



PROUD AMBASSADORS

VODNIK ZA TRENERJE

Vsebina

Lekcija 1	7
Lekcija 2	13
Lekcija 3	20
Lekcija 4	30
Lekcija 5	36
Lekcija 6	41
Lekcija 7	45
Lekcija 8	51
Viri / Literatura	57
Modul 1 – Razumevanje LGBTQIA+ identitet in terminologije	61
1.1 Vaja 1: Povezovanje identitet in definicij (povezovanje glavnih izrazov z definicijami)	61
1.2 Vaja 2: Preverjanje jezika (prepoznavanje vključujočih in zastarelih izrazov)	62
1.3 Vaja 3: Vaja z zaimki (verzija z vprašanji izbirnega tipa)	63
1.4 Vaja 4: Pravilno ali napačno	64
1.5 Vaja 5: Kviz »Mit ali dejstvo«	66
Modul 2: »Prepoznavanje in nudenje podpore ob izkušnjah nesprejemanja pri LGBTQIA+ mladih«	68
2.1 Prepoznavaj nesprejemanje	68
2.2. Kviz: Pregled stanja v EU	68
2.3 Igra vlog: Odzivanje na razkritje	70
2.4 Orodje za institucionalno refleksijo	71
Modul 3: Duševno zdravje – ocenjevanje in tehnike za krepitev odpornosti	73
3.1 Vaja: Vprašanje izbirnega tipa	73
3.2 Vaja: Izberi in poveži	73
3.3 Vaja: Preprečevanje samomora: pravilno ali napačno	74
3.4 Vaja: Osebna zgodba (upanje in okrevanje) – primer študije primera	74
Modul 4: Vključujoča komunikacija in veščine neobsojajočega jezika	76
4.1 Vaja 1: Izrazi v vključujoči komunikaciji (vaja povezovanja)	76
4.2 Vaja 2: Pravilno ali napačno	76
4.3 Vaja 3: Vključujoče ali ne?	77
4.4 Vaja 4: Izberi pravi odgovor (vprašanja izbirnega tipa)	77

4.5 Vaja 5: Izberi pravilno besedo	78
Modul 5: Ustvarjanje vključujočih in LGBTQIA+ prijaznih delovnih okolij	81
5.1 Vaja: Kviz z vprašanji izbirnega tipa	81
5.2 Vaja: Kviz z vprašanji izbirnega tipa	83
5.3 Vaja Vprašanja izbirnega tipa (10 vprašanj)	86
5.4 Vaja - Poveži	89
5.5 Vaja	90
5.6 Vaja (dodatna vaja)	91
Modul 6: Pravni okviri in pravice LGBTQIA+ mladih	92
6.1 Vaja: Pravilno ali napačno	92
6.2 Vaja: Vprašanja izbirnega tipa	93
6.3 Vaja: Vprašanja izbirnega tipa	96
6.4 Vaja: Izberi in poveži!	99
6.5 Vaja: Vaja povezovanja z uporabo spustnih menijev	101
6.6 Vaja (dodatna vaja)	102
Modul 7. Ustvarjanje varnih in vključujočih prostorov za LGBTQIA+ mlade	103
7.1 Reflektivna vaja – razmisli in zapiši	103
7.2 Praktična vaja, razmisli in zapiši.	103
7.3 Praktična vaja, reflektivna vprašanja.	103
7.4 Reflektivna vaja, norme v tvojem okolju.	104
7.5 Praktična vaja: Razmisli pri sebi	105
7.6 Praktična vaja: Metoda rdeče luči – vodič za samostojno refleksijo	105
7.7 Razmisli pri sebi:	106
7.8 Praktična vaja, zaključni kviz.	107
Modul 8: Praktična orodja in inovativne metode usposabljanja za podporo LGBTQIA+ mladim	108
8.1 Mikro-vaja: Aktivno poslušanje za mladinske delavce	108
8.2 Skrivna risba	108
8.3. Skupinski krog: Skupna prisotnost	109
8.4. Uporaba jezika, ki podpira avtonomijo:	109
8.5. Praksa popravljanja komunikacije	110

Sofinancira Evropska unija. Izražena stališča in mnenja so zgolj stališča in mnenja avtorja(-ev) in ni nujno, da odražajo stališča in mnenja Evropske unije ali Nacionalne agencije. Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti organ, ki dodeli sredstva.

Uvod

Pričujoči dokument z naslovom *Priročnik za izvajalce usposabljanja Proud Ambassadors* dopolnjuje priročnik *Proud Ambassadors*, ki ga je konzorcij razvil v okviru Erasmus+ projekta *Support of the Inclusion and Reporting of LGBTQIA+ Youth and their Mental Well-being in Europe – Proud Ambassadors*. Priročnik za izvajalce je zasnovan kot praktični vodnik za podporo trenerjem, mladinskim delavcem, pedagogom in facilitatorjem, ki bodo izvajali program usposabljanja, razvit v okviru projekta.

Partnerji Erasmus+ projekta *Proud Ambassadors* so združili moči pri pripravi tega priročnika za izvajalce usposabljanja, ki služi kot strukturiran vodnik za izvajanje programa *Proud Ambassadors*. Facilitatorjem ponuja pedagoške usmeritve, metodološka orodja in praktične aktivnosti, ki pomagajo teoretične vsebine učnega programa prenesti v interaktivne učne izkušnje. Namen priročnika je podpreti izvajalce pri učinkovitem izvajanju usposabljanj ter hkrati spodbujati vključujoča, spoštljiva in podporna okolja za udeležence.

Kot del razvoja učnega programa *Proud Ambassadors* priročnik deluje kot dopolnilni vir k priročniku in digitalnim učnim gradivom, razvitim v okviru projekta. Vsebuje podrobne učne priprave, smernice za izvajalce in praktične vaje, ki podpirajo učne cilje programa. Priročnik je zasnovan tako, da pomaga izvajalcem pri vodenju razprav, usmerjanju refleksije ter uporabi participativnih metod učenja, ki spodbujajo aktivno sodelovanje in kritično razmišljanje udeležencev.

Program usposabljanja se osredotoča na krepitev kompetenc mladinskih delavcev in drugih strokovnih delavcev, ki delajo z mladimi, še posebej tistih, ki podpirajo LGBTQIA+ mlade. Skozi serijo strukturiranih modulov program obravnava ključne teme, kot so LGBTQIA+ identitete in terminologija, izkušnje nesprejemanja in diskriminacije, duševno zdravje in odpornost, vključujoča komunikacija, vključevanje na delovnem mestu, pravni okviri in pravice, varni in vključujoči prostori ter praktična orodja za zagotavljanje empatične in travma-informirane podpore.

Ta priročnik vsebuje:

- podrobne učne priprave za izvajalce, vključno s teoretičnim ozadjem in pedagoškimi smernicami;
- predlagane metodologije in facilitacijske usmeritve za izvajanje participativnih usposabljanj;
- praktične vaje in aktivnosti, namenjene podpori učenja in spodbujanju refleksije;
- vire ter vaje z rešitvami, ki izvajalcem pomagajo pri vrednotenju učnih izidov.

Lekcija 1

Cilji in namen

Modul 1: Razumevanje LGBTQIA+ identitet in terminologije

Povzetek ciljev in namenov modula

Cilj modula je mladinske delavce, pedagoge in trenerje opremiti s temeljnim znanjem in praktičnimi orodji za razumevanje, spoštovanje in uporabo vključujoče LGBTQIA+ terminologije pri njihovem vsakodnevnem delu.

Modul želi okrepiti kompetence udeležencev pri ustvarjanju varnih in vključujočih prostorov za vse mlade preko natančne in spoštljive komunikacije ter razumevanja interseksionalnosti.

Ta modul udeležence opolnomoča za izzivanje stereotipov, zamenjavo zastarelega jezika in modeliranje vključujočih praks, ki spodbujajo pripadnost in duševno zdravje.

Modul bo predstavil praktična orodja in znanje za:

- opredelitev glavnih LGBTQIA+ izrazov,
- uporabo vključujočega jezika,
- analizo interseksionalnih izkušenj,
- sodelovanje v reflektivnih vajah, ki spodbujajo empatijo, spoštovanje in enakost v mladinskem delu.

Teme modula

1. Spekter LGBTQIA+ identitet
2. Vključujoč jezik in spoštljiva komunikacija
3. Interseksionalnost in življenjske izkušnje

Splošna priprava

Izvajalci naj pripravijo PowerPoint predstavitev s povzetki ključnih izrazov in definicij, razdelijo gradiva za aktivnosti povezovanja pojmov in kvize ter

zagotovijo dostop do digitalnih orodij (npr. anket, skupnih dokumentov) za spletno izvedbo.

Udeležence je treba seznaniti s skupinskimi pravili, ki poudarjajo spoštovanje, zaupnost in odprtost. Spodbujajte aktivno sodelovanje, postavljanje vprašanj in reflektivno razpravo.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa):

Udeleženci, ki se vključujejo v ta modul, naj imajo osnovno razumevanje načel raznolikosti, enakosti in vključevanja v mladinskem delu. Predhodna specializirana znanja s področja LGBTQIA+ tematik niso potrebna, pomembni pa so odprtost za reflektivno prakso ter spoštljiva komunikacija.

Trajanje lekcije/modula:

3 ure

Teoretične opombe	Smernice za izvajalce usposabljanja: teorija, razlaga in uporaba
	Teoretični del naj bo osredotočen na krepitev razumevanja, ozaveščenosti in samozavesti udeležencev pri uporabi vključujočega jezika in konceptov, povezanih z LGBTQIA+ identitetami. Začnite s kratkim pregledom ključnih izrazov (LGBTQIA+, lezbijka, gej, biseksualna oseba, transspolna oseba, nebinarna oseba, interpolna oseba, asekualna oseba, kvir oseba, panseksualna oseba) ter uporabite jasne definicije iz uradnih virov, kot sta GLAAD (2023) in ILGA World (2023). Spodbujajte udeležence k postavljanju vprašanj in deljenju predhodnega znanja ter spoštljivo pojasnjujte pogoste napačne predstave. Nato predstavite pomen vključujoče in podporne komunikacije v mladinskem delu. Uporabite primere iz vsakdanjega življenja in kratke študije primerov, ki pokažejo, kako jezik vpliva na občutek pripadnosti, duševno zdravje in samopodobo. Poudarite pomen zamenjave zastarelih ali stigmatizirajočih izrazov (npr. »spolna preferenca«) z vključujočimi

alternativami (npr. »spolna usmerjenost«) ter v praksi pokažite uporabo spolno nevtralnih nagovorov.

Predstavite koncept intersekcionalnosti (Crenshaw, 1989) z razpravo o tem, kako različne identitete — na primer spol, etnična pripadnost, invalidnost ali migrantsko ozadje — oblikujejo izkušnje vključevanja ali diskriminacije. Uporabite preproste primere (npr. transspolna mlada oseba z begunsko izkušnjo), da pokažete, kako prekrivajoči se dejavniki vplivajo na potrebe po podpori.

Skozi celotno srečanje uporabljajte facilitacijski pristop: postavljajte odprta vprašanja (npr. »Kako bi se to lahko pokazalo pri vašem vsakodnevnem delu?«), spodbujajte refleksijo ter povezujte teorijo s profesionalnimi izkušnjami udeležencev.

Teoretični del zaključite s kratkim povzetkom glavne terminologije, vključujočega jezika in intersekcionalnosti ter vsako temo neposredno povežite z vajami, ki sledijo.

Št.	Učni izidi
1	Udeleženci znajo opredeliti in natančno razložiti osnovno LGBTQIA+ terminologijo.
2	Udeleženci uporabljajo vključujoč in afirmativen jezik v kontekstu mladinskega dela.
3	Udeleženci prepoznajo intersekcionalne dejavnike, ki vplivajo na izkušnje LGBTQIA+ mladih.
4	Udeleženci razlikujejo med »vključujočim« in »zastarelim« jezikom ter prepoznajo stereotipe.
5	Udeleženci izkazujejo razumevanje skozi reflektivne in praktične vaje.

Načrtovanje

Št.	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 2 uri
1	Spekter LGBTQIA+ identitet	Opredeliti in opisati glavne izraze ter razumeti raznolikost identitet.	40
2	Vključujoč jezik in spoštljiva komunikacija	Uporabljati vključujočo terminologijo ter prepoznati podporne prakse.	40
3	Intersekcionalnost in življenjske izkušnje	Prepoznati prekrivajoče se identitete in prilagoditi vključujoče pristope.	40

Načrtovanje vaj

Št*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 50 minut
1	Povezovanje pojmov	Krepitev razumevanja terminologije	10 min
2	Preverjanje jezika (zastareli/vključujoči izrazi)	Prepoznavanje razlik med zastarelimi in vključujočimi izrazi	10 min
3	Vaja z zaimki (vprašanja z več možnimi odgovori)	Vadba vključujočega predstavljanja in uporabe zaimkov	10 min
4	Pravilno ali napačno (intersekcionalnost)	Vrednotenje razumevanja intersekcionalnosti	10 min
5	Kviz: mit ali dejstvo	Razjasnjevanje napačnih predstav s pomočjo dejstev	10 min

Vrednotenje učinka modula

Vrednotenje učinka tega modula bo potekalo s pomočjo evalvacijskih obrazcev skozi celoten učni proces. Razumevanje udeležencev bo preverjano

s kratkimi kvizi, aktivnostmi pravilno/napačno ter vprašanji izbirnega tipa, ki preverjajo razumevanje LGBTQIA+ terminologije, vključujočega jezika in interseksionalnosti.

Evalvacijski obrazci bodo udeležence spodbujali k razmisleku o lastnih stališčih, prepoznavanju področij za osebno rast ter povezovanju teorije s prakso. Izvajalci bodo po vsaki aktivnosti podali povratne informacije, podprli pravilno uporabo terminologije in poudarili strategije vključujoče komunikacije.

Sodelovanje v razpravah ter uporaba konceptov v vajah, temelječih na scenarijih, bosta pomagali pri ocenjevanju tako pridobljenega znanja kot tudi praktične pripravljenosti za delo.

Srečanje se bo zaključilo s skupno refleksijo in povzetkom ključnih spoznanj, kot so pomen vključujočega jezika, razumevanje interseksionalnosti ter vloga mladinskega delavca pri ustvarjanju vključujočih in podpornih okolij.

Lekcija 2

Cilji in namen

Modul 2: Prepoznavanje in nudenje podpore ob izkušnjah nesprejemanja LGBTQIA+ mladih

Povzetek ciljev in namenov modula (do 1.000 znakov)

Cilj modula je prepoznati subtilne in odkrite oblike izključevanja ter nesprejemanja, ki vplivajo na LGBTQIA+ mlade, ter se seznaniti z raziskavami in osnovnimi podatki o izkušnjah izključevanja LGBTQIA+ mladih v EU.

Modul želi raziskati razliko med odklonilnimi in podpornimi odzivi ter udeležence naučiti ustreznega in etičnega odzivanja, pri tem pa podpirati mlade brez ustvarjanja predpostavk o njihovi identiteti ali izkušnjah.

Ta modul opolnomoča osebe, ki delajo z mladimi, za spodbujanje institucionalnih sprememb skozi raziskovanje sprememb, ki jih lahko uvedejo na različnih ravneh svojega profesionalnega okolja, z namenom povečanja vključevanja ter ustvarjanja vključujočih in afirmativnih okolij za vse mlade.

Modul bo predstavil praktična orodja in znanja za učenje podpornega odzivanja na poročanja LGBTQIA+ mladih o nesprejemanju, pri tem pa poudarjal pomen izogibanja predpostavkam o njihovih izkušnjah ter uvajanja sprememb, ki zvišujejo raven sprejemanja znotraj organizacij.

Teme modula:

1. Nesprejemanje, toleranca in diskriminacija
2. Intersekcionalnost in zaščitni dejavniki
3. Empirični kazalniki in dokazi o nesprejemanju ter njegovih posledicah

Splošna priprava

Priporočljivo je, da se vaje izvajajo v večjem prostoru, po možnosti z dostopom do velikega zaslona ali projektorja, ter v okolju, kjer lahko udeleženci, razdeljeni v skupine, najdejo nekaj zasebnosti in izvajajo določene aktivnosti ločeno od drugih skupin. Priporočljivo je tudi, da je na voljo naprava oziroma zaslon za projiciranje gradiv.

Za vaji 1 in 3 mora izvajalec vnaprej pripraviti seznam pogostih scenarijev iz mladinskega dela kot delovne liste za skupine ali pa uporabiti resnične scenarije, ki jih udeleženci delijo iz lastnih izkušenj.

Za vaji 4 in 5 morajo imeti udeleženci dostop do pisala in papirja za zapisovanje svojih refleksij in zapiskov.

Kadar delate s strokovnimi delavci, ki imajo resnične izkušnje ali dileme iz prakse, je priporočljivo, da reflektivne vaje temeljijo na konkretnih situacijah, ki jih prinesejo s seboj. Zato je priporočljivo srečanje načrtovati tako, da imajo udeleženci najprej možnost deliti svoje izkušnje in dileme iz prakse.

Kljub temu imejte vedno pripravljene tudi vnaprej pripravljene scenarije za primere, ko udeleženci še nimajo praktičnih izkušenj ali kadar se ne počutijo dovolj varno za deljenje oziroma obravnavo osebnih izkušenj v skupini.

Nekateri udeleženci so lahko občutljivi na obravnavane teme — poskrbite, da imajo možnost vzeti odmor in se pogovoriti z nekom, če med aktivnostmi občutijo nelagodje.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa):

Udeleženci, ki se vključujejo v ta modul, naj imajo osnovno razumevanje človekovih pravic, konceptov raznolikosti in vključevanja ter splošno poznavanje LGBTQIA+ terminologije in izzivov, s katerimi se LGBTQIA+ osebe soočajo v družbenem, izobraževalnem in profesionalnem okolju.

Trajanje lekcije/modula: 2 uri

Teoretične opombe	Glavne točke
	Kontekst: Opreделите nesprejemanje ter pojasnite razliko med nesprejemanjem in toleranco. Ključni poudarki: Pokažite različne vrste nesprejemanja (odkrito, prikrito in strukturno nesprejemanje). Pojasnite, da morajo strokovni delavci do vsake mlade osebe pristopati odprto, radovedno in spoštljivo, postavljati občutljiva vprašanja le, kadar je to potrebno, ter mladim omogočiti, da se sami opredelijo in delijo svoje izkušnje pod lastnimi pogoji. Primeri: Uporabite primere iz Grčije, Švedske, Slovenije in Belgije za prikaz vpliva v resničnem življenju. Vključevanje udeležencev: Postavljajte preprosta vprašanja, ki spodbujajo refleksijo. Povezava z vajami: Pojasnite, da bodo aktivnosti pomagale pri pomnjenju in uporabi ključnih vsebin. Nasveti: Uporabljajte preprost jezik, vizualne pripomočke, pojasnajte izraze in ohranjajte spoštljivo vzdušje.

