

ТАТО-ШКОЛА



ТАТО-ШКОЛА:

ЯК СТВОРИТИ ТА ЗАБЕЗПЕЧИТИ СТАЛЕ ФУНКЦІОНУВАННЯ

УДК 37.015.4(075)
ББК 60.550.55.Я7
Ш-50

Автори:

Шерстюк О.М., Керівник програми «Здоров'я та розвиток дітей» Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні.

Марценюк В.А., Координатор проекту Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, керівник українсько-шведського проекту «ОЛЕГ».

Мотигін В. В., Експерт-консультант з гендерних питань, к.т.н., доцент.

Автори висловлюють подяку організаціям та особам, які надали матеріали та взяли безпосередню участь у створенні цього посібника:

Близнюку М.М., голові ради регіональної благодійної організації «Центр Громадських Ініціатив», м.Косів;

Остапчук О.Л., директору Центру гендерної освіти Житомирського державного університету ім.І.Франка, м.Житомир;

Котовій-Олійник С.В., старшому викладачеві Житомирського обласного інституту післядипломної освіти, м.Житомир;

Фесуну А.Г., головному лікарю пологового будинку №2 м. Вінниця «Лікарня доброзичлива до дитини», м.Вінниця.

Методичний посібник попередньо тестовано на Міжнародному Форумі недержавних організацій, які працюють в галузі відповідального батьківства.

Посібник створений за підтримки Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні.

Ш-50 **ТАТО-ШКОЛА: ЯК СТВОРИТИ ТА ЗАБЕЗПЕЧИТИ СТАЛЕ ФУНКЦІОНУВАННЯ.**

Методичний посібник: Шерстюк О.М., Марценюк В.А., Мотигін В. В. - Вінниця:

ФОП Данилюк В.Г., 2009. - 124с.

ISBN 978-966-2190-29-8

Методичний посібник «Тато-школа: як створити та забезпечити стале функціонування» адресований в першу чергу громадським організаціям, які працюють в галузі навчання батьків, гендерної освіти та місцевого розвитку, орієнтованого на громаду. Він також може бути корисним медичним працівникам, педагогам та соціальним працівникам, які працюють з родинами та державним службовцям, які впроваджують програми, орієнтовані на родини. В посібнику запропоновані можливі алгоритми створення та забезпечення сталого функціонування Тато-шкіл, наводиться досвід Європейських країн та країн СНД та приклади програм навчання.

УДК 37.015.4(075)
ББК 60.550.55.Я7

ISBN 978-966-2190-29-8

© Дитячий Фонд Організації Об'єднаних Націй (ЮНІСЕФ) в Україні

© Вінницька міська громадська організація «ОЛЕГ»

© Верстка та дизайн ТОВ "Проксіма ЛТД."

Грудень 2009.

Фото на обкладинці: © UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy.

ЗМІСТ

Відповідальне батьківство як новітня світова тенденція.	4
1. Як створити Тато-школу та забезпечити її стале функціонування.	8
1.1. Історія виникнення та розвитку Тато - шкіл в світі в Україні.	8
1.2. Що таке Тато-школа?	12
1.3. Як створити Тато-школу.	15
1.3.1.Послідовність кроків у створенні Тато-школи.	16
1.3.2. Розробка програми роботи Тато-школи.	18
1.3.3.Юридичні аспекти створення і роботи Тато-школи.	21
1.3.4. Міжнародні документи, національне законодавство та державні і місцеві програми, які сприяють роботі і розвитку Тато-шкіл.	23
1.3.5 Співпраця з міжнародними організаціями.	29
1.3.6 Фінансове забезпечення роботи Тато-школи.	32
1.3.7 Хто такі лідери Тато-школи?	35
1.3.8 Як знайти і заохотити відвідувачів Тато-шкіл?	41
1.3.9 Участь у всеукраїнській та міжнародних мережах Тато-шкіл.	43
1.3.10 Співпраця з засобами масової інформації.	45
2. Основа підготовки тренерів Тато-школи.	48
2.1 Тема «Основи ґендера та ґендерної рівності».	49
2.2 Тема «Насильство в сім'ї та суспільстві. Демократична та тоталітарна сім'я».	55
2.3 Тема «Підготовка до батьківства».	72
2.4 Тема «Під час пологів».	80
2.5. Тема «Після пологів».	87
2.6. Тема «Вигодовування, догляд та розвиток дитини».	90
2.7. Тема «Право і побут».	96
3. Додатки.	101
3.1. Контактна інформація.	102
3.2. Корисні Інтернет-ресурси.	103
3.3. Справа справжніх чоловіків.	104
3.4. Де «кують» справжніх батьків.	106
3.5. Статут НДО «ОЛЕГ».	108
3.6. Положення про Тато-школу «Центру Громадських Ініціатив».	113
3.7. Список літератури.	118

ВІДПОВІДАЛЬНЕ БАТЬКІВСТВО ЯК НОВІТНЯ СВІТОВА ТЕНДЕНЦІЯ

Стрімкі зміни, які відбуваються в сучасному світі, не можуть на впливати на життя пересічних жінок і чоловіків. З одного боку, вимоги часу диктують необхідність відходу від стереотипу, за яким жінка – домогосподиня та берегиня, а чоловік – здобувач та захисник, а з іншого боку – в суспільстві продовжують домінувати норми сімейних стосунків, за якими будь-які зміни вважаються порушенням традицій і навіть норм моралі.

Традиційне українське родинне виховання – це історично сформована, система поглядів, ідеалів та засобів батьківського впливу на дітей. Батько в українській сім'ї був її головою, годувальником, опорою й захисником. На ньому трималося сімейне господарство, від нього залежав матеріальний статок родини. Авторитет батька в українській родині був незаперечним. І коли на мати покладалась відповідальність за догляд та виховання дітей, батько формував у молодших членів сім'ї такі якості, як відповідальність, розуміння свого обов'язку, самостійність, вміння відстоювати власну гідність. Від батька до сина передавались навички господарювання, основи сімейного ремесла. Традиційні українські чесноти й норми християнської моралі пильно оберігають усталені родинні взаємини.

В сучасному світі жінкам і чоловікам доводиться долати існуючі стереотипи, адаптувати традиції сімейного життя і виховання дітей, до вимог часу.

Якщо жінки мають краще вміння пристосовуватися і успішно освоюють нові ролі, то для багатьох чоловіків зміни усталених канонів породжують значні

труднощі. Сьогодні все частіше говорять про так звану «кризу маскулінності», яка характеризується зсувом уявлень і очікувань від чоловіка у виробничих відносинах, політичній сфері, сімейних відносинах, і відображається у нових критеріях чоловічої краси, емоційної чутливості, нових видів взаємин між самими чоловіками, характері чоловічої сексуальності та ін. Що стосується виробничих відносин та політичної сфери, то можливість жінок отримати хорошу освіту дозволила їм вийти на політичну арену і ринок праці поряд із чоловіками та навіть створити певну конкуренцію. Освоєння нових ролей помітно вплинуло на психіку і поведінку представників обох статей. Якщо сучасні жінки мають розвивати в собі незалежність, рішучість, наполегливість, стійкість, ініціативність, то втрата чоловіками монополії у цих традиційних для них сферах спонукає розвивати в собі здатність до компромісу, співпраці, порозуміння, вміння ставити себе на місце іншої людини, що у багатьох чоловіків породжує певні труднощі.

Трансформуються і очікування від поведінки чоловіка у сімейних відносинах. Чоловік перестав бути єдиним годувальником, що послабило його владу в родині. Тому в сучасній родині, авторитарний стиль поведінки чоловіка призводить лише до конфліктів і неможливості співіснування, і тому він має змінитися на інший-авторитетний, що передбачає взаємозамінність у виконанні сімейних ролей, гнучкий розподіл домашніх обов'язків, відповідальність за виховання дітей, спільний внесок у сімейний бюджет та інше.

Сучасна соціалізація хлопчиків також має свої проблеми. З одного боку, спільне

навчання з дівчатками дає їм можливість для побудови рівних відносин. З іншого боку, майже тотальне ожіночнення освітньої сфери, а також відсутність батька у багатьох сім'ях створює для хлопчика труднощі в пошуку адекватного чоловічого образу для наслідування.

XX сторіччя сформувало чоловічий образ, як образ непохитного, впевненого, агресивного та скупого на емоції героя, мачо, який самотужки вирішує всі, і в тому числі, емоційні проблеми. Достатньо лише пригадати вислів: «Чоловіки не плачуть. Чоловіки тільки засмучуються» та його вплив на формування емоційної сфери хлопчика. При дотриманні цієї «норми» у чоловіків часто виникають труднощі із саморозкриттям, довірою своїх почуттів іншим, співчуттям, здатністю емоційно підтримати близьких. Загальновідомим є факт, що відсутність емоцій не вирішує проблеми, а тільки трансформує її в

іншу форму, що згодом виливається в алкоголізм, наркоманію, агресію, суїцид. Останнім часом лікарі все частіше говорять про алекситимію – хворобу, що виражається у неможливості проявляти емоції та сприймати емоції інших людей.

Сучасні чоловіки – потенційні кандидати на це захворювання.

Відбуваються і ускладнюються відносини між самими чоловіками. Характерна змагальність та ієрархічність стосунків між ними поступово відходить на другий план. Перевагу сьогодні здобувають не стільки фізично сильні, агресивні та безкомпромісні, скільки розумні, гнучкі та винахідливі. Окрім того, ускладнюються стосунки між батьком і дітьми: від сучасних чоловіків очікують, щоб вони проявляли ніжність, турботливість, обговорювали з дітьми проблеми, успіхи та невдачі, виявляли почуття.

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



Змінився також характер чоловічої сексуальності. Оскільки сексуальна революція ХХ століття була, насамперед, жіночою революцією, су часні молоді жінки очікують від своїх партнерів, у першу чергу, «розуміння, ласки та ніжності», внаслідок чого «поняття сексу, як полювання та завоювання, змінюється цінностями партнерства, заснованого на взаємній довірі та згоді».

Стереотипи чоловічої поведінки в Україні, протягом всього її історичного розвитку, були і залишаються суперечливими. Звернення до недалекого радянського минулого України допоможе прояснити причини сучасних кризових явищ в інституті сім'ї та батьківства.

Радянська влада, з одного боку, апелювала до звільнення жінки від домашнього рабства та її рівності з чоловіками у праці. З іншого боку, сформувала образ жінки, як особи, що несе повну відповідальність за родину, дітонародження і таким чином, зробила її пануючою фігурою в сім'ї. Війна фактично зробила основною роль жінки і в економіці. Декілька повоєнних поколінь українських родин, вижили завдяки тому, що головну функцію збереження та захисту родини взяли на себе жінки. Свій внесок до зростання кризи маскулітності внесли також голод та репресії, що фактично позбавили сім'ю батька, знищили інститут батьківства.

Радянська державна політика втрутилася в самі основи сімейного життя і силомиць розірвала зв'язки, які формувались віками. Жінки на рівні з чоловіками були мобілізовані на розбудову комуністичної держави, яка в свою чергу взяла на себе обов'язки виховання дітей. Діти, з раннього віку виховувались у державних закладах, де вони отримували харчування, догляд, навчання, але були позбавлені емоційної

прив'язаності, яка є вирішальною у формуванні особистості.

Саме цим втручанням Україна сьогодні завдячує кількості розлучень, неповних сімей, соціальному сирітству та іституційним формам опіки над дітьми. Нині в закладах державної опіки в Україні виховується десятки тисяч дітей, більшість з яких мають живих батьків, неспроможних на емоційну близькість та відповідальність за життя і долю дитини.

У результаті була втрачена значущість і роль чоловіка в родині. Кілька поколінь дітей виростило без батьків. І хлопчики, і дівчатка виховувалися державою та мамами, які, по можливості, замінювали їм і тат. Стаючи дорослими, вони створювали свої власні родини, але як би їм не хотілося створити повну щасливу сім'ю, дуже часто це закінчувалося невдачею, тому що ні чоловік, ні дружина не мали перед собою моделі чоловічої поведінки в родині, не розуміли, які ж основні функції чоловіка і батька. У результаті чоловік потребував посиленої уваги і опіки, що нагадувало роль дитини.

Сучасні вимоги, які чоловіки висувають самі до себе, на протилежність тим, які пред'являють до них близькі та суспільство, ставлять чоловіків у ситуацію постійного суперечливого вибору, що часто призводить до неврозів і депресій. Окрім того, життя сучасного чоловіка ускладнено такими негативними реаліями, як залежність від тютюну, алкоголю, наркотиків, азартних ігор, поширення ВІЛ-інфекції, і туберкульозу, захворювань серцево-судинної системи. Саме серед чоловіків найбільше випадків насильницької поведінки, злочинності, суїцидів, що призводить до скорочення тривалості життя, від чого програють і чоловіки, і жінки, як на

рівні міжособистісних відносин, так і на рівні держави та нації. Отже, підтримувані чоловіками маскулінні цінності обертаються проти них самих.

Проявом кризи маскулінності та кризи сім'ї є «криза батьківства», що є одним із головних аспектів чоловічої ролі.

Про значення батька у житті хлопчика вже наголошувалося. Але варто відзначити, що тато надзвичайно важливий і для дівчинки. Від батьківського ставлення до доньки залежить формування її адекватної самооцінки, самоповаги, позитивного самосприйняття, впевненості у собі та послідовності у своїх діях, оволодіння конструктивними засобами розв'язання конфліктів. Хоча часто, наслідуючи стереотип, батько відгороджується від виховання дочки, вважаючи це справою матері.

Низка статистичних досліджень свідчить про зростання кількості дітей, які виховуються без батька; послаблення зв'язків батьків зі своїми дітьми; некомпетентність батьків; небажання, незацікавленість і нездатність здійснювати виховні функції, особливо що стосується догляду за маленькими дітьми.

Певною мірою це можна пояснити з огляду на традиційний канон батьківства, що сформувався ще в далекому минулому і закріпився у масовій свідомості: на батька поклалися дві головні функції – захист і матеріальне забезпечення, але реальної участі у вихованні дитини він практично не брав.

Нова тенденція полягає в тому, що чоловіки турбуються про вагітну дружину, супроводжують її під час пологів, виявляють інтерес і опановують

нові компетенції, «мистецтво і науку» догляду, піклування та виховання дітей, беруть соціальну відпустку по догляду за дитиною, стають справжніми батьками, а не сторонніми спостерігачами.

Науковці стверджують, що у сучасному світі чоловіки будуть більше залученими до домашніх справ, родинних і сімейних стосунків, які ставатимуть для них все більш вагомими. Коло чоловічих інтересів у вільний від роботи час розшириться, в нього будуть включені заняття, пов'язані з творчістю.

Ідея відповідального батьківства, тобто залучення та активна участь чоловіків у вихованні дітей, також стає дуже популярною з причини зниження ризикованої поведінки. У традиційній чоловічій ролі здатність до ризику сприймається як необхідна і схвалювана. Результати довготривалих шведських досліджень свідчать про те, що, коли тато бере безпосередню участь у житті та вихованні дитини, то краще усвідомлює відповідальність за її розвиток та благополуччя, прораховує ризики, намагається уникати небезпечних ситуацій.

Варто зважати на той факт, що професійне зростання і досягнення є важливими як для чоловіка, так і для жінки. Тому ще однією причиною популяризації ідеї відповідального батьківства є можливість справедливого балансу і розподілу сімейної і професійної залученості дружини і чоловіка. Соціальна відпустка, за якою тато доглядає за дитиною, а мама працює, або навпаки в залежності від інтересів сім'ї і дитини – це сімейний вибір, що забезпечує збереження кваліфікації, особисте задоволення обох членів подружжя, покращення матеріального стану сім'ї та країни в цілому.

Конвенція ООН про права дитини, ратифікована Верховною Радою України у 1991 році, відкривається з визнання країнами-учасницями того факту, що дитині для повного і гармонійного розвитку її особи необхідно зростати в сімейному оточенні, в атмосфері щастя, любові і розуміння. Стаття 18.1. Конвенції ООН про права дитини говорить «Держави-учасниці докладають всіх можливих зусиль до того, щоб забезпечити визнання принципу загальної й однакової відповідальності обох батьків за виховання і розвиток дитини. Найкращі інтереси дитини є предметом їх основного піклування».

«Сім'я є природним середовищем для фізичного, духовного, інтелектуального, культурного, соціального розвитку дитини, її матеріального забезпечення і несе відповідальність за створення належних умов для цього. Батько і мати мають рівні права та обов'язки щодо своїх дітей», – зазначено у Статті 11 Закону України «Про охорону дитинства».

Але, попри ці пріоритети, для сучасних чоловіків гостро стоїть проблема «доступу» до дитини, особливо після розлучення. Де-юре – це можливо, де-факто – батько дитини фактично не має батьківських прав. Водночас, результати численних соціологічних досліджень свідчать, що причиною значної кількості розлучень є небажання або незмога жінки й надалі самостійно опікуватися тягарем неоплачуваної домашньої роботи й догляду як за дітьми, так і за старшими хворими родичами. Справедливий розподіл домашньої роботи є способом запобігання руйнації сім'ї.

Розуміння між батьками, підтримка, самореалізація, баланс сімейного та особистого, змістовне дозвілля, спільна

участь у вихованні дітей, рівний розподіл домашньої роботи, як компоненти ідеї гендерної рівності, створюють сімейне середовище, сприятливе для розвитку дитини, дотримання її прав, формування гармонійної особистості, попереджують насильство і брутальне поводження з дітьми. Щаслива сім'я – найкращий життєвий сценарій, приклад для наслідування як дочками, так і синами.

1. ЯК СТВОРИТИ ТАТО-ШКОЛУ ТА ЗАБЕЗПЕЧИТИ ЇЇ СТАЛЕ ФУНКЦІЮВАННЯ

1.1. Історія виникнення та розвитку Тато-шкіл в світі та в Україні

Історія Тато-шкіл в світі та в Україні зокрема, ще досить коротка. Кілька десятиліть існування Тато-шкіл в порівнянні з тисячолітньою історією сімейних відносин можуть здатися незначною крихтою, але які це десятиліття для суспільства! Десятиліття швидких змін, прогресу, десятиліття пошуку і прийняття нових ідей в суспільстві, яке змінюється, і в якому, відповідно, змінюються ролі чоловіка і жінки. Саме тому і виникла необхідність навчання для майбутніх батьків. В різних країнах світу в тому чи іншому вигляді вже існували школи або курси відповідального батьківства, але таке навчання переважно було розраховано на жінку, чоловік же продовжував залишатися в такій собі інформаційній блокаді. У нього є бажання навчатися та багато запитань, але він не може отримати відповідь на них під час спільних занять з різних причин: можливо, «жіночі» запитання вважаються більш важливими; можливо, чоловік просто соромиться деяких делікатних запитань в присутності жінок, або задавати такі



запитання жінці-консультанту; можливо, він просто некомфортно відчуває себе в жіночій аудиторії і його чоловічий менталітет з успіхом затуляє йому рота. Багато причин.

