



KMC

KOORDINAČNO-METODICKÉ CENTRUM
PRE PREVENCIU NÁSILIA NA ŽENÁCH

NÁSILIE PÁCHANÉ NA ŽENÁCH V PÁROVÝCH VZŤAHOCH



TRÉNINGOVÝ MANUÁL PRE TRÉNING TRÉNEROV
A TRÉNERIEK - REGIONÁLNYCH KOORDINÁTOROV A
KOORDINÁTORKY TERÉNEJ SOCIÁLNEJ PRÁCE

2017

„Domov musí byť bezpečné miesto pre všetkých“



Inštitút pre výskum práce a rodiny
Institute for Labour and Family Research



NÁSILIE PÁCHANÉ NA ŽENÁCH V PÁROVÝCH VZŤAHOCH

TRÉNINGOVÝ MANUÁL PRE TRÉNING TRÉNEROV A TRÉNERIEK - REGIONÁLNYCH KOORDINÁTOROV A KOORDINÁTORKY TERÉNEJ SOCIÁLNEJ PRÁCE

Zostavili:

Adriana Mesochoritsová a Tatiana Brnová

Vydavateľ: Inštitút pre výskum práce a rodiny

Rok vydania: 2015

Rozsah: 46 strán

Text neprešiel jazykovou korektúrou.

Publikácia bola financovaná z Grantov EHP a Nórska a spolufinancovaná zo štátneho rozpočtu Slovenskej republiky v rámci projektu Koordinačno-metodické centrum pre rodovo podmienené a domáce násilie v rámci programu SKog: Domáce a rodovo podmienené násilie

„Domov musí byť bezpečné miesto pre všetkých“

www.norwaygrants.org



OBSAH

OBSAH	3
Úvod	4
1 Cieľová skupina	6
2 Celkový cieľ vzdelávania	8
3 Výsledok vzdelávania	10
4 Odporúčania pre trénerky a trénerov k skupinovej dynamike a vedeniu skupiny.....	11
5 Štruktúra tréningu.....	17
6 Obsah vzdelávania	19
MODUL A : Scitlivovací: ľudsko-právne a rodové východiská problematiky NPNŽ	20
MODUL B : Základné poznatky v téme NPNŽ	29
MODUL C : Základné trénerské zručnosti	37

Úvod

Tento manuál bol vypracovaný s cieľom zvýšiť úroveň poznania regionálnych koordinátoriek a koordinátorov terénnych sociálnych pracovníkov a pracovníčok o problematike násilia páchaného na ženách v jeho rodovom kontexte. Má slúžiť ako podporný materiál pri realizácii vzdelávania pre túto cieľovú skupinu.

OSN, RE, mimovládne organizácie, ako aj výsledky výskumov dlhodobo preukazujú, že násilie páchané na ženách je jednou z najčastejších foriem kriminality s najdevastujúcejšími následkami. Počet žien, ktoré zažívajú násilie je tak veľký, že sa v súvislosti s ním, hovorí o celosvetovej pandémie. Násilie na ženách vrátane domáceho násilia na ženách je zároveň jednou z najzávažnejších foriem rodovo podmieneného porušenia ľudských práv.

Napriek týmto faktom, ženy stále nedostávajú adekvátnu podporu a nie je zabezpečená ich dôsledná ochrana. Práve naopak - násilie, ktoré ženy a ich deti zažívajú, býva často bagatelizované, prehliadané a ospravedlňované. Ženy a deti sa často stretávajú aj s nepochopením od profesií, ktoré by im mali byť v procese ochrany najviac nápomocné. Prekážkami sú najmä predsudky a nedostatočná informovanosť o téme.

Zabezpečenie dôslednej eliminácie násilia páchaného na ženách a poskytnutie podpory ženám je dlhodobým procesom. Napriek tomu, násilie je možné zastaviť. Vyžaduje si to však zapojenie mnohých odborníčok a odborníkov z rôznych profesií a ich vzájomnú koordináciu. Kľúčovým prvkom sú samozrejme relevantné informácie a vedomosti. Čím hlbšie informácie o problematike násilia na ženách dostanú tí, ktorí sa podieľajú na zabezpečovaní ochrany žien, tým lepšie dokážu zasahovať v ich prospech.

Tento manuál preto vznikol so zámerom podporiť proces vzdelávania regionálnych koordinátorov a koordinátoriek terénnych sociálnych pracovníčok a pracovníkov, ktoré môžu byť veľmi nápomocné v procese eliminácie a prevencie násilia páchaného na ženách, a to zvlášť v marginalizovaných rómskych komunitách. Cieľom vzdelávania je odovzdať tejto cieľovej skupine taký dostatok znalostí o problematike násilia páchaného na ženách, aby ich mohla vhodne aplikovať vo vlastnom profesijnom prístupe a zabezpečiť odbornú kontinuitu poskytovania pomoci ženám. Ich zvýšená vzdelanosť v téme môže pomôcť zmierniť dôsledky násilia a prispieť k zabezpečeniu špecifickej podpory a ochrany žien vystavených násiliu a ich detí.

Poznámka autoriek:

Téme násilia páchaného na ženách sa venujeme od roku 1999 a už takmer 15 rokov poskytujeme vzdelávanie v tejto oblasti pre rôzne cieľové skupiny.

Vychádzajúc z našich znalostí a skúseností, by sme z hľadiska dosiahnutia vyššej kvality odporúčali navýšiť počet hodín pre vzdelávanie trénerov a tréneriek z cieľovej skupiny minimálne na 100 hodín. Zároveň si však uvedomujeme časové obmedzenia samotnej cieľovej skupiny, ako aj obmedzenia vyplývajúce z časových a finančných možností projektu. Taktiež sme si vedomé, že podobným problémom čelia aj ďalšie krajiny EÚ, ktoré sa snažia zefektívniť svoju prácu v oblasti prevencie a eliminácie násilia páchaného na ženách. V snahe dosiahnuť a dodržať rámec kvality vzdelávania TSP, na ktorých budú regionálni koordinátori a koordinátorky participovať ako budúce trénerky a tréneri, odporúčame preto nasledovné kroky:

- Kombinovať skupinu vzdelaných RK so skúsenými senior lektorkami;
- Poskytovať pravidelné konzultácie RK prie vedení vzdelávacieho procesu;
- Dohodnúť sa na systéme ďalšieho samovzdelávania RK v téme po absolvovaní tohto tréningu.

1 Cieľová skupina

Cieľovou skupinou vzdelávania na základe tohto manuálu sú:

- a.) **Regionálne koordinátorky a koordinátori terénnej sociálnej práce (ďalej aj „RK TSP“):** zamestnankyne a zamestnanci Implementačnej agentúry Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky (IA MPSVR SR), ktorá realizuje Národný projekt Terénna sociálna práca v obciach (ďalej aj „NP TSP“);
- b.) **Regionálne koordinátorky a koordinátori** pracujúci v regionálnych kanceláriách Úradu splnomocnenca vlády SR pre rómske komunity;

1.1. Kompetencie regionálnych koordinátoriek a koordinátorov terénnej sociálnej práce:

- riadia a koordinujú terénnych sociálnych pracovníkov/pracovníčky (ďalej aj TSP) a ich asistentov/asistentky (ATSP) pôsobiacich v obciach, monitoruje dodržiavanie pracovnej náplne a kvalitu práce TSP/ATSP, organizuje ich pracovné stretnutia;
- na báze partnerského prístupu poskytuje TSP terénnym sociálnym pracovníkom poradenstvo, konzultácie a poskytuje metodickú pomoc pri riešení náročných sociálnych problémov klientov, sprostredkováva informácie o zmenách v legislatíve, vzdeláva v špecifických témach a podobne;
- hlavným poslaním je zabezpečovať kvalitu výkonu terénnej sociálnej práce v pridelených obciach, pričom nevyhnutnosťou pri dosahovaní tohto cieľa je aktívna spolupráca so zapojenými obcami;

Náplň práce zahŕňa najmä:

- komunikácia a spolupráca s obcami s cieľom zabezpečiť plynulý a štandardný výkon TSP;
- pravidelný monitoring a hodnotenie práce TSP a ATSP (odbornosť vykonávaných činností, správnosť a primeranosť postupov);
- zabezpečovanie informovanosti o realizácii terénnej sociálnej práce v regióne vo vzťahu k VÚC, UPSVR, PSI, školám a ďalším relevantným inštitúciám v regióne;

- metodické usmerňovanie a odborné poradenstvo pre terénnych sociálnych pracovníkov/pracovníčok a asistentov/asistentky terénnych sociálnych pracovníkov, (v prípade potreby participácia na riešení náročných a naliehavých prípadov klientov terénnej sociálnej práce);
- organizovanie pravidelných pracovných stretnutí TSP a ATSP v regióne;
- zber údajov a spracovanie sumárnych štatistík o výkone terénnej sociálnej práce v regióne a riešených prípadoch;
- zabezpečovanie zaškolenia nových terénnych sociálnych pracovníkov/pracovníčok a asistentov/asistentky terénnych sociálnych pracovníkov;

Možnosti zapojenia do procesu prevencie a eliminácie NPNŽ:

Vzhľadom na vyššie uvedené kompetencie a náplň činností RK TSP môžeme identifikovať viaceré spôsoby ich zapojenia do procesu prevencie a eliminácie NPNŽ, napríklad:

Prvý okruh – primárna prevencia: podpora pri šírení informácií o téme NPNŽ v jej rodovom a ľudsko-právnom kontexte v regiónoch, v rámci spolupráce s inštitúciami (zástupcovia/zástupkyne obcí, ďalšie relevantné inštitúcie v regióne - VÚC, UPSVAR, MVO), šírenie informácií priamo v marginalizovaných rómskych komunitách prostredníctvom TSP (informácie môžu poskytovať pri zaškoľovaní nových TSP a ASTSP);

Druhý okruh – monitoring situácie v oblasti NPNŽ : vzhľadom na to, že ich náplňou práce je aj zber údajov a spracovanie štatistík o výkone TSP je možné využiť túto činnosť aj na zber dát o NPNŽ s ktorým sa TSP stretávajú (napr. či a v akom rozsahu sa TSP stretávajú s prípadmi NPNŽ; ako prebieha proces pomoci, aké evidujú problémy priamo v praxi pri riešení NPNŽ; aké sú potreby TSP - čo by pomohlo, aby vedeli viac pomôcť pri riešení NPNŽ); vyhľadávacia činnosť;

Tretí okruh – sieťovanie: spolupráca s rôznymi aktérmi vytvára predpoklady a možnosti na spoluprácu pri vytváraní multiinštitucionálnej podpory a koordinovaného prístupu k NPNŽ, vrátane prehĺbovanie spolupráce s MVO, ktoré sa špecializujú na prevenciu a elimináciu NPNŽ (napr. pri organizovaní pracovných stretnutí TSP a ATSP môžu prizývať špecializované MVO pracujúcich v oblasti NPNŽ – poskytovanie konzultácií);

Štvrtý okruh – poskytovanie základnej intervencie ženám zažívajúcim násilie – metodické usmerňovanie a odborné poradenstvo pre TSP v oblasti poskytovania základnej intervencie pre ženy, najmä odporúčanie na distribúciu k špecializovanej pomoci; keďže RK TSP majú v popise aj participáciu na riešení náročných a naliehavých prípadov klientov TSP, do budúcnosti, po dlhodobejšom a dôkladnejšom vzdelávaní aj možnosť koordinovanej spolupráce pri riešení NPNŽ);

2 Celkový cieľ vzdelávania

Cieľom vzdelávania prispieť k scitlivosti účastníčok a účastníkov v téme NPNŽ. Odovzdať poznatky, vedomosti, zručnosti pre ich ďalšie pôsobenie v praxi.