Št.*	Učni izidi
1	Opredeliti in razlikovati med odkritimi, prikritimi in strukturnimi oblikami nesprejemanja.
2	Prepoznati intersekcionalne dejavnike tveganja, ki prispevajo k izključevanju in viktimizaciji.
3	Naučiti se podpornega odzivanja ter izogibanja predpostavkam o izkušnjah posameznika.
4	Poznati osnovne raziskave in podatke o izkušnjah izključevanja LGBTQIA+ mladih v EU.
5	Uvajati spremembe, ki povečujejo raven sprejemanja znotraj organizacije.
6	Oblikovati in spodbujati praktične intervencije ter politike, ki krepijo sprejemanje in varnost LGBTQIA+ mladih.

Načrtovanje

Št.*	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 40 minut
1	Tema 1: Nesprejemanje, toleranca in diskriminacija	Razumevanje nesprejemanja kot stališč, dejanj ali struktur, ki zavračajo, izključujejo ali razvrednotijo identiteto posameznika. Poudarjanje, da je lahko sprejemanje napačno razumljeno kot toleranca. Predstavitev različnih oblik nesprejemanja. Razlaga načela samoopredelitve.	10 min
2	Tema 2: Intersekcionalne ranljivosti in zaščitni dejavniki	Razlaga intersekcionalnosti in večplastne diskriminacije. Pojasnilo, kako lahko zaščitni dejavniki izboljšajo dobrobit mladih.	10 min
3	Tema 3: Empirični kazalniki in dokazi o nesprejemanju ter njegovih posledicah	Predstavitev rezultatov raziskave FRA LGBTIQ Survey (2023) ter podatkov o vplivu, ki ga ima nesprejemanje na LGBTQIA+ posameznike.	20 min

Načrtovanje vaj

Št.*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 70 minut
1	Reflektivna vaja: Prepoznaj nesprejemanje	Udeleženci se naučijo prepoznati subtilne in odkrite oblike izključevanja.	15 min
2	Kviz: EU pregled stanja	Udeleženci se seznaniijo z raziskavami in podatki o izkušnjah LGBTQIA+ mladih v EU.	10 min
3	Reflektivna igra vlog: Odzivanje na razkritje	Udeleženci vadijo razlikovanje med odklonilnimi in podpornimi odzivi.	20 min
4	Reflektivna vaja: Orodje za institucionalno refleksijo	Udeleženci analizirajo raven sprejemanja znotraj svoje organizacije, šole ali institucije.	15 min
5	Reflektivna vaja: Načrtovanje ukrepov	Udeleženci razmišljajo o spremembah, ki jih lahko uvedejo na različnih ravneh za povečanje vključevanja v svojem profesionalnem okolju.	10 min

Vrednotenje učinka modula

Napredek udeležencev se ocenjuje po vsaki vaji s pomočjo kratkih refleksij. Kadar udeleženci delajo v parih ali skupinah, najprej med seboj izvedejo refleksijo in povzetek pogovora, nato pa svoje ugotovitve predstavijo še preostalim udeležencem.

Izvajalec po vsaki refleksiji in skupnem pogovoru poda povratne informacije.

Ob zaključku srečanja so udeleženci spodbujeni, da delijo nekaj ključnih trenutkov in glavnih spoznanj, ki so jih pridobili med usposabljanjem, ter podajo povratne informacije o izvedbi učnih vsebin in aktivnosti.

Lekcija 3

Cilji in namen

Modul 3: Duševno zdravje: ocenjevanje in tehnike za krepitev odpornosti

Povzetek ciljev in namenov modula

LGBTQIA+ mladi se pogosto soočajo s specifičnimi izzivi na področju duševnega zdravja, povezanimi z diskriminacijo, manjšinskim stresom, socialno stigmo, nesprejemanjem ter strahom pred zavrnitvijo s strani družine ali vrstnikov. Te izkušnje povečujejo tveganje za anksioznost, depresijo, samopoškodovanje in samomorilne misli.

Podpora duševnemu zdravju LGBTQIA+ mladih zahteva praktična orodja, kot so afirmativen in vključujoč jezik, aktivno poslušanje, potrjevanje identitet ter ustvarjanje varnih in podpornih okolij, kjer se mladi počutijo videne, slišane in spoštovane.

Preprečevanje samomora vključuje zgodnje prepoznavanje opozorilnih znakov, odprte in neobsojajoče pogovore o duševnem zdravju, zagotavljanje dostopa do ustreznih podpornih storitev ter znanje o tem, kako ukrepati, ko se pojavijo skrbi. Kot podporna odrasla oseba je pomembna tudi refleksija lastne vloge. Izkazovanje sprejemanja, naslavljanje diskriminacije, gradnja zaupanja in dosledna prisotnost lahko pomembno zaščitno vplivajo na življenje LGBTQIA+ mladih.

Teme modula

- Pogosti izzivi duševnega zdravja med LGBTQIA+ mladimi
- Praktična orodja za podporo duševnemu zdravju LGBTQIA+ mladih
- Strategije preprečevanja samomora
- Vloga odraslih pri zagotavljanju podpore

Splošna priprava

Potrebni materiali: PPT predstavitev iz Learnify, papir in svinčnik.

Opozorilo glede občutljivih vsebin: Ta modul obravnava zahtevne teme — povsem v redu je, če si udeleženci vzamejo odmor, pokličejo nekoga ali se z nekom pogovorijo.

- Med učenjem poskušajte, da vsebine ne ustvarjajo občutka »drugosti«, saj ne poznate življenjskih izkušenj vseh udeležencev.
- Če potrebujete pomoč, se obrnite na nacionalno podporno linijo.
- Če ste vi ali nekdo, ki ga poznate, v nujni situaciji, pokličite reševalce oziroma številko za nujno pomoč.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa):

Udeleženci za vključitev v ta modul ne potrebujejo predhodnega znanja s področja duševnega zdravja ali tehnik krepitev odpornosti.

Trajanje lekcije/modula: 3,5 ure

Teoretične opombe	Smernice za izvajalce: teorija, razlaga in uporaba
Modul 3 temelji na raziskavah in praksah, povezanih z duševnim zdravjem LGBTQIA+ mladih, s poudarkom na ranljivosti, manjšinskem stresu, mikroagresijah, odpornosti in vlogi podpornih odraslih oseb. 1. Teorija manjšinskega stresa Osrednji teoretični okvir modula je teorija manjšinskega stresa (<i>Minority Stress Theory</i>). Pojasnjuje, kako LGBTQIA+ mladi doživljajo kronični stres zaradi	

stigme, diskriminacije, izključevanja in ponavljajočih se negativnih izkušenj v vsakdanjem življenju.

Teorija poudarja, da višje stopnje anksioznosti, depresije in samomorilnih misli med LGBTQIA+ mladimi niso posledica njihove identitete, temveč načina, kako jih obravnava družba.

2. Mikroagresije in trikotnik nasilja

Modul predstavi koncept trikotnika nasilja (*Violence Triangle*), s katerim pojasni, kako se lahko subtilne oblike škode sčasoma stopnjujejo.

- Mikroagresije (npr. predpostavke, napačno naslavljanje spola, odklonilni komentarji) predstavljajo osnovo.
- Če ostanejo nenaslovljene, lahko prerastejo v verbalno agresijo.
- Na vrhu trikotnika se nahajata zloraba ali fizično nasilje.

Analogija »komarjevega pika« ponazarja, kako se majhne, ponavljajoče se škodljive izkušnje kopičijo ter vodijo v manjšinski stres in obremenitve duševnega zdravja. Zgodnja intervencija odraslih je predstavljena kot ključna za preprečevanje hujših posledic.

3. Odpornost kot socialni in odnosni proces

Odpornost ni predstavljena kot individualna lastnost, temveč kot nekaj, kar se gradi skozi odnose in okolje. Ključni zaščitni dejavniki vključujejo:

- dostop do podpornih in razumevajočih odraslih,
- občutek, da je oseba videna, slišana in spoštovana,
- reprezentacijo in pozitivne vzornike,
- varne prostore, kjer je identiteta potrjena in sprejeta.

Modul poudarja, da imajo lahko majhna vsakodnevna dejanja skrbi pomemben pozitiven vpliv na duševno zdravje.

4. Zavedanje norm in vključujoča praksa

Modul temelji na normno ozaveščenih in reflektivnih pristopih, ki odrasle spodbujajo k premisleku o prevladujočih normah glede spola in seksualnosti.

Prakse, kot so prostovoljni krogi deljenja zaimkov, so predstavljene kot orodja za spodbujanje vključevanja ob hkratnem spoštovanju osebnih meja in občutka varnosti.

5. Preprečevanje samomora in zgodnja intervencija

Teoretična izhodišča raziskav s področja preprečevanja samomora poudarjajo:

- da neposredno vprašanje o samomorilnih mislih ne povečuje tveganja,
- da lahko odprt pogovor zmanjša občutke izolacije in stiske,
- da je zgodnje prepoznavanje opozorilnih znakov ključnega pomena.

Odrasle osebe se spodbuja, da poslušajo brez potrebe po takojšnjem »reševanju« situacije, da skrbi jemljejo resno ter mlade povežejo z ustreznimi podpornimi storitvami.

6. Vloga podporne odrasle osebe

Ključno sporočilo modula je, da je prisotnost pomembnejša od popolnih odgovorov. Podporne odrasle osebe so predstavljene kot most do varnosti in podpore, ne pa kot edini reševalci problemov.

Teoretični del poudarja tudi pomen skrbi zase in deljene odgovornosti za zagotavljanje trajnostne podpore tako mladim kot odraslim.

Št.*	Učni izid
1	Razumeti ključne izzive duševnega zdravja, s katerimi se soočajo LGBTQIA+ mladi v Evropi.
2	Pojasniti teorijo manjšinskega stresa ter vpliv diskriminacije in stigmatizacije na duševno zdravje.
3	Prepoznati mikroagresije in opisati, kako se lahko stopnjujejo s pomočjo modela trikotnika nasilja.
4	Prepoznati zgodnje opozorilne znake duševne stiske in samomorilnih misli pri LGBTQIA+ mladih.
5	Uporabljati strategije za krepitev odpornosti, ki spodbujajo varnost, vključevanje in čustveno dobrobit.
6	Uporabljati normno ozaveščene in vključujoče prakse (npr. prostovoljne kroge deljenja zaimkov) za ustvarjanje varnih okolij.
7	Mirno in podporno se odzvati mladim v stiski brez zmanjševanja ali obsojanja njihovih izkušenj.
8	Vedeti, kdaj in kako vključiti dodatne podporne storitve ter slediti zaščitnim postopkom.
9	Reflektirati lastno vlogo, osebne meje in skrb zase kot podporni odrasla oseba ali Proud Ambassador.

Načrtovanje lekcij

Št.*	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 3,5 ure
1	Duševno zdravje: ocenjevanje in tehnike za krepitev odpornosti	- Do konca srečanja bodo udeleženci sposobni: - razumeti ključna tveganja za duševno zdravje LGBTQIA+ mladih - pojasniti manjšinski stres in vpliv mikroagresij - uporabiti model trikotnika nasilja za razumevanje stopnjevanja škode - prepoznati zaščitne dejavnike in strategije za krepitev odpornosti - varno in podporno se odzvati mladim v stiski - reflektirati lastno vlogo, osebne meje in skrb zase	40 min
2	Uvod in vzpostavljanje varnega prostora	Ustvariti občutek čustvene varnosti in postaviti pričakovanja za sodelovanje.	(15 min)
3	Teoretični uvod: duševno zdravje in manjšinski stres	Graditi skupno razumevanje skozi:	(30 min)

		• kratko predstavitev: ○ izzivi duševnega zdravja LGBTQIA+ mladih ○ teorija manjšinskega stresa ○ skupine z višjim tveganjem znotraj LGBTQIA+ skupnosti • reflektivno vprašanje (v paru ali manjši skupini): ○ »Kako lahko družbene norme ustvarjajo stres za LGBTQIA+ mlade?«	
4	Mikroagresije in trikotnik nasilja	Introduce: • Mikroagresije • analogijo »komarjevega pika« • trikotnik nasilja (osnova–sredina–vrh) Skupinska vaja: • povezovanje primerov vsakodnevnih komentarjev z ravnmi trikotnika nasilja Skupna razprava:	(30 min)

		• Zakaj je zgodnja intervencija tako pomembna?	
5	Odpornost in zaščitni dejavniki	Preusmeritev fokusa od tveganja k moči, odpornosti in preventivi.	15 min
6	Prepoznavanje stiske in preprečevanje samomora	Namen: Krepitev samozavesti pri odzivanju. • Vsebinski poudarki: ○ opozorilni znaki stiske in samomorilnih misli ○ miti in dejstva o samomoru ○ kaj narediti in česa ne narediti	(30 min)
7	Študija primera: Upanje in okrevanje	Namen: Prenos teorije v prakso.	(20 min)
8	Zaključna refleksija in ključna spoznanja	Refleksija in utrjevanje naučenega.	(10 min)

Načrtovanje vaj

Št.*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 50 minut
1	Vaja 1: Zavedanje norm in samorefleksija	Povečati zavedanje o družbenih normah ter njihovem vplivu na LGBTQIA+ mlade in njihovo duševno zdravje.	10-15 min
2	Vaja 2: Vprašanja izbirnega tipa – zaščitni dejavniki Referenca diapozitiva: vaja – vprašanja izbirnega tipa	Okrepiti razumevanje zaščitnih dejavnikov za duševno zdravje LGBTQIA+ mladih.	5 min
3	Vaja 3: Trikotnik nasilja in refleksija o mikroagresijah	Razumeti, kako se mikroagresije stopnjujejo in kako skozi čas vplivajo na duševno zdravje.	15 min
4	Vaja 4: Povezovanje pojmov – ključni koncepti	Utrditi razumevanje ključnih teoretičnih konceptov.	5-10 min
5	Vaja 5: Študija primera – Alexova zgodba	Prenesti teorijo v resnične situacije ter poudariti pomen prepoznavanja sprememb v vedenju in počutju.	20 min
6	Vaja 6: Refleksija – opazovanje drugih	Reflektivna vaja (po Alexovi zgodbi). Namen: Okrepiti sposobnost udeležencev za opazovanje in odzivanje v vsakodnevnih situacijah.	10 min

7	Vaja 7: Pravilno ali napačno – miti o preprečevanju samomora	Izzvati pogoste mite o samomoru ter povečati samozavest pri postavljanju neposrednih vprašanj.	5 min
8	Vaja 8: Refleksija o skrbi zase in osebnih mejah	Spodbujati trajnostno vključevanje in preprečevati čustveno preobremenjenost.	5 min
9	Vaja 9: Zaključna refleksija – ključna spoznanja	Povzeti naučeno in reflektirati modul.	5 min

Vrednotenje učinka modula

Med srečanjem vključite formativna preverjanja znanja (npr. kvize, ankete ali kratke refleksije). Udeležencem podajte konstruktivne povratne informacije glede njihovega sodelovanja in razumevanja vsebin.

Ob zaključku povzemite ključne poudarke ter izpostavite glavna spoznanja in uporabne zaključke modula.

Lekcija 4

Cilji in namen

Modul 4: Vključujoča komunikacija in veščine jezika brez predsodkov

Povzetek ciljev in namenov modula

Cilj modula je okrepiti razumevanje in uporabo vključujočih komunikacijskih praks, ki spodbujajo enakost, empatijo in spoštovanje v mladinskem delu ter profesionalnih okoljih.

Modul želi izboljšati sposobnost mladinskih delavcev in pedagogov za prepoznavanje, naslavljanje in preoblikovanje pristranskega ali izključujočega jezika, s čimer prispevajo k ustvarjanju okolij, ki podpirajo pripadnost in psihološko varnost vseh mladih.

Ta modul opolnomoča udeležence za uporabo načel jezika brez predsodkov tako v govorni kot pisni komunikaciji, za vključevanje reflektivnega poslušanja ter za modeliranje spoštljivega dialoga pri delu z LGBTQIA+ mladimi in drugimi raznolikimi skupinami mladih.

Modul bo predstavil praktična orodja, teoretična izhodišča in interaktivne vaje, ki bodo udeležencem pomagale prepoznati nezavedne predsodke, nadomestiti izključujoče izraze s afirmativnimi alternativami ter vaditi vključujočo komunikacijo, temelječo na empatiji, v realističnih situacijah.

Teme modula

1. Moč jezika pri vključevanju in občutku pripadnosti
2. Prepoznavanje in preoblikovanje pristranskega jezika v praksi
3. Vključujoč dialog in reflektivno poslušanje v kontekstu mladinskega dela

Splošna priprava

Pred izvedbo srečanja naj izvajalci pregledajo pripravljena gradiva, vključno z delovnimi listi, definicijami in PowerPoint predstavitevijo o vključujočem jeziku. Učno okolje naj spodbuja odprto razpravo in medsebojno spoštovanje ter zagotavlja, da se udeleženci počutijo varno pri deljenju svojih pogledov in postavljanju vprašanj.

Izvajalci naj pripravijo primere tako vključujoče kot pristranske komunikacije iz vsakodnevnih situacij v mladinskem delu ali profesionalnem okolju. Za interaktivne vaje se lahko uporabijo digitalna orodja, kot so Moodle, Mentimeter ali Google Forms. Udeležence se spodbuja, da s seboj prinesejo lastne izkušnje ali izzive, s katerimi so se srečali na področju komunikacije in vključevanja.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa):

Udeleženci, ki se vključujejo v ta modul, naj imajo osnovno razumevanje konceptov raznolikosti, enakosti in vključevanja. Predhodne izkušnje z mladinskim delom, izobraževanjem ali delom v skupnosti so priporočljive, niso pa obvezne.

Modul je primeren za udeležence na srednji ravni predznanja, ki že imajo splošne komunikacijske veščine, vendar želijo poglobiti razumevanje predsodkov in uporabo vključujočega jezika v večkulturnih in raznolikih okoljih.

Trajanje lekcije/modula: 3 ure

Teoretične opombe	Smernice za izvajalce: teorija, razlaga in uporaba
Izvajalci naj udeležence vodijo skozi tri teoretične teme z uporabo konkretnih primerov in spodbujanjem refleksije. Začnite s kratkimi predstavitvami, ki pojasnjujejo, kako jezik vpliva na zaznavanje, občutek pripadnosti in duševno zdravje, podprto s podatki FRA (2024) in UNESCO (2023). Pri 2. temi poudarite praktično preoblikovanje pristranskega jezika ter uporabite primere organizacij GLAAD (2023) in WHO (2022). 3. tema naj vključuje prikaz tehnik reflektivnega poslušanja in empatične komunikacije. Izvajalci naj udeležence spodbujajo, da vsak koncept takoj uporabijo v razpravah ali kratkih igrah vlog.	

Št.*	Učni izid
1	Prepoznati pristranski in vključujoč jezik v vsakodnevni komunikaciji.
2	Uporabljati vključujoče komunikacijske tehnike v pisni in govorni komunikaciji.
3	Preoblikovati izključujoče ali stigmatizirajoče izraze v podporne alternative.
4	Izkazovati zavedanje o nezavednih predsodkih in njihovem vplivu na interakcijo.
5	Sodelovati v dialogu, temelječem na empatiji, ki podpira raznolike identitete mladih.