Для чоловіка, як і для жінки, все, що пов'язано з його дитиною, надзвичайно важливо і йому потрібна така ж підготовка до батьківства, як для жінки. У переважній більшості чоловіки готові зняти з жінки частину домашніх обов'язків, вони турбуються про здоров'я майбутньої мами, намагаються зробити більше і краще, але часто не знають як. Тому виникла нагальна потреба у школах для майбутніх батьків.

Піонерами у створенні перших Тато-шкіл, або як вони у них мають назву Паппагруп (Pappa grup), були чоловіки Швеції. Перші напрацювання в експериментальних групах чоловіків з'явилися ще в середині 80-х років минулого століття. А вже в 90-х роках батьківські групи почали працювати в Швеції на постійній основі і при підтримці різних гілок влади, сфер освіти та охорони здоров'я.

Одні з перших курсів молодого батька були організовані в якості спільного проекту між муніципалітетом міста Орншольдсвік (Ornskoldsvik), яке знаходиться приблизно на 600 кілометрів

північніше Стокгольму та Управлінням Здоров'я та Охорони Здоров'я Швеції. Головну відповідальність за виконання проекту ніс муніципалітет. До роботи також була залучена неурядова організація «МензЦентрум» («MansCentrum»). Спочатку це був проект на два роки, перед яким була ціль зробити курси молодого батька постійною послугою.

Проект був успішним і наступна діяльність з навчання батьків стала невід'ємною частиною навчання сімей в рамках системи охорони здоров'я матерів і дітей. Сьогодні в таких Тато-групах Швеції проходять підготовку до 97% чоловіків, які готуються стати батьками. Високу якість роботи Тато-груп підтримують також Страхова каса регіону Вестернорр-Ланд та Система навчання для дорослих ABF.

Інший шведський проект, який має назву «Тато по-справжньому» розпочав свою роботу для підтримки батьків-чоловіків у Стокгольмі та прилеглий області. Проект фінансувався Стокгольмським Самоуправлінням і реалізувався у співробітництві з просвітницьким товариством АБФ Сьодерторн (ABF Sodertorn). На першому етапі проект працював протягом трьох років в семи містах і містечках Швеції. Сорок два керівники тато груп отримали необхідне навчання та навички та використовували в своїй роботі стандартний учбовий матеріал. Робота тато груп контролювалася місцевими органами самоуправління.

В проекті також був задіяний консультант з ґендерних питань. Його завданням було проводити ґендерну оцінку інформаційних та навчальних матеріалів. Консультант з ґендерних питань відвідував групові заняття та збори керівників папа-груп. За результатами його досліджень готувалися

звіти, які оцінювали проект та допомагали виявити слабкі місця.

На першому етапі в проекті взяли участь приблизно 2400 чоловіків, було сформовано приблизно 395 груп. Наразі проект має своє продовження при високій оцінці як батьків-чоловіків, так і матерів та медичних і соціальних працівників.

Українські чоловіки стали послідовниками шведських чоловіків, щодо створення Тато-шкіл. Перші експериментальні групи для батьків-чоловіків почали формуватися у Вінниці ще на початку 2000-х років, але на регулярній основі перша Тато-школа почала працювати в 2004 році на базі Вінницького пологового будинку №2, який має статус Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) та Всесвітньої Організації Охорони Здоров'я (ВООЗ) – «Лікарня доброзичлива до дитини». Ця Тато-школа була створена у партнерстві та співпраці з Вінницькою громадською організацією «ОЛЕГ», яка, на той час, була ключовою організацією Шведсько-Українського проекту «ОЛЕГ», який виконувався за підтримки Шведського агентства з питань міжнародної співпраці та розвитку (SIDA). Роль НГО «ОЛЕГ» в першу чергу, полягала у допомозі іншим областям створити Тато-школи та кризові центри для чоловіків, з подальшим включенням їх до загальної української мережі.

Українськими чоловіками були використані шведські методики з урахуванням українських реалій і менталітету. Відразу виникло питання співіснування Тато-шкіл з Школами відповідального батьківства, які є обов'язковою частиною медичних допологових послуг. В цьому питанні дуже важливе усвідомлення того, що ці форми роботи з батьками мають різні завдання і форми роботи, тому

вони прекрасно доповнюють одна іншу і, відповідно, абсолютно органічно можуть співпрацювати і існувати на одній території.

Успішному старту першої Тато-школи у Вінниці посприяло те, що члени НГО «ОЛЕГ» вже мали великий досвід роботи з чоловіками у кризових центрах і, разом з лікарями-консультантами майбутніх Тато-шкіл, отримали необхідну підготовку і навчання в Швеції. Допомогло і те, що тренери-консультанти першої Тато-школи також мали власний батьківський досвід. З часом кількість Тато-шкіл в Україні почала збільшуватися. Знаходячи свої власні підходи, та використовуючи вже існуючі напрацювання, такі школи почали працювати у Вінницькій, Полтавській, Львівській, Тернопільській, Кіровоградській і Київській областях.

Новим, великим, поштовхом до розширення мережі Тато-шкіл та якісного підвищення ролі Тато-шкіл у процесі підготовки сім'ї, стала співпраця з Дитячим Фондом ООН (ЮНІСЕФ), розпочата у 2006 році. Спільна робота в Івано-Франківській, Донецькій та Житомирській областях допомогла долучити представників цих регіонів до участі в роботі загальноукраїнської мережі Тато-шкіл.

Ще одним різновидом роботи Тато-школи є, так звані, «Веселі суботи». Ідея також була запозичена у шведських чоловіків. Весела субота – це зустрічі для веселого і корисного спілкування батьків з дітьми, це місце для обміну досвідом батьків, місце для гри, навчання і задоволення. Разом зі своїми дітьми батьки займаються спортом, вивчають кулінарію, їздять на конях, їздять на екскурсії, ловлять рибу, грають на музичних інструментах, ставлять вистави, вчаться берегти природу і ще багато чого.

Досвід України і Швеції став у нагоді чоловікам інших країн. Разом зі шведськими консалтинговими компаніями «Спрангбрадан» (Sprangbradan) та АБ Бонні Комунікейшн («AB Bonnie Communications»), українські тато-школи взяли активну участь у консультуванні та допомозі у створенні подібних шкіл та чоловічих центрів в різних країнах. Представники організацій працювали в Молдові, Киргизстані, Казахстані, Грузії, Литві, Росії, Білорусії. Така робота дозволила прийти до висновку, що якщо до спільних цілей рухатися разом, то і досягнути їх можна швидше. І саме головне – всі хочуть щастя своїм дітям та хочуть їх бачити здоровими та розумними.

А що, як не Тато-школа, може допомогти їм у цих прагненнях.

У Казахстані з 2005 року працює Таразський консультаційно-аналітичний центр «Азамат». Крім звичних задач, які

стоять перед консультаційними курсами для батьків, у центрі «Азамат» займаються ще однією корисною справою – працюють з сім'ями з дітьми, які подали заяву на розлучення, але ще не зареєстрували розірвання шлюбу. Зусилля консультантів досить часто допомагають зберегти сім'ю та забезпечити життя дитині у повній сім'ї.

Так само як і в Казахстані, українські тато-школи працювали і у Киргизстані в рамках спільного проекту Уряду Киргизстану, SIDA і Програми розвитку ООН (Киргизстан) «Просування гендерної рівності в політиці Киргизстану». Результатом спільної роботи стала реєстрація в місті Ош організації, яка взяла на себе функції навчання чоловіків. Організація носить назву «Брат».

Литовські чоловіки побудували свою роботу з освіти майбутніх чоловіків-батьків при чоловічих кризових центрах. Робота з чоловіками у кризових ситуаціях,

НАЦІОНАЛЬНА МЕРЕЖА ТАТО-ШКІЛ В УКРАЇНІ (географія існуючих та розпочинаючих свою роботу Тато-шкіл)



розуміння негативного впливу кризи на життя родини та дитини, зробили актуальними спеціальні курси для чоловіків-батьків.

Школа молодого батька працює і в Санкт-Петербурзі (Росія). Її девіз «До міцної сім'ї через відповідальне батьківство». Особливий акцент навчально курсу робиться на принципах однакової відповідальності батьків за виховання дитини. Інша чоловіча організація «Чоловіки XXI віку», яка працює в Санкт-Петербурзі з 2007 року, головну увагу приділяє попередженню насильства в родині.

Роботою з батьками у Чехії займається Ліга Відкритих Чоловіків (LIGA OTEVRENYCH MUZU). В Іспанії працює Асоціація чоловіків для гендерної рівності (Asosiasion de Hombres por la Igualdad de Genero). Подібною роботою з навчання чоловіків займаються також представники Норвегії, Фінляндії, Ісландії, Болгарії та інших країн.

У грудні 2004 року за ініціативою України і Швеції в м. Вільнюс (Литва) представники України, Швеції, Литви, Казахстану і Киргизстану провели установчі збори і створили Міжнародну чоловічу мережу «Євро-Азійську Гендерну Лігу «EAGLE». Ця мережа стала логічним продовженням співпраці чоловіків різних країн. У листопаді 2006 року до «EAGLE» приєдналися представники Словаччини та Таджикистану. До роботи в мережі найближчим часом хочуть приєднатися організації з Росії, Білорусії, Чехії, Польщі, Молдови, Грузії та країн Балтії.

У січні 2009 року чоловіча мережа «EAGLE» стала частиною великої мережі MenEngage Europe, в яку входить представники більше 30 країн, а

українська НДО «ОЛЕГ» стала членом Координаційної Ради цієї мережі.

1.2. Що таке Тато-школа?

З народженням дитини народжується і справжня родина, яка складається тепер з мами, тата і дитини, а не тільки чоловіка та жінки. Ще в материнській утробі, дитина здатна сприймати навколишній світ, може на нього реагувати і запам'ятовувати його вплив. Ці перші емоції формують або відчуття емоційного благополуччя, або закладають майбутні проблеми. Емоційне середовище до народження і під час народження впливають на все подальше життя дитини.

На психологічний стан вагітної жінки впливають багато факторів, але вирішальна роль у цьому належить саме чоловікові – майбутньому батькові.

Майбутні мами досить ґрунтовно готуються до народження дитини, лікарі та акушерки спостерігають за ними з ранніх періодів вагітності, вони відвідують заняття у жіночій консультації, отримують поради від близьких родичок і подруг, з якими також обговорюють свої переживання. Безліч книжок дають корисні поради майбутній мамі і щодо здорової вагітності і безпечних пологів, харчування, догляду та розвитку дитини.

А як щодо майбутнього батька? У деяких чоловіків існує думка, що чоловік повинен цікавитись вагітністю жінки лише формально, спостерігаючи за її перебігом ніби збоку, забезпечуючи при цьому майбутню маму всім необхідним, але не включаючись в процес, вважаючи це жіночою справою. Досить часто чоловіки втрачають місяці, готуючись до відпустки зимою в Карпати або літом в Криму, і при цьому їм не спадає на думку

витратити декілька тижнів на підготовку до самої важливої справи свого життя – перетворитися на гарного батька.

В наш час чоловіки бажають більше знати про роль батька, особливо під час вагітності, пологів, перших місяців життя дитини. Чоловіки, жінки яких працюють в період вагітності, готові взяти на себе більшу частину домашніх обов'язків, вони турбуються про здоров'я майбутньої матері, хочуть зробити більше, але не знають, як допомогти. Вони гостро потребують знань з питань вагітності, пологів, харчування матері і майбутньої дитини. Чоловіки хочуть знати як розвивається немовля, які зміни відбуваються у організмі і свідомості жінки. Все більше чоловіків усвідомлюють, що вагітність і пологи – це справа сімейна і все більше чоловіків бажають бути біля своєї дружини під час пологів. А для цього потрібна певна підготовка.

Це важливе питання неможливо вирішити за одне-два заняття в Школі відповідального батьківства в жіночій консультації, тим більше, якщо вони проводяться формально. Але, навіть, якщо заняття в школі відповідального батьківства проводяться на високому професійному рівні і є можливість індивідуальних занять – цього замало, тому що, такі заняття не враховують один

важливий фактор – чоловічий менталітет. Частіше всього, на подібних заняттях можна спостерігати таку картину: жінки задають питання, отримують відповіді, вільно спілкуються з лікарем, акушеркою або психологом, які на 90 % є жінками, а чоловіки займають «тилові» позиції в залі, сидять мовчки, вагаються, почувають себе ніяково, соромляться задати жінці – лікарю, та ще й в переважно жіночій аудиторії, питання, які дійсно їх турбують.

Є ще один важливий момент: школи відповідального батьківства переважно дають інформацію про фізіологію вагітності, пологів та рекомендації щодо харчування матері і дитини. Питання ролі чоловіка, питання розвитку дитини там не розглядаються. Виходом з цієї ситуації є Тато-школи, які вже працюють у десяти областях України. Прикладом для них стали шведські «Тато-групи», які вже близько 20 років працюють в різних містах і містечках Швеції. Це невеликі (до 10 чоловік) групи майбутніх татусів, які на своїх заняттях обговорюють питання, що виникають у чоловіків у період очікування та після народження дитини.

Організація занять в українських «Тато-школах» трохи відрізняється від шведської моделі. В українських Тато-школах немає одного тренера-керівника - лідера групи. За кожне заняття за певним компонентом, ґендерним, медичним, педагогічним, правовим та побутовим відповідає свій тренер-експерт, фахівець з теми, яка обговорюється. Якщо це медична частина, то за неї відповідає лікар, який має спеціальну фахову підготовку з цих питань. Якщо це ґендерна частина, в якій обговорюються шляхи побудови демократичної сім'ї, методи вирішення конфліктів ненасильницькими способами, ламаються ґендерні

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



стереотипи, – за цю частину відповідають фахівці з гендерних питань, і так далі.

Гендерним питанням необхідно приділити особливу увагу, оскільки саме їх розуміння є ключем для розуміння основ навчання в Тато-школі, саме в них знаходяться коріння багатьох міфів про роль чоловіка в родині та суспільстві, причини домашнього насильства і багатьох конфліктів.

Якщо узагальнити і спростити все вищесказане, то можна сказати, що Тато-школи - це безкоштовні освітні центри, де чоловіки роз'яснюють чоловікам, як це воно, бути дбайливим, компетентним і відповідальним батьком.

Основними цілями роботи тато-школи є:

- **допомагати чоловікам усвідомити важливість ролі батька в житті дитини;**
- **підготувати батька до появи дитини в сім'ї;**
- **допомогти чоловікам зрозуміти права дитини і поставити їх на центральне місце в сім'ї;**
- **загострити увагу на праві дитини жити в родині з батьком і з мамою;**
- **підсилити взаєморозуміння між чоловіком і жінкою, і таким чином, зміцнити взаємовідносини між ними, зміцнити сім'ю і зменшити вигодовування;**
- **попередити насилля по відношенню до жінок і дітей;**
- **залучити батька до створення в родині безпечного середовища, яке сприяє розвитку дитини;**
- **залучити батька до догляду і виховання дитини, в тому числі через збільшення використання декретної відпустки чоловіками,**

щоб у «молодого» батька з'явилася можливість провести з дитиною найбільш важливі перші місяці життя;

- **навчити батька, як забезпечити оптимальне харчування дитини, в тому числі через захист і підтримку грудного вигодовування;**
- **ознайомити батька з особливостями розвитку дитини раннього віку і пояснити його роль в забезпеченні реалізації потенціалу дитини.**

Зазвичай майбутні батьки зустрічаються у групах 6-7 разів до пологів і 1-2 рази після пологів, але це певною мірою залежить від програми роботи кожної конкретної тато-школи. Кожна така зустріч розрахована на 2 години спільної праці. Найчастіше такі зустрічі проходять при жіночих консультаціях, але існують варіанти роботи Тато-шкіл в приміщеннях учбових закладів, офісних центрів, спортивних клубів, бібліотеках та інше.

Що хочуть знати чоловіки, які очікують появи дитини? Все! Що їх турбує і непокоїть? Багато чого!

Це і його нова роль батька - чи зможе він? Що зміниться в сім'ї після появи дитини? Що зміниться в статевому житті? Чи залишиться час на друзів та захоплення? Як пройдуть пологи? Як

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



допомогти? Які можливі ускладнення? Чи взагалі потрібно брати участь у пологах?

Партнерські пологи – це взагалі особлива тема Тато-школи, оскільки навколо них існує багато міфів. На щастя, в Україні стрімко змінюються підходи до надання медичної допомоги і повсюди створюються індивідуальні або сімейні пологові зали, заохочується присутність батька на пологах та вільне відвідування матері у пологовому будинку. Якщо у 2005 році в Україні лише 4% родин народжували разом, то нині це вже більше половини родин. І це не данина моді. Жінки відчують себе набагато впевненіше, коли отримують реальну допомогу від рідної людини, медичний персонал виконує свою роботу за допомогою зацікавленого помічника, зменшується медикаментозне втручання, скорочується тривалість пологів, і, врешті-решт, батько з перших секунд відчуває себе батьком, бачить свою дитину, приймає її, а не стоїть під вікнами пологового будинку і чекає на сигнал про початок «святкування».

Опитування, яке було проведене серед слухачів Тато-шкіл показало, що:

- 78% чоловіків приймають участь як мінімум у п'яти зустрічах;
- 89% чоловіків стверджують, що зустрічі мали велике значення, для них як для майбутніх батьків;
- 90% стверджують, що їх сподівання виправдались;
- 81% слухачів вирішили використовувати відпустку по догляду за дитиною;
- 100% чоловіків вважають, що Тато-школа - гарна форма освіти і навчання батьків.

