

**OBRAZOVANJE
VRŠNJAKA
PRURUCNIK ZA
TRENING TRENERA**

**Meduresorna grupa UN-a za unapredenje i zaštitu
zdravlja mladih u Evropi i Centralnoj Aziji
Podkomitet za obrazovanje vršnjaka**

Sadržaj

Zahvalnost	5
Uvod	6
Dio 1: Od teorije do prakse u obrazovanju vršnjaka	8
Šta je to obrazovanje vršnjaka?	9
Zašto baš obrazovanje vršnjaka?	9
Teoretska osnova obrazovanja vršnjaka	10
<i>Teorija logicnog postupanja</i>	10
<i>Socijalno ucenje/ socijalna kognitivna teorija</i>	11
<i>Širenje teorije inovacija</i>	11
<i>Teorija participatornog obrazovanja</i>	12
<i>Model vjerovanja u zdravlje</i>	12
<i>IMBR model: informacija, motivacija, umijece ponašanja i resursi</i>	13
Prevođenje teorije u praksu	13
<i>Ucenje na osnovu iskustva</i>	13
<i>Korištenje igrokaža</i>	15
Obrazovanje vršnjaka kao partnerstvo između omladine i odraslih	15
Obrazovanje vršnjaka kao dio zagonetke	16
Dio 2: Smjernice za trening trenera	17
Uvod	18
Kako koristiti program za trening trenera	18
Ključne komponente radionice za trening trenera	18
Primjer šestodnevne radionice za trening trenera	20
<i>Ciljevi</i>	20
<i>Očekivani rezultati</i>	20
Program za radionicu: pregled	21
Opis dnevnog programa treninga	23
<i>Program za dan 1</i>	23
1. <i>Otvaranje radionice</i>	25
2. <i>Predstavljanje trenera i ucesnika</i>	25
3. <i>Preliminarni upitnik</i>	26
4. <i>Uvod u metodologiju treninga</i>	27
5. <i>Tema treninga: Uvod u vježbe opuštanja, zagrijavanja i podizanja radne energije</i>	27
6. <i>Tema treninga: Utvrđivanje osnovnih pravila</i>	30
7. <i>Očekivanja i pitanja ucesnika</i>	31
8. <i>Šta od ove sedmice možemo očekivati</i>	31
9. <i>Tema treninga: Obrazovanje vršnjaka – teorija i praksa</i>	32
10. <i>Tema treninga: Korištenje uvodne teme u programima treninga</i>	35
11. <i>Tema treninga: Uvod u javno obracanje</i>	37
12. <i>Tema treninga: Uvod u igre i vježbe ucvršćivanja timskog rada i izgradnje povjerenja</i>	39
13. <i>Tema treninga: Igrokaž</i>	43
14. <i>Izbor timova koji ce svakodnevno izvještavati o reakcijama ucesnika na prethodni dan</i>	45
15. <i>Pregled dana</i>	46

<i>Program za dan 2</i>	47
1. <i>Vježbe istezanja i zagrijavanja</i>	48
2. <i>Komentari i reakcije o danu 1</i>	48
3. <i>Vježbe opuštanja i ucvrštivanja timskog rada</i>	48
4. <i>Tema treninga: Tehnike razmjene informacija</i>	49
5. <i>Tema treninga: Tehnike preispitivanja vrijednosti i stavova</i>	52
6. <i>Tema treninga: Sijesnost o rodnosti i rodna osjetljivost</i>	61
7. <i>Pregled dana</i>	64
<i>Program za dan 3</i>	65
1. <i>Vježba istezanja</i>	66
2. <i>Komentari i reakcije o danu 2</i>	66
3. <i>Vježba opuštanja i zagrijavanja</i>	66
4. <i>Tema treninga: Tehnike razvijanja umijeca</i>	67
5. <i>Podizanje radne energije</i>	71
6. <i>Tema treninga: Motivacioni instrumenti i tehnike</i>	71
7. <i>Igrokaz, ponovo</i>	75
8. <i>Pregled dana</i>	76
<i>Program za dan 4</i>	77
1. <i>Vježba istezanja</i>	78
2. <i>Komentari i reakcije o danu 3</i>	78
3. <i>Izgradnja povjerenja</i>	78
4. <i>Tema treninga: Rad s posebno ranjivim mladim ljudima</i>	79
5. <i>Pregled dana</i>	84
<i>Grupna ekskurzija</i>	84
<i>Program za dan 5</i>	85
1. <i>Vježba istezanja</i>	86
2. <i>Komentari i reakcije o danu 4</i>	86
3. <i>Izgradnja povjerenja</i>	86
4. <i>Tema treninga: Umijeće zajedničkog vođenja treninga</i>	86
5. <i>Vježba podizanja radne energije koju predlože ucesnici</i>	88
6. <i>Tema treninga: Angažiranje, trening i nadzor nad edukatorima vršnjaka</i>	88
7. <i>Tema treninga: Savjetovanje naspram obrazovanja</i>	92
8. <i>Pregled dana</i>	94
<i>Program za dan 6</i>	95
1. <i>Vježba istezanja</i>	96
2. <i>Komentari i reakcije o danu 5</i>	96
3. <i>Vježbe opuštanja prema prijedlogu ucesnika</i>	96
4. <i>Tema treninga: Pracenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka</i>	96
5. <i>Tema treninga: Partnerstvo između omladine i odraslih</i>	98
6. <i>Šta smo sve obradili, komentari, reakcije i ocjena</i>	104
7. <i>Završna ceremonija i podjela potvrda</i>	104
Dio 3: Primjer sesije obrazovanja vršnjaka na temu “HIV/AIDS”	107
Osnovna prezentacija	108
Program	109
Kraci opis aktivnosti	110
<i>Upitnik</i>	110
<i>Uvod</i>	110
<i>Vježbe opuštanja</i>	111
<i>Osnovna pravila</i>	111
<i>Šta za vas znaci siguran seks?</i>	111

<i>Gostujući predavac ili video</i>	112
<i>HIV/AIDS: Osnovne činjenice i pitanja</i>	112
<i>Igrokaz</i>	112
<i>Demonstracija upotrebe kondoma</i>	112
<i>Završna pitanja</i>	113
<i>Pregled</i>	113
Dodaci	114
Dodatak 1: Proširena resursna lista za obrazovanje vršnjaka	115
Dodatak 2: Upitnik koji se popunjava prije i poslije radionice i ispitivanje kvaliteta treninga	128
Dodatak 3: Obrazac za rangiranje umijeca edukatora vršnjaka i trenera	131
Dodatak 4: Priručnici	133
<i>Deset činjenica u vezi s HIV/AIDS-om</i>	134
<i>Ilustracija vježbe za stjecanje direktnog iskustva</i>	136
<i>Obrazovanje vršnjaka i teorije promjene ponašanja</i>	137
<i>Ilustracija kvadrata privatnosti</i>	139
<i>Ilustracija stabla problema</i>	140
<i>Kviz: HIV/AIDS</i>	141
<i>Izazov: Infekcije koje se prenose seksualnim putem – verzija za voditelje treninga</i>	143
<i>Vrste pristupa 'mladi za mlade' (A)</i>	146
<i>Vrste pristupa 'mladi za mlade' (B)</i>	147
<i>Stilovi timskog vođenja treninga</i>	148
<i>Kviz za timsko vođenje treninga</i>	149
<i>Djelotvorno partnerstvo između omladine i odraslih</i>	151
<i>Ljestvica učešća Rogera Harta</i>	153
<i>Prednosti partnerstva između omladine i odraslih</i>	155
<i>Prepreke na putu izgradnje djelotvornog partnerstva između omladine i odraslih</i>	156
<i>Pracenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka</i>	159
<i>Kinseyeva skala</i>	162
Dodatak 5: Dodatne vježbe	163
<i>Spol i rod – šta podrazumijevaju?</i>	164
<i>Analiza slika iz medija</i>	166
<i>Vikend zabava mladica i djevojaka</i>	168

Zahvalnost

Ovaj priručnik je izradila Zajednička međuresorna grupa za unapređenje i zaštitu zdravlja mladih u Evropi i Centralnoj Aziji (IAG) – Podkomitet za obrazovanje vršnjaka. Aktivnost na izradi priručnika podržana je od strane Odjela pri UNFPA za arapske države i Evropu, i Regionalni ured UNICEF-a za Središnju i Istocnu Evropu i Zajednicu nezavisnih država (CEE/CIS) i Baltičke zemlje. IAG je međuresorna grupa Ujedinjenih naroda za tehničku podršku, koja je formirana u junu 1999. godine. Ona pruža programske smjernice, obuku, vrši istraživanje, nudi najbolje prakse i materijale za sveobuhvatne pristupe unapređenju i zaštiti zdravlja mladih, koji se baziraju na pravima, putem zajedničkih planova rada i razmjene iskustava između agencija UN-a i drugih ključnih partnera. Među aktivnim članovima zastupljeni su Sekretarijat UNAIDS-a, UNDCP, UNDP, UNFPA, UNICEF, SZO i Svjetska banka.

U glavnom timu autora bili su Robert Zielony, Greta Kimzeke, Srđan Stakić i Maria de Bruyn. Aleksandar Bodić je dao smjernice, a Sue Pfiffner je imala ulogu konsultanta-urednika.

Posebnu zahvalnost dugujemo recenzentima: Davidu Clarkeu (UNESCO), Hally Mahler (Family Health International) i Alanni Armitage (UNFPA).

Pri utvrđivanju ovog priručnika korišteni su entuzijazam i povratne informacije svih edukatora vršnjaka koji su učestvovali na regionalnim i podregionalnim obukama koje je IAG provodio od 2000. do kraja 2003. godine u Istocnoj Evropi i Centralnoj Aziji gdje su aktivnosti na treningu, koje su opisane u ovom priručniku, prethodno testirane na terenu.

Juli 2003.

Mišljenja izražena u ovom dokumentu ne odražavaju pod obavezno politiku Populacionog fonda Ujedinjenih naroda (UNFPA), niti Djecjeg fonda Ujedinjenih naroda (UNICEF). Principi i politika svih agencija se zasnivaju na relevantnim odlukama rukovodnog tijela svake agencije i svaka agencija provodi intervencije koje su opisane u ovom dokumentu, u skladu s tim principima i politikom i u okviru svog mandata.

Uvod

Priručnici za obrazovanje vršnjaka se utvrđuju u mnogim zemljama širom svijeta. Generalno, cilj im je da pruže smjernice za trening edukatora vršnjaka ili da predlože ideje za aktivnosti koje bi se mogle provesti kroz projekte mladih za obrazovanje vršnjaka.

Ova publikacija se, međutim, fokusira posebno na trening trenera edukatora vršnjaka i pruža primjer programa za trening. Primjer programa se djelimično bazira na iskustvima stecenim kroz seriju subregionalnih treninga održanih u Istocnoj Evropi i Centralnoj Aziji, u organizaciji Zajednicke meduresorne grupe za unapređenje i zaštitu zdravlja mladih u Istocnoj Evropi i Centralnoj Aziji.

Priručnik je namijenjen ‘master’ trenerima u oblasti obrazovanja vršnjaka prilikom treninga budućih trenera. Međutim, mnoge vježbe koje su uključene u program treninga mogle bi se također koristiti i za trening edukatora vršnjaka starih 16 i više godina. Neke aktivnosti također mogu biti odgovarajuće i za terenske sesije u kojima edukatori vršnjaka rade sa ciljnim auditorijem mladih ljudi starih od 14 do 20 godina.

Seksualno i reproduktivno zdravlje i prevencija HIV-a, infekcije koje se prenose seksualnim putem i zloupotreba supstanci su teme koje su zastupljene u ovom programu treninga. Posebna pažnja je data rodnoj i kulturološkoj osjetljivosti u aktivnostima na obrazovanju iz domena zdravlja. Međutim, smjernice za trening i predložene tehnike mogu se lako primijeniti na aktivnosti iz domena obrazovanja vršnjaka u bilo kojoj oblasti.

Ali se za ovaj program treninga nikako ne tvrdi, niti se može tvrditi, da sadrži sve moguće varijante gore pomenutih tema. Ključne informacije o virusu HIV/AIDS-u su date u **Dodatku 4 (strana 134)**, dok su detalji iz korisnih publikacija i sa web stranica, na kojima se mogu naći osnovne činjenice i brojevi o ovoj i drugim temama, dati u resursnoj listi u **Dodatku 1, na strani 115**.

Također je potrebno naglasiti da ovaj priručnik ne može zamijeniti trening koji vode edukatori, nego se na njega treba prije svega gledati kao na podršku procesu treninga.

Priručnik se sastoji iz tri dijela:

- ❑ **Dio 1: Od teorije do prakse u obrazovanju vršnjaka**, u kojem je dat pregled definicije obrazovanja vršnjaka i njegova logika, te vrijednost u kontekstu teorija i modela promjene ponašanja.
- ❑ **Dio 2: Smjernice za trening trenera**, u kojem je u kratkim crtama prikazan predloženi trening trenera. Za svaku temu treninga program nudi odgovarajuće vježbe treninga i napomene. Vježbe su detaljno opisane tako da se lako mogu provoditi i na drugim kursevima treninga.

- **Dio 3: Primjer sesije obrazovanja vršnjaka na temu HIV-a/AIDS-a,** gdje je dat primjer terenske aktivnosti obrazovanja vršnjaka. Tu je opisana obrazovna sesija na temu HIV-a/AIDS-a u trajanju od tri do cetiri sata, sa grupom adolescenata.

- U **Dodacima** je data proširena resursna lista za obrazovanje vršnjaka. Taj opsežan katalog resursa sadrži smjernice za obrazovanje vršnjaka, istraživačke resurse, prirucnike za trening u oblasti obrazovanja vršnjaka, relevantne programe o prevenciji i smjericama, izdanja na temu obrazovanja vršnjaka i listu korisnih web stranica. U dodacima su takoder dati i primjeri upitnika koji se popunjavaju prije i poslije testa, obrazac za rangiranje umijeca edukatora vršnjaka i trenera, serija prirucnika koji se odnose na teme treninga, kao što su kljucne informacije o HIV-u/AIDS-u i u spstancama i primjeri dodatnih vježbi iz okvira treninga.

Dio 1

Od teorije do prakse u obrazovanju vršnjaka

ŠTA JE TO OBRAZOVANJE VRŠNJAKA?

ZAŠTO BAŠ OBRAZOVANJE VRŠNJAKA?

TEORETSKA OSNOVA OBRAZOVANJA VRŠNJAKA

- Teorija logicnog postupanja

- Socijalno ucenje/socijalna kognitivna teorija

- Širenje teorije inovacija

- Teorija participatornog obrazovanja

- Model vjerovanja u zdravlje

- IMBR model: Informacija, motivacija, umijeca ponašanja i resursi

PREVOĐENJE TEORIJE U PRAKSU

- Ucenje na osnovu iskustva

- Korištenje igrokaza

OBRAZOVANJE VRŠNJAKA KAO PARTNERSTVO IZMEĐU OMLADINE I ODRASLIH

OBRAZOVANJE VRŠNJAKA KAO DIO ZAGONETKE

ŠTA JE TO OBRAZOVANJE VRŠNJAKA?

U kontekstu ovog priručnika, obrazovanje vršnjaka predstavlja proces u kojem obučeni i motivirani mladi ljudi preduzimaju neformalne i organizirane obrazovne aktivnosti prema svojim vršnjacima (odnosno osobama koje su iste ili približne starosne dobi, socio-ekonomskih prilika i interesovanja) u toku određenog vremenskog perioda, u cilju produbljivanja njihovog znanja, promjene stavova, vjerovanja i poboljšanja umijeca, kako bi im omogućili da preuzmu odgovornost za svoje zdravlje i da ga pocnu štiti.

Obrazovanje vršnjaka se može vršiti u manjim grupama ili putem pojedinačnog kontakta, u raznim sredinama: u školi, na univerzitetu, u klubovima, vjerskim objektima, na radnom mjestu, na ulici ili u skloništu, ili na mjestima gdje se mladi ljudi najčešće okupljaju.

Primjeri aktivnosti iz domena obrazovanja vršnjaka:

- ❑ organizirane sesije sa ucenicima srednjih škola, uz korištenje interaktivnih metoda kao što su kvizovi, igrokazi i pricanje prica;
- ❑ pozorišne predstave u omladinskim klubovima, nakon cega slijedi grupna diskusija; i
- ❑ neformalni razgovori sa mladim ljudima u diskoteci na temu razlicitih tipova ponašanja koji bi mogli dovesti u pitanje njihovo zdravlje, kada mogu cuti više informacija i dobiti prakticnu pomoc.

Obrazovanje vršnjaka se može primijeniti na razne segmente populacije i starosne grupe u cilju postizanja razlicitih ciljeva. Od nedavno se obrazovanje vršnjaka sve više koristi u oblasti prevencije infekcije HIV virusom odnosno prevencije AIDS-a, kao i u oblasti reproduktivnog zdravlja širom svijeta.

Pojmovi

Vršnjak je osoba koja pripada istoj društvenoj grupi kao i druga osoba ili grupa. Društvena grupa se može bazirati na starosnoj dobi, spolu, seksualnoj orijentaciji, zanimanju, socio-ekonomskom odnosno zdravstvenom stanju, itd.

Obrazovanje se odnosi na produbljivanje znanja, mijenjanje stavova, vjerovanja i ponašanja, kao rezultata procesa učenja.

ZAŠTO BAŠ OBRAZOVANJE VRŠNJAKA?

Vršnjaci među sobom vrše ogroman utjecaj na način ponašanja. To važi i za rizično i za sigurno ponašanje. Obrazovanje vršnjaka koristi utjecaj vršnjaka na **pozitivan** način.

Vjerodostojnost edukatora vršnjaka u očima njihove ciljane grupe zaista predstavlja bitnu osnovu na kojoj se obrazovanje vršnjaka može graditi. Mladi ljudi koji sudjeluju u inicijativama obrazovanja vršnjaka često hvale činjenicu da se informacije prenose lakše zbog sličnog socio-ekonomskog statusa i interesa edukatora i njihove publike, njihovog sličnog ukusa i preferiranja popularnih ličnosti, jezika, porodičnih tema (braca i sestre, borba za neovisnošću, itd.) i uloge (učenik, član tima, itd.). Edukatori vršnjaka se najvjerovatnije neće doživjeti kao autoriteti koji 'propovijedaju' kako se drugi trebaju ponašati. Umjesto toga, proces obrazovanja vršnjaka se doživljava kao primanje savjeta od prijatelja 'koji zna', koji ima slične probleme i razumije šta je to biti mlad čovjek.

Nije nikakvo iznenađenje što mladi ljudi primaju puno informacija od svojih vršnjaka po pitanjima koja su posebno osjetljiva ili predstavljaju kulturološki tabu.

Obrazovanje vršnjaka je također način za osnaživanje mladih ljudi: ono im nudi šansu da učestvuju u aktivnostima koje se njih direktno tiču i da ostvare pristup informacijama i uslugama koje su im potrebne da bi zaštitili svoje zdravlje.

TEORETSKA OSNOVA OBRAZOVANJA VRŠNJAKA

Kada se provodi program obrazovanja vršnjaka, opći cilj je razviti preporučeno ponašanje ili promijeniti rizično ponašanje u ciljnoj grupi.

Ključno pitanje u ovom kontekstu je sljedeće: zašto i kako ljudi prihvataju nove vidove ponašanja? Oblasti psihologije zdravlja, zdravstvenog obrazovanja i javnog zdravlja pružaju relevantne teorije ponašanja kojim se ovaj proces objašnjava. Važno je biti svjestan tih teorija jer one pružaju teoretsku osnovu za pitanje zašto je vršnjacko obrazovanje korisno. Osim toga, njima je moguće utvrditi pravac planiranja i koncipiranja intervencija iz domena obrazovanja vršnjaka.

Niže navedene teorije i modeli promjena u ponašanju su posebno važne za obrazovanje vršnjaka:

Teorija logičnog postupanja

Prema ovoj teoriji, namjera osobe da usvoji preporučeni vid ponašanja određen je:

- ❑ stavovima osobe prema tom ponašanju i njenom vjerovanju u posljedice ponašanja. Naprimjer, mlada osoba koja vjeruje da će korištenje kontracepcije imati pozitivne efekte po njeno zdravlje imat će pozitivan stav prema korištenju kontracepcije; i
- ❑ subjektivnom (lični stav o određenom pitanju) i normativnom (norma ili standard u društvu ili grupi) mišljenju izgrađenom na mišljenju drugih o tome šta jedna osoba treba da radi i da li utjecajne osobe odobravaju ili neodobravaju dati vid ponašanja.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka...

...ovaj koncept je relevantan s obzirom da:

- su stavovi mladih pod velikim utjecajem percepcije onoga što njihovi vršnjaci rade i kako razmišljaju; i
- mladi mogu biti uveliko motivirani očekivanjima svojih edukatora vršnjaka.

Socijalno učenje/socijalna kognitivna teorija

Ova teorija se uveliko bazira na rad psihologa Alberta Bandure. On kaže da ljudi uče:

- ❑ indirektno, praćenjem i postupanjem po modelu drugih sa kojim se osoba identificira (naprimjer, kako mladi gledaju na ponašanje svojih vršnjaka); i
- ❑ kroz trening da bi stekli umijeca koja vode do samopouzdanja da je određeno ponašanje moguće primijeniti i u vlastitom životu. To je samodovoljnost koja obuhvata sposobnost prevazilaženja barijera na putu ka usvajanju određenog modela ponašanja. Naprimjer, vježbanje ispravne upotrebe kondoma u toku demonstracije upotrebe predstavlja bitnu aktivnost kojom se gradi samopouzdanje u toku govora o metodama sigurnijeg seksa sa partnerom.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka...

...To znači da je uključivanje interaktivnog eksperimentalnog učenja izuzetno važno i edukatori vršnjaka mogu poslužiti kao primjer.

Širenje teorije inovacija

Prema ovoj teoriji, utjecaj društva igra značajnu ulogu u promjeni ponašanja. Uloga utjecajne omladine u zajednici koja djeluje kao agent promjena ponašanja predstavlja ključni element ove teorije. Na njihov utjecaj na norme i običaje se uglavnom gleda kao na rezultat međusobnih razmjena mišljenja i diskusije.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka...

...to znači da bi edukatori vršnjaka trebali biti vjerodostojne osobe od utjecaja u ciljnoj grupi. Njihova uloga edukatora je bitna kada se do ciljne grupe ne može doći formalno planiranim aktivnostima, nego kroz svakodnevne kontakte u društvu.

Teorija participatornog obrazovanja

Prema ovoj teoriji, osnaživanje i puno učešće osoba na koje utice određeni problem predstavlja ključ promjena ponašanja.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka...

... relevantnost ove teorije je očigledna: mnogi zagovaraci obrazovanja vršnjaka tvrde da (horizontalan) proces među vršnjacima koji vode međusobnu komunikaciju i utvrđuju pravac djelovanja predstavlja ključ projekta za obrazovanje vršnjaka.

Model vjerovanja u zdravlje

Model vjerovanja u zdravlje su početkom hiljadu devetsto pedesetih godina utvrdili socijalni psiholozi Godfrey Hochbaum, Stephen Kegels i Irwin Rosenstock. Korišten je za objašnjenje i predviđanje ponašanja u domenu zdravlja uglavnom kroz **zamišljenu podložnost, zamišljene barijere i zamišljene prednosti.**

Ovim modelom se pretpostavlja da ukoliko osoba želi izbjeći bolest ili želi ozdraviti (vrijednost) i vjeruje da će određenom zdravstvenom mjerom spriječiti nastanak bolesti (očekivanje), onda će ona i preduzeti pozitivnu mjeru u pravcu usvajanja takvog vida ponašanja.

Nažalost, ovaj model promjene ponašanja ne uzima dovoljno u obzir stvari poput običaja, stavova i emocija. Iako je model koristan, efekti određenog broja faktora koji utječu na ponašanje (kultura, društveni utjecaj, socio-ekonomski status, lična očekivanja, itd.) se trebaju uzeti u obzir ako će se model uvrstiti u aktivnosti na vršnjačkom obrazovanju.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka...

...najrelevantniji koncept modela vjerovanja u zdravlje su zamišljene barijere ili mišljenje osobe o opipljivim i psihološkim efektima preporučene mjere. U tom pogledu bi edukator vršnjaka mogao smanjiti zamišljene barijere putem razuvjeravanja, korekcija pogrešnih informacija, stimulansa i pomoći. Naprimjer, ako mlada osoba ne traži zdravstvenu zaštitu u zdravstvenoj ustanovi jer smatra da povjerljivost nije zagarantirana, edukator vršnjaka može dati informacije u vezi s uslugama koje su primjerene mladima, čime pomaže prevazilaženje barijera pristupu zdravstvenoj zaštiti.

Informacija, motivacija, umijeca ponašanja i resursi: IMBR model (information, motivation, behavioural skills, resources)

IMBR model je prilagođeni model na kojem se bazira veći dio ovog priručnika i odnosi se na ponašanje u vezi sa zdravljem na sveobuhvatan i jasan način koji se može primijeniti u raznim kulturama. Uveliko se fokusira na **informaciju** ('šta'), **motivaciju** ('zašto'), **umijeca ponašanja** ('kako') i **resurse** ('gdje') koji se mogu koristiti u odnosu na rizično ponašanje. Naprimjer, ako mlad čovjek zna da pravilno korištenje kondoma može spriječiti širenje virusa HIV, on može biti motiviran na korištenje kondoma i zna kako ih treba koristiti. Ali, možda ipak nije u mogućnosti da kondome kupi, niti da do njih dođe. Zato je uveden koncept **resursa**.¹

U kontekstu obrazovanja vršnjaka...

...program koji nema sveobuhvatan pristup, uključujući sva četiri IMBR koncepta, vjerovatno nema osnovne komponente za smanjenje rizičnog ponašanja i promoviranje zdravijih stilova života. Programom je možda moguće objasniti mladima potrebu za upotrebom kontracepcije i opisati kontraceptivne metode, s tim da se može ispustiti demonstriranje pravilnog korištenja. Učesnici bi bili informirani o tome **šta** trebaju raditi, ali ne o tome **kako** to trebaju uraditi. Drugim programima će se učesnici možda informirati o pitanjima 'šta' i 'kako' u vezi sa određenim ponašanjem u domenu zdravlja, ali da pritom ne čuju jake emocionalne ili intelektualne razloge **zbog** kojih bi trebali prihvatiti određeno ponašanje. Iako se resursi mogu smatrati dijelom 'informacija', bitno je mladima pružiti informacije o tome **gdje** mogu doći do odgovarajućih resursa i usluga izvan sesija vršnjackog obrazovanja. Među takvim resursima su, naprimjer, klinike primjerene mladima, usluge savjetovanja, testiranje na HIV, seksualno prenosive infekcije i trudnoću, programi brige, kao i kondomi, kontraceptivna sredstva itd.

PREVOĐENJE TEORIJE U PRAKSU

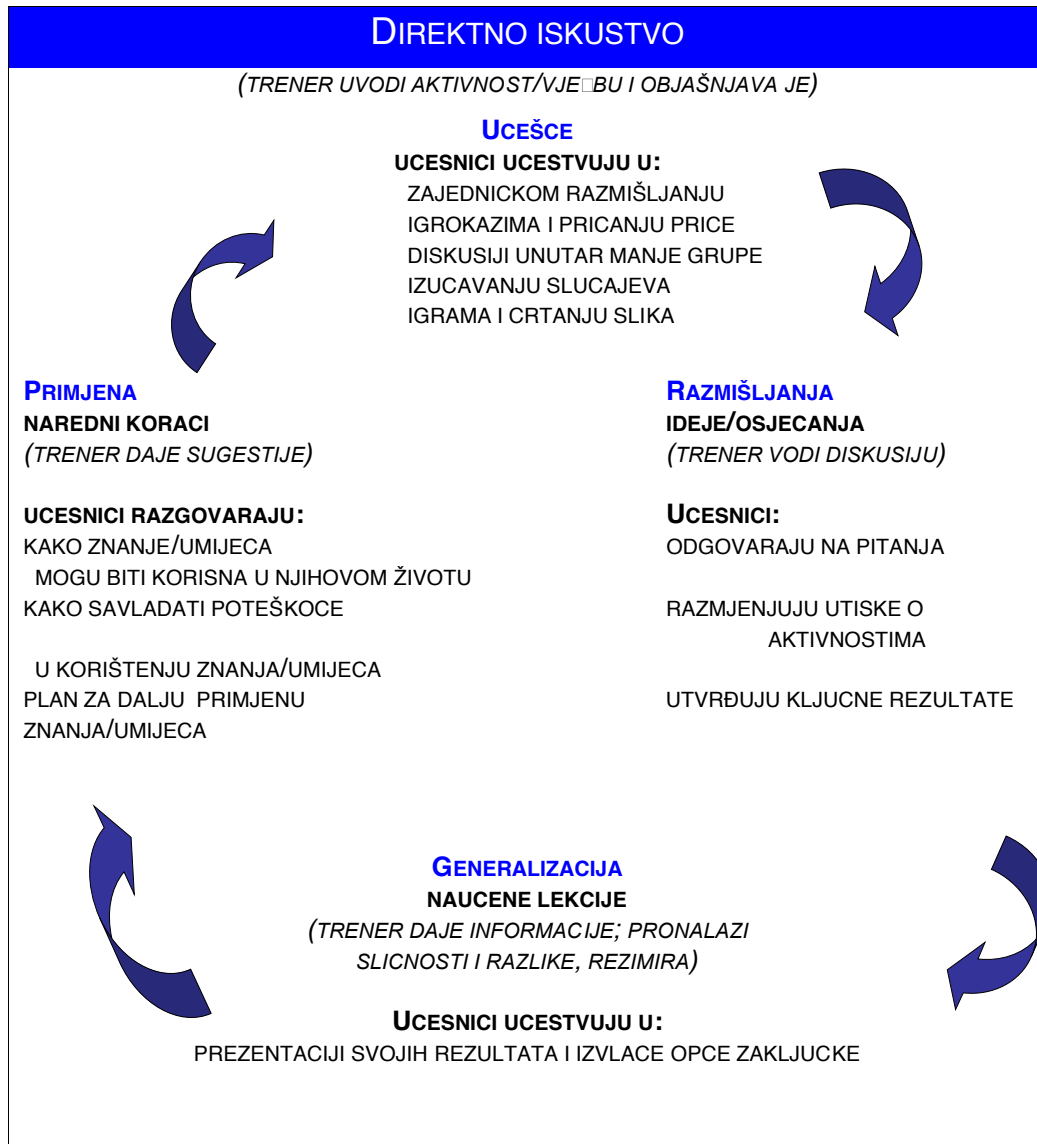
Bez obzira da li organizirate trening trenera, trening edukatora vršnjaka ili sesije obrazovanja vršnjaka sa ciljnom populacijom, postoje neke metodološke dileme u vezi s prevodenjem teorije u praksu. Najvažnije je učenje koje se temelji na iskustvu i procjeni (učenje na osnovu iskustva), korištenje interaktivnih metodologija, kao i drame.

Učenje na osnovu iskustva

Stara poslovice kaže: *"Kaži mi...zaboravit ću,, pokaži mi...sjetit ću se, ukljuci me...shvatit ću.*

'Uključivanje' učesnika u radionicu na aktivan način koji podrazumijeva vlastito iskustvo je od osnovnog značaja. Takvo učenje na osnovu iskustva učesnicima pruža šansu da počnu razvijati umijeca kroz iskustvo. Također imaju šansu da učestvuju na mnogim vježbama i da se upoznaju sa tehnikama iz prve ruke, prije nego što u takvu vježbu uključe druge učesnike.

Trening trenera koji je predložen u ovom priručniku bazira se na modelu učenja na osnovu iskustva uz korištenje visokointeraktivnih metoda. Model obuhvata četiri elementa: **direktno iskustvo** (aktivnost u kojima uesnici grade iskustvo), **razmišljanje** o iskustvu, **generalizacija** (naucene lekcije) i **primjena naučenih lekcija**. To se može prikazati sljedećim dijagramom:²



Korištenje igrokaza

U obrazovanju vršnjaka koristi se cijela lepeza interaktivnih metoda: razmišljanje, diskusije u okviru manjih grupa, izucavanje slucajeva, kvizovi itd. Druga uobicajena i visoko interaktivna metoda je igrokaz. Dobar igrokaz kojoj se može povjerovati kao da je stvarnost predstavlja tehniku kojom se može postići nekoliko glavnih ciljeva programa obrazovanja iz domena zdravlja. Njom se mogu:

- **pružiti informacije:** igrokaz je privlačan način na koji se prenose informacije kroz humor i drame iz života. Njom se omogućava edukatorima da dramatiziraju mitove koje ljudi šire i pokazuju kako ih mogu srušiti. U igrokazu je moguće istražiti probleme o kojima mladi nerado govore u stvarnom životu;
- **stvoriti motivaciju:** igrokazi mogu djelotvorno dramatizirati vanjski pritisak (stresne situacije) i teške psihosocijalne situacije koje su ponekad posljedica loših odluka i rizičnog ponašanja. Njima se mogu oživjeti realne situacije: naprimjer, neželjeni pozitivan test trudnoce, pozitivan test na infekcije koje se prenose seksualnim putem ili na HIV itd. Njima se mogu pokazati i poteškoće prilikom razotkrivanja osjetljivih i bolnih informacija voljenoj osobi ili partneru. Snažan igrokaz uzima publici srce i dušu i može je motivirati na promjenu stavova po određenim pitanjima;
- **izgraditi umijeca:** kada se dobro odigra, igrokaz ima potencijal za oblikovanje ponašanja. Njom se mogu pokazati različita umijeca, kao što su pregovaranje, odbijanje ponuda i odlučivanje, kao i praktično znanje (recimo, kako se koristi kondom, itd.);
- **praviti vezu s resursima:** igrokaz može učesnicima pružiti šansu da doznaju koje su usluge na raspolaganju u sredini u kojoj žive ili da porazgovaraju o njihovim karakteristikama, naprimjer, da li su usluge pristupačne mladima, da li se poštuje njihovo pravo na diskretnost, itd;

Zbog svega toga se u okviru obrazovanja vršnjaka treba posvetiti dovoljno vremena igrokazima i treningu edukatora vršnjaka u umijecima glume.

Za dodatne smjernice u vezi s ovom tehnikom igrokaza pogledati [Dio 2, strana 43](#).

OBRAZOVANJE VRŠNJAKA KAO PARTNERSTVO IZMEĐU OMLADINE I ODRASLIH

Na obrazovanje vršnjaka se treba gledati kao na primjer partnerstva između omladine i odraslih: kvalitetno obrazovanje vršnjaka se zaista odnosi na mlade i odrasle koji skupa rade na ostvarenju ciljeva programa.

Partnerstvo između omladine i odraslih proistice iz ubjedenja da mladi ljudi imaju pravo da sudjeluju u utvrđivanju programa koji su u njihovoj funkciji i imaju pravo na glas u oblikovanju strategija koje se direktno odnose na njih. Također, dobre prakse u obrazovanju iz domena zdravlja mladih pokazuju da potpun angažman ciljne grupe u utvrđivanju programa doprinosi njegovoj održivosti i djelotvornosti. Partnerstvo osigurava da program odgovara na konkretne potrebe

i probleme ciljne grupe i da su pristupi interesantni i da zaokupljaju pažnju mladih.

Stoga, prilikom izrade i realiziranja projekta mladi u obrazovanju vršnjaka potrebno je voditi računa o izgradnji djelotvornog partnerstva između omladine i odraslih, čime se postiže uspješan program.

Ključni elementi djelotvornog partnerstva između omladine i odraslih su obrađeni u opisu treninga u [Dijelu 2, strana 98](#).

OBRAZOVANJE VRŠNJAKA KAO DIO ZAGONETKE

Obrazovanje vršnjaka predstavlja dio kompleksne zagonetke poboljšanja seksualnog i reproduktivnog zdravlja mladih putem prevencije HIV-a, infekcija koje se prenose seksualnim putem, upotrebe supstanci i drugih zdravstvenih problema. Programi za obrazovanje vršnjaka moraju biti kvalitetno iskoordinirani unutar daleko šireg konteksta zdravstvenih i drugih institucija. Kvalitetni programi za obrazovanje vršnjaka usmjereni su na izgradnju veze sa mnogim organizacijama kako bi sve one mogle zajednički raditi u okviru udruženja tako da se međusobno nadopunjuju, da budu jedna uz drugu i da jedna upućuje na drugu odnosno druge kada je to neophodno. Na taj način obrazovanje vršnjaka treba biti dio sveobuhvatnog pristupa i nastojanja cijele zajednice. Naprimjer, obrazovanje vršnjaka može nadopuniti obrazovanje iz zdravlja koje se bazira na umijecima i koje predvode nastavnici, ili medijsku kampanju za promoviranje upotrebe kondoma, rad zdravstvenih radnika u medicinskim ustanovama ili nastojanja socijalnih radnika da dođu do ranjivih mladih ljudi izvan školskog sistema.

Dio 2

Smjernice za trening trenera

UVOD

KAKO KORISTITI PROGRAM ZA TRENING TRENERA

KLJUCNE KOMPONENTE RADIONICE ZA TRENING TRENERA

PRIMJER ŠESTODNEVNE RADIONICE ZA TRENING TRENERA

 Ciljevi

 Ocekivani rezultati

PROGRAM ZA RADIONICU: PREGLED

OPIS DNEVNOG PROGRAMA TRENINGA

UVOD

U ovom dijelu je opisan primjer programa za šestodnevni trening trenera na radionici za oko 25 ucesnika. (Tabelarni pregled programa se nalazi na [strani 21](#)).

Predloženi program se bazira na iskustvu citavog niza regionalnih radionica na kojima je vršen trening na prostoru istocne Evrope i centralne Azije u organizaciji Zajednicke meduagencijske grupe Ujedinjenih naroda za unapredenje zdravlja mladih i zaštitu u istocnoj Evropi i centralnoj Aziji.

KAKO KORISTITI PROGRAM ZA TRENING TRENERA

Program za trening trenera koji je utvrđen za ovu radionicu obuhvata cijeli niz vježbi koje ucesnici kasnije mogu u cijelosti primijeniti i na trening edukatora vršnjaka. Neke od predloženih vježbi ce možda biti odgovarajuće za rad na terenu, to jeste, za rad sa ciljnom grupom mladih ljudi. Medutim, druge aktivnosti koje su sadržane u programu treninga odnose se samo na trening odraslih trenera, te možda stoga nisu odgovarajuće za druge nivoe obrazovanja vršnjaka. U opisu vježbi su pomenute i odgovarajuće ciljne grupe.

Mnogobrojne teme i tehnike koje su opisane u ovom programu popracene su **napomenama**, odnosno informacijama pomocu kojih se može bolje shvatiti zašto je određena tema bitna ili na koji nacin ce opisana tehnika doprinijeti ostvarenju ciljeva treninga iz domena obrazovanja vršnjaka.

Osim zvanicnog dijela programa treninga, druženje sa ucesnicima predstavlja bitan dio cjelokupnog iskustva koje se stice na treningu. U vecernjim satima bi se za ucesnike trebala organizirati zajednicka vecera i druženje, kada bi imali priliku razmijeniti iskustva, upoznati jedni druge sa svojom kulturom, ali i talentom, igrati se, skupa pjevati itd. Ovakva mogucnost umrežavanja ucesnicima omogucava da dožive osjecaj medusobnog povezivanja. U toku šestodnevnog treninga bilo bi dobro da se organizira poludnevna ekskurzija. Tako bi dobili još jednu mogucnost medusobnog povezivanja i umrežavanja izvan lokacije na kojoj se provodi trening.

KLJUCNE KOMPONENTE RADIONICE ZA TRENING TRENERA

Iako idealan program za trening trenera ne postoji, potrebno je obuhvatiti sljedece kljucne komponente:

- **Ispitivanje logike obrazovanja vršnjaka, ukljucujuci njegove prednosti i prepreke:** Iako možda očekujete da su buduci treneri edukatora vršnjaka upoznati sa praksom obrazovanja vršnjaka, vrlo je bitno voditi racuna o tome da na pocetku treninga oni ne samo da razumiju koncept i prednosti ovog pristupa, nego da su svjesni njegovih ogranicenja i zamki.
- **Izgradnja osnovnog znanja o zdravstvenom obrazovanju koje se bazira na umijecima i intervencijama u pravcu promjene ponašanja:** Obrazovanje vršnjaka sasvim jasno prevazilazi granice

razmjene informacija i zalazi u sferu promjene ponašanja. Izuzetno je bitno spoznati principe sveobuhvatnog obrazovanja iz domena zdravlja koje se bazira na umijecima i intervencije u pravcu promjene ponašanja, kao i shvatiti kako se one odnose na obrazovanje vršnjaka, kako bi se obezbijedio trening koji obuhvata sve osnovne komponente djelotvornog programa za obrazovanje vršnjaka.

- **Upoznavanje sa sadržajem programa:** Trener edukatora vršnjaka treba posjedovati osnovno znanje u vezi s pitanjima zdravlja koja su obuhvacena programom. Kad god se pokrenu pitanja vezana za sadržaj programa – bilo u toku treninga ili prilikom vršenja nadzora nad edukatorima vršnjaka na terenu – trener bi trebao biti u mogućnosti da na njih adekvatno odgovori.
- **Istraživanje licnih vrijednosti u vezi s pitanjima zdravlja koja se kroz program obrađuju, kao i stavova prema normama i pristrasnosti na osnovu roda:** Treneri edukatora vršnjaka moraju prepoznati vlastite vrijednosti i pristrasnost koju osjećaju kako bi učesnicima mogli pomoći da razviju razumijevanje vlastite ličnosti. Teško je voditi grupu kroz proces samospoznaje ukoliko se prethodno isto to ne obavi na licnom planu.
- **Obucavanje metodologijama nadogradnje umijeca, kao što je, naprimjer, igrokaz:** Nadogradnja umijeca predstavlja osnovni segment obrazovanja vršnjaka. Kvalitetan program za obrazovanje vršnjaka također obuhvata i igrokaz, kao tehniku nadogradnje umijeca. Međutim, kvalitetna, vjerodostojan igrokaz zahtijeva i određeni nivo treninga.
- **Trening iz domena komunikacija i umijeca timskog rada:** Provođenje treninga i interaktivnog rada sa grupom edukatora na način koji je njima primjeren nameće potrebu za kvalitetnim poznavanjem tehnika komuniciranja. Budući treneri moraju služiti kao primjer za tehnike komuniciranja i timski rad jer je trening najbolji ukoliko se provodi kroz primjere.
- **Osnovne smjernice za planiranje, realiziranje, praćenje i ocjenu programa za obrazovanje vršnjaka:** Planiranje i realiziranje programa za obrazovanje vršnjaka nisu samo nadležnost voditelja programa. Važno je da svi koji su uključeni u program, uključujući i trenera i edukatore vršnjaka, u osnovi razumiju procese, kao što je procjena potreba, praćenje i evaluacija. Budućim trenerima su također potrebne i jasne smjernice u vezi sa izborom, nadgledanjem i podrškom edukatorima vršnjaka.
- **Istraživanje strategija za pronalaženje puta do ranjivih grupa mladih:** Obrazovanje vršnjaka se može koristiti ili kao edukacioni pristup za većinu omladine ili kao pristup ka uključivanju posebno ranjivih grupa mladih. Budući treneri edukatora vršnjaka trebaju biti u stanju da obavijeste učesnike o potrebama ranjive populacije i tehnikama pronalaženja puta do što većeg broja takve omladine i konačno rada s njima.
- **Upucivanje na resurse obrazovanja vršnjaka:** Treneri trebaju biti upoznati sa resursima koji će nadopunjavati njihovo poznavanje obrazovanja vršnjaka, kao što su vodici za trening iz oblasti obrazovanja vršnjaka, udžbenici iz obrazovanja vršnjaka i promjene ponašanja, resursi u vezi sa sadržajem obrazovanja vršnjaka (reproduktivno zdravlje, bolesti koje se prenose seksualnim putem i HIV/AIDS, informacije o drogama,

itd.). Radionica za trening trenera bi trebala ponuditi mogućnosti za istraživanje tih resursa.

- ❑ **Upucivanje mladih na traženje zdravstvenih usluga:** Programi za obrazovanje vršnjaka ne nastaju u vakuumu, nego čine komponente unutar šireg okvira resursa. Treneri trebaju znati da postoje klinike, izvori informacija, apoteke, usluge podrške, itd., i te informacije trebaju uključiti u sveobuhvatni program obrazovanja vršnjaka. Putem njih bi edukatori vršnjaka i drugi pripadnici određene zajednice trebali doznati kako im mogu ostvariti pristup.

PRIMJER ŠESTODNEVNE RADIONICE ZA TRENING TRENERA

Ciljevi

Opci cilj radionice za trening trenera, koja je opisana u ovom dijelu, odnosi se na kapacitet trenera edukatora vršnjaka. Njihov kapacitet se svakako odnosi na utvrđivanje i realiziranje programa treninga iz domena obrazovanja vršnjaka.

Konkretni ciljevi radionice se odnose na osposobljavanje uesnika da:

- ❑ bolje shvate koncepte zdravstvenog obrazovanja koje se bazira na umijecima i s tim u vezi metodologije koje mladi primjenjuju u zdravstvenom obrazovanju svojih vršnjaka;
- ❑ dobiju tačne informacije u vezi sa reproduktivnim i seksualnim zdravljem, uključujući i HIV/AIDS;
- ❑ razmjenjuju vlastite stavove i vrijednosti u vezi sa zdravstvenim obrazovanjem mladih;
- ❑ razviju umijeca komuniciranja i timskog rada;
- ❑ steknu umijeca koja će im omogućiti da primijene citav niz interaktivnih metodologija koje će se koristiti u treningu edukatora vršnjaka; i
- ❑ steknu osnovno znanje koje je neophodno za razvoj programa za obrazovanje vršnjaka .

Ocekivani rezultati

Samouvjereni, sposobni treneri iz oblasti obrazovanja vršnjaka koji posjeduju umijeca neophodna za utvrđivanje i realiziranje programa treninga edukatora vršnjaka.

