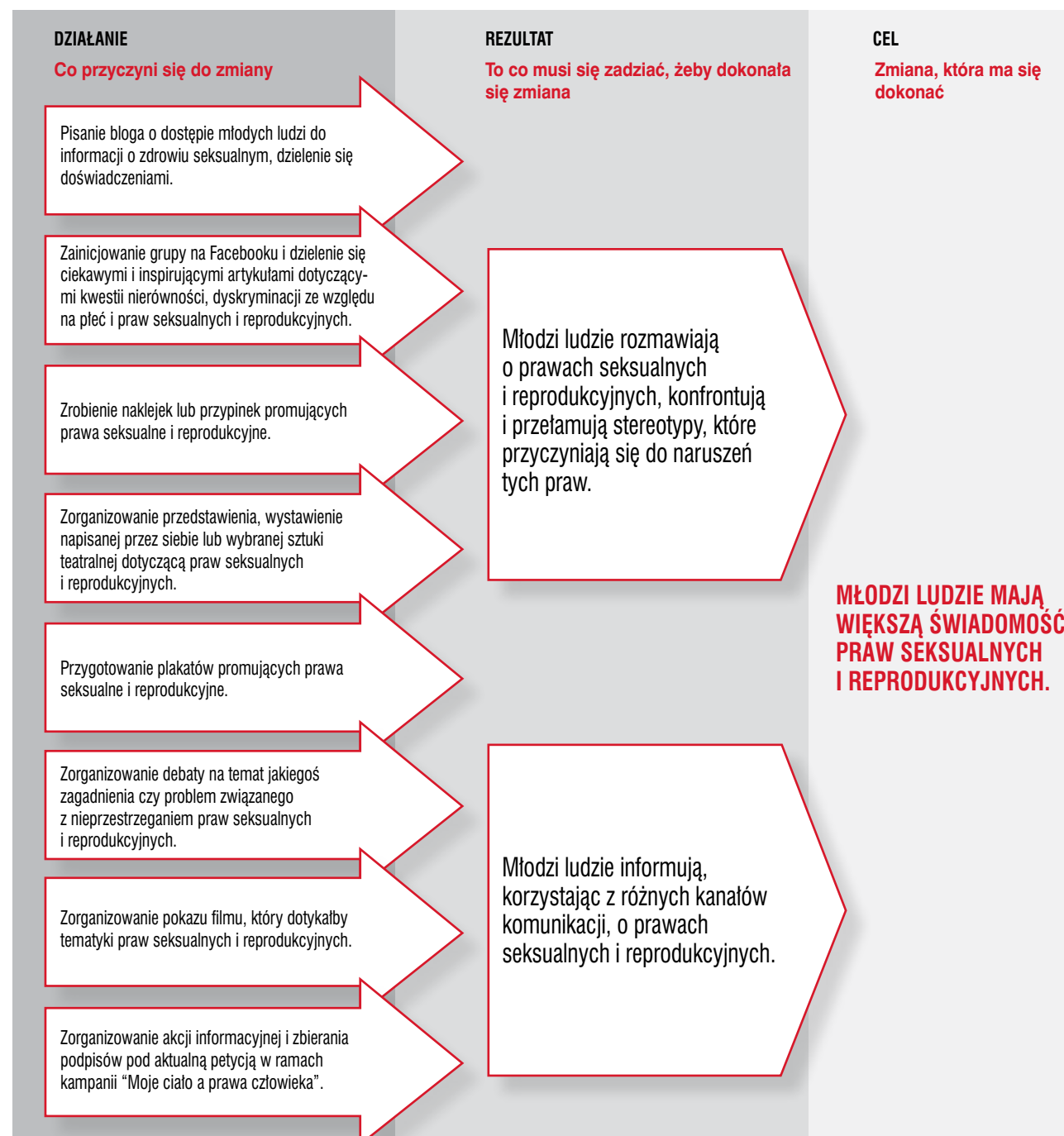
FORMULARZ PLANU DZIAŁANIA

PLANOWANIE DZIAŁAŃ	
Jaką kwestią z zakresu praw seksualnych i reprodukcyjnych chcecie się zająć?	
Jaki konkretny problem chcecie rozwiązać?	
Kogo ten problem najbardziej dotyka? Dlaczego? Skąd to wiemy?	
Jak ma wyglądać zmiana, która wystąpi? Na przykład: młodzi ludzie znają swoje prawa seksualne i reprodukcyjne.	
Co musi się zdarzyć, żeby zmiana wystąpiła? Pomyślcie o małych zmianach, które będą prowadzić do dużej zmiany.	
Co możecie zrobić, żeby wpłynąć na zmiany?	
Po czym poznacie, że doszło do zmiany?	
Jakie są wyzwania, bariery, ryzyko, z którym musicie się liczyć podczas pracy?	
Kto może wam pomóc w realizacji planu?	

ZAPLANUJ SZCZEGÓŁOWO DZIAŁANIA, KTÓRE DOPROWADZĄ DO OSIĄGNIĘCIA OPISANEJ POWYŻEJ ZMIANY.

Jakie działanie planujesz? Opisz.	
Gdzie to działanie będzie miało miejsce?	
Kto będzie zaangażowany w jego wykonanie?	
Jakich zasobów potrzebujesz? (ludzie, sprzęt, materiały, pieniądze)	
Jak poinformujesz innych/inne o tym, co robisz?	
Jakie wyzwania lub bariery możesz napotkać? Jak je pokonasz?	

„DROGA DO ZMIAN”



DOBRA ROBOTA!



© Amnesty International

Skończyłeś/aś pracę z podręcznikiem. Teraz czas na działanie!

W Dniu Kobiet aktywiści i aktywistki rozdają zmywalne tatuaże w Rio de Janeiro, Brazylia, marzec 2014 r.

NOTATKI

SZANUJ MOJE PRAWA, SZANUJ MOJĄ GODNOŚĆ

MODUŁ 3 – PRAWA SEKSUALNE I REPRODUKCYJNE SĄ PRAWAMI CZŁOWIEKA

„Dzięki warsztatom uświadomiłem sobie, że każda osoba ma prawo decydować o swoim życiu i zdrowiu seksualnym.”

Hassan, Maroko

„To były trudne warsztaty, ale cieszę się, że brałam w nich udział. Wcześniej nie zdawałam sobie sprawy, że prawa seksualne i reprodukcyjne mają tak ogromny związek z innymi naszymi prawami.”

Marta, Polska

Na całym świecie wolność jednostek do decydowania o swoim zdrowiu, ciele, seksualności i reprodukcji jest ograniczana przez innych. Miliony spośród 1,8 miliarda młodych ludzi żyje bez możliwości korzystania ze swoich praw seksualnych i reprodukcyjnych. Ten podręcznik umożliwia młodym ludziom zrozumienie, czym są prawa seksualne i reprodukcyjne, jaki jest ich związek z innymi prawami człowieka i dlaczego działanie na rzecz ich przestrzegania jest ważne.

Z podręcznika mogą korzystać zarówno nauczyciele/nauczycielki, edukatorzy/edukatorki, jak i sami młodzi ludzie, którzy poprzez edukację rówieśniczą chcą pobudzać do refleksji, uczyć krytycznego myślenia i rozmawiania na tematy trudne oraz kształtować umiejętność wspólnego działania.

Jest to trzeci z serii modułów edukacyjnych stanowiących pakiet materiałów „Edukacja dla godności”. Każdy moduł porusza inne kwestie dotyczące praw człowieka i ubóstwa.

www.amnesty.org.pl

Index: ACT/35/001/2015

Styczeń 2015

AMNESTY
INTERNATIONAL