Вчити чоловіка бути батьком зовсім не означає його фемінізацію. Його вчать думати, вчать будувати добрі стосунки в сім'ї; вчать розподіляти обов'язки і озброюють необхідними знаннями - створюють компетентного і відповідального сучасного батька.

Зараз роботодавці помітили, що чоловіки, які є відповідальними батьками, схильні до творчих підходів у роботі, у них з'являються більше впевненості в собі, підвищується самооцінка, і вони швидше просуваються сходинками кар'єрного росту.

Робота в Тато-школі є дуже позитивною як для чоловіків-слухачів, так і для тренерів-консультантів груп. Вона наповнює позитивною енергією і, не побоїмося сказати це, дозволяє чоловікам змінитися на краще, стати ще ріднішими своїм дружинам і дітям.

1.3. Як створити Тато-школу

Закон України «Про об'єднання громадян» говорить, що якщо громадяни мають спільні інтереси вони можуть створювати громадські організації. Легалізація (офіційне визнання) об'єднань громадян є обов'язковою і здійснюється шляхом їх реєстрації або повідомлення про заснування. У разі реєстрації об'єднання громадян набуває статус юридичної особи. Проте легалізація або реєстрація вимагає певного часу і зусиль. Оптимальним варіантом може бути створення Тато-школи на базі вже існуючої недержавної або навіть державної організації, яка працює в соціальній сфері або в сфері охорони здоров'я, підтримує цю ідею, і статут якої дозволяє це зробити.

1.3.1. Послідовність кроків у створенні Тато-школи

Крок перший. Залучення

Найпершим кроком має бути створення ініціативної групи. Ми би рекомендували починати пошуки майбутніх учасників у конкретних професійних групах, хоча це можуть бути і просто ініціативні люди, яких надихає ідея створення Тато-школи. Таких людей можна шукати серед лікарів, викладачів, юристів, служителів церкви, психологів, керівників високого рівня, так само як і керівників, що безпосередньо працюють з робітниками, політиків тощо. На цьому етапі важливо підібрати команду до 10 людей, які готові витратити власний час.

Крок другий. Збори команди

Перша зустріч. Організуйте «зустріч за круглим столом» для всієї команди і запросіть людину або декілька людей, які мають досвід роботи у Тато-школі. Головна мета першої зустрічі - досягти розуміння того, чим ви збираєтесь займатися та знайти спільні відповіді на питання:

Якою має бути роль батька в родині та у житті дитини?

Якою має бути Тато – школа?

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



Чим конкретно, вона буде займатися?

Чому учасники хочуть працювати тренерами у Тато – школі?

Яким професійним доробком вони володіють?

На цій стадії дуже важливо з'ясувати, що може привнести в роботу Тато-школи кожний член команди. Продовжуйте обговорення та розробіть свою бізнес – ідею (проект) тато-школи.

Крок третій. Друга зустріч. Розподіл обов'язків

Потрібен розподіл роботи і обов'язків. Група має визначити, хто буде її лідером, хто займатиметься питаннями реєстрації та роботою з місцевою владою, хто займатиметься фінансами та залучатиме спонсорів, хто здійснюватиме зв'язки з громадськістю та засобами масової інформації, хто відповідатиме за різні напрямки учбового плану, тощо?

Зазвичай у чоловіків не виникає проблем з розподілом обов'язків, але важливо, щоб він існував, бо інакше одні люди будуть переобтяжені роботою, а інші не робитимуть нічого, і внаслідок цього команда не стане сильною. Відразу визначте правила Вашої спільної роботи. Ви будете мати справу з дуже особистою інформацією та переживаннями. Тому, одним з головних правил, має бути повна конфіденційність і нерозголошення інформації, яку Ви почули один від одного та від відвідувачів тато-школи. Також важливо розробити часові рамки, що відображають Ваше розуміння того, коли Ви зможете відкрити Вашу Тато – школу.

Крок четвертий. Навчання тренерів

Команда майбутніх тренерів Вашої Тато

– школи має пройти курс навчання. Наразі - це цикл семінарів, на яких бажано запросити досвідчених тренерів з інших Тато – шкіл. Бажано, також, організувати навчальні візити для вивчення досвіду Тато–шкіл України, і якщо є така можливість, інших країн (Білорусь, Литва, Росія, Швеція). Але, якщо такої можливості немає, це не означає, що Ви не можете створити Тато-школу без сторонньої допомоги. Багато Тато-шкіл мають свої веб-сайти, де можна знайти корисну інформацію.

Крок п'ятий. Реєстрація організації

Незалежно від того, працює Ваша Тато-школа на базі іншої громадської організації, підтримується вона державою, або залучає донорські чи інші кошти, для забезпечення свободи дій, швидкого та «гнучкого» реагування на реалії життя, має сенс створення і реєстрація незалежної неурядової громадської організації, засновниками якої можуть виступати лідери ініціативної групи.

Крок шостий. Пошук приміщення і організація діяльності

Потрібно знайти приміщення для роботи Тато – школи. Найпростіше – це домовитись про проведення зустрічей у кімнаті для занять Школи відповідального батьківства у жіночій консультації, які вже є добре пристосованими для таких занять. Але це може бути і приміщення в інших місцях, яке можна пристосувати для роботи з батьками: від сільської ради, дитячого садочка або школи і до спортивного центру або клубу. Обладняйте приміщення. Підготуйте учбові плани і відпрацюйте методики роботи.

Крок сьомий. Інформування

Дайте інформацію громаді про Вашу Тато – школу, її цілі та завдання. Надайте контактну інформацію. Проінформуйте про себе засоби масової інформації, місцеву владу, заклади охорони здоров'я матері і дитини, поясніть яким чином Ви хотіли би з ними співпрацювати, повідомте учбові заклади і великих роботодавців, розкажіть про себе іншим НДО.

Крок восьмий. Діяльність

Стабільність роботи Вашої Тато-школи – запорука Вашого успіху! Чи виконується Ваш графік навчань? Чи регулярно відбуваються зустрічі ініціативної групи? Чи легко Вас знайти татові, який бажає відвідувати Вашу Тато-школу? Чи працюють Ваші телефони і чи доступна ваша веб-сторінка?

Крок дев'ятий. Другий інформаційний період

Тепер потрібно визначити, яким чином залучати чоловіків до участі в роботі Вашої Тато-школи. Всю інформаційну кампанію треба спланувати і провести саме для батьків – чоловіків. Яким чином вони отримають інформацію про Ваше існування, що в цій інформації має зацікавити чоловіка прийти до Вас. Це можна робити різними методами, від оголошень в жіночих консультаціях, пологових будинках, освітніх закладах для молоді, до оголошень в місцевій пресі.

Крок десятий. Третій інформаційний період

Тепер, коли Ваша Тато – школа вже працює певний час та отримала певний

досвід, потрібно знову поінформувати громадськість та місцеву владу про Ваші досягнення на цьому етапі. Не забувайте інформувати інші Тато – школи про Ваше існування, бо всім Вам для забезпечення сталого розвитку потрібно обмінюватися досвідом, візитами та робити спільні проекти.

Крок одинадцятий. Оцінка

Пам'ятайте про необхідність регулярно зустрічатися зі своєю ініціативною групою, аналізувати поточну роботу та обговорювати стратегічні питання. Це також важливо для розподілу та перерозподілу роботи та забезпечення зовнішньої підтримки Тато-школи. Ми вже говорили, про те, як швидко змінюється сучасний світ, з'являються нові рекомендації для батьків, змінюються підходи у наданні медичної допомоги, публікуються нові дослідження. Можливо Ваши навчальні матеріали також варто переглянути і поновити.

Крок дванадцятий. Ваша власна ідея

Не буває ідеальних рецептів і рекомендацій. Ваша тато-школа є унікальною, і тому ваші власні ідеї є вкрай важливими. Ви самі зрозумієте, що в даний час необхідно чоловікам, з якими Ви працюєте. Це може бути нова тема в програмі занять, або організація спільних родинних походів на природу чи кулінарні курси. Ніхто краще за Вас самих не визначить, що необхідно для того, щоб дати новий поштовх ініціативній групі. Можливо, лідери Вашої Тато-школи потребують перенавчання або спільної розробки нових напрямків роботи.

1.3.2. Розробка програми роботи Тато-школи

Програма навчання у Тато-школі може складатися з багатьох компонентів: медичного, педагогічного, психологічного, ґендерного, побутового та правового. Провідним компонентом навчання у тато-школі є безперечно ґендерний компонент, цей пріоритет закладений навіть у самій назві Тато-школи. Відповідно, будь-який компонент, тема, методи навчання, подаються під кутом «чоловічого» сприйняття. Кількість занять-зустрічей в рамках будь-якого компоненту визначається кожною Тато-школою відповідно до її потреб і завдань. При цьому, беруться до уваги інтереси учасників, необхідність знань з певного питання та вимоги часу. Можливо, у Вашої Тато-школи виникнуть потреби в якихось інших компонентах навчання.

Важливим моментом підготовки майбутніх татусів є надання та обмін інформацією про джерела достовірної інформації з питань здоров'я і розвитку дитини, та про фахівців, з якими можна обговорити ці теми.

На початку будь-якого заняття запропонуйте учасникам Тато-групи сформулювати їхні питання з даної

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



теми. Так ви дізнаєтесь, на що потрібно звернути особливу увагу. Наприклад, ви маєте намір розповісти про переваги партнерських пологів і говорите про переваги для матері і дитини, а ваші слухачі воліли б знати: чи не зміняться статеві стосунки з жінкою, чи не зникне сексуальний потяг до неї і т.д. Ймовірно, чоловіки хотіли б поговорити про те, що їх турбує можливість народження дитини з вадами розвитку. Обговорення цих питань допоможе створити атмосферу довіри в групі і налаштує слухачів на продуктивну роботу.

Не намагайтесь відповідати на питання, відповіді на які вимагають професійних знань, краще зверніться по допомогу до експерта, або проведіть «дослідницьку» роботу, щоб дізнатися, які думки існують з даного питання.

Будьте готовими до того, що не всі учасники тато-групи поділятимуть Вашу думку або точку зору на певні питання. Деякі батьки, які приходитимуть на Ваші заняття, можуть виявитись настільки «гендерно нечутливими», що можуть виникнути серйозні проблеми, особливо, коли опонент має вміння працювати з аудиторією або просто є сильною особистістю. Такі ситуації і поведінку лідера тато-групи в них обов'язково потрібно проговорювати до початку занять з іншими лідерами Вашої Тато-школи, а ще краще запросити фахівців, які навчать вас методам роботи у «інертних», «важких» або навіть «агресивних» аудиторіях.

Ще одна важлива порада – не читайте лекцій! Намагайтесь, щоб потрібні відповіді приходили в результаті спільного обговорення. Постійно підтримуйте зв'язок з групою – задавайте питання, провокуйте, підтримуйте

сором'язливих, стримуйте занадто активних, не допускайте домінування в групі, дайте можливість кожному відчувати себе важливим, а його думку - вартою уваги.

Як вже говорилося, програма навчання у кожній Тато-школі є унікальною і такою, що відповідає потребам батьків у конкретному місті чи селі, але для полегшення завдань тим, хто лише думає створити тато-школу, можна запропонувати наступний зміст навчання:

Гендерна частина

Тема «Основи гендера та гендерної рівності». В цій темі важливо пояснити, що входить у поняття «гендер та гендерна рівність» (прогресивний погляд на роль чоловіків та жінок в суспільстві та в сім'ї, вирівнювання соціального статусу батьків), звернутися до перших спогадів усвідомлення себе хлопцем, розглянути існуючі гендерні стереотипи та усвідомити, чому їх необхідно змінювати, привести приклад трьох генерацій покоління наших батьків, наше та наших дітей, і на цьому прикладі продемонструвати прогресивні зміни та їх історичну і соціальну зумовленість.

Тема «Насильство в сім'ї та суспільстві, Демократична та тоталітарна сім'я». В цій темі необхідно навести характеристики демократичної та тоталітарної сім'ї; дати визначення домашнього насильства, визначити його джерела; розглянути міфи і факти про домашнє насильство і прийти до згоди, що ми можемо зробити, щоб розірвати ланцюг насильства; розглянути методи вирішення сімейних конфліктів та ознайомитися з нормативно-правовими актами з питань попередження насильства.

Медичний компонент

Тема «До пологів». В цій темі висвітлюються та обговорюються питання щодо ролі батька під час вагітності майбутньої матері та підготовки до партнерських пологів та майбутнього батьківства; що чоловік має знати про психологічні, фізіологічні та емоційні зміни в організмі жінки під час вагітності; як розпізнати та попередити материнську і власну депресію, тривожні ознаки; коли терміново потрібно звернутися до лікаря, здорове харчування матері під час вагітності, наслідки дефіциту йоду, фолієвої кислоти і заліза в організмі матері; шкідливі впливи на організм під час вагітності (паління, вживання алкоголю, наркотиків, безконтрольний прийом лікарських препаратів, отруйні речовини, екологічне забруднення, жорстоке поводження); хвороби, що передаються статевим шляхом; секс під час вагітності; підготовка до грудного вигодовування; спілкування з дитиною, яка ще не народилася.

Тема «Під час пологів». В цій темі висвітлюються та обговорюються питання, чому тато має бути присутнім на пологах; переваги партнерських пологів для матері і дитини; розвінчуються існуючі міфи про пологи; обговорюються наслідки некомпетентних експериментів, як то пологи вдома; надаються поради щодо вибору пологового будинку; обговорюється, що брати з собою на пологи; тато отримує інформацію до чого йому готуватися, що робити в кожному періоді пологів, і як себе поводити; які існують методи немедикаментозного знеболювання в пологах; якою має бути їжа для жінки, яка народжує; що має відбуватися відразу після народження дитини.

Тема «Після пологів». В цій темі майбутні тати дізнаються, що таке «тепловий ланцюжок»; в чому переваги грудного вигодовування, як з перших хвилин життя дитини забезпечити успішне грудне вигодовування і якою має бути роль батька в цьому; розвінчуються міфи про нестачу грудного молока і пояснюється, в чому полягає небезпека дитячих сумішей та трав'яних чаїв. Майбутній тато дізнається, що таке «материнський смуток» і як до нього ставитись; чи потрібно вакцинувати дитину; коли дитину має оглядати лікар і на що звертати увагу під час візитів до лікаря; коли можна розпочинати сексуальне життя після пологів, та коли можна планувати наступну дитину або попередити небажану вагітність.

Тема «Здоровий тато». В цій темі важливо розкрити питання репродуктивного здоров'я чоловіків та його збереження, звернутися до питань здорового харчування та фізичної активності, попередження травм та запобігання небезпекам навколо.

Педагогічний компонент

Тема «Розвиток дитини». В цій темі батьки дізнаються, що не дивлячись на маленький вік дитини, в них дуже багато важливої роботи для забезпечення здорового та повноцінного розвитку дитини; якими є особливості розвитку мозку дитини до року; коли потрібно починати займатися розвитком мовлення; чому емоційний розвиток дитини експерти вважають навіть важливішим за фізичний розвиток; чи можна «зіпсувати» дитину, якщо реагувати на кожну її вимогу та брати на руки; яка різниця між розвитком дитини раннього віку і раннім розвитком; чому не можна поспішати в питаннях розвитку. Якщо в групі є батьки з дітьми з особливостями розвитку, варто

організувати для них додаткове окреме заняття з догляду та розвитку таких дітей, розповісти що таке «ранні втручання» і як вони можуть допомогти дитині.

Правовий і побутовий компонент

Тема «Право і побут». У даній темі надається інформація про реєстрацію народження дитини, оформлення і отримання допомоги при народженні дитини та відпустки по догляду за дитиною; обговорюється можливість і переваги для батька взяти відпустку по догляду за дитиною; висвітлюються деякі питання українського законодавства про шлюб. Окремо розглядаються питання підготовки житла до нового члена родини: облаштування дитячої кімнати, речі, які потрібні для догляду і розвитку

дитини, безпека оселі та створення середовища, яке сприяє розвитку дитини. Важливим питанням є здорове харчування родини та перехід дитини на харчування з сімейного столу.

1.3.3. Юридичні аспекти створення і роботи Тато-шкіл

Найбільш оптимальним шляхом швидкого і ефективного початку роботи є реєстрація громадської організації, тоді Тато-школа, яка буде працювати в рамках цієї організації, отримає офіційний юридичний статус, а наявність у громадської організації всіх атрибутів юридичної особи (статут, печатка, розрахункові рахунки і т.і.) створить всі умови для сталого функціонування.

Герб України
УПРАВЛІННЯ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я
ЛІКАРНЯ.....
(адреса).....

НАКАЗ

№ _____

від «__» _____ 20__ р.

«Про організацію роботи Тато-школи на базі лікарні..... з участю громадської організації.....»

З метою підготовки чоловіків які готуються стати батьками та втілення основних принципів гендерної рівності

НАКАЗУЮ:

- 1.Створити умови для функціонування на базіТато-школи, яка буде працювати у співпраці з громадською організацією.....
- 2.Затвердити медичну частину програми занять.
- 3.Розробити і затвердити графік роботи Тато-школи.
Відповідальний за п 1-3 -
- 4.Тренерами-консультантами Тато-школи від лікарні.....призначити:
 - 4.1.....
 - 4.2.....
 - 4.3.....
- 5.Тренери-консультанти від громадської організації призначаються керівником цієї організації.
- 6.Контроль за виконанням даного наказу залишаю за собою.

печатка

Головний лікар

.....
(підпис)



При реєстрації громадських організацій органи влади керуються законом України «Про об'єднання громадян», законом України «Про місцеве самоврядування в Україні», постановами Кабінету Міністрів України «Про затвердження Положення про порядок легалізації об'єднань громадян» та «Про порядок справляння і розміри збору за реєстрацію об'єднань громадян».

Послідовність кроків створення та реєстрації громадської організації досить нескладна.

Перш за все, ініціативна група має підготувати установчі збори майбутньої організації та скласти проект Статуту організації. За основу Статуту можна взяти Статут громадської організації, яка вже давно функціонує і займається аналогічною роботою (наприклад: НГО «ОЛЕГ», м. Вінниця; контакти див. у Додатку 3.5.).

На Установчих зборах Вашої організації необхідно зробити наступне:

- 1) прийняти рішення про створення громадської організації;
- 2) затвердити Статут організації;
- 3) обрати правління та голову організації;

- 4) обрати контрольно-ревізійну комісію;
- 5) визначити склад засновників та доручити їм подання установчих документів організації на державну реєстрацію до виконавчого комітету місцевої Ради.