Základným cieľom tréningu:

- **Scitlivenie**
 - Zvýšenie uvedomenia o tejto téme. Podľa najnovšieho výskumu Agentúry EÚ na Slovensku približne 32% žien zažilo v živote nejakú formu násilia. Tento údaj je alarmujúci. Vedenie tréningu je orientované na pochopenie procesov, ktoré zažívajú ženy, na ktorých je páchané násilie.
 - Zvýšenie rodovej kompetencie a rodovej citlivosti (v tejto rovine by tréning mal prispievať k osobnému rozvoju účastníčok/účastníkov, prostredníctvom sebareflexie, sebauvedomenia, sebahodnotenia, ako aj skúmania osobnej a rodovej identity);
- **Eliminácia sekundárnej viktimizácie žien v štátnom a verejnom sektore**
 - prispieť k eliminácii sekundárnej viktimizácie žien v štátnom sektore tzn. celkovo eliminácia násilia v partnerských vzťahoch je komplikovaný, dlhodobý proces. Aj prostredníctvom vzdelávania je možné ho zastaviť – zmierniť. Vyžaduje si to však zapojenie mnohých odborníčok a odborníkov z rôznych profesií a ich vzájomnú koordináciu. Kľúčovým prvkom sú samozrejme relevantné informácie a vedomosti. Čím hlbšie pochopia tí, ktorí sa podieľajú na zabezpečovaní pomoci ženám, problematiku násilia páchaného na ženách, tým lepšie dokážu zasahovať v ich prospech.
- **Sprostredkovanie základných informácií o problematike NPNŽ**

- sprístupnenie základných informácií o NPNŽ v náväznosti na medzinárodné a národné stratégie. Tréning je koncipovaný tak, aby účastníci a účastníčky získali základné informácie o násilí páchanom na ženách, ktoré sú spoločné pre všetky pomáhajúce profesie, ako aj pre ľudí, ktorí sa zaujímajú o tému násilia páchaného na ženách a chceli by prispieť k eliminácii tohto štrukturálneho javu. Tento modul predstavuje základný vedomostný rámec, bez ktorého nie je možné porozumieť zložitosti problematike násilia na ženách. Obsahuje základný výklad odbornej terminológie z oblasti rodovej rovnosti a východiská rodovej problematiky (rod, pohlavie, rodová rovnosť; rodová podmienenosť násilia) z ľudsko-právneho kontextu. Približuje medzinárodný a národný aspekt problematiky NPNŽ, rodovej rovnosti a ľudských práv žien. Sprostredkuje základný prehľad o dokumentoch a verejných politikách v tejto oblasti.
- **Sprostredkovanie poznatkov o procesoch NPNŽ**
 - sprístupnenie informácií o procesoch NPNŽ, ktoré sú v druhom module. Orientuje sa na informácie, ktoré pomôžu všetkým pochopiť, čo všetko sa skrýva pod pojmom NPNŽ, mýty a fakty, čo je príčinou násilia, čo zažívajú a prežívajú ženy a deti v násilných vzťahoch (vzťahové väzby zneužívateľ a žena, zažívajúca násilie, zneužívateľ a deti, ako primárne a sekundárne obeť násilia v rodine, deti a matka, ktorá zažíva násilie), aká je dynamika násilia a jeho dôsledky. Konfrontácia s realitou NPNŽ na Slovensku bude sprostredkovaná aj prostredníctvom štatistických a výskumných údajov.
- **Zvyšovanie tréningových zručností.**
- Tretí modul obsahuje poznatky o základných trénerských zručnostiach. Participatívnymi technikami upevňovať nadobúdané zručnosti nových trénerov pri získavaní vedomostí o vedení tréningu. Priblíženie špecifikácií z ohľadom na tému NPNŽ cez ľudsko-právne východiská. Aplikácia rodovo korektného jazyka. Zvládanie krízových situácií pri vedení výcvikov. Vzdelávanie účastníčok a účastníkov tréningu pri príprave tréningu (očakávania skupiny, informácie o skupine), realizácia tréningu (tvorba úvodných vstupov, pravidiel, informácie k dynamike skupiny, typy tréningových metód/technik/aktivít, systémové ďalšie vzdelávanie, samovzdelávanie trénerov a tréneriek, uzatváranie tréningu, evalvácia).
- **Tréning ako prostriedok preventívnych opatrení.**
- Tréning má napomáhať vytvárať prostredie, ktoré uľahčí ženám hovoriť o násilí. Vytvoriť bezpečné prostredie, kde budú jasne deklarované postoje voči násiliu na ženách.

Účastníci a účastníčky tréningu ďalej môžu šíriť získané názory na danú problematiku. Preventívne opatrenia obsiahnuté v tréningu z dlhodobého hľadiska zvyšujú pravdepodobnosť odhalenia násilia, spôsobu poskytnutia pomoci a podpory pred možným násilím.

3 Výsledok vzdelávania

Po úspešnom ukončení kurzu budú absolventi a absolventky:

A) Modul: Citlivovací – zameraný na pochopenie rodovej podmienenosti NPNŽ

- ovládať odbornú terminológiu z oblasti rodovej rovnosti a východiská rodovej problematiky (rod, pohlavie, rodová rovnosť; rodová podmienenosť násilia).
- ovládať kontext ľudsko-právneho aspektu NPNŽ;
- disponovať vedomosťami o medzinárodnom kontexte rodovej rovnosti a ľudských práv žien,
- získať základný prehľad o ľudsko-právnych dokumentoch v tejto oblasti.
- osvojiť si rodovo citlivý/korektný jazyk, vyjadrovanie;
- získať základné zručnosti v oblasti eliminácie a prevencie násilia páchaného na ženách – pochopenie rodovej podmienenosti násilia;
- osvojiť si spôsoby riešenia odstraňovania rodových nerovností a diskriminácie žien, vrátane príkladov dobrej praxe;
- poznať hlavné nástroje uplatňovania rodovej rovnosti.
-

B) Modul: Základné poznatky v téme NPNŽ

- získajú pohľad na problematiku NPNŽ cez štatistické a výskumné údaje
- získajú základné poznatky o NPNŽ v oblasti eliminácie a prevencie násilia páchaného na ženách,
- získajú základné vedomosti o téme NPNŽ cez mýty a fakty,
- osvoja si vzorce násilia, formy, dynamiku,
- ozrejmia si vzťahové väzby zneužívateľ a žena, zažívajúca násilie, zneužívateľ a deti, (ako primárne a sekundárne obeť násilia v rodine, deti a matka, ktorá zažíva násilie).
-

C) Modul: Základné trénerské zručnosti

- získajú základné trénerské zručnosti ako viesť tréning

- získajú špecifické zručnosti ako viesť tréning v téme NPNŽ tj. prostredníctvom ľudsko-právnych východísk, rodovo korektný jazyk
- osvoja si prípravu tréningu (tvorba úvodných vstupov, pravidiel, info k dynamike skupiny, typy tréningových metód/techník/aktivít (participatívne techniky, brainstorming, sochovanie, práca v skupinách, rolové hry...diskusie, aktivity zamerané na opakovanie tém), systémové ďalšie vzdelávanie, samovzdelávanie trénerov a tréneriek, uzatváranie tréningu, evalvácia).

4 Odporúčania pre trénerky a trénerov k skupinovej dynamike a vedeniu skupiny.

Okrem širokých, komplexných znalostí samotnej témy násilia páchaného na ženách je jednou z najväčších výziev pre trénerov a trénerky práca s dynamikou skupinou. Na to, aby sme dokázali viesť úspešný vzdelávací proces (tréning) je dôležité mať informácie o rôznych situáciách, ktoré môžu na tréningu nastať a o dynamike skupiny. Tréneri a trénerky by mali rozumieť procesom vedenia skupiny/skupín, byť pripravené efektívne a citlivo komunikovať s účastníčkami a účastníkmi. Rovnako dôležité je byť citlivo nastavená/nastavený na potreby skupiny, a tomu, čo sa v skupine odohráva. Tréneri a trénerky by mali mať potrebné zručnosti aj na zvládanie či predchádzanie záťažových alebo konfliktných situácií.

Práve z týchto dôvodov by sme sa v tejto časti zamerali na hlavné odporúčania práce so skupinou a na rady ako riešiť rôzne situácie, ktoré môžu na tréningu vzniknúť.

Pojem **skupinová dynamika** (autor Kurt Lewin) „zastrešuje súhrn skupinového diania a skupinových interakcií, interpersonálne vzťahy a interakcie osobností členov skupiny spolu s existenciou a činnosťou skupiny a silami z vonkajšieho prostredia. Je to súhrn všetkých javov, ktoré sa pravidelne objavujú v malých sociálnych skupinách a sú prítomné prevažný čas ich fungovania“¹. Pre ľahšiu predstavu, ide najmä o javy ako je o komunikácia v skupine, vzťahy ľudí v skupine, identita skupiny, kohézie (súdržnosť) a tenzie (napätia), štruktúra skupiny alebo podskupín, atmosféra a podobne. Je

¹ Smitková, H., Franeková, K., Jablonická-Zezulová, J.: *Konfliktné situácie v tréningových programoch skupinová dynamika*, in Mesochoritsová, A. (ed.), Jablonická-Zezulová, J (ed.): *Štandardy kvality rodového vzdelávania – východiská a výzvy*, Bratislava 2014, Centrum vzdelávania MPSVR SR.

dôležité vedieť, že skupinová dynamika sa neustále mení, vyvíja, premieňa, podľa toho v akom štádiu sa napríklad tréning nachádza, aké témy sa preberajú, ako ľudia spolu spolupracujú (alebo nespolupracujú), aké normy a hodnotové rámce zdieľajú/nezdieľajú, aké majú jednotliví ľudia role a podobne. Keďže ide o pomerne rozsiahlu tému, odporúčame, aby ste rovnako ako aj my v praxi využívali knihu Dušana Ondruška a Jána Labátha „*Tréning? Učenie zážitkom. Tréning*“ (2007, PDCS), ktorá vám poskytne dostatočný prehľad o skupinovej dynamike, jej vývojových fáz a konkrétnych rád, ako zvládať rôzne situácie (vrátane konfliktných).

Z našej praxe vám odporúčame nasledovné:

Všeobecné odporúčania k vedeniu tréningu:

- ✓ Venujte dostatočný čas príprave na tréning – neexistuje jednotná štruktúra alebo model tréningu, ktorý je všeobecne platný pre každú skupinu; pokúste sa zistiť čo najviac informácií o cieľovej skupine, potrebách jednotlivých účastníčok a účastníkov, zadefinujte si, čo chcete vzdelávaním dosiahnuť a tréning „šite na mieru“;
- ✓ Pri príprave programu sa zamerajte na ciele, ktoré chcete dosiahnuť, zhodnoťte očakávania ľudí, ak máte možnosť aj ich vedomosti v téme;
- ✓ Tréning štruktúrujte podľa jednotlivých tém, nezabudnite vyhradiť priestor pre úvod a záver (uzavretie tréningu a evalvácie); pri časovom pláne majte na pamäti, že ľudia, ale aj trénerský tím by mal mať dostatok času na oddych (prestávky odporúčame 15 – 30 minút) medzi jednotlivými blokmi/modulmi;
- ✓ Pri príprave tréningu tiež odporúčame nechať si pre istotu jeden blok voľný – často sa stáva, že pri niektorých témach musíme ostať dlhšie ako sme predpokladali – voľný blok vám pomôže byť pod časovým tlakom a neriskovať tak, že kvôli času neodovzdáme ľuďom potrebné informácie, alebo nebudú mať dost' času na ich pochopenie.
- ✓ V úvode tréningu odporúčame používať zoznamovacie a „icebreaker“ techniky – venujte dostatok času tomu, aby ste sa všetci v skupine navzájom spoznali, aby ľudia mali hneď v úvode zážitok z prehovorenia; aby sa uvoľnili.
- ✓ V úvode je tiež žiaduce formulovať pravidlá, ktoré budeme dodržiavať, vyjasniť si opätovne očakávania skupiny a predstaviť témy, s ktorými budeme pracovať;
- ✓ Nebojte sa zmeny – často sa stáva, že máte pripravený podrobný program a časový harmonogram, ale z reakcií skupiny vidíte, že je potrebné program zmeniť – pokúste sa ho čo najviac prispôbiť potrebám skupiny.