PROGRAM ZA RADIONICU: PREGLED

Dan 1	Dan 2	Dan 3
<p>Otvaranje radionice, Predstavljanje tima koji vodi trening i ucesnika</p> <p>Uvod u metodologiju treninga</p> <p>Uvod u vježbe opuštanja, zagrijavanja i povećanja radne energije</p> <p>Utvrđivanje osnovnih pravila</p> <p>Očekivanja i pitanja ucesnika</p> <p>Šta ove sedmice možemo očekivati</p> <p>Obrazovanje vršnjaka – teorija i praksa</p> <p>Korištenje uvodne teme u programima treninga</p> <p>Uvod u igre i vježbe izgradnje tima i međusobnog povjerenja</p> <p>Igrokaz</p> <p>Izbor timova koji će svakodnevno izvještavati o reakcijama na prethodni dan</p> <p>Pregled dana</p>	<p>Vježbe istezanja i zagrijavanja</p> <p>Komentari i reakcije o danu 1</p> <p>Igra za opuštanje i povećanje radne energije</p> <p>Tehnike razmjene informacija</p> <p>Tehnike ispitivanja vrijednosti i analize stavova</p> <p>Svjesnost o rodnosti; rodna osjetljivost</p> <p>Pregled dana</p>	<p>Vježbe istezanja i zagrijavanja</p> <p>Komentari i reakcije o danu 2</p> <p>Vježba opuštanja i povećanja radne energije</p> <p>Tehnike nadogradnje umijeca</p> <p>Motivacioni instrumenti i tehnike</p> <p>Igrokaz</p> <p>Pregled dana</p>

Dan 4	Dan 5	Dan 6
Vježbe istezanja i zagrijavanja	Vježbe istezanja i zagrijavanja	Vježbe istezanja i zagrijavanja
Komentari i reakcije o danu 3	Komentari i reakcije o danu 4	Komentari i reakcije o danu 5
Vježbe opuštanja: vježbe za izgradnju međusobnog povjerenja	Vježbe opuštanja koje predlože ucesnici	Vježbe opuštanja koje predlože ucesnici
Rad sa ranjivim grupama	Umijeće timskog vođenja treninga	Pracenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka
Identificiranje prioriternih ciljnih grupa	Izbor, trening i nadzor nad edukatorima vršnjaka	Učešće mladih u utvrđivanju programa
Pregled dana	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Razliciti modeli treninga iz domena obrazovanja vršnjaka ➤ Angažiranje i nadzor nad edukatorima vršnjaka ➤ Nadgledanje i reguliranje unutrašnjih odnosa među osobama koje se obucavaju za ulogu edukatora vršnjaka 	Reakcije i ocjena radionice
Grupna ekskurzija	Savjetovanje naspram obrazovanja	Završna ceremonija
	Pregled dana	

OPIS PROGRAMA TRENINGA ZA SVAKI DAN POJEDINACNO

Dan 1: program

DAN 1		
br.	Tacka programa	Ciljevi
1.	Otvaranje radionice	
2.	Predstavljanje voditelja treninga i ucesnika	<i>Omoguciti konstantnu ocjenu radionice</i>
3.	Preliminarni upitnik	<i>Uvesti instrumente ocjene</i>
4.	Uvod u metodologiju treninga	<i>Pojasniti cilj radionice Uvesti koncept ucenja na osnovu iskustva</i>
5.	Tema treninga Uvod u vježbe opuštanja, zagrijavanja i podizanja radne energije <u>Vježbe:</u> ➤ Prenesi pljesak ➤ Da se bolje upoznamo: dobacivanje lopte	<i>Upoznavanje ostalih ucesnika Omoguciti ucesnicima da shvate svrhu vježbi za opuštanje i da se naviknu na njihovo korištenje</i>
6.	Tema treninga Postavljanje osnovnih pravila	<i>Usaglašavanje osnovnih pravila radionice Utvrđivanje osnovnih pravila za obrazovanje vršnjaka</i>
7.	Očekivanja i pitanja ucesnika	
8.	Šta možemo očekivati od ove sedmice	<i>Utvrđiti očekivanja ucesnika u vezi sa raznim aspektima radionice treninga</i>
9.	Tema treninga Obrazovanje vršnjaka – teorija i praksa <u>Vježbe:</u> ➤ Obrazovanje vršnjaka: šta i zašto? ➤ Teorija – vježbajmo je ➤ Informacija, motivacija, umijeca ponašanja i resursi	<i>Omoguciti ucesnicima da shvate karakter i svrhu obrazovanja vršnjaka Omoguciti ucenicima da steknu uvid u mehanizme promjene ponašanja i da shvate kako se to odnosi na obrazovanje vršnjaka.</i>
10.	Tema treninga Korištenje uvodne teme u programima treninga <u>Vježba:</u> ➤ Koliko vodimo racuna o svom zdravlju?	<i>Omoguciti ucesnicima da utvrde i vježbaju umijeca javnog obracanja i vodenje treninga.</i>
11.	Tema treninga Uvod u javno obracanje <u>Vježbe:</u> ➤ Umijeca javnog obracanja ➤ 30 sekundi slave	<i>Zapocinjanie procesa izgradnje timskog rada na radionici</i>

12.	<p>Tema treninga</p> <p>Uvod u igre i vježbe produbljivanja timskog rada i izgradnje međusobnog povjerenja</p> <p><u>Vježbe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pokretne skulpture ➤ Ljudski cvor ➤ Aha, i ja sam tamo bio 	<p><i>Omogućavanje učesnicima da shvate značaj izgradnje timskog rada tokom treninga i da steknu iskustvo uz odgovarajuće tehnike koje su neophodne za izgradnju tima</i></p>
13.	<p>Tema treninga</p> <p>Igrokaz</p> <p><u>Vježba:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Revolucija igrokaza 	<p><i>Uvođenje igrokaza kao visokointeraktivne metode u službi zdravstvenog obrazovanja</i></p>
14.	<p>Izbor timova koji će svakodnevno izvještavati o reakcijama na prethodni dan</p>	<p><i>Uvođenje instrumenta za praćenje i ocjenu</i></p>
15.	Pregled dana	

1. Otvaranje radionice

Radionica počinje sa kracom dobrodošlicom organizacije-domacina. Time se organizatorima pruža mogućnost da objasne suštinu projekta, kao i da uesnike detaljnije upoznaju sa samim treningom, planovima i životu tokom radionice (naprimjer, smještaj, ishrana, ekskurzija, itd.).

Napomena za trening

Dobrodošlica ne mora uvijek biti ista, ovisno o stilu domace organizacije i tradiciji na lokalnom nivou. Ponekad se radionice i seminari otvaraju na izuzetno tradicionalan i zvanican nacin. Uesnici tada bez komentara slušaju nekoliko govora koji su ponekad za njih nevažni. Mladima je zbog toga ponekad dosadno i pitaju se da li ce tako proteci ostatak treninga. Osobe koje vode trening bi svakako trebali izbjegavati takve situacije. Naprimjer, trebaju voditi racuna da i uesnici imaju pravo da uzmu ucešce u tom prvom, vrlo bitnom dijelu susreta. Barem bi se svaki uesnik trebao predstaviti, što svakako iniciraju voditelji treninga, odnosno reci kako se zove i iz kojeg grada odnosno organizacije dolazi.

2. Predstavljanje trenera i uesnika

Clanovi tima koji vode trening trebaju se uesnicima ukratko predstaviti i reci nešto o samom treningu, te naglasiti entuzijazam u pogledu rada sa datom grupom.

Napomena: termini 'trener' i 'voditelj treninga' se u ovom prirucniku odnose se na tim koji vodi trening.

Napomena za trening

Treneri na radionici na temu obrazovanja vršnjaka imaju nekoliko uloga:

- **Uloga strucnjaka:** trener prenosi znanje i umijeca, odgovara na pitanja (ili obecava da ce doći do informacija i iste uesnicima prenijeti) i razjašnjava pogrešna shvatanja
- **Uloga agenta za socijaliziranje:** trener nastoji na uesnike prenijeti vrijednosti i ideale; naprimjer, adolescenti i odrasle osobe bi trebali postupati sa uesnicima i uesnicama iz grupe kao jednakim sebi i preuzeti odgovornost za promoviranje rodne jednakopravnosti.
- **Uloga voditelja treninga:** bazirajući metode rada na iskustvu uesnika, treneri olakšavaju proces stjecanja novog znanja i umijeca kroz sadržaj radionice.

Treneri mogu olakšati različite vrste procesa ucenja:

- Ucenje o temi: naprimjer, šta je to rodnost i seksualna orijentacija?
- Ucenje o odnosu između teme koja se obraduje i stvarnog života: naprimjer, na koji nacin rodne uloge utjecu na odnos između adolescenata i adolescentica?

- Učenje načina na koji se primjenjuje stečeno znanje: naprimjer, na koji način adolescenti mogu koristiti svoju rodnu osjetljivost da bi prepoznali i izbjegli zdravstvene rizike?

Diskusije po grupama imaju osnovnu ulogu u interaktivnom programu treninga. Da bi vođenje diskusije u grupama bilo djelotvorno, voditelji treninga trebaju posjedovati različita umijeca za vođenje treninga. Trebaju znati kako se nositi sa različitim tipovima uesnika i neugodnim situacijama u diskusiji.

Daljnje smjernice za vođenje diskusije po grupama obrađene su na dijelu radionice na temu umijeca za olakšavanje procesa učenja na način primjeren uesnicima (dan 5, strana 86).

Ko bi trebao biti uključen u tim trenera?

- Osobe koje podstiču jednako učešće uesnika i uesnica. Ovo će ici u prilog promoviranju rodnu osjetljivost u okviru programa.
- Tim također može obuhvatiti i stručnjake u oblastima koje su važne za fokus programa obrazovanja vršnjaka, kao što su imunologija, rodno nasilje, zloupotreba nedozvoljenih supstanci, itd.
- Jedna od mogućnosti koju je potrebno razmotriti odnosi se na angažiranje djevojaka i mladica – u ulozi trenera - koji posjeduju široko iskustvo u domenu obrazovanja vršnjaka ili druge konkretne i korisne atribute.
- Uključivanje nastavnika drame odnosno glume u tim za obuku može biti izuzetno korisno s obzirom da igrokaz predstavlja bitnu komponentu obrazovanja vršnjaka. Ukoliko nedostaju finansijska sredstva, možda bi neki glumci ili studenti glume viših godina pristali da volontiraju. Nastavnik glume daje instrukcije edukatorima vršnjaka o glumi i kako se uživjeti u ulogu, što će ovi iskoristiti u toku igrokaza, ili kako se vodi monolog. Neki treneri možda već imaju izgrađena umijeca za podučavanje. Drugi voditelji treninga mogu puno toga naučiti od stručnjaka koji predaju tehnike glume, kako bi na kraju bili u stanju samostalno voditi i ovaj segment treninga.

3. Preliminarni upitnik

Preliminarni test se provodi da bi se stekao uvid u osnovno znanje uesnika, njihove stavove i umijeca (ili umijeca za koja tvrde da ih posjeduju) u vezi s pitanjima koja će se obraditi u toku treninga. Ukoliko smatra da uesnike zanimaju odgovori njihovih kolega, voditelj treninga bi trebao podsticati uesnike da odgovore na pitanja iz svoje perspektive. Primjer preliminarnog upitnika je dat u dodatku 2, na strani 128.

Napomena za trening

Preliminarni upitnik koji se provodi u cilju ocjene osnovnog znanja, stavova i umijeca uesnika predstavlja instrument ocjene sličan instrumentima koji se koriste za ocjenu efekta intervencije preduzete u okviru ciljne grupe mladih. Pracenje i ocjena predstavljaju bitan aspekt kontrole kvaliteta i održivosti

svakog programa. Ovo pitanje će biti detaljnije obradeno u dijelu radionice šestog dana, koji će biti posvećen temi pracenja i ocjene.

4. Uvod u metodologiju treninga

Trener odnosno treneri u kratkim crtama objašnjavaju visoko interaktivni trening koji se temelji na iskustvu, a koji će biti predložen u toku šestodnevne radionice. To je dobro vrijeme kada se uesnici mogu podsjetiti na staru izreku: “*Kaži mi...zaboravit cu, pokaži mi...sjetit cu se, ukljuci me...shvatit cu.*” Potrebno je objasniti da trening podrazumijeva ‘ukljucivanje’ i ucenje na osnovu iskustva, kao što je to objašnjeno u **dijelu 1, na strani 13**. Dijagram koji se nalazi u tom dijelu, kao i u **dodatku 4, na strani 136**, se može kopirati i uesnicima podijeliti.

5. Tema treninga

Uvod u vježbe opuštanja, zagrijavanja i podizanja radne energije

Ciljevi sesije

Zapoceti proces medusobnog upoznavanja na radionici i omoguciti uesnicima da shvate svrhu vježbe opuštanja, kao i da steknu naviku njenog korištenja.

Trener prvo objašnjava jednu od niže predloženih vježbi opuštanja. Nakon prve vježbe vodi se grupna diskusija u vezi sa korištenjem vježbi opuštanja, zagrijavanja i podizanja radne energije tokom treninga i sesija obrazovanja vršnjaka. Ako bude bilo dovoljno vremena, uesnici mogu uraditi još jednu vježbu.

Pojmovi

Vježbe opuštanja podrazumijevaju aktivnosti koje se preduzimaju na pocetku vježbe kako bi se uesnici u datoj situaciji osjecali ugodno.

Vježbe za podizanje radne energije odnose se na aktivnosti za stimuliranje i motiviranje uesnika na treningu.

Napomena za trening

Kada se trener pred grupom pojavi po prvi put, ne mora znaciti da će ga uesnici prihvatiti s blagonaklonošcu. Zagrijavanjem grupe, naprimjer, uz ugodne vježbe opuštanja ili podizanja radne energije, uesnici će se vjerovatno donekle opustiti, te će stoga pozitivnije reagirati i pokazati vece ucešce.

Na pocetku treninga iz obrazovanja vršnjaka, vježbe zagrijavanja su bitne jer se njima pomaže uesnicima da se medusobno upoznaju i oslobode se neugodnosti na pocetku rada sa grupom nepoznatih osoba. Zbog toga se preporucuje da treninzi uvijek pocnu sa vježbama zagrijavanja i opuštanja.

Vježbe opuštanja pomažu učesnicima da se skupa igraju i uče i na kraju postavljaju temelje za kontinuirani zajednički trening.

Vježbe zagrijavanja se obično koriste na početku treninga, kako bi se rad započeo s nečim pozitivnim. Neke grupe počinju sa jednostavnom vježbom istezanja, kojom se zagrijavaju. Mogu se uvesti i vježbe za podizanje radne energije kojima se 'pune baterije' ukoliko su 'gotovo istekle'. Čak i ako su učesnici uveliko zainteresirani za temu koja se na radionici obraduje, mogu se umoriti i osjećati pospano. Vježbe za podizanje radne energije predstavljaju kratku pauzu koja će u rad unijeti dozu humora, što će svakako doprinijeti pozitivnom duhu grupe.¹

Stvari koje je potrebno imati na umu prilikom korištenja vježbi za podizanje radne energije

- Često korištenje vježbi za podizanje radne energije u toku treninga, kada god učesnici djeluju pospano ili umorno ili kao prirodna pauza između aktivnosti
- Odabir igara koje su primjerene lokalnom kontekstu. Potrebno je pažljivo razmotriti, naprimjer, igre koje podrazumijevaju dodir različitih dijelova tijela.
- Odabir igara u kojima svi mogu učestvovati i voditi računa o potrebama i okolnostima grupe. Naprimjer, u nekim igrama ne mogu učestvovati osobe sa invaliditetom.
- Sigurnost grupe, posebno u slučaju igara koje podrazumijevaju trčanje. Naprimjer, voditi računa o tome da ima dovoljno prostora i da je pod čist.
- Ne koristiti samo takmičarske igre, nego i one koje podstiču i jačanje timskog rada.
- Izbjegavati vježbe za podizanje radne energije koje predugo traju. Vježbe trebaju biti kratke, sa neosjetnim prijelazom na sljedeću planiranu aktivnost nakon što je svako imao mogućnost da se fizički kreće i razbudi.

Izvor: 100 načina za podizanje radne energije u grupi: igre koje se koriste u toku treninga, na sastancima i u zajednici, Medunarodna HIV/AIDS alijansa, 2002.

VJEŽBA 1: PRENESI PLJESAK²

Ciljevi Učesnici se međusobno upoznaju i radna energija učesnika se podiže kako shvataju da jedni o drugima ovise.

Dužina trajanja 5 do 10 minuta

Materijal Nema

Pogodna za Sve vrste treninga i rad na terenu

Proces

Svi ucesnici trebaju stati u krug. Objasnite vježbu ovako: *“Okrenut cu se prema osobi s moje lijeve strane i dok je gledam pokušat cemo istovremeno udariti dlanom o dlan (demonstrirati objašnjenje). Zatim ce se ta osoba okrenuti nalijevo i udariti dlanom o dlan u isto vrijeme sa osobom do nje. Cijeli krug ce se na isti način ukljuciti u ‘ritmicno prenošenje pljeska’. A sada, pokušajmo! Ne zaboravite da osobu do sebe gledate u oci i istovremeno udarite dlanom o dlan.”*

Ritam se pronosi krugom. Voditelj treninga može uzviknuti *“brže”* ili *“sporije”* da bi promijenio brzinu igre. Nakon što se krug zatvori, kažite: *“A sada cemo pokušati sve više ubrzavati ritam. Uvijek budite spremni jer cemo možda dodati još jedan pljesak koji sustiže prvi.”*

Pljesak se prenosi po krugu, od jedne osobe do druge. Podsjetite ucesnike da se krug ne smije prekidati, cak i ako dode do zastoja ukoliko neko propusti red, ne pogleda osobu do sebe ravno u oci i ne udari dlanom o dlan. Ako je prvi krug prijenosa pljeska uspješan, nastavite s drugim. Na kraju je moguće da se u grupi istovremeno odvijaju tri do cetiri kruga, što cesto dovodi do nekog prijatnog, visokoenergetskog haosa, popracenog razdraganim smijehom.

Završetak

Pitajte ucesnike da li im se igra dopala. Zamolite ih, bez prozivanja ijednog ucesnika pojedinačno, da opišu šta se sve dogadalo u zajednickoj igri kada je nekome ispala lopta. Podsjetite ucesnike da tim postiže najbolje rezultate ukoliko postoji osjecaj medusobne ovisnosti.

VJEŽBA 2: DA SE BOLJE UPOZNAO: DOBACIVANJE LOPTE³

Ciljevi

Kroz ucenje jednostavne metafore za umijeće komuniciranja ucesnici doznaju imena drugih ucesnika.

Dužina trajanja 30 minuta

Materijal

Tri papirnate ili druge *veoma* lagane loptice za svaku grupu od po 8 do 12 ucesnika.

Pogodna za

Sve vrste treninga i rad na terenu (kada se igra u maloj grupi)

Proces

Loptice trebaju biti spremne za korištenje u bilo koje vrijeme u toku vježbe. Vodite racuna o tome da su krugovi formirani na sigurnoj udaljenosti, od metar ili dva od svake grupe, ukoliko bi ucesnici u pokušaju da uhvate loptu zakoracili nazad.

Formirajte manje grupe ucesnika (od po 8 do 12 ucesnika) koji ce se rasporediti u krug. Objasnite im: *“U ovoj igri cemo pokušati zapamtiti kako se ko zove. Podijelili smo se u manje grupe.”* Jedan po

jedan ucesnik u krugu treba reci kako se zove. Isto ponovite jednom ili dva puta. Podsjetite ih da svoje ime kažu polako i jasno kako bi ga drugi mogli što bolje zapamtiti. Također im objasnite da će na početku osoba koja drži loptu prozvati nekoga imenom i dobaciti mu loptu. Pokažite kako se to radi.

Dalje im objasnite: “Osoba kojoj je bacena lopta pogleda u oci nekog od ucesnika u grupi, kaže naglas njegovo ime i baci mu loptu. Ako se ne možete sjetiti imena, možete tu osobu zamoliti da vam svoje ime ponovi. Ako želite, loptu možete vratiti osobi koja je loptu dobacila vama.”

Dio 1: Igra. Igru pocnite prema gornjem opisu. Nakon nekoliko minuta, kada ucesnici već znaju nekoliko imena, ubacite još jednu loptu u igru. Ucesnicima recite da se nastave igrati s dvije lopte. Poslije minut ili dva ubacite i trecu loptu. Ucesnici bi tada trebali dobacivati i hvatati sve tri lopte i svaki put trebaju glasno izgovoriti ime osobe kojoj su dobacili loptu. Lopte bi se trebale dobaciti 10 ili 15 puta uzastopno, bez ispuštanja; ako lopta padne na zemlju, ucesnici trebaju poceti brojati od pocetka. U igri se moraju koristiti sve tri lopte.

Dio 2: Diskusija. Igra bacanja lopti je završena. Šta misle o toj igri? Zatim predite na ideju kako bacanje lopte od jedne od druge osobe može biti metafora za našu komunikaciju kao edukatora vršnjaka. Zamolite grupu da razmotri koje su mjere bile neophodne da bi igra na kraju bila uspješna. To se eventualno odnosi na kontakt ocima, prozivanje drugih ucesnika imenom, sigurnost da je data osoba spremna primiti loptu (ili poruku), direktno bacanje lopte drugim ucesnicima, loptu ne bacajte određenoj osobi ako je ona već primila drugu loptu, itd.

Završetak

Istaknite da je jedno od temeljnih umijeca u obrazovanju vršnjaka dobra komunikacija. Kažite da bi bilo poželjno da edukatori vršnjaka zapamte ovu igru kao vodit na osnovu kojeg će sebi postaviti pitanje da li koriste najbolja moguca umijeca komuniciranja tokom edukacije.

6. Tema treninga

Utvrđivanje osnovnih pravila

Ciljevi sesije

Usaglasiti osnovna pravila radionice i utvrditi pravila obrazovanja vršnjaka od zajednickog interesa.

Voditelj treninga sa ucesnicima prvo utvrđuje osnovna pravila treninga. Nakon toga se vodi zajednicka diskusija o znacaju utvrđivanja osnovnih pravila za svaki trening.

Napomena za trening

Na početku treninga grupa treba utvrditi i usaglasiti niz osnovnih pravila ili smjernica koje ce poštivati tokom rada i shvatiti zašto su one važne. Trener treba voditi racuna o tome da su neka osnovna pravila uvrštena u program (pogledati prilog). Posebno važno pravilo radionice na kojoj se obraduju osjetljiva pitanja odnosi se na poštivanje privatnosti svih ucesnika i povjerljivosti; potrebno je jasno staviti do znanja da izvan grupe nije dozvoljeno govoriti o privatnim stvarima ucesnika. Neke grupe takoder primjenjuju pravilo koje se odnosi na podsticanje ljudi da svoja osjecanja podijele s drugima ako se osjećaju uvrijeđenim, kako bi osoba koja je eventualno nanijela uvredu imala priliku da se izvini. Ovo može biti posebno važno u slucaju da se ucesnici osjećaju više ili manje povrijeđeni šalama ili primjedbama koje se odnose na spolnu ili etnicku pripadnost ili licne karakteristike.

Kada su svi ucesnici saglasni sa pravilima, spisak pravila se stavlja na vidno mjesto gdje ostaje tokom citave radionice. Ponekad ce možda ipak biti potrebno ucesnike podsjetiti na usaglašena pravila.

Pravila od zajednickog interesa

To su:

- Poštivanje svih u grupi, cak i kada se ne slažete s njima
- Pristanak na aktivno učešće
- Pravo da ne ucestvujete u aktivnosti u kojoj biste se osjecali nelagodno
- Slušanje drugih dok govore, bez upadanja
- Govor u prvom licu jednine: poceti recenicu sa "ja" kada govorite o vrijednostima i osjecanjima (a ne sa "ti" ili "vi")
- Zabranjeno je "spuštanje" bilo koga (npr., namjerno se s prezirom odnositi prema drugima ili ih ponižavati)
- Poštivanje povjerljivosti
- Dolazak na vrijeme

7. Ocekivanja i pitanja ucesnika

Ucesnici imaju mogucnost da govore o tome šta od treninga ocekuju i da istaknu sva pitanja u vezi s obrazovanjem vršnjaka koja bi željeli riješiti u grupi. Odgovori se bilježe na kosoj tabli.

Ocijeniti koja se ocekivanja u toku treninga vjerovatno mogu ispuniti, a koja spadaju van domena radionice.

Pregled ocekivanja na kraju sesije bi mogao biti dio cjelokupne ocjene radionice.

8. Šta od ove sedmice možemo ocekivati

Voditelj treninga pruža krace objašnjenje o tome šta trenerski tim očekuje za uspješnu radionicu uključujući i očekivanja uesnika. On objašnjava šta ce se dogoditi u toku sesija u nekoliko narednih dana, kako bi uesnici znali šta mogu očekivati.

9. Tema treninga

Obrazovanje vršnjaka – teorija i praksa

Ciljevi sesije

Omoguciti uesnicima da shvate prirodu i svrhu obrazovanja vršnjaka i stjecanje uvida u mehanizme promjene ponašanja i kako se to odnosi na obrazovanje vršnjaka.

VJEŽBA 1: OBRAZOVANJE VRŠNJAKA, ŠTA I ZAŠTO?

Cilj Zajednicko razumijevanje koncepta obrazovanja vršnjaka.
Utvrđiti prednosti i ogranicenja obrazovanja vršnjaka.

Dužina trajanja 30 minuta

Materijal Tri kose table i markeri

Pogodna za Trening trenera, trening edukatora vršnjaka

Proces Voditelj treninga svakoj grupi glasno postavlja po jedno pitanje (slicno aktivnosti razmjene mišljenja kada uesnici naglas daju odgovore):

- Šta podrazumijevamo pod obrazovanjem vršnjaka?
- Koje su prednosti obrazovanja vršnjaka?
- Koji su nedostaci obrazovanja vršnjaka?

Svi odgovori se zapisuju na kosu tablu.

Prilikom usaglašavanja radne definicije, bitno je što više se približiti sljedećem opisu:

“Obrazovanje vršnjaka (iz oblasti zdravstva) predstavlja proces u kojem dobro obucena i motivirana omladina preduzima neformalne ili organizirane obrazovne aktivnosti, usmjerene na njihove vršnjake (mlade iste ili približne starosne dobi, obrazovnog nivoa i interesovanja) u toku određenog vremenskog perioda, u cilju unapredenja njihovog znanja, stavova, vjerovanja i umijeca i njihovog osposobljavanja za preuzimanje odgovornosti za vlastito zdravlje.”

Kada se govori o osnovnim prednostima i nedostacima obrazovanja vršnjaka u odnosu na ostale oblike obrazovanja, možda bi bilo korisno imati pri ruci niže navedenu tabelu sa još nekim prednostima i nedostacima, ukoliko nisu pomenuti:

Prednosti	Nedostaci
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mladi preuzimaju odgovornost ➤ Edukatori i ciljna grupa govore istim jezikom ➤ Edukatori vršnjaka stjecu umijeca koja su bitna za njihov daljnji licni razvoj ➤ Obrazovanje vršnjaka može biti dopuna drugim obrazovnim intervencijama, kao što je rad nastavnika, socijalnih radnika, davalaca zdravstvenih usluga, itd. ➤ Obrazovanje vršnjaka predstavlja intervenciju na nivou zajednice i može omogućiti vezu sa drugim uslugama koje se pružaju u zajednici ➤ Edukatori vršnjaka mogu pronaci put do grupa do kojih je inace teže prodrjeti ➤ Obrazovanje vršnjaka je relativno jeftino 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kako edukatori vršnjaka postaju stariji, oni prerastaju svoju ulogu; stoga je uvijek potrebno angažirati i obucavati nove osobe ➤ Teško je ocijeniti efekat obrazovanja vršnjaka ➤ Ako edukatori nisu dobro obuceni, obrazovanje vršnjaka može imati štetne posljedice (pogrešne informacije, nestručan savjet, itd.)

Završetak Na kraju ove aktivnosti, treneri bi trebali naglasiti da obrazovanje vršnjaka ne predstavlja rješenje za svaki problem, te da bi ponekad bilo bolje koristiti druge pristupe. Ciljevi intervencije, karakteristike ciljne grupe ili specifična sredina predstavljaju elemente od kojih zavisi da li će obrazovanje vršnjaka biti odgovarajuće ili ne.

VJEŽBA 2: TEORIJA – PRAKSA

Cilj Ucesnici shvataju primjenu teoretskih i drugih metodoloških pristupa promjeni ponašanja u praksi.

Dužina trajanja 30 minuta

Materijali Papir za kosu tablu, markeri i ljepljiva traka

Pogodna za Trening trenera

Proces Nakon krace prezentacije teorije i modela promjene ponašanja (pogledati materijal u **dodatku 4, strana 137**), ucesnici se dijele u tri grupe prema uputstvu voditelja treninga, pri cemu svaka grupa ima veliki papir i markere.

Zamolite ucesnike da izaberu program u koji je ukljucen neko iz njihove grupe i da analiziraju sve aspekte programa: šta, gdje i kako. Zatim ih zamolite da program prikažu u osnovnim crtama na papiru i da utvrde teorije i modele (ili

dijelove teorija i modela) koji se koriste u okviru programa. Naglasite da je moguće koristiti više ideja i modela u okviru istog programa i da je moguće koristiti samo neke aspekte teorije i modela. Zamolite grupu da sa svojom diskusijom upozna sve uesnike.

Završetak

Istaknite da svako u svom svakodnevnom radu nesvjesno koristi teoriju i modele promjene ponašanja. Pokrenite razgovor među uesnicima u vezi s razlozima zbog kojih bi organizirane teoretske i metodološke pristupe promjeni ponašanja trebalo uvrstiti u programe treninga. Još jednom naglasite da se teorija ili model ne moraju u potpunosti iskoristiti i da je moguće u okviru istog programa koristiti razne dijelove različitih teorija i modela.

Napomena za trening

Cjelovit model obrazovanja vršnjaka. *Kao što smo prethodno naveli, nastojanja u okviru obrazovanja vršnjaka se moraju uokviriti u model ili teoriju promjene ponašanja kako bi se dosegao najveći potencijal. Sveobuhvatan karakter takvog modela može samo pomoći i povećati uspjeh intervencija u obrazovanju vršnjaka.*

Pogledati model IMBR (dio 1, strana 13) i njegovu primjenu u obrazovanju vršnjaka.

VJEŽBA 3: INFORMACIJA, MOTIVACIJA, UMIJECA PONAŠANJA I RESURSI

Ciljevi	Utvrđiti informaciju, motivaciju, umijeca ponašanja i resurse kao četiri primarne komponente uspješnog obrazovanja vršnjaka.
Dužina trajanja	20 minuta
Materijali	Kosa tabla i markeri
Pogodna za	Trening trenera
Proces	<p>Voditelj treninga na kosoj tabli crta četiri kolone (u ovoj fazi bez naslova) i pita sve uesnike koje su, prema njihovom mišljenju, osnovne komponente uspješnih programa obrazovanja vršnjaka.</p> <p>Uesnicima još uvijek nije jasno šta tacno kolone predstavljaju, ali voditelj treninga na kosoj tabli bilježi njihove odgovore, u odgovorajuće kolone, prema sljedeće četiri kategorije:</p> <ul style="list-style-type: none">□ Pružanje informacije

- ❑ Stvaranje motivacije
- ❑ Razvijanje umijeca ponašanja
- ❑ Upucivanje na resurse

Preporučuje se da se ne otkrivaju nazivi kolona prije nego što se unesu prijedlozi ucesnika. Nakon što voditelj treninga po kolonama razvrsta sve odgovore ucesnika, tada upisuje nazive kolona u skladu sa gore pomenute cetiri kategorije. Nakon toga se vodi razgovor o odgovorima ucesnika.

Završetak

Voditelj treninga može istaknuti da se radi o cetiri komplementarne komponente.

10. Tema treninga

Korištenje uvodne teme u programima treninga

Cilj sesije

Pocetak korištenja ‘uvodne teme’, i stjecanje iskustva s temom koja se odnosi na zdravstveno obrazovanje.

Napomena za trening

Niže opisana vježba pod nazivom “Koliko vodimo racuna o svom zdravlju” može se smatrati uvodom u zdravstveno obrazovanje. U toku rada sa grupom vršnjackih edukatora postoji nekoliko nacina uvođenja nove teme ili pitanja.

Uvodna tema ima nekoliko funkcija; njom se može:

- *pobuditi interesovanje za temu;*
- *aktivirati znanje koje ucesnici vec posjeduju na datu temu;*
- *podsticati razmjenu informacija i resursa; i*
- *savladati otpor prema razgovoru ili ucenju.*

*Drugi jednostavan primjer uvodne teme je korištenje ‘zvucnih rijeci’. Voditelj treninga na kosoj tabli napiše jednu rijec. Nakon toga ucesnici glasno izgovaraju rijeci ili ideje koje povezuju s tom rijecju. Voditelj treninga na kosoj tabli zapisuje sve rijeci i ideje (ukoliko su odgovarajuće). Naprimjer, pogledajte vježbu **na strani 62** pod nazivom **rod, a ne spol**. Drugi nacin na koji se može uvesti tema bio bi ispunjavanje upitnika u vezi s datom temom. Ponekad voditelj treninga može pribjesci i improvizaciji igrokaza, cime, ustvari, uvodi temu. (Druge primjere možete naci **na strani 44**, u vježbi ‘revolucija igrokaza’ i **na strani 49**, na kojoj je opisana igra rijeci).*

VJEŽBA: KOLIKO VODIMO RACUNA O SVOM ZDRAVLJU?⁴

Ciljevi

Ovom vježbom podsticu se ucesnici na razmatranje cinjenice da se mnogi ljudi ponašaju na nacin koji nije u najboljem

interesu njihova zdravlja. Cilj vježbe je da se bolje shvati ponašanje: raskorak između onog što znamo i kako se ponašamo.

Dužina trajanja 10 do 15 minuta

Materijal Stolica za svakog uesnika

Pogodna za Trening trenera, trening edukatora vršnjaka

Proces Svi uesnici trebaju stati ispred svojih stolica. Prije početka vježbe objasnite: *“Neka svako ustane i stane ispred svoje stolice. Ja ću pročitati nekoliko izjava. Ukoliko je vaša reakcija na neke od njih negativna, tada trebate sjesti na svoju stolicu. Sve dok se slažete sa izjavama trebate ostati pored svojih stolica. Ali kada sjednete, nemojte više ustajati, čak i ako smatrate da je sljedeća izjava tačna. Naprimjer, prva izjava je: «Redovno odlazim na liječnički pregled», ali vi ne idete redovito kod ljekara, tada ćete sjesti i ostati u tom položaju.*

Objasnite još dva pravila: *«Ponekad će neko sjesti odmah nakon što čuje prvu ili drugu izjavu. Ako je redosljed izjava drugaciji, uesnici će još uvijek stajati. Pitat će da li mogu ustati. Ali uesnici ne smiju ustati nakon što su jednom sjeli. To možda nije fer, ali je to pravilo igre. Također neko može reći: «Naravno, redovito odlazim kod ljekara na pregled, mislim da sam zadnji put bio 1992!» Zato moramo skupa donijeti odluku o tome šta 'redovito' podrazumijeva u ovoj vježbi, s tim što ipak period mora biti razuman: redovito ne znači svakih deset godina!»*

Zamolite uesnike da ustanu. Pognite citati niže navedene recenice brzo, jasno i glasno:

- Redovno odlazim na liječničke preglede.
- Redovno odlazim na kontrolu kod zubara.
- Ne pušim.
- Redovno se bavim gimnastikom.
- Držim se zdrave hrane (a ne visokokalorične, bezvrijedne hrane).
- Nikad ne konzumiram previše alkohola.

Nakon što su svi uesnici sjeli, pitajte ih šta je zajedničko svim tim izjavama. Ako niko ne zna, objasnite im da su sve povezane sa tretiranjem vlastitog zdravlja. Dalje im kažite da iako svi znamo šta je u najboljem interesu našeg zdravlja, ponekad to ne primjenjujemo u dovoljnoj mjeri. Naprimjer, iako znamo da ne bismo trebali jesti previše slatkiša, često nam nedostaje volja da se toj navici odupremo. Još jedna porcija sladoleda ili još jedan kolac nas često mami iz frižidera!

Završetak Objasnite da u toku svoga rada možemo naći na osobe koji su oboljeli iz različitih razloga. Lako se može shvatiti da smo

svi mi svoje zdravlje ponekad izlagali opasnosti, ali obično smo pritom imali sreće. Ali, ne baš svi.

11. Tema treninga

Uvod u javno obraćanje

Cilj sesije

Omogućiti učesnicima da utvrde i vježbaju umijeće javnog obraćanja i vođenja treninga.

Napomena za trening

Edukatori vršnjaka ponekad mogu biti nervozni pred auditorijem ili se nelagodno osjećaju kada su u centru pažnje. Da bi se zadaci uspješno obavili, od učesnika se ne bi trebalo tražiti da se bave onim što prevazilazi njihove sposobnosti.

Nova vježba će učesnicima pomoći da steknu iskustvo u javnom obraćanju i da usavrše svoja umijeća u tom pravcu.

VJEŽBA 1: UMIJEĆE JAVNOG OBRACANJA

Cilj	Učesnici definiraju i vježbaju umijeće javnog obraćanja i vođenja treninga
Dužina trajanja	20 minuta
Materijal	Nema, osim ukoliko učesnici odluče da će koristiti, naprimjer, kosu tablu.
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	<p>Objasnite grupi da ćete se sada fokusirati na tehnike javnog obraćanja. Pokažite učesnicima osnovne karakteristike dobrog obraćanja i zamolite ih da pažljivo prate i opišu ono što vi radite. Tako će učesnici ne samo vidjeti kvalitetne metode javnog obraćanja, nego će o njima moći i razmisliti.</p> <p>Zatim ih zamolite da vam iznesu svoje reakcije: “Kako biste opisali ovo šta ja sada radim?” Kako biste učesnicima pomogli da prepoznaju umijeća javnog obraćanja, krećite se što više unutar i izvan grupe i pritom koristite što više bitnih komponenti dobrog javnog obraćanja, uključujući i:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Interaktivne metode/tehnike uključivanja<input type="checkbox"/> Naizmjenično kretanje u pravcu učesnika i udaljšavanje od njih<input type="checkbox"/> Gestikulacija<input type="checkbox"/> Kontakt očima (razumne dužine)

- ❑ Prilagodavanje intonacije
- ❑ Odgovarajuća upotreba humora

Nakon toga pokrenite razgovor o tome šta daje kvalitet javnom obraćanju. Nemojte zaboraviti sljedeće:

- ❑ Pricanje price kao tehnike privlacenja pažnje
- ❑ Izbjegavanje neprimjerenog korištenja žargona ili drugog neprihvatljivog jezika
- ❑ Kako osigurati stvaranje i održavanje klime pogodne za učenje
- ❑ Kako reagirati na netacne odgovore auditorija

Završetak

Kažite učesnicima da će konstantno biti informirani o načinu na koji mogu koristiti svoja umijeca javnog obraćanja tokom cijelog treninga.

VJEŽBA 2: 30 SEKUNDI SLAVE⁵

Cilj Učesnici posjeduju ‘radno’ iskustvo u javnom obraćanju, koje treba biti što pozitivnije da bi se izgradilo povjerenje.

Dužina trajanja 30 minuta

Materijal Stolice za sve učesnike

Pogodna za Trening trenera, trening edukatora vršnjaka

Proces Objasnite da je to vježba u kojoj će svi imati na raspolaganju 30 sekundi da se obrate citavoj grupi o bilo čemu, po vlastitom izboru. Kažite im sljedeće: *“Kada istekne 30 sekundi, bez obzira šta se dešava, ja ću zapljeskati i to će biti znak da svi počnu pljeskati sa mnom. U toku vaših 30 sekundi možete raditi šta god želite. Međutim, čak i ako predstanete govoriti, mi nećemo početi pljeskati sve dok ne istekne vaših 30 sekundi. Svako u grupi mora govorniku pokloniti bezrezervnu pažnju i pratiti ga sa oduševljenjem, entuzijazmom i interesovanjem. Nemojte ni u kojem slučaju govornike prekidati. Nemojte im ni pomagati na bilo koji način ako se zbune. Trebamo istom jacinom pljeskati zajednjem govorniku kao i prvom, i svakom drugom.”*

Recite prvom učesniku kad da počne; nakon 30 sekundi, čak i ako nije završio recenicu, počnite pljeskati. Možda ćete ponekad trebati podsjetiti grupu da ništa ne govore dok im se druga osoba obraća i vodite računa da sačekaju sve dok ne date signal da počnu pljeskati, ili da svakom govorniku poklanjanju jednaku pažnju.

Završetak

Nakon što su svi imali mogućnost da se grupi obrate u trajanju od 30 sekundi, otvorite diskusiju u kojoj će učesnici iznijeti svoje mišljenje o vježbi.

12. Tema treninga

Uvod u igre i vježbe ucvrščivanja timskog rada i izgradnje povjerenja

Ciljevi sesije

Zapocinjane procesa ucvrščivanja timskog rada na radionici kako bi ucesnici mogli shvatiti znacaj timskog rada tokom treninga i stekli iskustvo sa odgovarajucim tehnikama ucvrščivanja timskog rada.

Nakon što je grupa završila prvu vježbu ucvrščivanja timskog rada (vježba 'pokretne skulpture'), voditelj treninga objašnjava znacaj ucvrščivanja timskog rada i izgradnje povjerenja na radionici (pogledati napomenu u donjem tekstu). Na sljedecoj radionici bi se mogle uvesti vježbe ucvrščivanja timskog rada ('Ljudski cvor' i 'Aha, i ja sam tamo bio').

Napomena za trening

Bitno je da na pocetku treninga iz domena obrazovanja vršnjaka ucesnici kod sebe razvijaju osjecanje timskog rada i povjerenja. Ucvrščivanje timskog rada i izgradnja povjerenja pomažu stvaranju radnih odnosa medu edukatorima vršnjaka koji bi u svom buducem radu trebali znati kako da medusobno saraduju i da se ponekad oslanjaju jedni na druge. Moraju jedni drugima dovoljno vjerovati da bi kao tim bili uspješni.

VJEŽBA 1: POKRETNE SKULPTURE⁶

Ciljevi	Ucesnici imaju dovoljno radne energije, podstaknuti su na spontanost i tokom rada 'prevazilaze sami sebe'. Također rade na ucvrščivanju timskog rada i grade medusobno povjerenje.
Dužina trajanja	20 do 45 minuta (vježba se ponavlja, uz manje varijacije)
Materijal	Nema
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	<p>Odredite slobodan prostor u prednjem dijelu prostorije kao 'pozornicu'. Objasnite da cete "u ovoj vježbi formirati timove od živih skulptura i poezije. Radi se o vježbi ucvrščivanja timskog rada i timske kreativnosti."</p> <p>Voditelj treninga ce zamoliti grupu od pet do osam dobrovoljaca da stane s obje strane 'pozornice' (pokažite im gdje je 'pozornica'). Objasnite im da trebaju zauzeti pozu kakvu žele (pokažite im na primjeru), jedno po jedno. Kada prvi ucesnik zauzme pozu, prilaze mu drugi ucesnici i oni također zauzimaju poze. Svi ucesnici pritom moraju dotaknuti barem jednu</p>

‘skulpturu’. Voditelj treninga vodi racuna o tome da nikome ne smeta fizicki kontakt. Zamolite ostale ucesnike da dobrovoljno prilaze, zauzimaju pozu i da u njoj ostanu. Kada kažete ‘nova poza’ (što cete izreci s dugim vokalima, naprimjer ‘novaaa pozaaaa’), ucesnici trebaju promijeniti pozu. Pritom i dalje trebaju imati fizicki kontakt s barem jednim ucesnikom, cak i dok mijenjaju poze. Nakon što ste izrekli rijeci ‘novaaa pozaaaa’, oni trebaju ostati u novim pozama.

Pažljivo pratite grupu i opomenite ih uvijek kad primijetite da ucesnik nije u fizickom kontaktu s barem jednom osobom iz istog tima. Ako primijetite da je muškim i ženskim osobama neugodno što se dodiruju, promijenite raspored ‘skulptura’ tako da su osobe istog spola jedne do drugih. Također možete promijeniti i dužinu vokala u rijecima ‘novaaa pozaaaa’, tako da im nekad omogucite dosta vremena za promjenu poza, dok ce u drugoj situaciji morati promijeniti pozu daleko brže (za dvije ili tri sekunde). Tako ce igra biti izazovnija i zabavnija. Nakon što je prva grupa promijenila nekoliko poza, isto uradite i sa drugim timovima.

Završetak

Blagi dodir i korisno ucvršćivanje timskog rada omogucava voditelju treninga da napravi nekoliko fotografija prelijepih poza u toku ove igre. Slike se mogu podijeliti i ucesnicima kako bi se i oni osjecali dijelom tima.

Varijacije vježbe

‘Izgovorite rijec (bez neke određene teme)’. Od ucesnika možete tražiti da izreknu neku rijec kada budu prilazili ‘pozornici’ na kojoj ce zauzeti poze. Kada tim zauzme tacne poze, voditelj treninga od njih traži da jedan po jedan ponove iste rijeci, istim redoslijedom kojim su prilazili ‘pozornici’. Pritom bi bilo dobro da rijeci izgovaraju ritmom koji ce odavati dojam izgovorene recenice.

Sastavite poemu (rijeci u skladu s temom). Od ucesnika se može tražiti da izgovore rijec koja se uklapa u određenu temu (koju može odabrati ucesnik). Nakon što tim to uradi nekoliko puta, kao neka poema, mogu glasno izgovarati svoje odabrane rijeci nasumice, ponavljajući ih istovremeno.

Napuštanje ‘pozornice’. Kada ste spremni za drugi tim, možete mijenjati nacin na koji ucesnici napuštaju poze. Rijeci mogu izgovarati originalnim redoslijedom i poze napuštati jedan po jedan, nakon što izgovore rijeci. Ili rijeci mogu izgovarati dok napuštaju poze obrnutim redom (to jeste, ucesnik koji je na ‘pozornicu’ došao zadnji i zadnji izgovorio rijec sa ‘pozornice’ odlazi prvi).

VJEŽBA 2: LJUDSKI CVOR⁷

Cilj

Ucesnici rade na izgradnji povjerenja, ucvršćivanju timskog rada i rješavanju problema. Uce kako da poštuju ljudsko tijelo tako što vježbaju samokontrolu dok pokušavaju da urade zadatak bez da ikog povrijede.

Dužina trajanja	10 do 15 minuta
Materijal	Nema
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	<p>Oslobodite prostor za jedan ili više krugova koje ce formirati osam do deset ucesnika. Objasnite da je u ovoj vježbi vrlo bitno da se slijede instrukcije i da svi moraju slušati sve kako niko ne bi završio sa iskrenutim ili povrijeđenim zglobom.</p> <p>Objasnite da ce svi stajati u krugu sa ispruženim rukama prema sredini kruga tako da dodiruju ruke drugih dvoje ucesnika. Ne puštajući ruke, njihov zadatak je da odmrse “konopac” i da se vrate u krug.</p> <p>Kažite ucesnicima da uhvate desnu ruku jedne osobe i lijevu ruku druge osobe. Zatim, oni se trebaju polako i pažljivo ‘razmrsivati’ sve dok ne formiraju krug bez puštanja ruku. Ako tim sve to uspješno radi, moguće su varijacije, kao na primjer, provodenje vježbe bez razgovora ili samo uz šaputanje, itd.</p>
Završetak	<p>Možete grupu pitati da vam ukratko kaže šta misli o igri.</p> <p>Pažnja: Potrebno je ucesnike koji sudjeluju u ovoj igri upozoriti prije pocetka da vode racuna o tome da nikoga ne povrijede naprimjer zavrtanjem zgloba, stajanjem na neciju nogu itd.</p>

VJEŽBA 3: AHA, I JA SAM TAMO BIO!⁸

Ciljevi	Ucesnici rade na ucvršćivanju timskog rada i grade medusobno povjerenje.
Dužina trajanja	30 minuta
Materijal	Prostorija u kojoj se ucesnici mogu slobodno kretati.
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	<p>Pripremite prostoriju u kojoj ce ucesnici moci slobodno trcati. Potrebno je skloniti stolice.</p> <p>Objasnite da ce jedan ucesnik poceti pricati pricu i da ce u njoj igrati jednu ulogu. Ucesnici ce se zatim ukljuciti u iste radnje, kao da su lik iz price naratora.</p> <p>Objasnite na pocetku: “<i>Neko ce nam sad ispricati pricu i pritom odigrati jednu ulogu iz svoje price. Svi u grupi moraju raditi isto, kao da su</i>”</p>

lik iz price. Naprimjer, ja sam prvi narator i počinjem pricu ovako: "Jednog dana šetam ulicom..." I dok ja hodam i vi radite isto. Zatim kažem: "Vidjeh ogromno drvo i poceh se penjati", i vi svi počinjete da se za mnom penjete. Svi uesnici mogu u svakom trenutku uzviknuti "Aha, i ja sam tamo bio!" Tada svi u grupi uglav pitaju: "I šta si, prijatelju, vidio?" Uesnik koji je tako prekinuo pricu nastavlja naraciju. Vježba tako tece do kraja.