Načrtovanje lekcij

Št.*	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 2 uri
1	Moč jezika pri vključevanju in vključevanje, občutek pripadnosti, občutku pripadnosti psihološko varnost in duševno zdravje mladih.	Razumeti, kako jezik vpliva na vključevanje, občutek pripadnosti, psihološko varnost in duševno zdravje mladih.	40 min
2	Prepoznavanje in preoblikovanje jezika ter ga preoblikovati v pristranskega jezika vključujočo in afirmativno komunikacijo.	Prepoznati pristranski ali izključujoč jezik ter ga preoblikovati v vključujočo in afirmativno komunikacijo.	40 min
3	Vključujoč dialog in reflektivno poslušanje v kontekstu mladinskega dela	Razvijati empatijo, reflektivno poslušanje in vključujoče komunikacijske prakse pri delu z mladimi.	40 min

Načrtovanje vaj

Št.*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 50 minut
1	»Besede štejejo« (vaja povezovanja – izberi in poveži)	Ta aktivnost krepi razumevanje vključujoče in zastarele terminologije. Udeleženci povezujejo izključujoče izraze (npr. »spolna preferenca«, »dame in gospodje«) z njihovimi vključujočimi alternativami (»spolna usmerjenost«, »vsi«).	10 min

		Namen aktivnosti je okrepiti zavedanje o natančnosti in vključujoči rabi jezika.	
2	»Prepoznaj predsodek« (kviz pravilno ali napačno)	Udeleženci prepoznajo, ali posamezne izjave iz delovnega ali mladinskega okolja vsebujejo predsodke. Aktivnost pomaga pri prepoznavanju tako neposrednih kot subtilnih oblik pristranskosti ter spodbuja razmislek o njihovem vplivu v mladinskem delu.	10 min
3	»Povej vključujoče!« (simulacija situacijskega govora)	V tej interaktivni aktivnosti se udeleženci odzivajo na kratke situacije iz resničnega življenja (npr. sodelavec uporablja napačne zaimke ali izraža stereotipe). Aktivnost se lahko izvaja spletno ali v skupinah, pri čemer udeleženci vadijo glasno podajanje vključujočih in spoštljivih odzivov ter s tem krepijo samozavest za komunikacijo v realnih situacijah.	10 min
4	»Povej bolje!« (izziv vključujočega preoblikovanja)	Udeležencem so predstavljeni nevključujoči izrazi iz delovnega okolja, ki jih morajo preoblikovati v nevtralne in afirmativne alternative. Aktivnost spodbuja praktično uporabo strategij preoblikovanja jezika ter refleksijo o tonu in izbiri besed.	10 min

5	»Gradimo mostove« (interaktivni refleksivni kviz)	Udeleženci rešijo interaktivni samoocenjevalni ali refleksivni kviz za utrjevanje naučenega. Izberejo ali zapišejo, kako bodo načela vključujoče komunikacije uporabljali v prihodnji praksi. Namen aktivnosti je ponotranjenje komunikacije, temelječe na empatiji, ki spodbuja pripadnost in spoštovanje.	10 min
---	--	---	--------

Vrednotenje učinka modula

Napredek udeležencev bo ocenjen s pomočjo formativnega vrednotenja, vključenega v posamezne vaje. Izvajalci naj uporabljajo kratke refleksivne ankete, vprašanja izbirnega tipa ali sprotne razprave za preverjanje razumevanja in vključenosti udeležencev. Med zaključnimi pogovori po aktivnostih bodo podane konstruktivne povratne informacije, pri čemer bodo izpostavljene tako močne strani kot tudi področja za nadaljnji razvoj. Ob zaključku modula bodo udeleženci povzeli ključna spoznanja ter razmislili, kako se je razvilo njihovo razumevanje vključujoče komunikacije in predsodkov. Takšna refleksivna oblika vrednotenja pomaga zagotoviti, da bodo udeleženci pridobljene veščine samozavestno uporabljali v prihodnjem mladinskem delu ali delu v skupnosti.

Lekcija 5

Cilji in namen

Modul 5: Ustvarjanje vključujočih in LGBTQIA+ prijaznih delovnih okolij

Povzetek ciljev in namenov modula

Cilj modula je zagotoviti celovito razumevanje vključevanja in raznolikosti na delovnem mestu s poudarkom na LGBTQIA+ identitetah in izkušnjah.

Modul želi povečati zavedanje o konceptih, kot so enakost, pravičnost, SOGIESC in intersekcionalnost, pri tem pa izpostaviti pravne okvire in organizacijske prakse, ki podpirajo vključujoča okolja.

Ta modul opolnomoča strokovne delavce, vodje in zaposlene za prepoznavanje diskriminacije, naslavljanje predsodkov ter aktivno prispevanje k spoštljivim, inovativnim in pravičnim delovnim okoljem.

Modul bo predstavil praktična orodja in znanja za uvajanje vključujočih politik, spodbujanje zavezništva, krepitev psihološke varnosti ter vrednotenje napredka s pomočjo merljivih kazalnikov in kontinuiranega učenja.

Teme modula:

Splošna priprava

Za izvedbo predstavitve modula sta potrebna računalnik in projektor, saj bodo uporabljene PowerPoint predstavitve.

Pričakovanja glede sodelovanja, vedenja in aktivnega vključevanja

- Aktivno sodelovanje: Od udeležencev se pričakuje aktivno vključevanje v razprave, aktivnosti in refleksije. Deljenje izkušenj in pogledov na spoštljiv način bogati učno okolje za vse.

- Spoštljivo vedenje: Vsi udeleženci morajo drug drugega obravnavati dostojanstveno in spoštljivo. Diskriminatoren jezik, nadlegovanje ali izključujoče vedenje niso sprejemljivi.
- Odprtost za učenje: K modulu pristopite z radovednostjo in pripravljenostjo na učenje. Bodite odprti za preizpraševanje lastnih predpostavk ter raziskovanje različnih pogledov.
- Vključujoča komunikacija: Uporabljajte vključujoč jezik, spoštujte izbrana imena in zaimke ter se izogibajte predpostavkam o identiteti, ozadju ali izkušnjah posameznika.
- Podporno okolje: Spodbujajte in podpirajte druge. Aktivno poslušajte, po potrebi konstruktivno posredujte ter prispevajte k psihološko varnemu prostoru.

Na kratko omenite pravila oziroma smernice srečanja

- Spoštovanje in vključevanje: Vse udeležence obravnavajte spoštljivo. Diskriminacija, nadlegovanje ali izključujoče vedenje niso sprejemljivi.
- Zaupnost: Kar je deljeno med srečanjem, ostane znotraj skupine. Spoštujte zasebnost in življenjske izkušnje drugih.
- Aktivno sodelovanje: Aktivno sodelujte v razpravah, aktivnostih in refleksijah. Vaš glas je pomemben.
- Odprt dialog: Postavljajte vprašanja, delite svoje poglede in aktivno poslušajte. Različni pogledi so dobrodošli.
- Uporaba vključujočega jezika: Bodite pozorni na uporabo zaimkov, identitet in terminologije. Izogibajte se predpostavkam.
- Varen prostor: To je učno okolje, v katerem naj bi se vsi počutili psihološko varno pri izražanju sebe.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa):

Udeleženci, ki se vključujejo v ta modul, naj imajo osnovno razumevanje dinamike delovnega okolja, načel človekovih pravic ter splošnih konceptov enakosti in nediskriminacije, zlasti v profesionalnem ali organizacijskem kontekstu.

Trajanje lekcije/modula: 2,5 ure

Teoretične opombe	Naslov
	• Začnite jasno: Predstavite cilje modula, pričakovanja in pravila sodelovanja. • Uporabljajte vključujoč jezik: Modelirajte spoštljivo komunikacijo ter spoštujte izbrana imena in zaimke. • Spodbujajte sodelovanje: Omogočajte odprt dialog, skupinske aktivnosti in refleksije. • Občutljive teme obravnavajte skrbno: Ustvarite varen prostor, potrjujte izkušnje udeležencev in spoštljivo upravljajte morebitni odpor ali nestrinjanje. • Podpirajte učenje: Uporabljajte primere iz resničnega življenja, pravne reference in interaktivna orodja. • Zaključite z refleksijo: Povzemite ključne poudarke in povabite udeležence, da delijo glavna spoznanja ali konkretne naslednje korake.

št.*	Učni izid
1	Opredeliti koncepte, povezane z raznolikostjo, vključevanjem, enakostjo, pravičnostjo in SOGIESC.
2	Prepoznati ovire in izzive, s katerimi se LGBTQIA+ osebe srečujejo na delovnem mestu.
3	Razumeti relevantne mednarodne pravne okvire, ki podpirajo nediskriminacijo.
4	Uporabljati strategije za ustvarjanje vključujočih okolij na organizacijski, medosebni in individualni ravni.

5	Prepoznati vpliv vključevanja na dobrobit zaposlenih, inovativnost in uspešnost organizacije.
---	---

Načrtovanje lekcij

Št.*	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 2 uri
1	Razumevanje vključevanja in raznolikosti na delovnem mestu	Tema predstavi ključne koncepte enakosti, pravičnosti in vključevanja ter pojasni, kako LGBTQIA+ raznolikost krepi delovna okolja in je povezana z načeli človekovih pravic.	40 min
2	Ovire in izzivi na delovnem mestu	Tema obravnava sistemske, kulturne in medosebne ovire, s katerimi se LGBTQIA+ osebe srečujejo v profesionalnem okolju, ter poudarja, kako diskriminacija in izključevanje negativno vplivata tako na dobrobit zaposlenih kot na uspešnost organizacije.	40 min
3	Strategije za ustvarjanje vključujočih in LGBTQIA+ prijaznih delovnih okolij	Tema se osredotoča na praktične večnivojske strategije — organizacijske, medosebne in individualne — za ustvarjanje vključujočih, pravičnih in afirmativnih delovnih okolij, kjer lahko LGBTQIA+ zaposleni uspevajo in pristno sodelujejo.	70 min

Načrtovanje vaj

Št.*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 50 minut
1	Povezovanje scenarijev	Udeleženci povezujejo zapisane scenarije glede na to, ali predstavljajo vključujoče ali izključujoče okolje (tema 1).	10 min
2	Kviz z vprašanji izbirnega tipa	Udeleženci poglobljeno spoznajo, katere pravice zagotavljajo Splošna deklaracija človekovih pravic (UDHR), Mednarodna organizacija dela (ILO) in Listina EU (tema 1).	10 min
3	Vprašanja izbirnega tipa	Udeleženci razumejo naravo in kategorije ovir (tema 2).	10 min
4	Povezovanje pojmov	Udeleženci povezujejo koncepte z ustreznimi primeri oziroma opisi.	10 min
5	Pravilno ali napačno	Udeleženci poglobljeno spoznajo strategije za LGBTQIA+ vključevanje.	10 min
6	Scenariji igre vlog	Udeleženci praktično prevzamejo vlogo članov vključujočega ali izključujočega delovnega okolja.	30 min

Vrednotenje učinka modula

Med srečanjem vključite formativna preverjanja znanja (npr. kvize, ankete ali kratke refleksije). Udeležencem podajte konstruktivne povratne informacije glede njihovega sodelovanja in uspešnosti pri aktivnostih. Ob zaključku

povzemite ključne poudarke ter izpostavite glavna spoznanja in uporabne zaključke modula.

Lekcija 6

Cilji in namen

Modul 6: Pravni okviri in pravice LGBTQIA+ mladih

Povzetek ciljev in namenov modula (do 1.000 znakov)

Cilj modula je izvajalcem zagotoviti jasno razumevanje pravnih okvirov, politik in dobrih praks, povezanih s pravicami LGBTQIA+ oseb v Evropi, s poudarkom na Grčiji, Švedski, Sloveniji, Italiji in Belgiji.

Modul želi povečati zavedanje o ključnih zakonodajnih mejnikih, protidiskriminacijskih ukrepih in strategijah socialnega vključevanja ter poudariti razvoj pravic in zaščite LGBTQIA+ oseb.

Ta modul opolnomoča izvajalce za samozavestno podajanje ključnih informacij o enakosti, vključevanju in človekovih pravicah ter za vodenje razprav o praktični uporabi teh vsebin v izobraževalnem in profesionalnem okolju.

Modul bo predstavil praktična orodja in znanja o pravni zaščiti, državljskih pravicah, strategijah enakosti in nacionalnih programih ter ponudil konkretne primere uspešnih politik in intervencij za podporo LGBTQIA+ osebam.

Teme modula:

Splošna priprava

Pojasnite, katera gradiva ali viri so potrebni za izvedbo srečanja (npr. delovni listi, diapozitivi, pripomočki). Jasno postavite pričakovanja glede sodelovanja, vedenja in aktivnega vključevanja udeležencev.

Na kratko predstavite pravila oziroma smernice srečanja.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa):

Udeleženci, ki se vključujejo v ta modul, naj imajo osnovno razumevanje človekovih pravic, konceptov raznolikosti in vključevanja ter splošno poznavanje LGBTQIA+ terminologije in izzivov, s katerimi se LGBTQIA+ osebe soočajo v družbenem, izobraževalnem in profesionalnem okolju.

Trajanje lekcije/modula: 2 uri

Teoretične opombe	Naslov
Kontekst: Pojasnite, zakaj je vključevanje LGBTQIA+ oseb pomembno v družbi, na delovnih mestih, v šolah in javnih storitvah. Ključni poudarki: Osredotočite se na pomembnejše zakone in politike (npr. istospolne poroke, protidiskriminacijske ukrepe, pravno priznanje spola). Primeri: Uporabite primere iz Grčije, Švedske, Slovenije in Belgije za prikaz vpliva v resničnem življenju. Vključevanje udeležencev: Postavljajte preprosta vprašanja, ki spodbujajo refleksijo. Povezava z vajami: Pojasnite, da bodo aktivnosti pomagale pri pomnjenju in uporabi ključnih vsebin. Nasveti: Uporabljajte preprost jezik, vizualne pripomočke, pojasnjujte izraze in ohranjajte spoštljivo vzdušje.	

Št.*	Učni izid
1	Prepoznati ključne zakone in politike, ki podpirajo pravice LGBTQIA+ oseb v Evropi (Grčija, Švedska, Slovenija, Belgija).
2	Pojasniti pomen protidiskriminacijskih ukrepov, pravnega priznanja spola in družinskih pravic za LGBTQIA+ osebe.

3	Prepoznati izzive in vrzeli pri uresničevanju zaščite LGBTQIA+ oseb.
4	Uporabljati znanje skozi preproste vaje (pravilno/napačno, kvizi, aktivnosti izberi in poveži) za utrjevanje razumevanja.
5	Spodbujati ozaveščenost in vključujoče prakse v svojem profesionalnem ali skupnostnem okolju.

Načrtovanje lekcij

Št.*	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 70 minut
1	Teorija: Grški pravni okvir	Predstavitev grške zakonodaje na področju pravnega priznanja spola, pravic v zdravstvu ter opolnomočenja skozi znanje.	10 min
2	Teorija: Švedski pravni okvir	Predstavitev švedske zakonodaje na področju pravnega priznanja spola, pravic v zdravstvu ter opolnomočenja skozi znanje.	10 min
3	Teorija: Belgijski pravni okvir	Predstavitev belgijske zakonodaje na področju pravnega priznanja spola, pravic v zdravstvu ter opolnomočenja skozi znanje.	10 min
4	Teorija: Italijanski pravni okvir	Predstavitev italijanske zakonodaje na področju pravnega priznanja spola, pravic v zdravstvu ter opolnomočenja skozi znanje.	10 min
5	Teorija: Slovenski pravni okvir	Predstavitev slovenske zakonodaje na področju	10 min

		pravnega priznanja spola, pravic v zdravstvu ter opolnomočenja skozi znanje.	
--	--	--	--

Exercises Planning

Št.*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 50 minut
1	Pravilno ali napačno	Udeleženci bolje razumejo in razlikujejo zakonodajo posameznih držav.	10 min
2	Vprašanja izbirnega tipa	Udeleženci povezujejo zakone z državami, letnicami njihove uvedbe in vsebino zakonodaje.	10 mins
3	Vprašanja izbirnega tipa	Udeleženci povezujejo zakone z državami, letnicami njihove uvedbe in vsebino zakonodaje.	10 min
4	Izberi in poveži	Udeleženci povezujejo zakon z ustrezno državo ter politike z njihovimi področji delovanja.	10 min
5	Reflektivna vaja	Udeleženci so razdeljeni v skupine glede na svojo državo ter razpravljajo in nato predstavijo eno prednost nacionalne zakonodaje ter en izziv, s katerim se LGBTQIA+ mladi še vedno soočajo.	30 min

Vrednotenje učinka modula

Med srečanjem vključite formativna preverjanja znanja (npr. kvize, ankete ali kratke refleksije). Udeležencem podajte konstruktivne povratne informacije glede njihovega sodelovanja in uspešnosti pri aktivnostih. Ob zaključku povzemite ključne poudarke ter izpostavite glavna spoznanja in uporabne zaključke modula.

Lekcija 7

Cilji in namen

Modul 7: Ustvarjanje varnih in vključujočih prostorov za LGBTQIA+ mlade

Povzetek ciljev in namenov modula

Cilj tega modula je okrepiti sposobnost udeležencev za medsebojno poslušanje, prevzemanje skupne odgovornosti in aktivno prispevanje k vključujočim okoljem, kjer se ljudje počutijo spoštovane in sprejete. Modul predstavlja koncept **varnega prostora** kot praktično in participativno metodo, pri kateri vodje in člani skupine skupaj oblikujejo smernice o tem, kako želijo medsebojno sodelovati. Takšni skupni dogovori pomagajo ustvarjati pogoje, v katerih se vsi počutijo dovolj varno za sodelovanje, izražanje sebe in odprto komunikacijo.

Modul želi ponuditi tudi **konkretna in praktična orodja** za ustvarjanje varnejših in bolj vključujočih interakcij z LGBTQIA+ osebami v vsakdanjih okoljih. S kombinacijo refleksije, deljene odgovornosti in uporabnih metod modul podpira udeležence pri spodbujanju spoštljivega dialoga, preprečevanju izključevanja ter gradnji okolij, ki temeljijo na skrbi, vključevanju in medsebojnem razumevanju.

Teme modula

- Uvod in razlaga metode varnega prostora
- Norme in normna kritika
- Različne vrste norm
- Normna pedagogika
- Modul semaforja

Splošna priprava

Potrebujete le dostop do modula v Learnifyju ter papir in pisalo.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa): Udeleženci, ki se vključujejo v ta modul, ne potrebujejo predhodnega znanja.