- ✓ Pred tréningom si nájdite čas pre seba, prípadne so svojou kotrenérkou a premyslite si, resp. hovorte spolu o vašich predstavách, prípadne predsudkoch, ktoré by ste mohli mať voči tréningovej skupine (napr. z práce so ženami viete, že často spôsobujú sekundárnu viktimizáciu žien a pociťujete hnev). Pokúste sa pracovať so svojimi presvedčeniami, postojmi a emóciami – myslite na to, aby ste neboli na tréningu zaujaté a zaujať a neznížili tak efektivitu vzdelávania.
- ✓ Odporúčame používať participatívne vzdelávacie techniky (diskusné, zážitkové, simulácie a i.). Jednotlivé techniky (aktivity - slangovo „hrátky“) odporúčame striedať s krátkymi prednáškami (pri dlhých ľudia strácajú pozornosť; všeobecne sa odporúča prednášať súvisle maximálne 20 minút); snažte sa zaujať ich pozornosť zapojením nielen sluchu (akusticky), ale aj zrakovými podnetmi (vizuálne), pohybovo, vlastnou činnosťou (diskusie, aktivity);
- ✓ Aktívne počúvanie: jednou z najdôležitejších úloh trénerského tímu je pozorné počúvanie účastníčok a účastníkov; pozorne počúvajte skupinu, sledujte jej reakcie a reakcie jednotlivých ľudí, reagujte, všímajte si zmeny v skupinovej dynamike.
- ✓ Dôležitým cieľom je zabezpečiť, aby sa všetci na tréningu cítili akceptovaní, a to aj napriek rozdielnym názorom, a aby mali možnosť podieľať sa rovnocenne na práci počas tréningu (snažíme sa napríklad meniť počet a zloženie skupín, pri prezentáciách by sa ľudia mali meniť, aby mal každý pocit, že má dostatok priestoru na vyjadrenie; pri diskusných technikách facilitujeme skupinu tak, aby niekto nezaberal väčší priestor ako niekto iný a pod.);
- ✓ Na tréningoch odporúčame používať participatívny prístup k vzdelávaniu – čiže namiesto jednosmerného odovzdávania poznatkov smerom od tréneriek k účastníkom a účastníckam, podporujeme vzájomnú výmenu skúsenosti a pohľadov. Ide o učenie sa navzájom, spoločnými silami, jeden od druhého/jedna od druhej, resp. na základe výsledkov skupinovej práce, ku ktorým sa spoločne dopracujeme²;
- ✓ Odporúčame často používať povzbudzujúce vyjadrenia - povzbudzujeme ľudí, aby sa navzájom učili jeden od druhého, vyzdvihneme spoločné body; každému dávame najavo,

² Podľa: Jojárt, P, Mesochoritsová, A.: *Tréningový manuál pre rodový tréning s dôrazom na Istanbulský dohovor*, Možnosť voľby, 2015.

že si ich príspevok ceníme a že skúsenosti každej účastníčky a účastníka sú dôležité a relevantné;

Odporúčania zohľadňujúce špecifiká pri vzdelávaní v oblasti násilia páchaného na ženách.

Vzdelávanie v oblasti NPNŽ je rodovým vzdelávaním a súčasťou problematiky je aj snaha o zlepšenie postavenia žien, odstraňovanie rodových stereotypov a predsudkov, ako aj odstraňovanie akýchkoľvek diskriminačných praktík a postojov. Z týchto dôvodov sa snažíme vytvárať na tréningu bezpečné prostredie pre všetkých, čo zahŕňa, že musíme reagovať na prípadné diskriminačné či sexistické vyjadrenia a postoje. Problematika rodovej rovnosti a s ňou úzko súvisiaca téma násilia páchaného na ženách sú vo svojej podstate veľmi ťažké, a pre niektorých aj kontroverzné témy – u niektorých môžu témy spustiť rôzne obranné mechanizmy alebo odpor. Mali by sme vedieť zvládať takéto situácie tak, aby to poslúžilo ako podnet pre zmenu v nazeraní, v myslení a konaní.

Na jednej strane sa snažíme ľudí posilňovať, pracujeme na tom, aby sa cítili slobodne a mohli sa vyjadrovať, na strane druhej by sme nemali prehliadať diskriminačné správania a postoje.

Odporúčame preto:

- ✓ Pri formulovaní tréningových pravidiel v úvode sa pokúste sformulovať so skupinou pravidlo o tom, ako budete reagovať na takúto situáciu – zdôraznite však, že ako tréneri a trénerky máte povinnosť nepodporovať diskriminačné vyjadrenia, ale ich reflektovať a vyvracať ich.
- ✓ V rámci pravidiel sa môžete dohodnúť, že sú vítané reflexie od celej skupiny.
- ✓ Ak dôjde k diskriminačným alebo sexistickým vyjadreniam, nezametajte to pod koberec a netvárite sa, že ste to prepočuli. Myslíte na to, že „medzi vytváraním priateľskej, otvorenej a akceptujúcej atmosféry v skupine a prehliadaním predsudkov a nevhodných poznámok bez akéhokoľvek spochybnenia je síce tenká ale jasná deliaca čiara“ (S. Williams).
- ✓ Ak funguje dobre skupinová dynamika, nechajte, aby ako prví reagovali na nevhodné komentáre a spochybňovali ich samotní členovia a členky skupiny. Ak sa tak nestane, je vašou úlohou otvoriť čo sa stalo, prečo to nie je v poriadku a diskutovať o tom so skupinou. V takom prípade odporúčame skôr formulovať vašu reflexiu ako otázky namiesto konštatovania, aby vaše komentáre neboli vnímané ako útok (ľudia sa môžu stiahnuť, budú mať pocit, že sa musia brániť a proces učenia sa tak môže narušiť).

- ✓ Myslíte na mieru kritiky: Ak budete komentovať a spochybňovať príliš veľa, môžeme v ľuďoch vyvolať pocit, že musia hovoriť len „správne“ veci a budú hovoriť skôr názory, ktoré by „mali mať“, ako tie, ktoré skutočne majú.
- ✓ Na strane druhej, popieranie alebo zľahčovanie faktov o diskriminácii, diskriminačných praktík a ich dôsledkov je kontraproduktívne – ste trénerky a tréneri v ľudsko-právnej oblasti a mali by ste mať v týchto otázkach jasný postoj. Reflexie a konfrontácie sú súčasťou tréningovej dynamiky a môžu byť pre celý proces užitočné, ak nájdite správnu mieru ako sa so situáciou vysporiadať.
- ✓ Pri takýchto situáciách pomáha, ak sa snažíte otázkami cieľiť na to, aby si účastníci a účastníčky uvedomili, aké dopady majú diskriminačné vyjadrenia či postoje na ľudí, ktorí im musia čeliť (čiže sa zameriavame na dôsledky).
- ✓ Snažte sa zistiť aké sú dôvody odporu u jednotlivých ľudí alebo skupiny, pomôže vám to pochopiť konanie ľudí a zvýšiť šancu na pozitívny vývoj skupinovej dynamiky.
- ✓ Ak ľudia v skupine neustále zľahčujú problém diskriminácie žien, odporúčame vo väčšej miere zaradiť do programu výskumne údaje a výsledky štatistických zisťovaní.

Postojové a hodnotové otázky

Téma násilia páchaného na ženách je veľmi citlivou témou. Váš osobný prístup a postoj je však kľúčový, ak chcete účastníkom a účastníčkam predat' okrem vedomostí aj zručnosti a zároveň meniť ich postoje v tejto oblasti. Tréneri a trénerky preto musia mať jasný a jednoznačný postoj k téme. To zahŕňa nasledovné princípy:

- ✓ nulová tolerancia násilia páchaného na ženách; neexistuje žiadne ospravedlnenie násilných činov;
- ✓ nulová tolerancia k akýmkoľvek formám diskriminácie a k rodovej nerovnosti;
- ✓ úplne pochopenie rodovej podmienenosti násilia;
- ✓ chápanie ľudsko-právnych východísk – násilie páchané na ženách je porušením základných a univerzálnych ľudských práv; ženy majú právo žiť svoj život bezpečne, slobodne, dôstojne a bez akéhokoľvek ohrozenia a je povinnosť štátu a nás všetkých zabezpečiť realizáciu tohto práva v praxi;
- ✓ za násilie je zodpovedný ten, kto ho pácha;
- ✓ prvoradým cieľom intervencií je zaistenie bezpečnosti žien a ich detí a ich posilnenie;

Odporúčania pre prácu, ak je v skupine žena/ženy, ktoré zažili alebo zažívajú násilie

Podľa „Reprezentatívneho výskumu výskytu a skúseností žien s násilím páchaným na ženách na Slovensku z roku 2008“ (Bodnárová, Filadelfiová, Holubová, Inštitút pre výskum práce a rodiny, 2008) je násilie páchané na ženách v SR vážnym spoločenským problémom: zasahuje veľkú skupinu žien, dotýka sa rôznych oblastí ich života od detstva po dospelosť, intímne vzťahy nevynímajúc. **Na Slovensku je násiliu vystavená každá piata žena:** každá piata dospelá žena, ktorá má v súčasnosti partnera, zažila z jeho strany násilné správanie - presnejšie 21,2 % dospelých žien SR vo veku 18-64 rokov, ktoré mali v čase výskumu partnera, zažili z jeho strany násilie. Výskyt násilného správania od bývalých partnerov je ešte vyšší: z dospelých žien, ktoré mali bývalého partnera, zažilo z jeho strany násilné správanie 27,9 % (12,2 % vyhranené násilie).

Nezabúdajte preto, že je vysoká pravdepodobnosť, že medzi účastníčkami môžu byť ženy, ktoré zažili násilie, alebo stále žijú s násilníckym partnerom.

Odporúčania:

- ✓ Prejavy môžu byť rôzne: odpor, prehnaná aktivita, stiahnutie sa do seba, prejavy traumatických reakcií (zvýšená úzkosť, zrýchlené dýchanie, vyhýbanie sa kontaktu s lektorkou alebo účastníčkami a účastníkmi).
- ✓ Nechajte na žene, aby sa sama rozhodla, či a do akej miery chce hovoriť o vlastných skúsenostiach s násilím. Nenúťte ju do ničoho.
- ✓ Tréning musí byť vždy vedený takým spôsobom, aby sa ženy zažívajúce násilie cítili bezpečne, aby boli rešpektované. Je potrebné sa vyhnúť akýmkoľvek spochybňovaniam, patologizovaniu, označovať ich ako „slabé“ alebo „neschopné“. Ak poznáte dynamiku násilia a jej štruktúralnu povahu, viete, že za splnenia určitých podmienok sa môže každá z nás zažívať násilie. Myslite na to, že ženy zažívajúce násilie sú silné osobnosti a reagujú normálne v nenormálnej/obrovsky záťažovej a traumatizujúcej situácii.
- ✓ So ženou, ak si to bude želať, hovorte samostatne – poskytnite im individuálnu konzultáciu, základnú intervenciu a distribúciu k špecifickej pomoci. Ak nepracujete v téme násilia páchaného na ženách dlhšie a nemáte skúsenosti, prosím obráťte sa na skúsenejšiu lektorku. So ženou by mala hovoriť odborníčka, ktorá má skúsenosti so špecializovanou pomocou.