Grupi takoder objasnite da je važno da se medusobno pomažu. Naprimjer, ako narator ocigledno nema izlaza i ne može ništa više smisliti, pitajte uesnike šta bi oni voljeli da se tada dogodi. Vjerovatno ce reci da bi voljeli da tada neko drugi uskoci. To je pravi trenutak kada cete naglasiti da bi u timu svako trebao biti spreman da uskoci i da 'spasi' nekoga ko se nalazi u cudnoj situaciji.

Objasnite da bez obzira da li u prici ima drugih likova, i bez obzira šta oni mogu reci, zadatak grupe je samo da kaže ili da radi ono što kaže ili radi lik naratora.

Ako kao voditelj treninga utvrdite da uesnici opisuju manje aktivna ponašanja, kao što je razmišljanje, gledanje itd., napomenite da bi bilo zabavnije ako unesu više fizickih aktivnosti.

Igru možete privesti kraju kada je vecina uesnika imala priliku da bude narator.

Završetak

Pitajte uesnike kako su se osjecali dok su igrali tu igru. Pitajte ih, naprimjer, da li se neko osjecao 'spašenim' od uesnika koji je uskocio i preuzeo pricanje price ili da li je neko od njih pomogao naratoru koji se našao u bezizlaznoj situaciji. Istaknite da uspješan timski rad podrazumijeva obracanje velike pažnje na rad clanova tima i važno je nauciti kada im je i kakva im je pomoc potrebna, bez dominacije ili nastojanja da se uloga preuzme ishitreno, u pogrešnom trenutku. Na kraju možete reci: "*Sve je daleko bolje kad znate da su ljudi tu i da ce vam priskociti ako zatreba, i vaš auditorij ce vjerovatno to osjetiti.*"

13. Tema treninga

Igrokaz

Cilj sesije

Uvodenje igrokaza kao visoko interaktivnog metoda u službi obrazovanja iz zdravstva.

Uvod u sesiju

Voditelj treninga prvo naglašava značaj korištenja glumackih umijeca u obrazovanju vršnjaka. Pritom istice da će se u toku ove sesije uvesti tehnika igrokaza. U narednih pet dana će se takve igre često koristiti kao edukativni instrument i uesnici će imati priliku da razvijaju svoja glumacka umijeca.

Napomena za trening

Igrokaz predstavlja instrument u obrazovanju vršnjaka koji ima više namjena (pogledati Dio 1, strana 15). U mnogim programima za obrazovanje vršnjaka koriste se igrokazi za ilustraciju izazova i modeliranje bitnih umijeca. Snažan igrokaz uzima auditoriju dušu i um i motivira ga na preduzimanje svebitnog prijelaza sa promišljanja na razmišljanje o stvarnim promjenama ponašanja.

Prilikom pripreme igrokaza koja će se uesnicima prezentirati, potrebno je imati na umu niže navedene smjernice:⁹

- *Obično se od dvoje ili troje uesnika traži da preuzmu određenu ulogu i da zatim odglume scenu, fokusirajući se na unaprijed utvrđenu situaciju. U nekim slučajevima mogu se dati i detalji kako se situacija bude razvijala, s tim što se od uesnika koji imaju uloge traži da kreiraju kraj.*
- *Vodite računa o tome da se niko ne osjeća zastrašenim niti primoranim da igra određenu ulogu zbog drugih uesnika zbog kojih se neki mladi ljudi možda neće osjećati ugodno prilikom glume. Međutim, ako je uesnik samo stidljiv i zbog toga nevoljno prihvata ulogu, podstaknite ga – nježno, bez nametanja – kako biste ga nagovorili da odigra ulogu.*
- *Predložite da mladici povremeno igraju ženske uloge, a djevojke muške uloge, kako bi imali vremena da se stave u situacije na koje nailaze osobe suprotnog spola.*
- *Obidite manje grupe koje vježbaju uloge kako biste bili sigurni da se priprema scena koja će trajati pet do sedam minuta i da su svi članovi manje grupe na neki način uključeni.*
- *Vodite računa o tome da manja grupa ne utroši cjelokupno vrijeme predviđeno za vježbu samo na scenario – također treba vježbati i uloge.*
- *Stvorite dovoljno prostora za igranje uloga tako da svi drugi uesnici mogu nesmetano pratiti predstavu.*
- *Podstaknite glumce da govore glasno kako bi svi uesnici u auditorijumu mogli čuti njihov dijalog.*

- *Ako predstava teče predugo ili vam se čini da će zapasti u bezizlaznu situaciju, zamolite uesnike da prekinu s predstavom, i tada se svi trebaju uključiti u razgovor o situaciji koju su gledali.*
- *Omogućite drugim uesnicima da iznesu svoja opažanja nakon što je manja grupa odigrala svoje uloge i odgovorila na pitanja iz vježbe. Naprimjer, možete pitati auditorij šta su vidjeli, a zatim pitajte glumce da li im je zaista bila namjera da to prikažu.*

- *Ponekad kada su uloge zaista upečatljive, možda bi bilo neophodno "vratiti film" i omogućiti glumcima da pokažu ko su u stvarnom životu, izvan uloge koju su upravo odigrali.*
 - *Ako imate dovoljno vremena, pitajte ucesnike na koji način se uloge odnose na njihov život.*
-

Prijedlozi za scenario igrokaza

- **Kako se koristi kondom.** Spremate se za seksualni odnos sa osobom koja kondom ne koristi pravilno. Pokažite svom partneru kako se kondom upotrebljava, a da se "ne pokvari trenutak".
- **Upotreba droga/alkohola.** Vaša dobra prijateljica je odlucila da proba drogu koju njen dečko koristi vec neko vrijeme. On joj je vec rekao kako se predivno osjeca nakon što uzme dozu i da ce i ona zaboraviti na sve svoje probleme u školi i kod kuće. Kako cete postupiti u toj situaciji?
- **Roditelji pronalaze kondom.** Roditelji pronalaze kondom u sobi svoje kcerke tinejdžerske dobi. O kojim cete temama i pitanjima razgovarati?
- **Pijanstvo, zabave i seks.** Vaš prijatelj, takoder tinejdžerske dobi, vam se uporno hvali kako je konzumirao alkohol i imao seks sa ženom koju je upoznao na zabavi. Ipak se ne može sjetiti svih detalja. Slicne nezgode se dogadaju gotovo svaki vikend. Šta cete mu reci?
- **Neko vam se povjerio da je zaražen HIV-om.** Prijatelj vam u povjerenju kaže da je HIV pozitivan. Kako cete postupiti u toj situaciji?

Ovi scenariji mogu pružiti mogućnost davanja informacija u vezi s raznim pitanjima, kao što su:

- Koliki je period inkubacije nakon zaražavanja HIV-om?
- Da li se trebam testirati na HIV?
- Bojim se da sam zaražen seksualno prenosivom infekcijom. Da li se ona može liječiti?
- Koja je razlika između kondoma od lateksa i kondoma od jagnjeće kože?
- Šta su to spermicidi i lubrikanti?
- Koji su efekti Ecstasy-a?

VJEŽBA: REVOLUCIJA IGROKAZA¹⁰

Cilj

Ova vježba se može koristiti za postizanje više ciljeva. Može se koristiti kao uvod u razna pitanja iz okvira određene teme. Može se koristiti i kao sredstvo pružanja informacija, motiviranja ljudi na promjenu ponašanja, za demonstriranje širokog spektra umijeca pregovaranja i odlucivanja, modeliranje odgovarajućeg vida ponašanja i pružanja informacija u vezi sa pristupom resursima.

Dužina trajanja 20 minuta

Materijal Dvije stolice

Pogodna za Trening trenera, trening edukatora vršnjaka

Proces Osam do deset dobrovoljaca koji stoje u polukrugu iza dvije stolice. Zamolite dva dobrovoljca da sjednu na stolice; objasnite im da ce dobiti uloge. Zamolite jednog od ta dva ucesnika da improvizira ‘scenu’ tako što ce reci nešto, na šta ce drugi ucesnik, koji takoder sjedi, odgovoriti. Objasnite da u bilo kojem trenutku jedan od ucesnika koji stoje iza stolica može ‘uskociti’ i preuzeti ulogu tako što ce po ramenu blago potapšati jednog od ‘glumaca’ na sceni (pod uvjetom da je takva vrsta dodira kulturološki prihvatljiva). Ucesnik koji se na takav nacin ukljuci može nastaviti pricu ili otvoriti sasvim novu scenu.

Završetak Nakon što je barem vecina imala šansu da se ukljuci u igru (ili cak svi ucesnici), završite sa vježbom i otvorite diskusiju o utiscima ucesnika. Možete razgovarati o svim nepotpunim ili netacnim informacijama iz prica. Bitno je napomenuti da su ucesnici glumili određene likove, a ne sami sebe.

Napomena: Ova vježba predstavlja bitan primjer toga kako edukatori vršnjaka mogu uvježbavati medusobno, timsko pomaganje. Naprimjer, bitno im je napomenuti da dok stoje iza stolica, oni trebaju biti tihi. Možete im reci da se ponašaju kao da je igrokaz ‘najfascinantnija stvar koja se trenutno dešava na planeti!’

14. Izbor timova koji ce svakodnevno izvještavati o reakcijama ucesnika na prethodni dan

Voditelj treninga objašnjava koliko je važno cuti reakcije ucesnika na sve aspekte treninga (ne samo reakcije na sadržaj obuke, nego i na organizaciona i logisticka pitanja), na osnovu cega ce treneri moci unijeti promjene, ukoliko su neophodne. Stoga trener predlaže formiranje timova za ocjenu rada i druženja (‘oci i uši grupe’) za svaki dan treninga. Timovi se sastoje od po dva dobrovoljca i njihov zadatak je da od ucesnika prikupe informacije i da ih prenesu cijeloj grupi na pocetku rada narednog dana.

Napomena za trening

Slicno preliminarnom upitniku, ove svakodnevne informacije predstavljaju koristan instrument za pracenje i ocjenu procesa treninga.

15. Pregled dana

Kratak pregled tema koje su obradene u toku dana. Ucesnici trebaju razmisliti o aktivnostima toga dana i pomenuti neke od centralnih tema. Takoder se mogu osvrnuti i na sâm tok procesa treninga.

Program za dan 2

DAN 2		
Br.	Tacka programa	Ciljevi
1.	Vježbe istezanja i zagrijavanja	<i>Ucesnike upoznati sa aktivnostima na podizanju radne energije i zagrijavanju</i>
2.	Komentari i reakcije o danu 1	<i>Svakodnevna ocjena radionice</i>
3.	<u>Vježba za podizanje radne energije i ucvršćivanja timskog rada:</u> ➤ 'Puše hladan vjetar'	<i>Upoznati ucesnike sa tehnikama izgradnje timskog rada</i>
4.	<u>Tema treninga</u> Tehnike razmjene informacija <u>Vježbe:</u> ➤ Igra asocijacija ➤ Izazov: infekcije koje se prenose seksualnim kontaktom	<i>Upoznati ucesnike sa tehnikama razmjene informacija o seksualnosti, infekcijama koje se prenose seksualnim kontaktom, HIV/AIDS-u, drogama itd.</i> <i>Unaprijediti znanje ucesnika iz tema u domenu obrazovanja vršnjaka, kao što su seksualnost, prevencija infekcija koje se prenose seksualnim kontaktom i HIV-a, prevencija zloupotrebe nedozvoljenih supstanci, itd.</i>
5.	<u>Tema treninga</u> Tehnike istraživanja vrijednosti i stavova <u>Vježbe:</u> ➤ Jezik seksa ➤ Kvadrati privatnosti ➤ Razmišljanje o četiri teme ➤ Da li se slažete?	<i>Upoznati ucesnike sa tehnikama istraživanja vrijednosti i stavova</i> <i>Omogućiti ucesnicima da preispitaju vlastite stavove i vrijednosti u vezi sa seksualnošću, prevencijom infekcija koje se prenose seksualnim kontaktom i HIV-a, prevencija zloupotrebe nedozvoljenih supstanci.</i> <i>Sa manje ustezanja razgovarati o seksualnosti.</i>
6.	<u>Tema treninga</u> Svjesnost o rodosti; rodna osjetljivost <u>Vježba:</u> ➤ Rod, a ne spol	<i>Stvoriti svjesnost o osjetljivim pitanjima kada se govori o seksualnosti</i> <i>Omogućiti ucesnicima da shvate razliku između 'spola' i 'roda' i da nauče prepoznati rodne stereotipe</i> <i>Spoznaja važnosti rodne osjetljivosti u zdravstvenom obrazovanju</i>
7.	Pregled dana	

1. Vježbe istezanja i zagrijavanje

Učesnici se pozivaju da vode grupu u nekoliko vježbi istezanja. Nekoliko učesnika radionice može, jedno po jedno, pokazati koje je mišice potrebno rastezati. Oni vježbu mogu učiniti zanimljivom ako od učesnika traže “*da prilikom istezanja dodirnu plafon (ili pod)*”. To je za učesnike i prilika da obrate pažnju na disanje, što im može pomoći da se relaksiraju i pripreme za rad toga dana.

2. Komentari i reakcije o danu 1

Tim koji ima zadatak da podnese izvještaj o reakcijama na prethodni dan upoznaje učesnike sa generalnim utiscima, kao i sa utiscima o aktivnostima prethodnog dana.

3. Vježbe opuštanja i ucvršćivanja timskog rada

VJEŽBA: PUŠE HLADAN VJETAR¹¹

Cilj	Povećan nivo energije učesnika.
Dužina trajanja	10 do 20 minuta
Materijal	Stolice poredane u krug
Pogodno za	Sve vrste treninga i rad na terenu
Proces	Poredati stolice u krug, ali tako da ima jedna stolica manje u odnosu na broj učesnika

Pažnja: zbog sigurnosti, vodite računa da iza stolica nema oštrih ivica, ako bi neko od učesnika, slučajno od uzbuđenosti tokom igre, odgurnuo stolicu unatrag prema drugom učesniku ili naletio na stolicu iza leđa. Također vodite računa o tome da su stolice dovoljno čvrste za ovu vrstu aktivnosti u kojoj učesnici skaku na njih.

Jedan učesnik stoji u središtu kruga i objašnjava da je cilj igre da učesnici ugrabe prazne stolice. Onaj ko stoji u središtu kruga zapocinje recenicu: “*Hladan vjetar puše svakome ko...*” i završava je konstatacijom u vezi s vlastitom ličnošću. Naprimjer, ako učesnik koji stoji u sredini kruga ima na sebi crne cipele, može reci: “*Hladan vjetar puše svakome ko nosi crne cipele.*” Svako na koga se ta konstatacija odnosi – u ovom slučaju učesnici koji na sebi imaju crne cipele – moraju odmah ustati i otrcati da pronadu praznu stolicu na kojoj je neko drugi do tog trenutka sjedio. Učesnici ne smiju zauzeti najbliže stolice, samo ukoliko jedna osoba mijenja stolicu. Osoba koja se nalazi u središtu kruga također trči da pronade slobodnu stolicu, tako da bez stolice

ostaje jedan ucesnik. On nakon toga postupa isto, i igra se na isti nacin nastavlja.

Objasnite da se recenica ne mora uvijek završiti pomenom fizickog predmeta. Naprimjer, ucesnici mogu pomenuti razne stvari ili svoje životno iskustvo. Ukoliko neko vjeruje u pomoc ljudima koji se ne žele upuštati u seksualni život, može, naprimjer, reci: “Hladan vjetar puše svakome ko vjeruje da ljude koji apstiniraju treba podržati.” Ili bi mogao reci: “Hladan vjetar puše svakome ko vjeruje da bi kondomi trebali biti dostupni u srednjim školama.” Igra se završava kada to voditelj treninga (ili cijela grupa) odredi.

Završetak Pitajte ucesnike da li im je igra prijala i šta o njoj misle.

4. Tema treninga

Tehnike razmjene informacija

Ciljevi sesije

Proširiti znanje ucesnika o raznim temama iz domena obrazovanja vršnjaka, kao što su seksualnost, prevencija infekcija koje se prenose seksualnim kontaktom i HIV-a, prevencija zloupotrebe nedozvoljenih supstanci, itd., i izgraditi kapacitet koji im je neophodan za korištenje tehnika razmjene informacija po tim pitanjima.

Uvod

Voditelj treninga ustaje i (uz eventualno korištenje kose table) pocinje uobicajeno predavanje i iznosi neke strucne, cinjenicne podatke. To može trajati nekoliko minuta, odnosno dovoljno dugo da se pokaže negativan efekat staromodnog stila predavanja. Nakon toga bi mogla uslijediti kraca diskusija u vezi s interesantnijim i kreativnijim tehnikama razmjene informacija, što zahtijeva aktivno učešće ucesnika.

VJEŽBA 1: IGRA ASOCIJACIJA¹²

Cilj	Doznati i razmijeniti informacije na zabavan i privlacan nacin.
Dužina trajanja	20 do 40 minuta
Materijal	Kartoncici sa ispisanim rijecima (po jedna rijec na svakom kartoncicu). Dva reda stolica za ucesnike.
Pogodno za	Sve vrste treninga i rad na terenu.
Proces	Poredati stolice u dva reda tako da su okrenute jedna prema drugoj. Kažite ucesnicim da sjednu. Kartoncici sa ispisanim

riječima su spremni za upotrebu. U ovoj fazi ucesnici još uvijek ne smiju znati šta piše na kartonima.

Stanite iza jednog reda stolica i recite svima da gledaju ispred sebe. Riječ pokažite ucesnicima koji sjede okrenuti prema vama. Ucesnici koji su pročitali riječ će ucesnicima koji sjede preko puta njih davati asocijaciju od jedne riječi, navodeći ih na riječ napisanu na kartoncicu. Jedan ucesnik na početku reda daje asocijaciju, a ucesnik koji sjedi preko puta pokušava pogoditi o kojoj se riječi radi. Igra teče sve dok neko ne pogodi riječ. Riječi mogu biti, naprimjer, sluznica, klitoris, penis, itd.

Objasnite grupi da u toku igre trebaju jedni drugima davati asocijacije na osnovu kojih će pokušati dati tačan odgovor. Možete im ponuditi nekoliko savjeta: iako se daje jedna riječ, odgovori mogu imati više od jedne riječi; asocijacija ne bi trebala sadržavati dio, niti cijeli odgovor. Grupi također objasnite da trebaju izbjegavati 'jeftine aluzije'. Primjer takve aluzije bio bi znak kojim se direktno ukazuje na značenje riječi. Naprimjer, ukoliko je odgovor 'penis', ucesnik ne bi trebao prstom pokazivati na svoje medunožje i pritom izgovarati riječ 'venis'. U stvari, ne preporučuju se ni asocijacije koje se rimuju sa skrivenom riječi.

Završetak

Nakon što ste igri posvetili dovoljno vremena (oko 15 do 20 minuta), sjednite s grupom i zamolite ih, jednog po jednog, da kažu sve što znaju o datoj riječi. Zatim zamolite cijelu grupu da dodaju informacije za koje smatraju da su bitne. Kao voditelj treninga, možete ispraviti sve pogrešne informacije, kao i dodati nove za koje smatrate da su u datom kontekstu neophodne. Pokušajte da iskoristite što veći broj kartoncica, ukoliko vam to vrijeme dozvoljava, ili se vratite na njih kasnije, ili ih pak iskoristite u novoj igri neki drugi put.

Uvodeći novu vježbu, voditelj treninga objašnjava kako se vrlo jednostavan kviz može iskoristiti kao odskocna daska za razgovor o činjenicnim stvarima sa edukatorima vršnjaka. Ako postavite par težih pitanja, tada ćete možda kod ucesnika koji smatraju da znaju sve što se od njih očekuje pobuditi dodatno interesovanje. (**Pogledati dodatak 4** u kojem je dat primjer kviza na temu HIV/AIDS i infekcija koje se prenose seksualnim kontaktom).

Napomena za trening

Prilikom pripreme kviza na temu infekcija koje se prenose seksualnim kontaktom i HIV/ AIDS-a u kojem će sudjelovati edukatori vršnjaka ili

treneri, pitanja bi mogla biti nešto teža od onih koja biste postavili u toku aktivnosti sa mladima na terenu. Međutim, imajte na umu činjenicu da se ni od edukatora vršnjaka ni od trenera ne očekuje da posjeduju isti nivo znanja o zaraznim bolestima kao profesionalni zdravstveni radnici.

VJEŽBA 2: IZAZOV: INFEKCIJE KOJE SE PRENOSE SEKSUALNIM KONTAKTOM¹³

Cilj	Doznati i razmijeniti nove informacije na zabavan i interesantan način.
Dužina trajanja	20 do 40 minuta
Materijal	Kosa tabla na kojoj bilježite rezultate
Pogodna za	Sve vrste treninga i rad na terenu
Proces	<p>Pripremite spisak pitanja i odgovora (primjer spiska, <i>infekcije koje se prenose seksualnim kontaktom – verzija za voditelja treninga</i> nalazi se u dodatku 4, na strani 143).</p> <p>Podijelite uesnike u dva, tri ili više timova (ovisno o broju uesnika). Svaki tim treba odabrati svoje ime i predstavnika. Svi članovi tima će skupa definirati odgovor, s tim što će samo predstavnik tima odgovor reci naglas. Objasnite im da ćete svakom timu postavljati pitanja. Ako prvi tim ne zna odgovor ili ponudi pogrešan odgovor, sljedeći tim odgovara na isto pitanje. Svaki tim će imati na raspolaganju oko tri minute za definiranje odgovora. Kada se postavi zadnje pitanje, uesnici mogu 'staviti na kocku' sve poene koje su do tada osvojili (po jedan poen za svaki tačan odgovor): ako na zadnje pitanje daju tačan odgovor, broj osvojenih poena će se udvostruciti, a ukoliko je odgovor netačan, tada gube sve osvojene poene.</p> <p>Pocnite postavljati pitanja. Nakon svakog tačnog odgovora, pitajte uesnike ili im sami objasnite zašto je odgovor tačan. Također obratite pažnju i na netačne odgovore, posebno ako se radi o uobicajeno pogrešnom shvatanju.</p>
Završetak	Provjerite da li uesnici imaju pitanja na kraju igre ili su im neka pitanja i odgovori ostali nejasni. Odmah odgovorite na sva eventualno postavljena pitanja.

5. Tema treninga

Tehnike preispitivanja vrijednosti i stavova

Ciljevi sesije

Učesnike upoznati sa tehnikama preispitivanja vrijednosti i stavova i objasniti im težinu otvorenog razgovora na temu seksualnog i reproduktivnog zdravlja.

Uvod

Prilikom uvođenja ove sesije, voditelj treninga učesnicima objašnjava da će otvoriti diskusiju i pokrenuti aktivnosti na temu seksualnosti, pri čemu će preispitati vlastite vrijednosti i stavove.

Trener istice da bez obzira što prilikom ucenja učesnici mogu u određenoj mjeri zaci u osjetljiva pitanja, namjera ipak nije da se bilo kome kaže kako tacno treba živjeti. Kroz ove obrazovne sesije učesnicima se prenose informacije i detalji na osnovu kojih će oni izvršiti odabir prema vlastitom nahodanju i steci sposobnost zaštite i pružanja pomoci drugima na putu do zdravlja.

Pojmovi

Vrijednosti podrazumijevaju sve ono što osoba cijeni i poštuje. Ako su mladi naučili da cijene svoje zdravlje, onda će najvjerojatnije odgoditi seksualni odnos ili će voditi siguran seksualni život.

Stavovi podrazumijevaju osjecanja prema necemu ili nekome. U kontekstu AIDS-a, tolerancija razlicitih stilova života, odbacivanje diskriminacije i predrasuda, kao i saosjecajnost i briga, predstavljaju najvažnije stavove.

Napomena za trening

Veci dio našeg poimanja seksualnosti nalazi se pod utjecajem spolnih i rodnih normi, kao i pod utjecajem porodice i kulture u kojoj odrastamo. Važno je spoznati da naš religijski i ne-religijski odgoj također može imati važnu ulogu u formiranju licnih stavova o obrazovanju vršnjaka i pitanjima u vezi s tim. Stoga bi svi treneri i edukatori vršnjaka trebali prethodno preispitati licne vrijednosti i stavove.

Stavove i vrijednosti nije lako na druge prenijeti, niti ih je lako ocjenjivati. Medutim, postoje tehnike, kao što su diskusije u timu, izucavanje slucajeva, ili 'glasanje o vrijednostima', koje mogu pomoci pri preispitivanju i uticanju na ljudske stavove i vrijednosti. Stavovi se mogu razvijati i na drugi nacin: to su licni primjeri. Edukatori vršnjaka mogu poslužiti kao 'primjer'. Ako se, naprimjer, jedan od ciljeva programa za obrazovanje vršnjaka odnosi na podsticanje mladih na toleranciju, licno ponašanje edukatora vršnjaka treba odražavati takav stav.¹⁴

Prije nego što se pocne realizirati program za obrazovanje vršnjaka u bilo kojoj zajednici, vrlo je bitno raspitati se o dominantnoj kulturi, odnosno

kulturama, tradiciji i društvenim normama. Bez toga, postoji ogroman rizik vrijeđanja uesnika i gubljenja ugleda edukatora odnosno cijelog programa. Narušena reputacija može imati dalekosežne posljedice, a efekat može trajati vrlo dugo.

U nekim sredinama se značaj donekle daje skromnim pogledima na seksualna pitanja. Stoga bi bilo pogrešno početi odmah otvoreno i detaljno govoriti o seksualnim pitanjima. U nekim sredinama do izražaja mogu doći problemi u vezi s programima u kojima djevojke i mladici sudjeluju zajedno. Stoga bi najbolje bilo sva ova pitanja uvoditi postepeno. Evo nekoliko primjera informacija koje će vam pomoći da doznate nešto više o datoj sredini i da izbjegnute aktivnosti koje uesnici možda ne bi odmah prihvatili:

- *Pokušajte doznati koja su pitanja bitna za organizaciju sa kojom ćete raditi.*
 - *Provedite ocjenu ciljne zajednice, ukoliko to već nije urađeno. Pokušajte doznati da li postoji mogućnost za djevojke da sudjeluju u vašem programu i, ukoliko je potrebno, na koje prepreke mogu pritom eventualno naići. Time bi se možda mogla opravdati intervencija koju predlažete.*
 - *Razgovarajte sa rukovodiocima ili upravom organizacije sa kojom ćete raditi o temama koje vi predlažete i objasnite način na koji ćete ih obraditi.*
 - *Postepeno i pažljivo predite na razgovor o pitanjima seksualnosti i rodnosti.*
 - *Ako je moguće, organizirajte seriju treninga za upravu škole kako bi ona mogla bolje razumjeti probleme na koje stavljate naglasak (naprimjer, reproduktivno zdravlje, rodna pristrasnost).*
 - *Ako radite sa mladima u školi, pokušajte prvo informirati odnosno obučiti školsku upravu, a zatim nastavnike, pa roditelje, prije nego što predete na trening mladih. Na taj način ćete dobiti povratne informacije i podršku zajednice vašem programu.*
 - *Pokušajte ustanoviti kako je program prihvacen. Time ćete pokazati poštivanje prema zajednici u kojoj radite.*
 - *Napišite kraci izvještaj i dostavite primjerak zajednici u kojoj ste radili.*
-

Rad sa religijskim vodama

Važno je razmotriti najbolji moguci pristup svakoj ciljnoj zajednici u vezi s obrazovanjem vršnjaka sa stajališta religijskog obrazovanja, normi i utjecaja. Programi za obrazovanje vršnjaka su obicno uspješniji ukoliko su religijske organizacije i vode medusobno saradivali u izradi nastavnog programa i materijala koji ce se koristiti u zajednici. Ukoliko su vode dovoljno informirane i educirane u vezi s potrebama ciljne grupe (naprimjer, vidjeli su rezultate ocjena), kao i u vezi s pitanjima (direktno su se s njima upoznali kroz kontakt s datom grupom), oni mogu postati važan saveznik koji ce pomoci ostvarenju ciljeva. Posebno je važno doci do religijskih voda koji pokazuju rodnu osjetljivost, s obzirom da njihova podrška može uveliko doprinijeti omogucavanju jednakog sudjelovanja djevojaka i mladica u programu.

Historijski se od religijskih voda ocekivalo da pomognu pri savjetovanju i davanju podrške osobama koje su oboljele. Možda ce biti potreban drugaciji, osjetljiviji pristup kako bi mogli spoznati važnost uloge u sprecavanju nastanka bolesti, prije svega kroz zastupanje sveobuhvatnog obrazovanja. Kada to prihvate, religijske vode i strucnjaci vam takoder mogu pomoci da opravdate potrebu za obradom pitanja reproduktivnog zdravlja tako što cete objasniti gdje i kako religijsko obrazovanje može omoguciti takvu edukaciju.

Naprimjer, iako neke religije naglašavaju vrijednost skromnosti u vezi s pitanjima iz domena seksualnog zdravlja i života, one takoder uce da su zaštita i spašavanje života najvažnije pravilo. U takvom vjerovanju se smatra da se pravila moraju primijeniti onda kada ona pomažu ljudima da žive zdrav život, ali ne kada pravila mogu prouzrokovati smrt. Takoder uce da je život svetinja, da druge moramo upozoriti na opasnost, da prema ljudima trebamo pokazivati saosjecajnost i da moramo paziti one koji su bolesni. Tako neke religije uce da je spašavanje jednog života "isto kao i spašavanje cijelog svijeta". Te religijske ustanove odvracaju ljude od rada tokom blagdana, s tim što prave izuzetak kada se radi o lijecnicima, ukoliko je necije zdravlje ugroženo.

VJEŽBA 1: JEZIK SEKSA¹⁵

Cilj	Veca opuštenost prilikom razgovora o seksualnosti.
Dužina trajanja	25 minuta
Materijal	Odštampani materijal sa rijecima i pitanjima, papir, olovke
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	Formirajte manje grupe od po troje ucesnika; svakoj grupi obezbijedite po jednu kosu tablu i marker. Objasnite ucesnicima da se mnogi ljudi osjecaju nelagodno kada razgovaraju o temama koje imaju dodira sa seksualnošcu i njenim posljedicama. Medutim, kada se govori o pitanjima kao što su seksualno zdravlje, HIV/AIDS, tada moramo biti

u mogućnosti govoriti o stavovima i ponašanju u vezi sa seksualnošću, te posljedicama nezaštićenog seksa.

Zamolite učesnike da ostave po strani strah da će izgovoriti ono što se smatra tabu temom i objasnite im da moramo naučiti govoriti o seksualnim organima i raznim seksualnim radnjama kako bismo zaštitili vlastito zdravlje.

Grupi dajte materijal sa listom termina iz domena seksualnosti (u donjem tekstu se nalazi primjer takve liste). Zamolite ih da odaberu dvije riječi (ili ih vi odredite ako se oni stide): jedna se riječ nalazi na listi u vezi sa seksom i reprodukcijom, a druga je na listi u vezi s mogućim posljedicama seksa.

Primjeri termina u vezi sa seksualnošću: vagina, grudi, menstruacija, sperma, penis, snošaj, orgazam, zadovoljstvo, seksualno prenosive bolesti, HIV/AIDS, masturbacija, kondomi, žena sa više seksualnih partnera, muškarac sa više seksualnih partnerica.

Zamolite svaku grupu od po tri učesnika da za svaku riječ koju su izabrali na kosoj tabli napišu sinonime (ili slične termine) koji se koriste u njihovoj sredini.

Zamolite grupu da odgovori na sljedeća pitanja:

- Koji su sinonimi za svaku riječ odabranu sa liste najprihvatljiviji za 'javnu' upotrebu, a koji se smatraju neprihvatljivim?
- Koje riječi najčešće koriste mladi kada međusobno komuniciraju?
- Koje riječi mladi najčešće koriste kada komuniciraju sa roditeljima i drugim odraslim osobama?
- Koje riječi imaju negativno značenje za žene odnosno za muškarce?
- Da li smatrate da negativne riječi mogu biti štetne ako se njima drugi ljudi zbunjuju ili čak vrijeđaju? Ako smatrate da je tako, zašto ih onda koristite?
- Zašto upotrebljavate riječi kojima se iskazuje nepoštovanje prema ženama i muškarcima?

Kada grupe predoče svoje odgovore, na zid okacite papir na koji je data grupa napisala sinonime, kako bi ih svi učesnici mogli pročitati.

Završetak

Objasnite da je važno sa adolescentima razgovarati na njihovom jeziku – ili barem im omogućiti da upotrebljavaju riječi koje su im najbliže tako da se ugodno osjećaju kada govore o seksu i njegovim posljedicama.

Istaknite da moramo prilagoditi upotrebu jezika našem auditoriju; to znaci da možemo koristiti određene riječi pred prijateljima, a druge riječi u komunikaciji s odraslima, kao što su roditelji i nastavnici.

Objasnite im također da je potrebno prevazici našu osjetljivost prema riječima iz seksualnog konteksta. Ako ne možemo ostvariti jasnu komunikaciju sa drugim ljudima u vezi s onim što volimo ili što ne volimo, što želimo i što ne želimo, onda ce doći do nesporazuma.

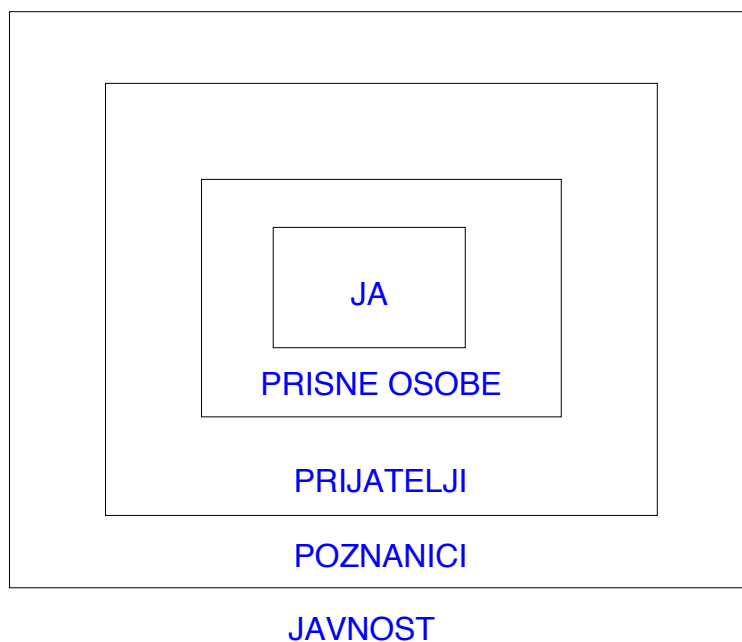
Kažite ucesnicima da trebamo biti u stanju izgovoriti riječi koje se sasvim jasno odnose na seks i seksualnost kada želimo tražiti pomoc, naprimjer, kada smo kod zdravstvenog radnika.

Naglasite da neke riječi kojima ne ukazujemo poštovanje prema drugima mogu proizvesti štetne efekte. Naprimjer, u mnogim mjestima se cuju mnoge ‘negativne’ riječi o ženama koje imaju seksualne odnose izvan bracne zajednice (naprimjer, ‘drolja’, ‘kurva’), dok se na riječi koje se koriste za muškarce koji imaju seksualne odnose izvan braka ili sa više partnerica gleda pozitivno (naprimjer, ‘muškarcina’, ‘pastuv’). Ovakva upotreba jezika naglašava ‘dvostruke standarde’ i nejednakost muškaraca i žena.

Također istaknite sve riječi sa liste sa prizvukom nasilja (naprimjer, ‘rokanje’, ‘metak’, ‘nabadanje’) i objasnite kako korištenje takvih riječi može doprinijeti vjeronanju da je nasilje u seksu dozvoljeno.

VJEŽBA 2: KVADRATI PRIVATNOSTI¹⁶

Cilj	Ucesnici razmišljaju o znacaju privatnosti i povecavaju svoju osjetljivost prema njoj kada druge uce o zdravlju i govore im o HIV/AIDS-u.
Dužina trajanja	20 do 25 minuta
Materijal	Za svakog ucesnika grafitna ili hemijska olovka i papir sa nacrtanim koncentricnim kvadratima, kao što je to prikazano u donjem tekstu; markeri; lista ‘privatnih stvari’ za razmatranje (pogledati donji tekst).
Pogodna za	Trening trenera
Proces	Svakom ucesniku dajte po jedan papir i olovku. Zamolite ih da sjednu i da se pripreme za pisanje. Pokažite im veliki papir na kosoj tabli sa ucrtanim koncentricnim kvadratima (pogledati niži tekst i dodatak 4 na strani 139, naprimjer).



Na kosoj tabli istaknite sljedece 'elemente kvadrata privatnosti':

Kome biste povjerali:

- Koliko ste visoki (**v**)?
- Koliko imate kilograma (**kg**)?
- Da niste zadovoljni s nekim dijelom svoga tijela (**tijelo**)?
- Kako se štitite od neželjene trudnoce (**kontrola**)?
- Kakvo imate seksualno iskustvo (**iskustvo**)?
- Svoje seksualne fantazije (**mašta**)?
- Da uživate u erotskim sadržajima (**X**)?
- Da maštate o homoseksualnoj vezi (**homosex-mašta**)?
- Da ste imali homoseksualnu vezu (**homosex-iskustvo**)?
- Šta mislite o oralnom seksu (**oralni**)?
- Da razmišljate da uradite HIV test (**razmišljanje**)?
- Da ste se već uradili HIV test (**test**)?
- Da ste HIV pozitivni (**+**)?

Ucesnicima objasnite da je prilikom obrazovanja iz seksualnosti posebno važno poštivati privatnost drugih. Da bi preispitali šta privatnost znaci za svakog od nas, ucesnici ce sebi nacrtati iste kvadrate koji su prikazani na kosoj tabli (ili ce koristiti papire sa već ucrtanim kvadratima) i popunit ce ih svako za sebe. U odgovarajuci kvadrat trebaju upisati s kim bi podijelili informaciju koju procita voditelj treninga (mogu upisivati simbole ili skracenice umjesto punih rijeci).

Objasnite da bi u ovoj vježbi uesnici trebali razmišljati o ljudima iz njihovog života koji bi se mogli uklopiti u određene kvadrate. Pomozite im da tacno definiraju pojmove kao što su ‘poznanič’ i ‘prisna osoba’.

Na pocetku možete reci: *“Pocnimo s visinom. Razmislite kome biste mogli povjeriti koliko ste visoki. Da li bi to bile osobe za koje smatrate da su vama prisne? Ili poznanici? Ili na javnom mjestu, ljudima koji su vam nepoznati?”*

Napomenite da se neka iskustva ne odnose na sve uesnike. U tom slucaju uesnici trebaju razmisliti kome bi takve stvari povjerili, da se one ticu licno njih.

Kada budete citali pitanja u vezi s privatnošću, vodite racuna o tome da uesnicima date dovoljno vremena da razmisle o svakom pitanju i da na njega odgovore.

Završetak

Pitajte uesnike šta misle o vježbi. Da li su išta spoznali u vezi s vlastitom licnošu? Napomenite da ponekad zaboravimo koliko su za određene ljude neke stvari privatne jer smo navikli da radimo u svijetu seksualnog obrazovanja i da o tome govorimo i razmišljamo.

VJEŽBA 3: RAZMIŠLJANJE O CETIRI TEME¹⁷

Cilj	Preispitivanje onoga što cijenimo i poštuemo u seksualnoj vezi.
Dužina trajanja	Okolo 75 minuta
Materijal	Cetiri papira za kosu tablu i cetiri markera; traka za lijepljenje
Pogodna za	Trening trenera
Proces	Na zid zalijepite cetiri papira za kosu tablu i na svakom napišite po jedno pitanje: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Zašto mladi ljudi ulaze u seksualne odnose?<input type="checkbox"/> Iz kojih razloga bi mogli sacekati neko vrijeme prije nego što se upuste u seksualni odnos, odnosno iz kojih razloga bi mogli neko vrijeme apstinirati od seksualnih odnosa?<input type="checkbox"/> Zašto je u toku seksualnog odnosa potrebna zaštita?<input type="checkbox"/> Koje su alternative seksualnom odnosu?

Gruppu podijelite u cetiri tima i svakom timu dajte po jedan marker. Svaki tim treba prici jednom papiru i ima pet minuta na raspolaganju da upiše što više odgovora odnosno ideja.

Opomenite ih minut prije isteka vremena. Nakon što istekne pet minuta, zamolite timove da se premjeste tako da svaki tim stane kod drugog papira. Neka naglas procitaju odgovore kako ne bi ponavljali iste ideje. Svaki tim će se premjestiti tako da odgovori na svako postavljeno pitanje. Nakon toga će se vratiti u grupu.

Zamolite ih da razmotre odgovore. Da li su neki razlozi bolji od drugih? Kako znaju? Na koji način razlozi utječu na način na koji edukatori vršnjaka pokušavaju utjecati na odluke koje donose njihovi prijatelji?

Ako mislite da su mladi previdjeli bitan razlog, iznesite im svoju ideju. Ako se slažu, dodajte ideju na listu.

Tada otvorite diskusiju. Koristeći odgovore koje su dali na postavljena pitanja u vezi s mogućim alternativama seksu i zašto je potrebna zaštita, zamolite ih da predlože načine na koje mogu podsticati prijatelja ili vršnjaka na siguran seks (ili apstinenciju od seksa). Kao grupa, ocijenite koje su strategije najučinkovitije i pozitivnije od drugih.

Ako vam je ostalo dovoljno vremena, zamolite učesnike da se razvrstaju u parove za igrokaz. U paru će jedan biti edukator vršnjaka, a drugi će igrati ulogu prijatelja odnosno vršnjaka. U toku igre trebaju vježbati načine na koje će odvracati prijatelja od rizičnog ponašanja.

Napomena: Učesnici trebaju imati na umu činjenicu da diskusija o pitanjima poput onih koja su istaknuta u gornjem tekstu može biti neprimjerena za članove neke kulture. Ova vježba se treba koristiti samo tamo gdje je kulturološki prihvatljiva i čak i tada se treba postupati s velikom pažnjom.

VJEŽBA 4: DA LI SE SLAŽETE?

Cilj	Preispitati vlastite vrijednosti i stavove u vezi s raznim pitanjima, kao što su seksualnost, HIV/AIDS, korištenje nedozvoljenih supstanci, itd.
Dužina trajanja	45 minuta
Materijal	Dva papira za kosu tablu; na jednom piše 'slažem se', a na drugom 'ne slažen se'.
Pogodna za	Svaki trening ili rad na terenu s mladima od 16 i više godina, u manjim grupama.

Proces

Stavite dva papira na pod, po jedan sa svake strane zamišljene linije ili ih okacite na zid, jedan preko puta drugog. Učesnici trebaju stajati u sredini sale.

Objasnite da ćete pročitati nekoliko kontroverznih izjava, a oni trebaju stati na zamišljenu liniju, bliže jednom ili drugom papiru, ovisno o tome da li se slažu s izjavom ili ne.

Nakon što pročitate prvu izjavu, učesnici odlaze do mjesta koje najbolje opisuje njihov odgovor. Kada svi budu stajali negdje duž linije, zamolite da se neko dobrovoljno javi i objasni zašto stoji baš na tom mjestu. Neka tri učesnika daju objašnjenje, a nakon toga ostali učesnici trebaju dati svoje mišljenje u vezi s tim.

Nastavite sa sljedećom izjavom.

Nakon što pročitate i analizirate sve izjave, pitajte učesnike šta misle o iznošenju svojih vrijednosti pred drugim učesnicima, posebno ako one ne odražavaju mišljenje većine učesnika.

Nakon što ste saslušali nekoliko mišljenja, učesnicima dajte priliku da zauzmu nova mjesta u odnosu na liniju koja na najbolji način odražavaju njihovo mišljenje. Pitajte ih da li im je bilo lako promijeniti mišljenje i stav.

Primjeri izjava:

- Tinejdžeri trebaju biti upoznati s načinom na koji mogu koristiti kondome i trebaju imati mogućnost nesmetanog pristupa kondomima.
- Prihvatio bih/prihvatila bih prijatelja koji je homoseksualac.
- Prihvatila bih brata/sestru da je homoseksualac.
- Osobe zaražene HIV-om trebaju samo sebe kriviti.
- Prostituciju bi trebalo zabraniti da bi se spriječilo širenje HIV/AIDS-a.
- Ciste igle bi trebale biti dostupne na zahtjev ovisnika koji drogu uzimaju intravenozno.

Završetak

Vodite računa o potrebama učesnika prije, u toku i nakon vježbe. Neki se mogu osjećati ugroženo, s tim što to ne pokazuju. Nastojte da se i oni osjećaju ugodno bilo da informacije razmjenjuju ili ne. Nakon završetka vježbe, ostanite na raspolaganju kako bi s učesnicima mogli pojedinačno razgovarati o bilo kojim eventualnim problemima.

6. Tema treninga

Svjesnost o rodu i rodna osjetljivost¹⁸

Cilj sesije

Cilj ove sesije odnosi se na povećano razumijevanja potrebe za uvrštavanje rodnosti u obrazovanje vršnjaka.

Pojmovi

Rod se odnosi na široko rasprostranjene ideje i očekivanja (norme) u vezi s muškarcima i ženama. Tu spadaju ideje o 'tipicno' ženskim i muškim karakteristikama i sposobnostima, kao i zajednička očekivanja u vezi s načinom ponašanja žena i muškaraca u određenim situacijama. Takve ideje i očekivanja se uče u porodici, od prijatelja, osoba koje utječu na formiranje mišljenja, u religijskim i kulturološkim institucijama, u školi, na radnom mjestu, putem propagandnog programa i medija. One odražavaju i utječu na različite uloge, društveni status, ekonomsku i političku moc žena i muškaraca u društvu.

Napomena za trening

Mladici i djevojke mogu pomoći smanjenju faktora rizika koji doprinose pitanjima zdravlja sa kojima se suočavaju, ako su u stanju da ih prepoznaju i da se s njima bave.

Jedan takav faktor rizika predstavlja i rodna pristrasnost. Osobe koje rade u oblasti zdravlja adolescenata trebaju shvatiti koncept roda i kako on utječe na njih kroz kulturu, tradiciju i predrasude, tako da one to ponekad čak i ne primijete. Razlog za to je što se svako uči, bilo kao dijete ili odrasla osoba, da se ponaša na određeni način i da vjeruje u određene stvari u skladu s normama koje se odnose na rod.

Kada ljudi prepoznaju takve norme i uloge koje se baziraju na rodu, oni mogu početi učiti kako da ih mijenjaju i da se odupru očekivanjima i situacijama koje mlade ljude dovode u opasnost. Edukatori vršnjaka također mogu sa svoje strane pomoći da se konačno dovedu u pitanje norme i stereotipi u vezi s rodom tako što će sami postati svjesni načina na koji rod utječe na njihovo ponašanje i ponašanje njihovih vršnjaka.