Trajanje lekcije/modula: 2 uri

Teoretične opombe	Smernice za izvajalce: teorija, razlaga in uporaba
	Modul 7 temelji na teoriji norm, normno-kritični pedagogiki in participativnih praksah varnega prostora z namenom ustvarjanja varnih in bolj vključujočih okolij za LGBTQIA+ mlade. Osrednji teoretični koncept modula je, da varnost ni univerzalna ali fiksna, temveč odnosna in odvisna od konteksta. Kar je za eno osebo varno, je lahko za drugo neprijetno ali izključujoče, zato je treba občutek varnosti soustvarjati skozi dialog, refleksijo in deljeno odgovornost, ne pa ga predpostavljati. Modul predstavlja pristop varnega prostora kot participativno metodo, pri kateri izvajalci in udeleženci skupaj oblikujejo smernice na podlagi dveh ključnih vprašanj: »<i>Kaj potrebujem, da se bom počutil dovolj varno za sodelovanje?</i>« in »<i>Kaj vsi potrebujemo, da se bomo počutili dovolj varno za sodelovanje?</i>« Ti skupni dogovori so razumljeni kot žive prakse, ki zahtevajo stalno skrb vseh vključenih. Drugo pomembno teoretično izhodišče je teorija norm, ki norme razlaga kot pogosto nevidna in nenapisana pravila, ki oblikujejo vedenje, pričakovanja in dostop do sodelovanja. Norme lahko ustvarjajo strukturo, hkrati pa utrujejo neenakosti, saj privilegirajo določene identitete in izključujejo druge. Modul poudarja, kako norme, povezane s spolom, spolnostjo, sposobnostmi, etnično pripadnostjo in odnosi, vplivajo na vsakodnevno varnost, sodelovanje in dobrobit LGBTQIA+ mladih. Na tej podlagi modul uporablja normno-kritično pedagogiko, ki fokus preusmeri stran od »tolerance do drugačnosti« in namesto tega analizira same norme. Namesto vprašanja, kako se lahko marginalizirane osebe

prilagodijo, normno-kritična pedagogika raziskuje, zakaj so določene identitete obravnavane kot privzete in kako lahko norme razširimo, da vključujejo več različnih načinov bivanja.

Metoda semaforja je predstavljena kot praktično analitično orodje za prepoznavanje, refleksijo in spreminjanje norm. S kategorizacijo praks kot zelenih (vključujočih), rumenih (negotivih) ali rdečih (izključujočih) metoda udeleženca podpira pri pretvarjanju refleksije v konkretno delovanje.

Na splošno modul poudarja, da je vključevanje **stalen proces** in ne končno stanje. Ustvarjanje varnih prostorov zahteva nenehno samorefleksijo, zavedanje moči in norm, pripravljenost na napake ter aktivno prevzemanje odgovornosti za spremembe.

Št.*	Učni izidi
1	Razumeti in pojasniti pristop varnega prostora ter zakaj mora biti občutek varnosti soustvarjen znotraj skupine.
2	Prepoznati, kako norme vplivajo na sodelovanje, vedenje in vključevanje v različnih okoljih.
3	Uporabljati normno-kritično razmišljanje za izpodbijanje izključujočih norm in širjenje vključujočih praks.
4	Uporabljati metodo semaforja za analizo in refleksijo vključujočih ter izključujočih vedenj.
5	Voditi pogovore, ki podpirajo psihološko varnost, spoštovanje in sodelovanje.
6	Aktivno prevzemati odgovornost za ustvarjanje in ohranjanje varnih in vključujočih prostorov za LGBTQIA+ mlade.

Načrtovanje lekcij

Št.*	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 2 uri
1	Varen prostor	Osnovno razumevanje koncepta varnega prostora.	10 min
2	Norme in normna kritika	Razumeti nenapisana pravila ter kako norme ustvarjajo neenakosti, skupaj z vsakodnevnimi primeri.	10 min
3	Spolnost in norme	Razumeti, kako norme vplivajo na izražanje spolnosti ter kako norme pogosto postanejo vidne šele tistim, ki vanje ne sodijo; vključuje teorijo in reflektivno vprašanje.	15 min
4	Ustrezaš ali ne ustrezaš dominantni normi	Teorija in refleksija o obstoječih normah v lastnem okolju.	10 min
5	Razumevanje norm in njihovega vpliva na nas	Analogija komarjevega pika, norme in mikroagresije ter razumevanje, kako se pojavljajo in kako se nanje odzvati.	15 min
6	Dva različna pristopa: pedagogika tolerance in normno-kritična pedagogika	Razlaga razlik med pristopoma ter kako ju uporabljati pri delu s skupinami in LGBTQIA+ mladimi.	10 min
7	Teorija in praksa metode semaforja	Kako prepoznati in spreminjati norme: metoda semaforja (Traffic Light Method).	30 min

		Metoda semaforja pomaga pri refleksiji o tem, kaj v skupini ali situaciji deluje varno (zeleno), negotovo (rumeno) ali neprijetno oziroma izključujoče (rdeče). Gre za preprost način pogovora o vedenju, mejah in vključevanju brez obsojanja. ● Zelena: deluje dobro in spoštljivo ● Rumena: negotovost ali mešani občutki ● Rdeča: občutek nelagodja ali neustreznosti	
--	--	--	--

Načrtovanje vaj

Št.*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 50 minut
1	Varen prostor	Preizkusiti metodo varnega prostora in raziskati, kako jo lahko uporabimo v lastnem okolju.	5 min
2	Spolnost in norme	Reflektivna vprašanja o spolnosti in o tem, kako norme vplivajo na naše izražanje spolnosti.	5 min
3	Izberi in poveži	Refleksija in praktična uporaba koncepta varnega prostora ter normne kritike.	5 min
4	Reflektivna vaja	Refleksija o vprašanjih:	10 min

		<i>Kdo se v tem kontekstu počuti varno, udobno in »kot doma«?</i> <i>Kdo ima korist od teh norm, ne da bi o njih sploh razmišljal?</i> <i>Kdo se lahko počuti nevidnega, izključenega ali pod pritiskom, da se prilagodi?</i>	
5	Reflektivna vaja: moje rutine, povezane z normami	Razmislek o tem, ali obstajajo komentarji, rutine ali navade, ki jih izvajamo brez vprašanj zato, ker so osebe, s katerimi delamo, del dominantne norme.	5 min
6	Kako prepoznati in spreminjati norme: metoda semaforja	Izvesti modul metode semaforja: refleksija o tem, kaj v skupini ali situaciji deluje varno (zeleno), negotovo (rumeno) ali neprijetno oziroma izključujoče (rdeče). Gre za preprost način pogovora o vedenju, mejah in vključevanju brez obsojanja.	30 min

Vrednotenje učinka modula

Med srečanjem vključite formativna preverjanja znanja (npr. kvize, ankete ali kratke refleksije). Udeležencem podajte konstruktivne povratne informacije glede njihovega sodelovanja in uspešnosti pri aktivnostih. Ob zaključku povzemite ključne poudarke ter izpostavite glavna spoznanja in uporabne zaključke modula.

Lekcija 8

Cilji in namen

Modul 8: Praktična orodja in inovativne tehnike usposabljanja za podporo LGBTQIA+ mladim

Povzetek ciljev in namenov modula

Cilj modula je razvijanje čustvene inteligence in kulturne občutljivosti, da lahko strokovni delavci LGBTQIA+ mladim nudijo neobsojajočo in vključujočo podporo.

Modul želi zagotoviti, da strokovni delavci pri delu z LGBTQIA+ mladimi uporabljajo občutljiv, ozaveščen in opolnomočujoč pristop, pri čemer dajejo prednost varnosti, avtonomiji in spoštovanju.

Ta modul je zasnovan za opremljanje strokovnjakov, mladinskih delavcev, mentorjev in podpornega osebja s praktičnimi orodji ter inovativnimi tehnikami usposabljanja za učinkovito podporo LGBTQIA+ mladim.

Modul bo predstavil praktična orodja in inovativne tehnike usposabljanja za učinkovito podporo LGBTQIA+ mladim. Osredotoča se na spodbujanje razumevanja, potrjevanja in empatije skozi razvoj ključnih medosebnih in travma-informiranih veščin.

Teme modula:

1. Razumevanje, potrjevanje in empatično odzivanje
2. Travma-informiran način dela
3. Vaje in interakcija

Splošna priprava

Priporočljivo je, da se vaje izvajajo v večjem prostoru, idealno z dostopom do velikega zaslona ali projektorja, ter v okolju, kjer lahko skupine udeležencev najdejo nekaj zasebnosti in izvajajo določene aktivnosti ločeno od drugih skupin.

Za vajo 2 udeleženci potrebujejo pisala in papir, po možnosti večjega formata.

Za vajo 3 mora izvajalec vnaprej pripraviti seznam pogostih situacij iz mladinskega dela kot delovne liste za skupinsko delo ali pa uporabiti resnične situacije, ki jih prinesejo udeleženci.

Za vajo 4 mora izvajalec pripraviti seznam pogosto uporabljenih usmerjevalnih fraz iz mladinskega dela.

Kadar delate s strokovnimi delavci, ki imajo resnične izkušnje ali dileme, je priporočljivo reflektivne vaje prilagoditi konkretnim situacijam, ki jih prinesejo s seboj. Zato je priporočljivo načrtovati srečanje tako, da lahko najprej delijo svoje izkušnje in izzive.

Kljub temu naj bodo vedno pripravljeni tudi vnaprej pripravljeni scenariji za primere, ko udeleženci še nimajo izkušenj ali se ne počutijo dovolj varno za deljenje svojih zgodb z drugimi.

Nekateri udeleženci so lahko občutljivi na obravnavane teme, zato je pomembno zagotoviti možnost odmora ali pogovora z nekom, če med vajami občutijo nelagodje.

Raven predznanja udeležencev, ki se prijavljajo v ta modul (znanja in veščine ob začetku programa):

Udeleženci, ki se vključujejo v ta modul, naj imajo osnovno razumevanje človekovih pravic, konceptov raznolikosti in vključevanja ter splošno poznavanje LGBTQIA+ terminologije in izzivov, s katerimi se LGBTQIA+ osebe soočajo v družbenem, izobraževalnem in profesionalnem okolju.

Trajanje lekcije/modula: 2,5 ure

Teoretične opombe	Naslov
Kontekst: Razumevanje, potrjevanje in empatično odzivanje; štirje F-ji aktivne refleksije za aktivno poslušanje; holding space v primerjavi s čustveno invalidacijo; travma-informiran način dela. Ključni poudarki: Udeleženci bodo raziskovali strategije aktivnega poslušanja in travma-informirane metode vključevanja za ustvarjanje varnejših, bolj vključujočih in podpornih okolij za mlade različnih spolnih usmerjenosti in spolnih identitet. Do konca modula bodo udeleženci sposobni vključiti aktivno poslušanje in travma-informirane pristope za zagotavljanje empatične, varne in opolnomočujoče podpore LGBTQIA+ mladim — z ustvarjanjem prostora za odprt dialog, prepoznavanjem čustvenih sprožilcev ter ponujanjem informiranih izbir, ki potrjujejo izkušnjo vsakega posameznika in spodbujajo zaupanje, avtonomijo ter dobrobit. Primeri: Uporabite primere iz Grčije, Švedske, Slovenije in Belgije za prikaz vpliva v resničnem življenju. Vključevanje udeležencev: Postavljajte preprosta vprašanja za spodbujanje refleksije. Povezava z vajami: Pojasnite, da bodo aktivnosti pomagale pri pomnjenju in uporabi ključnih vsebin. Nasveti: Uporablajte preprost jezik, vizualne pripomočke, pojasnajte izraze in ohranjajte spoštljivo vzdušje.	

Št.*	Učni izidi
1	Prepoznati in nasloviti predsodke ter spodbujati empatijo in vključevanje v svoji profesionalni praksi.
2	Uporabljati tehnike aktivnega poslušanja za izboljšanje komunikacije in zaupanja pri delu z mladimi.
3	Uporabljati travma-informiran pristop za zagotavljanje čustvene varnosti in potrditve v podpornih okoljih za mlade.

Načrtovanje lekcij

Št.*	Ime teme (npr. študija primera, teorija) – največ 3 teme	Cilji teme	Skupno trajanje: 60 minut
1	Tema 1: Razumevanje, potrjevanje in empatično odzivanje	Poudariti pomen razumevanja in potrjevanja izkušenj, saj lahko strokovni delavci s tem pomagajo zmanjševati stres ter spodbujati odpornost in čustveno dobrobit. Razumevanje metode »štirih F-jev aktivne refleksije za aktivno poslušanje« kot orodja ter koncepta »holding space« v primerjavi s čustveno invalidacijo.	30 min
2	Tema 2: Travma-informiran način dela	Prepoznavanje znakov travme ter razumevanje, kako se lahko stres, povezan z identiteto, kaže kot umik, jeza ali nezaupanje. Preprečevanje ponovne travmatizacije z nežnim odzivanjem, spoštovanjem zaimkov in osebnih meja ter omogočanjem, da mladi sami določajo tempo deljenja svojih izkušenj. Ponujanje izbire in občutka nadzora, kar mladim pomaga ponovno pridobiti občutek moči v prostorih, kjer so se morda počutili nemočne. Gradnja zaupanja in čustvene varnosti, ki sta ključni za	30 min

		zdravljenje, odpornost in samosprejemanje.	
--	--	---	--

Načrtovanje vaj

Št.*	Ime in vrsta vaje (npr. povezovanje, pravilno/napačno, kviz, vizualni test)	Cilji vaje	Skupno trajanje: 80 minut
1	Mikro-vaja: Aktivno poslušanje za mladinske delavce	Vaditi resnično poslušanje in ustvarjanje prostora (holding space) za LGBTQIA+ mlade.	5–7 min
2	Vizualni test: Skrivna risba	Vaditi resnično poslušanje in ustvarjanje prostora (holding space) za LGBTQIA+ mlade.	10 min na risbo
3	Reflektivna vaja: Holding space v resničnih situacijah	Vaditi odzivanje z empatijo in prisotnostjo brez podajanja neželenih nasvetov.	15-20 min
4	Reflektivna vaja: Uporaba jezika, ki podpira avtonomijo	Usposobiti mladinske delavce in druge strokovne delavce za preoblikovanje navodil ali usmeritev v jezik, ki temelji na izbiri in podpira avtonomijo posameznika.	10 min

Vrednotenje učinka modula

Napredek udeležencev se ocenjuje po vsaki vaji s pomočjo kratkih refleksij. Kadar udeleženci delajo v parih ali skupinah, najprej opravijo reflektivni pogovor med seboj, nato pa svoje ugotovitve in razmisleke predstavijo še preostalim udeležencem.

Izvajalec po vsaki refleksiji in zaključnem pogovoru poda povratne informacije ter usmeritve za nadaljnji razvoj znanja in veščin.

Ob zaključku lekcije se udeležence spodbuja, da delijo nekaj ključnih trenutkov in glavnih spoznanj, ki so jih pridobili, ter podajo povratne informacije o izvedbi in uporabnosti srečanja.

Viri / Literatura

Št.*	
1	American Psychological Association. (2014). <i>Trauma-informed care in behavioral health services</i> (HHS Publication No. SMA 14-4884). https://psycnet.apa.org/record/2014-27453-009
2	Belgian Federal Government. (2003). <i>Same-sex marriage legalization: Overview and Q&A</i> . https://www.belgium.be/en/family/marriage/same_sex_marriage
3	Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. <i>University of Chicago Legal Forum</i> , 1989(1), 139–167. https://chicagounbound.uchicago.edu/uclf/vol1989/iss1/8
4	Euronews Health. (2024, November). <i>Gay, lesbian and queer students are three times more likely to suffer from depression</i> .
5	European Commission. (n.d.). <i>Actions for LGBTIQ equality</i> . https://commission.europa.eu/topics/justice-and-fundamental-rights/equality-and-inclusion-key-actions/actions-lgbtqi-equality_en
6	European Union Agency for Fundamental Rights. (2024). <i>LGBTIQ equality at a crossroads: Progress and challenges</i> . Publications Office of the European Union. https://fra.europa.eu/en/publication/2024/lgbtiq-equality-crossroads-progress-and-challenges
7	European Youth Forum. (2023). <i>Intersectional inclusion in youth work: Policy recommendations</i> . European Youth Forum.
8	Fehrenbach, T., Ford, J., Olafson, E., Kisiel, C., Chang, R., Kerig, P., Khumalo, M., Walsh, C., Ocampo, A., Pickens, I., Miller, A., Rains, M., McCullough, A. D., Spady, L., & Pauter, S. (2022). <i>A trauma-informed</i>

	<i>guide for working with youth involved in multiple systems</i> . National Child Traumatic Stress Network. https://www.nctsn.org
9	Flores, A. R. (2019). <i>Social acceptance of LGBT people in 174 countries: 1981 to 2017</i> . UCLA School of Law Williams Institute. https://escholarship.org/content/qt5qs218xd/qt5qs218xd.pdf
10	Folkhälsomyndigheten. (2014). <i>Hälsan och hälsans beståmningsfaktorer för homo- och bisexuella personer</i> . https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/a0255680a6684603a08af46bc8f323a9/utv-halsan-bestamningsfaktorer-homo-bi-fina-2014.pdf .
11	Folkhälsomyndigheten. (n.d.). <i>Hälsan och hälsans beståmningsfaktorer för transpersoner</i> . https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/c5ebbb0ce9aa4068aec8a5eb5e02bafc/halsan-halsans-bestamningsfaktorer-transpersoner.pdf
12	Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2023). Minority stress theory: Application, critique, and continued relevance. <i>Current Opinion in Psychology</i> , 51, 101579. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101579
13	GLAAD. (2023). <i>Media reference guide</i> (11th ed.). GLAAD.
14	Greek Government Gazette. (2006). <i>Law 3500/2006 – Prevention and addressing of domestic violence</i> (Government Gazette A 232/2006). https://www.et.gr/api/DownloadFeksApi/?fek_pdf=2006A0232
15	ILGA-Europe. (2024). <i>Annual review of the human rights situation of lesbian, gay, bisexual, trans and intersex people in Europe and Central Asia</i> . ILGA-Europe
16	ILGA World. (2023). <i>Intersex legal mapping report: Recognition before the law</i> . ILGA.
17	International Labour Organization. (n.d.). <i>NORMLEX – International labour standards information system</i> . https://normlex.ilo.org
18	MakingCents. (2022). <i>Applying a trauma-informed approach checklist</i> . https://makingcents.com/wp-content/uploads/2022/11/Applying-a-Trauma-Informed-Approach-Checklist_layout_final-ENG-1.pdf