5 Štruktúra tréningu

Základná štruktúra

Tréning pre RK TSP má nasledovnú základnú štruktúru:

- a.) **3 moduly:** každý z modulov má 8 blokov: úvod, 6 jednotlivých tematických celkov, v rámci ktorých sa preberajú určené témy a záver (zhodnotenie, evalvácia);
- b.) **Časová dotácia** na jeden tematický celok : 90 minút; odporúčanie: 15 - 30 minút prestávky medzi jednotlivými témami;

•

Štruktúra a cieľ jednotlivých modulov:

Modul A:

Scitlivovací: ľudsko-právne a rodové východiská problematiky NPNŽ (zameraný na pochopenie rodovej podmienenosti NPNŽ);

Cieľ modulu A:

Sprostredkovanie základných vedomostí o téme rodovej rovnosti, internalizácia základných pojmov. Vysvetlenie príčin násilia páchaného na ženách a rodovej podmienenosti (násilie ako štrukturálny jav). Oboznámenie so základnými ľudsko-právnymi dokumentmi a posilnenie zručností v obhajobe ľudských práv žien. Oboznámenie s faktorom viacnásobnej diskriminácie žien (kontext rómskych žien).

Časová dotácia modulu A: 17 hodín

Štruktúra modulu A:

- a.) **Úvod:** zoznámenie, očakávania, pravidlá; úvodné zoznámenie sa, informácie o projekte a stretnutiach, potreby a očakávania účastníkov do praxe, odporúčania pre spoločné stretnutia.
- b.) **Témy modulu:**
 - Úvod do problematiky násilia páchaného na ženách (ďalej NPNŽ). Postoje skupiny k NPNŽ. Vyjasnenie základných pojmov v téme NPNŽ
 - Úvod do problematiky rodovej rovnosti. Rodová socializácia. Rod, pohlavie, Rodové stereotypy.
 - Rodová podmienenosť násilia páchaného na ženách.

- Príčiny násilia páchaného na ženách.
 - Ľudsko-právne východiská NPNŽ, základné dokumenty. CEDAW, Istanbulský dohovor.
 - Viacnásobné znevýhodnenie žien. Situácia v MRK.
- c.) **Zhrnutie, Evalvácia:** Záver tréningu sa bude niesť v sumarizácii vedomostí, nadobudnutých argumentačných zručností, zážitkov a postrehov. Účastníci a účastníci spätnou väzbou zreflektujú dianie počas tréningu.

Modul B:

Základné poznatky v téme NPNŽ.

Cieľ modulu B:

Sprostredkovanie poznatkov o procesoch NPNŽ prostredníctvom participatívneho vzdelávania. Získanie základných zručností v oblasti NPNŽ.

Časová dotácia modulu B: 17 hodín

Štruktúra modulu B:

a.) **Úvod: opakovacie cvičenia** – otvorenie tréningu, situácia v skupine, otázky skupiny, opakovanie vedomostí z predchádzajúceho modulu; - krátko rozpisat'. Sumarizácia poznatkov z 1. Tréningu.

b.) témy modulu:

- Mýty a fakty o násilí páchanom na ženách;
- Formy NPNŽ. Cyklus a Dynamika NPNŽ.
- Vzorec NPNŽ/ Metódy zneužívania. Vzorec štrukturálneho zneužívania.
- Dôsledky NPNŽ – situácia žien a detí.
- Ciele, princípy a východiská účinnej intervencie
- Stratégie zneužívateľov. Odhad nebezpečenstva. Bezpečnostný plán. Distribúcia na ďalšie zdroje podpory a ochrany

c.) **Zhrnutie, Evalvácia.** – Záver tréningu sa bude niesť v sumarizácii vedomostí, nadobudnutých argumentačných zručností, zážitkov a postrehov (zároveň premostenie na ďalší modul). Účastníci a účastníci spätnou väzbou zreflektujú dianie počas tréningu.

Modul C:

Základné trénerské zručnosti

Cieľ modulu C:

Sprostredkovanie poznatkov o základných trénerských zručnostiach, o vedení a príprave tréningu, technikách a metódach vedenia tréningu, odporúčania k skupinovej dynamike. Prostredníctvom participatívneho vzdelávania získanie základných trénerských kompetencií, posilnenie zručností vo vedení tréningu.

Časová dotácia modulu C: 17 hodín

Štruktúra modulu C:

- a.) **opakovacie cvičenia** – otvorenie tréningu, situácia v skupine, otázky skupiny, opakovanie vedomostí a sumarizácia poznatkov z 2. Tréningu;
- b.) **témy modulu:**
 - Cieľ tréningu, príprava tréningu (očakávaní skupiny, info o skupine,)
 - Tvorba štruktúry tréningu: úvod, témy, uzatváranie tréningu, evalvácia; (tvorba úvodných vstupov, pravidiel)
 - Vedenie tréningu (úloha trénerov/tréneriek- partnerský prístup), dynamika skupiny,
 - Typy tréningových metód/technik/aktivít (participatívne techniky, brainstorming, sochovanie, práca v skupinách, rolové hry, diskusie, aktivity zamerané na opakovanie tém).
 - Špecifiká vedenia tréningu v téme NPNŽ
 - Rady a odporúčania, práca s konfliktmi.
- c.) **Zhrnutie, Evaluácia.** – Záver tréningu sa bude niesť v sumarizácii vedomostí, nadobudnutých argumentačných zručností, zážitkov a postrehov (zároveň premostenie na ďalší modul). Účastníci a účastníci spätnou väzbou zreflektujú dianie počas tréningu.

6 Obsah vzdelávania

Nasledujúca časť manuálu obsahuje popis jednotlivých cieľov jednotlivých tematických celkov, obsah tematického celku, časovú dotáciu a 3 príklady vedenia.

M O D U L A : Scitlivovací: ľudsko-právne a rodové východiská problematiky NPNŽ

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Modul A, Téma: Úvod do problematiky násilia páchaného na ženách. |
|---|

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov so základnými pojmami a definíciami v problematike násilia páchaného na ženách.
- Poskytnúť informácie o základných výskumných dátach v oblasti násilia páchaného na ženách v SR (prehľad o situácii).
- Zistenie postojov skupiny k téme – úvodná práca s asociáciami, presvedčeniami, postojmi, (scitlivovanie).

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor;

Obsah témy:

Pri prevencii a eliminácii násilia páchaného na ženách je nevyhnutné pracovať s jednotnými definíciami a pojmami, aby nedošlo k nesprávnym interpretáciám a nejednotným východiskám. V rámci tohto tematického bloku je preto potrebné vyjasniť, čo rozumieme pod pojmami násilie, násilie páchané na ženách, násilie páchané na ženách v intímnych/párových vzťahoch, rodovo podmienené násilie a domáce násilie. Opierame sa o ľudsko-právne dokumenty, ktoré tieto pojmy definujú (Všeobecné odporúčanie č. 19 CEDAW Výboru, Odporúčanie Rady Európy Rec(2002)5 o ochrane žien proti násiliu, Dohovor Rady Európy o predchádzaní násiliu na ženách a domácejmu násiliu a o boji proti nemu).

V rámci témy sa sústredíme aj na prezentáciu výskumných údajov v téme násilia páchaného na ženách, aby bolo možné pochopiť jeho hrozivý rozsah. Analýza údajov (SR, EÚ) o násilí páchanom na ženách ukazuje, že závažný a rozsiahly problém. V SR sa na základe reprezentatívnych výskumov (Bodnárová, Holubová, Filadelfiová) podarilo preukázať množstvo foriem násilného správania voči

ženám, pričom podľa posledného reprezentatívneho výskumu, násilie zažíva každá 5 žena. Zahraničné údaje uvádzajú, že každých 5 sekúnd zomrie na svete jedna žena v dôsledku násilia (Jones, 2002). V rámci výskumov je potrebné poukázať na zdravotné a sociálne dôsledky násilia a tiež na fakt, že násilie sa môže vyskytnúť v hociktorom období života žien, pričom mnoho žien prežije v živote viacero prípadov násilia. K násilným prejavom voči ženám dochádza v rôznych prostrediach (práca, škola, na verejnosti), ale najbežnejšou formou násilia však naďalej ostáva násilie páchané intímnymi partnermi - manžel, druh, priateľ, bývalí partneri (Svetová banka, 1998). Všetky údaje ukazujú, že taký obrovský výskyt nemôže byť náhodný a nie je výsledkom individuálnych konfliktov, ale že má štrukturálne pozadie.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming, zážitkové učenie;

odporúčané vedenie aktivity: učenie sa praxou (napr. zadáte účastníkom a účastníčkam úlohu, aby sa pokúsili sami, vlastnými slovami definovať jednotlivé pojmy).

Modul A, Téma: Úvod do problematiky rodovej rovnosti.
--

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov so základnými pojmami v oblasti rodovej rovnosti (rod, pohlavie, rodové stereotypy, rodová socializácia, rodová rovnosť, rodová identita, diskriminácia na základe rodu a pohlavia).
- Internalizácia týchto pojmov a ich premostenie s témou násilia páchaného na ženách.
- Zistenie postojov skupiny k téme – úvodná práca s asociáciami, presvedčeniami, postojmi k téme rodovej rovnosti (scitlivovanie). Poukázanie na dôsledky rodovo stereotypnej socializácie.

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor;

Obsah témy:

Cieľom tohto bloku je pomôcť účastníčkam a účastníkom tréningu ujasniť si základné východiska rodovej rovnosti tak, aby ich v rámci ďalších tréningových blokov vedeli čoraz hlbšie aplikovať na problematiku násilia páchaného na ženách. Úlohou trénerského tímu je pomôcť ľuďom osvojiť si kľúčové pojmy ako je pohlavie, rod, rodová identita, rodová socializácia, rodové stereotypy, rodová rovnosť, diskriminácia na základe pohlavia a rodu. Internalizácia pojmov a východísk sú dôležité pre hlbšie pochopenie príčin a dôsledkov rodových nerovností a ich priameho prepojenia s problematikou násilia páchaného na ženách (násilie ako príčina a zároveň dôsledok rodovej nerovnosti). Dôležité je zamerať sa na vysvetlenie a odlíšenie pojmov rod a pohlavie. „Ak by sme pracovali iba s biologickou kategóriou „pohlavie“, mohlo by veľmi ľahko dôjsť k skresleniu. Máme na mysli rôzne mylné, ale ešte stále populárne presvedčenia o prirodzenej agresivite mužov, o ich väčšej „náklonnosti“ k páchaniu násilia a podobne. Takéto názory sú až priveľmi zjednodušujúce a neberú do úvahy štrukturálne pozadie problematiky násilia na ženách“ (Mesochoritsová, 2011).

Pre budúcu dobrú orientáciu v téme je potrebné sa zamerať aj na proces utvárania rodovej identity (ako sa stávame mužmi a ženami), vysvetliť proces rodovej socializácie a spochybniť biologický esencializmu. Najmä je dôležité pracovať so stereotypmi, ktoré sa najviac podieľajú na vzniku násilia (muži neplačú, ženy sú slabé citlivé). Tieto vysvetlenia nám neskôr pomôžu pri vysvetľovaní príčin násilia páchaného na ženách a pri spochybňovaní mýtov, ktoré sa s témou spájajú.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming, zážitkové učenie;

Modul A, Téma: Rodová podmienenosť násilia páchaného na ženách. Príčiny násilia páchaného na ženách.

Ciele:

- Prehĺbenie poznatkov o vzájomnej podmienenosti rodovej nerovnosti a vzniku/pretrvávajúci problému násilia páchaného na ženách.
- Vysvetlenie štrukturálnych rodových nerovností na rôznych úrovniach (médiá, školstvo, rovesnícke skupiny, sociálne okolie, inštitúcie) a ich vplyvu na vznik násilia

- Detailné vysvetlenie príčin násilia páchaného na ženách a faktorov, ktoré prispievajú k vzniku násilia páchaného na ženách.
- Práca s postojmi a presvedčeniami účastníčok a účastníkov (prehlbovanie scitlivovania).