Prilikom uvrštavanja aspekta roda u program obrazovanja vršnjaka, edukatori vršnjaka bi trebali imati na umu sljedeće:

- *Uvrštavanje aspekta roda u aktivnosti s mladima zahtijeva konstantan rad i informiranost. To nije jednokratna aktivnost, niti jednostavno pitanje korištenja prave terminologije (naprimjer, pominjanje i mladica i djevojaka u istom kontekstu, ili pominjanje ženskog roda uz muški u pisanju).*

- Rod je povezan sa odnosima, i to ne samo između muškarca i žene, nego i među ženama i među muškarcima. Naprimjer, majke uče svoje kćerke da se muškarcima ne suprotstavljaju; ocevi uče svoje sinove 'da se ne ponašaju kao curice', odnosno da ne placu.
- Najbrže ćete zapamtiti razliku između spola i roda ako imate na umu da je spol biološke, a rod društvene prirode. To znači da se pojam 'spol' odnosi na fizičke karakteristike sa kojima se radamo, dok se uloge roda uče postepeno i mogu se mijenjati.
- Rod se ne odnosi samo na ljude koji su heteroseksualci: on se odnosi i na biseksualce, homoseksualce i lezbijske, kao i na osobe čiji je izbor apstinencija od seksa.
- Muškarci i žene mogu manipulirati idejama i vidovima ponašanja koji se baziraju na rodu u vlastitu korist, pri čemu možda neće nikoga povrijediti, ali će istovremeno jacati stereotipe (naprimjer, žene flertuju ili placu, dok muškarci 'padaju na šarm' da bi nešto dobili).
- Teško je biti 100% rodno osjetljiv. Gotovo da se svi nalazimo pod utjecajem roda kada formiramo ideje ili preduzimamo aktivnosti.
- Rodna osjetljivost ne znači da više ne prepoznamo razlike između muškaraca i žena. Neke razlike ostaju zbog biologije; možemo neke zadržati i pritom ne mijenjati odnos (naprimjer, muškarci ženama otvaraju vrata i time pokazuju ljubaznost).

Druge vježbe na temu roda nalaze se u [dodatku 5, na strani 163](#).

VJEŽBA: ROD, A NE SPOL¹⁹

Cilj	Učesnici uviđaju razliku između 'spola' i 'roda' i uče se prepoznavanju rodni stereotipa.
Dužina trajanja	25 minuta
Materijal	Veliki papir za kosu tablu ili papir za štampanje novina, markeri i traka; papir za kosu tablu ili projektor na kojem će se istaknuti definicije vezane za seksualnu orijentaciju.
Pogodan za	Sve vrste treninga i terenski rad
Proces	<p>Na velikom papiru napravite tri kolone. Na vrhu prve kolone napišite 'žena', a druge dvije ostavite prazne.</p> <p>Zamolite učesnike da identificiraju lične karakteristike, sposobnosti i uloge ('atribute') koje se najčešće vežu sa žene; tu eventualno spadaju i stereotipi koji dominiraju u sredini u kojoj učesnici žive ili pak njihove ideje. Upišite njihove sugestije u kolonu pod naslovom 'žena'.</p> <p>Zatim iznad treće kolone upišite 'muškarac' i zamolite učesnike da naprave listu karakteristika, sposobnosti i uloga</p>

koje se najčešće pripisuju muškarcima. U datu kolonu upišite njihove sugestije.

Ukoliko uesnici nisu dali nikakve negativne i pozitivne karakteristike, sposobnosti niti uloge za oba spola, upišite ih vi kako bi obje kolone sadržavale pozitivne i negativne riječi. Dodajte također i biološke karakteristike (kao što su grudi, brada, penis, vagina, menopauza), ako sami uesnici ništa od toga nisu pomenuli.

Zatim zamijenite naslove kolona tako što ćete umjesto 'žena' napisati 'muškarac' iznad prve kolone, i 'žena' umjesto 'muškarac' iznad treće kolone. Iduci od jedne stavke do druge na listi, pitajte uesnike da li muškarci mogu ispoljavati karakteristike i ponašanje koje je pripisano ženama i obratno. Atribute za koje uesnici smatraju da se ne mogu pripisati i muškarcima i ženama upišite u srednju kolonu, pod nazivom 'spol'.

Da biste uštedjeli na vremenu, nije potrebno da o svakom atributu govorite posebno. Međutim, vodite računa o tome da uesnici analiziraju sve riječi napisane u koloni pod nazivom 'spol'.

Moguće je da će uesnici polemizirati oko značenja nekih riječi – jedan od ciljeva ove vježbe je da se pokaže da ljudi većini karakteristika daju drugačija značenja od kojih se svako odnosi na rod.

Budite spremni voditi diskusiju o različitim vrstama seksualnosti. Bilo bi korisno napraviti razliku između 'seksualne orijentacije' i roda. Ako je potrebno, dajte im jednostavne definicije u vezi sa seksualnom orijentacijom, pritom koristeći kosu tablu ili projektor. Istaknite da se osobe, bez obzira na seksualnu orijentiranost, nalaze pod utjecajem društvenih očekivanja u vezi s ponašanjem i ulogama, u skladu s biološkim spolom.

Objasnite im da je spol povezan sa biološkim i genetskim stvarima, dok se rod odnosi na socijalne i kulturološke uloge žena i muškaraca u društvu, te stoga, ono što se smatra rodom može se razlikovati od kulture do kulture i od društva do društva.

Naglasite da iako se sve riječi u kolonama pod nazivom 'muškarac' i 'žena' odnose na rod, mnogi ljudi ipak ne vide razliku između spola i roda ili obratno, zbog čega koriste iste riječi i u kontekstu spola i u kontekstu roda. Riječ 'roda' se često neodgovarajuće koristi umjesto riječi 'spol' (naprimjer, kada se u raznim obrascima postavlja pitanje roda, a ne spola).

Završetak

Naglasite da stereotipne ideje o ženskim i muškim kvalitetama mogu biti štetne jer se njima ograničava potencijal za razvoj širokog spektra ljudskih kapaciteta. Prihvatanjem tih stereotipa, mi, u stvari, ograničavamo naše radnje: mi ne možemo odrediti naše ponašanje, interesovanja niti umijeca, tako da se, naprimjer, muškarci odvracaju od obavljanja 'ženskih' poslova (kao što je briga o djetetu), dok se žene odvracaju od uloga koje su tradicionalno 'muške' (kao što je inženjerski posao).

Naglasite da to ne znaci da ne možemo uživati u pokazivanju kvaliteta koji se obicno pripisuju našem spolu, ali je važno da donesemo vlastite odluke u vezi s onim što radimo.

7. Pregled dana

Kraci pregled tema obradenih tokom dana. Ucesnici se trebaju prisjetiti svih aktivnosti toga dana, i pritom pomenuti glavne teme. Također mogu iznijeti i svoje mišljenje o treningu.

Program za dan 3

Dan 3		
Br.	Tacka programa	Ciljevi
1.	Vježba istezanja	
2.	Komentari i reakcije o danu 2	<i>Svakodnevna ocjena radionice</i>
3.	Vježba opuštanja/zagrijavanja <u>Vježba:</u> ➤ 'Prenošenje maski'	<i>Upoznati ucesnike sa vježbom opuštanja, zagrijavanja i izgradnje timskog rada</i>
4.	<u>Tema treninga</u> Tehnike razvijanja umijeca <u>Vježbe:</u> ➤ Uvod u obrazovanje koje se zasniva na životnim umijecima ➤ Igrokaz: reci "ne" (umijece pregovaranja) ➤ Štafetna utrka s kondomom	<i>Uvođenje koncepta životnih umijeca i obrazovanja koje se bazira na umijecima; utvrditi njegovu vezu s obrazovanjem vršnjaka</i> <i>Ucesnicima približiti tehnike razvijanja umijeca koja će mladima omogućiti da zaštite svoje zdravlje, to jeste:</i> ➤ tehnike sa ciljem izgradnje umijeca odbijanja ➤ tehnike za izgradnju znanja i umijeca o pravilnom korištenju kondoma
5.	Vježba za podizanje radne energije, prema prijedlogu jednog ili više ucesnika	<i>Podijeliti iskustvo ucesnika u vježbama podizanja radne energije</i>
6.	<u>Tema treninga</u> Motivacioni instrumenti i tehnike <u>Vježba:</u> ➤ Zašto ovo radimo? <u>Grupna diskusija:</u> Gostujući predavac Uključivanje ranjivih grupa u program Video kao motivacioni instrument <u>Vježba:</u> ➤ Vizuelna imaginacija – testiranje na HIV	<i>Motivirati ucesnike na daljnji rad na obrazovanju iz domena zdravlja mladih kroz kolektivni osjećaj značaja toga rada</i> <i>Upoznati ucesnike sa motivacionim tehnikama.</i> <i>Razmotriti potencijalni doprinos stvaranju motivacije za promjene u ponašanju putem iznošenja licnog iskustva</i> <i>Uvesti video tehniku u cilju povećanja motiviranosti</i>
7.	<u>Tema treninga</u> Igrokaz, ponovo <u>Vježba:</u> ➤ Triade – borba za pažnju	Vježbanje igrokaza
8.	Pregled dana	

1. Vježba istezanja

Učesnici trebaju voditi grupu prilikom vježbi istezanja. Nekoliko učesnika može pokazati, jedno po jedno, koje je mišice potrebno istegnuti.

2. Komentari i reakcije o danu 2

Tim koji ima zadatak da podnese izvještaj o utiscima o prethodnom danu upoznaje grupu sa svim informacijama koje je prethodni dan čuo od učesnika.

3. Vježba opuštanja i zagrijavanja

Učesnicima objašnjavate koliko je važno koristiti vježbe opuštanja i zagrijavanja, podizanja radne energije i izgradnje timskog rada, stalno tokom treninga.

VJEŽBA: PRENOŠENJE MASKE²⁰

Cilj	Učesnici su se zagrijali, podignuta je radna energija i radi se na izgradnji timskog rada. Učesnici se opuštaju kroz međusobna zasmijavanja.
Dužina trajanja	5 do 10 minuta
Materijal	Nema
Pogodna za	Sve vrste treninga
Proces	<p>Svi učesnici trebaju formirati krug, s licem okrenutim prema sredini kruga.</p> <p>Objasnite da svaki učesnik treba od drugog učesnika do njega 'preuzeti' grimasu i nakon toga napraviti svoju koju će 'prenijeti' na sljedećeg učesnika u grupi, koji će zatim napraviti novu, i tako dalje.</p> <p>Kažite im sljedeće: "Ja ću napraviti grimasu odnosno 'masku' i pogledati osobu koja stoji s moje lijeve strane. Ona mora pokušati imitirati moju masku ili napraviti identičnu, kao da se gleda u ogledalo. [Pokažite] Zatim će se ta ista osoba okrenuti nalijevo i promijeniti prvu masku u novu i prenijeti je na sljedeću osobu. Tako ćemo 'maske' prenositi kroz cijeli krug. Hajdemo to sada pokušati i nemojte zaboraviti da pogledate osobu s vaše lijeve strane. Dajte joj dovoljno vremena da napravi zaista dobru kopiju vaše maske. Nemojte žuriti, dajte svima dovoljno vremena da tačno iskopiraju masku."</p>
Završetak	Učesnici mogu razgovarati o igri i reci šta su tokom igre osjecali.

4. Tema treninga

Tehnike razvijanja umijeca

Ciljevi sesije

Cilj sesije je da se pomogne učesnicima da shvate zašto je razvijanje umijeca osnovna komponenta programa zdravstvenog obrazovanja. Ono pruža mogućnost ispitivanja koncepta životnih umijeca i primjene zajedničkih tehnika razvoja umijeca sa mladima.

Napomena za trening

Razne studije su pokazale da samo znanje ne dovodi do promjena u ponašanju. Većina ljudi zna, naprimjer, da cigarete mogu prouzrokovati rak pluća. Ali ih to neće spriječiti u odluci da počnu ili nastave pušiti. U kontekstu HIV/AIDS-a i drugih infekcija koje se prenose seksualnim putem to znači da poznavanje načina na koji se bolesti prenose ili kako se osoba može zaštititi ne vodi ka vidu ponašanja koje je sigurnije po lično zdravlje. Stoga, programom treninga informativne aktivnosti ne bi trebale dominirati. Dobro znanje je samo osnova za razvoj neophodnih umijeca, pozitivnih stavova i vrijednosti.

Da bi se prilagodili seksualnom ponašanju koje je sigurno po njihovo zdravlje, mladi ljudi trebaju kod sebe razviti bitna životna umijeca i umijeca ponašanja, kao što su:

- *Samosvjesnost*
- *Umijeće odlučivanja*
- *Samouvjerenost (naprimjer, sposobnost odupiranja mladog čovjeka pritiscima da počne uzimati drogu ili da ima seksualni odnos)*
- *Umijeće pregovaranja (insistiranje na sigurnom seksu)*
- *Praktična umijeca (efikasna upotreba kondoma)*
- *Prepoznavanje, izbjegavanje ili upravljanje situacijama koje mogu dovesti do nasilja ili zlouporabe²¹*

Pojmovi

□ **ivotno umijeće** se odnosi na sposobnost adaptiranja i prihvatanja pozitivnog ponašanja koje osobama omogućava da se djelotvorno nose sa potrebama i izazovima koje nameće svakodnevni život.

Izvor: WHO, 1993.

Zdravstveno obrazovanje koje se bazira na umijecima je pristup kojim se stvaraju ili održavaju zdravi životni stilovi i uslovi kroz razvoj znanja, stavove, i posebno umijeca, koristeći razna iskustva u ucenju, sa naglaskom na metodama učešća.

Izvor: UNICEF, Umijeca za zdravlje

VJEŽBA 1: UVOĐENJE OBRAZOVANJA KOJE SE BAZIRA NA ŽIVOTNIM UMIJECIMA

Cilj Osposobiti uesnike da definiraju životna umijeca i njihove prednosti.
Uvesti koncept obrazovanja koje se bazira na umijecima i identificirati ulogu edukatora vršnjaka u provođenju obrazovanja koje se bazira na umijecima, na način koji je primjeren mladima.

Dužina trajanja 30 minuta

Materijal Dvije kose table.

Pogodna za Trening trenera

Proces Uesnici trebaju razmjenjivati mišljenja u četiri manje grupe, pri čemu će svaka grupa razmatrati po dva pitanja. Sve grupe razgovaraju o sljedećoj temi, koja je ujedno prvo pitanje:

- Šta su to životna umijeca?

Zatim, svaka grupa bira jedno od sljedećih pitanja kao svoju drugu temu:

- Ko nas može učiti životnim umijecima?
- Gdje se može učiti o životnim umijecima?
- Kako se može učiti o životnim umijecima?

Nakon toga cijela grupa razgovara o odgovorima na četiri postavljena pitanja.

:

Pročitajte naglas (ili dajte uesnicima) definiciju WHO o životnim umijecima (pogledati uokvireni tekst) i razgovarajte o tome kako se ta definicija uklapa u ono što su uesnici formulirali.

Zamolite uesnike da pred cijelom grupom opišu svoje iskustvo u razvoju umijeca kada rade s mladima i da kažu koje su, prema njihovom mišljenju, najbolje tehnike razvoja umijeca.

Sljedeća vježba predstavlja tipičan primjer aktivnosti na izgradnji umijeca. Cilj se odnosi na razvijanje samopouzdanja u neseksualnim situacijama, te je stoga itekako odgovarajuća za mlade. Također se može koristiti kao uvod u aktivnost u cilju razvoja umijeca pregovaranja o sigurnijem seksu.

Cilj Pomoci mladima da kod sebe razviju samopouzdanje u neseksualnim situacijama.
Pomoci ucesnicima da nađu nacine na koje ce savladavati pritiske od strane vršnjaka.

Dužina trajanja 45 minuta

Materijal Nema

Pogodna za Sve vrste treninga.

Proces Zamolite ucesnike da razmisle o situaciji do koje je došlo kada su bili mladi, u kojoj ih je neko iste starosne dobi pitao da nešto urade što nisu željeli.

Iz njihovih odgovora izdvojite nekoliko primjera:

- Prijatelj ga je pitao da li bi mu posudio svoj novi motor za putovanje po lošoj cesti
- Prijatelj mu je ponudio da proba cigaretu ili ‘joint’
- Prijatelj ga je nagovarao da nešto ukrade u samoposluzi.

Dva dobrovoljca trebaju odglumiti jednu od tih situacija.

Razgovarajte o nacinu na koji je osoba u igrokazu rekla “ne”. Pitajte osobe koje su glumile kako su se osjecale kada su odbile prijedlog. Da li je to bilo lako?

U toku diskusije naglasite da nije uvijek lako reci “ne”, posebno ne prijatelju. Normalan je osjecaj zbunjenosti ili osjecaj da nešto s vama nije u redu kada na vas drugi vrše pritisak. Ali, možete spoznati i druge nacine na koje cete odbiti nešto što vam se ne dopada ili ne želite da uradite, i pritom cete ostati vjerni sebi i onome u šta vjerujete.

Zamolite ucesnike da razmisle o drugim nacinima na koje mogu reci “ne”.

Evo nekoliko primjera samopouzdanog izgovaranja rijeci “ne”:

- Ljubazno odbijete ponudeno
- Možete objasniti zašto nešto ne prihvatate (ali to ne znaci da se trebate izvinjavati!)
- Samo se udaljite
- Ponudite alternativu
- Vi se s drugom osobom ne slažete
- Preuzmite ofanzivu
- Izbjegnite situaciju

Najavite novi igrokaz. Zamolite dva dobrovoljca da odigraju i druge situacije predložene na početku aktivnosti. Zamolite ih da razmisle o različitim načinima odbijanja ponude, o kojima ste upravo razgovarali.

I opet razgovarajte sa cijelom grupom o načinima na koje su se uesnici u svojim ulogama oduprijeli pritisku.

VJEŽBA 3: ŠTAFETNA UTRKA S KONDOMOM²³

Cilj Uesnici vježbaju korištenje kondoma; ova vježba im omogućava da dodirnu i osjete kondom u atmosferi koja nije prijeteća.

Dužina trajanja 30 minuta

Materijal Dva modela za demonstraciju kondoma (naprimjer, banana ili model penisa), dovoljno kondoma za svakog uesnika, kosa tabla i markeri.

Pogodna za Sve vrste treninga.

Proces Podijelite grupu u dva tima. Ako ima jednak broj uesnika i uesnica, razmotrite mogućnost stvaranja timova istog spola. Tražite da se jave dva dobrovoljca (uesnici ili drugi voditelji treninga). Oni trebaju držati dva modela penisa.

Objasnite da će svaki član tima ukratko demonstrirati korektno korištenje kondoma. Uesnici samo trebaju otvoriti paket kondoma, staviti kondom na model i skinuti ga kada na njih dođe red. Kada to uradi jedan član tima, tada na red dolazi drugi član tima. Pobjednik je prvi tim u kojem je svako obavio zadatak. Puno veselja i međusobnog bodrenja čine ovu vježbu zanimljivom.

Pitajte cijelu grupu da li je svako na ispravan način pokazao kako se paket otvara i kako se kondom stavlja i skida. Predite preko svih radnji prilikom korištenja kondoma i sumirajte ih na kosoj tabli:

- ❑ Provjeriti datum isteka naznačen na poledini omota
- ❑ Pažljivo otvorite omot kako se kondom ne bi oštetio. Nemojte kondom odmotavati prije nego što ga budete stavljali
- ❑ Stisnite vrh kondoma tako da ostavite centimetar slobodnog prostora na vrhu za spermu
- ❑ Držeci vrh, navucite kondom sve dok ne pokrije cijeli penis u erekciji
- ❑ Nakon ejakulacije, izvadite penis prije nego što nestane erekcija, i pritom držite obruc kondoma kako se sperma ne bi izlila

- Kondom bacite na sigurno mjesto

Takoder pomenite koliko je važno kondom držati na hladnom i suhom mjestu.

Završetak

Naglasite da je sa malo prakse moguće uvježbati stavljanje kondoma vrlo brzo, u par poteza.

Napomena za trening

Zapamtite da su apstiniranje od seksualnog odnosa i upotreba kondoma u toku odnosa jedini način zaštite od neželjene trudnoće, HIV-a i seksualno prenosivih infekcija. Mnoga istraživanja, međutim, pokazuju da mladi ljudi ne koriste kondome, iako su svjesni da ih oni štite. Najčešći razlog je nedostatak umijeca korištenja kondoma sa partnerom, nedostatak samopouzdanja prilikom kupovine kondoma ili negativan stav prema korištenju kondoma. Stoga je neophodno u vaš program prevencije uključiti aktivnosti usmjerene na potrebu korištenja kondoma. Također je korisno biti u mogućnosti odgovoriti na pitanja koja mladi često postavljaju u vezi s kondomima (pogledati uokvireni tekst).

Najčešća pitanja u vezi s kondomima

- **Da li isti kondom možete dva puta upotrijebiti?**
Ne. Isti kondom se koristi samo jednom.
- **Da li sa kondomom trebate koristiti lubrikant?**
Lubrikantom se izbjegava pucanje kondoma. Vecina kondoma je već presvučena lubrikantom. Ako kondom nije presvučen lubrikantom, nikad nemojte koristiti ulje, niti masnoće, jer one mogu dovesti do pucanja kondoma.
- **Da li kondom smanjuje osjećaj?**
Danas su kondomi vrlo tanki, ali i vrlo jaki. Ako je kondom deblji, to ne znači da je jaci. Danas kondomi gotovo nikako ne smanjuju osjećaj.
- **Da li kondom može skliznuti u vaginalnom ili analnom otvoru?**
Da, ali ne ako ste kondom stavili ispravno – pažljivo pročitajte uputstvo i vježbajte sami!
- **Da li su kondomi različitih velicina?**
Obično jedna velicina odgovara svima.
- **Šta je to ženski kondom?**
Ženski kondom je jaka, transparentna poliuretanska površina koja se stavlja u vaginalni otvor i sprečava kontakt sa muškim sjemenom. Može se staviti prije odnosa i nakon toga izvaditi.

Preuzeto iz Školskog zdravstvenog obrazovanja za sprečavanje nastanka AIDS-a i bolesti koje se prenose seksualnim putem, Resursni paket za planere nastavnog programa. WHO. UNESCO. 1994.

5. Podizanje radne energije

Učesnici se pozivaju da vode grupu u vježbi podizanja radne energije koju su već redovno radili.

6. Tema treninga

Motivacioni instrumenti i tehnike

Uvodeći ovu temu, učesnici imaju priliku da govore o značaju obrazovanja vršnjaka u njihovom životu u smislu povećanja motivacije učesnika za rad na obrazovanju iz domena zdravlja mladih.

Sesija se nastavlja uz diskusiju o instrumentima i tehnikama kojima se podstiču mladi ljudi na ozbiljan pristup prevenciji nastanka bolesti, bez obzira da li je cilj zaštita njihovog zdravlja ili zaštita drugih. Primjer korisnih tehnika i instrumenata podrazumijeva i pozivanje gostujućeg predavaca koji će svoje iskustvo podijeliti sa učesnicima, uključivanje ljudi iz ranjivih grupa u program, ili pokazivanje cijelog ili dijela odgovarajućeg filma.

VJEŽBA 1: ZAŠTO OVO RADIMO?

Cilj	Učesnici postaju svjesniji svoje motivacije za rad u obrazovanju vršnjaka. Razmjena ličnih osjećanja sa drugim članovima grupe u otvorenoj diskusiji pomaže učesnicima da se osjete dijelom grupe. Spoznaja da to što rade podiže motivaciju učesnika za radom i ostankom u mreži obrazovanja vršnjaka.
Dužina trajanja	45 minuta
Materijal	Udobno mjesto na kojem učesnici mogu sjediti u grupi bez ometanja
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	Na početku vježbe podsjetite učesnike o osnovnim pravilima poštivanja privatnosti/povjerljivosti. Objasnite im da iako će imati priliku da govore o vlastitom iskustvu, ni pod kakvim okolnostima se ne smiju osjećati pod pritiskom da kažu više nego što žele podijeliti s drugima u ovom kontekstu. Trebali bi koristiti vlastitu procjenu toga koliko duboko žele ići, jer je ovo edukaciona radionica, a ne terapijska klinička situacija. Naprimjer, možda bi željeli govoriti o nečemu što im je bolno iz prošlosti, ali pod drugim okolnostima. Iznesite neka vlastita mišljenja o tome koliko je obrazovanje vršnjaka i promoviranje zdravlja u vašem životu važno. Naprimjer, možete pomenuti neko iskustvo koje je proisteklo

iz ove vrste rada odnosno pomenite put profesionalne karijere koji vas je doveo do ovog posla.

To se radi da bi se uesnicima pokazalo da je u toku ove vježbe prihvatljivo govoriti o sebi. Govor o sebi i pozivanje na slobodu govora otvaraju vrata na licnom planu. Grupa može biti spremna za ovaj nivo interakcije, posebno ako su aktivnosti radionice doprinijeli njihovom snažnom osjećanju pripadnosti grupi. Idealan scenario bi bio organizirati zabavnu društvenu aktivnost u večernjim satima, i to prije ove vježbe, tako da se uesnici mogu što više opustiti.

Neki uesnici će vjerovatno slijediti vaš primjer i s drugima podijeliti licno iskustvo o događajima ili gubitku koji su doživjeli u životu, a koji je kod njih pobudio interesovanje za rad u obrazovanju vršnjaka.

Završetak

Zahvalite se uesnicima na tako otvorenoj diskusiji. Objasnite im da edukatori vršnjaka mogu u uvodnom dijelu radionice ukratko objasniti zašto se bave obrazovanjem vršnjaka (sesija koja se ponekad naziva 'Zašto smo ovdje?'). Tako će ih uesnici ozbiljnije shvatiti jer sticu vjerodostojnost kroz razmjenu autenticnih iskustava; na taj način mogu promovirati i poistovjećivanje sa svojim auditorijem.

Grupna diskusija o pojedinim instrumentima za kreiranje motivacije

Pozivanje gostujućeg predavaca

Uesnicima se pruža mogućnost da podijele svoje radno iskustvo sa gostujućim predavacima (naprimjer, osobe koje žive sa HIV/AIDS-om) na radionicama ili edukativnim sesijama. Voditelj treninga istice vrijednost ovakvog načina rada koji može biti motivacioni instrument i istice koliko je važno uključiti takve ljude u citav proces programa, a ne samo kao goste (pogledati daljnji tekst).

Uključivanje ljudi iz ranjivih grupa u program

Uključivanje ljudi iz ranjivih grupa je vrlo bitno u obrazovanju vršnjaka. Nivo do kojeg su osobe koje žive sa HIV/AIDS-om ili nekom drugom po život opasnom odnosno teškom bolešću uključeni, ako je moguće, u proces utvrđivanja cijelog programa za obrazovanje vršnjaka i, naravno, u proces edukacije, će najvjerovatnije povećati motiviranost uesnika treninga, te ih podstaći da pitanju pristupe s više ozbiljnosti.

Video kao motivacioni instrument

Uesnici gledaju isječak iz odgovarajućeg filma i nakon toga diskutiraju. Voditelj treninga im pomaže da razmisle o tome kako bi u programe za obrazovanje vršnjaka mogli uvesti filmove/video i istice važnost pažljivog pregleda i pripreme u toku korištenja video filma. Trener ili edukator vršnjaka bi, naprimjer, trebao

razmisliti o ključnim pitanjima čime će podstaci i usmjeriti diskusiju nakon prikazivanja video materijala.

VJEŽBA 2: VIZUELNA IMAGINACIJA – TESTIRANJE NA HIV²⁴

Cilj	Učesnici produbljuju razumijevanje iskustava osoba koje se testiraju na HIV.
Dužina trajanja	45 minuta
Materijal	Vrecica ili šešir sa komadicima papira u dvije različite boje, sa nekoliko papirica u trećoj boji.
Pogodna za	Trening trenera
Proces	Učesnicima objasnite da će raditi vježbu vizuelne imaginacije koja će im pomoći da dožive testiranje i savjetovanje.

Svaki učesnik treba iz vrecice ili šešira uzeti komadic papira. Objasnite im sljedeće (tekst se može prilagoditi lokalnom kontekstu, ukoliko postoji potreba): *“Najbolje bi bilo da zatvorite oči. Zamislite da ste kod kuće. Jutro je, i vi ste još uvijek u krevetu. Budilnik zvoniti i pipate svuda oko sebe da ga nadete i ugasite ga. Polako se budite. Još uvijek se osjećate umornim. Glava vam je nekako teška. Čak nešto teža nego obično. U stvari, shvatate da vjerovatno imate temperaturu i kako pomjerate tijelo, osjećate bol. Ustajete da se umijete, ali odlucujete da ipak tog jutra ne idete u školu odnosno na posao. Bolje bi bilo da odete doktoru da biste tačno ustanovili šta vam je.*

”Kod doktora ste, on vas pregleda. Kaže vam da će sve biti u redu. Imate samo gripu. Dok se vratate kući, sjećate se onoga o čemu ste razmišljali u čekaonici: nikad se niste testirali na HIV. Možda je baš sad vrijeme za to. Po povratku kući zovete ljecnicku ordinaciju i zakazujete termin za testiranje na HIV. Pripremате se za test.

“Osvanuo je dan kada ćete se testirati. Razmišljate o svom odlasku do bolnice. Možda ćete morati otici autobusom, ili autom, ili ćete prošetati. Zamisljate kako bolnica izgleda. Zamisljate sebe pred ulazom. Možda na vratima ima natpis sa nazivom bolnice ili se radi o nekom nepoznatom mjestu. Ušli ste i dobivate broj. Čekate na red. Stiže savjetnik. Pozdravlja vas, postavlja vam nekoliko pitanja u vezi s vašim životom, pita vas da li ste uzimali drogu i želi znati nešto o vašem seksualnom životu. Zatim vam vadi krv ili uzima uzorak pljuvacke i zakazuje vam novi termin.

“Vrijeme sporo prolazi. Došao je dan kada trebate ici po rezultate testa. Ujutro, dok se umivate ili tuširate, pitate se kakav je osjećaj doznati da ste HIV pozitivni. Prisjećate se odlaska do bolnice. Na putu do bolnice prisjećate se nečega iz vaše prošlosti kada ste možda

rizikovali da se zaražite HIV-om. Ulažite u bolnicu i na recepciji kažete kako se zovete. Dok čekate, vidite savjetnike kako ulaze i izlaze s drugim pacijentima. "Savjetnik vam prilazi i pozdravlja vas i kaže vam da podete s njim u ordinaciju. Pokaže vam broj koji poredite s vašim brojem kako biste tacno znali da je rezultat koji ce vam uskoro saopštiti definitivno vaš. Kada uporedite brojeve, savjetnik otvara karton kako bi vam saopštio rezultat.

Izvucite papir iz vrecice i nastavite: "Svi vi koji ste izvukli papir — boje [navedite boju] su pozitivni. Svi vi koji ste izvukli papir druge boje ste negativni. Ako ste uzeli papir treće boje, rezultat testa nije siguran."

Nakon nekoliko trenutaka tišine, nastavite: "Razmislite da li biste išta rekli ili savjetniku postavili neko pitanje. Možda se u tom trenutku pitate kome biste to mogli saopštiti.

"A sada se 'vratite' u stvarnost. Zapamtite da se nalazite na treningu, a ne na klinici. Kada budete spremni, otvorite oci. Porazgovarat cemo."

Pozovite grupu da porazgovara o onome što su imaginarno doživjeli. Budite spremni da cujete jake emocije, posebno ako među ucesnicima ima neko ko se već podvrgavao testiranju na HIV i ko je HIV pozitivan. Neka ucesnici razgovaraju o onome što osjećaju i podsjetite ih da su možda neki ucesnici zaraženi HIV-om.

Završetak

Naglasite da ljudi ponekad mogu uputiti druge da se testiraju na HIV bez razmišljanja ili shvatanja. Pomenite da ponekad osobe, čiji je nalaz pozitivan, u prvi mah žele s tim što brže upoznati nekoliko osoba. Ali kada emocije splasnu, ponekad žale što su se uopće nekima povjerali. Stoga je potrebno napomenuti da pažljivo razmotre kome dovoljno vjeruju da bi im tako nešto saopštili.

Napomena: Vodite računa o tome da ova sesija treba trajati najmanje 45 minuta. To ne bi trebala biti zadnja vježba toga dana ili na radionici, jer će nekim ucesnicima trebati neko vrijeme da se emocionalno sabere. Alternativnu vježbu pod nazivom 'Vikend zabava djevojaka i mladica' sa ciljem stvaranja motivacije u pogledu prevencije zaraze HIV/AIDS-om možete naći u **dodatku 5, na strani 168.**

7. Igrokaz, ponovo

Kao što smo vršnjaka. Stoga je još jedna sesija posvecena izgradnji umijeca u ovoj tehnici. vidjeli, igrokaz je vrlo bitan u obrazovanju

VJEŽBA: TRIADE – BORBA ZA PAŽNJU²⁵

Cilj	Ucesnici vježbaju postizanje cilja, slušanje i davanje pažnje kroz improvizirani igrokaz.
Dužina trajanja	30 do 40 minuta
Materijal	Tri stolice
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	<p>Ucesnici trebaju sjesti u krug. Stavite tri stolice jednu do druge, malo odmaknute od ucesnika kako bi bili u fokusu pažnje. Zamolite da se jave tri dobrovoljca koja će sjesti na te tri stolice, licem okrenuti prema ostatku grupe.</p> <p>Objasnite im da trebaju vježbati dramska umijeca postizanja cilja i slušanja.</p> <p>Na početku vježbe kažite sljedeće: <i>“Osoba koja sjedi na srednjoj stolici je ‘slušalac’. Njegov zadatak je da pažljivo sluša osobe koje sjede s njegove lijeve i desne strane. Osoba koja sjedi na stolici s desne strane mora stalno pokušavati privući njegovu pažnju i zadržati je. To će uraditi tako što će joj pričati o nekom izmišljenom problemu. Osoba koja sjedi na stolici s lijeve strane također mora nastojati da zadrži interesovanje i pažnju slušaoca tako što će mu pričati o poslu, predivnom i zanimljivom poslu koji toliko volite. Možete izmisliti bilo koje zanimanje. Osobe koje privlače pažnju slušaoca ne trebaju obracati pažnju jedna na drugu, nego se samo usredotociti na slušaoca.”</i></p> <p>Svi ucesnici u grupi će se rotirati, prelazeci sa stolice na stolicu u velikom, pokretnom krugu. U toku ove aktivnosti možete pomoći ucesniku za kojeg smatrate da mu je potrebna pomoć tako što ćete ga, naprimjer, ohrabriti da pokuša još bolje privući pažnju slušaoca. Također igru možete privremeno obustaviti kako biste pokazali kako je potrebno da čovjek dâ sve od sebe da privuče pažnju slušaoca. To eventualno podrazumijeva i podizanje emocija, recimo da biste pokazali koliko ste očajni, a sve u cilju privlacenja što veće pažnje.</p>
Završetak	Ucesnici trebaju razgovarati o svojim utiscima. Pitajte ih da li se posebno sjećaju nekog trenutka. Također ih pitajte da li postoje neke posebno djelotvorne strategije za privlacenje slušateljeve pažnje.

8. Pregled dana

Kraci pregled tema obradenih tokom dana. Ucesnici se trebaju prisjetiti svih aktivnosti toga dana, i pritom pomenuti glavne teme. Također mogu iznijeti mišljenje o tome kako radionica napreduje.

Program za dan 4

DAN 4		
Br.	Tacka programa	Ciljevi
1.	Vježba istezanja	
2.	Komentari i reakcije o danu 3	<i>Svakodnevna ocjena radionice</i>
3.	Izgradnja povjerenja <u>Vježba:</u> ➤ Vrba na vjetru	<i>Omogućiti učesnicima da steknu iskustvo na vježbi čiji je cilj izgradnja povjerenja</i>
4.	<u>Tema treninga</u> Rad sa posebno ranjivim mladim ljudima <u>Vježba:</u> ➤ Jedan dan mog života (Identificiranje prioriternih ciljnih grupa) ➤ Analiza stabla problema ➤ Pristup 'mladi za mlade' putem kojeg se dolazi do posebno ranjivih mladih ljudi	<i>Pomoci učesnicima da shvate da ranjivost ima svoje korijene u društvu i pronaci vezu između uzroka i posljedica ranjivosti.</i> <i>Pronaci mogućnosti za korištenje obrazovanja vršnjaka kao strategije za doseganje do ranjivih grupa</i>
5.	Pregled dana	
	Grupna ekskurzija	

1. Vježba istezanja

Učesnici se pozivaju da vode grupu prilikom vježbi istezanja. Nekoliko učesnika može pokazati, jedno po jedno, koje je mišice potrebno istegnute.

2. Komentari i reakcije o danu 3

Tim koji ima zadatak da podnese izvještaj o utiscima o prethodnom danu upoznaje grupu sa svim informacijama koje je u vezi s danom 3 čuo od učesnika.

3. Izgradnja povjerenja

Cetvrtog dana grupa počinje s igrom 'Vrba na vjetru' (pogledati opis igre u donjem tekstu). Nakon toga voditelj treninga objašnjava da se ova igra odnosi na 'osjećaj ranjivosti' i 'izgradnju povjerenja'. Stoga je ona dobar uvod u narednu temu treninga koja se odnosi na posebno ranjive mlade ljude.

VJEŽBA: VRBA NA VJETRU²⁶

Cilj	Učesnici uče kako se gradi međusobno povjerenje.
Dužina trajanja	30 minuta
Pogodna za	Sve vrste treninga
Materijal	Prostor u kojem se učesnici mogu komotno kretati i praviti krugove od po osam učesnika. Pogodan bi bio prostor sa mekanim podom (sa prostiracem), s tim da to nije obavezno.
Proces	<p>U prostoriji treba biti dovoljno mjesta za tri kruga od oko osam učesnika u svakom krugu. Trebalo bi ostaviti malo prostora oko svakog kruga. Stolicu odstraniti ili ih poredati uz ivicu prostorije.</p> <p>Objasnite da vježba ima za cilj izgradnju povjerenja i stoga je potrebno obratiti veliku pažnju na instrukcije. Vrlo je važno da svaka osoba u grupi pažljivo primijeni sve instrukcije. U suprotnom, neko bi se mogao povrijediti. Svaki učesnik će imati priliku da bude u centru, odnosno da bude 'vrba', ali samo ukoliko to želi. Vrbu će vjetar njihati, ali i održavati u uspravnom položaju.</p> <p>Zamolite učesnike da stanu u krug, rame uz rame, i da se licem okrenu prema centru kruga gdje stoji jedan učesnik. Objasnite da je taj učesnik 'vrba'. Svi u krugu trebaju podići ruke do grudnog koša osobe koja stoji u sredini kruga. Noge im trebaju biti razdvojene tako da jedna bude malo ispred</p>

druge, a koljena blago savijena. Tako će održati ravnotežu u slučaju naglog oslonca. Pokažite im kako trebaju stati. Učesnike pažljivo pratite.

Objasnite da osoba koja stoji u centru mora ostati u stajecem položaju, stabilna kao drvo, cijelo vrijeme. Ruke moraju biti prekrížene na nivou prsa, a šake ispod pazuha. Kada je osoba u centru kruga spremna za početak, treba napraviti nekoliko izjava na određenu temu, a zatim reci: *“Spreman za pad”*. Učesnici koji stoje u krugu će tada reci: *“Spremni da te uhvatimo.”* A osoba u središtu kruga odgovara: *“Padam”*.

Kako ‘vrba’ bude padala ka krugu, vodite računa da zadrži čvrst položaj i da se ne savije u struku. Učesnici pridržavaju ‘vrbu’ i polako je nižu naprijed-nazad. Kažite učesnicima da trebaju lagano zviždati, puštajući zrak između usana kao zvuk blagog vjetrova.

Završetak

Nakon što se ‘vrba’ bude nekoliko minuta njihala na ‘vjetru’, kažite učesnicima u igri da pomognu ‘vrbi’ da se ispravi tako što će staviti ruke na njena ramena, čime pokazuju da je vrijeme da stane.

Porazgovarajte sa učesnicima o tome šta su i kako su se osjećali u toku ove igre.

Napomena: Neki učesnici će se možda bojati ove igre. Ne smijete ih primoravati, niti na njih vršiti pritisak. Uvijek se treba poštovati pravilo prolaza.

4. Tema treninga

Rad sa posebno ranjivim mladim ljudima

Ciljevi sesije

Ova sesija ima nekoliko ciljeva. Njome se nastoji izgraditi razumijevanje faktora rizika koji povećavaju ranjivost mladih, kao i posljedica problema sa kojima se mladi suočavaju u današnjem društvu.

Sesija također daje mogućnost za podizanje svjesnosti o tome kako stigma i diskriminacija mogu povećati ranjivost ljudi i razmjenu dobre prakse i iskustava u radu sa posebno ranjivim mladim ljudima.

Napomena za trening

U određenom trenutku mnogi mladi ljudi se vjerovatno upuštaju u rizično ponašanje, kao što su nezastíceni seks, konzumiranje alkohola, pušenje ili eksperimentisanje sa drogama. Stoga su daleko osjetljiviji na posljedice

takvog rizičnog ponašanja: infekcije koje se prenose seksualnim putem, prijelaz na intravenozno uzimanje droga, infekcija HIV-om, itd. Međutim, bitno je prepoznati da svi mladi nisu jednako ranjivi.

Edukatori vršnjaka često žive u 'udobnoj zoni' svoga iskustva i ne moraju pod obavezno shvatati specifične potrebe ranjivijih grupa sa kojima ne dijele određene karakteristike, kao što je ista ili slična socio-ekonomska situacija.

Ranjivost u Istocnoj Evropi i Centralnoj Aziji

U proteklih deset godina je određeni broj faktora radikalno i disproporcionalno povećao nivo ranjivosti mladih u Istocnoj Evropi i Centralnoj Aziji. Socijalna i ekonomska tranzicija u regionu dovela je do pada društvene kontrole i vrijednosti. Cinjenica da nije bilo alternativa rezultirala je povećanjem seksualnih aktivnosti i eksperimenata sa drogama i alkoholom.

Povećano siromaštvo, migracije i sukobi, pad stopa upisa i završetka srednjoškolskog obrazovanja, nepostojanje rekreacionih aktivnosti poslije nastave i nezaposlenost (koja je tri puta veća među mladima nego među odraslima) doprinose povećanju nivoa ranjivosti mladih ljudi i njihovog rizičnog ponašanja. Među drugim rizičnim faktorima nalaze se isključivost i diskriminacija usljed etnicke pripadnosti, invaliditeta, nacionalnosti i seksualne orijentacije, kao i sve veća dostupnost uvezenih nezakonitih supstanci, kao što su opijum i heroin.

Taj region se trenutno suočava sa najbržim povećanjem broja slučajeva zaraženosti HIV-om na svijetu, pri čemu se najviše povećava broj ovisnika koji drogu uzimaju intravenozno, i među njima je najviše mladih ljudi. Čak do 1% najmladih – starosne dobi od 13 ili 14 godina u nekim zemljama – uzimaju drogu intravenozno.

VJEŽBA 1: JEDAN DAN MOGA ŽIVOTA

Cilj	Povećati nivo razumijevanja konteksta ranjivosti u društvu. Podići svjesnost o stigmatu i diskriminaciji posebno ranjivih mladih ljudi.
Dužina trajanja	40 minuta
Pogodna za	Trening trenera
Materijal	Pet velikih papira. Na svakom treba biti napisana jedna od sljedećih karakteristika: HIV pozitivna djevojka; homoseksualac; dijete sa ulice; mladi ovisnik koji drogu uzima intravenozno; mlada osoba koja se bavi prostitucijom.

Proces	<p>Pet dobrovoljaca ce nositi jednu od gore navedenih ‘etiketa’ i odglumit ce taj lik. Ako recimo jedan ucesnik glumi dijete s ulice, on ce grupi ukratko opisati ‘svoj dan’ od ranih jutarnjih sati, kada ustaje.</p> <p>Zatim drugi ucesnici trebaju svakom ‘glumcu’ posebno postavljati pitanja u vezi sa životom koji žive. Na sva ta pitanja ‘glumci’ ce odgovarati kao da su dijete s ulice ili osoba koja se bavi prostitucijim, ili neko drugi, ovisno o njihovoj ulozi u datom trenutku.</p>
Završetak	<p>Grupa razgovara o igri, a glumci mogu, ukoliko to žele, opisati kako su se osjecali dok su glumili određeni lik.</p>

VJEŽBA 2: ANALIZA STABLA PROBLEMA²⁷

Cilj	<p>Omoguciti ucesnicima da identificiraju uzroke i posljedice konkretnog problema mlade osobe i ranjivosti mladih generalno.</p> <p>Omoguciti ucesnicima da identificiraju moguće intervencije u cilju rješavanja problema i identificirati gdje bi obrazovanje vršnjaka moglo predstavljati odgovarajuću strategiju.</p>
Dužina trajanja	75 minuta
Pogodna za	Trening trenera
Materijal	Tri kose table i dovoljan broj markera
Proces	<p>Na svakoj kosoj tabli nacrtajte drvo sa velikim korjenom i granama, sa lišcem i plodovima (vidjeti primjer u dodatku na strani 140). (obezbijedite primjer) Na stablu upišite sljedeće probleme:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Tanja: 16 godina, u trecem mjesecu trudnoce ❑ Ruslan: 19 godina, intravenozni ovisnik, HIV-pozitivan vec cetiri godine ❑ Saša: 15 godina, živi na ulici <p>Dio 1. Prije pocetka vježbe zamolite ucesnike da ustanu i da urade fizicku vježbu. Dajte im sljedeće instrukcije i pritom sve to demonstrirajte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Neka vaše tijelo bude instrument za glumu. Zamislite da ste malo sjeme; kleknite i savijte se. Dok brojim do deset, vi ‘rastete’ (lagano se ispravljajte) i tako cete postati drvo. Vaše ruke su grane, a prsti plodovi. ❑ Osjecate lagani povjetarac koji pomijera grane naprijed-nazad. Zatim osjecate oluju. Potom se vjetar stišava. (Njišite rukama polagano, zatim naglo, pa opet polagano).

- Neka drvo osjeti samog sebe. Neka se korijenje malo pomjeri (pomjerajte palceve na stopalima), a zatim grane (ruke) i plodove (prste).
- Sada zamislite da je drvo otrovano. Otrovnost ulazi u drvo kroz korijenje, dolazi do plodova (prsti se spuštaju), grana (ruke se spuštaju) i na kraju do trupa. Cijelo drvo odumire. (Na samom kraju padate na pod).

Zamolite grupu da sjedne i objasnite da zdravo drvo dobija dovoljno hranjivih sastojaka iz korijena. Ali, ako se plodovi kvare, to je znak da nešto nije u redu. Hranjivi sastojci su nedovoljni ili su zatrovani. Vidljive znakove prvo možemo primijetiti na dijelu drveta iznad površine zemlje – plodove, lišće, grane i stablo pocinju pokazivati znakove bolesti, što je znak eventualnog problema u korijenu stabla. Isto je i sa životom: problemi koje vidimo, kao što je infekcija HIV-om ili nesigurni abortus. To su sve vidni rezultati drugih problema koji su već prethodno postojali. (Naprimjer, nedostatak zaštite usljed nepostojanja informacija ili nemogućnosti pristupa zdravstvenim uslugama).

Objasnite da problemi mogu imati indirektnu i direktnu uzroke. Direktni uzroci su očiti i lakše ih je ustanoviti nego indirektnu uzroke. Naprimjer, nekorištenje kondoma može biti direktan uzrok infekcije HIV-om ili neželjene trudnoće. Zlostavljanje u djetinjstvu kojim se smanjuje samopoštovanje može indirektno doprinijeti tome da se mlada osoba upusti u nezaštićeni seks. Silovanje može direktno dovesti do neželjene trudnoće; društvene norme kojim se 'tolerira' nasilje nad ženama može dovesti do silovanja te stoga indirektno dovesti do neželjene trudnoće.