19	Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. <i>Psychological Bulletin</i> , 129(5), 674–697. https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674
20	Meyer, I. H. (2023). Minority stress and mental health among sexual and gender minorities. <i>Annual Review of Clinical Psychology</i> , 19, 1–25
	Mirovni institut. (2024). <i>ENACT – National report: Slovenia</i> . Peace Institute. https://www.mirovni-institut.si/wp-content/uploads/2024/03/ENACT_National_Report_SLOVENIA.pdf
21	National Child Traumatic Stress Network. (n.d.). <i>A trauma-informed guide for working with youth involved in multiple systems</i> . https://www.nctsn.org
22	Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (2019). Psychotherapy relationships that work III. <i>Psychotherapy</i> , 56(4), 423–432. https://doi.org/10.1037/pst0000233
	Perger, N., Muršec, S., & Štefanec, V. (2018). <i>Vsakdanje življenje mladih LGBTIQ+ oseb v Sloveniji: Raziskovalno poročilo</i> . Društvo Parada ponosa. https://www.ljubljana.pride.org
23	Pranis, K. (2005). <i>The little book of circle processes: A new/old approach to peacemaking</i> . Good Books.
24	Reflection Toolkit. (n.d.). <i>The four F's of active reviewing</i> . University of Edinburgh. https://reflection.ed.ac.uk/reflectors-toolkit/reflecting-on-experience/four-f
25	Rogers, C. R., & Farson, R. E. (1957). <i>Active listening</i> . Wholebeing Institute. https://wholebeinginstitute.com/wp-content/uploads/Rogers_Farson_Active-Listening.pdf
26	Safran, J. D., & Muran, J. C. (2006). Has the concept of the therapeutic alliance outlived its usefulness? <i>Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training</i> , 43(3), 286–291. https://doi.org/10.1037/0033-3204.43.3.286

27	Suicide Zero. (n.d.). <i>Facts about suicide and warning signs</i> . https://suicidezero.se/fakta-om-sjalvmord/livsomstallningar-och-varningssignaler-for-sjalvmord/
28	UNESCO. (2023). <i>Global education monitoring report 2023: Inclusion and education for all</i> . UNESCO.
29	UNESCO & UN Women. (2022). <i>Global guidance on school-related gender-based violence prevention</i> . UNESCO. https://unesdoc.unesco.org
30	United Nations. (n.d.). <i>Universal declaration of human rights</i> . https://www.un.org/en/about-us/universal-declaration-of-human-rights
31	University of Waterloo, Centre for Teaching Excellence. (n.d.). <i>Reflection framework and prompts</i> . https://uwaterloo.ca/centre-for-teaching-excellence
32	Verkuyten, M., Yogeeswaran, K., & Adelman, L. (2020). The negative implications of being tolerated: Tolerance from the target's perspective. <i>Perspectives on Psychological Science</i> , 15(3), 544–561. https://doi.org/10.1177/1745691619897974
33	Verkuyten, M., Yogeeswaran, K., & Adelman, L. (2020). Toleration and prejudice-reduction: Two ways of improving intergroup relations. <i>European Journal of Social Psychology</i> , 50(2), 239–255. https://doi.org/10.1002/ejsp.2624
34	Wilson, C. R. (2021, November 29). <i>What are protective factors in psychology? 36 examples</i> . PositivePsychology.com. https://positivepsychology.com/what-are-protective-factors/
35	WorkRisen Network. (n.d.). <i>Here are the basics of LGBTQ+ workplace policies and practices</i> . https://www.workrisenetwork.org
36	Yogeeswaran, K., Adelman, L., Verkuyten, M., & Cvetkovska, S. (2021). Being tolerated: Implications for well-being among ethnic minorities. <i>British Journal of Psychology</i> , 112(3), 781–803. https://doi.org/10.1111/bjop.12492
37	Zimmerman, J., & Coyle, V. (2016). <i>The way of council</i> (2nd ed.). Bramble Books.

Vaje in odgovori

Modul 1 – Razumevanje LGBTQIA+ identitet in terminologije

1.1 Vaja 1: Povezovanje identitet in definicij (povezovanje glavnih izrazov z definicijami)

Namen: Spodbujati razumevanje LGBTQIA+ terminologije in zagotoviti, da udeleženci znajo pravilno definirati ter uporabljati posamezne izraze.

Aktivnosti povezovanja: Udeleženci prejmejo spodnje izraze in jih povežejo z ustreznimi definicijami.

Izrazi: a) Lezbijka, b) Panseksualna oseba, c) Transspolna oseba (Trans), d) Biseksualna oseba, e) Gej, f) Interspolna oseba, z) Aseksualna oseba, h) Kvir oseba.

Definicije:

1. Krovni izraz za osebe, katerih spolna identiteta se razlikuje od spola, pripisanega ob rojstvu. Transspolnost je identiteta in ne zdravstveno stanje; vse transspolne osebe se ne odločijo za medicinsko tranzicijo oziroma nimajo dostopa do nje. Izraz naj se uporablja kot pridevnik (»transspolna oseba« in ne »transspolniki«).
2. Oseba, ki doživlja čustveno, romantično in/ali spolno privlačnost do več kot enega spola. To lahko vključuje privlačnost do oseb istega in drugih spolov, ne nujno istočasno ali v enaki meri.
3. Oseba, ki doživlja čustveno, romantično in/ali spolno privlačnost do ljudi ne glede na njihovo spolno identiteto ali spol. Panseksualne osebe lahko privlačijo ljudi vseh spolov ali načinov spolnega izražanja. Izraz poudarja vključevanje onkraj binarnega razumevanja spola.
4. Ženska, ki doživlja čustveno, romantično in/ali spolno privlačnost predvsem do drugih žensk. Izraz »lezbijka« lahko uporabljajo tudi nebinarske osebe, ki se identificirajo s privlačnostjo do istega spola. Ključna je samoopredelitev, saj posamezniki sami določajo svojo spolno usmerjenost.
5. Krovni izraz za osebe, rojene s telesnimi spolnimi značilnostmi (kot so kromosomi, hormoni ali anatomija), ki ne ustrezajo tipičnim predstavam

moškega ali ženskega telesa. Interspolne variacije so naraven del človeške raznolikosti. Interspolnost se razlikuje od spolne identitete ali spolne usmerjenosti.

6. Oseba, ki doživlja čustveno, romantično in/ali spolno privlačnost predvsem do oseb istega spola. Izraz se pogosto uporablja za moške, ki jih privlačijo moški, lahko pa služi tudi kot širši krovni izraz za privlačnost do istega spola.
7. Krovni izraz, ki lahko vključuje osebe, katerih spolna usmerjenost, spolna identiteta ali spolni izraz odstopa od družbenih norm. Beseda »queer« je bila zgodovinsko uporabljena kot žaljivka, vendar jo je del LGBTQIA+ skupnosti ponovno prevzel kot pozitiven in vključujoč izraz. Kljub temu naj se uporablja le za samoopredelitev ali kadar oseba jasno izrazi, da ji je izraz sprejemljiv.
8. Oseba, ki doživlja malo ali nič spolne privlačnosti do drugih. Aseksualnost obstaja na spektru, aseksualne osebe pa lahko še vedno doživljajo romantično privlačnost (npr. heteroromantično ali biromantično). Aseksualnost je veljavna spolna usmerjenost in ne motnja ali izbira.

Pravilni odgovori: a)4, b) 3, c) 1, d)2, e)6 f) 5, z) 8, h)7.

1.2 Vaja 2: Preverjanje jezika (prepoznavanje vključujočih in zastarelih izrazov)

Namen: Povečati zavedanje o razliki med vključujočim in zastarelim jezikom.

Aktivnost »zastarelo ali vključujoče«:

Udeleženci določijo, ali so spodnji izrazi zastareli ali vključujoči.

- »Spolna preferenca« (zastarelo)
- »Spolna usmerjenost« (vključujoče)
- »Hermafrodit« (zastarelo)
- »Interspolna oseba« (vključujoče)
- »Transspolniki« (zastarelo)
- »Transspolne osebe« (vključujoče)

- »Rojen v napačnem telesu« (zastarelo)
- »Potrjevanje svoje spolne identitete« (vključujoče)
- »Partner« (vključujoče)
- »Normalen par« (zastarelo)
- »Oba spola« (zastarelo)
- »Ljudje vseh spolnih usmerjenosti in spolnih identitet« (vključujoče)

1.3 Vaja 3: Vaja z zaimki (verzija z vprašanji izbirnega tipa)

Namen: Razvijati samozavest in tekočo uporabo pravih zaimkov.

Aktivnost »izberi pravi odgovor«: Preberi vsako vprašanje in izberi pravilno možnost (A ali B).

1. Slišiš sodelavca, ki napačno uporabi zaimek za mlado osebo, ki trenutno ni prisotna. Kateri odziv je najbolj vključujoč in profesionalen?

A) »Mislim, da uporablja zaimke on - poskrbimo, da ga pravilno naslavljamo.«
Pravilen odgovor

B) Ne rečeš ničesar, ker osebe ni prisotne.

2. Mlad udeleženec ti zasebno pove, da uporablja različne zaimke glede na kontekst (on_a s prijatelji, ona doma). Kako se odzoveš?

A) »Hvala, da si mi povedal. Katere zaimke želiš, da uporabljam v tej skupini?« Pravilen odgovor

B) »To se sliši zapleteno; jaz bom raje uporabljal kar ona.«

3. Izvajalec predstavi govorca z zastarelimi zaimki, čeprav jih je govorec pred kratkim posodobil. Kateri odziv je najbolj spoštljiv?

A) Počakaš na primeren trenutek in rečeš: »Samo za pojasnilo — Sam uporablja zaimke on_a.« Pravilen odgovor

B) Glasno prekineš osebo in jo takoj popraviš.

4. Mlada oseba ti zasebno pove, da preizkuša različne zaimke in želi, da to za zdaj veš samo ti. Kako se odzoveš?

A) »Hvala, da si mi povedal. V zasebni komunikaciji bom uporabljal zaimke, ki si jih izbral, drugim pa jih brez tvojega dovoljenja ne bom razkrival.« Pravilen odgovor

B) »Mislim, da bi moral to povedati skupini, da ne bo zmede.«

5. Vrstnik nekega udeleženca ga zaradi navade nenamerno napačno naslavlja z zaimki. Jasno je, da se trudi, vendar se težko prilagodi. Kateri je najboljši dolgoročni pristop?

A) Vrstnika prijazno popraviš, kadar se to zgodi, dosledno uporabljaš pravilne zaimke in mu ponudiš podporo pri prilagajanju. Pravilen odgovor

B) Vrstnika javno kaznuješ ali osramotiš, da bi ustavil takšno vedenje.

6. Med večjezično aktivnostjo ima nekdo težave z uporabo pravilnih angleških zaimkov, ker takšni zaimki v njegovem jeziku ne obstajajo. Kako se odzoveš?

A) »V redu je, če narediš napako. Vadimo skupaj — uporaba pravilnih zaimkov je pomembna in vidi se, da se trudiš.« Pravilen odgovor

B) »Če ti je to težko, se raje popolnoma izogibaj zaimkom.«

7. Pišeš poročilo in ne poznaš zaimkov udeleženca. Kateri je najbolj vključujoč naslednji korak?

A) Preveriš prijavni obrazec ali udeleženca neposredno vprašaš: »Katere zaimke želiš, da uporabim v tem poročilu?« Pravilen odgovor

B) Predvidevaš na podlagi videza.

8. Med sestankom ekipe sodelavec za mladega udeleženca Jordana uporabi zaimek »ona«, čeprav Jordan uporablja zaimke on/on_a. Jordan ni prisoten.

Kateri je najbolj vključujoč in profesionalen način odziva?

A) »Mislim, da Jordan uporablja zaimke on/on_a — poskrbimo, da ga pravilno naslavljamo.« Pravilen odgovor

B) »Ne rečeš ničesar, ker Jordana ni v prostoru.«

1.4 Vaja 4: Pravilno ali napačno

Aktivnost »pravilno ali napačno«:

Udeleženci določijo, ali so spodnje trditve pravilne (pravilno) ali napačne (napačno).

1. »Intersekcionalnost velja samo za temnopolte ženske.« → Napačno

Intersekcionalnost je koncept, ki velja za vse posameznike, katerih izkušnje oblikujejo različne identitete in sistemi zatiranja. Čeprav izraz izhaja iz temnopolte feministične teorije (Crenshaw, 1989), je relevanten tudi za LGBTQIA+ mlade iz različnih okolij.

(Vir: Crenshaw, 1989; ILGA-Europe, 2024)

2. »LGBTQIA+ mladi begunec se lahko sooča tako s ksenofobijo kot s homofobijo.« → Pravilno

Mnogi LGBTQIA+ begunci doživljajo večplastno diskriminacijo, ki lahko omejuje dostop do izobraževanja, nastanitve in podpornih storitev.

(Vir: FRA, 2024; European Youth Forum, 2023)

3. »Vsi LGBTQIA+ mladi imajo enake izzive in potrebe.« → Napačno

Izkušnje se močno razlikujejo glede na druge identitetne dejavnike, kot so etnična pripadnost, vera, družbeni razred ali invalidnost. Vključujoča praksa mora biti prilagojena edinstveni situaciji vsake osebe.

(Vir: UNESCO, 2023; WHO, 2022)

4. »Intersekcionalnost se osredotoča samo na prikrajšanosti, ne pa tudi na močne strani posameznika.« → Napačno

Intersekcionalnost poudarja tudi odpornost, podporo skupnosti in močne strani, ki izhajajo iz raznolikih življenjskih izkušenj.

(Vir: European Youth Forum, 2023; ILGA-Europe, 2024)

5. »Romski transspolni najstnik se lahko sooča z diskriminacijo tako zunaj kot znotraj svoje skupnosti.« → Pravilno

Dvojna diskriminacija se lahko pojavi, kadar posameznik doživlja predsodke na več področjih — na primer zaradi etnične pripadnosti v širši družbi ter zaradi spolne identitete znotraj lastne skupnosti.

(Vir: FRA, 2024; ILGA-Europe, 2024)

6. »Kulturna kompetentnost ni potrebna, če vse obravnavamo enako.« → Napačno

Enakost ne pomeni istosti. Vključujoče mladinsko delo zahteva razumevanje in upoštevanje specifičnih kulturnih, družbenih in identitetnih potreb vsakega posameznika.

(Vir: UNESCO, 2023; WHO, 2022)

7. »Intersekcionalnost pomaga mladinskim delavcem oblikovati bolj vključujoče in učinkovite strategije podpore.« → Pravilno

S prepoznavanjem prepletanja različnih identitet lahko strokovni delavci oblikujejo prilagojene pristope, ki spodbujajo dostopnost, zaupanje in občutek pripadnosti.

(Vir: European Youth Forum, 2023)

1.5 Vaja 5: Kviz »Mit ali dejstvo«

Namen: Odpravljanje napačnih predstav in spodbujanje dejanskega razumevanja.

Aktivnost kviza: Udeleženci preberejo trditve in določijo, ali gre za mit ali dejstvo.

- »Vprašanje po zaimkih med predstavitvijo na delovnem mestu ljudi pritiska k razkrivanju osebnih informacij.« → Mit. Vprašanje po zaimkih ustvarja možnost za samoopredelitev in spodbuja spoštovanje, ne da

bi zahtevalo razkritje osebnih podatkov. (Vir: UNESCO, 2023; GLAAD, 2023)

- »Dve mladi osebi z enako spolno identiteto lahko potrebujeta različno podporo glede na svoje kulturno ozadje, migracijski status ali socialno-ekonomski položaj.« → Dejstvo. Intersekcionalnost poudarja, da se identitete prepletajo ter oblikujejo edinstvene izkušnje in potrebe po podpori. (Vir: Crenshaw, 1989; FRA, 2024; ILGA-Europe, 2024)
- »Če organizacija podpira LGBTQIA+ pravice, uporaba zastarelih izrazov ne bo negativno vplivala na udeležence.« → Mit. Škoda lahko nastane tudi ob dobrih namenih — natančna in vključujoča uporaba jezika neposredno vpliva na zaupanje in občutek varnosti. (Vir: WHO, 2022; GLAAD, 2023)
- »Vključujoča praksa se osredotoča na vpliv napačnega naslavljanja z zaimki, ne pa na namen za tem dejanjem.« → Dejstvo. Napačno naslavljanje z zaimki povečuje stres in negativno vpliva na dobrobit posameznika, tudi kadar je nenamerno. (Vir: Meyer Minority Stress Model, 2023; FRA, 2024)
- »Kadar zaimki niso znani, je uporaba nevtralnega jezika najbolj spoštljiva možnost, dokler ne dobimo pojasnila.« → Dejstvo. Nevtralni izrazi preprečujejo predpostavke in omogočajo spoštljivo komunikacijo, dokler informacije niso potrjene. (Vir: UNESCO, 2023; ILGA-Europe, 2024)
- »Vključujoč jezik koristi samo LGBTQIA+ osebam in ni potreben, kadar je skupina večinoma heteroseksualna ali cisspolna.« → Mit. Vključujoča komunikacija izboljšuje občutek varnosti, pripadnosti in sodelovanja za vse ljudi. (Vir: UNESCO, 2023; European Youth Forum, 2023)
- »Delitev mladih v skupine 'fantje' in 'deklea' je zastarela in lahko izključuje nebinarne udeležence.« → Dejstvo. Binarna delitev utrjuje predpostavke o spolu ter ustvarja ovire za nebinarne in spolno raznolike mlade. (Vir: FRA, 2024; ILGA-Europe, 2024)

Modul 2: »Prepoznavanje in nudenje podpore ob izkušnjah nesprejemanja pri LGBTQIA+ mladih«

2.1 Prepoznaj nesprejemanje

Skupinska aktivnost za spletno ali izvedbo v živo

Cilj: Prepoznati subtilne in odkrite oblike izključevanja.

Navodila: Udeležence razdelite v več skupin po 2–3 osebe. Vsaka skupina prejme nalogo, da prebere kratek scenarij in razpravlja o oblikah nesprejemanja, ki se pojavijo v situaciji.

Primeri scenarijev:

- Učitelj pri nagovarjanju razreda uporablja izraz »fantje in dekleta«, zaradi česar se nebinarni učenec počuti nevidnega.
- Mladinski center organizira valentinov dogodek za zmenke za »mlade moške in ženske«.
- Transspolnega najstnika socialni delavec med pogovorom večkrat vpraša po »pravem imenu«.
- Dijak skriva svojo istospolno zvezo, potem ko sliši homofobne šale vrstnikov.

Primeri vprašanj za spodbujanje razprave:

- Katere oblike nesprejemanja so se pojavile?
- Kako bi se lahko počutil LGBTQIA+ mladostnik v tej situaciji?
- Kaj bi naredila podporni odrasla oseba oziroma kaj bi bilo treba narediti drugače?

Refleksija (debrief): Ko skupine med seboj razpravljajo o scenarijih, na kratko predstavijo svoje ugotovitve in razpravo tudi ostalim udeležencem.

2.2. Kviz: Pregled stanja v EU

Skupinska ali individualna vaja za izvedbo v živo ali spletno

Cilj: Udeleženci se seznaniijo z raziskavami in podatki o izkušnjah LGBTQIA+ mladih v EU.

Navodila: Vsak udeleženec prejme zvezek ali list papirja. Udeležence opomnimo, da namen kviza ni tekmovanje ali doseganje vseh pravilnih odgovorov, temveč spoznavanje oziroma osvežitev ključnih raziskav in podatkov. Izvajalec predstavi kratka vprašanja, udeleženci pa zapišejo svoje odgovore oziroma ugibanja. Ko vsi individualno odgovorijo na vprašanje, izvajalec predstavi pravilen odgovor, udeleženci pa lahko primerjajo, kako blizu pravilnemu odgovoru so bili njihovi odgovori ali ugibanja.