Як правило, виконавчий комітет збирається один раз в місяць. Після прийняття позитивного рішення, Ваша організація отримає Свідоцтво про державну реєстрацію юридичної особи, її вносять до державного реєстру підприємств та організацій України (ЄДРПОУ). Далі Ви ставите вашу організацію на облік платника податків у Державній податковій інспекції, реєструєте її у Фонді соціального страхування від нещасних випадків на виробництві та професійних захворювань України та проходитье реєстрацію у центрі зайнятості.

У банку відкривається поточний рахунок. Можливо, є сенс відкрити і валютний рахунок. Вибір банківської установи треба проводити досить обережно. Консультація з фахівцем допоможе Вам уникнути неприємних речей.

З досвіду роботи українських Тато-шкіл видно, що більшість з них проводить свої заняття на базі закладів охорони здоров'я (лікарні, пологові будинки, жіночі консультації). Дуже часто працівники цих закладів є тренерами-консультантами у тато-школах. Крім усної домовленості з керівництвом закладу та цими консультантами, таке положення справ має бути оформлено наказом, зразок якого ми наводимо.

Деякі тато-школи укладають договори про співробітництво на тривалий термін. Це ще краще.

Тато-школи можуть працювати і в інших місцях. В будь-якому випадку треба документально оформити свої відносини з адміністраціями цих закладів і організацій.

В Додатку 3.6. Ви можете ознайомитися з Положенням про Тато-школу, яка працює при Косівській благодійній організації «Центр громадських ініціатив».

1.3.4. Міжнародні документи, національне законодавство та державні і місцеві програми, які сприяють роботі і розвитку Тато-шкіл

Тато-школи у своїй діяльності можуть спиратися на такі документи:

Цілі Розвитку Тисячоліття, проголошені світовим співтовариством у 2000 році, декларують забезпечення

гендерної рівності одним із пріоритетів міжнародного розвитку та індикатором соціально-економічного розвитку країни. Конвенція ООН про права дитини, ратифікована Верховною Радою України у 1991 році, говорить «Держави-учасниці докладають всіх можливих зусиль до того, щоб забезпечити визнання принципу загальної й однакової відповідальності обох батьків за виховання і розвиток дитини. Найкращі інтереси дитини є предметом їх основного піклування».

Закон України Про Загальнодержавну програму «Національний план дій щодо реалізації Конвенції ООН про права дитини» на період до 2016 року одним з головних завдань ставить створення умов для утвердження в суспільстві сімейних цінностей, забезпечення їх морального здоров'я, виховання відповідального батьківства та запобігання соціальному сирітству.

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



Це має бути досягнене через:

- підвищення рівня культури сімейних стосунків і відповідальності батьків за виконання своїх обов'язків шляхом активізації участі батьків у семінарах, тренінгах, що сприяють формуванню сімейних цінностей;
- розроблення та впровадження системи підготовки молоді до сімейного життя та відповідального батьківства, спрямованої на зміцнення сім'ї та морального здоров'я дітей.

«Сім'я є природним середовищем для фізичного, духовного, інтелектуального, культурного, соціального розвитку дитини, її матеріального забезпечення і несе відповідальність за створення належних умов для цього. Батько і мати мають рівні права та обов'язки щодо своїх дітей», – зазначено у Статті 11 Закону України «Про охорону дитинства».

Доступ населення до медичного обслуговування, зокрема в тому, що стосується планування сім'ї, здійснюється згідно Конституції України (Ст. 49) та Основ законодавства України про охорону здоров'я на основі рівності прав чоловіків і жінок.

Крім того, Конституція України проголошує рівність прав та свобод чоловіків і жінок в різних сферах життя: рівні можливості у громадсько-політичній і культурній діяльності, у здобутті освіти і професійній підготовці, у праці та винагороді за неї; створення умов, які дають жінкам можливості поєднувати працю з материнством; правовий захист, матеріальну і моральну підтримку материнства і дитинства (ст.24 розділу II Конституції України), включаючи надання оплачуваних відпусток та інших пільг вагітним жінкам і матерям тощо. Разом

з тим необхідно зазначити, що ст.24 робить ухил на захист прав жінок, чим, насамперед, обмежує права чоловіків, які потребують аналогічних захисних заходів. Зокрема, йдеться про створення умов, за яких лише жінкам надано можливість поєднувати працю з материнством, а до системи заходів матеріальної та моральної підтримки материнства включається надання оплачуваних відпусток лише матерям.

В статті 15 Конституції України закріплено право на вільне формування сім'ї, свободу репродуктивної поведінки і репродуктивного вибору чоловіків та жінок, рівність їх прав і обов'язків у шлюбі та сім'ї. Гендерна рівність громадян у можливості реалізації репродуктивного права також підтверджується конституційними заборонами на втручання у сімейне життя (ст.32) та гарантіями права на особисту недоторканість (ст.29)

Окрім Конституції України права та свободи чоловіків та жінок регламентує Закон України «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків» (від 08.09.2005 р. №2866), метою якого є «досягнення паритетного становища жінок і чоловіків у всіх сферах життєдіяльності суспільства шляхом правового забезпечення рівних прав та можливостей жінок та чоловіків, ліквідації дискримінації за ознакою статі та застосування спеціальних тимчасових заходів, спрямованих на усунення дисбалансу між можливостями жінок і чоловіків реалізувати рівні права, надані їм Конституцією і законами України». Закон гарантує рівні можливості як для жінок, так і для чоловіків у поєднанні професійних та сімейних обов'язків, забезпечує підтримку материнства та батьківства, проголошує необхідність виховання культури

гендерної рівності, рівного розподілу професійних і сімейних обов'язків.

Сімейним кодексом України визначається рівність жінок та чоловіків у сімейних відносинах, шлюбі та сім'ї (ст.7 п.6); розділ II регламентує права та обов'язки подружжя, зокрема, це стосується взаємної обізнаності майбутнього подружжя про стан здоров'я (ст.30). У відповідності з останнім положенням Міністерством охорони здоров'я було розроблено проект Постанови Кабінету Міністрів України від 16.11.2002 р. №1740 «Про затвердження Порядку здійснення добровільного медичного обстеження осіб, які подали заявку про реєстрацію шлюбу». На виконання цієї постанови видано наказ МОЗ України від 20.12.2002 р. №480 «Про перелік видів добровільного медичного обстеження осіб, які подали заяву про реєстрацію шлюбу», який набув чинності одночасно з Сімейним кодексом України.

Статтю 5 Сімейного кодексу закріплено зобов'язання держави щодо охорони сім'ї, дитинства, материнства та батьківства (п.1). Таким чином Сімейним кодексом України законодавчо закріплені паритетні гендерні основи для реалізації репродуктивних прав, обов'язків та можливостей як чоловіками, так і жінками.

Вирішення демографічних проблем та формування ефективної національної демографічної політики передбачено Стратегією економічного та соціального розвитку України «Шляхом європейської інтеграції на 2005-2015 роки», схваленою Указом Президента України від 28.04.04 р. №493, Стратегією демографічного розвитку на період до 2015 року, затвердженою постановою Кабінету Міністрів від 24.06.2006 р. № 879.

Стратегія демографічного розвитку в період до 2015 року стала чи не першим документом державного рівня, в якому визнано, що українські чоловіки сьогодні стикаються з проблемами здоров'я, які призводять до надвисоких рівнів смертності, особливо у працездатному віці. Зокрема, в Стратегії підкреслено, що різниця у тривалості життя чоловіків і жінок в Україні перевищує 11 років, тоді як в економічно розвинутих країнах цей показник становить п'ять-шість років. Ризик смерті чоловіків у віці 20-24 роки у 3,3 рази перевищує ризик для жінок, а ймовірність смерті у працездатному віці для чоловіка досягає 37 відсотків. Ці проблеми актуалізуються з огляду на кризовий стан сучасної демографічної ситуації в Україні, ознаками якої є низький рівень народжуваності, зниження тривалості життя населення, висока порівняно з розвинутими державами смертність немовлят і дітей віком до 5 років, що негативно позначається на чисельності та статево-віковому складі населення. В Стратегії визначається, що депопуляційні процеси потребують посилення уваги до таких факторів, як підвищення середньої тривалості життя, поліпшення стану здоров'я, підвищення рівня життя, сприяння відновленню в українському суспільстві сімейних цінностей, зокрема, бажання мати та виховувати дітей.

Законом України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» (від 19.11.1992 р. №2801-XII) визначається основні принципи охорони здоров'я громадян, їх права та гарантії. В Законі, зокрема, визначається рівність чоловіків і жінок у забезпеченні здорових умов життя та робиться акцент на різні аспекти охорони репродуктивного здоров'я чоловіків.

Державна політика щодо залучення чоловіків базується також на таких законодавчих актах як Закон України «Про попередження насильства в сім'ї» (від 15.11.2001 р. №2789-III), Кримінальний кодекс України та Цивільний Кодекс України (від 16.01.2003 р. №435-IV).

З метою зміцнення здоров'я населення та поліпшення демографічної ситуації також були прийняті Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002-2011 рр. (від 10.01.2002 р. №14) та Концепція державної програми «Репродуктивне здоров'я нації на 2006-2015 рр.».

З метою покращення стану репродуктивного здоров'я Міжгалузевою комплексною програмою «Здоров'я нації» на 2002-2011 рр. розроблені заходи для забезпечення повноцінного доступу населення до служб репродуктивного здоров'я, планування сім'ї та медико-генетичного консультування. На жаль, в цій програмі досить мало уваги звертається саме на чоловіче репродуктивне здоров'я: в ній переважають положення щодо вирішення проблем, пов'язаних з репродуктивною функцією жінок.

З метою збереження досягнутих результатів у сфері репродуктивного здоров'я та подальшого вирішення проблем здоров'я населення України розроблена Національна програма «Репродуктивне здоров'я нації на 2006-2015 рр.», взято курс на посилення ролі сімейного лікаря загальної практики, важливість підготовки таких лікарів з питань збереження здоров'я населення репродуктивного віку, проведення роз'яснювальної роботи щодо батьківської відповідальності та її значення для здоров'я своїх дітей.

Серед державних програм також слід відзначити «Програму підтримки сім'ї у 2006-2010 роках», Концепція якої схвалена розпорядженням КМУ від 11 травня 2006 р. №259-р. Серед її завдань можна виділити наступні: всебічне зміцнення правових, моральних та матеріальних засад сімейного життя, створення правової, психологічно-педагогічної та організаційно-методичної системи. Це, зокрема, допоможе забезпечити оптимальні умови становлення та розвитку повноцінного виховання дітей у сім'ї. Пріоритетами є підвищення економічної активності української родини, оптимізація соціального захисту сімей, передусім з дітьми. За свої цілі програма бере створення підготовки майбутніх батьків до виконання соціальних ролей чоловіка і дружини, батька і матері. А також, поліпшення системи надання допомоги сім'ям, які перебувають у складних життєвих обставинах, їх соціального супроводу.

Програмою передбачено удосконалити систему заходів щодо попередження насильства в сім'ї, нормативно-правову базу для ефективного розвитку сім'ї та виконання нею соціальних функцій.

Значну шкоду здоров'ю завдає зростання тютюнопаління, вживання алкоголю та наркотиків, що особливо розповсюджено серед чоловіків, та потребує відповідних заходів з боку держави. У 2005 р. прийнятий Закон України «Про заходи щодо попередження та зменшення вживання тютюнових виробів і їх шкідливого впливу на здоров'я населення» (від 22.09.2005 р. №2899-IV), основними завдання якого є: визначення правових та організаційних засад державної політики щодо попередження паління тютюнових виробів серед дітей і молоді та зменшення вживання тютюнових

виробів громадянами з метою зниження ризику розвитку захворювань, втрати працездатності та їхньої передчасної смертності; посилення державного контролю за безпечністю тютюнових виробів, удосконалення профілактичних, просвітницьких заходів, спрямованих на попередження та зменшення паління тютюнових виробів; забезпечення захисту людини від шкідливого впливу тютюнового диму на робочих і в громадських місцях. З 1 липня 2006 року набрав чинності п. 1 ст. 21 цього Закону про заборону паління в громадських місцях, який, на жаль, поки що ніяк себе на практиці не проявив.

Специфічною рисою України в сучасних умовах є вплив несприятливих професійних та екологічних факторів на стан здоров'я населення взагалі, і репродуктивного здоров'я, зокрема.

Запобіганню цього впливу у законодавстві України приділено значну увагу. Що стосується негативних професійних факторів, то в основному передбачено охорону здоров'я жінок. Так, Кодексом законів про працю України (від 20.12.2005 р. №3248-IV) заборонено залучати до роботи у нічний час та до надурочних робіт вагітних жінок і жінок, що мають дітей віком до трьох років, а також неповнолітніх осіб (ст. 55, 63). Статтею 56 цього Кодексу передбачено можливість встановлення працюючій вагітній жінці на її прохання неповного робочого дня та неповного робочого тижня.

Кодекс, зокрема, містить окрему главу XII «Праця жінок», у якій передбачено норми щодо робіт, на яких забороняється застосування праці жінок (ст.174); про обмеження праці жінок у нічний час (ст. 75); про заборону залучення вагітних жінок до нічних, надурочних робіт, робіт у

вихідні дні і направлення їх у відрядження (ст. 176); про переведення на легшу роботу вагітних жінок (ст.178); про відпустки з причини вагітності, пологів і догляду за дитиною (ст. 179); про перерви для годування дитини (ст. 183); про гарантії при прийнятті на роботу і заборону звільнення вагітних жінок (ст. 184) тощо.

Законом України «Про охорону праці» (від 14.10.1992 р. №3108-IV) регламентуються основні принципи, права та гарантії громадян щодо охорони праці. Стосовно репродуктивного здоров'я визначаються основні правила прийому на роботу жінок (ст. 10), зокрема, регулюється законодавством праця вагітних жінок та жінок, що мають неповнолітніх дітей, та неповнолітніх осіб, для яких встановлені вік, з якого допускається прийняття на роботу; визначається робочий час, відпустка, обов'язкові медичні огляди осіб віком до 21 року та деякі інші умови праці неповнолітніх (ст. 11, 17). На жаль, в Законі не виписано окремо правила охорони репродуктивного здоров'я чоловіків, незважаючи на те, що саме чоловіки переважно зайняті на шкідливих роботах.

Міністерством охорони здоров'я видано наказ «Про затвердження Переліку важких робіт та робіт із шкідливими і небезпечними умовами праці, на яких забороняється застосування праці жінок» (від 29.12.1993 р. №256) та наказ «Про затвердження граничних норм підіймання і переміщення важких речей жінками» (від 10.12.1993 р. №241). У 1996 р. Кабінетом Міністрів України прийнята Постанова, якою було затверджено Програму вивільнення жінок із виробництв, пов'язаних з важкою працею та шкідливими умовами, а також обмеження використання їх праці у нічний час на 1996-1998 роки (від 27.03.1992 р. №381).

Що стосується негативного впливу екологічних факторів, то прийнятий у 1991 р. з метою створення безпечних екологічних умов Закон України «Про охорону навколишнього природного середовища» (від 25.06.1991 р. №1264-XII), передбачає встановлення системи екологічних нормативів, серед яких центральне місце посідають нормативи екологічної безпеки: гранично допустима концентрація забруднюючих речовин у воді, повітрі, ґрунті; гранично допустимі рівні акустичного, електромагнітного та іншого шкідливого фізичного впливу на навколишнє середовище; гранично допустимі концентрації вмісту шкідливих речовин у продуктах харчування тощо. Існує також система стандартів безпеки праці, складовою якої є гранично допустимі концентрації шкідливих речовин у повітрі робочої зони та рівні впливу інших шкідливих факторів на робочому місці.

У місцеві програми розвитку регіону, плани роботи Управлінь охорони здоров'я, у справах сім'ї та молоді, освіти обласних державних адміністрацій включені позиції, які безпосередньо стосуються роботи Тато-шкіл. З цими документами можна ознайомитись на сайтах місцевих адміністрацій.

З метою надання практичної допомоги щодо гендерних перетворень в регіонах Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту розроблено «Дорожню карту губернатора» (орієнтовний перелік питань для аналізу стану виконання місцевими органами виконавчої влади завдань, визначених Законом України «Про забезпечення рівних прав та можливостей чоловіків і жінок» та Указом Президента України «Про вдосконалення роботи центральних і місцевих органів виконавчої влади щодо забезпечення

рівних прав та можливостей жінок і чоловіків»). Зокрема, до переліку питань для аналізу стану виконання завдань внесено цілий ряд позицій, які мають відношення до сталого функціонування Тато-шкіл – провадження відповідної інформаційно-просвітницької діяльності у сфері гендеру, проведення заходів, спрямованих на формування гендерної культури населення, організація систематичного навчання із гендерної проблематики, утворення консультативно-дорадчих органів з питань забезпечення рівних прав і можливостей жінок і чоловіків, співпраця з громадськими організаціями, які підтримують ініціативи у напрямку гендерного розвитку і т.д.

Розпорядження голів обласних державних адміністрацій «Про вдосконалення роботи облдержадміністрацій та райдержадміністрацій щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок та чоловіків» та «Про обласну програму з утворення гендерної рівності на період до 2010 року» наголошують на організації співробітництва з громадськими організаціями щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків, визначення шляхів запобігання виникненню дискримінації, сприяння створенню рівних умов для поєднання професійних і сімейних обов'язків, у тому числі шляхом розвитку соціальних послуг (зокрема – Тато-школи), провадження відповідної інформаційно-пропагандистської діяльності і т.і.

При аналізі стану та проблем гендерного розвитку областей у цих документах наголошується на тому, що сучасне суспільство набуває змін у традиційних уявленнях про місце та роль жінки та чоловіка, про зміни в їхніх характеристиках. Однією з

основних причин виникнення гендерних проблем є відсутність можливостей гармонізованого суміщення фахової діяльності і сімейного життя як для чоловіків, так і для жінок (несправедливий розподіл обов'язків, недостатній рівень гендерної проінформованості, відсутність достатньої кількості спеціальних курсів для батьків).