Dio 2. Podijelite grupu u tri manje i objasnite da će svaka grupa razmotriti problem mlade osobe (pogledati slučajeve za stablo problema u gornjem tekstu).

Zamolite svaku grupu da razmisli o mogućim uzrocima problema i napišite ih na korijenu stabla. Isto zatim trebaju uraditi i sa posljedicama koje će zapisati na granama i plodovima. Također zamolite svaku grupu da porazgovara o vezama između svih faktora. Veze prikažite strelicama. Ova vježba traje oko 20 minuta.

U narednih deset minuta:

- Porazgovarajte o mogućim strategijama i intervencijama u cilju rješavanja/smanjenja problema, i
- Utvrdite gdje bi obrazovanje vršnjaka moglo biti odgovarajuća strategija.

Zamolite svaku grupu da objasni svoje stablo problema. Zatim cijela grupa treba iznijeti svoje mišljenje i postaviti eventualna pitanja nakon svake prezentacije.

Završetak

Objasnite da se ‘opci’ korijeni mnogih problema mogu razlikovati kada su u pitanju žene i muškarci i također mogu dovesti do različitih posljedica koje se baziraju na rodu. Naprimjer, djevojke koje upražnjavaju nezaštićeni seks suocavaju se sa daleko više potencijalnih posljedica, i u socijalnim i zdravstvenom smislu, nego što je to slučaj sa mladima.

Naglasite da obrazovanje vršnjaka može eventualno biti nadopuna drugim strategijama ili intervencijama čiji je cilj rješavanje konkretnog problema.

VJEŽBA 3: PRISTUP ‘MLADI ZA MLADE’ KAKO BI SE DOŠLO DO POSEBNO RANJIVIH MLADIH LJUDI

Cilj Podijeliti iskustvo i razviti razumijevanje osnovnih karakteristika pristupa koji podrazumijeva obuhvatanje što većeg broja mladih.

Dužina trajanja 20 minuta

Pogodna za Trening trenera

Materijal Kosa tabla i markeri, štampani materijal (pogledati daljnji tekst)

Proces Na papiru za kosu tablu nacrtajte tabelu sličnu tabeli za *vrste pristupa koje predvode vršnjaci (A)* (pogledati **dodatak 4, strana 146**). U tabelu ćete unijeti nazive kolona i redova.

Pozovite uesnike koji imaju iskustvo sa pristupima koje predvode vršnjaci, usmjerenim na posebno ranjive mlade ljude, da ukratko objasne ciljeve i aktivnosti projekata u koje su bili ili su još uvijek uključeni.

Na osnovu iznesenih informacija, povedite diskusiju sa cijelom grupom o osnovnim razlikama između inicijative za obrazovanje vršnjaka usmjereno na većinu omladine (tzv. edukativni pristup) i one koja dopire do posebno ranjivih mladih ljudi (interventni pristup).

Zamolite uesnike da razmisle o sljedećim aspektima koji su napisani na kosoj tabli:

- Moguća sredina

- ❑ Vrsta aktivnosti
- ❑ Korištene metode
- ❑ Fokus (vrsta i velicina auditorija)

O tim aspektima razgovarajte sa ucesnicima i na kosoj tabli zapišite njihove ideje odnosno zakljucke.

Cilj je da se na kosoj tabli napravi okvir koji je slican okviru za *vrste pristupa koje predvode vršnjaci (A)*. Osim toga, voditelj treninga može također ukratko pomenuti posebne uvjete odabira, treninga i podrške edukatorima vršnjaka ili u toku interventnog rada ili u okviru projekta sa vecinom omladine. O ovome pitanju ce se detaljnije razgovarati na drugim sesijama u okviru treninga.

Završetak

Podijelite odštampani materijal na temu *vrsta pristupa koje predvode vršnjaci (A)* (pogledati **dodatak 4, strana 146**)

5. Pregled dana

Kraci pregled tema obradenih tokom dana. Ucesnici se trebaju prisjetiti svih aktivnosti toga dana, i pritom pomenuti glavne teme. Također mogu iznijeti mišljenje o tome kako radionica napreduje.

Grupna ekskurzija

Dobro bi bilo ucesnicima omogućiti da se u toku radionice opuste. Dajte im slobodno poslije podne ili organizirajte poludnevnu ekskurziju na lokaciji za koju je vecina zainteresirana, s tim što oni trebaju odluciti o tome da li ce poci u obilazak ili ce ostati u hotelu da se odmore, citaju ili sustignu rad ili druge obaveze, ili da sve ponovo razmotre, ali samostalno.

Program za dan 5

DAN 5		
Br.	Tacka programa	Ciljevi
1.	Vježba istezanja	
2.	Komentari i reakcije o danu 4	<i>Svakodnevna ocjena radionice</i>
3.	Izgradnja povjerenja <u>Vježba:</u> ➤ Aha, i ja sam tamo bio	<i>Omogućiti učesnicima da steknu iskustvo u vježbama izgradnje timskog rada</i>
4.	<u>Tema treninga</u> Umijeće timskog vođenja treninga <u>Vježbe:</u> ➤ Loše vođenje igrokaza ➤ Šta biste uradili da...	<i>Nadograditi i unaprijediti stilove timskog vođenja treninga iz domena obrazovanja vršnjaka</i>
5.	Vježba podizanja radne energije koju predloži jedan ili više učesnika	<i>Podijeliti iskustvo učesnika u vježbama podizanja radne energije</i>
6.	<u>Tema treninga</u> Angažovanje, trening i nadzor nad edukatorima vršnjaka <u>Vježbe:</u> ➤ Angažiranje i nadzor nad edukatorima vršnjaka ➤ Koncept treninga iz domena obrazovanja vršnjaka	<i>Usavršiti umijeca u izradi programa za različite modele treninga iz domena obrazovanja vršnjaka</i> <i>Učesnicima dati smjernice za kriterije odabira, nadzor i podršku edukatorima vršnjaka</i>
7.	<u>Tema treninga</u> Savjetovanje naspram treninga <u>Vježba:</u> Grudvanje	<i>Učesnicima omogućiti da shvate razliku između koncepta savjetovanja vršnjaka i obrazovanja vršnjaka.</i> <i>Omogućiti učesnicima da utvrde koja su umijeca i kvalitete neophodni za pružanje pojedinačne podrške vršnjacima</i> <i>Upoznati se sa izazovima, preprekama i ograničenjima u obrazovanju vršnjaka</i>
7.	<u>Tema treninga</u> Partnerstvo između omladine i odraslih u obrazovanju vršnjaka	<i>Upoznati se sa značajem partnerstva između omladine i odraslih u koncipiranju i realizaciji obrazovanja vršnjaka</i> <i>Utvrđiti strategije za partnerstvo između omladine i odraslih.</i>
8.	Pregled dana	

1. Vježba istezanja

Učesnici se pozivaju da vode grupu u toku vježbi istezanja. Nekoliko učesnika može pokazati, jedno po jedno, koje je mišice potrebno istegnute.

2. Komentari i reakcije o danu 4

Tim koji ima zadatak da podnese izvještaj o utiscima o prethodnom danu upoznaje grupu sa svim informacijama koje je u vezi s danom 4 cuo od učesnika.

3. Izgradnja povjerenja

Pogodna vježba kojom se podstiče izgradnja tima je vježba pod nazivom 'Aha, i ja sam tamo bio' (pročitati opis vježbe na [strani 41, dan 1](#)).

4. Tema treninga

Umijeće zajedničkog vodenja procesa treninga

Ciljevi sesije

Rad u timu od dva ili više voditelja treninga zahtijeva posebna umijeća. Cilj ove sesije se odnosi na razvijanje razumijevanja da dobar timski rad doprinosi uspjehu programa treninga. Sesija pruža mogućnost istraživanja i unapređenja zajedničkog vodenja procesa treninga kroz interaktivne vježbe.

VJEŽBA 1: LOŠE TIMSKO VOĐENJE IGROKAZA²⁸

Cilj	Naglasiti bitne aspekte timskog vodenja treninga i kroz humor pokazati efekte lošeg timskog vodenja treninga.
Dužina trajanja	40 minuta
Pogodna za	Trening trenera
Materijal	Nema
Proces	Dva trenera treba da odglume situaciju kojom se naglašava slaba saradnja, uključujući i, naprimjer, cesta međusobna prekidanja, međusobnu kontradiktornost, konstantno nastojanje jednog trenera da bude u središtu pažnje, guranje ispred drugih, itd.
Završetak	Pitajte učesnike šta misle o igrokazu. Neka daju konkretne primjere lošeg timskog vodenja treninga. Pitajte šta je trebalo biti urađeno.

VJEŽBA 2: ŠTA BISTE URADILI DA...²⁹

Cilj	Nauciti ucesnike da razmišljaju odnosno trenutacno reagiraju na timsko vodenje procesa treninga.
Dužina trajanja	30 minuta
Pogodna za	Trening trenera
Materijal	Obezbijediti odštampani materijal: <i>Stilovi timskog vodenja treninga</i> i <i>Kviz o timskom vodenju treninga</i> (pogledati dodatak 4, strana 148 i 149)
Proces	Ucesnici trebaju formirati parove i odgovoriti na pitanja iz kviza. Neka oni odluče kako će to uraditi.
Završetak	Pitajte ucesnike šta su odlucili. (Da li će na pitanja iz kviza odgovarati pojedinačno ili skupa?) Šta su zakljucili u vezi s vodenjem rada grupe u paru sa partnerom? Na koji način bi timsko vodenje treninga bilo teško u kombinaciji s datim partnerom? Podijelite odštampani materijal pod nazivom <i>Stilovi timskog vodenja treninga</i> .

Napomena za trening

Šta se preporučuje, a šta ne za timsko vodenje treninga?

- *Prije nego što otvorite radionicu, sa svojim partnerom sa kojim ćete voditi trening u paru pregledajte sva pitanja koja ćete vi obraditi, kao i pitanja na koja će se on koncentrirati. Potrebno je da vam bude jasno ko šta radi i koliko dugo.*
- *Budite tacni. Nemojte kasniti. Dodite dovoljno rano da biste vi i vaš partner utvrdili kako prostor treba da izgleda i da biste napravili razmještaj.*
- *Vi ste odgovorni za svoje vrijeme. Nemojte tražiti od vašeg partnera da prati vrijeme niti da vam uputi signal kako biste znali koliko još imate vremena.*
- *Pocnite i završite na vrijeme. Nemojte prelaziti vrijeme koje ste dogovorili sa vašim partnerom ili sa ucesnicima. Ako vam ponestane vremena, a niste obraditi sve što ste planirali, prekinite rad, s tim što ćete sljedeći put to bolje odraditi. Zapamtite da ucesnici uvijek mogu ostati i s vama razgovarati nakon što je sesija završena.*
- *Doprinesite funkciji vodenja treninga koju obavlja vaš partner. Nemojte ga prekidati, niti dovoditi u pitanje ono što on kaže. Sacekajte sve dok vas vaš partner ne pozove da uzmete rijec. Sa ucesnicima možete uvijek naknadno razgovarati kako biste im dali korektnu informaciju ili ono što znate možete dodati kada na vas dođe red da prezentirate određeni tekst.*

- *Pozovite svoga partnera da govori kada vam je potrebna pomoc. Nemojte misliti da ce sâm 'upasti' da vas spašava. Kažite: "Joe, da li bi ti nešto dodao?" ili "Jane, da li znaš odgovor na ovo pitanje?"*
- *Sjednite sa strane kada vaš partner izlaže temu. Nemojte sjedati do vašeg partnera. Nemojte se ni kriti tako da vas on ne vidi. Sjednite negdje sa strane tako da možete komunicirati pogledom, ali isto tako gdje vas osoba koja vodi prezentaciju može sasvim dobro vidjeti.*
- *Fokusirajte se na ono što vaš partner govori. Nemojte raditi na drugim stvarima dok ne vodite prezentaciju (naprimjer, nemojte citati novine, nemojte sredivati svoj kalendar, niti raditi domaci zadatak). Kada vodite prezentaciju nakon svog partnera, nastojte se pozvati na ono što je on rekao. Ako posvećujete pažnju na ono što je vaš partner rekao, to ce isto uciniti i vaši ucesnici.*
- *Pružite pomoc kada je ona neophodna. Nemojte davati uputstva za aktivnosti koje su u suprotnosti sa onim što vaš partner nastoji uraditi.*
- *Nadopunite svoga partnera. Nemojte ga omalovažavati. Kažite svom partneru šta vam se narocito dopalo u njegovoj prezentaciji (ono što je rekao i uradio). Pozitivne informacije u vezi s nekim konkretnim radnjama znace ponavljanje te iste radnje. Budite pažljivi kada pravite šale, posebno ako one isključuju grupu ili umanjuju neciju vrijednost. Pozitivan odnos medu osobama koje timski vode trening i njihovo medusobno pomaganje stvara kvalitetnu sredinu za učenje. Odnos između voditelja treninga je od primarne važnosti za učenje u grupi.*

5. Vježba podizanja radne energije koju predlože ucesnici

Ucesnici imaju mogucnost da podijele svoje znanje tako što ce voditi vježbe opuštanja i zagrijavanja.

6. Tema treninga

Angažiranje, trening i nadzor nad edukatorima vršnjaka

Ciljevi treninga

Cilj ove vježbe je da se povecaju umijeca ucesnika za izradu programa za razne modele vršnjackog obrazovanja i da se ucesnicima daju smjernice za kriterije odabira, nadzora i podrške edukatorima vršnjaka.

Važni kriteriji odabira edukatora vršnjaka

- Sposobnost održavanja meduljudskih odnosa, uključujući i sposobnost slušanja
- Ciljna grupa prihvata i poštuje kandidata
- Suzdržanost od osudjućeg stava
- Pokazivanje samopouzdanja i potencijal za vodstvo
- Vrijeme, energija i motivacija za ovaj posao
- Potencijal kandidata da postane idol svojih vršnjaka

Vježba 1: Angažiranje i nadzor nad edukatorima vršnjaka

Učesnici improviziraju uloge i razgovaraju o raznim strategijama koje koriste za angažiranje i nadzor nad edukatorima vršnjaka.

Napomena za trening

Izgradnja tima edukatora vršnjaka

Nakon odabira i treninga tima edukatora vršnjaka bilo bi vrlo korisno s njima usaglasiti sporazum o očekivanjima koji će tim kasnije poštivati. Citav tim bi takav sporazum trebao i potpisati. Sporazum bi se trebao utvrditi na osnovu saradnje sa cijelom grupom. On bi trebao sadržavati i opis svega što se očekuje od svake osobe koja je angažirana na programu (uključujući i tim za trening). U svakom slučaju, potrebno je navesti smjernice u vezi s pohanjanjem, najavom odsustva, ako članovi tima znaju unaprijed da će biti odsutni (naprimjer, ako imaju zakazan liječnički pregled), tačnošću, poštivanjem definiranih pravila, itd. Učesnici bi trebali shvatiti da ukoliko propuste sesiju na njima je da prikupe bitne informacije koje su propustili. Naglasite da često odsustvo ili kašnjenje može biti razlog za preispitivanje necije prikladnosti za rad u grupi i da će učesnici biti upozoreni ukoliko nastavak njihovog učešća bude doveden u pitanje.

Svi članovi tima bi trebali posjedovati određena temeljna umijeca, iako neki od njih mogu biti stručnjaci sa posebnim talentom za neku oblast. Naprimjer, grupa se može početi previše oslanjati na jednog ili dva edukatora u vezi sa naučnim odnosno informacijama medicinske prirode. Ako se 'stručnjaci' tima iznenada ne pojave na sesiji treninga, drugi se mogu osjetiti nesposobnim ili nekvalificiranim za obradu određene nastavne jedinice.

Stoga je važno voditi računa o tome da svaki edukator vršnjaka koji se bavi obrazovanjem vršnjaka počne raditi na povećanju samouvjerenosti i unapređenju svoje stručnosti kako bi mogao pokriti sve aspekte tema koje grupa obraduje. Ali, kako možemo to postići? U idealnom svijetu grupu biste doveli do faze u kojoj ćete iz šušira izvuci bilo koji segment nastavne cjeline odnosno bilo koju temu koju predaju edukatori vršnjaka, a oni će održati predavanje na datu temu ili obaviti vježbu odmah na licu mjesta. Možete ih naučiti na početku treninga da su odgovorni za učenje svega što se traži u programu. To ćete uraditi tako što ćete provesti testiranje za sticanje potvrde ili kvalificirajući test za koji će se učesnici unaprijed pripremiti. Vašoj grupi će možda biti drago da dobije potvrdu da su završili trening, jer će se njome dokazati rezultat na koji će svi biti ponosni i koji će im povećati samopoštovanje.

Kao trener, vjerovatno ćete se naci u situaciji u kojoj ćete pratiti način na koji se edukatori vršnjaka odnose jedni prema drugima i reagirati, ako bude potrebno. Kao što je slučaj sa svakom grupom, unutar grupe su moguće i nesuglasice. Također je uobicaeno formiranje klike unutar grupe vršnjaka. Ako je program kvalitetno strukturiran od samog početka, trening će obuhvatati i vježbe za izgradnju povjerenja i timskog rada. Što se tice vježbi, voditelj treninga će nasumice raspoređivati učesnike u manje grupe i aktivnosti, kako bi polaznici što više međusobno saradivali. Time će se

možda smanjiti tendencija nastanka podgrupa i klika. Što edukatori vršnjaka imaju više šansi da otkriju neke pozitivne stvari jedni o drugima, manja je mogućnost da će podgrupe izabrati 'neprijatelja' ili dežurnog krivca za sve.

Nekoliko savjeta za upravljanje odnosima među edukatorima vršnjaka

- Često mijenjajte sastav manjih grupa edukatora vršnjaka kako bi svi imali šansu da rade jedni s drugima i da budu odvojeni od svog najbližeg prijatelja ili klika.
- Koliko god je to moguće, vodite računa o tome da u manjim grupama bude jednak broj mladića i djevojaka, kao i o tome da su pripadnici oba spola u stanju da preuzmu aktivnu ulogu u svim aktivnostima.
- Preduzimajte aktivnosti koje podstiču polaznike obuke da pokažu 'ko su' još na početku treninga. Medusobni razgovor o ranjivosti i licnim stvarima će vjerovatno dovesti do dublje povezanosti unutar grupe, pod uvjetom da ucesnici osjećaju da se njihov rad odvija na 'sigurnom'.
- Utvrdite pitanja po kojima djevojke i mladići eventualno imaju suprotno gledište; vodite računa o tome da se neke vježbe rade unutar manjih grupa sastavljenih samo od muških ili ženskih mladih edukatora. Nakon toga jedni drugima mogu predociti rezultate, uporediti odgovore i razgovarati o sličnostima i razlikama.
- Odmah na početku treninga utvrdite uzroke stresa koji ometaju odnose u grupi i pokušajte ih riješiti. Neke poteškoće u odnosima su neizbježne.
- Podstaknite grupu na kolektivan odgovor na sporna pitanja (naprimjer, ukoliko edukator vršnjaka ne dolazi redovno). Efekat može biti jaci ukoliko odluka o načinu na koji će se postupati u tom slučaju bude rezultat konsenzusa.

VJEŽBA 2: KONCEPT OBUKE IZ DOMENA OBRAZOVANJA VRŠNJAKA

Na sesiji na kojoj manja grupa razmatra određena pitanja ucesnici imaju šansu da razgovaraju i da nauče o raznim modelima i strategijama izvođenja treninga edukatora vršnjaka. Rezultati se upisuju na kosu tablu tako da svaka grupa može ostalim ucesnicima predstaviti svoje rezultate.

Na ovoj sesiji se također može povesti i diskusija u vezi s načinom ocjene umijeca budućih edukatora vršnjaka. U **dodatku 3, na strani 131**, možete naći primjerak obrasca za rangiranje umijeca.

Napomena za trening

Ima jako puno koncepata programa treninga iz domena obrazovanja vršnjaka. Neki programi se oslanjaju na intenzivan raspored u toku

nekoliko dana zaredom, dok se drugi protežu na period od nekoliko sedmica ili mjeseci i održavaju se u vidu kracih sesija.

Uspješan koncept programa za trening edukatora vršnjaka zahtijeva konstantnu predanost ucesnika pobadanju treninga jedno vece sedmicno u toku cijele (školske) godine. U takvoj šemi treninga edukatori vršnjaka se mogu, naprimjer, sastati jednom sedmicno poslije nastave u trajanju od dva do tri sata. Kada je grupa spremna da vodi edukaciju u zajednici, isto vrijeme u vecernjim satima se može koristiti kad god je to moguće za postizanje maksimalnog broja edukatora vršnjaka. Prednost ovakvog koncepta programa je ta što su mnogi učenici koji idu u školu preko dana u stanju da pobadaju takve sesije. Takvim programom se izbjegavaju neki nedostaci programa prema kojima ucesnici pobadaju trening u trajanju od nekoliko dana, što u nekim slucajevima može biti teško ukoliko učenici imaju druge obaveze.

Cesto modeli treninga podrazumijevaju rad preko citavog vikenda u pocetku treninga. Cini se da su ti modeli cesto uspješni i da se cesto koriste. Jedna od njihovih prednosti je ta što edukatori vršnjaka mogu daleko brže poceti s radom na terenu. Takvi programi takoder pružaju mogućnost intenzivne izgradnje timskog rada, što rezultira bržim povezivanjem grupe, ukoliko se programi ispravno provedu. Medutim, ti modeli mogu biti teški za nove edukatore koji bi se prikljucili nakon prvih sesija.

Izbalansiranost: Održavanje nivoa energije

Trening edukatora vršnjaka se ponekad može uporediti sa hodom po tankom konopcu. Ako se previše nakrenete u bilo kojem pravcu, teren postaje klimav i u toku sesije treninga možete izgubiti 'balans'. Morate koristiti sva svoja cula kako biste u grupi pratili nivo energije. Ponekad ce vam ucesnici dati povratne informacije. Naprimjer, ako predugo govorite o nekoj temi ili vam je potrebno puno vremena za neku vježbu, umjesto da predete na nešto drugo, cucete razne komentare. Oni mogu biti direktni i indirektni. Ponekad ce edukatori vršnjaka tražiti da predete na nešto drugo. Isto tako oni se mogu uznemiriti, uzrujati, skrenuti pažnju na nešto drugo i cak ometati segment treninga.

Jedan od izazova sa kojim cete se susresti kao voditelj treninga odnosi se na savladavanje novih cinjenica, s tim što program ne smije previše nalikovati na tradicionalnu nastavu. Trebate pratiti, slušati i primijetiti kada je za grupu teško da prati šta govorite ili radite. Ako se to dogodi, možda bi bilo dobro napraviti pauzu i raditi nešto drugo. Medutim, bitno je pratiti koje su informacije obradene i na njih se vratiti kako biste bili sigurni da tim usvaja i zadržava informacije.

7. Tema treninga

Savjetovanje naspram obrazovanja³⁰

Ciljevi sesije

Ova sesija ima nekoliko ciljeva. Njome se razvija svijest o činjenici da je savjetovanje drugacije od obrazovanja vršnjaka i da nameće potrebu za raznim umijecima. Cilj je također i naglašavanje potrebe za učenjem edukatora vršnjaka umijecu upucivanja na druge, kao i pracenja projekta obrazovanja vršnjaka od strane sposobnih odraslih osoba.

Pojmovi

Umijeće upucivanja na druge odnosi se na sposobnost procjene da li je nekoj osobi potrebna veća pomoć ili usluge od onih koje vi možete pružiti i dobijanje informacija o tome gdje se i kako mogu dobiti dodatne usluge.

VJEŽBA: GRUDVANJE

Cilj	Shvatiti koncept savjetovanja vršnjaka, identificirati umijeca i kvalitete koji su neophodni za pojedinačno savjetovanje vršnjaka, utvrditi minimalne kriterije za savjetovanje vršnjaka i razviti svijest o izazovima, preprekama i ograničenjima aktivnosti iz domena obrazovanja vršnjaka. Naglasiti značaj umijeca upucivanja na druge u obrazovanju vršnjaka
Dužina trajanja	30 minuta
Materijal	Za svakog uesnika po jedan blok-papir, olovka i priručnik ' <i>Vrste pristupa koje predvode vršnjaci</i> ' (B) (pogledati dodatak 4, strana 147) koji će se preko projektora prikazati na transparentu ili na kosoj tabli, ili će se iskopirati i uesnicima podijeliti.
Proces	Dio 1. Zamolite uesnike da na papir napišu koje su prema njihovom mišljenju razlike između savjetovanja vršnjaka i obrazovanja vršnjaka. Kada završe, zamolite ih da svoje papire zgužvaju u obliku loptice koje će razbaciti naokolo – kao da se grudvaju, što znači da će svako dobiti 'grudvu' s nečijim odgovorom na zadato pitanje. Neka svaki uesnik pročita odgovor koji je dobio. Zamolite jednu osobu da kaže šta o tome misli, a potom cijelu grupu. Organizirajte i sumirajte diskusiju oko sljedećih pitanja:

Uloga edukatora:

- Bazira se na sadržaju
- Kratkoročna je
- Usmjeren na cilj
- Usavršavanje znanja, stavova i umijeca kako bi se omogućila promjena ponašanja
- Upucivanje na profesionalna lica

Uloga savjetnika:

- Obucen iz oblasti savjetovanja
- Rad kroz proces
- Rad uz razmišljanje, osjecanja i ponašanje
- Otvorena uloga
- Usmjeren na međuljudske odnose
- Rješavanje motivacije, negiranja i otpora na licnom nivou

Učesnici trebaju sami iznaci radnu definiciju savjetovanja vršnjaka, koja će biti slična ovoj: *“Savjetovanje vršnjaka predstavlja situaciju u kojoj se mlada osoba okreće obučenoj osobi iste starosne dobi od koje očekuje razumijevanje, pouzdanost i pomoć u savladavanju licnog problema.”*

Dio 2. Dalje, učesnici trebaju razmisliti o vrsti problema ili teškoj situaciji za koju mladi traže pomoć od svojih vršnjaka. Sve reakcije napišite na kosoj tabli. Možete dodati sljedeće primjere ukoliko ih sami učesnici ne pomenu: nesretna ličnost (depresivna), problemi u odnosima s prijateljima/starijim (roditelji, nastavnici), problemi u školi, problemi vezani za seksualno ponašanje, neželjena trudnoća, zloupotreba nedozvoljenih supstanci, itd.

Povedite grupnu diskusiju i razmišljanje o sljedećem:

- Da li edukatori vršnjaka u vašem programu imaju kvalitete za pružanje odgovarajuće podrške u rješavanju gore navedenih problema? Da li su za to prošli kroz posebni trening?
- Koje ih prepreke mogu spriječiti u pružanju ispravne podrške?
- Kakva je opasnost ukoliko vršnjaci pruže neodgovarajuću podršku?

Završetak

Naglasite da je prilikom provođenja programa za obrazovanje vršnjaka uobičajeno da mlada osoba iz auditorija iznese lični problem pred jednim od edukatora vršnjaka i da pita za savjet. U tom slučaju vrlo je bitno da:

- ❑ Edukator vršnjaka pažljivo sasluša govornika i da posjeduje potrebno umijeće upucivanja na druge; i da
- ❑ Tim edukatora vršnjaka prati sposobne zrelije osobe od kojih mogu tražiti savjet.

Na kraju ovog dijela treninga, voditelj treninga naglašava razlike između tri pristupa: informiranje vršnjaka, obrazovanje vršnjaka i savjetovanje vršnjaka, koji su sumirani u priručniku pod nazivom *Vrste pristupa koje predvode vršnjaci (B)* (pogledati **dodatak 4, strana 147**). Ova tabela se može prikazati preko projektora, ili na kosoj tabli. U ovom drugom slučaju treba se učesnicima i podijeliti.

Potrebno je naglasiti da koncept savjetovanja vršnjaka ponekad ljude zbunjuje. U nekim situacijama se takozvano savjetovanje vršnjaka (naprimjer, mladi odgovaraju na vruću liniju) treba smatrati kao situacija u kojoj “mladi daju odgovarajuće informacije i upućuju na svoje vršnjake”.

Iako je iskustvo u dobroj praksi nedovoljno i nema dovoljno dokaza o djelotvornosti mladih ljudi koji djeluju kao savjetnici svojih vršnjaka, ovaj pristup može biti odgovarajući kada se radi o doseganju do posebno ranjivih mladih ljudi. Ovaj metod se često koristi u testiranju na HIV i u savjetovanju i davanju podrške mladima koji žive s HIV-om.

8. Pregled dana

Krati pregled tema obradenih tokom dana. Učesnici se trebaju prisjetiti svih aktivnosti toga dana i pritom pomenuti glavne teme. Također mogu iznijeti mišljenje o tome kako radionica napreduje.

Program za dan 6

DAN 6		
Br.	Tacka programa	Ciljevi
1.	Vježba istezanja	
2.	Komentari i reakcije o danu 5	<i>Stalna evaluacija radionice</i>
3.	Vježbe opuštanja koje predlože uesnici	<i>Omoguciti uesnicima da steknu iskustvo u vježbama za podizanje radne energije i zagrijavanja</i>
4.	Tema treninga Pracjenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka <u>Vježbe:</u> ➤ Uvodna prezentacija i grupna diskusija ➤ Pracjenje i ocjena	<i>Omoguciti uesnicima da shvate koncept pracjenja i evaluacije i njihov znacaj za utvrdivanje programa za obrazovanje vršnjaka.</i>
5.	Tema treninga Partnerstvo između omladine i odraslih <u>Vježbe:</u> ➤ Uvod teorije o spektru stavova ➤ Igrokaz koji se bazira na spektru stavova ➤ Prednosti razmišljanja u timu; prepreke i strategije	<i>Povecati sposobnost uesnika za partnerski rad sa odraslima i vršnjacima; promovirati zdravlje i razvoj mladih</i>
6.	Šta smo sve obuhvatili; komentari, reakcije i ocjena	<i>Sumirati rezultate radionice Ocijeniti metodologije i rezultate radionice</i>
7.	Završna ceremonija i podjela potvrda o završenom treningu	

1. Vježba istezanja

Učesnici trebaju voditi grupu prilikom vježbi istezanja. Nekoliko učesnika može pokazati, jedno po jedno, koje je mišice potrebno istegnuti.

2. Komentari i reakcije o danu 5

Tim koji ima zadatak da podnese izvještaj o prethodnom danu upoznaje grupu sa svim informacijama koje je u vezi s danom 5 čuo od učesnika.

3. Vježbe opuštanja prema prijedlogu učesnika

Učesnici imaju mogućnost da predvode vježbe opuštanja ili zagrijavanja, prema vlastitom izboru.

4. Tema treninga

Pracjenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka

Ciljevi sesije

Na ovoj sesiji se razmatraju osnovni koncepti pracjenja i ocjene, kao i pitanje zašto je važno utvrditi plan pracjenja i ocjene kada se provodi projekat za obrazovanje vršnjaka. Detaljni trening na temu pracjenja i ocjene, međutim, prevazilazi okvire ovog nastavnog programa. Resursna lista u [dodatku 1 \(strana 115\)](#) sadrži nekoliko bitnih referenci u vezi s pracjenjem i ocjenom.

VJEŽBA 1: UVODNA PREZENTACIJA I GRUPNA DISKUSIJA

Cilj	Izgraditi razumijevanje osnovnih principa pracjenja i ocjene programa za promoviranje zdravlja. Utvrditi potencijalni efekat procesa pracjenja i ocjene kvaliteta programa.
Dužina trajanja	30 minuta
Materijal	Prezentacija folija izradenih u PowerPointu® ili preko projektora
Pogodna za	Trening trenera
Proces	Koristiti folije izradene u Power Pointu ili projektor, predstaviti i porazgovarati o osnovnim konceptima, principima i smjernicama pracjenja i ocjene koji su sadržani u prirucniku pod nazivom <i>Pracjenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka</i> (pogledati dodatak 4, na strani 159). Primjerci prirucnika ce se učesnicima podijeliti nakon sesije.

Uvodeci temu, pomenite da pracenje i ocjena cesto nisu dio utvrdivanja projekta jer neki ljudi smatraju da je to cisto tehnicko pitanje, van dometa njihovog kapaciteta. Oni se više zanimaju za aspekte meduljudskih odnosa nego za kvantitativne aspekte. Cesto kada ljudi svoj posao rade strastveno, oni vjeruju da njihov projekat ima ogroman efekat jer mogu u prilog tome navesti jasne dokaze. Naprimjer, oni ce vam ispricati sa koliko su entuzijazma neki ucesnici pristupili radionici ili edukativnoj sesiji ili vježbi. Medutim, takvi indikatori nisu dovoljni da bismo zakljucili koliki je stvarni efekat programa. Nije dovoljno intuitivno 'osjetiti i znati' da se ostvaruju ciljevi projekta. Iako neki clanovi projekta možda smatraju da je to dosadan i naporan posao, bitno je znati da li se i u kojoj mjeri postižu ciljevi i koliki je efekat projekta.

Prezentacija bi trebala ukljuciti sljedece teme diskusije:

- ❑ Kakva je razlika izmedu **pracenja i ocjene**?
- ❑ Šta se podrazumijeva pod pojmovima **ocjena procesa, ocjena efekta i ocjena rezultata**?
- ❑ Koji su to tipicni indikatori obrazovanja vršnjaka?
- ❑ Potreba za utvrdivanjem odgovarajucih indikatora
- ❑ Zašto je mjerenje promjene ponašanja teško?

Nakon prezentacije slijedi sesija pitanja i odgovora. I tada ucesnici imaju mogucnost da medusobno podijele iskustvo sa terena u pracenju i ocjeni i da razmijene iskustvo i postignuti uspjeh u ovom polju.

Pojmovi

Pracenje predstavlja redovno prikupljanje, analizu i upotrebu informacija kako bi se projekat bolje vodio.

Ocjena predstavlja pažljivo ispitivanje tekuceg ili završenog projekta.

Ocjena procesa je prikupljanje informacija kojim se mjeri uspješnost aktivnosti (naprimjer, da li je program dosegao do ciljne grupe?).

Ocjena efekta je utvrdivanje trenutacnih efekata intervencije u ciljnoj populaciji (naprimjer, vece znanje ili promjena stavova).

Ocjena rezultata je ocjena dugorocnih efekata koji se mogu pripisati projektu; njom se mjere održivije promjene (naprimjer, manja stopa infekcija seksualnim putem povecano korištenje zdravstvenih usluga).

VJEŽBA 2: PRACENJE I OCJENA³¹

Ciljevi	Utvrđiti odgovarajuće strategije procjena i ocjene programa obrazovanja vršnjaka. Razmjena iskustva.
Dužina trajanja	60 minuta
Materijal	Kose table.
Proces	<p>Rasporedite uesnike u manje grupe koje će raditi u sličnom kontekstu (ako je moguće), naprimjer, obrazovanje vršnjaka u školskoj sredini, obrazovanje vršnjaka van škole, sa omladinom do koje se teže dolazi, itd. Zamolite grupe da razmisle o sljedećim ključnim pitanjima:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Šta ocjenjujemo u našem projektu?<input type="checkbox"/> Kako vršimo ocjenjivanje?<input type="checkbox"/> Gdje ocjenjujemo?<input type="checkbox"/> Kada ocjenjujemo?<input type="checkbox"/> S kim ocjenjujemo?<input type="checkbox"/> Za koga ocjenjujemo? <p>Nakon što su grupe imale dovoljno vremena da utvrde odgovore na pitanja, iznijeti će ih pred cijelim auditorijem. Zatim povedite diskusiju u cijeloj, velikoj grupi, postavljajući sljedeća pitanja:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Šta bi nam ti podaci rekli?<input type="checkbox"/> Kako bi to moglo promijeniti ono što radimo?
Završetak	<p>Prije završetka sesije, potrebno je naglasiti da kvalitetna ocjena može donijeti promjene:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ekonomicna je: ona dozvoljava subjektima odlučivanja da nastave sa uspješnim programima i da poboljšaju ili napuste neuspješne.<input type="checkbox"/> Njome se može dati podrška budućim zahtjevima za finansiranje.<input type="checkbox"/> Može doprinijeti utvrđivanju novih programa.<input type="checkbox"/> Ako ocjena pokaže da projekat nije uspješan, moguće je objasniti zašto (naprimjer, zbog slabog koncepta projekta ili nerealnih očekivanja)

5. Tema treninga

Partnerstvo između omladine i odraslih osoba

Cilj sesije

Generalni cilj teme treninga je promoviranje stavova kojim se povećava sposobnost uesnika da rade kao partneri sa mladim ili starijim osobama na zajedničkom promoviranju zdravlja i razvoja mladih.

Napomena za trening³²

Partnerstvo između omladine i odraslih osoba proizilazi iz ubjedenja da mladi ljudi imaju pravo da učestvuju u utvrđivanju programa koji su u njihovom interesu i imaju pravo glasa u oblikovanju strategija koje se odnose na njih. Ljudi koji podržavaju partnerstvo između omladine i odraslih odobrava vjeruju da su mladi brižni i sposobni. Oni vide mlade ljude kao osobe sa kapacitetom da daju pozitivan i širok doprinos kada dobiju podršku i šansu da razviju svoja umijeca. Osim toga, oni tvrde da su programi održiviji i djelotvorniji kada su mladi partneri u dizajniranju, razvoju i sprovođenju, kao i da su rezultati ocjene iskreniji i realniji kada mladi ljudi pomažu pri prikupljanju podataka na kojima se temelji ocjena.

U obrazovanju vršnjaka, mladima se daje mogućnost da preuzmu odgovornost za vlastito zdravlje u skladu sa svojim kapacitetima. U partnerstvu sa odraslima, oni preuzimaju odgovornost za rad.

Pojmovi

Tokenizam, tokenizirati znaci mladima dati pravo glasa, ali zato skucen izbor tema i stila komuniciranja i male ili gotovo nikakve šanse da formiraju vlastito mišljenje.

VJEŽBA 1: UVOĐENJE TEORIJE SPEKTRA STAVOVA³³

Ciljevi	Uvesti koncept partnerstva između omladine i odraslih. Uvesti teoretski okvir temeljne promjene stavova koji je potreban za djelotvorno partnerstvo između omladine i odraslih
Dužina trajanja	20 minuta
Pogodna za	Trening trenera
Materijal	Tri folije izradene u PowerPointu, projektor ili tekstovi prikazani na kosoj tabli sa naslovima 'mladi kao objekti', 'mladi kao primaoci' i 'mladi kao partneri' (pogledati daljnji tekst) i priručnik pod nazivom <i>Prepreke na putu izgradnje djelotvornog partnerstva između omladine i odraslih</i> (pogledati dodatak 4 na strani 156).

Proces

Ukratko uvesti koncept partnerstva između omladine i odraslih kao “*saradnje u kojoj odrasli rade u punom partnerstvu sa mladima na pitanjima sa kojima se suoavaju mladi odnosno programima i strategijama koje se odnose na mlade.*”

Da bi partnerstvo bilo potpuno djelotvorno, važna su određena umijeca (kao što je to umijeće komuniciranja). Međutim, još su važniji stavovi ljudi. Objasnite da je istražitelj William Loftquist utvrdio teoriju spektra stavova kojim se utvrđuje da li će partnerstvo između omladine i odraslih biti uspješno.

Prvi stav na ovom spektru je gledanje na ‘mlade kao na objekte’. Pokažite opis ovog stava (ili na foliji, na projektoru ili na kosoj tabli) i procitajte:

- **Mladi kao objekti:** Odrasli koji vide mlade kao objekte vjeruju u mit totalne mudrosti odraslih. Oni vjeruju da su odrasli jedini koji znaju šta je najbolje za mlade. Oni nastoje kontrolirati situaciju u kojoj se nalaze mladi i smatraju da mladi mogu malo šta doprinijeti. Oni mogu osjetiti potrebu, baziranu na prethodnom iskustvu, da zaštite mlade od posljedica eventualnih grešaka.

Da bi se ilustrirao ovaj stav, upotrijebite sljedeći primjer: “*Recimo, ja radim za nevladinu organizaciju (NVO) na projektu obrazovanja vršnjaka iz prevencije zaraze HIV-om. Angažirao sam Davida, mladog umjetnika, koji mi je pomogao u dizajnu postera sa porukama o prevenciji zaraze HIV/AIDS-om koji su postavljeni u srednjim školama u našoj općini. Ako vjerujem da je ‘omladina objekat’, tada cu Davidu reci tacno kako posteri trebaju izgledati, kakva je poruka, gdje ce se posteri postaviti, itd. Kontrolirat cu svaki aspekt projekta, i ako je David pametan, on više nikad sa mnom neće saradivati, jer samo tracim njegovo vrijeme i talenat.*”

Drugi stav ‘mladi su primatelji’; pokažite i procitajte sljedeći tekst:

- **Mladi kao primatelji:** Odrasli koji imaju ovakav stav vjeruju da moraju pomoci mladima da se prilagode sredini odraslih. Oni dozvoljavaju mladima da sudjeluju u odlucivanju jer vjeruju da je ‘za njih iskustvo dobro’. Oni pretpostavljaju da mladi nisu ‘pravi ljudi’ i da im je potrebna praksa da bi naučili ‘misliti kao odrasli’. Odrasli koji imaju takvo gledište mladima u nadležnost daju trivijalne zadatke koje odrasli ne žele obavljati. Oni najčešće diktiraju uvjete angažmana mladih i od mladih ocekuju da ih se pridržavaju. Ovaj stav cesto dovodi do ‘tokeniziranja’ (*pogledati pojam u gornjem tekstu*) mladih, sjetivši se u zadnjem trenutku da mlade ukljuce u rad ili diskusiju.

Vratite se na vaš primjer: *“Recimo da imam takav stav. Sa mladim umjetnikom bih mogao planirati i definirati poruku i izgled postera i zatim zamoliti umjetnika da odabere boju za tekst. Ili bih mogao pitati Davida da postere postavi u škole, jer ja za to nemam vremena.”*

Pitajte ucesnike da li su prepoznali ovakav stav. Pitajte ih da li su se ikad osjecali poniženo ili su ih odrasli potcijenili samo zato što su ‘mladi’.

Kada govorite o ‘tokenizmu’ možete pomenuti ljestvicu sudjelovanja koju je utvrdio Roger Hart (pogledati [dodatak 4, strana 153](#)). Ovaj istražitelj predstavlja različite vrste interakcije između djece/mladih i odraslih kao prečke na ‘ljestvici sudjelovanja’. Više prečke predstavljaju sve više nivoa sudjelovanja djece i omladine.

Treci stav se odnosi na ono što radom želimo postići: mladi kao partneri. Pokažite i procitajte sljedeći tekst:

- **Mladi kao partneri:** Odrasli sa ovakvim stavom poštuju mlade i vjeruju da mladi mogu dati značajan doprinos. Oni podstiču mlade da se angažiraju i cvrsto vjeruju da je njihov angažman bitan za uspjeh programa. Oni se slažu da bi mladi trebali imati jednak glas u odlucivanju. Oni uvidaju da i omladina i odrasli imaju sposobnost, prednosti i iskustvo kojim mogu doprinijeti. Oni se udobno osjećaju i kad rade s mladima osjećaju se kao da rade s odraslima i uživaju u društvu mladih, kao i odraslih. Odrasli koji mlade vide kao partnere vjeruju da iskreno sudjelovanje mladih obogacuje odrasle baš kao što i učešće odraslih obogacuje mlade i da se u uzajamno poštivanom odnosu prepoznaju prednosti koje nude i jedni i drugi.

Vracajući se na primjer mladog umjetnika, pitajte ucesnike šta bi oni uradili da bi stvorili partnerstvo u projektu izrade postera. Njihovi odgovori bi trebali obuhvatiti, naprimjer, sljedeće prijedloge: da pitaju umjetnika da dizajnira poster ili da ga zamole da skupa sa svojim prijateljima smisli poruku ili ideju za dizajn; da zakažu sastanak s puno mladih, uključujući i umjetnika, kako bi on čuo njihove prijedloge; da pitaju umjetnika da vodi projekat i da organiziraju komisiju sastavljenu od mladih i odraslih, na temelju sposobnosti, talenta, iskustva i interesa.

Završetak

Naglasite činjenicu da ovi stavovi djeluju na sposobnost odraslih da vjeruju da mladi mogu donijeti kvalitetne odluke i utvrditi obim u kojem će odrasli biti voljni da uključe mlade

kao svoje partnere u odlucivanje o dizajnu programa, izradi, realizaciji i ocjeni.

Podijelite prirucnik pod nazivom *Djelotvorno partnerstvo između omladine i odraslih i Ljestvica sudjelovanja Rogera Harta* (pogledati [dodatak 4, strana 151 i 153](#)).

VJEŽBA 2: IGROKAZ NA OSNOVU SPEKTRA STAVOVA³⁴

Cilj Vježbati nekoliko teoretskih stavova prema izgradnji umijeca stvaranja partnerstva.

Dužina trajanja 45 minuta

Pogodna za Trening trenera

Materijal Kartoncici

Proces Na jednoj strani kartoncica napišite rijec ‘omladina’ ili ‘odrasli’. Na drugoj strani napišite sljedece izjave, po jednu na svaki kartoncic na kojem piše ‘odrasli’ i po jednu na svaki kartoncic na kojem piše ‘omladina’:

Odrasli: Želite sve kontrolirati.

Odrasli: Vi ste predan voda koji o ovome vodi racuna i želi vidjeti uspjeh.

Odrasli: Vi mladima ‘popujete’.

Odrasli: Vi mlade ignorirate.

Mladi: Želite sve kontrolirati.

Mladi: Vi ste predan voda koji o ovome vodi racuna i želi vidjeti uspjeh.

Mladi: Imate negativan stav prema svemu predloženom.

Mladi: Vama je dosadno i ne želite biti ovdje.

Trebate imati tri ili cetiri paketa kartoncica, ovisno o broju ucesnika.

Uvedite sesiju pominjanjem teorije spektra stavova i koliko je puno odraslih i mladih ljudi ograniceno stavovima koji stoje na putu njihovim nastojanjima u pravcu zajednickog djelovanja. Zamolite ucesnike da malo eksperimentišu stavljajući se u ulogu onih koji zastupaju drugacije stavove. Objasnite im da se trebaju podijeliti u dvije grupe od po osam ucesnika (ovisno o velicini cijele grupe). Nastojte da grupe budu što je moguće više jednake u smislu starosne dobi, roda itd. Kada su grupe formirane, podijelite kartoncice. Ucesnici trebaju procitati uputstva i zatim zalijepiti kartoncice na prsa tako da ona strana kartoncica na

kojoj piše ‘omladina’ odnosno ‘odrasli’ bude okrenuta prema vani. Tada pocinju njihove uloge.

Objasnite da grupa treba planirati veliku kampanju koja ce podrazumijevati aktivnosti iz oblasti obrazovanja vršnjaka. Dajte im deset minuta za planiranje i napomenite da se sa predloženim planom moraju svi složiti. Također im recite da pripreme kracu prezentaciju plana za sve ucesnike.

Kada istekne deset minuta, svaka grupa treba izložiti plan (iako ce biti ocigledno da nisu imali dovoljno vremena da ga finaliziraju). Pitajte da li se svi clanovi grupe slažu s planom.