Primeri vprašanj:

Vprašanje: Kolikšen delež LGBTQIA+ mladih, starih od 15 do 17 let, v EU poroča o nadlegovanju?

Odgovor: Približno 70 %.

Vprašanje: Kolikšen delež LGBTQIA+ mladih se v šoli počuti popolnoma sprejetih?

Odgovor: Okoli 40 % ali manj.

Vprašanje: Katera skupina znotraj LGBTQIA+ mladih se sooča z največjim tveganjem za zločine iz sovraštva?

Odgovor: Transspolni in interspolni mladi.

Vprašanje: Kolikšen delež mladih se zaradi varnosti izogiba določenim krajem?

Odgovor: Približno 73 %.

Vprašanje: Kateri zaščitni dejavnik je najmočnejše povezan z dobrobitjo mladih?

Odgovor: Podporne odrasle osebe in vključujoče šolsko okolje.

Refleksija (debrief): Skupaj razmislite o razlikah med odgovori udeležencev in pravilnimi odgovori.

Celoten kviz je dostopen tukaj: European Union Agency for Fundamental Rights. LGBTIQ Equality at a Crossroads: Progress and Challenges. Publications Office of the European Union, 2024.

<https://fra.europa.eu/en/publication/2024/lgbtiq-equality-crossroads-progress-and-challenges>

2.3 Igra vlog: Odzivanje na razkritje

Skupinska ali individualna vaja za izvedbo v živo

Cilj: Udeleženci vadijo razlikovanje med odklonilnimi in podpornimi odzivi.

Navodila: Izvajalec razdeli udeležence v pare. Vsak par izbere ali izžreba scenarij. Udeleženci vsak scenarij odigrajo dvakrat. Pri vsaki ponovitvi zamenjajo vlogi mlade osebe in strokovnega delavca ter preizkusijo drugačen odziv. Prvič strokovni delavec poda odklonilen odziv (npr. da gre samo za fazo, zanika strahove ali izkušnje osebe ipd.). Drugič strokovni delavec poskuša podati podporen odziv (afirmativen, neobsojajoč, ob ohranjanju zaupnosti).

Primeri scenarijev:

- Dijak pove socialnemu delavcu: »Mislim, da sem mogoče gej, ampak starši bi me sovražili, če bi izvedeli.«
- Dijak učitelju pove, da razmišlja o uporabi spolno nevtrálnih zaimkov.
- Uporabnik mladinskega centra pove mladinskemu delavcu, da ga je drug uporabnik napačno naslavljajl glede spola.

Refleksija: Pari nato celotni skupini predstavijo, kako so doživeli scenarije. Za pomoč pri analizi lahko uporabijo naslednja vprašanja:

- Kako se je spreminjal občutek udobja in varnosti pri mladi osebi?
- Kateri izrazi ali način komunikacije so pomagali ustvariti občutek varnosti?
- Kako se lahko izognemo predpostavkam?

* Prosimo, upoštevajte, da so lahko nekatere situacije pri vajah igranja vlog sprožilne ali neprijetne za osebe, ki so doživele podobne izkušnje. Pomembno

je omogočiti možnost umika iz aktivnosti ali zavrnitev sodelovanja iz osebnih razlogov.

2.4 Orodje za institucionalno refleksijo

Skupinska ali individualna aktivnost za zaposlene in/ali prostovoljce, ki delajo v isti ali podobni organizaciji, instituciji ali področju dela

Cilj: Udeleženci analizirajo raven sprejemanja in vključevanja v svoji organizaciji, šoli ali instituciji.

Navodila: Vsak udeleženec oceni svojo organizacijo na lestvici od 1 do 5 (1 pomeni najslabše, 5 najboljše) v različnih kategorijah. Udeležence spodbudimo, da z drugimi delijo, na katerih področjih njihova organizacija deluje dobro in kje vidi možnosti za izboljšave.

Primeri kategorij:

- Vidna vključujočnost (plakati, politike, vzorniki).
- Uporaba vključujočega jezika.
- Dostop do spolno nevtrálnih prostorov (toalet, garderobe ipd.).
- Usposabljanje zaposlenih o LGBTQIA+ vključevanju.
- Protokoli podpore ob razkritju identitete ali prijavi nadlegovanja.

Refleksija: Skupina razpravlja o možnih ukrepih za povečanje sprejemanja in vključevanja v organizaciji ter o tem, ali so predlagane rešitve kratkoročne ali dolgoročne.

2.5 Načrtovanje ukrepov

Primerno za spletno ali izvedbo v živo, individualno ali skupinsko

Cilj: Udeleženci razmišljajo o spremembah, ki jih lahko uvedejo na različnih ravneh za povečanje vključevanja v svojem profesionalnem okolju.

Navodila: Na podlagi osebnih izkušenj ali prejšnje vaje vsak udeleženec pripravi kratek načrt, ki vključuje:

- eno spremembo na ravni politike (npr. uvedba politike vključujoče rabe zaimkov),
- eno spremembo na ravni prakse (npr. posodobitev obrazcev v spolno nevtralne, dodajanje možnosti spolno nevtralnega toaleta ipd.),
- en osebni cilj (npr. udeležba na usposabljanju za LGBTQIA+ zavezništvo).

Refleksija: Udeleženci se razdelijo v pare. Primerjajo predlagane spremembe ter razpravljajo o možnih ovirah pri njihovi izvedbi in o tem, kako lahko pridobijo več podpore za implementacijo znotraj svoje organizacije ali izven nje.

Modul 3: Duševno zdravje – ocenjevanje in tehnike za krepitev odpornosti

3.1 Vaja: Vprašanje izbirnega tipa

Kateri izmed spodnjih dejavnikov predstavlja zaščitni dejavnik za duševno zdravje LGBTQIA+ mladih?

- a) Izogibanje pogovorom o identiteti
- b) Dostop do podpornih in razumevajočih odraslih oseb
- c) Nenehna potreba po razlaganju svoje identitete drugim
- d) Neiskanje strokovne ali vrstniške podpore

Pravilni odgovor: b) Dostop do podpornih in razumevajočih odraslih oseb

3.2 Vaja: Izberi in poveži

Poveži koncept z ustreznim opisom:

Koncept	Opis
1. Manjšinski stres	A. Subtilne oblike razvrednotenja ali dvoma, kot so šale, komentarji ali pogledi, zaradi katerih se oseba počuti izključeno ali obsojano.
2. Mikroagresija	B. Stres, ki izhaja iz življenja v družbi, kjer norme in stališča ustvarjajo diskriminacijo ali pritisk na manjšinske skupine.
3. Krog zaimkov	C. Skupinska praksa, namenjena zagotavljanju, da so vsi naslavljeni s pravilnimi zaimki ali da lahko preskočijo deljenje zaimkov, če to želijo.

Pravilni odgovori:

1 → B

2 → A

3 → C

3.3 Vaja: Preprečevanje samomora: pravilno ali napačno

Pravilno ali napačno:

1. Nevarno je vprašati nekoga o samomorilnih mislih.
2. Osebe, ki govorijo o samomoru, bodo samomor tudi storile.

Odgovori:

1. To je napačno!
2. Tudi to je napačno!

3.4 Vaja: Osebna zgodba (upanje in okrevanje) – primer študije primera

Ko je bil Alex star 16 let, je v šoli doživljal stalne mikroagresije — komentarje, šale in izključevanje. Sčasoma je prenehal sodelovati, se umaknil od prijateljev in začel izgubljati upanje.

- Katere znake stresa ali umika je Alex kazal in kako bi jih drugi lahko prej opazili?
- Kako lahko majhna dejanja podpore, na primer vprašanje, kako se nekdo počuti, prispevajo k odpornosti?
- Kaj mislite, da se je zgodilo naprej?

Neka odrasla oseba je opazila spremembo in Alexa neposredno vprašala, kako se zares počuti. Ta pogovor je pripeljal do podpore svetovalca in povezave z varnim LGBTQIA+ prostorom. Alex danes pravi: »*Ni me rešila ena velika stvar — rešilo me je to, da je nekdo opazil in ni pogledal stran.*«

Reflektivna vaja

Alexova zgodba poudarja moč opažanja majhnih sprememb v vedenju posameznika.

Razmislek:

- Ali ste v zadnjem času opazili osebe okoli sebe, pri katerih se je vedenje spremenilo?
- Kateri majhni znaki lahko nakazujejo, da oseba potrebuje podporo, tudi če o tem ni ničesar povedala?
- Kaj lahko storite, da preverite, ali oseba potrebuje podporo? Katera vprašanja lahko postavite?

Modul 4: Vključujoča komunikacija in veščine neobsojajočega jezika

4.1 Vaja 1: Izrazi v vključujoči komunikaciji (vaja povezovanja)

Namen: Podpreti razumevanje glavnih izrazov, ki krepijo vključujočo komunikacijo.

Aktivnost povezovanja (beseda ↔ definicija)

Izrazi: Vključujoč jezik, predsodek, mikroagresija, zaimki, intersekcionalnost, empatija, afirmativna komunikacija

Definicije: Glej temo 1 v teoretičnem delu.

4.2 Vaja 2: Pravilno ali napačno

Namen: Graditi zavedanje o subtilnih predsodkih v komunikaciji.

Trditev	Pravilno/ Napačno	Razlaga
1. Pohvala nekomu, da je »zelo zgovoren« ali »dobro govori«, je lahko mikroagresija.	Pravilno	Lahko izraža presenečenje, ki temelji na predsodkih ali stereotipih.
2. Sprejemljivo je predvidevati zaimke osebe glede na njen videz.	Napačno	Vedno vprašamo ali uporabljamo spolno nevtralen jezik, dokler nimamo informacije.
3. Vključujoč jezik je potreben samo pri delu z LGBTQIA+ mladimi.	Napačno	Koristi vsem in postavlja normo spoštljive komunikacije.
4. Uporaba izraza »To je tako gej« kot šala je neškodljiva.	Napačno	Krepi stigo in negativne prizvoke.

5. Uporaba spolno nevtrálnih izrazov, kot je »partner«, podpira vključevanje.	Pravilno	Nevtralni izrazi preprečujejo predpostavke o spolu ali spolni usmerjenosti.
6. Izogibanje uporabi zaimkov neke osebe zaradi strahu pred napako je vključujoče.	Napačno	Vključevanje in spoštljivo popravljane kažeta skrb in trud.
7. Nezavedni predsodki se lahko kažejo v tonu glasu, govoricu telesa in načinu izražanja.	Pravilno	Predsodki vplivajo tako na verbalno kot neverbalno komunikacijo.

4.3 Vaja 3: Vključujoče ali ne?

Namen: Pomagati udeležencem prepoznati vključujočo in nevključujočo komunikacijo v realističnih situacijah na delovnem mestu in v mladinskem delu.

Kviz na podlagi scenarijev (dve možnosti: vključujoče ali nevključujoče)

1. »Razdelimo skupino: moški na eno stran, ženske na drugo.« → Nevključujoče
2. Mladinski delavec reče: »Preden začnemo, preverimo, kako se vsi počutijo.« → Vključujoče
3. »To nalogo bi morali dati nekomu močnemu; mogoče enemu od fantov.« → Nevključujoče
4. Vodja ekipe reče: »Alex uporablja zaimke on_a, prosim, upoštevajte to.« → Vključujoče
5. »Vsi ste dobrodošli, da se pridružite srečanju, bodisi spletno bodisi v živo.« → Vključujoče

4.4 Vaja 4: Izberi pravilen odgovor (vprašanja izbirnega tipa)

Vprašanje 1:

Katera izmed naslednjih možnosti je najbolj vključujoča alternativa izrazu »manpower«?

- A) osebje
- B) delovna sila
- C) samo člani osebja
- D) vse navedeno ***pravilen odgovor***

Vprašanje 2:

Kateri stavek odstrani spolne predsodke?

- A) »Takšne pač so punce.«
- B) »Vsak človek se izraža na svoj način.« ***pravilen odgovor***
- C) »Fantje ne jokajo.«
- D) »Vsaka družina bi morala imeti mamo in očeta.«

Vprašanje 3:

Mladostnik izrazi frustracijo zaradi občutka, da ga drugi ne razumejo. Kateri odziv je najbolj empatičen?

- A) »Pretiravaš.«
- B) »Razumem, zakaj je to lahko težko.« ***pravilen odgovor***
- C) »Ne skrbi, ni tako velika stvar.«
- D) »Drugim je še huje.«

Vprašanje 4:

Katero dejanje predstavlja reflektivno poslušanje?

- A) Prekinjanje sogovornika z namenom takojšnjega dajanja nasvetov

B) Postavljanje odprtih vprašanj o občutkih *pravi*len odgovor

C) Ignoriranje govorca

D) Popravljanje ali zanikanje čustev govorca

4.5 Vaja 5: Izberi pravilno besedo

Vprašanje 1:

»Zavestna izbira ____, natančnosti in spoštovanja pomaga spreminjati komunikacijska okolja.«

Možnosti za izbiro:

- nevtralnosti *pravi*len odgovor
- predsodkov
- humorja
- stereotipov
- obsojanja
- pristranskosti

Vprašanje 2:

»Reflektivno poslušanje vključuje prepoznavanje ____, postavljanje odprtih vprašanj in potrjevanje samoizražanja.«

Možnosti za izbiro:

- občutkov *pravi*len odgovor
- samo dejstev
- samo mnenj
- tišine
- kritike
- avtoritete

Vprašanje 3:

»Pristranski jezik se pogosto subtilno pojavlja skozi ____, humor ali stereotipe.«

Možnosti za izbiro:

- vsakdanje izraze *pravilen odgovor*
- znanstvena dejstva
- politike
- priročnike za usposabljanje
- tišino
- pohvale

Vprašanje 4:

»Empatična komunikacija v mladinskem delu podpira ____ z zmanjševanjem manjšinskega stresa in izolacije.«

Možnosti za izbiro:

- duševno zdravje *pravilen odgovor*
- produktivnost
- tekmovalnost
- nevednost
- izključevanje
- konflikte

Vprašanje 5:

»Vključujoč jezik nadomešča izključujoče izraze z ____ alternativami.«

Možnosti za izbiro:

- spoštljivimi *pravilen odgovor*
- sproščenimi
- sarkastičnimi
- dvoumnimi
- agresivnimi

Modul 5: Ustvarjanje vključujočih in LGBTQIA+ prijaznih delovnih okolij

5.1 Vaja: Kviz z vprašanji izbirnega tipa

Navodila: Izberite pravilen odgovor za vsako vprašanje.

1. Kakšna je glavna razlika med raznolikostjo in vključevanjem na delovnem mestu?

- a) Raznolikost se osredotoča na zastopanost, vključevanje pa na občutek pripadnosti ☒
- b) Raznolikost zagotavlja enako plačilo, vključevanje pa napredovanja
- c) Raznolikost pomeni zaposlovanje samo manjšin
- d) Vključevanje se nanaša samo na fizično dostopnost

2. Katera izmed spodnjih možnosti najbolje opisuje pravičnost (equity)?

- a) Enaka obravnava vseh oseb
- b) Dajanje enakih orodij vsem ne glede na potrebe
- c) Zagotavljanje različnih ravni podpore za doseganje pravičnih rezultatov ☒

d) Ignoriranje individualnih razlik

3. Koncept SOGIESC organizacijam pomaga:

a) Prepoznavati samo vidne razlike

b) Razumeti raznolikost spolne usmerjenosti in spolov tudi zunaj binarnega sistema ☒

c) Omejevati raznolikost na pravne kategorije

d) Izključevati spolne značilnosti iz obravnave

4. Raziskave kažejo, da vključujoča delovna okolja pogosto izkazujejo:

a) Nižjo vključenost zaposlenih

b) Manj inovativnosti

c) Večjo ustvarjalnost in sodelovanje ☒

d) Večjo fluktuacijo zaposlenih

5. 23. člen Splošne deklaracije človekovih pravic določa, da:

a) Je zaposlitev privilegij določenih skupin

b) Delodajalci odločajo, kdo si zasluži enakost

c) So na delovnem mestu zaščiteni samo državljani

d) Ima vsakdo pravico do dela brez diskriminacije ☒

6. Katera trditev najbolje opisuje Listino Evropske unije o temeljnih pravicah?

a) Velja samo za zasebne organizacije

b) Od leta 2009 nima pravne veljave

c) Znotraj Evropske unije ni priznana

d) Prepoveduje diskriminacijo, tudi na podlagi spolne usmerjenosti ☒

7. Zakaj je 21. člen Listine EU o temeljnih pravicah še posebej pomemben?

a) Dovoljuje diskriminacijo, če je upravičena s tradicijo

b) Nanaša se samo na spol in vero

c) Izrecno navaja spolno usmerjenost kot zaščiteno podlago ☒

d) Nadomešča vse nacionalne zakone o enakosti

8. Konvencija Mednarodne organizacije dela (ILO) št. 111 obravnava diskriminacijo na področju:

a) Stanovanj in izobraževanja

b) Zaposlovanja in poklica ☒

c) Političnega zastopanja

d) Varstva okolja

9. Čeprav Konvencija ILO št. 111 izrecno ne omenja spolne usmerjenosti, je še vedno pomembna za LGBTQIA+ pravice, ker:

a) Velja samo za države, ki LGBTQIA+ osebe omenjajo v svoji zakonodaji

b) Omejuje zaščito samo na spol

c) Izključuje nove oblike diskriminacije

d) Njeno besedilo omogoča široko razlago, ki vključuje nove podlage diskriminacije ☒

10. Zakaj ustvarjanje LGBTQIA+ vključujočega delovnega okolja velja za strateško prednost?

- a) Ker organizacijam pomaga dosegati kvote
- b) Ker izboljšuje samo ugled organizacije
- c) Ker spodbuja inovativnost, vključenost in produktivnost ☒
- d) Ker samodejno prepreči vse pravne izzive

5.2 Vaja: Kviz z vprašanji izbirnega tipa

Navodila: Izberite pravilen odgovor za vsako vprašanje.