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor;

Obsah témy:

Cieľom tohto bloku je pomôcť účastníčkam a účastníkom tréningu hlbšie pochopiť definíciu násilia páchaného na ženách, najmä časti, ktorá sa dotýka príčin. To znamená, že priamo pracujeme s východiskami OSN, ktorá vo svojom vyhlásení v Deklarácii na odstránenie násilia páchaného na ženách (1993) oficiálne uznala, že „násilie páchané na ženách je demonštráciou historicky asymetricky rozdelenej moci medzi mužmi a ženami, ktorá viedla k nadvláde mužov nad ženami a diskriminácii žien a ktorá bránila ženám naplno rozvíjať svoje schopnosti, uznávajúc tiež, že násilie na ženách je jedným z rozhodujúcich spoločenských mechanizmov, pomocou ktorého sú ženy násilím zatláčané do podriadenej pozície oproti mužom“ (Vyhlásenie k deklarácii, 1993, OSN). V rámci tohto bloku vysvetlíme, že „nerovnováha moci medzi mužmi a ženami je vpísaná do všetkých spoločenských štruktúr, ktoré ju denne praktizujú už len tým, že prisudzujú rozdielne, hierarchické hodnotenia mužskosti a ženskosti“ (Mesochoritsová, 2011).

Úlohou trénerského tímu je pomôcť ľuďom osvojiť si poznanie, že násilie je rodovo podmienený štrukturálny fenomén súvisiaci s nerovnováhou moci a že zároveň nerovnováha moci je spoločensky podmienená a súvisí s rodovou štruktúrou celej spoločnosti.

Nemenej dôležité je rozobrať faktory, ktoré môžu predikovať vyšší výskyt násilia (napr. hegemoniálna maskulinita, absentujúci alebo odmietajúci otec, patriarchálna štruktúra, izolácia žien, striktné rodové role).

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming, zážitkové učenie;

Modul A, Téma: Ľudsko-právne východiská NPNŽ, základné ľudsko-právne dokumenty.

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov s kontextom vzniku a dôležitosti Dohovoru o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien (CEDAW), ktorý predstavuje kľúčový referenčný medzinárodný dokument;
- Prehliť poznanie o súvislostiach medzi jednotlivými právami vymedzenými CEDAW dohovorom a problematikou násilia páchaného na ženách;
- Poskytnúť základné informácie o Dohovore Rady Európy o predchádzaní násiliu na ženách a domácejmu násiliu a o boji proti nemu (tzv. Istanbulský dohovor)
- Práca s postojmi a presvedčeniami účastníčok a účastníkov (prehľbovanie scitlivovania).

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor; text CEDAW dohovoru, Všeobecného odporúčania CEDAW Výboru č. 19 a č. 28, text Istanbulského dohovoru,

Obsah témy:

V rámci tohto bloku sa zameriame na predstavenie kľúčových ľudsko-právnych štandardov a mechanizmov, ktoré stanovujú práva žien ako základné ľudské práva. Zameriame sa najmä na predstavenie Dohovoru o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien (OSN, 1979). Vysvetlíme jeho podstatu a výnimočnosť, ktorá spočíva v zjednotení politických, ekonomických a kultúrnych práv; povinnosti zmeniť a zrušiť spoločenské postoje a kultúrne vzorce; uplatňovania ľudských práv žien v súkromnej sfére rodiny a náprava diskriminačných praktík). Zameriame sa aj na kľúčové princípy CEDAW Dohovoru, najmä na princíp „povinnosti štátu“ (práca so Všeobecným odporúčaním CEDAW Výboru č. 28). Zároveň sa poukážeme na to, akým spôsobom reaguje CEDAW na najzávažnejšie obmedzovania práv žien, akým je násilie páchané na ženách. Poskytneme vysvetlenie, že aj napriek tomu, že CEDAW dohovor nedefinuje explicitne násilie páchané na ženách, považuje sa v zmysle dohovoru za formu diskriminácie (predstavenie Všeobecného odporúčania CEDAW Výboru č. 19). V ďalšej časti predstavíme kontext prípravy istanbulského dohovoru. Vysvetlíme, že ide o regionálny právne záväzný ľudsko-právny nástroj, ktorý po prvýkrát v Európe ustanovuje komplexné právne záväzné normy na prevenciu a elimináciu násilia páchaného na ženách a domáceho násiliu, ochranu jeho obetí a potrestanie páchatel'ov. Poskytneme krátky prehľad o štruktúre a základných ustanoveniach.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming, práca s dokumentmi;

Modul A, Téma: Viacnásobné znevýhodnenie žien. Situácia v MRK.

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov s kontextom viacnásobnej diskriminácie žien a so špecifikami situácie žien zažívajúcich násilie a zároveň patria k najzraniteľnejším skupinám (ženy z MRK);
- Predstavenie údajov a štúdií zameraných na problematiku postavenia žien v MRK;
- Možnosti intervencie TSP a ASTSP, vrátane možností RK TSP v prípadoch žien vystavených násiliu v marginalizovaných rómskych komunitách;

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor; Dáta o ľudských právach rómskych žien (KZRS, 2009);

Obsah témy:

V rámci tohto bloku sa zameriame na problematiku násilia páchaného na ženách, ktoré patria k zvlášť zraniteľným skupinám a ktoré čelia ďalším bariéram znevýhodneniam (napr. rasa, jazyk, etnickú príslušnosť, kultúra). Jednou z najdiskriminovanejších skupín SR v danom kontexte sú ženy z rómskych komunít, najmä marginalizovaných rómskych komunít.

Skupine predstavíme výskum Kultúrneho združenia Rómov Slovenska – Dáta o ľudských právach rómskych žien. Poukážme na výsledky výskumu, najmä na tie, ktoré ukázali, že v prostredí MRK fungujú veľmi tradičné rodovo stereotypné postoje a rodovo špecifické bariéry. A práve tie sa výrazne podieľajú na diskriminácii žien v tomto prostredí: „V stručnosti by sa dalo zhrnúť, že rodovo odlišné vnímanie muža a ženy je prítomné tak v celkovej populácii SR, ako aj v skúmanej časti rómskej populácie, za druhé spoločstvo je ale omnoho vyhranenejšie. Normatívne predstavy o správnom mužovi a správnej žene sú v neintegrovaných rómskych komunitách silnejšie, vyhranenejšie tradičné rolové očakávania“ (Dáta, 2009, s. 140).

„Keďže vieme, že príčinou násilia páchaného na ženách v akýchkoľvek komunitách je nerovnováha moci medzi mužmi a ženami a že násilie je dôsledkom (a zároveň príčinou) rodových nerovností, na základe tohto výskumu môžeme dedukovať, že aj situácie žien vystavených násiliu v MRK je aj

v porovnaní z majoritnou spoločnosťou omnoho zložitejšia. Situácii žien vystavených násiliu v MRK dodnes nebola venovaná dostatočná pozornosť a ani v rámci politických opatrení neboli formulované relevantné opatrenia na zlepšenie ich situácie, čo výrazne sťažuje naštartovanie pozitívnych zmien v tejto oblasti (Mesochoritsová, 2009).

V rámci tematického celku sa zameriame tiež na možnú spoluprácu RK TSP a TSP v procese podpory a ochrany žien ako aj samotnej prevencie a eliminácie NPNŽ – prediskutujeme oblasť primárnej prevencie, mapovania situácie, pričom sa podrobnejšie zameriame na možnosť systémového riešenia – napr. participácia TSP pri vytváraní multiinštitucionálnych, koordinovaných politík. Obzvlášť dôležité bude zamerať sa na oblasť intervencií v prípadoch násilia. Upozorníme na fakt, že riešenie násilia je veľmi komplikovaným procesom, do ktorého by mali byť zapojené ľudia, ktorí disponujú zručnosťami z oblasti špecifického poskytovania podpory a ochrany (akokoľvek dobre mienená jednostranná pomoc môže situáciu žien vystavených násiliu zhoršiť). Preberieme stratégie ako postupovať pri riešení násilia.

Aktivita/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming, práca s dokumentmi;

Modul A, Téma: Rodovo korektné vyjadrovanie, rodovo citlivý jazyk.

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov s kontextom jazykovej diskriminácie, rodovo nekorektného jazyka a vyjadrovania;
- Predstaviť prepojenie spôsobov vyjadrovania /používanie jazyka a jeho vplyvu na konštruovanie reality (kontext rodovej diskriminácie a rodovej podmienenosti násilia)
- Predstavenie údajov z oblasti rodovej lingvistiky;
- Scitlivenie, zvýšenie povedomia o tom, ako rodovo necitlivé vyjadrenie o problematike násilia páchaného na ženách môže prispievať vzniku a pretrvávaniu NPNŽ, k rozšíreniu mýtov o násilí, k viktimizácii žien a ospravedlňovaniu zneužívateľov;
- Predstavenie odporúčaní rodovo korektného vyjadrovania, zvlášť rodovo korektného vyjadrovania v problematike násilia páchaného na ženách;

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor; výstrižky z printových médií;

Obsah témy:

V rámci tejto tematickej časti sa zameriame na vysvetlenie, že jazyk nie je len základným komunikačným prostriedkom, ale ako taký zároveň odráža a spoluvytvára spoločenskú a politickú situáciu, kultúrne hodnoty, či postoje spoločnosti. Povedané slovami rodovej lingvistky Jany Valdrovej, „Jazyk je kultúrny výtvor a ako taký má pozíciu sociálnej inštitúcie, ktorá odráža hodnotové systémy vlastné danej spoločnosti a spoluvytvára normy, na ktorých daná spoločnosť stojí.“ (Valdrová, 2005). V kontexte problematiky násilia páchaného na ženách je preto dôležité vysvetliť účastníkom a účastníckam, že „jazykový systém a jazyková prax, ako aj ďalšie s nimi spojené inštitúcie sú tiež súčasťou procesu re/produkcie rodovej ne/rovnosti v spoločnosti“ (Cviková, 2014). Pri premýšľaní o rodovo korektnom jazyku sa zameriame na vysvetlenie, že rodovo korektné používanie jazyka priamo súvisí s presadzovaním rodovej rovnosti (je nástrojom aj indikátorom stavu rodovej rovnosti).

Zameriame sa tiež konkrétnejšie na to, aký jazyk sa používa pri vyjadrovaní sa o téme násilia páchaného na ženách v rôznych kontextoch (ako o téme informujú médiá, ako my sami rozprávame o téme, ako a čo sa napr. pýtame žien vystavených násiliu, ako opisujeme násilie) a zamyslieť sa nad tým ako pomocou rôznych vyjadrení popisujeme realitu a ako ju spolu/vytvárame.

V rámci témy zároveň predstavíme odporúčania na používanie rodovo korektného alebo vyváženého jazyka (nediskriminujúce, nevylučujúce, neznevažujúce vyjadrovanie).

Aktivita/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia

Aktivita: Rodovo korektné vyjadrovanie o téme NPNŽ

Cieľ:

Uvedomiť si, akým spôsobom môžu médiá (a aj my sami/sami) prispievať k sekundárnej viktimizácii žien, k šíreniu mýtov o násilí, alebo naopak, akú pozitívnu úlohu môžu/môžeme zohrať v prevencii a eliminácii NPNŽ. Posilniť zručnosti pre rodovo korektné vyjadrovanie.