Završetak

Kada završe, zamolite ih da svoje uloge naglas objasne. Ucesnici trebaju ostati u grupama. Pitajte nekoliko ucesnika iz svake grupe da opišu proces. Nakon toga cijeloj grupi postavite sljedeća pitanja:

- S kim je bilo najteže raditi?
- Šta su ljudi uradili da bi došli do te osobe?
- Da li su dominirali odrasli ili omladina?
- Kako ste se osjecali u datoj ulozi?
- Neki ucesnici su imali iste uloge. Da li su vaše reakcije bile drugacije ovisno o tome da li ste ‘bili’ odrasla ili mlada osoba?
- Koje su strategije najdjelotvornije za zajednicko utvrđivanje novog plana?

VJEŽBA 3: PREDNOSTI RAZMJENE MIŠLJENJA U GRUPI; PREPREKE I STRATEGIJE³⁵

Cilj	Utvrđiti prednosti, prepreke i strategije djelotvornog partnerstva između omladine i odraslih.
Dužina trajanja	45 minuta
Pogodna za	Trening trenera
Materijal	Kosa tabla i markeri.
Proces	Ucesnike podijelite u odvojene grupe omladine i odraslih. Ovisno o broju omladine i odraslih, možda cete trebati formirati dvije do cetiri grupe, ali vodite racuna da se razlikuju po starosnoj dobi. Neka ucesnici odrede da li ce biti ‘omladina’ ili ‘odrasli’. Neki ucesnici ce se možda takvoj podjeli opirati. Ako do toga dode, objasnite im da je podjela u starosne grupe za neke ljude dobra jer ce u takvom okruženju biti spremniji za iznošenje vlastitog mišljenja. Objasnite im također da cemo kasnije objasniti o cemu je svaka grupa razgovarala.

Nakon što su se podijelili, grupe trebaju razgovarati o sljedećem:

- Koje su u vašem radu prednosti partnerstva između mladih i odraslih?
- Koje prepreke stoje na putu takvom pristupu?

Grupi dajte deset minuta za razmatranje svakog pitanja. Treneri trebaju grupama pomoći u ovoj aktivnosti, s tim što će voditelj treninga za mlade raditi s mladima, a voditelj treninga za odrasle će raditi sa grupom odraslih. Ali, moraju voditi računa o tome da ne dominiraju diskusijom u grupi. Zamolite učesnike da svoju diskusiju sumiraju na kosoj tabli. Na kraju diskusije svaka grupa treba podnijeti izvještaj.

Završetak

Nakon prezentacije svih grupa, zamolite učesnike da uporede izvještaje grupe odnosno grupa omladine i odraslih. Na kraju diskusije podijelite priručnik pod nazivom *Prednosti partnerstva između omladine i odraslih i Prepreke na putu izgradnje partnerstva između omladine i odraslih* (pogledati [dodatak 4, strana 155 i 156](#)).

6. Šta smo sve obradili; komentari, reakcije i ocjena

Glavni trener poziva učesnike da sumiraju sve što je obradeno u proteklih šest dana. Vraćajući se na očekivanja učesnika na početku treninga, te uzimajući u obzir mnoge papire okacene na zid sa različitim sadržajima rada, trener sumira sve što je urađeno. Učesnici potom iznose glavne akcente treninga, objašnjavaju šta ipak nije postignuto ili za šta je potreban novi ciklus treninga.

Učesnici popunjavaju upitnik (primjer se nalazi u [dodatku 2, na strani 128](#)).

7. Završna ceremonija i podjela potvrda

Ostavite dovoljno vremena za završnu, dobro isplaniranu ceremoniju na kojoj će se sa riječima zahvale obratiti glavni organizator i voditelji treninga. Učesnici nakon toga trebaju također imati priliku da uzmu riječ. Osim toga, podijelit će se zvanične potvrde o uspješnom pohadanju treninga. One su vrlo bitne za buduću profesionalni rad učesnika, ali i kao nagrada za vrijedan trud u proteklih šest dana.

Dio 3

Primjer sesije obrazovanja vršnjaka na temu "HIV/AIDS"

OSNOVNA PREZENTACIJA

PROGRAM

KRACI OPIS AKTIVNOSTI

Upitnik

Uvod

Vježbe opuštanja

Osnovna pravila

Šta za vas znaci siguran seks?

Gostujući predavac ili video

HIV/AIDS: Osnovne činjenice i pitanja

Igrokaz na određenu temu

Demonstracija upotrebe kondoma

Završna pitanja

Pregled

OSNOVNA PREZENTACIJA

Auditorij

Cilj sesije je uključiti mlade ljude starosne dobi od 14 do 20 godina.

Ambijent

Svaki ambijent koji je odgovarajući za organiziranje dobro isplanirane obrazovne aktivnosti, kao što su škola, omladinski klub, ljetni kamp, itd.

Ciljevi

Opci cilj predložene sesije obrazovanja vršnjaka odnosi se na podizanje svijesti o HIV/AIDS-u, trening mladih i razvoj umijeca neophodnih za zaštitu od infekcije, kao i na izgradnju pozitivnih stavova prema osobama zaraženim HIV-om, odnosno oboljelim od AIDS-a.

Trajanje

Sesija sa svim aktivnostima koje su opisane u daljnjem tekstu traje oko tri i po sata, sa pauzom od 20 minuta.

Priprema edukatora vršnjaka

Svakako je potrebno da edukatori vršnjaka prethodno prođu kroz trening iz interaktivnih metodologija, kako bi bili u stanju da vode auditorij mladih ljudi na senzitivn i odgovarajući način, te da bi stekli stručnost iz domena zdravlja koji se na sesiji obrađuje.

Prije nego što predstavite sesiju, edukatori vršnjaka trebaju usaglasiti program, te ga zapisati. U ovoj fazi je također za svaku osobu odnosno osobe koje će voditi aktivnosti potrebno odrediti zamjenika, ukoliko neko nije u mogućnosti da dođe na sesiju.

Potrebno je izvršiti probu cijele sesije, i to u najboljem slučaju sedam dana unaprijed. Ljudi ponekad misle da su bolje spremni da vode sesiju nego što to, ustvari, jesu, što postaje očigledno tek u toku probe.

PROGRAM

- Upitnik (10 minuta)
- Uvod (5 minuta)
- Vježbe opuštanja (15 minuta)
- Osnovna pravila (10 minuta)
- Šta za vas znaci siguran seks? (20 minuta)
- Gostujući predavac ili video (30 minuta)
- Pauza (20 minuta)
- HIV/AIDS: Osnovne činjenice i pitanja (30 minuta)
- Igrkaz (25 minuta)
- Demonstracija korištenja kondoma (25 minuta)
- Završna pitanja (10 minuta)
- Pregled (10 minuta)

KRACI OPIS AKTIVNOSTI

Upitnik

Upitnici se mogu podijeliti dok ucesnici budu ulazili u prostoriju. Edukatori vršnjaka trebaju zamoliti svakog ucesnika da upitnik ispune samostalno, bez pomoci prijatelja. Za to imaju deset minuta na raspolaganju, nakon cega edukatori vršnjaka skupljaju popunjene upitnike. Ukoliko je uopce moguće, edukatori bi ih trebali nabrzinu pogledati kako bi utvrdili da li je ucesnicima tema vec poznata, što ce im pomoci da vide na koje se informacije trebaju fokusirati i šta trebaju naglasiti. Isti upitnik se može koristiti i na kraju sesije kako bi se utvrdilo da li je sesija bila uspješna.

Uvod

Važno je poceti sa uvodom u sesiju obrazovanja vršnjaka kada se edukatori vršnjaka ucesnicima predstavljaju i podsjećaju ih na razloge održavanja sesije. Postoji nekoliko vrsta uvodnih aktivnosti i edukatori vršnjaka trebaju odluciti o vrsti uvoda kada budu utvrđivali program. U daljnjem tekstu se nalaze dvije vrste uvodnih aktivnosti, od kojih se obje odnose na prezentaciju o HIV/AIDS-u.

PRIMJER 1: UVOD – “ZAŠTO SMO OVDJE”

U ovoj vježbi edukatori vršnjaka stoje jedan do drugog, predstavljaju se ucesnicima, objašnjavaju zašto su došli na prezentaciju – da druge nauce o HIV/AIDS-u. Nakon predstavljanja, zadnji edukator u redu kaže: *“Naime, svi mi koji se nalazimo u ovoj prostoriji moramo se suociti sa realnošću da HIV/AIDS postoji na svijetu, i da ostavlja posljedice, bilo direktno ili indirektno, na naš život. Stoga na neki način svi mi živimo sa AIDS-om. Ne mora znaciti da ste tim problemom pogodeni samo ukoliko ste inficirani HIV-om.”*

PRIMJER 2: UVOD – “CAO SVIMA, ZOVEM SE... I JA SAM NEKO KO ŽIVI SA AIDS-OM”

Ovakav uvod predstavlja izvrstan način na koji se može privuci pažnja i direktno objasniti razlog zbog kojeg su edukatori vršnjaka na radionici i kako AIDS utice na sve ljude. Neki edukatori se ipak ne odlucuju za takav uvod, jer ucesnici ponekad ne shvataju da nisu svi edukatori za sebe rekli da imaju AIDS. Drugi opet preferiraju ovu vježbu i misle da ipak vrijedi rizikovati. Edukatori vršnjaka stoje jedan pored drugog ispred ucesnika. Edukator koji stoji na jednom kraju reda pocinje sa sljedecim predstavljanjem: *“Cao, zovem se i ja sam neko ko živi s AIDS-om.”* I isto kažu svi edukatori. Nakon što se edukator koji stoji zadnji u redu predstavi, on kaže: *“Ponekad ovaj segment naše prezentacije može zavarati. Ljudi odlaze misleći da smo svi mi HIV pozitivni. Ali, mi ne želimo tu poruku prenijeti. Naime, svi mi, svi mi koji se nalazimo u ovoj prostoriji, moramo se suociti s realnošću da na ovom*

svijetu postoji AIDS koji na naše živote utice bilo direktno ili indirektno. Stoga smo svi mi na neki nacin ljudi koji žive sa AIDS-om. Ne mora znaciti da ste tim problemom pogodeni samo ako ste inficirani HIV-om.”

Vježba opuštanja

Postoji veliki broj vježbi za opuštanje, uključujući i igre i vježbe kao što su *Prenesi pljesak* i *Koliko racuna vodimo o našem zdravlju?* Vidi Dio 2 u vezi s detaljnim opisom ovih igara.

Osnovna pravila

Važno je da cijela grupa odluci o broju osnovnih pravila i da ih usaglasi, kako bi svaki ucesnik sesije bio zadovoljan. Neka cijela grupa naglas razgovara o pravilima za koja ona smatra da su važna i vodite racuna o tome da lista pravila obuhvata:

- ❑ **Povjerljivost.** Ljudi mogu podijeliti informacije sa drugima i izvan sesije sve dok se ne koriste imena ucesnika.
- ❑ **Poštivanje.** Morate poštovati svakog ucesnika u grupi. To znaci da nema napada i da svako mora voditi racuna o mišljenju onog drugog. Koristite subjekat u prvom licu: daleko je efikasnije kada kažete, *“Pa, što se mene licno tice, smatram da...”* umjesto *“Ne, nisi u pravu, pravilno je...”*
- ❑ **Pažnja.** Slušajte šta drugi ljudi govore. Ne samo da cete nešto nauciti, nego ce se i osobe koje vas slušaju osjecati daleko ugodnije.
- ❑ **Otvorenost.** Da biste od sesije izvukli maksimum, ucesnike trebate podsjecati da govore o vlastitom iskustvu, umjesto da govore o drugima. Rizikujte – nemojte se bojati izraziti svoje mišljenje sve dok ne nastupate agresivno, ne zloupotrebljavate situaciju ili ne pokazujete nedostatak osjecajnosti.

Šta za vas znaci siguran seks?

Ukoliko je moguće, ucesnike je potrebno podijeliti u manje grupe od po šest do osam ucesnika. Svaka grupa dobije po jedno pitanje o kojem treba razgovarati i na koje treba dati odgovor. Ako je auditorij mali, moguće je formirati manje grupe. Grupama koje brže rade možete dati i drugo pitanje za razmatranje.

Edukatori vršnjaka se dijele po grupama u kojima imaju ulogu voditelja. Idealno bi bilo da u svakoj grupi budu po dva ili više voditelja.

Grupama se treba dati dovoljno vremena za razmatranje pitanja i iznalaženje odgovora. Voditelji podsticu grupu i pomažu joj da iznade veci broj odgovora tako što ce joj ponuditi ideje i dati određene sugestije.

Pet pitanja koje je moguće postaviti na radionici na temu HIV-a/AIDS-a:

- ❑ Zašto neki ljudi imaju seksualne odnose?
- ❑ Iz kojih razloga mladi odlažu seksualne odnose ili apstiniraju?

- Koje su to alternative seksualnom odnosu?
- Zašto neki ljudi ne koriste zaštitu?
- Kako možemo nekoga (naprimjer, partnera) podstaci na sigurno ponašanje?

Gostujući predavac ili video

Ako to vrijeme dozvoljava, gostujući predavac – osoba koja živi sa HIV/AIDS-om – trebala bi biti pozvana da sa učesnicima podijeli svoje iskustvo. Najbolje bi bilo da edukatori vršnjaka dobro poznaju takvog gosta i da sa sigurnošću znaju da se radi o govorniku koji je dobro pripremljen. Ovaj dio prezentacije je obično najdjelotvorniji kada gost govori o vlastitom iskustvu sa kojim se učesnici mogu poistovjetiti. Video prikaz epidemije HIV/AIDS-a je drugi način na koji se ljudi mogu motivirati.

HIV/AIDS: Osnovne činjenice i pitanja

Moguće je provesti kviz kao uvod u diskusiju o osnovnim činjenicama i pitanjima o HIV-u/AIDS-u.

Primjer kviza je dat u [Dodatku 4, na strani 141](#).

Ključne informacije o HIV/AIDS-u mogu se naći u [Dodatku 4, na strani 134](#). Za dodatne informacije, vidi resursnu listu u Dodatku 1 ([strana 115](#)), na kojoj se nalaze i adrese korisnih web stranica.

Igrokaz

Tokom cijele sesije učesnici mogu pokrenuti naročito bitna pitanja ili teme, kao naprimjer, kako reći “ne” u određenim situacijama, kako pomoći vršnjacima da bolje zaštite svoje zdravlje, itd. Edukatori vršnjaka mogu uzeti neka od ovih pitanja za temu igrokaza. Također mogu odlučiti da jednog ili više učesnika uključe u igrokaz, ili pak da to budu samo edukatori vršnjaka. Vidi Dio 1, na [strani 15](#), i Dio 2, na [strani 43](#) za dodatne informacije u vezi s igrokazima.

Demonstracija upotrebe kondoma

Preporučuju se aktivnosti kojim će se pokazati način na koji se kondomi ispravno koriste, te kako se kaže “ne” nezaštićenom seksu. Takve aktivnosti se trebaju uključiti u svaku edukativnu sesiju na temu HIV/AIDS-a. Vidi vježbe i detaljan opis provođenja demonstracije upotrebe kondoma u Dijelu 2, na [strani 69-71](#).

Završna pitanja

Na kraju sesije se poziva auditorij da iznese svoje reakcije na iskustvo sa sesije. Oni mogu imati reakcije na igrokaze ili pitanja za koja smatraju da su u toku

prezentacije ostala bez odgovora. Iako bi se trebali podsticati na postavljanje pitanja i davanje komentara u bilo kojem trenutku, to je njihova šansa da postave pitanja nakon što su ucestvovali na cijeloj sesiji. Edukatori vršnjaka također imaju šansu da pregledaju pitanja koja su se eventualno pojavila u toku igrokaza; možda je potrebno razgovarati o nekim reakcijama ucesnika koji su odigrali određene uloge.

Ako je prisutan gost koji je HIV pozitivan, ucesnici imaju šansu da mu postave pitanja koja su se eventualno pojavila u toku prezentacije.

Pregled

U toku pregleda potrebno je zahvaliti se svim ucesnicima i pomocnom osoblju na doprinosu. Ucesnici završavaju upitnik koji popunjavaju nakon radionice, koji također obuhvata i kraci obrazac za ocjenu sesije.

Nakon što se prezentacija završi, edukatori vršnjaka bi možda mogli sacekati nekoliko minuta kako bi im pojedinci mogli prici i dati im komentare ili postaviti pitanja. Neko ce možda imati i pitanje licne prirode ili mu je možda potrebna pomoc u pogledu toga gdje može naci dodatne informacije o određenom pitanju. Toj osobi je možda lakše da pride edukatoru, nego da postavi pitanje u toku prezentacije.

¹ WHO. *Working with Street Children, Trainer Tips, A Training Package on Substance Use, Sexual and Reproductive Health including HIV/AIDS and STDs (Rad s djecom sa ulice, napomene za voditelje treninga, paket za trening na temu upotrebe nedozvoljenih supstanci, seksualnog i reproduktivnog zdravlja, ukljucujuci i HIV/AIDS i seksualno prenosive infekcije)* 2000; Reproline: Tools for Trainers (Instrumenti za trenere).

² Eckert, Bob, The LIFE Institute (Learning Institute for Functional Education- Institut za funkcionalno obrazovanje), Peer Education Program "Reflections" (*Program za obrazovanje vršnjaka "Razmišljanja"*). Bergen, New Jersey, SAD.

³ Preuzeto iz vježbe koju provodi Robert Eckert, NDRI (Narcotic and Drug Research Incorporated).

⁴ Originalan izvor ove vježbe je nepoznat. Pronadena verzija ne sadrži ime autora.

⁵ Preuzeto iz vježbe koju provodi Robert Eckert, NDRI (Narcotic and Drug Research Incorporated).

- ⁶ Shira Piven, Theater training for an HIV/AIDS peer education programme (Teatarski trening iz programa za obrazovanje vršnjaka na temu HIV/AIDS), 92nd St. Y New York City, SAD.
- ⁷ Preuzeto iz LeFevre, D.N. *New Games for the Whole Family (Nove igre za cijelu porodicu)*. Perigee Books, The Putnam Publishing Group, Knots/Giant Knot, 1988, str. 130.
- ⁸ Tracy Block, Peer Education Program "Reflections" (*Program za obrazovanje vršnjaka "Razmišljanja"*), Brunswick, New Jersey, SAD.
- ⁹ de Bruyn, M. *Gender or sex: who cares? Notes for training of trainers (Rod ili spol: Ko mari? Napomene za trening trenera)*. Chapel Hill, Ipas, 2002
- ¹⁰ Preuzeto iz tehnike koju koristi Stacy Block, Peer Education Program "Reflections" (*Program za obrazovanje vršnjaka "Razmišljanja"*), Brunswick, New Jersey.
- ¹¹ Ovo je dugo godina bila popularna igra mladih. Izvor je nepoznat.
- ¹² Preuzeto iz koncepta koji je korišten u High Risk Adolescent Project "H-RAP" Curriculum of Westover Consultants in Washington DC, (*Projekat za visokorizicne adolescente "H-RAP" nastavni program Westover konsultanata u Washingtonu DC*), SAS.
- ¹³ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za trenere u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ¹⁴ Medunarodna federacija društava Crvenog krsta/križa i Crvenog polumjeseca (IFRC). *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people. (Akcija s mladima, HIV/AIDS i seksualno prenosive bolesti: Prirucnik za trening mladih)* Ženeva, 2000.
- ¹⁵ de Bruyn, M. i France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodnom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika)* Chapel Hill, Ipas, 2001
- ¹⁶ Selverstone, R. *Training Guide for Mental Health Professionals (Vodic za profesionalne radnike u oblasti mentalnog zdravlja)* napisan za Sex Information and Education Council for the United States (SIECUS).
- ¹⁷ Zielony, R. *Brainstorming lists of accumulated responses in trainings conducted over several years in HIV/AIDS and reproductive health education. (Liste prikupljenih odgovora na treninzima u toku nekoliko godina na temu HIV/AIDS i reproduktivno zdravlje)* 1991 i 1995.
- ¹⁸ de Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodnom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika)* Chapel Hill, Ipas, 2001.
- ¹⁹ de Bruyn, Maria and France, Nadine. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodnom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika)* Chapel Hill, Ipas, 2001.

- ²⁰ Preuzeto iz LeFevre, D.N. *New Games for the Whole Family*. (Nove igre za cijelu porodicu) *Perigee Books*, The Putnam Publishing Group, Face Pass, 1988, str. 84.
- ²¹ IFRC. *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people*. (Akcija s mladima, HIV/AIDS i seksualno prenosive bolesti: Prirucnik za trening mladih), Ženeva, 2000.
- ²² IFRC. *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people*. (Akcija s mladima, HIV/AIDS i seksualno prenosive bolesti: Prirucnik za trening mladih), Ženeva, 2000.
- ²³ Youth Care Health Education Program Curriculum (*Nastavni program za zdravlje i brigu o mladima*)
- ²⁴ Ideja za ovu vježbu dolazi od Danny Keenana i Rona Hendersona iz San Francisca, California. Prilagodio ju je Robert Zielony u sjećanju na Danny Keenana, koji je mnoge od nas naučio ovoj vježbi i koji je u toku svog života obucio mnoge mlade na temu HIV/AIDS-a.
- ²⁵ Piven, S., Theatre Training of the HIV/AIDS Peer Education Program (*Teatarski trening iz programa za obrazovanje vršnjaka na temu HIV/AIDS*), 92nd St. Y: New York, NY, SAD.
- ²⁶ *The New Games Book and More New Games* (Knjiga s novim igrama i još novih igara). *Dolphin Books*, Doubleday & Co. Inc. Willow in the Wind, 1976 i 1981.
- ²⁷ de Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers* (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika). Chapel Hill, Ipas, 2001.
- ²⁸ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za edukatore u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ²⁹ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za edukatore u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ³⁰ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za edukatore u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ³¹ Ovo je nastavna jedinica za radionice na treninzima edukatora vršnjaka koju je uradio dr. Brian Dobson i dr. Robert Zielony u okviru zajednickog regionalnog projekta UNFPA i UNICEF-a za trening.
- ³² Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation* (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih), autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici Youth/YouthNet, nacrt iz januara 2003.
- ³³ Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation* (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih), autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici Youth/YouthNet, nacrt iz januara 2003.
- ³⁴ Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation* (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih), autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici Youth/YouthNet, nacrt iz januara 2003.
- ³⁵ Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation* (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih), autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici pitanja mladih/YouthNet, nacrt iz januara 2003.

Dodaci

DODATAK 1 PROŠIRENA RESURSNA LISTA ZA OBRAZOVANJE VRŠNJAKA

DODATAK 2 UPITNIK KOJI SE POPUNJAVA PRIJE I POSLIJE RADIONICE I
ISPITIVANJE KVALITETA TRENINGA

Dodatak 3 Obrazac za rangiranje umijeca edukatora vršnjaka i trenera

Dodatak 4 Prirucnici

Deset cinjenica u vezi s HIV/AIDS-om

Ilustracija vježbe za stjecanje direktnog iskustva

Obrazovanje vršnjaka i teorije promjene ponašanja

Ilustracija kvadrata privatnosti

Ilustracija stabla problema

Kviz: HIV/AIDS

Izazov: Infekcije koje se prenose seksualnim putem – verzija za
voditelje treninga

Vrste pristupa 'mladi za mlade' (A)

Vrste pristupa 'mladi za mlade' (B)

Stilovi timskog vodenja treninga

Kviz za timsko vodenje treninga

Djelotvorno partnerstvo između omladine i odraslih

Ljestvica učešća Rogera Harta

Prednosti partnerstva između omladine i odraslih

Prepreke na putu izgradnje djelotvornog partnerstva između
omladine i odraslih

Pracenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka

KINSEYEVA SKALA

Dodatak 5 Dodatne vježbe

Spol i rod – šta podrazumijevaju?

Analiza slika iz medija

Vikend zabava mladica i djevojaka

DODATAK 1

PROŠIRENA RESURSNA LISTA ZA OBRAZOVANJE VRŠNJAKA

1. Smjernice za obrazovanje vršnjaka/ucešce mladih

AKTIVIRANJE

IPPF Global Advocacy Division (*Sektor za lobiranje u svijetu*).

Promovirajući pristup postepenog rada, priručnik je namijenjen mladima koji su ili žele biti uključeni u programe i aktivnosti u vezi sa seksualnim i reproduktivnim zdravljem. Priručnik mladima pomaže da utvrde sve ono što im je potrebno, da djeluju u skladu sa svojim potrebama i da pronadu sve subjekte u društvu koji im stoje na raspolaganju, te da uvjere sve one koji donose odluke.

Narudžba:

web: <http://www.ippf.org>

ili poštom: IPPF, Regent's College, Inner Circle Regent's Park, London NW1 4NS, UK.

e-mail: activate@ippf.org

OKVIR ZA UCENJE S VRŠNJACIMA

Youth Clubs UK, 2000 (*Omladinski klubovi, Velika Britanija, 2000*) (drugo izdanje), 80 strana, cijena £8.95.

Ovaj priručnik nudi radnicima s omladinom i nastavnicima smjernice za uvođenje uspješnog programa za obrazovanje vršnjaka. U njemu su utvrđene faze obrazovanja vršnjaka. Ponudena struktura se može koristiti na više nivoa učešća; ona obuhvata širok spektar pitanja. U njoj se nalaze i smjernice za planiranje angažiranja i treninga mladih na sesijama, zatim ideje u vezi s nastavkom treninga i djelovanja, i konačno, u vezi s ocjenama. Priručnik sadrži i dio u kojem su iznijeti najvažniji problemi i dileme. Može se koristiti zajedno sa brošurama pod nazivom *Yes Me! (Da, ja!)* (pogledati tekst na [strani 120](#)).

Narudžba:

web: <http://www.youthclubs.org.uk>

ili poštom: Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.

Evropske smjernice za obrazovanje vršnjaka na temu aids-a

Gary Svenson i ostali, Katedra za društvenu medicinu, Univerzitet Lund, Švedska. Evropska komisija, 1998.

Publikacija Europeera (Evropske mreže za obrazovanje vršnjaka) pruža smjernice za uvođenje, realizaciju i ocjenu projekata za obrazovanje vršnjaka na temu AIDS-a. U prva dva poglavlja ispituje se potencijal, kao i ograničenja pristupa obrazovanja vršnjaka.

Izdanje na engleskom, francuskom, njemackom, grckom, italijanskom, portugalskom, španskom i švedskom jeziku.

Narudžba:

web: <http://www.europeer.lu.se>

ili poštom: Europeer, Department of Community Medicine, Malmö University Hospital, S-205 02 Malmö, Sweden.

VODIC ZA PROVOĐENJE TAP-A (TINEJDŽERI RADE NA PREVENCIJI AIDS-A)

Advocates for youth (*Lobisti za pitanja mladih*) Washington DC, USA, 2002 (drugo izdanje).

Ovaj vodici promovira pristup postepenog rada i pomaže odraslima i tinejdžerima da utvrde, i kasnije u školi i sredini u kojoj žive provedu, program za prevenciju širenja HIV/AIDS-a. Njime se nudi plan za 17 sesija, aktivnosti i opis tekucih projekata.

Narudžba:

web: <http://www.advocatesforyouth.org>

ili poštom: Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA.

KAKO NAPRAVITI DJELOTVORAN PROJEKAT ZA OBRAZOVANJE VRŠNJAKA, SMJERNICE ZA PROJEKTE O PREVENCIJI AIDS-A

AIDSCAP (Family Health International), SAD.

Prakticne smjernice za planiranje i realizaciju projekta za obrazovanje vršnjaka i upoznavanje sa potencijalnim poteškocama.

Narudžba:

web: <http://www.fhi.org/publications>

ili poštom: Family Health International, PO Box 13950, Research Triangle Park, Durham NC 27709, USA.

PRISTUP VRŠNJAKA U OBRAZOVANJU IZ REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA ADOLESCENATA: NEKE NAUCENE LEKCIJE

Biro UNESCO-a za Aziju i Pacifik, Ured za obrazovanje, Thailand, 2003.

Ova brošura se fokusira na istraživanju efekta obrazovanja vršnjaka na promoviranje ponašanja adolescenata koje je u interesu njihovog zdravlja; objedinjuje iskustva sa terena i nudi smjernice subjektima odlucivanja i svima onima koji provode program na osnovu kojeg mogu usvojiti ili prilagoditi odgovarajuće strategije u vlastitom okruženju.

web: <http://www.unescobkk.org/ips/arh-web>

MLADI MLADIMA: MLADI ZAJEDNO U PREVENCIJI INFEKCIJE HIV-OM

Advocates for Youth (*Lobisti za pitanja mladih*) Washington DC, USA, 1993, cijena US\$ 4.

Prirucnik za planere programa i lobiste za pitanja mladih; u njemu se analizira logika i istraživanje pristupa smanjenju rizika u okviru obrazovanja vršnjaka, sa

fokusom na prevenciju HIV-a. U njemu je detaljno prikazan uspješan model programa za obrazovanje vršnjaka.

Narudžba:

web: <http://www.advocatesforyouth.org>

ili poštom: Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA.

Vršnjaci, temeljan pogled na pomoc koju vršnjaci pružaju jedni drugima. planiranje, realizacija i upravljanje

Tindall, J.A.; Accelerated Development (*Ubrzani razvoj*), revidirano izdanje 1994. Ova knjiga se fokusira na savjetovanje vršnjaka i njegovu logiku i kako se ono odražava na neke društvene probleme. Namijenjena je onima koji su nadležni za planiranje, realizaciju i upravljanje programima za pomoc među vršnjacima.

Narudžba poštom ili pozivom: Accelerated Development, 1900 Frost Road, Suite 101, Bristol, Pennsylvania 19007-1598, USA; tel. +1-800-821-8312

2. Istraživanje

2.1 Generalno istraživanje

Obrazovanje vršnjaka i HIV/AIDS: Koncepti, upotreba i izazovi

UNAIDS, Best Practice Collection, 1999.

U ovoj brošuri je opisana teorija obrazovanja vršnjaka. Ona predstavlja rezultate ocjene potreba koja je provedena na Jamajki u aprilu 1999. godine i nudi listu literature.

Izdanje na engleskom i francuskom jeziku.

Narudžba:

web: <http://www.unaids.org>

ili poštom: UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland.

e-mail: unaids@unaids.org

POTENCIJAL VRŠNJAKA: NAJBOLJI EFEKTI MEĐUSOBNOG UTJECAJA

Nacionalna kampanja za prevenciju trudnoce tinejdžerki, april 1999, cijena US\$ 15.

Tri istraživacka rada u kojima se naglašavaju pozitivni efekti utjecaja koji mladi vrše jedni na druge u tinejdžerskoj dobi i istovremeno upozoravaju na konkretne

nacine na koje takav utjecaj može biti štetan. Radovi nude i bitne smjernice osobama koje rade na utvrđivanju programa i subjektima odlucivanja kako bi najbolje iskoristili potencijal mladih.

Narudžba:

web: <http://www.teenpregnancy.org/publications>

ili poštom: *The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2100 M Street, NW, Suite 300, Washington, DC 20037, USA.*

SAŽETAK NAJBOLJIH PRAKSI

UNAIDS, 1999, Izdanje 1, Djeca i omladina, str. 27-72.

U brošuri je opisano 18 projekata orijentiranih na mlade. Glavni ciljevi su:

- promoviranje seksualnog zdravlja;
- 'naoružavanje' mladih životnim umijecima;
- smanjenje rizika infekcije HIV-om;
- sprecavanje rizika od nasilja, zlostavljanja i ulaska u prostituciju,
- izgradnja mreže podrške mladima;
- smanjenje diskriminacije mladih koji žive s HIV/AIDS-om; i
- pomoc mladima da nastave obrazovanje i obezbjeđenje dugorocne i ekonomske sigurnosti ucesnika.

Vecina projekata ukljucuje obrazovanje vršnjaka.

Narudžba:

web: <http://www.unaids.org>

ili poštom: *UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland.*

e-mail: unaids@unaids.org

2.2 Pracenje i evaluacija programa za mlade i sa mladima

Uciti živjeti. Pracenje i evaluacija HIV/AIDS programa za mlade

Webb, D. i Elliott, L., Save the Children, 2000, cijena £12.95.

Praktican vodac za razvoj, pracenje i ocjenu prakse u izradi programa za prevenciju HIV/AIDS-a kod mladih, na osnovu iskustva stecenog na projektima širom svijeta. Fokusira se na najnovije ucenje na osnovu rada sa mladima u obrazovanju vršnjaka, školsko obrazovanje, pružanje klinickih usluga, dosezanje do posebno ranjive djece i rad s djecom oboljelom od AIDS-a.

Narudžba:

web: <http://www.savethechildren.org.uk>

ili poštom: *UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland.*

e-mail: unaids@unaids.org

2.3 Instrumenti za istraživanje

METOD NARATIVNOG ISTRAŽIVANJA – IZUCAVANJE VIDOVA PONAŠANJA MLADIH OD STRANE MLADIH – VODIC ZA UPOTREBU

WHO, 1993, narudžbenica broj 1930054, cijena 8 švicarskih franaka/US\$ 7.20.

Instrument za istraživanje koji se naširoko upotrebljava da bi se shvatilo ponašanje, uključujući i seksualno ponašanje, mladih u kulturološkom kontekstu. Grupa mladih radi na utvrđivanju reprezentativne price kojom opisuju ponašanje u svojoj sredini. Price se zatim prevodi u 'upitnik' koji popunjava omladina u regijama u kojima će se provesti istraživanje. Rezultati ove participatorne metodologije se mogu koristiti za utvrđivanje akcionih planova na lokalnom ili državnom nivou, kojim se promovira zdravlje adolescenata i proizvodi sa informacijama o zdravlju, i u kojima mladi mogu biti angažirani kao asistenti. Izdanje na engleskom, francuskom i španskom jeziku.

Narudžba:

web: <http://www.who.org>

ili e-mail: publications@who.org

3. Priručnici za trening

3.1 Priručnici za obuku iz oblasti obrazovanja vršnjaka

PRISTUPI OBRAZOVANJU VRŠNJAKA IZ OBLASTI ZDRAVLJA: VODIC ZA OSOBE KOJE RADE S MLADIMA

Clemets, I. i Buczkiewitz, M., Uprava za zdravstveno obrazovanje, 1993, 96 strana (priručnik izašao iz štampe).

Priručnik je urađen da bi se podstakli mladi i radnici s mladima u zajednici na analizu korištenja obrazovanja vršnjaka u oblasti zdravlja. Njime se opisuje logika obrazovanja vršnjaka, 11 sesija treninga, ideje za rad s mladima po pitanju zdravlja; u njemu se nude primjeri obrazovanja vršnjaka u Velikoj Britaniji.

KRITICNA SITUACIJA. RAZGOVOR O PROGRAMU S MLADIMA: PRIRUCNIK ZA TRENING IZ OBRAZOVANJA VRŠNJAKA

The Health Education Board for Scotland (*Odbor za zdravstveno obrazovanje u Škotskoj*), 1997, cijena £ 20.

U priručniku je opisan kontekst u kojem se obrazovanje vršnjaka razvijalo; u njemu se nudi teoretski okvir za podršku razvoju rada u oblasti obrazovanja vršnjaka i prakticne smjernice za rad. U priručniku je ilustrirana teorija i praksa uz korištenje primjera edukacije na temu droga, alkohola i duhana. Međutim, smjernice se mogu primijeniti na svaki vid obrazovanja vršnjaka.

Narudžba:

web: Fast Forward, 4, Bernard Street, Edinburgh, EH6 6PP, UK.

ili e-mail at: admin@fastforward.org.uk

POZNAVANJE REZULTATA

Youth Clubs UK (*Omladinski klubovi u Velikoj Britaniji*), 1999, 70 strana, cijena £ 17.95.

Obrazovanje na temu droga nalazi se u fokusu ovog resursa obrazovanja vršnjaka. Namijenjen je za pripremu programa za edukatore vršnjaka. Publikacija sadrži:

- ❑ Napomene u vezi s prednostima i izazovima obrazovanja vršnjaka na temu droga
- ❑ Prirucnike za trening koji se mogu fotokopirati i koristiti za trening edukatora vršnjaka iz oblasti prevencije zloupotrebe droga
- ❑ Aktivnosti koje edukatori vršnjaka mogu koristiti ili prilagoditi kako bi se povecala informiranost mladih o pitanjima zloupotrebe droga
- ❑ Razlicite nacine evaluacije edukativnih inicijativa za obrazovanje vršnjaka na temu droga
- ❑ Izucavanje dva projekta na temu obrazovanja vršnjaka iz oblasti prevencije zloupotrebe droga

Narudžba:

web: <http://www.youthclubs.org.uk>

ili poštom: Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.

Obrazovanje vršnjaka: Prirucnik za trening mladih kao edukatora vršnjaka

Knjiga 1: **Obrazovanje vršnjaka: uvod**

Knjiga 2: **Trening edukatora vršnjaka** (15 sesija treninga kroz 5 modula)

Knjiga 3: **HIV/AIDS i seksualnost** (sesije treninga)

Murtagh, B., Nacionalna omladinska federacija u saradnji sa Jedinicom za promoviranje zdravlja, Irska, 1996, 127 strana.

Tri prirucnika sa informacijama, smjernicama i modelima projekata za obrazovanje vršnjaka u službi mladih. Svi prirucnici se oslanjaju na iskustvo sa terena. Knjiga 1 pojašnjava koncept obrazovanja vršnjaka i sadrži smjernice za ocjenu te vrste obrazovanja. U knjizi 2 nalazi se pet modula za generalnu pripremu i trening potencijalnih edukatora vršnjaka, dok knjiga 3 nudi dvije module: jednu za trening edukatora na temu HIV/AIDS-a, a drugu koja im pomaže da razmotre aspekte seksualnosti.

Narudžba:

web: <http://www.iol.ie/~nyf/indexa.html>

ili poštom: National Youth Federation, 20 Lower Dominick Street, Dublin, Ireland

e-mail: info@nyf.ie

ZAJEDNO SMO JACI

Prirucnik za edukatore vršnjaka i paket aktivnosti, Projekat za obrazovanje vršnjaka na temu HIV/AIDS-a (Jamaica Red Cross HIV/AIDS Peer Education Project), Crveni križ/krst sa Jamajke, 1995.

Priručnik za edukatore vršnjaka iz prevencije HIV/AIDS-a i infekcija koje se prenose seksualnim putem. Tu su i aktivnosti koje se odnose na postupanje u rizicnim situacijama, ocjenu licnih vrijednosti i umijeca u korištenju kondoma.

Više informacija na: jrcs@mail.infochan.com

Da, ja!

Youth Clubs UK (*Omladinski klubovi u Velikoj Britaniji*), 1996, 70 strana, cijena £ 8.95.

Ovu brošuru je lako pratiti. U njoj se nalazi program koji se može samostalno utvrditi i koji je primjeren potencijalnim edukatorima vršnjaka. Pomaže im da shvate i da steknu umijeca koja su neophodna za vođenje grupe vršnjaka koji sticu nova znanja i umijeca.

Da, ja! brošura jasno ukazuje na prednosti obrazovanja vršnjaka za mlade ljude tako što ih podstice na analizu vlastite licnosti, utvrđivanje vlastitih kvaliteta i prednosti. U njoj su obradene teme kao što su neverbalna komunikacija i dinamika grupe i ona pomaže mladima da zakljuce zašto bi voljeli jednoga dana postati edukatori vršnjaka.

Narudžba:

web: <http://www.youthclubs.org.uk>

ili poštom: Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.

Šališ se!

Youth Clubs UK (*Omladinski klubovi u Velikoj Britaniji*), 1997.

Šališ se! je knjiga namijenjena edukatorima vršnjaka. U njoj je obradeno pet prioriternih oblasti: prevencija nesretnog slucaja, prevencija pojave raka, zdravo srce, mentalno zdravlje i seksualno zdravlje. Svaka knjiga sadrži i smjernice u vezi s ulogom edukatora vršnjaka, osnovne informacije o datim pitanjima, aktivnosti koje edukatori vršnjaka trebaju koristiti i analizu slucajeva.

Narudžba:

web: <http://www.youthclubs.org.uk>

ili poštom: Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.

3.2. RELEVANTNI PRIRUCNICI ZA TRENING

Akcije s mladima, HIV/AIDS i infekcije koje se prenose seksualnim putem: priručnik za mlade

Medunarodna federacija društava crvenog krsta/križa i crvenog polumjeseca, Ženeva, 2000 (drugo izdanje).

Priručnik namijenjen mladim liderima na osnovu kojeg se u saradnji s mladima može utvrditi program za promoviranje zdravlja i prevenciju HIV/AIDS-a. Sadrži osnovne informacije o HIV/AIDS-u i o posljedicama epidemije, zatim smjernice za planiranje programa i spektar ideja za edukativne aktivnosti i lokalne projekte.

Izdanje na engleskom i francuskom jeziku (izdanje se uskoro očekuje i na španskom).

Narudžba:

poštom: International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, PO Box 372, CH-1211 Geneva 19, Switzerland
ili e-mail at: guidera@ifrc.org

AIDS, rad s mladima

Aggleton, P., Horsley, C., Warwick, I. i Wilton, T., AVERT, UK, 1993.

Priručnik za trening omladine od 14 i više godina starosti u omladinskim klubovima, kroz razne šeme i u školi. Sadrži vježbe i igre, popracene tekstom koji nudi pregled medicinskih i socijalnih aspekata AIDS-a, kao i savjete iz edukacije na temu HIV/AIDS-a.

Narudžba:

web: <http://www.avert.org>

ili poštom: AVERT, 11, Denne Parade, Horsham, West Sussex RH12 1JD, UK

ISTRAŽIVANJE ZDRAVE SEKSUALNOSTI

Jewitt, C., Family Planning Association UK (*Britansko udruženje za planiranje porodice*), 1994.

Priručnik je namijenjen mladim aktivistima koji nisu prošli dovoljan trening iz oblasti seksualnosti.

Narudžba:

*poštom: Family Planning Association-UK, 27-35 Mortimer Street, W1N 7RJ London, UK.
Fax: +44 207 837 3026*

Prijatelji kažu prijateljima na ulici

Carl, Greg i Chaiphech, Nonthathorn, Centar za istraživanje AIDS-a, Tajland, 2000.

Izuzetno sveobuhvatan priručnik u cilju razvijanja psihosocijalnih umijeca djece koja žive na ulici. Sadrži preko 116 dobro objašnjenih aktivnosti na različite teme (opće zdravlje, zloupotreba droga, HIV/AIDS, reproduktivno zdravlje, dječija prava, licna sigurnost, traganje za poslom) i dodatnih 87 vježbi za osnovna životna umijeca.

Kontakt: The Thai Red Cross AIDS Research Centre, 1871 Rama IV Road, Bangkok 10330, Thailand. Tel. 662 256-4107-9, Fax 662 254-7577.

Igre za adolescente i reproduktivno zdravlje: međunarodni priručnik

PATH (*Program za odgovarajuću tehnologiju u zdravstvu*), Washington DC, USA.

Cilj priručnika je da pokrene maštu edukatora uz krace upute za pocetak, 45 igara koje su zabavne, lake i edukativne, smjernice za osvježavanje igara i pakete kartica spremnih za upotrebu. Uvod sadrži i teoriju koja stoji iza svega toga.

web: <http://www.path.org/files/gamesbook.pdf>

ROD ILI SPOL, KO MARI, RESURSNI PAKET ZA RAZVIJANJE UMIJECA ADOLESCENATA I RADNIKA S MLADIMA U OBLASTI RODA I REPRODUKTIVNOG ZDRAVLJA, SA POSEBNIM OSVRTOM NA NASILJE, HIV I INFEKCIJE KOJE SE PRENOSE SEKSUALNIM PUTEM, NEŽELJENU TRUDNOCU I NESIGURAN ABORTUS
de Bruyn, M. i France, N., IPAS i HD Network, 2001.

Ovaj resursni paket koji obuhvata priručnik, kartice sa programom, folije i priručnike daje uvod u temu roda i seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Svojim instrumentom za razlikovanje roda od spola, on predstavlja nadopunu materijalu za trening na temu seksualnog i reproduktivnog zdravlja. Također pokazuje kako rod utjece na seksualno i reproduktivno zdravlje.

web: http://www.ipas.org/english/publications/gender_sex_manual.pdf

To je samo pravo. praktican vodac za ucenje o konvenciji o dječijim pravima.

UNICEF, 1993.

Vodac namijenjen liderima omladinskih grupa i nastavnicima koji rade s mladima starosne dobi od 13 i više godina. Nudi razne aktivnosti koje će djeci pomoci da upoznaju svoja prava i da planiraju aktivnosti u vezi s pravima.

Izdanje na engleskom i francuskom jeziku.

web: <http://www.unicef.org/publications>

Edukacija iz planiranja života: program za razvoj omladine

Lobisti za pitanja mladih, Washington DC, USA, 1995, cijena US\$ 60.

Paket za trening sa interaktivnim vježbama iz obrazovanja na temu seksualnih i životnih umijeca mladih starosne dobi od 13 do 18 godina. Koristi se u školama i u sredinama u kojima borave mladi.

web: <http://www.advocatesforyouth.org>

Narudžba poštom: Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA.

Participatorni prirucnik za omladinske programe prevencije zloupotrebe droga, vodac za razvoj i usavršavanje

Ured UN-a za sprecavanje zloupotrebe droga i kriminala (UNODC) i Globalna omladinska mreža, New York, 2002.

Prema filozofiji koja stoji iza ovog dokumenta, sama omladina treba predvoditi nastojanja u pravcu rješavanja zloupotrebe nedozvoljenih supstanci, ukoliko se uopće očekuje rješavanje toga problema, jer su oni svjesniji svojih potreba nego što je to bilo ko drugi. Stoga je prirucnik instrument za grupe mladih sa ciljem identificiranja pravih pitanja koja im predstavljaju problem. On im također pomaže da iznadu rješenje.

Izdanje na engleskom, kineskom, francuskom, španskom i ruskom jeziku.

web: http://www.unodc.org/youthnet/youthnet_youth_drugs.html

Primarna prevencija zloupotrebe nedozvoljenih supstanci: priručnik za voditelje treninga i rad na projektu

WHO/UNODC, 2000.

Narudžba e-mailom: publications@who.org

Projekat H – rad s mladima na promoviranju zdravlja i rodne jednakopravnosti

Koordinator projekta: Instituto Promundo. Podrška: Pan American Health

Priručnik obrađuje pet tema: seksualnost i reproduktivno zdravlje; ocinstvo i briga; od nasilja do mirnog suživota; razlozi i emocije; i prevencija i život sa HIV/AIDS-om. Svaka tema sadrži i teoretski dio i seriju participatornih aktivnosti za olakšavanje rada u grupi mladića (starosne dobi od 15 do 24 godine).

web: <http://www.promundo.org.br>

Narudžba e-mailom: promundo@promundo.org.br

Ispravni pravci. resurs obrazovanja vršnjaka na temu UN konvencije o dječijim pravima

Save the Children u saradnji sa The Guides Association, UK, 1999, 64 strana, cijena £ 4.99.

Vodic koji podstiče mlade na razmišljanje o svojim pravima kroz niz zabavnih i energičnih aktivnosti koje se temelje na Konvenciji o dječijim pravima. 40 aktivnosti pokriva širok spektar velikih problema mladih, kao što su potcjenjivanje, diskriminacija, siromaštvo, beskućništvo, zdravlje i izražavanje mišljenja.

web: <http://www.savethechildren.org.uk>

Zdravstveno obrazovanje u školi iz prevencije AIDS-a i infekcija koje se prenose seksualnim putem: resursni paket za planere nastavnog programa

WHO/UNESCO, 1994.