1. Kaj zagotavlja 23. člen Splošne deklaracije človekovih pravic (UDHR)?

- A) Brezplačno zdravstveno oskrbo
- B) Pravico do dela brez diskriminacije ☒
- C) Volilno pravico
- D) Svobodo izražanja

2. Kaj od spodnjega je izrecno prepovedano v Listini EU o temeljnih pravicah?

- A) Starostna diskriminacija
- B) Diskriminacija na podlagi spolne usmerjenosti ☒
- C) Diskriminacija na podlagi jezika
- D) Diskriminacija na podlagi političnega prepričanja

3. Koncept SOGIESC organizacijam pomaga:

- A) Prepoznavati samo vidne razlike
- B) Omejevati raznolikost na pravne kategorije
- C) Razumeti raznolikost spolne usmerjenosti in spolov tudi zunaj binarnega sistema ☒
- D) Izključevati spolne značilnosti iz obravnave

4. Konvencija ILO št. 111 se osredotoča na:

A) Zdravje in varnost pri delu

B) Diskriminacijo pri zaposlovanju in opravljanju poklica ✓

C) Minimalne plačne standarde

D) Delovni čas

5. Kateri koncept zagotavlja pravične rezultate z upoštevanjem različnih izhodišč zaposlenih?

A) Enakost

B) Raznolikost

C) Vključevanje

D) Pravičnost (equity) ✓

6. Vključevanje na delovnem mestu pomeni:

A) Aktivno zagotavljanje, da se vsi posamezniki počutijo spoštovane in cenjene ✓

B) Zgolj toleriranje razlik

C) Uvajanje zaposlitvenih kvot

D) Zaposlovanje samo raznolikih kandidatov

7. Raziskave kažejo, da vključujoča delovna okolja pogosto izkazujejo:

A) Nižjo vključenost zaposlenih

B) Manj inovativnosti

C) Večjo ustvarjalnost in sodelovanje ✓

D) Večjo fluktuacijo zaposlenih

8. Čeprav Konvencija ILO št. 111 izrecno ne omenja spolne usmerjenosti, je še vedno pomembna za LGBTQIA+ pravice, ker:

A) Velja samo za države, ki LGBTQIA+ osebe omenjajo v svoji zakonodaji

B) Njeno besedilo omogoča široko razlago, ki vključuje nove podlage diskriminacije ✓

C) Izključuje nove oblike diskriminacije

D) Omejuje zaščito samo na spol

9. Kaj Listino EU o temeljnih pravicah naredi še posebej pomembno za enakost na delovnem mestu?

A) Je pravno zavezujoča za institucije EU in države članice ☒

B) Velja samo za zasebna podjetja z več kot 250 zaposlenimi

C) Gre zgolj za simbolni dokument brez izvrševanja

D) Nadomešča vso nacionalno zakonodajo o enakosti

10. Kaj je glavni cilj vključevanja, kot je opredeljen v tem modulu?

A) Zagotavljanje zastopanosti s pomočjo kvot

B) Ustvarjanje kulture pripadnosti in spoštovanja za vse ☒

C) Izogibanje razpravam o raznolikosti zaradi preprečevanja konfliktov

D) Zagotavljanje ugodnosti samo marginaliziranim zaposlenim

5.3 Vaja Vprašanja izbirnega tipa (10 vprašanj)

Navodila: Izberite pravilen odgovor oziroma odgovore za vsako vprašanje.

1. Katera izmed spodnjih možnosti predstavlja odkrito obliko diskriminacije LGBTQIA+ zaposlenih na delovnem mestu?

A. Mikroagresije

B. Zavrnitev napredovanja ☒

C. Heteronormativne predpostavke

D. Izključevanje iz neformalnih mrež

2. Kolikšen delež LGBTQIA+ oseb v EU je poročal, da so v zadnjem letu doživeli diskriminacijo pri zaposlovanju?

A. 10 % ☒

B.21 %

C.35 %

D.50 %

3. Kaj predstavlja strukturno oviro v organizacijah, ki vpliva na LGBTQIA+ zaposlene?

A.Mikroagresije

B.Nadlegovanje na delovnem mestu

C.Pomanjkanje izrecnih protidiskriminacijskih politik ☒

D.Pritisk k prikrivanju identitete

4. Binarni in heteronormativni kadrovski sistemi pogosto:

A.priznavajo samo kategoriji moški/ženska ☒

B.omogočajo vključujoče toalete

C.zaposlenim dovoljujejo uporabo izbranih imen

D.spodbujajo raznolikost v vodstvu

5. Katera izmed spodnjih možnosti predstavlja medosebno ali kulturno oviro?

A.Pomanjkanje postopkov prijavljanja

B.Implicitni predsodki in stereotipi ☒

C.Šibka zakonodaja o enakosti

D.Pomanjkljivosti organizacijskih politik

6. Prikrivanje spolne usmerjenosti ali spolne identitete na delovnem mestu je povezano z:

A.višjim zadovoljstvom pri delu

B. slabšimi izidi na področju duševnega zdravja ☒

C. večjo inovativnostjo

D. močnejšo socialno podporo

7. Katera izmed spodnjih možnosti je primer strukturne ali institucionalne ovire?

A. Šale o LGBTQIA+ sodelavcih

B. Strah pred razkritjem identitete na delovnem mestu

C. Pomanjkanje izrecnih protidiskriminacijskih politik ☒

D. Nizka samopodoba zaposlenih

8. Kaj je glavna težava binarnih in heteronormativnih kadrovskih sistemov?

A. Omogočajo učinkovitejše vodenje evidenc

B. Lahko izključujejo zaposlene, katerih identitete ne ustrezajo kategorijama »moški/ženska« ☒

C. Izboljšujejo doslednost komunikacije

D. Osredotočajo se samo na uspešnost in ne na identiteto

9. Omejena zastopanost LGBTQIA+ oseb na vodstvenih položajih lahko vodi do:

A. manjšega zavedanja o vključevanju v organizacijski kulturi ☒

B. bolj inovativnega odločanja

C. večje vključenosti zaposlenih

D. boljše komunikacije z raznolikimi ekipami

10. Delovno okolje, ki tolerira homofobne ali transfobne šale, je primer:

A.strukturne diskriminacije

B.sovražne delovne kulture ☒

C.napačne interpretacije politik

D.nevtralnega organizacijskega vedenja

11. Kaj se običajno zgodi, kadar zaposleni čutijo pritisk, da skrivajo svojo identiteto (»ostanejo v omari«)?

A.zadovoljstvo pri delu in duševno zdravje se poslabšata ☒

B.produktivnost in vključenost se povečata

C.postanejo bolj vključeni v ekipe

D.soočajo se z manj komunikacijskimi izzivi

12. Katera izmed spodnjih možnosti najbolje opisuje implicitni predsodek na delovnem mestu?

A.zavestna prizadevanja za izključevanje nekoga

B.odkrite oblike diskriminacije

C.vidne oblike nadlegovanja

D.skriti stereotipi, ki nezavedno vplivajo na odločitve ☒

5.4 Vaja - Poveži

Koncept	Opis / primer
1. Pomanjkanje izrecnih protidiskriminacijskih politik	A. LGBTQIA+ zaposleni so spregledani pri napredovanjih in vodstvenih vlogah
2. Binarni in heteronormativni kadrovski sistemi	B. Sistemi priznavajo samo kategoriji moški/ženska in nimajo vključujočih možnosti

3. Nadlegovanje na delovnem mestu	C. Ponavljajoče se šale, žaljivke ali govorice, usmerjene proti LGBTQIA+ zaposlenim
4. Pritisk k prikrivanju identitete	D. Zaposleni skrivajo svojo spolno usmerjenost ali spolno identiteto, da bi se izognili negativnim posledicam
5. Implicitni predsodki in stereotipi	E. Predpostavke o »primernem« videzu ali vedenju vplivajo na priložnosti
6. Intersekcionalnost	F. Doživljanje več oblik diskriminacije zaradi prekrivajočih se identitet
7. Organizacijske posledice ne vključevanja	G. Zmanjšana produktivnost, izguba talentov, tveganje za ugled in pravna izpostavljenost

Pravilni odgovori: 1-D, 2-F, 3-B, 4-G, 5-A, 6-C, 7-E

5.5 Vaja

Pravilno ali napačno: Strategije za LGBTQIA+ vključevanje

Navodila: Pozorno preberite vsako trditev in označite, ali je **pravilna (P)** ali **napačna (N)**.

- Zbiranje prostovoljnih in zaupnih podatkov o raznolikosti pomaga organizacijam spremljati zastopanost LGBTQIA+ oseb in rezultate vključevanja. → **PRAVILNO**
- Uporaba spolno nevtralnega jezika v zaposlitvenih oglasih je primer izključujoče kadrovske prakse. → **NAPAČNO**
- Obeleževanje mednarodnih dni ozaveščanja, kot sta IDAHOBIT ali mesec ponosa, je vidna strategija podpore LGBTQIA+ zaposlenim. → **PRAVILNO**
- Vodje bi morali ignorirati nezavedne predsodke, ker imajo majhen vpliv na vključevanje na delovnem mestu. → **NAPAČNO**
- Ustvarjanje varnih prostorov, podpornih mrež ali ERG-skupin (Employee Resource Groups) prispeva k vključujoči organizacijski kulturi. → **PRAVILNO**
- Spodbujanje zavezništva pomeni usposabljanje ne-LGBTQIA+ sodelavcev za aktivno podporo in krepitev glasov marginaliziranih skupin. → **PRAVILNO**
- Samorefleksija in stalno učenje o LGBTQIA+ pravicah veljata za strategiji vključevanja na individualni ravni. → **PRAVILNO**
- Zavezanost vodstva ima minimalen vpliv na vključevanje, saj same politike zadostujejo. → **NAPAČNO**
- Uporaba pravilnih zaimkov in izbranih imen v komunikaciji je oblika vključujoče prakse na ravni ekipe. → **PRAVILNO**
- Spremljanje in vrednotenje vključevanja ni potrebno, če organizacija že izvaja politike in usposabljanja. → **NAPAČNO**

5.6 Vaja (dodatna vaja)



Interaktivni načrt aktivnosti:

Igre vlog in skupinske vaje o vključevanju in izključevanju

- Izvajalci lahko okvirno razdelijo udeležence v skupine po 3 osebe. Vsaka oseba prevzame eno izmed naslednjih vlog: **1)** direktor (CEO), **2)** kadrovski manager (HR Manager), **3)** mlada oseba, ki doživlja diskriminacijo
- Skupina pripravi kratek prizor iz delovnega okolja, ki prikazuje bodisi vključujoče bodisi nevključujoče delovno okolje.
- Za pripravo prizora imajo 10 minut.
- Za predstavitev »nastopa« imajo 3–5 minut.
- Vsak prizor naj: prikaže realistično situacijo na delovnem mestu, izpostavi vključevanje ali izključevanje, ponudi možno rešitev ali primer dobre prakse.

Modul 6: Pravni okviri in pravice LGBTQIA+ mladih

6.1 Vaja: Pravilno ali napačno

Navodila: Odločite se, ali je posamezna trditev pravilna  ali napačna .

- Grčija je postala prva država z večinsko pravoslavnim prebivalstvom, ki je legalizirala istospolne poroke. → **PRAVILNO** 
- Na Švedskem je za spremembo pravnega spola še vedno potrebna operacija in psihološka ocena. → **NAPAČNO** 
- V Italiji postopek pravnega priznanja spola še vedno poteka preko sodišč. → **PRAVILNO** 
- Belgija je legalizirala istospolne poroke pred uvedbo pravice do posvojitve za istospolne pare. → **PRAVILNO** 
- Slovenski Nacionalni program za mladino 2024–2032 vključuje posebne ukrepe za duševno zdravje in vključevanje LGBTQIA+ mladih. → **NAPAČNO** 
- Grški zakon 4443/2016 prepoveduje diskriminacijo na podlagi spolne usmerjenosti in spolne identitete. → **PRAVILNO** 
- Švedski Zakon o diskriminaciji velja samo za primere zaposlovanja. → **NAPAČNO** 
- Belgijski zakon o pravnem priznanju spola (2018) omogoča pravno spremembo spola brez operacije. → **PRAVILNO** 
- Italijanski zakon Cirinnà (2016) je legaliziral istospolne poroke. → **NAPAČNO** 
- Vseh pet obravnavanih držav danes dovoljuje posvojitve istospolnim parom. → **NAPAČNO** 
- Od leta 2022 morajo švedske šole v okviru nacionalnega kurikulumu poučevati vsebine »Spolnost, soglasje in odnosi«. → **PRAVILNO** 
- Slovenija je leta 2022 legalizirala istospolne poroke in posvojitve na podlagi odločitve Ustavnega sodišča. → **PRAVILNO** 
- Strategija EU za enakost LGBTIQ oseb 2020–2025 je prva celovita strategija EU, posebej namenjena enakosti LGBTQIA+ oseb. → **PRAVILNO** 
- Strategija EU o otrokovih pravicah izrecno spodbuja vključujoče izobraževanje in zaščito pred diskriminacijo za vse otroke, tudi LGBTQIA+ mlade. → **PRAVILNO** 

Namen: Pomagati izvajalcem razlikovati zakonodajo med državami in razumeti stopnjo naprednosti posamezne države.

6.2 Vaja: Vprašanja izbirnega tipa

Naslov: Izberi pravilen odgovor!

Navodila: Izberite pravilen odgovor.

1. Kateri grški zakon je legaliziral istospolne partnerske skupnosti?

a) Zakon 3500/2006

b) Zakon 4356/2015 ☒

c) Zakon 4443/2016

d) Zakon 3896/2010

2. Katera država je uvedla istospolne poroke leta 2003?

a) Italija

b) Belgija ☒

c) Švedska

d) Grčija

3. V katerem letu je Grčija legalizirala istospolne poroke?

a) 2015

b) 2017

c) 2024 ☒

d) 2010

4. Katera izmed spodnjih držav omogoča pravno spremembo spola na podlagi samoopredelitve?

- a) Italija
- b) Švedska
- c) Belgija
- d) Tako b kot c ☒

5. Italijanski zakon št. 164/1982 se nanaša na:

- a) Zakonsko enakost
- b) Diskriminacijo pri zaposlovanju
- c) Pravno priznanje spola ☒
- d) Pravice na področju zdravstvenega varstva

6. Kaj je dosegla odločitev Ustavnega sodišča Slovenije iz leta 2022?

- a) Enakost pri istospolnih porokah in posvojitvah ☒
- b) Reformo zdravstvene oskrbe za transspolne osebe
- c) Reformo zakonodaje na področju izobraževanja
- d) Pravice civilnih partnerstev

7. Kateri švedski zakon ščiti ljudi pred diskriminacijo pri zaposlovanju, izobraževanju in zdravstvenem varstvu?

- a) Equality Act 2009
- b) Discrimination Act 2008 ☒
- c) Gender Identity Law 2012
- d) Civil Code Reform 2010

8. Zakaj je bil belgijski zakon o pravnem priznanju spola (2018) pomemben?

- a) Zahteval je medicinsko potrdilo
- b) Uvedel je priznanje nebinarnih identitet
- c) Omogočil je spremembo spola na podlagi samoizjave ☒
- d) Odpravil je zakonsko enakost

9. Katera država je najpozneje uvedla zakonsko enakost?

- a) Grčija ☒
- b) Švedska
- c) Slovenija
- d) Belgija

10. Kateri italijanski zakon je vzpostavil pravni postopek za priznanje spola?

- a) Zakon 76/2016
- b) Zakon 164/1982 ☒
- c) Odlok 216/2003
- d) Odločitev Ustavnega sodišča 2015

11. Kaj je dosegla odločitev Ustavnega sodišča Slovenije leta 2022?

- a) Samo pravice civilnega partnerstva

- b) Civilne zveze z omejenimi pravicami
- c) Enakost pri porokah in posvojitvah za istospolne pare ☒
- d) Nacionalni LGBTQIA+ kurikulum

12. Kaj je Strategija EU za enakost LGBTIQ oseb 2020–2025?

- a) Zavezujoča uredba EU
- b) Direktiva EU o zaposlovanju
- c) Nacionalni akcijski načrt držav članic
- d) Medsektorska strategija EU za obravnavo diskriminacije, varnosti in vključevanja ☒

Namen: Utrditi ključne vsebine brez potrebe po poglobljenem pomnjenju.

6.3 Vaja: Vprašanja izbirnega tipa

Naslov: Izberi pravilen odgovor!

Navodila: Izberite pravilen odgovor.

1. Kateri grški zakon zagotavlja univerzalen dostop do zdravstvenega varstva za ranljive skupine, vključno s transspolnimi osebami?

- a) Zakon 4368/2016 ☒
- b) Zakon 4443/2016
- c) Zakon 4604/2019
- d) Zakon 5089/2024

2. Švedski Patient Act (2014) zagotavlja:

- a) brezplačno zdravstveno oskrbo samo za mladoletnike

b) enako obravnavo in informirano soglasje za vse ☒

c) operacije potrditve spola za vse

d) regionalno avtonomijo zdravstvenega sistema

3. Katera država spremlja podatke o zdravju LGBTQIA+ oseb preko institucije Sciensano?

a) Italija

b) Švedska

c) Belgija ☒

d) Slovenija

4. Italijanski Nacionalni zdravstveni sistem (SSN) zagotavlja zdravstveno oskrbo za potrditev spola:

a) v vseh regijah

b) samo tam, kjer je regionalno odobrena ☒

c) samo za mladoletnike

d) nikjer

5. Univerzitetni klinični center Ljubljana je specializiran za:

a) LGBTQIA+ izobraževanje

b) zdravstveno oskrbo transspolnih oseb in psihološko podporo ☒

c) pravno zagovorništvo

d) raziskovanje spolnih študij

6. Katero pomembno reformo je Švedska uvedla leta 2013 glede pravnega priznanja spola?

a) uvedena je bila obvezna operacija

- b) odpravljena je bila zahteva po sterilizaciji ✓
- c) legalizirane so bile posvojitve za istospolne pare
- d) uvedene so bile spolno nevtralne zdravstvene kartice

7. Belgijska politika celostne spolne vzgoje iz leta 2012 se osredotoča na:

- a) abstinenco in družinske vrednote
- b) spolno identiteto, soglasje in vključevanje ✓
- c) enakost pri zaposlovanju
- d) samo reproduktivne pravice

8. Namen nedavnih pobud grškega Ministrstva za izobraževanje (2020–2024) je:

- a) usposabljanje policije za obravnavo zločinov iz sovraštva
- b) spodbujanje vključujoče spolne vzgoje ✓
- c) zagotavljanje pravne pomoči LGBTQIA+ odraslim
- d) reforma azilne politike

9. Švedsko poročilo MUCF obravnava:

- a) zakonsko enakost
- b) financiranje zdravstvene oskrbe transspolnih oseb
- c) zaposlitveno politiko
- d) varnost in duševno zdravje LGBTQIA+ mladih ✓

10. Kateri je danes glavni izziv za večino držav?

- a) sprejemanje novih zakonov
- b) izboljšanje izvajanja zakonodaje in ozaveščenosti javnosti ☒
- c) ukinjanje organov za enakost
- d) omejevanje izobraževanja mladih

11. Kako je v Italiji organizirana zdravstvena oskrba za potrditev spola?

- a) popolnoma centralizirano na ravni nacionalne zakonodaje
- b) v vseh regijah je nezakonita
- c) na voljo je v okviru javnega zdravstvenega sistema, vendar se razlikuje med regijami ☒
- d) na voljo je samo mladoletnikom

Namen: Pomagati udeležencem zapomniti si ključne mejnike enakosti v Belgiji v kronološkem zaporedju.

6.4 Vaja: Izberi in poveži!

Naslov: Poveži zakon z državo in politiko z njenim področjem delovanja.

Navodila: Poveži pravilno državo in politiko z vsako trditvijo.