Pomôcky:

flipcharty, fixky, výstrižky článkov, správ, rozhovorov z novín, týkajúcich sa témy násilia páchaného na ženách;

Postup:

Skupinu rozdelíme na 4 menšie podskupiny (ideálne by v jednej skupine mali pracovať 3 – 4 ľudia). Dvom skupinám rozdáme niekoľko článkov týkajúcich sa témy násilia páchaného na ženách, ktoré nie sú rodovo korektne a citlivo písané (napr. správy, ktoré tému bulvarizujú, sú plné mýtov). Ďalším dvom skupinám rozdáme články, ktoré sú písané, resp. snažia sa informovať o téme aspoň čiastočne rodovo korektne (napr. rozhovory s odborníčkami v téme). Doprajeme im čas aby si materiál prečítali a urobili rýchlu obsahovú analýzu. Môžu postupovať tak, že zvýraznia kľúčové slová/výroky, rozoberú čo sa im v článkoch páči a čo nie a tiež zdôvodnia prečo (z hľadiska tém, o ktorých sme doposiaľ na tréningu hovorili – kontext, násilia páchaného na ženách). Poprosíme ich, aby si pripravili zhrnutie svojich postrehov, ktoré odprezentujú ostatným. Po práci v malých skupinách ich opäť zlúčime do jednej skupiny, kde jednotlivé zástupkyne/zástupcovia malých skupín odprezentujú výsledky svojich zistení. Následne vedieme spoločnú diskusiu.

Otázky do diskusie a poznámky pre trénerku / trénera:

- ☛ Aké sú vaše prvé dojmy? Čo vás zarazilo alebo znepokojilo v súvislosti s krátkou analýzou článkov? A naopak: čo je bolo v článkoch prínosné, podnetné?
- ☛ V čom bolo toto cvičenie ťažké? Bolo v niečom užitočné?
- ☛ Aké môžu mať príklady necitlivých vyjadrení (článkov) dopady na výskyt násilia a prevenciu násilia páchaného na ženách? Aké môžu mať dopady na samotné ženy? Aké na zneužívateľov? Aké na verejnú mienku?
- ☛ Zvážili by ste podať podnet redakciám či nejakým samoregulačným mechanizmom proti niektorým materiálom, ktoré sme analyzovali (napr. materiál porušuje určité pravidlá etiky korektnej žurnalistiky)?

Na konci odporúčame trénerskému tímu krátke zhrnutie k aktivite a predstavenie odporúčaní rodovo korektného vyjadrovania, vrátane odporúčaní ako sa vyhnúť ubližujúcemu/nekorektnému vyjadrovaniu o téme NPNŽ.

M O D U L B : Základné poznatky v téme NPNŽ

Modul B: Základné poznatky v téme NPNŽ, Téma: Mýty a fakty

Ciele:

- Účastníkom a účastníčkam cez ich skúsenosti priblížiť mýty o NPNŽ
- Zvýšená pozornosť zameraná na kontroverzné spoločensky „akceptované“ mýty
- Vyjasnenie mýtov konfrontovaných s overenými faktami

Časová dotácia: 90 minút

Obsah témy:

V každej spoločnosti existuje množstvo nepravdivých a skresľujúcich informácií (mýtov) o problematike násilia páchaného na ženách. Či si to chceme pripustiť, alebo nie, na každého a každú z nás nevedome tieto mýty pôsobia a bránia nám pochopiť reálnu situáciu v tejto oblasti. A práve naše predsudky a nedostatočná informovanosť sú obrovskou prekážkou pre zneužívané ženy. Nedovoľujú im rozprávať o svojej situácii a vyhľadať adekvátnu pomoc. Strach z nepochopenia, dokonca obviňovanie žien zo situácie za ktorú nenesú vinu, sú väčšími bariérami ako by sme si vedeli predstaviť. Ak však chceme účinne konať proti násiliu je potrebné získať pravdivé informácie a na základe nich prehodnotiť vlastné postoje a prístup k poskytovaniu pomoci ženám. Dôležité je mať na pamäti, že pretrvávajúce mýty napomáhajú udržiavať situácie násilia a preto je potrebné sa s nimi konfrontovať a neustále ich vyvracať.

Cieľom tejto časti/cvičení je spochybniť zaužívané mýty o násilí a nahradiť ich faktami, založenými na expertných vedomostiach. Účastníčky a účastníci sa majú naučiť odhaľovať a spochybňovať tieto „mýty“. Úlohou trénerky je realisticky vykresliť problém násilia páchaného na ženách pomocou faktov a údajov a demonštrovať tak svoje kompetencie a odbornosť.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming;

Odporúčaný príklad vedenia aktivity:

Príklad: Aktivita Mýty a fakty

Zdroj: Tréningový manuál „Násilie páchané na ženách – základný modul, o. z. Možnosť voľby, 2010.

Postup:

Účastníkom a účastníckam rozdáme pracovný list na ktorom majú výroky spájajúce sa s mýtmi alebo faktami o násilí. Požiadame ich, aby samostatne vyplnili pracovný list, kde majú zvoliť odpoveď či s daným výrokom súhlasia alebo nie. Po samostatnom vyplnení (necháme im čas min. 10 minút) následne trénerky budú viesť diskusiu s celou skupinou k jednotlivým výrokom. V rámci diskusie necháme najskôr reagovať skupinu, pozbierame všetky názory k jednotlivým výrokom : pýtame sa kto súhlasí, kto nesúhlasí a prečo, prípadne čo ich napadá v súvislosti s výrokom alebo čo o ňom počuli v spoločnosti. Trénerky postupne dopĺňajú informácie a vedú diskusiu tak, aby v závere objasnili či ide o mýtus alebo fakt.

Pomôcky: Pracovný list s výrokmi, Pracovný list z Príručky „Mýty a fakty“

Otázky:

- ☛ Súhlasíte alebo nesúhlasíte s daným výrokom? Prečo (uvedte svoje argumenty)?
- ☛ S akými názormi sa na dané výroky stretávate v spoločnosti (blízke sociálne okolie, známy, médiá)?
- ☛ Čo si myslíte prečo vznikajú mýty o téme násilia páchaného na ženách?
- ☛ Aký majú dopad na ženy vystavené násiliu a na ich deti, resp. čo je podľa vás ich cieľom? Aký je ich vplyv na zneužívateľov?
- ☛ Čo vypovedá konkrétny mýtus o príčinách NPNŽ?

Pracovný list: Mýty a fakty

Muži, ktorí páchajú násilie trpia nejakou psychickou poruchou/sú psychicky chorí.

☐ Áno ☐ Nie

Žena, ktorá žije v násilnom vzťahu má mnoho legitímnych dôvodov na to, aby v ňom ostala.

☐ Áno ☐ Nie

Ženy "provokujú" násilie, alebo si ho nejakým spôsobom "zaslúžia".

☐ Áno ☐ Nie

Základnou príčinou násilia páchaného na ženách je alkoholizmus mužov.

☐ Áno ☐ Nie

Za násilie sú zodpovední obaja. V každom vzťahu sú predsa dvaja, a každý z nich má svoj podiel viny.

☐ Áno ☐ Nie

Rodiny (vzťahy) v ktorých sa vyskytuje násilie sú sociálne „slabšie“, sú v nich ľudia s nízkym vzdelaním, žijú väčšinou na dedinách.

☐ Áno ☐ Nie

Násilie páchané na ženách je trestný čin.

☐ Áno ☐ Nie

Ženy sú samy zodpovedné za takýto vzťah. Nemali si takéhoto partnera vybrať.

☐ Áno ☐ Nie

Ak muž ubližuje aj deťom, je to vina žien. Sú predsa matky a mali by deti ochrániť.

☐ Áno ☐ Nie

Muži páchajú násilie preto, lebo ho sami zažívali v detstve.

☐ Áno ☐ Nie

Násilie v rodine je súkromná záležitosť, štát alebo niekto iný by sa do toho nemal miešať.

☐ Áno ☐ Nie

Aj psychické násilie má závažné následky.

☐ Áno ☐ Nie

Môže byť dobrým otcom, aj keď pácha násilie na matke.

☐ Áno ☐ Nie

Násilie páchané na ženách nie je až také vážne – každý pár sa predsa háda.

☐ Áno ☐ Nie

Muži páchajúci násilie sa nevedia ovládať, hnev ich zbavuje kontroly nad svojim konaním.

☐ Áno ☐ Nie

Modul B: Formy NPNŽ. Cyklus a Dynamika NPNŽ
--

Ciele:

- Oboznámiť účastníkov a účastníčky s procesom násilia PNŽ
- Priblížiť jednotlivé formy násilia NPNŽ
- Objasniť vplyv a následky jednotlivých foriem násilia.
- Vysvetliť cyklu sa dynamiku násilia (frekvenciu a intenzitu)
- Priblížiť stratégie zneužívateľov, ktoré sú využívané v rámci dynamiky násilia.

Časová dotácia: 90 minút

Obsah témy:

Cieľom tohto bloku je predstaviť účastníckam a účastníkom rozdelenie foriem násilia (psychické, fyzický, ekonomické, sexuálne). Poukázať na ich rôznorodosť, napr. fyzické ubližovanie je iba jednou z podôb násilia. Cieľom tejto časti tréningu je umožniť účastníkom účastníckam, aby si uvedomili, že násilie sa prejavuje aj inými spôsobmi. Zameriame sa na pochopenie procesov NPNŽ. Periodicitu cyklu násilia (vytváranie napätia, akútny útok, „medové týždne“, ticho/popieranie) jeho frekvenciu a intenzitu. Upozorniť na dynamiku násilia, jej špecifiká. Na základe pochopenia procesov dynamiky násilia poukazujeme na problém zotrvávania žien v násilníckom vzťahu.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming; príklady praxe

odporúčané vedenie aktivity: pracovný list „Špirála násilia“, učenie sa praxou (napr. zadáte účastníkom a účastníka, aby na papier napísali všetky formy násilia aké ich napadnú a zaradili ich pod jednotlivé formy

MODUL B: Vzorec NPNŽ. Vzorec štrukturálneho zneužívania
--

Ciele:

- Vysvetliť účastníkom a účastníckam vzorce NPNŽ
- Objasniť identifikáciu vzorcov NPNŽ správania zneužívateľov
- Objasniť stratégie zneužívateľov
- Vysvetliť spoločenský kontext štrukturálneho zneužívania

Časová dotácia: 90 minút

Obsah témy:

Pre účastníčky a účastníkov tréningu je pochopenie vzorcov NPNŽ nosnou témou, preto im treba venovať zvýšenú pozornosť. Podrobne opísať jednotlivé stratégie zneužívateľov, ale aj dopady na osobnosť ženy, zažívajúcej násilie. Je nutné uviesť základné mechanizmy (napr. izolácia –skreslené vnímanie reality - obmedzovanie – ponížovanie - vynucovanie triviálnych úkonov – vyhrážky - demonštrovanie moci - občasné prejavy náklonnosti). Využitie vzorcov násilia na upevnenie moci zneužívateľa nad ženou, rodinou. V snahe zabezpečiť prežitie a vyhnúť sa drastickému násiliu si ženy vyvinú množstvo stratégií, zameraných na vyvolanie zmeny situácie.

Násilie páchané na ženách má široký spoločenský kontext, v mnohých krajinách je násilie na žene akceptované, tolerované. Účastníckam a účastníkoch chceme priblížiť rôzne pohľady, na kultúralne, štrukturálne rozdiely v prístupoch eliminácie násilia.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia); príklady praxe, prehrávanie filmu (30 minút) diskusia

odporúčané vedenie aktivity: hra sochanie

MODUL B: Dôsledky NPNŽ – situácia žien a detí
--

Ciele:

- Objasniť účastníčkam a účastníkom jednotlivé signálov, ktoré je nutné rozpoznať pri identifikácii NPNŽ
- Rozšíriť vedomosti o možných symptómoch, poruchách ako dôsledkoch násilia.
- Objasniť dopad násilie z psychického a fyzického aspektu
- Objasniť dopad NPNŽ na deti, ktoré zažívajú násilie v rodine.

Časová dotácia: 90 minút

Obsah témy:

Zameranie daného bloku sa bude orientovať na oboznámenie účastníčok a účastníkov tréningu na dopad násilia (napr. psychický, zdravotný ...), jeho následky fatálne a nefatálne. Poukážeme na znaky, ktoré môžu viesť k identifikácii násilia i na stratégie správania sa žien, ktoré zažívajú násilie v intímnych vzťahoch.