Paket sadrži priručnik za planere nastavnog programa, vodic za nastavnike i priručnik za učenike, kao i 53 aktivnosti na razvijanju umijeca komuniciranja, seksa sigurnijeg po zdravlje i u vezi sa HIV/AIDS-om.

Narudžba e-mailom: publications@who.org

Mladi i korištenje nedozvoljenih supstanci: prirucnik. stvoriti, koristiti i ocijeniti edukativne materijale i aktivnosti

Monteiro, M. (urednik), WHO i Mentor Foundation, 1999, 161 strana, porudžba broj 1930151, cijena 30 švicarskih franaka/US\$ 27

Vodic koji se lako koristi. Pomaže zdravstvenim radnicima koji nisu prošli kroz obimni trening i koji nemaju sofisticirane mogucnosti za proizvodnju edukativnih materijala. Posebna pažnja se daje potrebama djece koja žive na ulici. U njemu su ilustrirani mnogi nacini na koje je moguće angažirati mlade ljude na koncipiranju, korištenju, distribuciji i ocjeni edukativnog materijala.

Narudžba e-mailom: publications@who.org

Rad sa djecom sa ulice. prirucnik za trening na temu upotrebe nedozvoljenih supstanci, seksualnog i reproduktivnog zdravlja, ukljucujuci i HIV/AIDS i infekcije koje se prenose seksualnim putem

WHO, 2000, narudžba broj WHO/MDS/MDP/00.14.

Sveobuhvatan paket za trening namijenjen edukatorima djece koja žive na ulici (i drugima koji su ukljuceni u programe za djecu s ulice). Sastoji se iz dva dijela:

- *Deset modula za trening*, koji pružaju informacije u vezi s problemima djece s ulice, te osnovnim umijecima i znanjem koji su potrebni edukatoru da bi funkcionirao u dinamicnoj sredini ulice.
- *Instrukcije za voditelje treninga*, prirucnik koji pruža ideje o nacinu izucavanja predmeta, sadrži informacije o odabranim temama i daje alternative koje bi edukatoru ili voditelju treninga mogle pomoci pri adaptiranju na lokalne potrebe i resurse.

Narudžba e-mailom: publications@who.org

100 NACINA ZA POVECANJE RADNE ENERGIJE CLANOVA GRUPE: IGRE ZA RADIONICU, SASTANKE I ZAJEDNICU

The International HIV/AIDS Alliance (*Medunarodna HIV/AIDS alijansa*), 2002
Kompilacija vježbi za podizanje radne energije i opuštanje i igara koje može koristiti svako ko radi u grupi, bilo u okviru radionice, na sastancima ili u zajednici.

web: <http://www.aidsalliance.org> (*vidi Publikacije i resursi (Instrumenti i vodici)*).

3.3 Prirucnici za trening na temu savjetovanja (ne samo savjetovanja vršnjaka)

Priručnik za voditelje treninga. Umijeca savjetovanja na temu seksualnosti i reproduktivnog zdravlja adolescenata

WHO/ADH, revidirano izdanje 2001

Koncipiran kao pomoc vodicima treninga u toku petodnevne radionice na temu umijeca savjetovanja iz seksualnosti i reproduktivnog zdravlja. Trening koji je opisan u vodicu predstavlja osnovne informacije u vezi sa seksualnošću, reproduktivnim zdravljem i principima savjetovanja bez izricitih instrukcija, uz trening na temu posebnih umijeca komuniciranja medu ljudima.

Narudžba na e-mail: cah@who.int

4. Resursni vodici

Proširena bibliografija o obrazovanju vršnjaka na temu aids-a u evropi

Svenson, G. i ostali (urednici), Katedra za društvenu medicinu, Univerzitet Lund, Švedska; Evropska komisija, 1998.

web: <http://www.europeer.lu.se>

ili poštom: Europeer, Department of Community Medicine, Malmö University Hospital, S-205 02 Malmö, Sweden.

Resursni vodic za edukatore iz seksualnog zdravlja, osnovni resursi koje svaki edukator iz seksualnog zdravlja treba poznavati

Huberman, B., Lobisti za mlade, 2002, cijena US\$ 10.

web: <http://www.advocatesforyouth.org>

5. Žurnali

excellent. žurnal za obrazovanje vršnjaka u škotskoj

Izdaje Fast Forward Positive Lifestyles Ltd., pretplata: £,10 godišnje.

Žurnal izlazi tri puta godišnje. Cilj mu je promoviranje razvoja obrazovanja vršnjaka kod mladih u oblasti zdravlja, nudenje mogućnosti umrežavanja, razmjena dobrih praksi, obezbjeđenje foruma za debatu i izdavanje korisnih resursa, te najave planiranih događaja (kao naprimjer, kurseva treninga).

Narudžba: Xcellent, c/o Fast Forward, 4, Bernard Street, Edinburgh, EH6 6PP, UK.

ili e-mailom: sandra@fastforward.org.uk

6. Korisne web stranice

<http://www.advocatesforyouth.org/>

‘Lobisti za mlade’ sadrži pitanja seksualnog i reproduktivnog zdravlja mladih širom svijeta i pruža informacije, trening i stratešku pomoć omladinskim organizacijama, subjektima odlučivanja, aktivistima mladih i medijima.

<http://www.avert.org>

Pomoć za mlade oboljele od AIDS-a, sa korisnim statističkim informacijama, informacijama o mladima, vijestima, najnovijim podacima, informacijama u vezi sa homoseksualnošću, itd., zatim o epidemiji AIDS-a i infekcijama koje se prenose seksualnim putem.

<http://www.europeer.lu.se>

Resursni centar Univerziteta Lund (Švedska) i Evropske unije za obrazovanje vršnjaka u zapadnoj Evropi, sa akcentom na zdravlje, razvoj i osnaživanje mladih.

<http://www.fhi.org>

Family Health International radi na poboljšanju reproduktivnog i porodičnog zdravlja širom svijeta putem biomedicinskog istraživanja i istraživanja u društvenim naukama, intervencija u pružanju inovativnih zdravstvenih usluga, treninga i informativnih programa.

<http://www.goaskalice.columbia.edu>

Program Univerziteta u Kolumbiji (SAD) za zdravstvenu edukaciju na Internetu putem zabavnih pitanja i odgovora, primjerenih mladima.

<http://www.ippf.org>

Medunarodna federacija planiranog roditeljstva (International Planned Parenthood Federation (IPPF)) je najveća dobrovoljna organizacija koja se bavi pitanjima seksualnog i reproduktivnog zdravlja; nada se da će promovirati i uvesti pravo žena i muškaraca na slobodno odlučivanje o broju djece koju će imati, kao i o vremenskom razmaku među djecom, i pravo na najveći mogući nivo seksualnog i reproduktivnog zdravlja.

<http://www.iwannaknow.org>

Stranica mladima nudi informacije Američkog udruženja za socijalno zdravlje.

<http://www.savethechildren.org.uk>

Save the Children je vodeća britanska dobrotvorna organizacija koja radi na stvaranju boljeg svijeta za djecu. Organizacija radi u 70 zemalja i pomaže djecu u najsiriromašnijim krajevima svijeta.

<http://www.siecus.org>

Vijeće SAD-a za informacije i edukaciju iz homoseksualnosti (SIECUS) promovira sveobuhvatno obrazovanje na temu seksualnosti i zastupa pravo pojedinaca na odgovoran seksualni izbor.

<http://www.teenwire.com>

Seksualna edukacija iz planiranog roditeljstva sa mnogobrojnim člancima koje su napisali mladi za mlade.

<http://www.unaids.org>

UNAIDS objedinjava nastojanja i resurse osam organizacija iz sistema UN-a kako bi pomogla svijetu u sprecavanju novih infekcija HIV-om, brizi za već zaražene osobe i radi na ublažavanju efekta epidemije HIV/AIDS-a.

<http://www.unfpa.org>

Populacijski fond Ujedinjenih naroda (UNFPA) podržava zemlje u razvoju na njihov zahtjev u poboljšanju pristupa i kvaliteta zaštite reproduktivnog zdravlja, posebno planiranja porodice, bezbjednog majcinstva i prevencije infekcija seksualnim putem, uključujući i infekciju HIV-om.

<http://www.unicef.org>

UNICEF, Dječiji fond Ujedinjenih nacija, radi sa partnerima širom svijeta na promoviranju priznanja i ostvarenja dječijih prava. Sa ove stranice možete otići na <http://www.unicef.org/programme/lifeskills.html>, gdje ćete naći opsežne informacije o edukaciji koja se bazira na umijecima.

<http://www.unodc.org/youthnet>

Globalna omladinska mreža je inicijativa UNDCP-a, Medunarodnog programa za kontrolu droga – programa Ureda Ujedinjenih naroda za droge i kriminal (UNODC). Globalna omladinska mreža ima za cilj povećanje angažmana omladine sa međunarodnom zajednicom na utvrđivanju strategija i programa za prevenciju zloupotrebe droga.

<http://www.youthclubs.org.uk>

Britanska nacionalna mreža sa ciljem pružanja podrške i utvrđivanja visokokvalitetnih i edukativnih mogućnosti za sve mlade ljude.

<http://www.youthhiv.org/>

YouthHIV je projekat Lobista za pitanja mladih. Njihovu web stranicu su kreirali mladi koji su HIV pozitivni i edukatori vršnjaka koji rade s mladima oboljelim od AIDS-a. Cilj je stvaranje sigurne i djelotvorne web stranice koja nudi informacije iz seksualnog zdravlja, podršku zajednici, mogućnosti zastupanja, resurse i upućivanja, kao i obrazovanje vršnjaka *on line*.

<http://www.youthshakers.org/index.htm>

Internet resurs Lobista za pitanja mladih i IPPF-a u vezi sa aktivnostima na seksualnom obrazovanju mladih, mrežama, programima itd. Sa ove stranice možete otici na <http://www.youthshakers.org/peereducation/manual/index.htm> gdje cete naci korisne informacije o izgradnji obrazovanja vršnjaka.

DODATAK 2
UPITNIK KOJI SE POPUNJAVA PRIJE I POSLIJE RADIONICE

UNFPA UNICEF		OBRAZOVANJE VRŠNJAKA NEUM, BOSNA I HERCEGOVINA, 28. MAJ – 2. JUNI 2001.		OBRAZAC BR.
Zahvaljujemo na vašem učešću u evaluaciji radionice. Želimo doznati koji ste dostigli nivo umijeca u obrazovanju vršnjaka, kao i vaše mišljenje o ovoj vrsti treninga. Trebat ce vam svega nekoliko minuta da odgovorite na niže navedena pitanja. Nema pogrešnih, ni tacnih odgovora jer želimo doznati vaše mišljenje. Molimo da upitnik popunite prije pocetka radionice i na kraju njenog održavanja.				
Spol	Dob	Koliko godina vec radite u obrazovanju vršnjaka?	Koja vam je primarna funkcija na tom poslu? (odaberite jednu)	
<input type="checkbox"/> M			<input type="checkbox"/> Menadžer <input type="checkbox"/> Trener	
<input type="checkbox"/> Ž			<input type="checkbox"/> Edukator <input type="checkbox"/> Drugo vršnjaka	
Prvo slovo vašeg imena				
1.	<i>Smatram da bih mogao/mogla voditi trening za edukatore vršnjaka.</i>			
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopce se ne slažem				
2.	<i>U stanju sam da opišem sveobuhvatni model programa za obrazovanje vršnjaka.</i>			
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopce se ne slažem				
3.	<i>U stanju sam da opišem razliku između rod i spola i objasnim kako rodnost može utjecati na seksualno i reproduktivno zdravlje.</i>			
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopce se ne slažem				
4.	<i>Mogao bih/mogla bih sasvim ugodno osmisliti i voditi igrokaze za edukatore vršnjaka.</i>			
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopce se ne slažem				
5.	<i>Ako je moguće, doveo bih/dovala bih na radionicu gosta koji živi s HIV/AIDS-om.</i>			
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopce se ne slažem				

6.	<i>Znam i mogao bih/mogla bih provesti najmanje tri igre za izgradnju timskog rada među edukatorima vršnjaka.</i>
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopće se ne slažem	
7.	<i>Poznate su mi četiri igre zagrijavanja.</i>
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopće se ne slažem	
8.	<i>Poznata su mi tri načina prenošenja informacija učesnicima radionice.</i>
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopće se ne slažem	
9.	<i>Poznate su mi tri motivacione tehnike koje se mogu koristiti na radionici za obrazovanje vršnjaka.</i>
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopće se ne slažem	
10.	<i>Poznato mi je barem pet vrsta životnih umijeca koja se mogu koristiti u programu za edukaciju iz zdravlja.</i>
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopće se ne slažem	
11.	<i>Uključio bih/uključila bih osobu koja živi s HIV/AIDS-om u osmišljavanje i realizaciju programa za obrazovanje vršnjaka.</i>
<input type="checkbox"/> Potpuno se slažem <input type="checkbox"/> Slažem se <input type="checkbox"/> Donekle se slažem <input type="checkbox"/> Malo se slažem <input type="checkbox"/> Uopće se ne slažem	

Ocjena kvaliteta treninga

Kako biste ocijenili vlastitu sposobnost za pružanje usluga klijentima u vezi s temama koje su obuhvacene radionicom?	Prije radionice	Nisko <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	Osrednje <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4	Visoko <input type="checkbox"/> 5
	Nakon radionice	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Sve u svemu, kako biste ocijenili kvalitet radionice?	<input type="checkbox"/> Loše <input type="checkbox"/> Zadovoljavajuće <input type="checkbox"/> Dobro <input type="checkbox"/> Vrlo dobro <input type="checkbox"/> Odlicno			
Kako biste ocijenili korisnost radionice za vaš rad?	<input type="checkbox"/> Loše <input type="checkbox"/> Zadovoljavajuće <input type="checkbox"/> Dobro <input type="checkbox"/> Vrlo dobro <input type="checkbox"/> Odlicno			
Da li smatrate da cete na osnovu ove radionice generalno moci trenirati druge osobe?	Da li cete vjerovatno koristiti radionicu za trening drugih osoba?	Da li biste slicnu radionicu preporucili svom vršnjaku?		
<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Ne znam	<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Ne znam	<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Ne znam		
Komentari:				

Dodatak 3

Obrazac za rangiranje umijeca edukatora vršnjaka i trenera¹

Ovaj obrazac sadrži elemente koji su korišteni u ocjeni umijeca koja su stekli edukatori vršnjaka i treneri.

Datum_____Mjesto_____ Trener/Edukator vršnjaka_____

Rangirajte kvaliteta trenera:

	1 Slabo	2 Dovoljno	3 Dobro	4 Vrlo dobro	5 Odlicno
METODE TRENINGA					
1. Objašnjenje aktivnosti/igre					
2. Odnos prema ucesnicima					
3. Kontakt ocima					
4. Kretanje					
5. Gestikualcija					
6. Umijece slušanja					
7. Jacina glasa					
8. Upotreba kose table					
9. Korištenje prostora i okoline					
10. Intonacija					
TIMSKI RAD					
11. Balans učešća					
12. Interakcija sa trenerima iz tima					
13. Medusobna pomoc					
14. Raspodjela trenerskog prostora ...davanje i uzimanje					
15. Medusobno poštivanje					
16. Vodenje edukatora vršnjaka					
17. Postupanje sa problematicnim					

1 Zielony, R. Mudrovcic, Ž. i Red Cross Peer Educators of Sarajevo, UNFPA Radionica: ocjena obrazovanja vršnjaka, 2001.

ucesnicima					
------------	--	--	--	--	--

	1 Slabo	2 Dovoljno	3 Dobro	4 Vrlo dobro	5 Odlicno
METODE TRENINGA					
18. Nošenje sa dosadom					
19. Postupanje sa pralicama					
20. Tehnike javnog obraćanja					
21. Motivacioni efekat					
22. Energija voditelja treninga					
23. Entuzijazam voditelja treninga					
24. Umijeće glume					
25. Stvaranje sigurne sredine za ućenje					
26. Priprema programa za prezentaciju vršnjaka					
27. Pomoc tokom prezentacije					
28. Davanje komentara o radu edukatora vršnjaka					
29. Podsticanje članova tima					
30. Olakšavanje timskog rada: doprinos neometanom procesu					
31. Podsticanje ucesnika					
32. Spajanje umjesto razdvajanje ucesnika					
33. Poštivanje dogovorenog plana					
34. Obavješćenje o promjenama u programu					
35. Otvorena komunikacija sa trenerima u timu					

Komentari:

Napomena: Skala od 1 do 5 možda nije uvijek neophodna. U toku sesija na kojima se edukatorima vršnjaka ili trenerima daju komentari o radu, mogu se dati samo smjernice, uz ideje o umijecima i tehnikama.

Dodatak 4

Priručnici

Deset činjenica u vezi s HIV/AIDS-om
Ilustracija vježbe za stjecanje direktnog iskustva
Obrazovanje vršnjaka i teorije promjene ponašanja
Ilustracija kvadrata privatnosti
Ilustracija stabla problema
Kviz: HIV/AIDS
Izazov: Infekcije koje se prenose seksualnim putem – verzija za voditelje treninga
Vrste pristupa 'mladi za mlade' (A)
Vrste pristupa 'mladi za mlade' (B)
Stilovi timskog vodenja treninga
Kviz za timsko vodenje treninga
Djelotvorno partnerstvo između omladine i odraslih
Ljestvica učešća Rogera Harta
Prednosti partnerstva između omladine i odraslih
Prepreke na putu izgradnje djelotvornog partnerstva između omladine i odraslih
Pracjenje i ocjena programa za obrazovanje vršnjaka

KINSEYEVA SKALA

Deset činjenica u vezi s HIV/AIDS-om

1. AIDS (acquired immune deficiency syndrome – sindrom stečenog gubitka imuniteta) izaziva HIV, humani imunodeficijentni virus, koji oštećuje odbrambeni sistem organizma. Ljudi koji su oboljeli od AIDS-a slabe jer njihov organizam gubi sposobnost da se bori protiv svih bolesti. Na kraju umiru. Za HIV/AIDS nema lijeka.
2. AIDS može nastupiti čak deset godina nakon infekcije HIV-om. Stoga, osoba koja je zaražena HIV-om može izgledati i godinama se osjećati zdravom, s tim što može virus prenijeti na druge. Pomocu terapija novim lijekovima, zaražene osobe mogu ostati relativno zdrave i duži vremenski period, s tim što još uvijek nose virus i druge mogu zaraziti HIV-om.
3. HIV se prenosi razmjenom bilo koje tjelesne tečnosti koja je zaražena HIV-om. Prijenos se može dogoditi u svim fazama infekcije/oboljenja. HIV se nalazi u sljedećim tjelesnim tečnostima: u krvi, sjemenu (i u predsjemennoj tečnosti), vaginalnom sekretu, majčinom mlijeku. Nije zabilježen nijedan slučaj prijenosa virusa pljuvackom kroz kontakt ustima. Međutim, ako osoba ima u ustima posjekotinu, postoji mogućnost da se zarazi HIV-om nakon poljupca zaražene osobe koja također ima posjekotinu ili otvorenu ranu. Virus van organizma može živjeti vrlo kratko, tako da se ne može prenijeti dodiranjem zaražene osobe niti zajedničkim korištenjem običnih stvari, kao što su tanjiri, pribor za jelo, odjeca itd.
4. Širom svijeta HIV se najčešće prenosi seksualnim putem. Međutim, u istočnoj Evropi i centralnoj Aziji najveći broj infekcija prenosi se putem zajednicke upotrebe zaraženih igala među ovisnicima koji drogu uzimaju intravenozno. Naime, u toku seksualnog odnosa tjelesne tečnosti se miješaju i virus može preci sa zaražene osobe na njenog partnera, posebno ako u vaginalnom ili analnom tkivu postoje rane ili ako postoji seksualno prenosiva infekcija. Mlade djevojke su posebno podložne infekciji HIV-om jer su njihove vaginalne membrane tanje i stoga podložnije infekciji nego što je to slučaj kod zrelih žena.

Ukoliko muškarac koji je HIV pozitivan ima seksualni odnos sa ženom i pri tom ne koristi kondom, virus se može putem njegovog sjemena prenijeti u krvotok žene kroz manju ogrebotinu ili ranicu unutar njenog tijela koja može biti toliko mala da njoj čak nije ni poznata.

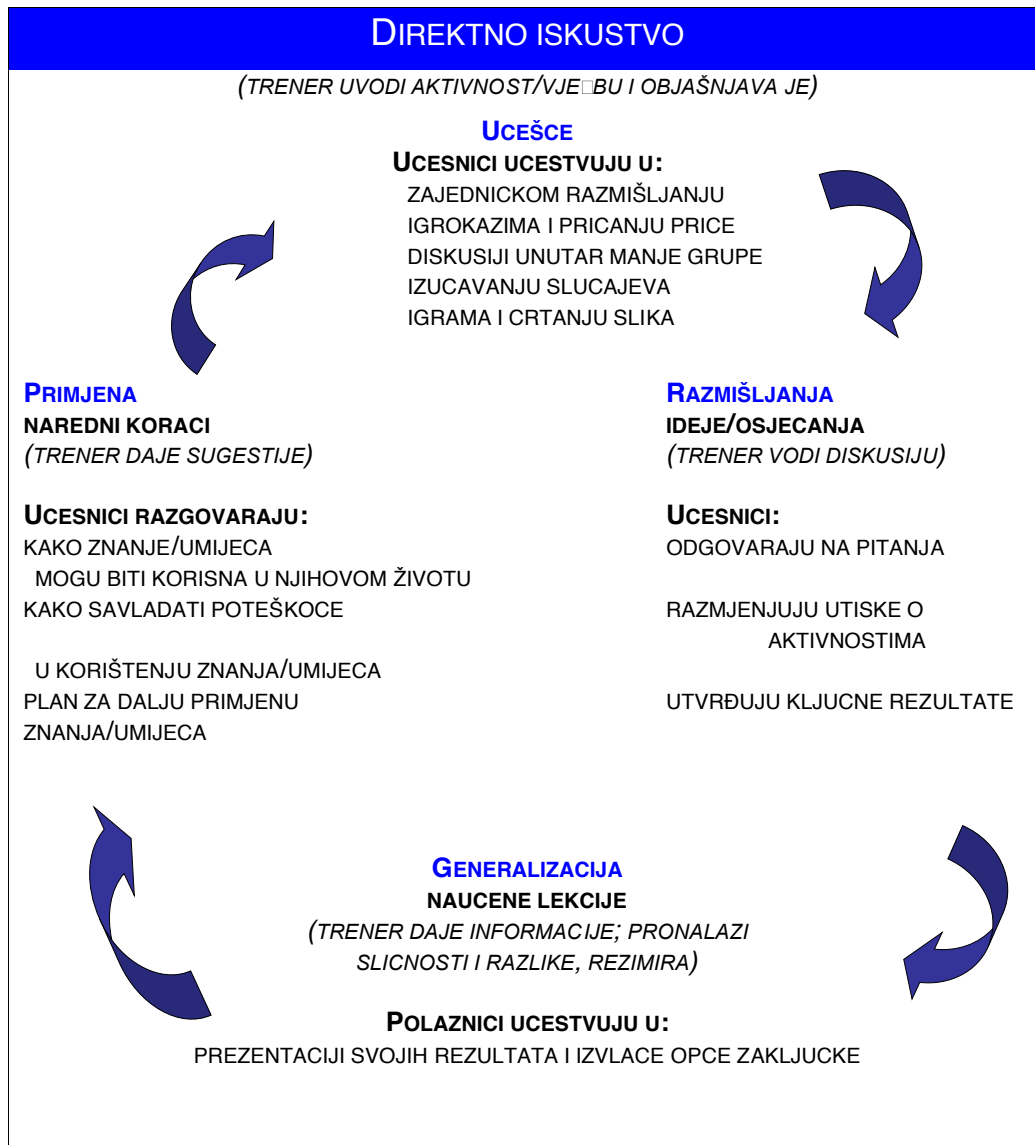
Ukoliko žena koja je HIV pozitivna ima seksualni odnos sa muškarcem bez kondoma, HIV se može prenijeti iz vaginalnog sekreta u krv muškarca kroz ranicu na penisu ili kroz uretru, mokraćni kanal koji prolazi kroz penis.

5. Osobe koje imaju seksualno prenosivu infekciju imaju veći rizik od infekcije HIV/AIDS-om i prijenosa infekcije na druge. Takve osobe se hitno trebaju podvrci tretmanu i izbjegavati seksualne odnose ili trebaju prakticirati sigurniji seks (seks bez penetracije, ili seks uz korištenje kondoma) i o tome obavjestiti svoje partnere. Osoba koja je zaražena nekom seksualno prenosivom infekcijom ima pet do deset puta više šansi da se zarazi HIV-om. Osim toga, osobe koje su zaražene seksualno prenosivom infekcijom također imaju veće šanse da infekciju prenesu na druge.

6. Rizik prijenosa HIV/AIDS-a seksualnim putem može se smanjiti ako zaražene osobe nemaju seksualne odnose, ako nezaraženi partneri imaju seksualne odnose jedni sa drugima i ako se pribjegava sigurnijem seksu, to jeste seksu bez penetracije ili uz upotrebu kondoma. Jedini način na koji osoba može biti u potpunosti sigurna da neće prenijeti HIV seksualnim putem jeste apstinencija od svakog seksualnog kontakta.
7. HIV se također može prenijeti kada je koža postoji posjecena ili probušena koristeći nesterilne igle, šprice, žilete, nož ili nečim sličnim. Osobe koje drogu uzimaju intravenozno u visokom riziku su da se zaraze HIV/AIDS-om. Osim toga, droga utječe na sposobnost prosuđivanja i može dovesti do rizicnog seksualnog ponašanja, kao što je nekorisćenje kondoma. Ovisnici koji drogu uzimaju intravenozno (injekcijama) trebali bi uvijek koristiti čiste igle, a nikada nečiju iglu ili špricu. Ako znate ili sumnjate da vaš seksualni partner uzima droge intravenozno, ne biste nikad trebali s njim imati nezaštićeni seksualni odnos.
8. Svako ko sumnja da je zaražen HIV trebao bi kontaktirati zdravstvenog radnika ili centar za HIV/AIDS kako bi dobio povjerljivo savjetovanje i testiranje.
Testiranjem na HIV mogu se utvrditi antitijela HIV-a u krvi, čak dvije sedmice nakon infekcije, s tim što je organizmu možda potrebno i do šest mjeseci da stvori mjerljivu količinu antitijela. U prosjeku je to dvadeset pet dana.
Pozitivan rezultat testa znači da su u krvi prisutna antitijela HIV-a i da ste HIV pozitivni. Ali, AIDS može nastupiti i do deset i više godina nakon toga. Zapamtite: osoba koja živi sa AIDS-om može živjeti produktivan i zdrav život.
Negativan rezultat obično ukazuje na to da niste zaraženi HIV-om. Međutim, testu biste se trebali podvrci za šest mjeseci. Ukoliko ste u tom periodu imali visokorizično ponašanje, to može biti dovoljno dug period za vaš imuni sistem da proizvede dovoljno antitijela.
9. HIV se ne prenosi slučajnim svakodnevnim kontaktima: grljenjem, rukovanjem, plivanjem u bazenu, preko WC šolje, posteljine, pribora za jelo i hrane, preko ujeda komarca i drugih insekata, niti kašljanjem i kihanjem.
10. Diskriminacijom osoba koje su zaražene HIV-om ili oboljelim od AIDS-a ili bilo koga za koga se smatra da je u rizicnoj grupi krše se pojedinačna ljudska prava i ugrožava se javno zdravlje. Svako ko je zaražen HIV-om ili obolio od AIDS-a zaslužuje razumijevanje i podršku.

Preuzeto i prilagodeno iz teksta u izdanju UNFPA, UNAIDS-a, Svjetske banke, WHO, UNESCO-a, UNDCP-a, UNICEF-a and Save the Children (UK), *Cinjenice za adolescente, Inicijativa 'Pravo znati'*, Nacrt, maj 2002.

Ilustracija vježbe za stjecanje direktnog iskustva



Obrazovanje vršnjaka i teorije promjene ponašanja

Teorija promišljene akcije

Prema ovoj teoriji, namjera osobe da usvoji preporučeno ponašanje utvrđeno je:

- ❑ stavovima te osobe prema tom ponašanju (ubijedenost u posljedice ponašanja); i
- ❑ percepcijom osobe o društvenim normama u pogledu određenog ponašanja u grupi ili kulturi.

Ovaj koncept je u kontekstu obrazovanja vršnjaka bitan s obzirom da:

- ❑ na stavove mladih u velikoj mjeri utiče njihova percepcija o onome što njihovi vršnjaci rade i kako razmišljaju; i
- ❑ mladi mogu biti visoko motivirani očekivanjima od edukatora vršnjaka koji uživaju njihovo poštovanje.

Teorija društvenog učenja

Prema ovoj teoriji, moguće je povećati sposobnost za preuzimanje kontrole nad vlastitom situacijom (samoeфикаsnost) putem sticanja novog znanja i umijeca koji ih uče kako mogu bolje izlaziti na kraj s različitim situacijama. Ovo učenje se obavlja:

- ❑ kroz direktno iskustvo;
- ❑ indirektno, praćenjem i oblikovanjem ponašanja prema drugima sa kojima se osoba identificira; i
- ❑ kroz trening za sticanje umijeca koja dovode do samouvjerenja da je moguće primjeniti dato ponašanje.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka to znači da je uključivanje interaktivnog eksperimentalnog učenja izuzetno važno i da edukatori vršnjaka svojim vršnjacima mogu poslužiti kao dobar primjer.

Širenje teorije inovacija

Prema ovoj teoriji utjecaj društva igra bitnu ulogu u promjeni ponašanja. Mišljenje uticajnih osoba u zajednici koji djeluju kao agenti promjene ponašanja predstavlja ključni element ove teorije. Za njihov utjecaj na grupne norme se uglavnom gleda kao na ishod direktne razmjene mišljenja i diskusije.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka to znači da bi odabrani edukatori vršnjaka trebali neposredno uživati povjerenje ciljne grupe i u njoj biti nosioci ideja. Uticajne osobe u ulozi edukatora mogu biti vrlo važne u aktivnostima na probijanju puta do ciljne grupe do koje se ne može doći formalno planiranim aktivnostima nego kroz svakodnevne društvene kontakte.

Prema ove tri teorije, ljudi prihvataju određeno ponašanje ne zbog naučnih dokaza nego zbog subjektivne procjene vršnjaka sa kojima su u direktnom kontaktu i kojima vjeruju, a koji su primjer takve promjene.

U kontekstu obrazovanja vršnjaka bitne su još dvije teorije:

Model vjerovanja u zdravlje

Prema modelu vjerovanja u zdravlje, ukoliko osoba ima želju da izbjegne bolest i da bude zdrava (vrijednost), a s obzirom da se određenim zdravstvenim potezom sprečava bolest (očekivanje), tada se preduzima pozitivno ponašanje. Bitan aspekt modela vjerovanja u zdravlje je koncept zamišljenih barijera ili mišljenje o opipljivim i psihološkim efektima preporučene akcije.

Edukatori vršnjaka mogu smanjiti zamišljene barijere kroz razuvjeravanje, ispravljanje pogrešnih informacija i pomoć. Naprimjer, ako mlada osoba ne traži zdravstvenu zaštitu u medicinskoj ustanovi u sredini u kojoj živi jer smatra da tajnost nije ispoštovana, edukator vršnjaka može pružiti tačne informacije koje se pružaju u servisima za pomoć mladima, čime će pomoći u prevazilaženju barijera u korištenju zdravstvene zaštite.

Teorija participatornog obrazovanja

Prema ovoj teoriji, osnaživanje i potpuno učešće mladih koji imaju određeni problem od ključnog su značaja za promjene u ponašanju.

Važnost ove teorije u kontekstu obrazovanja vršnjaka je očigledna: mnogi zagovaraci obrazovanja vršnjaka tvrde da su (horizontalni) proces komunikacije među vršnjacima i utvrđivanje pravca aktivnosti od osnovnog značaja za uspjeh programa obrazovanja vršnjaka.

Ilustracija kvadrata privatnosti



Ilustracija stabla problema

Ubaciti

1. Samohrano majcinstvo
2. Rani brak
3. Odbacenost od strane partnera ili porodice
4. Izbacivanje iz škole ili gubitak zaposlenja (t.j. domaćica)
5. Nesiguran abortus (komplikacije: krvarenje, infekcije usljed oštećenja materice, sterilitet, smrt)
6. Usvajanje
7. Siguran i legalan abortus - usvajanje kontraceptivne metode
8. Krivica, strah - samoubistvo
9. Neželjena trudnoća
10. Nedostatak seksualnog obrazovanja
11. Prinudni seks, pritisak vršnjaka na mladiće, silovanje i incest
12. Mitovi (ne može se zatrudniti prilikom prvog seksualnog odnosa, itd.)
13. Historija nasilja, alkohol, upotreba droge, put ka rizicnim ponašanjima
14. Neprijatne zdravstvene i društvene situacije
15. (pucanje kondoma, propuštena pilula, itd.)
16. Neuspjela kontraceptivna metoda
17. MOGUĆE MJERE
 - seksualno obrazovanje u školi
 - zadržati djevojke koje su trudne u škole
 - destigmatizacija abortusa
 - promocija usvajanja
 - povećanje pristupa legalnom abortusu
 - obrazovanje mladih žena i djevojaka o nasilju

Kviz: HIV/AIDS

Pitanja

1. Šta znaci skracenica AIDS?
2. Šta znaci skracenica HIV?
3. Da li se HIV može prenijeti poljupcem?
4. “AIDS-om se možete inficirati ako koristite zaražene igle.” Ima li išta pogrešno u ovoj izjavi? Odgovorite sa ‘da’, ‘ne’ ili ‘ne znam’. Ako je vaš odgovor ‘da’, objasnite šta u izjavi nije dobro.
5. Šta znaci ako neko ima dijagnozu pozitivna antitijela na HIV (HIV+)?
6. Kako se HIV može prenijeti sa majke na dijete?
7. U kontekstu testiranja na HIV, šta se podrazumijeva pod ‘periodom prozora’?
8. HIV ne može preživjeti izvan organizma. Tacno ili netacno?
9. Zašto je analni seks rizicniji u smislu prenošenja HIV-a nego druge vrste seksa?
10. Ne možete se zaraziti HIV-om ako dajete krv putem sterilne šprice. Tacno ili netacno?

Tacni odgovori

1. Sindrom stecenog gubitka imuniteta.
2. Humani imunodeficijentni virus.
3. Poljubac može biti rizican samo ako krv prede sa HIV pozitivne osobe na njenog partnera. To se dešava ako su koža ili sluznica u ili oko usta oštećeni.
4. Izjava je pogrešna: možete se zaraziti HIV-om (virus), a ne AIDS-om.
5. To znaci da su bijele krvne stanice proizvele antitijela u reakciji na prisustvo HIV-a u krvi. To je dokaz da je osoba zaražena HIV-om. Medutim, antitijela ne mogu ubiti virus!
6. U toku trudnoce, porodaja i dojenja.

7. Potrebno je dva do tri mjeseca da se HIV antitijela pojave u krvi. Taj period se naziva 'periodom prozora', u toku kojeg je rezultat testa zaražene osobe negativan čak i ako ona ima virus i zarazna je.
8. Tačno.
9. Analni otvor lako prokrvari, što dovodi do miješanja krvi sa sjemenom u kojem se nalazi HIV.
10. Tačno.

Izazov: Infekcije koje se prenose seksualnim putem – verzija za voditelje treninga

1. Kondomi su najdjelotvornija zaštita protiv širenja infekcija koje se prenose seksualnim putem.

POGREŠNO

- ❑ Apstinencija od seksualnog odnosa predstavlja najbolji način prevencije širenja seksualno prenosivih infekcija.
- ❑ Kondomi predstavljaju drugu najbolju prevenciju, s tim što je jedino potpuna seksualna apstinencija 100% djelotvorna.

2. Biološki, rizik zaraze seksualno prenosivim infekcijama.

POGREŠNO

- ❑ Žene su podložnije seksualno prenosivim infekcijama jer je kod njih sluznica veća i osjetljivija. U vagini se obično nalaze male ogrebotine.

3. Žene koje uzimaju kontracepcijske pilule zaštićene su i od trudnoce i od seksualno prenosivih infekcija.

POGREŠNO

- ❑ Dodir tjelesnih tečnosti stvara rizik od nastanka seksualno prenosivih infekcija. Pilula ne predstavlja barijeru koja bi onemogućila kontakt tjelesnih tečnosti.
- ❑ Ako se konstantno uzimaju, pilule postaju djelotvoran hormonalni metod za sprečavanje trudnoce.

4. Korištenje dva kondoma u isto vrijeme (‘duplo navlačenje’) pruža veću zaštitu od seksualno prenosivih infekcija.

POGREŠNO

- ❑ Kondomi su napravljeni tako da je dovoljno koristiti jedan kondom u toku jednog seksualnog odnosa – trenje između dva kondoma može prouzrokovati pucanje.
- ❑ Nemojte kombinirati muški i ženski kondom.

5. Kondomi nisu uvijek najdjelotvornije sredstvo za prevenciju infekcije HPV-om (humani papiloma virus, koji prouzrokuje nastanak genitalnih bradavica).

TACNO

- ❑ Odnos nije neophodan: HPV se također može prenijeti i dodiranjem rana zaražene osobe (kontakt između ruke i genitalnih organa ili genitalnih organa i genitalnih organa).
- ❑ Genitalne bradavice mogu također izrasti i na drugim dijelovima genitalnih organa (testisi, male i velike usne), koji nisu pokriveni odnosno zaštićeni kondomom.

- ❑ Genitalne bradavice se prenose u toku nastajanja. Međutim, možda niste ni svjesni toga zato što se bradavice često ne mogu vidjeti golim okom.

6. Osoba inficirana klamidijom obično ima prepoznatljive simptome.

POGREŠNO

- ❑ Većina osoba koje su inficirane klamidijom ne pokazuju nikakve simptome (isto važi i za gonoreju).
- ❑ Ako se ne liječi (antibioticima), klamidija (također i gonoreja) može prouzrokovati dugotrajne komplikacije (neplodnost i zapaljenje karlice kod žena i upalu prostate kod muškaraca).
- ❑ Simptomi: kod žena – bol/tupi bol na grlicu maternice, neugodan osjećaj u predjelu karlice, bol prilikom mokrenja ili u toku seksualnog odnosa, obimnije menstruacije, obimno lučenje sekreta iz grlica maternice; kod muškaraca – sekret iz mokraćne cijevi, bol prilikom mokrenja, upala epididimisa.

7. Osoba koja ima herpes može inficirati partnera čak i ako nema nikakvih vidljivih rana.

TACNO

- ❑ Infekcija je moguća čak i kada nema rana.
- ❑ Vrijeme zaraze je početak ponovnog nastanka herpesa, u toku 'lučenja sekreta', kada inficirana osoba osjeća bol, kada ima osjećaj svraba, odnosno kada ima osjećaj da je nešto peče i iritira.
- ❑ Najmanje zarazan period je kada infekcija miruje i kada ne postoje vidljive rane.

8. Gonoreja se može izliječiti antibioticima.

TACNO

- ❑ Postoje dvije vrste seksualno prenosivih infekcija: bakterijske i virusne. Gonoreja je bakterijska seksualno prenosiva infekcija. Bakterijske infekcije se mogu izliječiti antibioticima. Virusna infekcija ostaje u organizmu, ponekad bez simptomatnog izbijanja (remisija); antivirusni lijekovi mogu pomoći nekim osobama da produže remisiju.
- ❑ Simptomi: kod žena – bol/tupi bol u grlicu maternice, neugodan osjećaj u predjelu karlice, bol prilikom mokrenja ili u toku seksualnog odnosa, obimnije menstruacije, obimno lučenje sekreta iz grlica maternice; kod muškaraca – sekret iz mokraćne cijevi, bol prilikom mokrenja, upala epididimisa.

9. Samo se žene mogu testirati na seksualno prenosive infekcije.

POGREŠNO

- ❑ I muškarci i žene se mogu testirati na većinu bakterijskih i virusnih infekcija.

- ❑ Testovi su različiti za muškarce i za žene, ovisno o historiji seksualnog ponašanja (kultura oralnih celija, kultura celija grlica maternice, mokracne cijevi i analnog otvora).
- ❑ Postoje tri vrste testova koji se odnose na seksualno prenosivih infekcije: test krvi (sifilis, HIV); kulture celija (klamidija, gonoreja); vizuelni pregled (HPV, herpes).

10. Žene na svog partnera mogu seksualnim putem prenijeti gljivicnu infekciju.

TACNO

- ❑ Simptomi gljivicnih infekcija: gust, bijeli vaginalni sekret, mirisa poput kvasca, veliki svrab i upala.
- ❑ Ponovna infekcija je moguća: ako se jedan partner ne liječi, infekcija može prelaziti sa jednog partnera na drugog i obrnuto.
- ❑ Medusobno inficiranje je moguće ako dva inficirana partnera zaraze jedan drugog sa različitim vrstama istog virusa.

Vrste pristupa 'mladi za mlade' (A)

	Edukativni pristup	Neformalni pristup
Cilj	Uglavnom se koristi u radu sa većinom omladine	Uglavnom se koristi za ostvarenje pristupa omladini izvan školskog sistema, naročito rizicnoj, marginaliziranoj, sa kojom je teže ostvariti kontakt
Sredina	Manje-više formalne sredine (to jeste, škole, omladinski centri)	Neformalne sredine, tj., kafici, okupljališta mladih, stanice javnog prijevoza, itd.
Vrsta aktivnosti	Planirane aktivnosti, često komplementarne sa drugim nastavnim aktivnostima	Neformalna sastajanja
Metode	Participatorne, interaktivne metode	Razne tehnike razmjene informacija, spontane diskusije, eventualno savjetovanje
Fokus	Manje-više strukturirane grupe; sa ili bez prisustva odraslih/sa ili bez njihovog vodenja rada	Manje grupe, često direktni kontakti oči u oči

Vrste pristupa 'mladi za mlade' (B)²

	Informiranje vršnjaka	Obrazovanje vršnjaka	Savjetovanje vršnjaka
Ciljevi	Svjesnost Informacija Promjena stava	Svjesnost Informacija Promjena stava Izgradnja umijeca	Informacija Promjena stava Umijeće prevencije Umijeće rješavanja ili nošenja sa problemom Samopoštovanje Psihosocijalna podrška
Pokrivenost	Visoka	Srednja	Niska
Intenzitet	Nizak	Srednji/visok	Visok
Tajnost	Nema	Bitna	Vrlo bitna
Fokus	Zajednica Velike grupe	Male grupe	Pojedinacan
Potrebe treninga	Informiranje	Strukturirane radionice i kursevi obnove znanja i umijeca	Intenzivna i duga
Primjeri aktivnosti	Distribucija materijala na javnim manifestacijama (sportski dogadaji, koncerti za mlade, itd.) Aktivnosti usmjerene na Svjetski dan borbe protiv AIDS-a	Stalne aktivnosti unutar grupe u skladu s programom	Savjetovanje mladih koji žive s AIDS-om Klinicko savjetovanje mladih o reproduktivnom zdravlju

² Preuzeto i prilagodeno iz Webb, D. i Elliott, L. *Učiti živjeti, pracenje i evaluacija programa na temu HIV/AIDS za mlade*. London: Save the Children, 2000, str. 79.

Stilovi timskog vodenja treninga

"Netakmicarski" tim nasuprot takmicarskog stila

U "netakmicarskom" timu jedan član tima sjedi pozadi, prati i podržava dok drugi član tima vrši prezentaciju. Materijal je između njih podijeljen tako da se poštuju individualne kvalitete i svaki član tima "ima svojih pet minuta". U takmicarskom stilu treninga voditelji treninga se smjenjuju. Voditelji mogu osjetiti da se međusobno takmice čak i kada su izrazili želju da zajedno rade i da se ne takmice. Preporučuje se stil "netakmicarski" tim.

Ocuvanje energije

Prezentacija može biti zamarajuća i za voditelje treninga i za uesnike. Timsko vodenje treninga pruža raznolikost glasa, stilova prezentacije i količine energije. Timskim vodenjem treninga se zadržava pažnja uesnika, dok svaki voditelj treninga ima mogućnost da 'zablista', ali i da se odmori.

Uvecavanje razlicitih resursa

Niko, bez obzira na nivo obrazovanosti ili stecenih umijeca, nije dobar baš u svemu, niti posjeduje apsolutno znanje. Rad u timu omogućava svakoj osobi da doprinese svojim talentom, darom i resursima.

Ekstra oci, uši i ruke

Dva voditelja treninga mogu grupu pratiti bolje od jednog. Druga osoba može pomoći u praćenju reakcija ili 'uhvatiti' propuštena pitanja. Voditelji treninga koji rade u timu mogu rješavati probleme u vezi sa sredinom, uesnicima koji kasnije dolaze, telefonskim pozivima, itd. Na kraju, voditelj treninga koji timski radi može pomoći pri distribuciji materijala i pomagala za vježbe, te u radu u manjim grupama.

Podrška

Dva voditelja treninga koji rade u istoj prostoriji mogu jedan drugom pomoći, i pritom se ne otimati za 'pozornicu'. Svako može imati dan kada mu ništa ne štima: slabo idu vježbe, lekcije se ne mogu 'ukapirati': voditelj treninga koji radi u timu je zato tu da bi pomogao u takvim trenucima. Njegova uloga je da treneru pomogne, a ne da oduzme bilo šta od njegovog rada. Ponašanje svih članova tima koji vodi trening trebalo bi biti jednako ponašanju koje oni očekuju od uesnika. Oni bi timu edukatora vršnjaka trebali biti uzor.