ZAKON	DRŽAVA
1. Zakon 5089/2024 – istospolne poroke	A. BELGIJA
2. Odločba Ustavnega sodišča (2022) – novela Družinskega zakonika (Slovenija)	B. SLOVENIJA
3. Zakon 164/1982 – pravno priznanje spola	C. ŠVEDSKA
4. Zakon o diskriminaciji (2008)	D. GRČIJA

5. Zvezni protidiskriminacijski zakon (2007)	E. ITALIJA
--	------------

Pravilni odgovori: 1-D, 2-B, 3-E, 4-D, A

POLITIKA	PODROČJE DELOVANJA
1. Zakon 4368/2016 (Grčija)	a. Vključujoči šolski kurikulumi
2. Politika celostne spolne vzgoje (Belgija)	b. Regionalna strategija enakosti na področju zdravstva, zaposlovanja in izobraževanja
3. Odločitev Ustavnega sodišča o enakosti pri porokah in posvojitvah	c. Pravno priznanje spola
4. Poročilo MUCF (Švedska)	d. Univerzalen dostop do zdravstvenega varstva
5. Nacionalna strategija za enakost LGBTIQ+ oseb (Grčija)	e. Medsektorska politika vključevanja
6. Zakon 164/1982 – pravno priznanje spola (Italija)	f. Pravni okviri in družinske pravice
7. Strategija EU za enakost LGBTIQ oseb 2020–2025	g. Vključevanje, enakost in varnost
8. Strategija EU o otrokovih pravicah (2021–2024)	h. Zaščita in dobrobit mladih
9. Akcijski načrt Valonije (Belgija)	i. Varnost mladih in ranljivost

Pravilni odgovori: 1-d 2-a 3-f 4-i 5-e 6-c 7-g 8-h 9-b

6.5 Vaja: Vaja povezovanja z uporabo spustnih menijev

Zakonodaja	Raven		Tema
Strategija EU za enakost LGBTIQ oseb 2020–2025	Raven EU	Nacionalna raven	Pravno priznanje spola

Strategija EU o otrokovih pravicah (2021–2024)	Raven EU	Nacionalna raven	Pravice zakonske zveze in partnerstev
Italija – Zakon št. 164/1982 (pravno priznanje spola)	Raven EU	Nacionalna raven	Enakost in nediskriminacija
Slovenija - Odločba Ustavnega sodišča (2022) – novela Družinskega zakonika	Raven EU	Nacionalna raven	Zaščita pred zločini iz sovraštva
Direktiva o pravicah žrtev (2012/29/EU)	Raven EU	Nacionalna raven	Zaščita in dobrobit mladih

Pravilni odgovori:

1.Strategija EU za enakost LGBTIQ oseb 2020–2025

Raven: raven EU

Tema: enakost in nediskriminacija

2.Strategija EU o otrokovih pravicah (2021–2024)

Raven: raven EU

Tema: zaščita in dobrobit mladih

3.Italija – Zakon št. 164/1982 (pravno priznanje spola)

Raven: nacionalna raven

Tema: pravno priznanje spola

4. Slovenija - Odločba Ustavnega sodišča (2022) – novela Družinskega zakonika

Raven: nacionalna raven

Tema: pravice zakonske zveze in partnerstev

5.Direktiva o pravicah žrtev (2012/29/EU)

Raven: raven EU

Tema: zaščita pred zločini iz sovraštva

6.6 Vaja (dodatna vaja)

Refleksija

- Udeležence razdelite v 5 skupin — vsaka skupina predstavlja eno izmed držav (3 osebe na skupino).
- Vsaka skupina opredeli:
 1. eno ključno prednost na področju LGBTQIA+ vključevanja (npr. zdravstveno varstvo, izobraževanje ali pravne reforme),
 2. en preostali izziv, s katerim se lahko LGBTQIA+ mladi v tej državi še vedno soočajo.

Udeleženci imajo 5 minut za razmislek in razpravo o navedenih področjih, nato pa še dodatnih 5 minut za predstavitev svojih ugotovitev.

Modul 7. Ustvarjanje varnih in vključujočih prostorov za LGBTQIA+ mlade

7.1 Reflektivna vaja – razmisli in zapiši

Kaj potrebuješ, da se počutiš varno ob srečanju z novo osebo/skupino?

Kaj vsi posamezniki potrebujejo, da se počutijo varno v skupini ali okolju?

Namig: Ta reflektivna vprašanja uporabite ob srečanju s skupino ali posameznikom za vzpostavljanje varnega prostora že od začetka — kaj potrebuješ, da se počutiš varno in kaj moramo narediti, da se bomo počutili varno?

To lahko izvedemo na različne načine: skupinska razprava, zasebni zapiski, ki jih skupina deli itd.

7.2 Praktična vaja, razmisli in zapiši.

Ali se lahko spomniš drugih norm, ki vplivajo ali nadzorujejo, kako izražamo svojo spolnost in/ali spol? Te norme se lahko pojavljajo v družinah, šolah, medijih, na delovnih mestih ali v kulturnih in verskih okoljih.

Kako vplivajo na to, kaj se v vsakdanjem življenju dojema kot »sprejemljivo«, varno ali vidno, in kdo naj bi se prilagodil ali ostal tiho?

Odgovor: norma para, norma ljubezni, norma sposobnosti, norma čistosti, heteronorma, cishnorma, reproduktivna norma, telesne norme, norma belskosti.

7.3 Praktična vaja, reflektivna vprašanja.

- Kako različne norme vplivajo na različne ljudi?
- Kako norme postavljajo omejitve?
- Kdo določa norme?
- Kako je lahko nekdo prisiljen ostati znotraj norme?

Koncept	Opis
1. Dogovori varnega prostora	A. Proces postavljanja pod vprašaj tega, kaj se dojema kot »normalno« vedenja in identitete
2. Norme	B. Skupno oblikovana pravila, ustvarjena zato, da se vsi počutijo dovolj varno za sodelovanje
3. Normno-kritično razmišljanje	C. Nenapisana pravila, ki oblikujejo pričakovanja, pripadnost in moč

Pravilno povezovanje:

1 → B

2 → C

3 → A

7.4 Reflektivna vaja, norme v tvojem okolju.

Pomisli na eno skupino, katere del si. Na primer:

- tvoja skupina prijateljev
 - tvoje delovno ali študijsko okolje
 - tvoja družina
1. Katere norme obstajajo v tej skupini? Razmisli o nenapisanih pravilih glede spola, spolnosti, odnosov, videza, vedenja, jezika ali čustev.
 2. Kdo se v tem okolju počuti varno, udobno in »kot doma«?
Kdo ima koristi od teh norm, ne da bi moral o njih razmišljati?
 3. Kdo se lahko počuti nevidnega, izključenega ali pod pritiskom, da se prilagodi?

»Norme pogosto opazimo šele, ko jih nekdo prekrši — in če jih ne opaziš, je to morda zato, ker si del njih.«

7.5 Praktična vaja: Razmisli pri sebi

Ali imaš na svojem delovnem mestu kakšna pravila, rutine ali načine dela, ki se nekaterim morda zdijo vključujoči, druge pa izključujejo?

Ali si o njih že razmišljal, ali jih izvašaš brez vprašanj, ker je oseba, s katero delaš, del dominantne norme?

Z razmislekom o pravilih, rutinah in normah v svoji skupini začnemo opazati, kako nenapisana pričakovanja oblikujejo, kdo se počuti vključenega ali izključenega. To je osnova normne pedagogike — pristopa, ki nam pomaga prepoznati nevidne norme, postavljati vprašanja o tem, komu koristijo, in ustvarjati bolj vključujoča okolja.

7.6 Praktična vaja: Metoda rdeče luči – vodič za samostojno refleksijo

1. korak: Izberi fokus: Izberi skupino, prostor ali situacijo, o kateri želiš razmišljati.

To je lahko:

- tvoja skupina prijateljev
- družinske rutine
- tvoja šola ali delovno mesto
- spletne skupnosti ali družbena omrežja

Vprašaj se: Ali ljudje sledijo »nenapisanim pravilom«? Kakšno vedenje se pričakuje ali predpostavlja?

2. korak: Opazuj in zapiši norme

Opazuj, kako se ljudje **vedejo, govorijo ali sodelujejo**.

- Kaj velja za normalno ali pričakovano?
- Ali nekatere ljudi vedno poslušajo ali jih jemljejo bolj resno?
- Ali nekateri ljudje ostajajo tiho ali se prilagajajo, da bi se vključili?

3. korak: Ocenjevanje po metodi semaforja – iz tvojega primera

Vzemi skupino, prostor ali situacijo, ki si jo izbral, in jo analiziraj z uporabo metode semaforja:

Zelena luč – vključujoče prakse

- Katere rutine, pravila ali norme poskrbijo, da se vsi počutijo dobrodošle in vključene?

Primeri vprašanj za pomoč pri razmisleku:

- Kdo se tukaj počuti varno in udobno?
- Katera vedenja ali prakse pomagajo ljudem polno sodelovati?

Rumena luč – prakse, ki potrebujejo pozornost

- Katere rutine ali norme nekaterim ustrezajo, druge pa lahko nenamerno izključujejo?

Primeri vprašanj:

- Kdo se lahko počuti neprijetno ali pod pritiskom, da se prilagodi?
- Ali obstajajo skrita pravila ali predpostavke, ki jim morajo nekateri slediti, da bi »spadali zraven«?

Rdeča luč – izključujoče ali škodljive prakse

- Katere norme ali rutine jasno ustvarjajo ovire, izključevanje ali nelagodje?

Primeri vprašanj:

- Kdo se počuti nevidnega ali izpuščenega?
- Katere predpostavke ali vedenja aktivno preprečujejo vključevanje?

7.7 Razmisli pri sebi:

Ali imam osebno korist od teh norm, ne da bi jih opazil?

Kako bi se ta prostor počutil za nekoga, ki ne ustreza dominantnim pričakovanjem?

Katere majhne spremembe bi lahko naredile rumene ali rdeče prakse bolj vključujoče?

7.8 Praktična vaja, zaključni kviz.

1. Kaj pomeni pristop »varnega prostora«?

- a) Nabor pravil, ki jih določi samo izvajalec
- b) Skupni dogovor, ki ga skupaj ustvarimo za podporo občutku varnosti vseh
- c) Tiha aktivnost, kjer nihče ne izraža svojih potreb
- d) Prostor brez močnih mnenj

2. Katera izmed spodnjih možnosti najbolje opisuje norme?

- a) Osebna mnenja o identiteti
- b) Samo zapisana pravila, ki jih najdemo v zakonih
- c) Nenapisana pričakovanja, ki oblikujejo vedenje ljudi in način, kako jih družba dojema
- d) Začasni trendi

3. Kaj je cilj normno-kritične pedagogike?

- a) Sprejemati ljudi »kljub« njihovi drugačnosti
- b) Izogibati se pogovorom o identiteti
- c) Preučevati in širiti norme, da bi lahko pripadalo več ljudi
- d) Poskrbeti, da se vsi prilagodijo isti normi

4. Čigava odgovornost je v varnem prostoru ohranjati dogovore žive?

- a) Samo izvajalčeva
- b) Samo odgovornost udeležencev
- c) Skupna odgovornost vseh
- d) Samo najbolj samozavestnih oseb

Modul 8: Praktična orodja in inovativne metode usposabljanja za podporo LGBTQIA+ mladim

8.1 Mikro-vaja: Aktivno poslušanje za mladinske delavce

Cilj: Vaditi resnično poslušanje in ustvarjanje varnega prostora za LGBTQIA+ mlade.

Čas: 5–7 minut

Navodila: Udeležence razdelite v pare. Ena oseba je govorec, druga poslušalec. Govorec 2–3 minute govori o osebni izkušnji ali scenariju (lahko povezanem z LGBTQIA+ temami). Poslušalec se popolnoma osredotoči na govorca, brez prekinjanja, obsojanja ali dajanja nasvetov. Uporabljajte kratke reflektivne odzive, kot so: »Slišim te ...«, »Zveni, kot da si se počutil ...«, »To je moralo biti težko.« Nato zamenjajte vlogi. Ponovite z drugim partnerjem.

Refleksija: Vsak par deli dva uvida: 1) kako je bilo biti poslušan in 2) kaj jim je pomagalo ostati prisoten in empatičen.

8.2 Skrivna risba

Cilj: Vaditi jasno, natančno in aktivno komunikacijo, s poudarkom na podajanju in sprejemanju navodil brez predvidevanj ali ugibanja.

Čas: 10 minut na risbo

Navodila: Udeleženci delajo v parih. Ena oseba (opisovalec) prejme kartico z napisanim vsakdanjim predmetom (npr. »nočna omarica«). Druga oseba (risar) ima prazen list papirja in pisalo ali svinčnik.

Cilj je, da risar nariše predmet, ki ga opisuje opisovalec, zgolj na podlagi verbalne komunikacije. Risar risbe ne sme videti.

Vloga opisovalca: Ne da bi povedal ime predmeta ali katerega koli njegovega dela, predmet opisuj korak za korakom, da ga lahko risar čim bolj natančno nariše. Osredotoči se na jasna in podrobna navodila o oblikah, velikostih, položajih in odnosih med deli predmeta. Izogibaj se poimenovanju ali neposrednemu razkritju predmeta; namesto tega opisuj njegove vizualne ali

prostorske značilnosti. Spodbujaj risarja, da po potrebi postavlja dodatna vprašanja za pojasnilo.

Vloga risarja: Nariši točno to, kar je opisano, in postavljalj dodatna vprašanja samo zato, da bolje razumeš navodila (npr. »Kako dolga naj bo ta črta?« ali »Kam naj postavim to obliko?«).

Refleksija: Ko je risba dokončana, par razkrije predmet in primerja risbo z dejanskim predmetom ali sliko.

8.3. Skupinski krog: Skupna prisotnost

Cilj: Skupinsko držanje prostora, občutek varnosti v skupnosti

Čas: 20–30 minut

Navodila:

Sedite v krogu. Določite skupne dogovore (zaupnost, možnost, da nekdo preskoči sodelovanje, spoštovanje).

1. Izhodišče za razmislek: »Nekaj, kar mi pomaga, da se počutim podprto, ko mi je težko, je ...«
2. Govori ena oseba naenkrat; brez odzivanja ali medsebojnega komentiranja.

Refleksija:

- Kako je bilo doživeti skupinsko poslušanje?
- Kako bi to lahko prilagodili za mladinske skupine ali učilnice?

8.4. Uporaba jezika, ki podpira avtonomijo:

Cilj: Usposobiti mladinske delavce in strokovne delavce za preoblikovanje navodil ali zahtev v jezik, ki temelji na izbiri in podpira avtonomijo.

Čas: 10 minut

Navodila: Pripravite seznam pogostih fraz iz mladinskega dela, ki zvenijo ukazovalno (npr. »Usedi se.«, »Pridruži se moraš skupini.«, »Povej nam svoje zaimke.«). V parih ali manjših skupinah naj udeleženci vsako frazo preoblikujejo v alternativo, ki temelji na izbiri.

Refleksija: Delite in se pogovorite, katere različice delujejo bolj spoštljivo ali opolnomočujoče.

8.5. Praksa popravljanja komunikacije

Cilj: Prikazati in naučiti mlade prepoznavati odzive, ki razvrednotijo sogovornika v interakciji. Kako jih izpostaviti in o njih komunicirati, ko se pojavijo. Kako jih popraviti, kadar sami prekinjajo ali razvrednotijo drugo osebo.

Čas: 20 minut

Navodila: Odigrajte situacijo, kjer ena oseba nenamerno prekine, zmanjša pomen povedanega ali napačno razume drugo osebo.

Vadite popravljanje komunikacije:

- Poimenujte prekinitev ali razvrednotenje
- O tem spoštljivo spregovorite, ko se zgodi
- Povabite k popravku

Primer popravka:

»Zavedam se, da sem prehitro skočil v besedo. Oprosti. Mi lahko pomagaš razumeti, kaj si želel povedati?«

»Ko me prekineš sredi stavka, težko dokončam svojo misel in izgubim nit povedanega. Bi lahko prosim počakal, da dokončam stavek, preden spregovoriš?«

Refleksija:

- Kaj je popravilo komunikacije naredilo lažje ali težje?
- Kako lahko popravljanje komunikacije pomaga graditi občutek varnosti pri mladih?

Povzetek

Priročnik za izvajalce Proud Ambassadors je bil razvit kot praktičen vodič za podporo izvajanju učnega programa Proud Ambassadors ter za krepitev kompetenc mladinskih delavcev, učiteljev, izvajalcev usposabljanj in drugih strokovnih delavcev, ki delajo z mladimi po Evropi. Priročnik za izvajalce dopolnjuje priročnik Proud Ambassadors in izvajalcem ponuja strukturirane učne priprave, teoretična izhodišča, smernice za facilitacijo ter praktične vaje, namenjene spodbujanju vključujočih in podpornih okolij za LGBTQIA+ mlade.

Skozi osem modulov program usposabljanja obravnava ključna področja, pomembna za razumevanje in podporo LGBTQIA+ mladim. Med njimi so osnovno znanje o LGBTQIA+ identitetah in terminologiji, prepoznavanje nesprejemanja in diskriminacije, izzivi na področju duševnega zdravja in tehnike za krepitev odpornosti, vključujoča komunikacija in jezik brez predsodkov, razvoj vključujočih delovnih okolij, pravni okviri in pravice v Evropi, ustvarjanje varnih in vključujočih prostorov ter uporaba praktičnih orodij in inovativnih metod usposabljanja za podporo mladim.

Učni program poudarja participativne pristope učenja, ki spodbujajo refleksijo, dialog in deljenje strokovnih izkušenj med udeleženci. S povezovanjem teoretičnih vsebin in interaktivnih vaj program stremi h krepitvi znanja, empatije in praktičnih kompetenc udeležencev. Izvajalce se spodbuja, da razprave vodijo v spoštljivem in odprtem okolju, kjer lahko udeleženci kritično razmišljajo o normah, predsodkih in strokovnih praksah.

Osrednje sporočilo celotnega usposabljanja je, da podpora LGBTQIA+ mladim zahteva tako zavedanje kot tudi konkretno delovanje. Vključujoč jezik, varni prostori, travma-informirani pristopi in podporni odnosi lahko pomembno izboljšajo dobrobit in občutek pripadnosti mladih. Mladinski delavci, učitelji in drugi strokovni delavci imajo ključno vlogo pri prepoznavanju izzivov, spodbujanju sprejemanja ter delovanju kot zavezniki, ki zagovarjajo enakost in vključevanje.

Program Proud Ambassadors želi prispevati k močnejšim in bolj vključujočim skupnostim po Evropi, kjer je raznolikost spoštovana in kjer se mladi počutijo opolnomočene za varno in avtentično izražanje svojih identitet. Z uporabo

znanja in orodij iz tega priročnika lahko izvajalci in udeleženci podprejo pomembne spremembe v mladinskem delu, izobraževanju in skupnostnih okoljih ter pomagajo ustvarjati okolja, v katerih lahko LGBTQIA+ mladi zares zaživijo.

***Ustvarjanje prostora, kjer lahko LGBTQIA+ mladi
zares zaživijo.***