Розв'язання існуючих проблем можливо шляхом:

- запровадження гендерних підходів до таких сфер життєдіяльності, як: освіта, охорона здоров'я, ЗМІ, зайнятість тощо;
- залучення чоловіків до активної участі у громадському русі, подоланні стереотипів щодо їх ролі в суспільстві;
- об'єднання зусиль державних і недержавних організацій у напрямі стабільного людського розвитку;
- проведення інформаційно - просвітницької роботи по формуванню відповідального батьківства та інше.

У наведених вище документах (кожної області України) є перелік заходів програми з утвердження гендерної рівності на період до 2010 року. У ньому вказані самі заходи, їх виконавці і відповідальні особи, джерела фінансування, орієнтовні обсяги фінансування, терміни виконання. У цьому переліку заходів, які отримують фінансування з обласних бюджетів є організація та забезпечення роботи батьківських шкіл з широким залученням членів родини до супроводу вагітної при виношуванні дитини і в пологах; забезпечення роботи консультаційних пунктів; проведення тренінгових занять; підготовка і видання друкованих матеріалів. Ці документи є відкритими і з ними можуть ознайомитись члени

будь-якої зацікавленої громадської організації.

1.3.5. Співпраця з міжнародними організаціями

Співпраця з міжнародними організаціями є важливою для розширення і сталого розвитку тато-шкіл в Україні. Саме через таку співпрацю, тато-школи можуть долучатися до процесів, які відбуваються в світі, отримувати сучасну інформацію та навчання, технічну і фінансову допомогу, встановлювати партнерські стосунки з тато-школами, або організаціями, які працюють за гендерними і освітніми програмами, програмами з попередження насильства, або забезпечення рівного доступу та якості медичної допомоги в усьому світі.

Шведська Агенція з міжнародного розвитку і співробітництва (SIDA)

У січні 2004 року, за підтримки SIDA було розпочато проект для українських чоловіків, який мав назву «ОЛЕГ», основним завданням якого було навчання чоловіків, які готуються стати батьками. Іншими завданнями проекту були підтримка чоловіків, які знаходилися у кризових ситуаціях, ініціація публічного діалогу з гендерних питань та робота з попередження чоловічого насильства проти жінок і дітей. Актуальність проблем, які вирішував цей проект, його «потрібність» чоловікам, дозволив йому розвиватися і залучати все більше нових учасників та партнерів. Партнерами у виконанні проекту «ОЛЕГ» з українського боку були Вінницький Чоловічий центр (НГО «ОЛЕГ») та Київська організація «Жінки в ЗМІ», з шведського боку – консалтингова компанія «СПРАНГБРАДАН» (м. Стокгольм) та «МензЦентрум» (м. Орншольдсвік). На початку роботи планувалося, що проект буде працювати лише в чотирьох областях



України (Вінницькій, Кіровоградській, Полтавській і Тернопільській), але вже через рік до проекту приєдналися чоловіки з Львівської області, потім з Києва, далі – з інших регіонів. Таким чином фінансова і технічна допомога SIDA була вирішальною у становленні Тато-шкіл в Україні.

Дитячий Фонд ООН (UNICEF)

Організація системи ООН, яка працює виключно в інтересах дітей. Для UNICEF питання реалізації прав дитини і, перш за все, права дитини виховуватися в родині, попередження насильства над жінками і дітьми, забезпечення здорового розвитку дитини і відповідального батьківства є пріоритетними напрямками роботи. Протягом останніх років UNICEF постійно збільшував масштаби своєї підтримки Уряду України у створенні програм захисту дітей, охорони здоров'я матері

і дитини, харчування, розвитку дитини, попередження ВІЛ/СНІД серед дітей та молоді. Як і інші організації системи ООН, UNICEF в своїй роботі керується завданнями Цілей розвитку тисячоліття. Ці цілі включають захист материнства, зменшення дитячої смертності, зупинення поширення ВІЛ/СНІДУ й туберкульозу, захист вразливих категорій і сприяння гендерній рівності. UNICEF здійснює свою допомогу через підтримку українських ініціатив, які пропонуються як державними органами, так і громадськими організаціями. У 2008 році UNICEF підтримав проект «Створення мережі Тато-шкіл у Житомирській області («Житомирський Тато») з подальшим поширенням на всі території, постраждалі від аварії на Чорнобильській АЕС та інтеграцією в загальноукраїнську мережу Тато-шкіл» в Житомирському регіоні, чоловіків, підвищення ролі і

відповідальності батька за здоров'я, розвиток та життя дитини, покращення відносин в сім'ї.

Фонд Народонаселення ООН (UNFPA)

Організація системи ООН, яка надає допомогу в галузі репродуктивного здоров'я та народонаселення країнам з перехідною економікою. UNFPA співпрацює з урядовими та неурядовими організаціями та підтримує програми планування сім'ї; безпечного материнства; профілактики інфекцій, що передаються статевим шляхом, в першу чергу ВІЛ – інфекції та попередження насильства проти жінок.

Програма розвитку ООН (UNDP)

Організація системи ООН, яка допомагає людям бути більш обізнаними щодо гендерних проблем, надає допомогу у вирішенні економічних, соціальних та медичних питань та в розробці стратегії найкращого вирішення проблем. Одним із завдань роботи UNDP є зменшення вразливості окремих груп населення через покращення прийняття політичних рішень в галузі захисту прав людини.

Всесвітня організація Охорони Здоров'я (WHO)

Організація системи ООН. Статут ВООЗ визначає, що провідна мета організації – досягнення усіма людьми такого рівня здоров'я, який давав би їм змогу вести соціально та економічно активне життя. Для того, щоб подолати значні відмінності у показниках стану здоров'я, що існують між країнами Заходу і Сходу Європи, було започатковано програму «Євроздоров'я». Її мета – надати суттєву допомогу країнам Центральної та Східної Європи. Для успішного виконання цієї програми у кожній з країн, яким надається допомога, створено координаційні бюро ВООЗ (в Україні – з 1994 року).

Світовий банк

Діяльність Світового Банку в Україні спрямована на покращення умов життя громадян через економічне зростання та соціальний розвиток. Співпрацюючи з партнерами, Світовий Банк допомагає Україні шляхом передачі глобальних знань та фінансування проектів. Саме за підтримки Світового Банку створено нові центри сімейної медицини і у медичних вузах запроваджено спеціальність сімейного лікаря. У квітні 2004 року представники українських Тато – шкіл брали участь у Спільній Конференції Світового Банку та Шведської Sida «Гендерна політика: десять років перехідного періоду в країнах СНД та Балтії».

Агентство США з міжнародного розвитку

З 1961 року Агентство США з міжнародного розвитку (USAID) є провідною установою Уряду Сполучених Штатів Америки з виконання програм міжнародної економічної та гуманітарної допомоги. В Україні допомога USAID надається у таких сферах як: економічний розвиток, демократія та управління, охорона здоров'я і соціальний сектор. USAID здійснює свої проекти у тісній співпраці з приватними добровольчими організаціями США, американськими компаніями та іншими державними та міжнародними організаціями.

Проект «Здоров'я матері та дитини» JSI/AED/USAID

Мета Проекту – зниження материнської і неонатальної смертності в Україні та покращення здоров'я матерів та новонароджених шляхом впровадження науково-доказових практик акушерського та неонатального догляду. До кінця 2010 року корпорація JSI повинна безпосередньо охопити принаймні

30% пологів в Україні, та 50% усіх пологів – опосередковано, шляхом розповсюдження досвіду. Головні напрямки роботи створення пологових залів, дружніх до сім'ї, зниження частоти проведення таких процедур, як амніотомія та епізіотомія, а також широкого використання вільних позицій під час пологів, негайного контакту «шкіра до шкіри», раннього грудного вигодовування, а також спільного перебування матері та новонародженого після пологів.

Українсько-Швейцарська Програма «Здоров'я матері та дитини» Швейцарського агентства з розвитку та співробітництва

З метою підтримати проведення реформ у сфері охорони здоров'я матері та дитини у 1997 розпочалася довготривала українсько-швейцарська співпраця. Проектна діяльність була спрямована на посилення таких аспектів реформування, як децентралізація допомоги, демедикалізація ведення вагітності, покращення якості перинатальних послуг. Реалізація проектів базувалася на міжнародних підходах до громадського здоров'я, які передбачають роботу не лише в медичній сфері, а також в управлінській та соціальній.

1.3.6 Фінансове забезпечення роботи Тато-школи

Попри те, що робота Тато-шкіл не вимагає великих фінансових витрат, фінансування є таким питанням, яке фактично визначатиме саму можливість існування тато-школи. Фінансування нового починання справа складна і для кожної окремої Тато-школи дуже індивідуальна.

Але існують загальні риси залучення фінансової допомоги від органів

державної і місцевої влади, міжнародних організацій і фондів, приватних фондів і спонсорів.

Що потрібно для отримання фінансування?

По-перше: Тато-школа має бути юридичною особою або бути організованою при юридичній особі, як її підрозділ. Юридична особа має бути зареєстрована у всіх державних структурах, мати свою печатку, розрахунковий рахунок і вести діяльність.

По-друге: для того, щоб претендувати на отримання грошової допомоги від будь-кого, організації треба мати історію своєї діяльності і, в першу чергу, гарну і прозору фінансову історію.

По-третє: Команда Тато-школи повинна мати необхідний рівень кваліфікації для виконання запланованих задач. Іншими словами, це означає наступне: до початку співробітництва з Вашою організацією потенційний донор повинен пересвідчитися, що Ваша організація має достатні управлінські, програмні і методичні ресурси для організації функціонування Тато-школи.

Фінансування роботи Тато-шкіл може бути таким:

- з власних джерел (кошти засновників, членів організації та їх сімей);
- з коштів місцевих бюджетів;
- за рахунок коштів державних програм;
- з коштів на реалізацію проектів за підтримки міжнародних органі-

зацій;

- **за рахунок грантів від міжнародних організацій і благодійних фондів;**
- **фінансова допомога приватних спонсорів;**
- **допомога інших організацій.**

Найкраще поєднувати всі ці види фінансування, оскільки воно дозволяє функціонувати Тато-школі навіть у випадку, коли через якісь обставини припиняється надходження коштів з одного або, навіть, декількох джерел.

Для отримання фінансової підтримки від будь-якої організації (міжнародної, державної, місцевої, приватної) потрібно підготувати проектну пропозицію.

Ця пропозиція має відповідати наступним критеріям:

- чітка постановка та реалістичні завдання проекту, які відповідають пріоритетам, напрямкам і планам роботи організації, до якої ви звертаєтесь по допомогу. Якщо це приватна компанія, то ваша пропозиція має відповідати соціальній політиці цієї компанії;
- визначена цільова аудиторія проекту – це та група людей, на яку спрямований проект, його «клієнти»;
- наявність якісних і кількісних показників, які дозволять оцінити чи досяг проект поставлених завдань;
- детальність та чіткість опису характеру майбутньої діяльності і пояснення того, як ця діяльність дозволяє досягти визначених результатів;
- графік заходів з зазначенням місця та часу проведення та очікуваних результатів за кожним заходом проекту;
- інформація про виконавців проекту,

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



особливо це стосується проведення навчань та залучення консультантів;

- детальний кошторис проекту, із зазначенням статей цих витрат та вартості, визначених відповідно до встановлених стандартних тарифів і відображенням внеску кожного партнера;
- визначена система моніторингу та оцінки якості і ефективності роботи проекту.

Кожна організація, яка надає фінансову підтримку проектам, має власні і часто дуже відмінні від інших адміністративні та фінансові правила роботи і відповідно до них власні вимоги до проектів. Зазвичай, кошти на виконання проекту покривають тільки прямі витрати за проектом, такі як:

- витрати на проведення заходів, зокрема таких як тренінги та семінари, круглі столи, конференції, і т.д. (оренда приміщень, проживання учасників, матеріально-технічне забезпечення заходу);
- витрати на відрядження, пов'язані з проектом;
- розробка та поширення інформаційних і освітніх матеріалів;
- витрати на транспортні засоби та їх технічне обслуговування, у разі якщо вони безпосередньо використовувалися для здійснення

заходів в рамках проекту;

- витрати на офісне обладнання, що використовувалося для забезпечення потреб проекту;
- витрати на проведення моніторингу та оцінки проекту;
- гонорари залученим зовнішнім експертам та консультантам;
- витрати на оплату управління проектом, відповідно до часу, приділеного його виконанню;
- витрати на зв'язок, використовуваний в рамках проекту.

Деякі організації також покривають непрямі витрати, пов'язані з виконанням проекту, а також з посиленням можливостей організації-виконавця:

- витрати, пов'язані з плануванням та управлінням в рамках проекту, зокрема, такі як зарплатні співробітникам;
- витрати на організаційний розвиток та навчання персоналу проекту;
- витрати, пов'язані з посиленням матеріально-технічної бази організації-виконавця;
- витрати на створення власної інформаційно-ресурсної бази організації-виконавця;
- витрати на проведення соціальних досліджень і опитувань з метою аналізу ситуації на початку і наприкінці проекту;
- витрати, пов'язані з орендою офісних приміщень, їх технічним обслуговуванням, зв'язок та офісні витратні матеріали.

Але загальна сума адміністративних витрат не повинна перевищувати 25% від загальної суми коштів, наданих організації.

Для вирішення питань щодо фінансової підтримки проекту кожна організація, яка надає таку підтримку, буде оцінювати проектну пропозицію за певними критеріями. Найчастіше використовуються наступні критерії:

Відповідність – чи використовує проект підходи, які ґрунтуються на правах людини, чи відповідає він пріоритетам міжнародного співробітництва та національним (регіональним) пріоритетам та стандартам;

Доцільність – яка цінність проекту і його внесок у вирішення пріоритетних питань і досягнення визначених цілей;

Продуктивність – чи ефективно будуть використані ресурси для досягнення визначених цілей;

Ефективність – чи проект досягне поставлених результатів, і яким чином це можна буде визначити;

Вплив – яким буде вплив проекту на цільову аудиторію, що власне зміниться в результаті реалізації проекту;

Життєздатність – чи здатен проект продовжувати роботу та розвиватися, коли фінансування та зовнішня підтримка будуть відкликані.

Багато міжнародних організацій мають практику проведення проектного та фінансового аудиту організації для прийняття рішення щодо фінансової підтримки проекту, а також в ході його реалізації. Це робиться з метою зменшення ризиків і втрат, а також з метою посилення можливостей організації-виконавця. Велике значення для міжнародних організацій є також підтримка проекту з боку урядових

організацій або органів місцевої влади. Договір на надання фінансової допомоги або про співробітництво буде підписаний лише після того, як потенційний донор отримає ясну картину стану справ організації-партнера.

Останнім часом збільшуються можливості отримання коштів на фінансування Тато-школи з місцевого бюджету. Один зі способів - виконання Вашою організацією соціального замовлення для місцевої влади. Соціальне замовлення - це реалізація державних/місцевих планів та програм, спрямованих на вирішення соціальних проблем/надання соціальних послуг громаді за рахунок залучення зовнішніх виконавців.

Особливостями соціального замовлення є наступне:

- замовником виступає місцева влада (наприклад, обласне/міське управління у справах сім'ї та молоді, управління охорони здоров'я тощо);
- виконавець замовлення – найчастіше (не)державна організація, яка працює у відповідній соціальній сфері;
- отримувачі послуг («клієнти») – представники певної соціальної групи, які отримують безпосередню користь від такої діяльності (у нашому випадку - це татусі);
- джерело фінансування: кошти, передбачені у місцевому бюджету – наприклад, на фінансування певних програм (обласної програми з утвердження гендерної рівності тощо);
- умова отримання соціального замовлення: участь і перемога у конкурсі, оголошеному місцевою владою на виконання певних соціальних послуг, заходів місцевих програм.

Де можна знайти інформацію про соціальні замовлення? – на веб-сайті державних органів влади у рубриках: «Оголошення», «Нормативно-правова база», «Сім'я і молодь», «Бюджет» тощо. Інший спосіб – напряду зконтактувати з місцевими відділами у справах сім'ї та молоді, охорони здоров'я та дізнатись про можливості співробітництва.

Більш детальну інформацію про соціальне замовлення Ви зможете знайти у на веб-сайті, зазначеному у Додатку 3.2 Джерела корисної інформації в Інтернет.

1.3.7. Хто такий лідер Тато-школи? Навчання та заохочення лідерів (тренерів) Тато-шкіл. Залучення фахівців: «за» і «проти»

Хто може бути лідером Тато-групи, тренером Тато-школи? На це питання шведські чоловіки, піонери у створенні Тато-шкіл у світі, відповідають так: «Тренером-лідером Тато-групи може бути тільки чоловік, який має досвід позитивного батьківства і був присутнім на пологах своєї дитини (дітей)». Професія не має вирішального значення.

До лідерів українських Тато-шкіл висуваються такі вимоги:

Тренером-консультантом Тато-групи може бути чоловік, який має позитивний досвід батьківства, є гендерно чутливим чоловіком, має повагу і довіру людей в своїй громаді та поділяє ідеї, які є базовими для програми роботи Тато-школи.

Від такого важливого пункту критерію відбору тренерів, як присутність на партнерських пологах, довелося відмовитись, оскільки переважний вік



українських лідерів тато-шкіл 40-50 років, а ще десять років тому про партнерські пологи чуло дуже мало людей, а ще менше були присутні на них. Тому участь у сімейних пологах не є обов'язковою для тренерів старшого віку, але є бажаною.

Тренер не може навчити тому, що сам не знає, не розуміє або не вміє робити. Найбільш ефективними і корисними тренерами для майбутніх батьків стають ті, які є фахівцями зі своєї справи та використовують в житті те, чому вони навчають інших. Власний досвід людини завжди викликає довіру.

Лідертато-групи складає програму роботи для майбутніх батьків відповідно до того, які інтереси, питання та побажання є у групи. Крім того, група складається із дорослих людей, які не перший раз прийшли вчитися.

Вони готові сприймати тільки чітко

складену програму: зручну, зрозумілу, послідовну, з чіткою метою занять та їх завданнями, із зворотнім зв'язком, з залученням досвіду поважних і шанованих людей-фахівців. Протягом занять в учасників групи має бути мотивація продовжувати навчатися.