Slažem se

Ne slažem se

9. Najviše sam nervozan na početku svake radionice jer je najteže početi.

Slažem se

Ne slažem se

10. Volim se prilagoditi potrebama grupe, zbog čega nerado planiram šta ćemo na radionici tačno obrađivati.

Slažem se

Ne slažem se

Djelotvorno partnerstvo između omladine i odraslih

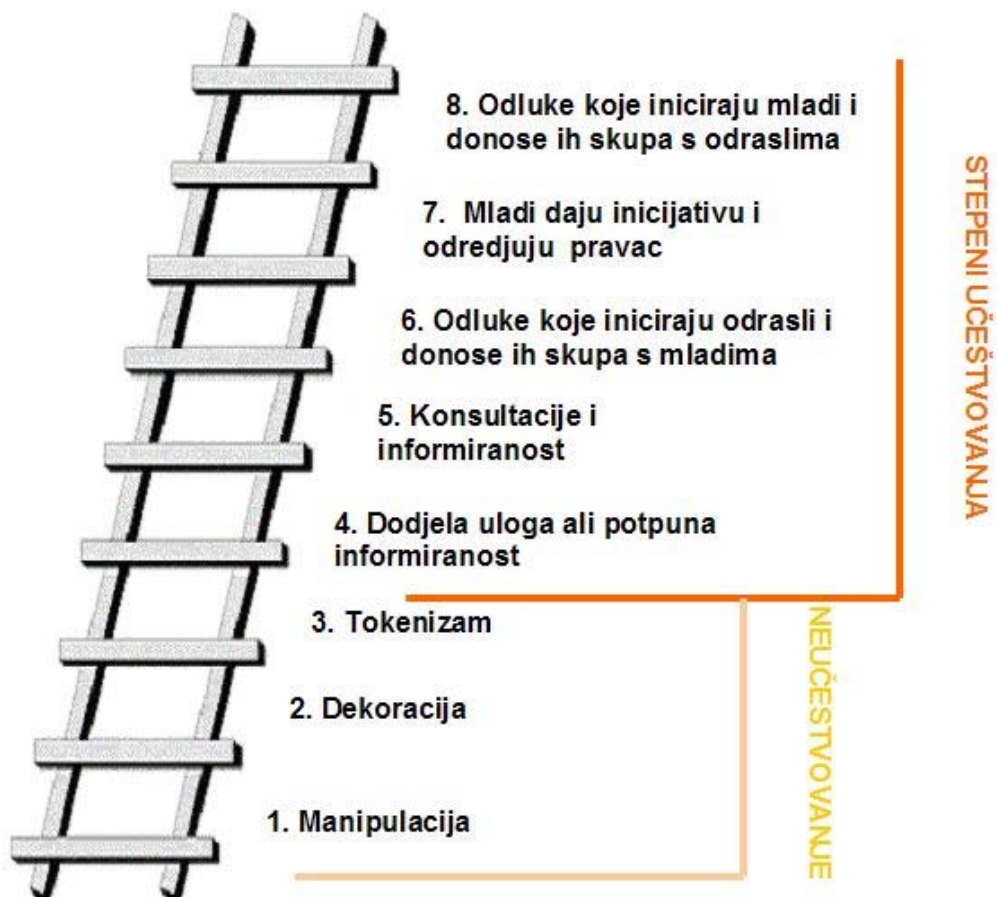
Djelotvorno partnerstvo između omladine i odraslih:

- ❑ **utvrđivanje jasnih ciljeva partnerstva:** omladina i odrasli moraju shvatiti svoje uloge i odgovornosti u postizanju zacrtanih ciljeva;
- ❑ **podjela vlasti u odlučivanju:** ako mladi nemaju pravo glasa niti moc odlučivanja, onda njihovo učešće nije partnersko;
- ❑ **najviši nivoi organizacije u potpunosti doprinose** učešću mladih u radu organizacije;
- ❑ **svaka odrasla i mlada osoba ulazi u partnerstvo sa jasnim razumijevanjem svacije uloge i odgovornosti:** neće baš svi odrasli da saraduju s mladima, niti hoće svi mladi da ostvare partnerski odnos sa odraslima;
- ❑ **selektivnost:** mladi ljudi se u svom razvoju razlikuju, kao i u spremnosti i volji za preuzimanjem odgovornosti. Jasno iskazivanje ciljeva partnerstva i uloga mladih pomoći će identificiranju predanih, pouzdanih i djelotvornih mladih. Istovremeno, efektivno partnerstvo je selektivno prema odraslim učesnicima. Odrasli moraju vjerovati da mladi predstavljaju bogatstvo i moraju biti spremni i biti u stanju da zagovaraju u ime mladih kada se čuju stereotipi ili negativne pretpostavke o mladima;
- ❑ **izgradnja kapaciteta i treninga:** djelotvornim partnerstvom izbjegava se guranje omladine i odraslih u situacije za koje nisu spremni. Odraslim kao i mladim možda treba trening iz umijeca komuniciranja, vodstva, samouvjerenosti, zajedničkog rada, rada sa mladima ili sa odraslim, vođenja intervjua, itd., kao i iz određenih stručnih oblasti, kao što je edukacija iz prevencije infekcije HIV/AIDS-om;
- ❑ **uvidanje da razni stilovi komuniciranja ne podrazumijevaju nepoštivanje niti nedostatak interesovanja, kao ni drugacije ciljeve i očekivanja:** omladina i odrasli tvrde da se konfliktne situacije koje proizilaze iz različitih stilova komuniciranja najbolje rješavaju kada se postavljaju pitanja ukoliko neko ne razumije šta je receno ili zašto je nešto receno. Ako se ima na umu zajednički cilj, to također može pomoći i u rješavanju sukoba koji proizilaze iz različitih stilova komuniciranja;
- ❑ **cijeniti učešće mladih i onog što se time postiže: djelotvornim partnerstvom** se održavaju visoka očekivanja mladih koji u njemu učestvuju i koji se ne boje vlastite odgovornosti;
- ❑ **cijeniti učešće odraslih i onog što se time postiže:** odrasli često nude znanje, iskustvo i pristup resursima. Djelotvornim partnerstvom se ne umanjuje potencijalno savezništvo odraslih, niti ono pretpostavlja da svi odrasli imaju negativan stav o mladima, niti da vjeruju da odrasli ne posjeduju ništa što je vrijedno a što bi moglo doprinijeti programu namijenjenom mladima;
- ❑ **obezbjedenje prostora za napredovanje – sljedeći koraci:** šta omladina i odrasli mogu dalje učiniti? Naprimjer, programi

obrazovanja vršnjaka su često sredstva za osnaživanje mladih koja im pomažu da u sebi razviju važna umijeca. Međutim, ovi programi rijetko obuhvataju mogućnosti napredovanja i edukatorima vršnjaka rijetko pružaju mogućnost da vremenom preuzmu veću odgovornost. Djelotvornim programima se omladini i odraslima koji rade s mladima pruža mogućnost da napreduju. I omladina i odrasli će steći vrijedno iskustvo i uvid koji će ih dovesti na više pozicije u organizaciji.

Ljestvica učešća Rogera Harta

Roger Hart predstavlja različite vrste interakcije između djece odnosno omladine i odraslih kroz prečke na 'ljestvici učešća'. Što su prečke više, to je sve veći stepen učešća djece odnosno omladine:



Precka ljestvice	Stepen učešća
8 Odluke koje iniciraju mladi i donose ih skupa sa odraslima	Djeca odnosno mladi imaju ideje, uspostavljaju projekte i pozivaju odrasle da im se pridruže u donošenju odluka.
7 Mladi daju inicijativu i određuju pravic	Djeca odnosno mladi imaju početne ideje i odlučuju o načinu provođenja projekta. Odrasli su na raspolaganju, ali nemaju glavnu riječ.
6 Odluke koje iniciraju odrasli i donose ih skupa sa mladima	Odrasli daju početne ideje, ali su djeca/mladi uključeni u svaki korak planiranja i realizacije. Njihova gledišta se razmatraju i mladi učestvuju u donošenju odluka.
5 Konsultacije sa mladima/ informiranost mladih	Odrasli koncipiraju i vode projekat s tim što se konsultacije vrše s djecom odnosno mladima. Oni u potpunosti shvataju proces i njihovo mišljenje se u potpunosti uvažava.
4 Dodjela uloga, ali potpuna informiranost mladih	Ova precka ljestvice označava početak istinskog učešća. Odrasli odlučuju o projektu, dok djeca odnosno mladi dobrovoljno prihvataju postavljene uloge. Odrasli ih na odgovarajući način informiraju i poštuju njihovo mišljenje.
3 Tokenizam	Od djece odnosno mladih se traži da kažu šta misle o određenom pitanju, s tim što gotovo da ne mogu izabrati način na koji će izraziti svoje mišljenje niti imaju širinu ideja. Naprimjer, prikazivanje djece na crtežima koji se prikazuju na konferencijama
2 Dekoracija	U ovoj fazi odrasli predstavljaju ideje kao da su ih inspirirala djeca. Oni jednostavno koriste djecu za indirektno podržavanje ideje.
1 Manipulacija	Ako mladi ne razumiju pitanja, te stoga ni aktivnosti, onda je to manipulacija.

Preuzeto iz Hart, Roger. *Children's Participation: From Tokenism to Citizenship. (Učešće djece: od tokenizma do gradanstva)*. 1992.

Prednosti partnerstva između omladine i odraslih³

Istraživanje je dokazalo da partnerstvo između omladine i odraslih pozitivno utječe na razvoj mladih i dovodi do zdravijih rezultata. Partnerstvo između omladine i odraslih može kod mladih povećati:

- ❑ društvenu sposobnost (uspostavljanje odnosa s drugima);
- ❑ umijeca za rješavanje problema;
- ❑ autonomiju (naprimjer, sposobnost donošenja vlastitih odluka); i
- ❑ osjećaj svrhe i budućnosti, uključujući i zdrava očekivanja, ciljeve i orijentaciju na uspjeh.

I odrasli i organizacije u kojima djeluje partnerstvo između omladine i odraslih imaju koristi od tog partnerstva. Odrasli:

- ❑ doživljavaju sposobnost mladih iz prve ruke i počinju na mlade gledati kao na osobe koje daju legitiman i bitan doprinos;
- ❑ smatraju da rad s mladima jača njihovu predanost i energiju;
- ❑ osjećaju se djelotvornije i samouvjerenije radeci s mladima;
- ❑ shvataju potrebe i probleme mladih, lakše se prilagodavaju pitanjima programa i sticu jači osjećaj povezanosti sa zajednicom;
- ❑ dobivaju svježije ideje iz različitih perspektiva;
- ❑ imaju pristup do šireg spektra ljudi;
- ❑ utvrđuju bitnije programe i usluge koji u većoj mjeri odgovaraju na potrebe mladih; i
- ❑ prenose svoje znanje na druge.

Pozitivni rezultati za organizacije:

- ❑ mladi doprinose pojašnjenju misije organizacije i stavljaju je u središte pažnje;
- ❑ odrasli i organizacija se u cijelosti međusobno povezuju i odgovaraju na potrebe mladih u zajednici, što dovodi do usavršavanja programa;
- ❑ organizacije daju veći značaj uključivanju i predstavljanju mladih i shvataju da je korisno za njihove programe ako se u odlucivanju čuje više različitih glasova; i
- ❑ kada mladi učestvuju u procesu odlucivanja, tada je lakše uvjeriti fondacije i druge donatore da je organizacija predana svestranom razvoju i uključenosti mladih ljudi.

³ Preuzeto iz Formiranje partnerstva između omladine i odraslih, Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, Advocates for Youth/YouthNet, nacrt januar 2003.

Prepreke na putu izgradnje djelotvornog partnerstva između omladine i odraslih⁴

Stavovi kao barijere

Mnogi odrasli još uvijek vjeruju da mišljenje mladih nije u stvari bitno, te da mladi nisu u stanju da daju vrijedan doprinos i da odrasli nemaju šta od njih naučiti. Također i kulturološke norme mogu spriječiti odrasle da shvate da su takvi stavovi pristrasni. Jedan način na koji se može pristupiti pitanju promjene stavova odraslih prema mladima bio bi njegovo tretiranje kao i svakog drugog pitanja vezanog za kulturološke razlike. Lično iskustvo često daje najdjelotvornije i najdalekosežnije rezultate u mijenjaju mišljenja. Jedna od prednosti uključivanja mladih na najviše nivoe odgovornosti i odlučivanja odnosi se na osposobljavanje odraslih da na mlade gledaju kao na osobe koje su u stanju da promišljaju i doprinose. Kada neko gleda na prethodno nediferenciranu grupu kao na skup razlicitosti, takva osoba je daleko spremnija da odbaci negativne stereotipe u vezi s datom grupom i da vrednuje njene pripadnike pojedinačno.

Moc dinamike koja je obično ukorijenjena u kulturološkim normama može štetiti osjećanju lagodnosti mladih i odraslih u partnerskim odnosima. U školi mladi obično uče da očekuju odgovore od odrasli, zbog toga od odraslih mogu očekivati da ignoriraju, ismijavaju ili stave veto na njihove ideje. Odrasli često potcjenjuju znanje i kreativnost mladih i navikli su da donose odluke bez učešća mladih, čak i kada se odluke direktno odnose na mlade. Stoga zajednički napori na rješavanju problema mogu biti teški, zbog cega i omladina i odrasli trebaju svjesno raditi na svom partnerstvu.

Jedan istraživač je utvrdio teoriju 'spektra stavova' i identificirao je tri različita stava koja odrasli mogu imati prema mladima. Ovi stavovi utječu na sposobnost odraslih da vjeruju da mladi mogu donijeti odluke i utvrditi obim u kojem su odrasli spremni da uključe mlade kao bitne partnere u odlučivanju o konceptu programa, njegovom utvrđivanju, realizaciji i ocjeni. Ta tri stava su: mladi kao objekti, mladi kao primaoci i mladi kao partneri.

Mladi kao objekti: odrasli koji gaje ovakav stav vjeruju u totalnu mudrost odraslih. Oni vjeruju da su odrasli jedini koji znaju šta je najbolje za mlade. Oni nastoje kontrolirati situacije u kojima se nalaze mladi i vjeruju da mladi mogu malo šta doprinijeti. Oni mogu osjećati potrebu na osnovu prethodnog iskustva da mlade zaštite od posljedica eventualnih grešaka. Odrasli koji mlade vide kao objekte rijetko dozvoljavaju mladima nešto više od simboličnog učešća. Primjer ovog stava može biti kada odrasla osoba piše pismo izabranom zvaničniku u vezi

⁴National 4-H Council. *Creating Youth/Adult Partnerships: The Training Curricula for Youth, Adults, and Youth/Adult Teams. (Stvaranje partnerstva između omladine i odraslih: program treninga omladine, odraslih i timova omladine i odraslih)* Chevy Chase, USA: The Council, 1997.

s pitanjem koje se odnosi na mlade i pritom koristi ime i potpis mlade osobe radi jaceg efekta.

Mladi kao primaoci: odrasli koji imaju ovaj stav vjeruju da moraju pomoci mladima da se prilagode društvu odraslih. Oni dozvoljavaju mladima da ucestvuju u odlucivanju jer smatraju da ce iskusstvo za njih biti 'dobro'. Oni smatraju da mladi još uvijek nisu 'pravi ljudi' i da im je potrebna praksa da nauce 'misliti kao odrasli'. Ovi odrasli obicno na mlade prenose beznacajne odgovornosti i zadatke koje odrasli ne žele obavljati. Odrasli koji mlade vide kao primaoce obicno mladima diktiraju uvjete angažmana i od njih ocekuju da ih poštuju. Primjer toga stava mogu biti odrasli koji pozivaju mladog covjeka da se prikljuci odboru direktora koji se inace sastoji od odraslih. U takvom miljeu rijetko se cuje glas mladih. Odrasli ne ocekuju od mladih da doprinesu i mladi to znaju. Mladi takoder znaju da odrasli namjerno zadržavaju svu moc i kontrolu.

Mladi kao partneri: odrasli koji zauzimaju takav stav poštuju mlade i vjeruju da oni mogu doprinijeti svemu. Ti odrasli podsticu mlade da se ukljuce i cvrsto vjeruju da je njihovo ucešće od osnovnog znacaja za uspjeh programa. Oni prihvataju cinjenicu da bi i omladina i odrasli trebali imati jednak glas u odlucivanju. Oni uvidaju da i mladi i odrasli imaju sposobnosti, prednosti i iskustvo. Odrasli sa ovakvim stavom ce uživati u radu s mladima jednako kao i sa odraslima i uživati u sredini koju dijele i sa mladima i sa odraslima. Odrasli koji vide mlade kao partnere vjeruju da iskreno ucešće mladih obogacuje odrasle kao što ucešće odraslih obogacuje mlade i da zajednicki poštivano partnerstvo podrazumijeva obostrane prednosti. Jedan primjer mogao bi biti ucešće mladih od samog pocetka stvaranja programa kako bi se zadovoljile potrebe mladih u zajednici.

Logisticke i organizacione prepreke

Dobre namjere nisu dovoljne za stvaranje iskrenog partnerstva. Odrasli koji podržavaju koncept partnerstva izmedu mladih i odraslih moraju takoder biti spremni da identificiraju i mijenjaju organizacionu sredinu u kojoj institucionalne prepreke znatno djeluju na mlade. Institucionalne prepreke koje iskreno partnerstvo izmedu omladine i odraslih cine teškim obuhvataju:

- **Vrijeme za sastanke i rad:** period rada se obicno podudara sa vremenom kada su mladi u školi ili na poslu. Da bi angažirali mlade, planeri programa moraju naci drugo vrijeme za sastanke s mladima. Cesto je to nerješiv problem. Medutim, bitan je kompromis ako se od organizacije ocekuje stvaranje partnerstva izmedu mladih i odraslih. Što se tice odraslih, to može znaciti mijenjanje rasporeda sastanaka i zakazivanje za kasno poslije podne, rano uvece ili vikendom. Što se tice mladih, škola ce trebati odobriti njihovo prisustvo na sastanku u toku dana.
- **Prijevoz:** mnogi mladi ne uživaju siguran pristup prevoznim sredstvima. Planeri programa bi trebali zakazivati sastanke na pristupacnijim lokacijama. Oni bi takoder trebali mladima obezbjediti i karte, ili im odmah nadoknaditi putne troškove.

- **Hrana:** svega mali broj mladih ima dovoljno sredstava za kupovinu hrane u poslovnim kvartovima ili za večere u restoranima. Kada je sastanak zakazan u vrijeme ručka, organizacija bi mladima trebala obezbijediti hranu ili dovoljno novca za obrok.
- **Oprema i podrška:** agencije bi mladima trebale obezbijediti istu opremu kao i uposlenicima, kao što su racunare, kutije za pisma, e-mail i vizit kartice. Ako agencije to ne urade, onda one šalju snažnu poruku da mladi ljudi – bez obzira da li su volonteri, pripravnici ili edukatori vršnjaka, stalni ili honorarni uposlenici - nisu bitni ili da barem nisu bitni kao odrasli uposlenici.
- **Procedure i strategije:** uz doprinos omladine i odraslih, organizacije bi trebale utvrditi strategije za interakcije između omladine i odraslih. Naprimjer, ako program podrazumijeva putovanje u trajanju od nekoliko dana, omladina i odrasli bi trebali biti upoznati sa svojim ulogama i nadležnostima tokom putovanja. Strategijama se treba pokazati poštivanje želje omladine za neovisnošću i istovremeno riješiti zakonsku odgovornost organizacije, nivo zadovoljstva i zakonske odgovornosti odraslog osoblja, te roditeljsku zabrinutost u pogledu sigurnosti. Organizacije mogu razmotriti utvrđivanje strategija koje zahtijevaju pristanak roditelja ili staratelja mladih na učešće njihove djece, zatim za putovanje itd. Svrha partnerstva između omladine i odraslih će pomoći utvrđivanje institucionalnih faktora koji će se možda trebati rješavati kroz strategije i procedure organizacije.
- **Trening:** osoblju u agencijama koje su uvijek djelovale isključivo sa stajališta odraslih je možda potreban trening kako bi postalo sposobno za rad na mijenjanju kulturoloških sredina. Osoblje – bez obzira da li sa mladima radi direktno ili ne – će morati prihvatiti stavove mladih i njihove ideje i raditi na promjeni pravila na radnom mjestu kako bi izašli u susret potrebama mladih. Svaka organizacija i svaki član osoblja mora odlučno nastojati da svakom mladom čovjeku pokaže da ga smatra vrijednim članom kolektiva.

Potrebno je dosta rada da bi se postiglo uspješno partnerstvo između omladine i odraslih i to nije lak zadatak. Međutim, prednosti su za mlade ogromne, ali i za organizaciju koja o njima vodi računa. Kada omladina i odrasli imaju na umu potencijalne prednosti, shvatit će da je rad vrijedan truda. Možda će na kraju sve biti lakše nego što su u početku očekivali.

Pracenje i ocjena programa iz obrazovanja vršnjaka

Kakva je razlika između pracenja i ocjene?

Pracenje predstavlja redovno prikupljanje, analizu i korištenje informacija kako bi se pomoglo vođenju projekta. Pracnjem se poredi način na koji se stvari obavljaju sa načinom na koji su planirane.

Ocjena predstavlja pažljivo ispitivanje tekucih ili završenih projekata. Cilj ocjene je iznalaženje načina na koji program može biti efikasniji i djelotvorniji.

Šta podrazumijevamo pod 'ocjenom procesa', 'ocjenom efekta' i 'ocjenom ishoda'?

Na osnovu podataka koji su prikupljeni u toku pracenja aktivnosti iz okvira programa, **ocjena procesa** nam kaže kako program funkcionira (naprimjer, da li je program dosegao do namjeravane ciljne grupe?)

Ocjena efekta utvrđuje direktan efekat intervencije u ciljnoj populaciji (kao što je povećano znanje ili promjena stavova).

Ocjena ishoda predstavlja ocjenu dugorocnih efekata usljed napora uloženi u program, kojom se mjere trajnije promjene (naprimjer, smanjenje stope seksualno prenosivih infekcija, veće korištenje zdravstvenih usluga itd.).

Ocjenom rezultata i efekta se stoga mjere **rezultati** i oni predstavljaju poređenje prikupljenih podataka prije i nakon programskih aktivnosti.

Indikatori

Indikator je mjera napretka postignutog u smislu ostvarenja jednog od ciljeva programa. Indikatori bi trebali biti mjerljivi, činjenični i treba postojati mogućnost njihove provjere. Naprimjer, na kraju projekta potrebno je programom obuhvatiti određeni broj učenika srednjih škola i određeni broj odnosno postotak ciljne populacije koji bi trebao koristiti kondom.

Prije nego što je program implementiran, potrebno je utvrditi nekoliko mjerljivih ciljeva ili indikatora. Ocjenom će se nastojati utvrditi da li projekat ispunjava prethodno utvrđene indikatore.

Jedan set indikatora se odnosi na proces ocjene. Ti indikatori odražavaju aktivnosti koje su predložene u sklopu projekta, kao što je broj sesija treninga iz obrazovanja vršnjaka, broj treniranih edukatora, broj održanih radionica, broj podijeljenih kondoma itd. Drugim dijelom ocjene se mora mjeriti efekat i dugorocniji rezultati, kao što su promjene u znanju, stavu i ponašanju ciljne populacije (vidi prilog na temu tipičnih indikatora za obrazovanje vršnjaka).

Tipični indikatori za obrazovanje vršnjaka

Ocjena procesa (pracenje)

- broj treniranih edukatora vršnjaka
- prisustvo na redovnim sastancima
- rodost trenera/auditorija
- dostignuti nivo učešća mladih
- broj neformalnih aktivnosti
- količina distribuiranog edukativnog materijala
- broj ili postotak ciljane populacije sa kojom je ostvaren kontakt
- upucivanje na druge usluge
- troškovi

Ocjena rezultata/efekta

- znanje o prijenosu HIV-a
- znanje o dostupnim uslugama
- korištenje usluga
- stavovi o korištenju usluga
- namjera o korištenju kondoma
- rizicno seksualno ponašanje
- broj partnera

Mjerenje promjene ponašanja

Relativno je lako mjeriti promjene u znanju, jer edukatori vršnjaka znaju koje informacije žele prenijeti na grupu ucesnike. Mjerenje stavova i umijeca (ili barem pretpostavljenih umijeca) i namjera je također relativno lako. Međutim, stvarna promjena ponašanja je komplicirana i često zahtijeva sofisticiranije metode mjerenja. Ponekad se promjene u ponašanju koje rezultiraju iz intervencija kroz obrazovanje vršnjaka mogu jedino mjeriti putem licnih iskaza o ponašanju, koje je teško provjeriti. Osim toga, postavljanje pitanja u vezi s ponašanjem u domenu seksualnosti ili korištenja nedozvoljenih supstanci može biti kontroverzno i prezreano u nekim kulturama ili institucijama. Ipak je važno prikupiti korisne podatke u vezi s ponašanjem i podnijeti izvještaj o procesu i rezultatima programa.

Prethodno istraživanje u domenu obrazovanja vršnjaka pokazalo je pozitivne rezultate. U okviru nekoliko programa bilo je moguće pokazati sve veći stepen zaštitničkog ponašanja i odgaganje prvog seksualnog iskustva. Drugi podaci dobijeni putem istraživanja – posebno oni koji se odnose na sveobuhvatne programe – pokazali su efekat u vezi s indikatorima koji se odnose generalno na mlade ljude u određenoj zajednici, naprimjer, manja pojava infekcije HIV-om i seksualno prenosivih infekcija.

Sugestije za jednostavno i kreativno pracenje

Svega mali broj programa za obrazovanje vršnjaka predstavlja dio značajnog projekta istraživanja i zbog toga oni često nisu priznati kao dio eksperimentalnog programa. Da bi se ocijenila efikasnost programa u okviru kvalitetnog istraživačkog projekta, ucesnicima se nasumice pripisuje jedan ili drugi 'uvjet' (tj., da li su korisnici intervencije ili nisu, da li su korisnici raznih intervencija ili nisu itd.). Stoga, ukoliko ne postoji barem grupa koja se može uporediti manje više na

jednakoj osnovi, teško je izvuci definitivne zaključke u vezi s pravim razlogom promjena koje mogu biti rezultat programa za obrazovanje vršnjaka.

Medutim, čak i bez strožije istraživačke metodologije, postoji više načina na koje se može ocijeniti efekat, bogatstvo i vrijednost programa obrazovanje vršnjaka. U daljnjem tekstu se nalazi nekoliko jednostavnih, korisnih sugestija za pracenje i izvještavanje o programu obrazovanja vršnjaka:

- Prije edukacije provedite upitnik. To se može uraditi na različitim nivoima, od zajednice do školskog razreda, uz istraživanje prije i poslije edukacije kako bi se ocijenilo znanje, stavovi i ponašanje.
- Snimite tok obrazovanja vršnjaka kao i aktivnosti, kao što su planiranje, sastanci sa edukatorima vršnjaka, sesije, radionice, neformalne aktivnosti, te mišljenja ucesnika odmah nakon sesija.
- Napravite fotografije svih aktivnosti iz domena obrazovanja vršnjaka.
- Zamolite ucesnike da napišu pismo u kojem će objasniti svoje iskustvo sa programom.
- Osmislite aktivnosti koje će privuci medije i koje ćete snimiti (tako ćete dobiti visokokvalitetan i besplatan video zapis).
- Obavijestite ostale o zahtjevu škole odnosno organizacije za provođenjem programa u njihovoj sredini.
- Prikupite podatke o mišljenju ucesnika o tome koliko je program koristan generalno, a posebno o vježbama.
- Nastojte da imate zapis o prezentacijama na konferencijama koje su bitne za teme koje obrađujete u okviru obrazovanja vršnjaka (naprimjer, samo obrazovanje vršnjaka, HIV/AIDS, upotreba nedozvoljenih supstanci, rodno nasilje, seksualnost i reproduktivno zdravlje, itd.), kao i o broju prisutnih na prezentacijama.

Referenca:

Webb, D. i Elliott, L. *Learning to live. Monitoring and evaluating HIV/AIDS programmes for young people. (Učite da biste živjeli. Pracenje i ocjena programa na temu HIV/AIDS za omladinu)*. Save the Children, 2000.

Waszak, C. i Svenson, G. *Meeting the challenges of evaluation peer programs, A practical guide to avoiding the perils and pitfalls of resaerch in the real world. (Ispunjenje izazova ocjene programa za obrazovanje vršnjaka. Praktican vodič: kako izbjeći opasnost i zamke istraživanja u stvarnom svijetu)*. Family Health International-YouthNet, 2002.

KINSEYEVA SKALA⁵

Kinseyeva skala je bitna jer sugerira širok spektar seksualnih orijentacija – ne samo heteroseksualnu i homoseksualnu orijentaciju. “Prilikom naglašavanja kontinuiteta gradacija između isključivo heteroseksualnih i isključivo homoseksualnih historija, poželjno je utvrditi neku vrstu klasifikacije koja bi se mogla bazirati na relativnom heteroseksualnom i homoseksualnom iskustvu ili reakciji u svakoj historiji... Osobi je na skali moguće dodijeliti poziciju za svaki period njenog života...Skala od sedam tacaka odlikava mnoge gradacije koje u stvari postoje” (strana 639, 656).

Kinseyeva skala

- 0** – isključivo heteroseksualna osoba
- 1** – pretežno heteroseksualna, povremeno homoseksualna
- 2** – pretežno heteroseksualna, ali češće nego slučajno homoseksualna
- 3** – jednako heteroseksualna koliko i homoseksualna
- 4** – pretežno homoseksualna, ali više nego slučajno heteroseksualna
- 5** – pretežno homoseksualna, povremeno heteroseksualna
- 6** – isključivo homoseksualna

⁵ Kinsey, A.C. i ostali (1948-1998). *Sexual Behavior in the Human Male*. (*Seksualno ponašanje muškarca*) Philadelphia: W.B. Saunders/Bloomington: Indiana University Press. [Prvo izdanje Kinseyeve gradirajuće skale heteroseksualnosti-homoseksualnosti. Razgovor o Kinseyevoj skali, strana 636-659.]

Dodatak 5

Dodatne vježbe

Spol i rod – šta podrazumijevaju?
Analiza slika iz medija
Vikend zabava mladica i djevojaka

Vježba: Spol i rod – Šta podrazumijevaju?⁶

Cilj	Učesnici počinju praviti razliku između koncepta ‘spola’ i ‘roda’.
Vrijeme	15 minuta
Materijal	Veliki papir za kosu tablu, markeri, veliki papir ili folija sa ispisanim definicijama spola i roda, materijal sa istim definicijama, koji se dijeli učesnicima.
Pogodna za	Sve vrste treninga i rad na terenu
Proces	<p>Zamolite sve učesnike da sjednu u polukrug, licem okrenuti prema trenerima i kosoj tabli.</p> <p>Na pricvršenoj ploči ili kosoj tabli napišite ‘spol’ kao naslov kolone u gornjem lijevom uglu.</p> <p>Zamolite učesnike da glasno kažu sve riječi koje im padnu napamet kada čuju riječ ‘spol’. Naglasite da to mogu biti sinonimi za spol i da također mogu izreći i riječi koje su tabu u kontekstu ove radionice. Zapišite njihove odgovore ispod naslova ‘spol’.</p> <p>Ako su učesnici stidljivi ili obeshrabreni, ohrabrite ih sa nekoliko primjera (zadovoljstvo, tabu, intimnost, grudi).</p> <p>Zatim napravite novu kolonu na desnoj strani ploče ili kose table; upišite naslov ‘rod’. Zamolite učesnike da kažu sve riječi koje im padnu napamet kada čuju riječ ‘rod’. Upišite te riječi u kolonu ispod naslova ‘rod’.</p>
Završetak	<p>Ako su učesnici izrekli uglavnom fizičke asocijacije (biološke, genetske) za riječ ‘spol’ i društvene koncepte za ‘rod’, pohvalite njihovo poznavanje tih pojmova.</p> <p>Podijelite materijal sa definicijama ‘spola’ i ‘roda’ i istovremeno koristite i zidnu ploču ili kosu tablu na kojoj su ispisanе iste definicije. Pročitajte definicije i pitajte učesnike da li im je nešto ostalo nejasno.</p> <p>Spol se odnosi na fiziološke atribute kojim se identificira osoba kao muška ili ženska : vrsta genitalnih organa (penis, testisi, vagina, maternica, grudi); vrsta preovladavajućih</p>

⁶ de Bruyn, M. i France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. (Rod ili spol, ko mari? Izgradnja umijeca: priručnik za reproduktivno zdravlje adolescenata i za radnika s mladima)*. Chapel Hill, Ipas, 2001.

hormona koji cirkuliraju u krvi (estrogen, testosteron); sposobnost proizvodnje sperme ili jajašaca; sposobnost radanja i dojenja djece.

Rod se odnosi na otvorene ideje i očekivanja (norme) u vezi sa ženama i muškarcima. Tu spadaju i ideje o 'tipicno' ženskim i muškim karakteristikama i sposobnostima i zajedničkim očekivanjima u vezi s ponašanjem žena i muškaraca u raznim situacijama. Te ideje i očekivanja se uče u porodici, od prijatelja, osoba čije mišljenje dominira, religijskih i kulturnih institucija, u školi, na radnom mjestu, iz reklama i iz medija. One odražavaju i utjecu na različite uloge, društveni status, ekonomsku i političku moc žena i muškaraca u društvu.

Ako neko pita za definicije spola i roda iz rječnika, kažite da one definiraju spol i rod na sličan način, ali da u obrazovanju vršnjaka koristimo društveno-naučnu definiciju pojma 'roda'.

VJEZBA: ANALIZA SLIKA IZ MEDIJA⁷

Cilj	Učesnici analiziraju kako su žene i muškarci prikazani u medijima i kako slike mogu pojačati ili dovesti u pitanje stereotipe bazirane na rodu.
Vrijeme	25 minuta
Materijal	Priručnici sa pitanjima, isjeci iz novina i magazina, velika kosa tabla, olovke.
Pogodna za	Sve vrste treninga i rad na terenu
Proces	<p>Prije početka radionice prikupite isječke iz magazina i novina (ogläse, karikature) koji prikazuju žene i muškarce u različitim situacijama. Među isječcima trebaju biti i slike koje podstiču ali i dovode u pitanje stereotipe, kao i one pozitivne – postoji mogućnost da učesnici u toku vježbe počnu kritizirati svaku sliku bez obzira što je ona pozitivna, što oni, naravno, u tom slučaju ne uviđaju. Bilo bi dobro slike i isječke iz novina i magazina prikazati na zidu uz pomoć projektora.</p> <p>Podijelite učesnike na manje grupe od po tri osobe; svakoj grupi dajte po jedan veliki papir, marker, priručnik s pitanjima i tri slike.</p> <p>Objasnite da stereotipi predstavljaju vjerovanja ili pretpostavke koje zvuče toliko ‘prirodno’ da ih mnogi od nas ne dovode u pitanje. Iako ne gajimo takva vjerovanja, mi ih slušamo i vidamo bez prestanka, naprimjer, u medijima. Trebamo shvatiti kako stereotipi utječu na naše stavove i ponašanje.</p> <p>Zamolite učesnike da pogledaju slike koje su dobili u priručniku i da odgovore na sljedeća pitanja za svaku sliku posebno:</p> <ul style="list-style-type: none">❑ Koju poruku prenosi slika koja govori o ženama ili muškarcima?❑ Da li slika prikazuje žene ili muškarce na dobar ili loš način?❑ Da li slika pojačava stereotip o ženama i muškarcima ili ga dovodi u pitanje?❑ Da li biste vi voljeli da vas (ili vašu majku ili oca, ili brata ili sestru) neko prikaže na takav način? Objasnite zašto i zašto ne.

⁷ de Bruyn, M. i France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers.* . (Rod ili spol, ko mari? Izgradnja umijeca: priručnik za reproduktivno zdravlje adolescenata i za radnika s mladima).Chapel Hill, Ipas, 2001.

Zamolite sve grupe da sad svima pokažu jednu od slika koje su dobili i da pritom odgovore na postavljena pitanja. Pitajte ostale uesnike da li se slažu sa odgovorima date grupe.

Završetak

Istaknite da ova vježba pruža priliku za analizu efekta jednog izvora informacija – pisanih medija.

Objasnite da je moguće tumačiti slike iz različitih uglova; neće svi dobiti istu "poruku". Možemo primiti poruku koja je drugačija od one koju su tvorci slike željeli uputiti. Zajedničko za sve ljude je da takve slike utjecu na naše ideje u vezi s 'ispravnim' ili 'poželjnim' karakteristikama, kao i na ponašanje žena i muškaraca, a da toga često nismo ni svjesni.

Istaknite da i adolescenti i odrasli uče o ulogama roda, tako su njihove uloge značajne za određivanje našeg seksualnog i ponašanja u vezi s reproduktivnim zdravljem, kao i za posljedice tog ponašanja.

Naglasite da su mnogi izazovi na rodne stereotipe dobri – naprimjer, oglasi koji prikazuju žene kako se bave sportom a muškarce kako vode računa o djeci pokazuju da i žene i muškarci mogu obavljati takve aktivnosti, bez obzira na spol.

Istaknite da se medijskim oglašavanjem nastoje privući ljudi da kupe proizvode, što često rade podsticanjem rodnog stereotipa. Međutim, kako se shvatanje uloga žene i muškarca u društvu mijenja, mediji također mogu dovesti u pitanje rodne stereotipe, ali na štetan način. Naprimjer, reklame o cigaretama u prvi plan stavljaju žene tako što apeliraju na njihovu želju za 'avanturom' ili 'nezavisnošću'. Stoga trebamo biti svjesni zdravstvenih posljedica tih poruka koje gledamo i slušamo, čak i ako dovode u pitanje rodne stereotipe koje želimo promijeniti.

Vježba: Vikend zabava mladica i djevojaka⁸

Ciljevi	Ucesnici postaju motiviraniji da se zaštite od infekcije HIV-om i postaju svjesniji toga kako HIV može postati realnost samo zbog izbora određenog vida ponašanja.
Vrijeme	30 do 40 minuta
Materijal	Hemijska ili grafitna olovka za svakog ucesnika. Četiri manja papira (oko 3 kvadratna cm) za svakog ucesnika. To će biti ključevi od hotelskih soba. Četiri do osam papirica na kojima će pisati 'HIV' malim slovima. Kasete ili CD sa muzikom za ples.
Pogodna za	Trening trenera, trening edukatora vršnjaka
Proces	Neka svaki ucesnik uzme po četiri papirica iz torbe ili koverte koja će ći od ucesnika do ucesnika. Unaprijed odredite jednog ili dva ucesnika ili voditelja treninga koji će učestvovati na zabavi kako bi dobili četiri "ključa od hotelskih soba" na kojima će pisati HIV.

Ucesnicima objasnite da *“ćemo se u ovoj vježbi pretvarati da smo pozvani na produćeni vikend u poznato ljetovalište. Petak je uveće i naša je grupa stigla na vrijeme tako da moće ći u klub u kojem će se održati zabava za mladiće i djevojke. Svi se mogu pomiješati i međusobno se upoznati. U ruci držite četiri ključa od hotelskih soba. Ako želite, ključeve moćete zamijeniti sa osobama koje su vam privlacne. Pravilo je da kada ključ date nekome, i vi od te iste osobe dobijete ključ, tako da u svakom trenutku u stvari imate četiri ključa. Mislim da ćujem muziku! Pali se! Hajmo na zabavu!”*

Pustite muziku. Nakon prve runde zamjene ključeva (dvije ili tri minute), obustavite muziku i kaćžite ucesnicima da budu tihi i da paćljivo saslušaju uputstva.

Objasnite da u tom trenutku ucesnici trebaju naznaciti ono što će pronaci. Bez razgovora, oni trebaju tiho provjeriti ključeve da bi vidjeli da li su izabrali ključ na kojem piše “HIV” malim slovima. Recite da ne reagiraju na glas jer drugi ucesnici trebaju zaključiti na osnovu njihove reakcije da li je na ključu napisano HIV ili nije. Objasnite da će neki ucesnici imati prazne papirice, dok će drugi imati jedan ili čak više “ključeva” sa HIV natpisom.

Tada ih zamolite da uzmu olovke i da se pretvaraju da na sva četiri “ključa” ispisuju HIV. Objasnite da svako ko primijeti u bilo kojem trenutku da drćži “ključ” s natpisom HIV (ćak i ako

⁸ Preuzeto iz projekta za visokorizićne adolescente “H-RAP” Nastavni program Westover konsultanata u Washingtonu DC, SAD.

ga je dao nekome), na sva četiri ključa treba napisati HIV. Čak i ako je neko dao nekome drugom ključ sa natpisom HIV, kada dođe u kontakt s tim ključem on još uvijek tehnički ima HIV.

Kažite da je nakon napornog dana u toku kojeg su plivali, skijali i sunčali se, došlo subotnje veče i počinje nova zabava. Učesnici koriste ključeve koje imaju kod sebe za drugu zabavu. Zabava počinje. Pravila su ista. Podsjetite učesnike na sljedeće: “*Ako vidite nekoga ko vam se sviđa i s njim ili s njom biste željeli zamijeniti ključeve, to svakako možete uraditi?*”.

Zabavu završite i zamolite učesnike da papire oznace kao prije. Recite im da su pozvani da ostanu još jednu noc. Pravila su ista.

Završetak

Kada završe sa obilježavanjem papira, pitajte koliko ih je u toku igre ‘inficirano’. Zatim pitajte koliko učesnika ima četiri čista odnosno prazna papira i kako su uspjeli izbjeći virus. Pitajte ih kako su se osjećali, zatim, naprimjer, da li je djevojkama bilo lakše izbjeći virus nego što je to bilo muškarcima. Dajte im vremena da objasne kako su se osjećali dok su ‘zaražavali’ druge, možda svjesno.

Pitajte učesnike da li su ih emocije ili reakcije iznenadile. Mogu li povući paralelu između igre i situacije iz stvarnog života? Da li je bilo pritiska od strane vršnjaka? Da li je iko želio apstinirati? Da li je neko zamijenio ključ od sobe samo s jednom osobom (simbolika monogamije)? Da li učesnici smatraju da je vjerovanje u sreću dobra strategija?

Obavezno učesnike podsjetite da se u stvarnosti HIV ne prenosi prilikom svakog kontakta. Naglasite da nam jedna ili dvije osobe koje su donijele HIV u grupu pomažu da učimo kroz vježbu. Možda će njihovo ponašanje pridonijeti usporavanju epidemije kroz učenje drugih i približavanju stvarnosti drugima.

¹ Zielony, R. i Lewis, T. 1993 licna komunikacija. Prilagodavanje IMB modela. Fisher, J.D. i Fisher, W.A. ‘AIDS: Promjena rizicnog ponašanja’, *Psihološki bilten*, 11, 455-474, 1992.

² de Bruyn, M. *Gender or sex: who cares? Notes for training of trainers. (Rod ili spol: ko mari? Napomene za trening trenera)* Chapel Hill, Ipas, 2002.

¹ WHO. *Working with Street Children, Trainer Tips, A Training Package on Substance Use, Sexual and Reproductive Health including HIV/AIDS and STDs* (Rad s djecom sa ulice, napomene za voditelje treninga, paket za trening na temu upotrebe nedozvoljenih supstanci, seksualnog i reproduktivnog zdravlja, uključujući i HIV/AIDS i seksualno prenosive infekcije) 2000; Reproline: Tools for Trainers (Instrumenti za trenere).

-
- ² Eckert, Bob, The LIFE Institute (Learning Institute for Functional Education- Institut za funkcionalno obrazovanje), Peer Education Program “Reflections” (*Program za obrazovanje vršnjaka “Razmišljanja”*). Bergen, New Jersey, SAD.
- ³ Preuzeto iz vježbe koju provodi Robert Eckert, NDRI (Narcotic and Drug Research Incorporated).
- ⁴ Originalan izvor ove vježbe je nepoznat. Pronadena verzija ne sadrži ime autora.
- ⁵ Preuzeto iz vježbe koju provodi Robert Eckert Robert Eckert, NDRI (Narcotic and Drug Research Incorporated).
- ⁶ Shira Piven, Theater training for an HIV/AIDS peer education programme (Teatarski trening iz programa za obrazovanje vršnjaka na temu HIV/AIDS), 92nd St. Y New York City, SAD.
- ⁷ Preuzeto iz LeFevre, D.N. *New Games for the Whole Family (Nove igre za cijelu porodicu)*. Perigee Books, The Putnam Publishing Group, Knots/Giant Knot, 1988, str. 130.
- ⁸ Tracy Block, Peer Education Program “Reflections” (*Program za obrazovanje vršnjaka “Razmišljanja”*), Brunswick, New Jersey, SAD.
- ⁹ de Bruyn, M. *Gender or sex: who cares? Notes for training of trainers (Rod ili spol: Ko mari? Napomene za trening trenera)*. Chapel Hill, Ipas, 2002
- ¹⁰ Preuzeto iz tehnike koju koristi Stacy Block, Peer Education Program “Reflections” (*Program za obrazovanje vršnjaka “Razmišljanja”*), Brunswick, New Jersey.
- ¹¹ Ovo je dugo godina bila popularna igra mladih. Izvor je nepoznat.
- ¹² Preuzeto iz koncepta koji je korišten u High Risk Adolescent Project “H-RAP” Curriculum of Westover Consultants in Washington DC, (*Projekat za visokorizicne adolescente “H-RAP” nastavni program Westover konsultanata u Washingtonu DC*), SAS.
- ¹³ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za trenere u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ¹⁴ Medunarodna federacija društava Crvenog krsta/križa i Crvenog polumjeseca (IFRC). *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people. (Akcija s mladima, HIV/AIDS i seksualno prenosive bolesti: Prirucnik za trening mladih)* Ženeva, 2000.
- ¹⁵ de Bruyn, M. i France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika)* Chapel Hill, Ipas, 2001
- ¹⁶ Selverstone, R. *Training Guide for Mental Health Professionals (Vodic za profesionalne radnike u oblasti mentalnog zdravlja)* napisan za Sex Information and Education Council for the United States (SIECUS).
- ¹⁷ Zielony, R. *Brainstorming lists of accumulated responses in trainings conducted over several years in HIV/AIDS and reproductive health education. (Liste prikupljenih odgovora na treninzima u toku nekoliko godina na temu HIV/AIDS i reproduktivno zdravlje)* 1991 i 1995.

- ¹⁸ de Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika)* Chapel Hill, Ipas, 2001.
- ¹⁹ de Bruyn, Maria and France, Nadine. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika)* Chapel Hill, Ipas, 2001.
- ²⁰ Preuzeto iz LeFevre, D.N. *New Games for the Whole Family. (Nove igre za cijelu porodicu)* *Perigee Books*, The Putnam Publishing Group, Face Pass, 1988, str. 84.
- ²¹ IFRC. *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people. (Akcija s mladima, HIV/AIDS i seksualno prenosive bolesti: Prirucnik za trening mladih)*, Ženeva, 2000.
- ²² IFRC. *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people. (Akcija s mladima, HIV/AIDS i seksualno prenosive bolesti: Prirucnik za trening mladih)*, Ženeva, 2000.
- ²³ Youth Care Health Education Program Curriculum (*Nastavni program za zdravlje i brigu o mladima*)
- ²⁴ Ideja za ovu vježbu dolazi od Danny Keenana i Rona Hendersona iz San Francisca, California. Prilagodio ju je Robert Zielony u sjećanju na Danny Keenana, koji je mnoge od nas naučio ovoj vježbi i koji je u toku svog života obucio mnoge mlade na temu HIV/AIDS-a.
- ²⁵ Piven, S., *Theatre Training of the HIV/AIDS Peer Education Program (Teatarski trening iz programa za obrazovanje vršnjaka na temu HIV/AIDS)*, 92nd St. Y: New York, NY, SAD.
- ²⁶ *The New Games Book and More New Games (Knjiga s novim igrama i još novih igara)*. *Dolphin Books, Doubleday & Co. Inc. Willow in the Wind*, 1976 i 1981.
- ²⁷ de Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers (Rod ili spol: Ko mari? Resursni paket za izgradnju umijeca u vezi sa rodom i reproduktivnim zdravljem adolescenata i mladih radnika)*. Chapel Hill, Ipas, 2001.
- ²⁸ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za edukatore u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ²⁹ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za edukatore u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ³⁰ Bogart, Jane. Predstavljeno na naprednom kursu za edukatore u Parnu, Estonija, mart 2003.
- ³¹ Ovo je nastavna jedinica za radionice na treninzima edukatora vršnjaka koju je uradio dr. Brian Dobson i dr. Robert Zielony u okviru zajedničkog regionalnog projekta UNFPA i UNICEF-a za trening.
- ³² Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih)*, autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici Youth/YouthNet, nacrt iz januara 2003.

-
- ³³ Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih)*, autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici Youth/YouthNet, nacrt iz januara 2003.
- ³⁴ Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih)*, autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici Youth/YouthNet, nacrt iz januara 2003.
- ³⁵ Preuzeto iz *Youth-Adult Partnership Formation (Formiranje partnerstva između omladine i odraslih)*, autori Kent Klindera, Naina Dhingra i Jane Norman, zagovornici pitanja mladih/YouthNet, nacrt iz januara 2003.