Zároveň chceme poukázať aj na deti, ktoré žijú v rodine z násilím. Odborná verejnosť poukazuje na deti, ako primárne obeť NPNŽ a deti ako sekundárne obeť NPNŽ. Priblížime situáciu detí, dopad násilia na ne.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia; príklady praxe

odporúčané vedenie aktivity: flipchart, texty

MODUL B: Ciele, princípy a východiská účinnej intervencie
--

Ciele:

- Objasniť spôsoby účinnej intervencie.
- Zamerať sa na možnosti pomoci pre ženy zažívajúce násilie z pohľadu pomáhajúcich profesií
- Objasniť princípy a východiská účinnej intervencie

Časová dotácia: 90 minút

Obsah témy:

Život v násilníckom vzťahu býva často spojený s dlhoročným mlčaním a zatajovaním. Ak sa osoby zažívajúce násilia konečne rozhodnú prelomiť mlčanie a hovoriť o prežitom násilí, znamená to prvý krok k novej zmene situácie. Keď sa rozhodnú konať, naliehavo potrebujú praktickú pomoc. V tejto časti tréningu sa zameriame na ciele, princípy a východiská účinnej intervencie z pohľadu rôznych profesií. Tým, že na Slovensku neexistujú špecializované tímy (medzisektorová spolupráca, intervenčné tímy, multidisciplinárne tímy) na pomoc ženám, zažívajúcim násilie.

Zameriame sa na spôsoby intervencie, účinnosť, efektívnosť. so zvýšeným dôrazom na bezpečnosť ženy, ktorej pomáhame.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia; príklady praxe

odporúčané vedenie aktivity: flipchart, fixy.

- **MODUL B: Stratégie zneužívateľov. Odhad nebezpečenstva. Bezpečnostný plán.**
Distribúcia na ďalšie zdroje podpory a ochrany

Ciele:

- Odhaliť stratégie zneužívateľov.
- Objasniť príčiny vytvárania bezpečnostných plánov, odhadov nebezpečenstva pre ženy zažívajúce násilie.
- Priblížime stratégie zneužívateľov na maskovanie násilia
- Sprostredkovanie kontaktov na špecializované pomáhajúce organizácie, MVO pre možnosť ďalšej distribúcie.

- Vysvetlenie významu multidisciplinárnej spolupráce.

Časová dotácia: 90 minút

Obsah témy:

V danom bloku sa budeme zaoberať stratégiami zneužívateľov, bagatelizáciou, a popieraním násilia z ich strany. Naučíme sa identifikovať takéto správanie. Tento modul vyvoláva u účastníkov zvýšenú tenziu, preto potreba veľmi opatrne voliť aktivity.

Zosumarizujeme základné body pre vytvorenie bezpečnostného plánu, zváženie a vyhodnotenie možných rizík (čo treba zvážiť pri tvorbe bezpečnostného plánu, možnosti právnej ochrane, bezpečné bývanie ...)

Pre budúce trénerky a trénerov je dôležité, aby mali k dispozícii aktuálny zoznam špecializovaných MVO, ktoré poskytujú pomoc ženám zažívajúcim násilie. Aby mohli v prípade potreby distribuovať ženu na poradne, bezpečné ženské domy, národnú linku. Zameriame sa význam multidisciplinárnej spolupráce, budovaní záchranných sietí, medzisektorovej spolupráce.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia; príklady praxe

odporúčané vedenie aktivity: rolové hry

M O D U L C : Základné trénerské zručnosti

Modul C, Téma: Cieľtréningu, príprava tréningu

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov s procesom tvorby tréningu (analýza potrieb, stanovenie cieľov, sociálny kontext, „šitie tréningu na mieru“)
- Poskytnúť informácie o spôsobe vytvárania obsahu tréningu a manažmentu tréningu;
- Zvýšiť zručnosti/schopnosti na zostavenie tréningu prostredníctvom participatívnych techník
- Špeciálnu pozornosť venovať príprave textov a doplnkových materiálov
- Určiť optimálny počet účastníkov a účastníčok

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor;

Obsah témy:

Úspešnosť každého tréningu v praxi závisí od množstva faktorov, napríklad od postojov a vedomostí budúcich účastníčok a účastníkov, od typu „zákazky“, ktorú sme ako trénerský tím dostali, načasovania, priestoru a podobne. Každý tréning má väčšiu šancu na úspech ak ho dôkladne naplánujeme a zvážime všetky faktory a vplyvy. Z toho vyplýva, že na každý tréning sa potrebujeme pripraviť (odhaduje sa, že čas na prípravu by mal byť dvojnásobok trvania tréningu). Potrebujeme nielen určiť cieľ tréningu, zistiť špecifické potreby ľudí/skupiny, ale si vyčleniť čas aj prípravu tréningových materiálov. Taktiež potrebuje vytipovať vhodné metodiky a určiť obsahovú náplň. K výberu metodík by sme však mali pristúpiť až po detailnej analýze cieľov a vzdelávacích potrieb cieľovej skupiny. Jedným z dôležitých krokov je zistiť čo najviac o potrebách a očakávaniach účastníčok a účastníkov, čo výrazne prispeje ku kvalitnejšiemu nastaveniu programu tréningu. Zloženie skupiny totiž výrazne ovplyvní skupinovú dynamiku. Jedným z užitočných nástrojov na plánovanie tréningov je Metóda siedmych krokov (podľa S. Williams), ktorý vychádza z siedmych jednoduchých opytovacích slov: Prečo? Kto? Kedy? Kde? NA čo? Čo? Ako?, na ktoré potrebujeme nájsť odpovede.

Podľa našich skúseností odporúčame mať v tréningu minimálne 6-8 ľudí maximálna veľkosť skupiny by mala byť nie viac ako 20 ľudí. Je nutné zachovať možnosť zúčastnených aktívne sa zapájať do aktivít a diskusií

Celkový cieľ tréningu predstavuje jeho základne nastavenie a je potrebné ho definovať jasne a zrozumiteľne, realisticky. Cieľ tréningu musí byť v súlade s obsahom tréningu.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, brainstorming, zážitkové učenie;

odporúčané vedenie aktivity: učenie sa praxou (napr. zadáte účastníkom a účastníčkam čo všetko by zvažovali pri príprave konkrétneho tréningu, prípadne ako by zostavili dotazník na analýzu potrieb cieľovej skupiny).

Modul C, Téma: Tvorba štruktúry tréningu

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov s procesom tvorby štruktúry tréningu (úvod, obsah tréningu - jednotlivé témy/bloky, uzatváranie tréningu, evalvácia ; časový manažment : časové dotácie na témy, prestávky, medzi tréningové obdobie);
- Poskytnúť odporúčania pre kvalitné dizajnovanie tréningu;
- Nácvik tvorby vedenia úvodných a zahrievacích techník ;

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor;

Obsah témy:

Najčastejšie používaná štruktúra tréningov je zostavená z úvodu, jednotlivých tematických blokov, záveru a evalvácie. V úvode tréningu by sme sa mali zamerať na predstavenie účastníkov a účastníčok ako aj trénerského tímu, vytvorenie pravidiel, ktoré budeme spoločne dodržiavať a mapovanie očakávaní. Na začiatku tréningu zväčša zaraďujeme tzv. úvodné alebo zoznamovacie či zahrievacie

typy techník. Ich cieľom je ľudí uvoľniť, spoznať sa navzájom trochu bližšie. Pomáhajú ľuďom eliminovať ich obavy hovoriť nahlas pred skupinou, povzbudiť k aktívnemu zapájaniu sa do tréningového procesu.

Samotný obsah tréningu pozostáva z jednotlivých tematických okruhov, pričom pri ich stanovení vychádzame z cieľov, ktoré sme určili na základe analýzy vzdelávacích potrieb. Podľa Ondruška (2005) „ Tréningový program má istú dramaturgiu, inokedy sa hodí viac induktívny postup – postupovanie od detailov k celku, od jednotlivosti k všeobecnému, inokedy je viac deduktívny – teda od všeobecných poznatkov k špecifikám k detailom a individuálnosti, často ich kombinujeme“.

Súčasťou štruktúry tréningu je aj záver a evalvácia (spätná väzba), ktoré by sme nemali podceňiť. Evalváciu môžeme realizovať aj priebežne počas tréningu, tak aby sme mohli zhodnotiť jednotlivé fázy tréningu, overiť si tenziu skupiny či mieru pokroku v edukácii, pomôže nám prípadne upraviť ďalšie nastavenie tréningu.

Čo sa týka časového manažmentu, je potrebné dizajnoviť tréning tak, aby sa striedali bloky s prestávkami a aktivity s teoretickými vstupmi.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, zážitkové učenie, spätná väzba;

odporúčané vedenie aktivity: učenie sa praxou (napr. zadáte účastníkom a účastníčkam, aby vymysleli a predviedli nejakú zahrievaciu techniku).

Modul C, Téma: Vedenie tréningu
--

(úloha trénerov/tréneriek- partnerský prístup, aktívne počúvanie), dynamika skupiny

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov s procesom vedenia tréningu. Sprostredkovanie vedomostí o skupinovej dynamike, a jednotlivých fáz vývoja skupinového procesu, poskytnúť odporúčania na prácu so skupinovou dynamikou, efektívne vedenie tréningovej skupiny.
- Orientovať účastníkov s účastníčky v dostupných materiáloch na podporu vedomostí ku skupinovej dynamike.
- Nácvik aktívneho počúvania a spätná väzba.

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, dataprojektor;

Obsah témy:

Tréneri a trénerky by mali rozumieť procesom vedenia skupiny/skupín, byť pripravené efektívne a citlivo komunikovať s účastníkmi a účastníčkami. Rovnako dôležité je byť citlivo nastavená/nastavený na potreby skupiny, a tomu, čo sa v skupine odohráva. Tréneri a trénerky by mali mať potrebné zručnosti aj na zvládanie či predchádzanie záťažových alebo konfliktných situácií. Jednou z dôležitých techník práce so skupinou je aktívne počúvanie - ľudia rešpektujú človeka omnoho viac, keď ich aktívne počúva. Aktívne počúvať je taký spôsob reagovania na komunikačného partnera, pri ktorom sa snažíme čo najpresnejšie pochopiť to, čo nám hovorí. Zároveň to znamená dávať spätnú väzbu (dať najavo, že ho vnímame). Aktívne počúvanie by sa malo prejavovať tým, že: pozorne sledujeme komunikujúcich; povzbudzujeme ho; udržiavame vizuálny kontakt; neverbálne dávame najavo svoj záujem; parafrázujeme slová (napr. zhrnieme záver, verifikujeme, či sme dobre rozumeli), kladieme doplňujúce otázky.

Skupinové dianie zásadne ovplyvňuje skupinovú dynamiku (všetky javy a interakcie, ktoré na tréningu prebiehajú). Cieľom tohto tréningového bloku je preto vysvetliť účastníčkam a účastníkom procesy skupinovej dynamiky, fázy skupinového vývinu, tenziu a kohéziu, roly, ktoré si osvojujú účastníci a účastníčky.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, zážitkové učenie, brainstorming, sochovanie.

• MODUL C, Téma: Typy tréningových metód/techník/aktivít

•

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov z rôznymi tréningovými metódami a metodikami (typy aktivít) Priblíženie najčastejšie využívaných techník napr. participatívne techniky, brainstorming, práca v skupinách, diskusné postupy, simulácie, rolové hry, zážitkové hry, aktivity zamerané na opakovanie tém.
- Priblíženie výberu vhodných techník na základe situácie v skupine, osobnosti trénerky/trénera a ďalších faktorov.
- Nácvik supervíznej, skupinovej techniky bálintovský prístup.