Лідер групи має завжди пам'ятати:

- важливо розповісти про себе і свій досвід батьківства;
- важливо бути «гнучким»;
- важливо говорити про те, на чому Ви знаєтесь;
- важливо уникати менторства та повчань, Ви знаходитесь в групі в якості батька, а не вчителя;
- важливо проводити зрозумілі аналогії;
- не потрібно перевантажувати заняття статистичними даними, науковою інформацією та спеціальною фаховою термінологією, говоріть «людською» мовою;

Взагалі, роботу з кожною групою треба починати з того, що розповісти про себе і дати можливість майбутнім батькам зробити теж саме. Це дуже корисний і продуктивний крок для згуртування групи.

Якщо крім вищесказаного чоловік вміє і може раціонально спланувати часовий план роботи групи (вибрати для занять зручний час, уникнувши релігійних, державних і інших свят), оптимально підготувати приміщення для проведення занять, залучити учасників на навчання і пройти спеціальну професійну та психологічну підготовку для тренерів Тато-школи – він може працювати з групами майбутніх батьків.

Підготовка до ролі тренера та навчання:

Проводячи будь-які вправи, не слід забувати про ті ролі, що відіграє тренер в організації ефективної роботи та взаємодії групи. Тренер на занятті повинен виконувати чимало обов'язків. Він багато разів швидко переходить від одного чоловіка до іншого, при кожному переміщенні виконує водночас не одну, а багато функцій. Важливо, щоб тренери робили це дуже природно, і щоб вони були готові прийти на допомогу кожному із слухачів. Ось список тих обов'язків, які повинен виконувати на занятті тренер:

Організатор. Проводячи ряд навчальних вправ і облаштовуючи середовище, в якому зібралися слухачі, тренер робить усе для того, щоб заняття відбулися якнайкраще.

Наставник. Стежачи за всім навчальним процесом і забезпечуючи його плавний перебіг, тренер виступає гарантом того,

що усі потреби учасників будуть задоволені, і що цілі програми будуть досягнуті.

Стимулятор. Задаючи потрібні запитання, тренер може сприяти глибшому розумінню і згоді учасників. Керівник групи може бути схожим на дзеркало, в якому учень може побачити своє власне зростання, а також те, що він вже встиг засвоїти.

Постачальник ресурсів. Викладач нової інформації та навичок дає групі доступ до друкованих, аудіовізуальних матеріалів, а також до матеріальних засобів.

Технік. Водночас тренер має виявити справжнє уміння роботи з людьми (наприклад, записувати інформацію, бути посередником у конфліктах між учасниками, допомагати групі досягти консенсусу тощо).

Консультант/порадник. Люди, які навчають, набувають більшого особистого досвіду. Вони виявляють бажання і потребу говорити про себе, про свою боротьбу і свої здобутки з тим, хто не засуджує і хто переживає разом з ними.

До кожної наступної теми тренінгу слід переходити тільки в тому разі, якщо зрозуміло все, що до цього моменту продемонстроване і розказане присутнім. Щоб з'ясувати це, потрібно задавати контрольні запитання. Уважно спостерігайте за реакцією учасників. Якщо вони не проявляють уваги до ваших слів, сидять з поглядом «відсутньої» людини або відволікаються на сторонні розмови, тоді з інформаційного викладу Вам слід перейти до емоційного. Посилити увагу слухачів ви можете: звернувшись до них на ім'я під час тренінгу, вказавши на значущість, міняючи інтонацію і гнучкість вашої мови, використовуючи смислові

паузи, наводячи в якості прикладів яскраві випадки з життя, приказки тощо. Почуття гумору і невимушеність вкрай важливі.

Все це робить Ваш виступ емоційно зарядженим, таким, що запам'ятовується. Неуважність учасників під час міні-лекції, демонстрації може пояснюватися такими причинами. Ваші пояснення не дуже зрозумілі. Можливо, Ви використовуєте дуже багато спеціальних термінів. Присутні нудьгують, оскільки Ваша розповідь не надихає і не інтригує їх. Ви звертаєтесь під час розповіді до тих людей, які не мають компетентності в цих питаннях. Ви пропонуєте невдале вирішення проблеми або ті знання, які непридатні для задоволення потреб і вирішення проблем слухачів. Якщо цей факт виявиться під час тренінгу, Вам слід перейти на ті аспекти, які зрозумілі, і зробити акцент на питаннях, які відповідають виявленим запитам і потребам учасників.

Надзвичайно важливе значення мають відповіді на запитання присутніх. З самого початку тренінгу потрібно вказати на те, що присутні можуть задати запитання відразу, тільки – новою виникло. Не треба пропонувати учасникам накопичувати запитання і задавати їх в кінці тренінгу – інакше ви ризикуєте зробити ваш матеріал далеким від потреб слухачів. Пам'ятайте, що краще запам'ятовується емоційно забарвлений матеріал.

На що треба звернути увагу під час роботи з групою:

Будьте підготовлені. Знайте тему тренінгу і методи, за допомогою яких можна ефективно донести її слухачам. Переконайтеся, що тренінг логічно побудований і оцініть час, необхідний

для кожної сесії. Пристосовуйте матеріал до слухачів і їх знань. Визначитесь з тим, яку роль ви гратимете.

Будьте собою. Якщо у вас є почуття гумору – жартуйте. Якщо ні – не намагайтеся. Ви можете справити тільки одне перше враження. Перші декілька хвилин тренінгу є ключовими – вони створюють атмосферу на весь тренінг.

Тримайте увагу аудиторії. Використовуйте «криголами» (рольові ігри, пісні, вправи для залучення уваги і т.д.). Якщо в тренінгу беруть участь люди не знайомі з таким видом навчання, зверніть увагу на те, щоб не збентежити або не налякати їх. Протягом першого тренінгу ви повинні частіше давати можливість учасникам пізнати один одного.

Не починайте з середини. Підготуйте вступ, познайомтесь з учасниками, дізнайтеся про очікування слухачів. Розкажіть про основні теми і зміст тренінгу.

Будьте повні енергії та ентузіазму. Не забувайте посміхатись.

Слухайте аудиторію. Будьте особливо уважними до людей, які виглядають нерозуміючими або позіхають чи сплять. Будьте гнучкими: пристосовуйтеся до знань і досвіду слухачів. Не будьте жорстко прив'язаними до підготовленого наперед матеріалу.

Залучайте до роботи всіх учасників.

Підбадьорюйте аудиторію кожні 30-45 хвилин. Увага аудиторії знижується, і вам необхідно повертати її. Для цього проводьте вправи – «енерджайзери». Проте не зловживайте – слухачі можуть

визнати вправи або зайвою витратою часу, або важкими.

Підбивайте підсумки сесій. Повторення не зашкодить та нагадає основні тези сесії.

Завершіть ефектно. Дайте слухачам що-небудь, що залишиться у них в пам'яті.

Під час проведення тренінгових вправ слід стимулювати колективне обговорення проблем за умови повної свободи висловлювань присутніми власних поглядів на обговорювану проблему і пропозицій щодо її вирішення. Не дозволяйте дискусії відхилятися від теми заняття. Кероване обговорення нової інформації або проблеми та шляхів її вирішення проводиться у формі запитань і відповідей. До необхідної відповіді або ідеї групу ведуть шляхом ряду коротких чітких запитань, на які просять давати конкретні короткі відповіді. Після відповідей на питання тренер обов'язково проводить аналіз і обговорення відповідей, а також підбиває загальний підсумок.

Уміння ставити запитання - важлива якість тренера.

Запитання задають:

- щоб підвищити розуміння;
- для контролю і оцінки рівня розуміння групи;
- для керування групою тобто, якщо група щось не розуміє, подальші запитання можуть виявити сфери, де потрібна допомога; так само там, де початкова тема вилилася в дискусію, добре структуроване запитання може повернути групу в русло даної теми.

Як ставити запитання:

- 1) Плануйте свої запитання. В цілому непогано знати, які запитання ви хочете задати в кожній конкретній частині семінару.
- 2) Знайте ціль кожного запитання. Як правило, запитання направлені на отримання або інформації, або з'ясування думки учасників семінару.
- 3) Коли задаєте запитання, співвідносьте його з досвідом і освітою аудиторії (учасника).
- 4) Йдіть від загальних запитань до конкретних.
- 5) Уникайте розпорошення за темою, коли задаєте декілька запитань поспіль.
- 6) Запитання повинні бути короткими, чіткими і легко зрозумілими.
- 7) Робіть логічні зв'язки між запитаннями.
- 8) Коли ви проводите дискусію, то починайте із запитань до групи, а потім переходьте до окремих учасників.
- 9) Уникайте закритих запитань, на які можна відповісти «так» чи «ні», а також тих запитань, які явно підказують відповідь. Уникайте відповідати на своє ж запитання, до того, як ви надали таку можливість учасникам. Не влаштовуйте «допит» учасників.

Як відповідати на запитання

Переконайтеся, що ви чуєте як намір, так і зміст запитання. Іншими словами, не упустіть почуття і емоції, що лежать за запитанням.

Намагайтеся відповідати на запитання точно і повно. Перевірте, чи задоволений інтерес учасника, який поставив запитання. Чи «достатньо я відповів на

ваше запитання?» Будьте готові надати додаткові докази або свідоцтва на користь своєї відповіді. Якщо доповідачу ставлять запитання, він може відповісти одразу або почекати з відповіддю за допомогою використання таких «хитрощів», для того щоб отримати час на роздуми і залучити до обговорення публіку:

- переадресувати запитання;
- чи стикався хтось із вас з такою ж проблемою?
- техніка рикошету;
- попросити іншого учасника відповісти на запитання. «Пане, ви можете щось розказати нам стосовно цього питання»;
- змінити запитання;
- переформулювати запитання та повернути його тому, хто запитав. В цьому випадку тренер допомагає йому розібратися в ситуації;
- відповідь цитатою;
- оскільки ви підготувалися до тренінгу - ви знаєте, які запитання можуть з'явитися протягом роботи, відповідно ви можете підготувати наперед зручні та доцільні цитати.

Якщо ви не знаєте відповіді на питання учасника тренінгу, то чесно відповідайте «Я не знаю...» Але на наступну зустріч обов'язково намагайтеся знайти відповідь або вказати джерело, до якого учасники можуть звернутися.

Важливу роль в підготовці тренерів відіграє спеціальне навчання та семінари з підвищення кваліфікації тренерів у самих чоловічих громадських організаціях. На них тренери навчаються методикам роботи з групами, вивчають методи навчання, отримують інформаційні матеріали. Такі навчання можуть організовуватись як для тренерів з однієї громадської організації,

так і для тренерів з багатьох громадських організацій.

Краще один раз побачити, ніж сто разів почути! Саме тому, дуже ефективним залишаються навчальні візити тренерів для обміну досвідом до Тато-шкіл України та інших країн. Швеція, Литва, Росія та інші країни ставали місцями зустрічей і роботи міжнародних команд чоловіків. Така співпраця допомагає чітко прояснити плани роботи на майбутнє та дозволяє уникнути повторів помилок.

Залучення фахівців в якості тренерів-консультантів до роботи у Тато-школах має багато позитивних моментів. Ніхто краще за лікаря-фахівця не розповість учасникам Тато-груп про медичні аспекти (пологи, розвиток дитини, вакцинація, попередження захворювань); фахівець-правознавець допоможе швидко вирішувати юридичні питання, дасть алгоритми для оформлення потрібних документів і т.д. Але необхідно організувати роботу цих фахівців таким чином, щоб їх частини у програмі навчання не перетворювалися на лекцію. Нехай це буде сесія питань-відповідей (зазвичай, з необхідними міні-лекціями та практичними вправами).

Такі спеціальні частини учбової програми доцільно проводити тандемом фахівець + лідер групи (якщо фахівець-тренер не є лідером групи, звичайно). Це допомагає уникнути нудної «наукової» лекції з низьким коефіцієнтом корисної дії.

Очевидно, що під час тренінгу можуть виникнути проблеми. Багато з них досвідчений тренер врегулює ще на самому початку. Але це не завжди вдається навіть професіоналам.

Існує багато проблем, що виникають

при проведенні тренінгового заняття. Основною проблемою є втрата слухачами уваги, а тренером - контролю над аудиторією. Якщо це відбувається, то спочатку тренеріві треба шукати помилки саме в своїй поведінці. Найбільш ймовірними можуть бути такі.

Тренер:

- виглядаєте погано підготовленим;
- починаєте пізніше, ніж було заплановано;
- не вмієте працювати із запитаннями учасників;
- постійно вибачаєтеся за себе або за організацію, яку представляєте;
- погано знаєте те, що вам повинно бути добре відомо (наприклад, імена учасників);
- непрофесійно використовуєте аудіовізуальні засоби навчання;
- вибиваєтеся з графіку семінару;
- не залучаєте учасників до процесу навчання;
- не досягаєте взаєморозуміння з учасниками;
- закінчуєте семінар пізніше;
- не можете створити позитивне ставлення до себе з боку учасників;
- не розкриваєте теми заняття;
- не плануєте достатню кількість перерв;
- не враховуєте особливості місця проведення семінару;
- користуєтеся явно застарілими матеріалами;
- не визнаєте за собою помилок;
- використовуєте недоречні жарти або недоречну мову;
- претендує на роль «експерта», який має відповідь на будь-яке запитання;
- говорить неграмотно, нечітко або незрозуміло.

Однак причини можуть критися і в учасниках. Професійність тренера визначається не тільки тим, як він виступає та організовує роботу, але і тим, яким чином він справляється зі складними ситуаціями. У групі можуть бути гендерно нечутливі люди, люди з певними релігійними віруваннями, або упередженнями, які просто не сприйматимуть і не поділятимуть точки зору тренера. Для цього майбутньому тренеру необхідно навчитися принципам роботи з «важкими» аудиторіями і бути озброєним фактами і доказами правомірності того, про що він говорить.

1.3.8. Як знайти та заохотити відвідувачів Тато-шкіл

Коли відкривається нова Тато-школа, то одним із головних питань, яке виникає перед організаторами є питання залучення учасників – майбутніх батьків до роботи в Тато-групах. На перший погляд – це зовсім не складно: написали об'яву, а ще краще – надрукували у місцевій пресі і вперед! Але де там... В перші роки початок роботи Тато- шкіл не був триумфальним.

Один із засновників перших шведських Тато-груп Йоран Віммерстрьом

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



розповідав цікаву історію із власного досвіду. Коли прийшов час запрошувати шведських чоловіків на перше заняття, було вирішено зробити це через жіночий персонал консультацій для майбутніх мам. Планувалося, що вагітні жінки передають своїм чоловікам запрошення на ці навчання. До виготовлення запрошень акушерки віднеслися дуже відповідально. В загадковій манері чоловіків запрошували кудись, точніше, запрошували у жіночу консультацію, у жіночий світ на зустріч з якимось чоловіком, до того ж не-лікарем! Весь текст запрошення був розмальований хмарками, кішечками, собачками та повітряними кульками. Із чоловіків не прийшов жоден!

Наступна спроба була така: запрошення мало інший вигляд – на рожевому! На папері було дуже багато тексту, в якому досить широко пояснювалось про вагітність, пологи і т.д. З наголосом на можливі проблеми і ускладнення. Прийшов один чоловік!

Остання спроба була найбільш вдалою. На невеликому листку було вказано, що в такий-то день о такий-то годині в кімнаті № на майбутніх татусів чекає пан такий-то, який допоможе оформити документи на отримання грошової допомоги по народженню дитини та розповість про інші корисні речі. Було роздано 50 запрошень, прийшло 49 чоловіків.

В Україні на початку роботи тато-шкіл також були певні проблеми заохочення відвідувачів. Зрештою, після багатьох помилок, було створено певну послідовність залучення чоловіків – майбутніх батьків.

1. Починати потрібно з «ближнього кола»: друзі, знайомі, товариші, родичі, знайомі знайомих. Саме ці люди мають

скласти «першу хвилю» учасників Тато-груп.

2. Підготовлені інформаційно-рекламні запрошення до Тато-школи потрібно розмістити в жіночих консультаціях. Жінки мають вплив на своїх чоловіків і можуть наполегливо «порекомендувати» їм взяти участь у цій роботі.
3. Такі самі запрошення потрібно запропонувати слухачам «Школи відповідального батьківства», які працюють майже у всіх жіночих консультаціях або пологових будинках. Але потрібно чітко дати зрозуміти, що Тато-школи не підміняють, а доповнюють Школи відповідального батьківства (тільки навчання проходить виключно для чоловіків-батьків).
4. А вже після початку регулярної роботи перших Тато-груп необхідно голосно заявити про себе в місцевих ЗМІ, рекламувати себе, інформувати про свої заходи, досягнення. Також необхідно подавати інформаційний матеріал про інші українські та закордонні Тато-школи: інколи чужий досвід підштовхує нашого чоловіка зробити це саме і навіть краще.
5. Тут має бути Ваша власна ідея, Ваш спосіб і метод залучення слухачів Тато-шкіл до навчання.

Коли Тато-група вже працює, не забудьте підготувати відзнаки для учасників (дипломи, можливо, грамоти, значки і т.д.). Наприклад це може бути «Диплом компетентного татка». Заохочуйте кращих.

І ще одне. Мережа Тато-шкіл розширюється. Після першої Тато-школи у Вашому місті з'явиться друга. Якщо будуть потрібні нові тренери-консультанти – найкращі лідери виходять

із слухачів Тато-шкіл. Придивляйтесь до своїх груп, шукайте найкращих. Готуйте їх самі, відправляйте на навчання, сприяйте їхньому професійному зростанню. Успіхів!

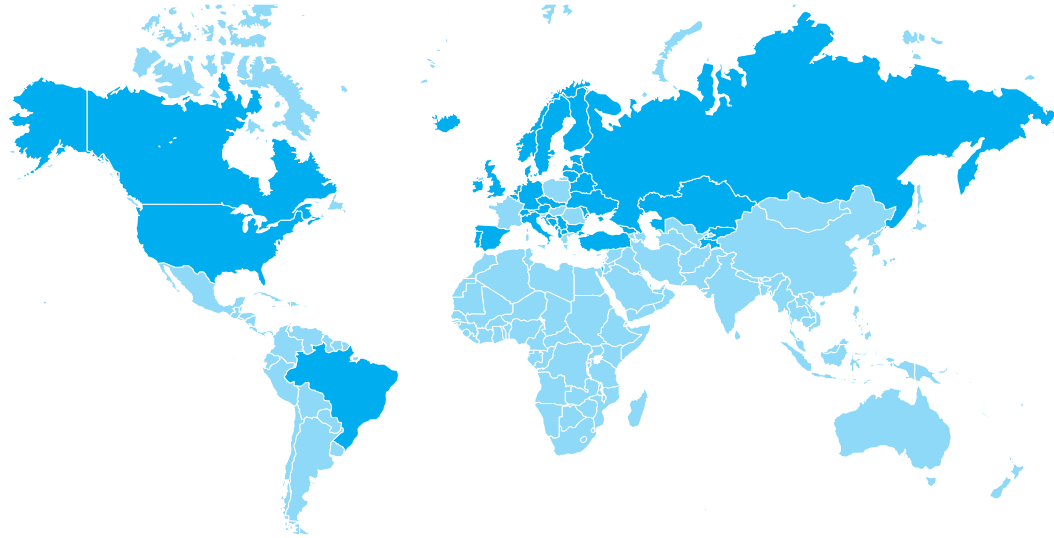
1.3.9. Участь у всеукраїнській та міжнародних мережах Тато – шкіл

В кінці 2004 року в місті Вільнюсі (Литва) представники України, Швеції, Литви, Казахстану і Киргизстану провели установчі збори Міжнародної Чоловічої Мережі «Євро-Азійська Гендерна Ліга EAGLE». Створення цієї мережі було спільною ініціативою членів гендерних організацій України і Швеції. Ця мережа стала логічним продовженням співпраці чоловіків різних країн, які прагнуть бути хорошими батьками, боротись проти дискримінації, насильства проти жінок і дітей та торгівлі людьми. Чоловіки країн – учасниць спільно використовують набутий досвід роботи і розвитку Тато – шкіл, чоловічих гендерних НГО,

проводять спільні заходи, обмінюються методиками роботи. Обов'язкові щорічні координаційні зустрічі в одній із країн – членів мережі. У планах роботи – видання вісника.

Обмін навчальними візитами чоловічих команд став важливим і корисним компонентом роботи мережі «EAGLE». Чоловіки української мережі брали участь у великій кількості міжнародних конференцій, таких як: Міжнародний ярмарок гендерних проектів – жовтень 2001 р., м. Київ, Україна; Щорічна підсумкова конференція Шведської Агенції міжнародного розвитку і співробітництва – січень 2003 р., м. Стокгольм, Швеція; Чоловік у суспільстві, щорозвивається – лютий 2003 р., м. Вільнюс, Литва; Міжнародний книжковий ярмарок – вересень 2003 р., м. Гетеборг, Швеція; Гендерний аспект в земельній реформі в Україні – травень 2003 р., м. Київ, Україна; Спільна Конференція Всесвітнього банку і Шведської Агенції міжнародного





Sweden	Slovakia	USA	Croatia	Moldova	Finland	Canada	Netherlands
Ukraine	Tajikistan	Portugal	Serbia	Belgium	Germany	Italy	Israel
Lithuania	Spain	Ireland	Montenegro	Norway	Austria	Czech	Brazil
Kazakhstan	Turkey	Switzerland	Belarus	Albany	Macedonia	Bulgaria	Estonia
Kyrgyzstan	Iceland	Bosnia Herzegovina	Russia	Great Britain	Denmark	Georgia	Latvia

розвитку і співпраці «Гендерна політика: десять років перехідного періоду в країнах СНД і Балтії» - квітень 2004 р., м. Стокгольм, Швеція; II-а Міжнародна наукова конференція присвячена 135 – річчю від дня народження О. Кисілевської «Гендерні проблеми суспільства: історичні традиції та реалії сьогодення» – травень 2004 р., м. Тернопіль, Україна; Міжнародна Гендерна конференція – жовтень 2004 р., м. Вільнюс, Литва; Міжнародна конференція «Співробітництво чоловіків і жінок для досягнення гендерної рівності «Гендерстан 2004» - листопад 2004 р., м. Бішкек, Киргизстан; Міжнародна гендерна конференція «Канатти Айель-2» - серпень 2005 р., м. Алма – Ати, Казахстан; Людина нової ери – травень 2006 р., м. Москва, Росія; Заключна конференція 2-го етапу проекту «ОЛЕГ» - листопад 2006 р., м. Київ, Україна; Міжнародна конференція MenEngage Europe – січень 2009 р., м. Стокгольм, Швеція; Міжнародна конференція «Виховання батьківства» - квітень 2009 р., С.Петербург, Росія та в багатьох інших.

Членами мережі «EAGLE» можуть бути неурядові організації, члени яких поділяють погляди, які пропагують гендерну рівність, нову роль чоловіка в суспільстві, що змінюється, розуміють важливість ролі батька в житті дитини, цінують сім'ю.

В листопаді 2006 року до мережі «EAGLE» приєдналися представники чоловічих організацій Словачії та Таджикистану. На черзі – ще ряд країн – кандидатів для вступу.

3 січня 2009 року українська мережа Тато – шкіл (10 областей) та мережа «EAGLE» (7 країн) вступили до Міжнародної мережі MenEngage, яка, окрім організацій з Європи, об'єднує організації з Південної Америки, Близького Сходу, Африки, Північної Америки. Представники Вінницької НГО «ОЛЕГ» увійшли в Координаційну Раду цієї мережі, куди входять представники лише з восьми країн серед більше, ніж сорока країн – учасниць.

1.3.10. Співпраця з засобами масової інформації. Роль відомих людей та громадських лідерів у популяризації Тато-школи

Важливою складовою роботи Тато-школи є інформаційна робота, метою якої є підвищення розуміння широким загалом гендерних питань, а також інформування про цілі і завдання Тато-шкіл. Засобам масової інформації належить головна роль у проведенні інформаційних кампаній, які мають сприяти розвитку руху по створенню мережі Тато-шкіл.

Для того щоб проінформувати громаду про створення Тато-школи, а пізніше про її роботу, потрібна тісна співпраця зі ЗМІ, особливо з тими, що працюють на місцевому рівні у Вашому регіоні. Організуйте прес-конференцію вже на початковому етапі роботи. Підготуйте прес-реліз, написаний простими словами. Постарайтесь з самого початку зацікавити журналістів у Вашій роботі і навіть спробуйте «рекрутувати» деяких з них на роботу в Тато-школі (серед них є чоловіки з великим життєвим досвідом!).

Запрошуйте журналістів на всі свої масові заходи. Разом з запрошенням надсилайте цікавий прес-реліз. Не використовуйте бюрократичну мову та відомі кліше при складанні прес-релізу.

Він не має загубитися серед десятків прес-релізів, які приходять до редакції кожний день.

Не відмовляйтесь від інтерв'ю та зустрічей з кореспондентами, але слідкуйте за тим, щоб публікації у друкованих засобах масової інформації про Тато-школи не потрапляли у рубрики: «Дивина», «Незвичайне навколо нас», «Дивні люди»,

«Оце-то так!», «Неймовірне поруч» і таке інше. Ви робите гарну справу, яка є потребою нормальних чоловіків, яким не байдужа їхня родина і діти. Унікальною або дивною має бути зворотне. Не потрібно співпрацювати з бульварною «жовтою» пресою. Одна публікація в якомусь виданні може нашкодити Вашій справі більше, ніж пожежа у Вашому офісі.

Не намагайтесь відразу розповісти про себе в загальноукраїнських виданнях. Пам'ятайте, що Ви організували Тато-школу в першу чергу для чоловіків-батьків свого регіону. Але необхідно мати на увазі, що зазвичай регіональні видання дотримуються більш патріархальних поглядів на соціальну роль чоловіків.

Стан справ можливо змінити тільки регулярно, послідовною роз'яснювальною роботою та співпрацею з представниками місцевих засобів масової інформації.

В спілкуванні з журналістами Ви маєте бути максимально відкритими. Вони мають отримати відповіді на всі свої запитання.

Але є один момент, який створює незручності. Журналістам, особливо

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



телевізійним, завжди цікаво зняти на камеру самі заняття у тато-групі, але цього робити не варто:

- робота в Тато-групі ведеться конфіденційно;
- присутність сторонніх людей під час занять негативно впливає на атмосферу в групі і навіть можливий «розвал» групи і припинення подальших занять;
- якщо навіть втручання не приведе до «розвалу» групи, то, в будь-якому випадку на одному занятті «сміливо треба ставити хрест».

За згодою журналісти можуть зробити інтерв'ю з майбутніми батьками, зняти сюжет для телебачення, запросити до участі в передачі, але це має відбуватися поза навчальним процесом.

Гарний відео матеріал та фото можуть підготувати і самі учасники або лідери груп. Такі матеріали утворюють інформаційний архів, який потім за згоди учасників можна використовувати в навчальному процесі або інформаційній роботі.

Взагалі, Вашій громадській організації буде потрібна особа, яка планує, організовує, координує реалізацію та оцінює комунікаційну діяльність усієї організації.

До кола її обов'язків входять:

- написання і публікація у ЗМІ власних матеріалів;
- налагодження та підтримання відносин із мас-медіа;
- дослідження та оцінка ставлення громадськості до діяльності організації;
- дорадча діяльність;
- влаштування спеціальних подій;
- речництво;

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



- власне виробництво медіа-продукції;
- навчання працівників комунікаційним навичкам, зокрема, навичкам спілкування із пресою;
- налагодження контактів із потенційно партнерськими організаціями для спільної інформаційної діяльності.

Відповідно до поставлених завдань можуть виконуватись дві функції.

Реагування, коли відбувається пошук та представлення адекватної відповіді на подію, яка вже відбулася (часто кризового характеру).

Альтернативою реагуючій функції виступає **упереджувальна**, коли ініціатором та виробником інформації для ЗМІ, передусім, у жанрі новини, виступає прес-служба. Це підготовка і розсилка до ЗМІ прес-релізів, підготовка і публікація власних матеріалів, пропозиція журналістам власного коментаря із заявленням позиції організації до значущої суспільної події, участь у медіа-подіях (наприклад, теле- і радіо дискусії).

Як уже зазначалося, речництво є лише однією із функцій. Але це зовсім не применшує ваги даної роботи. Радше навпаки – речник презентує публіці всю організацію.

Речник – особа, уповноважена виступати від імені всієї організації, пропагувати серед аудиторії її політику та роз'яснювати конкретні акції.

Про вагомість посади речника, наприклад, в американській адміністрації може служити вже той факт, що президент особисто оголошує про свій вибір конкретної особи.

Речник для успішного виконання своїх обов'язків повинен мати постійний доступ до керівництва. Не випадково, роботу спеціаліста із паблік рілейшенз порівнюють з адвокатською або навіть лікарською практикою.

Речник мусить постійно спілкуватися із журналістами. Мова йде про системність такого спілкування, передусім, через заздалегідь оголошені брифінги.

Заходи, здійснювані на регулярній основі, можуть бути наступними:

- вироблення і реалізація комунікаційних планів (Це перспективна довгострокова програма спілкування із журналістами, яка визначає коло осіб, уповноважених говорити від імені організації або висловлюватися з приводу визначених тем);
- прес-конференції (Як уже зазначалося, брифінги речників відбуваються на регулярній основі у визначені дні та час. Вони складаються із короткого огляду головних подій і реакції на них та відповідей на питання репортерів. Натомість, прес-конференції керівників влаштовують з нагоди вагової події);
- офіційні звіти про діяльність організації за визначений час або згідно окремого проекту (програми), надані пресі для використання та обнародування;
- події, влаштовані для мас-медіа;

- медіа-тури (Це організована поїздка запрошених журналістів за заздалегідь визначеним маршрутом, графіком і програмою;
- включення журналістів до складу делегації, яка представлятиме організацію;
- неформальні зустрічі з репортерами, провідними коментаторами та головними редакторами;
- путівники для преси (прес-кити) (Це довідники, які надають журналістам можливість отримати більше інформації про конкретну подію або проблему.

Речник має володіти наступними рисами:

- доступність і відкритість для спілкування із журналістами;
- володіння оперативною інформацією, оскільки речник має бути постійно досяжним для журналістів, які прагнуть негайно отримати інформацію з питання, яке їх цікавить. Слід знову наголосити на необхідності передбачувати питання, які можуть поставити у зв'язку із певною подією;
- політична коректність (Під політичною коректністю розуміють свідоме уникнення вживання такої лексики або стилістичних зворотів, які б спровокували звинувачення в упередженому ставленні на соціальному, расовому, національному, статевому або побутовому ґрунті;
- невимушеність у спілкуванні та почуття гумору.

Сьогодні мало не кожна організація намагається створити в Інтернеті власну веб-сторінку. Їх з'явилося настільки багато, що спеціалісти почали говорити про появу «кібернетичних слонів», тобто громіздких, перевантажених надлишковою інформацією сайтів.

Тому перш ніж започаткувати свою веб-сторінку, організація мусить провести ретельне маркетингове дослідження та промоушн-кампанію.

Долучення веб-сайту організації до якомога більшості числа серверів. Сама процедура пошуку користувачами відома: слід ввести в пошук слово або словосполучення. З огляду на дедалі більшу конкуренцію однопрофільних компаній в Інтернеті слід подбати, щоб веб-сайт організації опинився у числі перших, які пропонує користувачам пошуковий сервер. Корисні поради щодо цього можна знайти на Search Engine Watch (www.searchenginewatch.com).

Інший корисний сайт, присвячений мистецтву популяризації в Інтернеті – www.virtualpromote.com, на якому можна знайти лінки (доручення) до десятків сайтів і який пов'яже ваш сайт із сотнями пошукових серверів. Наприклад, www.intelliquis.com автоматично зареєструє сайт організації з більш ніж 900 пошуковими серверами і введе його у спеціальну категорію залежно від напрямку діяльності організації. Взагалі, варточасвідчасу перевіряти позицію сайту в наступних найпопулярніших пошукових серверах Інтернету: Yahoo!, Google, Excite!, Altavista, Metacrawler, Rambler (для країн СНД), Ping (для України).

Важко переоцінити роль відомих чоловіків та громадських діячів у популяризації Тато-шкіл, участі у сімейних пологох та використанні чоловіком-батьком відпустки по догляду за дитиною. Інформаційно-рекламні матеріали, які використовують у якості «запрошеної зірки» і гарного прикладу відомого чоловіка-батька набагато цікавіше для загалу. Приклад із життя відомої людини стимулює пересічного чоловіка повторити і приєднатися.

Важливе «АЛЕ»: Перед тим, як залучити відому особу до популяризації Тато-шкіл, переконайтесь в тому, що він розуміє Ваші ідеї, поділяє їх. Крім того, Ви маєте бути впевнені, що він чи його образ не використовувався у рекламі речей, які несумісні з дітьми, дитинством, Тато-школами (реклама пива, горілки, тютюнових виробів, реклама зброї і просто агресивна реклама, гендерно нечутлива реклама, реклама заміників грудного молока і т.д.).

2. ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ ТАТО — ШКІЛ

В даному розділі ми пропонуємо різні підходи у підготовці тренерів до проведення занять з батьками. Ви можете ознайомитись з змістом найбільш поширених занять у Тато-школах, розроблених за різними методиками.

Наприклад. Тема 2.1. «Основи гендера та гендерної рівності» та тема 2.2. «Насильство в сім'ї та суспільстві. Демократична та тоталітарна сім'я» представлені у вигляді плану занять з описом вправ, змістом міні-лекцій, додатковою інформацією та інструкціями для тренера.

Також в цих темах зазначається час, необхідний на засвоєння кожного окремого компоненту занять.

Але Ви можете викладати ці теми за іншою методикою і використовувати інші вправи.

Саме тому ми також наводимо приклад тем (2.3-2.7.), підготовлених у вигляді лекцій. Це не означає, що тренер Тато-школи або лідер тато-групи має читати лекцію, але він має повністю володіти



матеріалом, викладеним в ній і будувати (спрямовувати) бесіду виходячі з інтересів цільової аудиторії.

Термін виконання: 20 – 30 хвилин.

2.1. Тема «Основи ґендера та ґендерної рівності»

Заняття за даною темою складається з комплексу п'яти вправ, черговість яких змінювати не рекомендується. Напередодні заняття тренеру бажано детально ознайомитися з текстом міні-лекції.

Вправа 1. Перші спогади, усвідомлення себе дівчиною чи хлопцем.

Мета: Дати можливість із власного досвіду переконатися в тому, що процес ґендерної соціалізації починається дуже рано.

Опис вправи:

Розділити групу на кілька менших груп (по 5 – 7 осіб у кожній). Попросити згадати конкретний випадок і вік, коли учасники вперше відчували себе дівчиною чи хлопцем.

У великій групі записати на аркушах паперу (окремо для жінок і чоловіків) зліва сам випадок, справа – обставини, за яких це відбувалося. У випадку, якщо комусь буде важко визначити це для себе, ставте на аркуші ризику.

Спитайте, які почуття викликала робота в групах і подальше складання списку. Чи приємними були для вас спогади? Для чого ми виконували цю вправу?

Спитаєте, коли легше жилося – до чи після усвідомлення себе особою певної статі?

Зробіть висновок – соціалізація починає відбуватися дуже рано, навіть у тому випадку, якщо ми цього не усвідомлюємо. Для вікових та інших груп, яким складно зрозуміти або пояснити слово «соціалізація», замініть його словами «вплив суспільства», «вплив довкілля», «вплив оточення» тощо.

Вправа 2. Чим ми відрізняємось – жінки і чоловіки.

Мета: Допомогти усвідомити, що є відмінності, притаманні всім чоловікам або всім жінкам (статеві), і є такі, що можуть належати як тим, так і іншим (гендерні).

Термін виконання: 15 – 20 хвилин.

Опис вправи:

(У великій групі, малих групах чи індивідуально).

Розділіть аркуш паперу на дві графи: в одній написати риси, притаманні жінкам, в іншій – чоловікам.

Обговоріть разом – які з перелічених рис належать завжди і тільки – жінкам або чоловікам.

Якщо вправа проходить у великій групі, провести її можна у формі мозкового штурму; в малих групах можна відразу проводити обговорення або здійснити це в два етапи.

Підведіть групу до висновку, що лише фізіологічні відмінності мають стійку приналежність до статевої групи.

Дайте поняття «гендер».

«Гендер відноситься до соціально набутої поведінки і очікувань, які асоціюються з двома статями. Якщо чоловіча чи жіноча стать – це фактори біологічні, то відчувати себе в соціумі жінкою чи чоловіком – процес соціокультурний, набутий під час життя. Подібно расі та класу, гендер – категорія соціальна, яка виникає у великій різноманітності нашого життя і впливає на наші суспільні стосунки з іншими людьми. Соціологи розрізняють стать і гендер для того, щоби зосередити увагу на тому, що гендер – феномен культури, а не біології».