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, papier, perá

Obsah témy:

Cieľom tohto bloku je predstaviť účastníčkam a účastníkom jednotlivé metódy a techniky, ktoré môžu využívať pre tréningoch v rôznych jeho fázach. Existuje množstvo delení tréningových metód a metodík, avšak viac ako ich zaradzovanie do kategórií je dôležité vedieť, čo môžeme danou metódou dosiahnuť. Podľa Williams „tréningové techniky v zásade delíme na dve skupiny – otvorené a zatvorené. Otvorené techniky podnecujú tvorivosť, pomáhajú zvyšovať povedomie a charakterizuje ich to, že nemajú dopredu stanovený výsledok. Zatvorené techniky sú užitočné, ak potrebujeme dosiahnuť dopredu stanovený výsledok“. Učenie a nadobúdanie zručností je najefektívnejšie, ak používame čo najpraktickejšie formy a metódy. Hry sú vhodné najmä na zvyšovanie povedomia. Iným príkladom delenia techník je delenie na diskusné postupy, dramatizačné postupy a simulácie, zážitkové hry a učenie sa praxou (pozri viac Ondrušek, 2015, PDCS).

Účastníčky a účastníci by sa mali naučiť, že techniky vyberáme cielene a mali by odzrkadľovať ciele, obsah, typ účastníkov a účastníčok a štýl práce trénerského tímu.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, zážitkové učenie, odskúšanie bálintovej metódy.

• MODUL C, Téma: Špecifiká vedenia tréningu v téme NPNŽ
--

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov so špecifikami vedenia rodového tréningu v oblasti násilia páchaného na ženách (postoje k témam, východiská, hodnoty) a so špecifikami skupinovej dynamiky rodových tréningov;
- Sprostredkovať odporúčania pre vedenie tréningu a poskytnutie individuálnej konzultácie v prípade, ak je v tréningovej skupine žena/ženy, ktoré zažili alebo zažívajú násilie;
- Sprostredkovať odporúčania pre vedenie tréningu v prípade, ak je v tréningovej skupine muž, ktorý pácha násilie (napr. na svojej partnerke);
- Nácvik uvedených špecifik a problémových situácií;

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, papier, perá;

Obsah témy:

Pre realizovaní rodového tréningu v oblasti násilia páchaného na ženách by mali účastníci a účastníčky vzdelávania vedieť, že ide vždy o veľmi ťažkú a citlivú tému. Obdobne ako pri iných antidiskriminačných a ľudsko-právnych tréningoch je podstatný osobný prístup a jasný postoj k téme. Ľudia, ktorí chcú trénovať v tejto oblasti by mali mať znútornené základné princípy ako je nulová tolerancia k násiliu na ženách, k akýmkoľvek formám diskriminácie a k rodovej nerovnosti. Zároveň by mali mať dostatočné rodové kompetencie, aby vedeli vysvetliť rodovú podmienenosť násilia a z nej sa odvíjajúce štrukturálne chápanie príčin. Bez toho nie je možné viesť úspešný tréning v tejto oblasti, keďže na tréningu často dochádza k spochybňovaniu základných ľudsko-právnych a rodových východísk. V tejto časti sa tréning zameriava na zvládanie záťažových tréningových situácií súvisiacich napr. s predsudkami, prípadne odporom skupiny (alebo jednotlivcov) voči rodovej téme ako aj voči samotnej téme násilia páchaného na ženách.

Zameriame sa tiež na zvládanie situácií ako je prítomnosť ženy/žien na ktorej je páchané násilie alebo naopak, zneužívateľa.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, zážitkové učenie, rolové hry.

Príklad vedenia aktivity:

nácvik trénerskej roly v prípade prítomnosti ženy zažívajúcej násilie.

• MODUL C, Téma: Práca s konfliktami a problémovými situáciami

Ciele:

- Oboznámiť účastníčky a účastníkov s témou konfliktných situácií (analýza konfliktov, porozumenie konfliktom)

- Sprostredkovať informácie a odporúčania nápomocné k transformácii konfliktov;
- Nácvik riešenia konfliktných situácií;

Časová dotácia: 90 minút;

Pomôcky: Fixky, flipchart, papier, perá;

Obsah témy:

Zámerom tejto časti je podrobnejšie sa zamerať na tému konfliktov počas tréningového a na spôsob práce s konfliktami. Účastníčky a účastníci by si mali osvojiť, že konflikt v skupinách je normálny a takmer nevyhnutný. Môže vzniknúť na každom tréningu, zvlášť na rodovom tréningu, kde sa implicitne očakáva (na základe vedomostí o štrukturálnej úrovni rodových nerovností), že účastníci a účastníčky môžu reagovať odmietavo alebo pochybovačne. V čase, kedy skupina prechádza tréningom a smeruje k dosiahnutiu svojho cieľa, často dochádza k stretom jednotlivých osobností v skupine. Zvyčajne konflikty vznikajú okolo nejakého problému, otázky, témy: spochybňujú sa existujúce údaje a výskumné dáta, spochybňujú sa základné východiská témy na základe osobnej skúsenosti („tak to nemôže byť, ja som to zažil/zažila inak“), prenáša sa zodpovednosť za násilie na samotné ženy a podobne.

V rámci tejto témy je preto potrebné sa zamerať na efektívne a konštruktívne zvládanie konfliktných situácií.

Aktivity/ metódy vedenia:

prednáška (prezentácia), diskusia, zážitkové učenie, rolové hry.

Príklad vedenia aktivity:

Nácvik zvládania konkrétnej konfliktnej situácie .

Odporúčaná študijná literatúra.

V tejto časti prinášame prehľad odporúčanej študijnej literatúry pre účastníčky a účastníkov tréningov.

Bodnárová, Bernardína; Filadelfiová, Jarmila; Holubová, Barbora: *Reprezentatívny výskum výskytu a skúseností žien s násilím páchanom na ženách na Slovensku*, Inštitút pre výskum práce a rodiny,

Bratislava, 2008, Objedávateľ: MPSVR SR, Odbor pre rodovú rovnosť a rovnosť príležitostí v spolupráci s UNIFEM Slovakia. Dostupné na adrese:

http://www.sspr.gov.sk/IVPR/images/IVPR/vyskum/2008/Holubova/Reprezentativny_vyskum_vyskytu_a_skusenosti_zien_s_nasilim_pachanom_na_zenach_%282008%29.pdf

Cviková, J., Juráňová J.(ed.): Ružový a modrý svet. Aspekt, Bratislava 2003. Online portál [http://www.ruzovymodrysvet.sk/sk/hlavne-menu/citaren/ruzovy-a-modry-svet-\(cd-rom\)/ruzovy-a-modry-svet](http://www.ruzovymodrysvet.sk/sk/hlavne-menu/citaren/ruzovy-a-modry-svet-(cd-rom)/ruzovy-a-modry-svet)

Cviková, J: *Ako používať rodovo vyvážený jazyk Možnosti, otázky, príklady*, Centrum vzdelávania MPSVR SR, Bratislava, 2014.

HERMAN, J. L.: *Trauma a uzdravenie. Násilie a jeho následky – od týrania v súkromí po politický teror*. Bratislava : Aspekt – Pro Familia, 2001.

KICZKOVÁ, Zuzana – SZAPUOVÁ Marianna (eds.): *Rodové štúdiá: Súčasné diskusie, problémy a perspektívy*, Bratislava : Univerzita Komenského, 2011.

Logar, R. a kol.: *Mosty k pomoci – Od dobrého úmyslu k dobrej spolupráci. Manuál na účinnú spoluprácu medzi inštitúciami pri riešení problematiky domáceho násilia.*, Fenestra, 2007.

Mesochoritisová, Adriana: *Problém násilia páchané na ženách : teoretické východiská*, IN: Kiczková, Szapuová (eds.): *Rodové štúdiá: Súčasné diskusie, problémy a perspektívy*, Univerzita Komenského, Bratislava, 2011.

Mesochoritisová, Adriana: *Násilie páchané na ženách v intímnych vzťahoch* IN: Kiczková, Szapuová (eds.): *Rodové štúdiá :Súčasné diskusie, problémy a perspektívy*, Univerzita Komenského, Bratislava, 2011, s. 449 - 470.

Piata žena: Aspekty násilia páchaného na ženách. Editorky: Jana Cviková, Jana Juráňová.ZZZ Aspekt, Bratislava, 2002.

Časopis Aspekt 3/1998 - *Násilie I* & č. 1/1999 - *Násilie II*. Editorky: Jana Cviková, Jana Juráňová. 2002.
Dostupné v knižnici ZZŽ Aspekt

Stiegler B. 2002. *Ako uplatňovať rodové hľadisko*. Aspekt, 2002 . Dostupné na internete:
http://archiv.aspekt.sk/download/ako_uplatnovat_rodove_hladisko.pdf

Pietruchová, O., Mesochoritsová, A. 2007. Rodová rovnosť v organizácii. Možnosť voľby, 2007.
Dostupné na internete http://www.rodicovstvo.sk/gender/rodova_rovnost_v_organizacii.pdf

Brožúra *Konať proti násiliu na ženách* (2. vydanie) Dostupná v pdf na adrese
<http://www.aspekt.sk/content/knizna-edicia/konat-proti-nasiliu-na-zenach-2-vydanie>

Dokumenty:

Deklarácia OSN o odstránení násilia páchaného na ženách, 1993, In: *Násilie I.*, Aspekt, č. 3, 1998, s.161 – 163.

Dohovor Rady Európy o predchádzaní násiliu voči ženám a domácejmu násiliu a o boji proti nemu.
Istanbul, 11.5.2010. Materiál na rokovanie Vlády SR 4.5.2011. UV-13122/2011.

Dohovor o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien. Vyhláška MZV ČSSR č.62/1987 Zb. z 13. mája 1987 o prijatí Dohovoru o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien;

Opčný protokol k Dohovoru o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien, Zbierka zákonov č. 343/2001.

Odporúčanie Rec (2002)5 Výboru ministrov členských štátov Rady Európy o ochrane žien proti násiliu.
Všeobecné odporúčanie č. 19 Výboru pre odstránenie všetkých foriem diskriminácie žien, 11. zasadnutie, 1992).

K modulu C:

Ondrušek, D. – Labáth, V.: *Tréning? Tréning*. Bratislava: PDCS, 2007.

Smitková, H., Franecková, K., Jablonická-Zezulová, J.: *Konfliktné situácie v tréningových programoch a skupinovú dynamiku* in Mesochoritsová, A. (ed.), Jablonická – Zezulová, J. (ed.): *Štandardy kvality rodového vzdelávania – východiská a výzvy*, Centrum vzdelávania MPSVR SR, Bratislava, 2014.

Použitá literatúra:

Cviková, J.: *Ako používať rodovo vyvážený jazyk Možnosti, otázky, príklady*, Centrum vzdelávania MPSVR SR, Bratislava, 2014.

Dáta o ľudských právach rómskych žien, Občianske združenie Kultúrne združenie Rómov Slovenska, 2010.

Jojárt, P., Mesochoritsová, A.: *Tréningový manuál pre rodový tréning s dôrazom na Istanbulský dohovor*, Možnosť voľby, 2015.

Mesochoritsová, Adriana: *Problém násilia páchané na ženách : teoretické východiská*, IN: Kiczková, Szapuová (eds.): *Rodové štúdiá: Súčasné diskusie, problémy a perspektívy*, Univerzita Komenského, Bratislava, 2011.

ONDRUŠEK, D. – LABÁTH, V.: *Tréning? Tréning*. Bratislava: PDCS, 2007.

Smitková, H., Franecková, K., Jablonická-Zezulová, J.: *Konfliktné situácie v tréningových programoch a skupinovú dynamiku* in Mesochoritsová, A. (ed.), Jablonická – Zezulová, J. (ed.): *Štandardy kvality rodového vzdelávania – východiská a výzvy*, Centrum vzdelávania MPSVR SR, Bratislava, 2014.

WILLIAMS, S.: *Oxfam Gender training Manual*, Oxfam, Ireland, 1994.