Вправа 3. Чому ми відрізняємось - чоловіки і жінки.

Мета: Дати можливість поступово наблизитись до складних понять гендера.

Термін виконання: 15 – 20 хвилин.

Опис вправи:

(У великій групі, малих групах чи індивідуально).

Методом мозкового штурму складіть перелік причин, внаслідок яких жінки і чоловіки різні (природа, виховання, культура, економічні умови тощо).

Обговоріть в групі:

- **відмінність – це добре чи погано;**
- **на що впливає в нашому житті те, що ми різні;**
- **коли нам допомагають, а коли заважають наші відмінності.**

Починаючи з цієї вправи, може виникнути певний «антагонізм» між поглядами

представників двох статей. Повернення до результатів попередньої вправи дозволяє розрядити ситуацію. Для цього треба, щоб результати виконання попередніх вправ залишались на стіні, або на дошці.

Вправа 4. Що з цього впливає – проблема гендерних стереотипів.

Мета: Допомогти зрозуміти глибину вкорінення гендерних стереотипів у наше життя.

Термін виконання: 20 – 30 хвилин.

Опис вправи:

Обговоріть у групі:

Що можна зробити в деяких випадках, коли наша відмінність заважає нам якнайповніше себе реалізувати?

Дайте поняття стереотипів.

Стереотип – це узагальнення, при якому риси і характеристики, притаманні частині групи (не обов'язково більшій частині), поширюються на всю групу в цілому. Розрізняють расові, національні, гендерні стереотипи.

Попросіть навести приклади кожного виду стереотипів.

Обговоріть у групі:

- **чи існують необразливі стереотипи?**
- **чи може стереотип знівелювати нашу особистість, неповторність?**
- **чи порушує стереотип чийсь соціальні права, права людини .**

Обговоріть в групі:

- **як подолати стереотипи?**
- **чи існують корисні гендерні стереотипи?**

При виконанні вправи найбільша кількість стереотипів, що приводять учасники, стосується жінок. Запитайте: «Чому це так?», «Чи не є це свідомим різного відношення до чоловіків і жінок?». Запропонуйте навести більше гендерних стереотипів, що стосуються чоловіків.

Вправа 5. Змінимо наші гендерні стереотипи.

Мета: Показати, що існуючі в суспільстві гендерні стереотипи не відповідають реальному стану.

Термін виконання: 15 – 20 хвилин.

Опис вправи:

Розділіть усю групу на малі групи. Попросіть кожну групу протягом 5 хвилин написати:

- 1 група – якими суспільство уявляє жінок;
- 2 група – якими суспільство уявляє чоловіків;
- 3 група – які якості виявляють жінки в реальному житті;
- 4 група – які якості виявляють чоловіки в реальному житті.

Коли кожна група презентує свої результати, порівняйте разом з групою, наскільки стереотипними є уявлення про характер і поведінку жінок і чоловіків і наскільки це відповідає дійсності.

Обговоріть, як стереотипне сприйняття особистості іншими людьми може стримувати її розвиток.

Додаткова інформація до вправ

Гендер і гендерна дискримінація (міні-лекція)

Людина не вибирає, ким народиться: чоловіком чи жінкою. Але, на жаль, саме стать починає визначати все її чи його подальше життя. З дитинства дітей не тільки вдягають по-різному в залежності від того, хлопчик це чи дівчинка, але і по-різному до них відносяться, встановлюють різні правила поведінки.

Що ми говоримо хлопчику, а що дівчинці?

«Дай здачі, ти ж хлопчик» (Може, такими словами закладаючи майбутнє агресивне поведіння); «Не реви, ти не дівчинка» (Як ви думаєте, як після цих слів буде відноситися хлопчик до дівчинки? Як до плаксія, як до нижчої істоти?); «Будь охайною, не забруднися, ти ж дівчинка» (А що, хлопчикам не потрібно бути чистими і старанними?); «Поводься тихіше, будь скромною, ти ж дівчинка» (А якщо ця дівчинка смілива й ініціативна? Так це погано?).

Що ще ми говоримо дітям?

Таким чином, родина й оточення закладають дітям різні стандарти поведінки. Ці різні, у залежності від статі правила потім транслуються і підтримуються всіма суспільними інститутами: починаючи з дитячого садка, школи, армії і закінчуючи всілякими державними установами. Не останню роль у цьому процесі грає культура: книги, кінофільми, преса, телебачення. Так поступово формуються стереотипні ролі чоловіка і жінки, що і суспільство, і їхні носії починають вважати уродженими, споконвічно властивій

жінці чи чоловіку по факту народження. Насправді, ми успадковуємо тільки статеві розходження. Під біологічною статтю (sex) розуміються анатомічні і фізіологічні особливості людини: зовнішні полові ознаки, репродуктивна функція – здатність до зачаття і народження дитини. І тут розходження між чоловіком і жінкою безперечні. Скажемо, чоловіки не можуть родити дитини, але вони, як правило, вище і сильніше. Але, крім біологічного, можна виділити так названу соціальну стать – гендер. Термін «гендер» (gender) позначає стать як соціальне поняття і явище. Чоловіки і жінки є культурним продуктом своїх суспільств, тому відчуття людиною приналежності до визначеного гендеру виховується все життя, протягом якого він чи вона освоюють ті поведінкові нормативи, що будуть їх характеризувати як чи чоловіка жінку. Ці соціостатеві (гендерні) ролі чоловіку і жінці нав'язуються через одяг і поведінка (у самих маленьких дітей уже різний одяг, різні іграшки, потім вони мають різні обов'язки в родині); через формування різних психологічних якостей (родина і школа заохочують розвиток одних якостей і третирують інші в залежності від того, хлопчик це чи дівчинка); через розвиток здібностей дівчат і юнаків у визначеному напрямку; через перепони чоловікам і жінкам займатися різними видами діяльності і т.д. У такий спосіб виникає поняття традиційної чоловічої і традиційної жіночої гендерної ролі.

Біологічна стать і її функції не міняються в категоріях «час – простір», у той же час гендер і його ознаки міняються.

Сто років тому учені чоловіки з повною серйозністю дискутували, чи можуть жінки учити математику, і прийшли до висновку, що, одержавши вищу освіту, жінка не зможе родити дітей. На жаль, у

різних державах жінки і чоловіки сьогодні по-різному можуть реалізувати себе. Є величезна відмінність у положенні жінки в Україні і, скажімо, в Афганістані. В той же час, є зовсім різні можливості для виховання дитини чоловіком у нас, і в Канаді (на жаль, не на нашу користь).

Отже, такі розходження в положенні жінок і чоловіків у залежності від країни чи століття – гендерні розходження.

Ці ролі також викликають гендерний розподіл праці, тобто виробнича і домашня праця розподіляється в залежності від статі людини: як правило, чоловіки займають більш престижні і високооплачувані роботи; як правило, жінки виконують роботи з будинку; як правило, жінкам і чоловікам існує негласна заборона на деякі професії.

Які професії вважаються «чоловічими», а які «жіночими»? Чому? Як суспільство відноситься до жінки, що вибрала «чоловічу» спеціальність? І, відповідно, до чоловіка, що займається «жіночою» працею?

Звичайно, жінка в нашій країні може стати майором спецназу, але для цього їй прийдеється прикласти набагато більше зусиль, чим чоловіку. Закон не забороняє чоловіку працювати нянькою в дитячому саду, але шанси, що його візьмуть на роботу, дуже проблематичні. Так само негативно суспільна думка відноситься до тих чоловікам, що вирішують присвятити себе турботам про виховання дітей і створенні сімейного затишку, у той час як його дружина буде працювати.

Чому?

Тому що від чоловіка очікують, що основна мета його життя – робота і кар'єра. А сфера прояву жінок – будинок і родина.

Тобто гендерні норми поведінки людини постійно підтримуються соціальними очікуваннями людського оточення. Існує гендерний соціальний контроль, що виражається у формальному і неформальному схваленні і винагороді «правильного» поведіння, і у покаранні ганьбою, соціальною ізоляцією і презирством поведіння, що випадає з рамок «чоловічої» чи «жіночої» ролі. Отже, можна говорити про існування гендерної ідеології, що виправдує як існування соціостатевих ролей, так і різну їхню оцінку суспільством, при цьому зображуючи ці оцінки нібито природними. Нехай ця гендерна ідеологія часто не усвідомлена, але вона існує і реально впливає на життя і погляди більшості людей. Ця ідеологія наказує різний сценарій сексуального поведіння: для чоловіка допускається велика сексуальна сила і сексуальна агресивність, жінка, у свою чергу, розглядається як пасивний сексуальний об'єкт, що може бути сексуально експлуатованим. Тобто в суспільстві існує подвійний стандарт моралі: один – стосовно чоловіків і зовсім інший – стосовно жінок. Обидва стандарти є неприродними, штучними.

Скажіть, які якості вважаються «чоловічими», а які – «жіночими»?

Відповіді групи записуйте на листі.

Яким чином закладаються в людину якості, що нібито дані чоловіку і жінці природою?

Гендерні стереотипи створюють невидимий, але реально відчутний бар'єр, що заважає як чоловікам, так і жінкам реалізувати себе, ущемляючи при цьому їхні людські права.

Що таке стереотипи? Гендерні стереотипи?

Саме слово стереотип походить від об'єднання двох грецьких слів (stereos – «твердий» і typos – «відображення») і означає спрощене, схематичне, часто скривлене представлення про що-небудь чи про кого-небудь. Кожен і кожна з нас, сприймаючи іншу людину і його поведження, часом спрощує або узагальнює картину. Наприклад: усі жінки емоційні, усі дійсні чоловіки повинні стримувати свої почуття, усі дівчинки ніжні, а хлопчики грубі тощо. Тобто, стереотипи – спрощені, занадто умовні представлення, штампи. Люди використовують їх для того, щоб просто зрозуміти явища, які вимагають більш складних, інтелектуальних зусиль. Гендерні стереотипи відбивають погляди суспільства на поведження, що очікується від чоловіків від жінок. Таким чином, гендерні стереотипи – це наше розуміння чоловічої і жіночої традиційної гендерної ролі.

Яку шкоду приносять гендерні стереотипи?

Через них ми попадаємо в пастку помилкових висновків, вважаючи статеві розходження більш істотними і вагомими, ніж індивідуальні, особистісні. Такі суспільні міфи свідомості приносять реальну шкоду, не даючи людям можливості реалізувати свій багатий людський потенціал. Вони ущемляють права людини і ведуть до гендерної дискримінації – порушенню прав людини по статевій ознаці.

Чи значить це, що жінка повинна категорично відмовитися від родини на користь роботи і кар'єри, а чоловік кинути роботу?

Звичайно, ні. Мова йде про те, що людину позбавляють вільного вибору, що вона, як вільна особистість у правовій державі має право сама обрати життєвий шлях. Це повинно бути її вибором: робити кар'єру, чи віддавати весь свій час родині. Тим часом суспільна думка тверда нав'язує упередження, що жінка може бути щаслива, тільки реалізувавши себе як мати, що жінка не може бути гарним керівником, бізнесменом, політиком. І навпаки, чоловікові не місце на кухні, біля дитини, в дитячому садку, біля інвалідів і пенсіонерів.

Які ви знаєте міжнародні і національні правові документи, що гарантують жінці всі людські права?

І Міжнародний білль про права людини і Конституція України (ст. 24) вони затверджують рівність прав жінок і чоловіків. Сьогодні без згадування про гендер не обходиться жоден міжнародний юридичний документ. В Україні приймаються національні державні програми, у яких звучить слово «гендер», створюються державні структури, покликані допомогти людям реалізуватися в суспільстві.

Але сьогодні можна говорити про погіршення положення жінок у суспільстві в зв'язку з економічними проблемами: більшість безробітних у нас саме жінки, жінки «вимиваються» на більш низькооплачувані, безперспективні робочі місця, активно відроджується патріархальний стереотип про «домашнє» призначення жінок. При цьому чоловіки, як і раніше відірвані від сім'ї, не вважають її своїм надбанням. Гендерна дискримінація заважає економічному росту країни і підвищенню добробуту людей.

2.2. Тема «Насильство в сім'ї та суспільстві. демократична та тоталітарна сім'я»

Вправа 1. Визначення домашнього насильства.

Мета вправи: Сфокусувати увагу на проблемі насильства і навчитися чітко визначати, у яких випадках і які дії є домашнім насильством. Розглянути, як законодавство України гарантує реалізацію прав людини на свободу від насильства.

Приблизний час проведення вправи - від 30 хв. до години. Це залежить від того, чи проводите ви його цілком, чи тільки 1-2 частини.

Що ви розумієте під словами «домашнє насильство»? Яке значення ви вкладаєте в цей термін? Чи згодні ви з фразою: «Яке положення в родині, таке й у країні»? Як часто домашнє насильство зустрічається в нашому суспільстві?

Завдання (метод виконання - мозковий штурм)

Вправа проходить у великому колі з використанням техніки «мозкового штурму», коли всі бажані вільно по черзі висловлюються. Жодна відповідь не критикується і не обговорюється, можна повторюватися.

Питання: Які дії ви вважаєте домашнім насильством?

Відповіді присутніх записуються на великому листі паперу в порядку їхнього проголошення без коментарів, чи зауважень (протягом 5-7 хв.).

Які можуть бути розходження при

визначенні домашнього насильства в залежності від спеціальності людини, а саме: яке визначення насильству дадуть юристи, яке - психологи, яке - соціальні працівники? Чому, чим викликана така різниця у визначеннях?

Отже, різні визначення потрібні для того, щоб допомогти фахівцям різних сфер краще розуміти і більш дієво запобігати домашньому насильству. Тому не потрібно прив'язуватися до одного - «правильного» визначення. Визначення повинне працювати на досягнення мети, тобто бути націленим на рішення проблеми.

Завдання (метод виконання – робота в колі)

З переліку насильницьких дій (мається на увазі записи «мозкового штурму») давайте визначимо, які ж характерні ознаки повинна мати дія, щоб ми могли його ідентифікувати як домашнє насильство. Поступово, обговорюючи інформацію разом із групою, виводяться всі чотири характерні ознаки домашнього насильства.

Підсумовуючи наше обговорення, можна сказати, що домашнє насильство - це дія чи бездіяльність, що відбувається в родині, і виконується з наміром нанести шкоду іншій людині. Але для того щоб визначити, чи маємо ми справу з домашнім насильством, потрібно відшукати всі чотири ознаки цього насильства.

Наприклад, таке визначення:

Домашнє насильство – це дії чи бездіяльність одного з членів родини, спрямована на інших членів родини, зроблена з використанням існуючої чи створеної завдяки обставинам переваги

чи влади, що порушує особисті права і свободи інших членів родини, що загрожує їхньому життю і здоров'ю (фізичному і психічному), що викликає в них страждання і наносить їм шкоду.

Як бачимо, це визначення містить у собі чотири характерні ознаки насильства (дія з наміром, порушення прав і свобод, перевага однієї людини над іншим, шкода).

Завдання (вправа виконується в міні-групах)

Присутніх поєднують у міні-групи по троє. Кожна міні-група одержує роздавальний матеріал про випадок насильства (це може бути газетна стаття чи опис конкретної події, у яких показано домашнє насильство чоловіка над дружиною), а також відповідні статті Конституції України і Кримінального кодексу, що захищають від насильства (див інформацію до вправи).

Давайте розглянемо, як наша держава забезпечує наше право на захист від домашнього насильства. Для цього прочитаємо газетну статтю, що представляє конкретний випадок, і визначимо, які статті Конституції і Кримінального кодексу нашої країни можна тут застосувати. Визначите також у вашому прикладі всі чотири характерні ознаки домашнього насильства. Через 8-10 хвилин повернемося у велике коло і проведемо обговорення.

Які конституційні права жінки були ущемлені в вашому конкретному випадку? Чи повинна нести за це відповідальність держава? Чому? Яким чином? Чи знайшли ви статті Кримінального кодексу чи Конституції, де зазначено, що права на

захист від насильства надаються тільки незаміжнім жінкам? Які шари населення захищають ці документи? Якщо закон захищає права всіх громадян (отже, усіх жінок), то чому розглянуті нами статті правових документів порушуються і заможна жінка не була реально захищена законом від насильства з боку її чоловіка?

Ми можемо зробити висновок, що у випадку, коли насильство над жінкою відбувається з боку її чоловіка, держава не в змозі надати їй належні способи захисту.

Інформація до вправи

Чотири характерні ознаки домашнього насильства:

1. Домашнє насильство завжди буває інтенціональним.

Тобто ця дія здійснюється з наміром, для одержання визначеного ефекту. Наприклад, коли водій випадково заподіє травми пішоходові, та ця дія не є насильством. Але чоловік, що принижує чи катує свою дружину, робить це з наміром. Прагнучи виправдати свої дії, домашні кривдники декларують свої позитивні наміри. Але дійсні їхні наміри зовсім інші (незалежно, віддають вони собі звіт у цьому чи ні).

2. Суть домашнього насильства складається в порушенні насамперед особистих прав і воль конкретної людини.

Отже, ця дія характеризується порушенням прав і воль людини. Усі люди вільні і рівні у своєму достоїнстві і правах. Ці права людини - право на безпеку, життя, волю і т.д., - записані в Загальній декларації прав людини. Але якщо говорити про права не фундаментально, а спуститися нижче, то

чи маємо ми право відмовити людині в його повсякденних вимогах? Робити те, що саме ми вважаємо потрібним? Наприклад, приготувати їжу по своєму смаку? Надягти ту річ, що ми хочемо? Піти туди, куди нам хочеться? Вибрати собі щось самостійно? Ви маєте на це право! Я маю на це право!

3. Насильство є таким порушенням прав і воль людини, що унеможливорює його/її самозахист.

Тобто для цієї дії характерна асиметрія сил, коли одна сторона має переваги над іншою. Це найбільш діагностичний елемент для визначення насильства! Коли існує перевага: фізична, матеріальна, інтелектуальна (як у батьків над дітьми), емоційна - і вона використовується проти іншого члена родини - те це вже домашнє насильство, що приводить до поневолення людини, коли людина попадає в пастку, стає виконавцем/виконавицею чужої волі, чужих правил.

4. Ця дія наносить визначену шкоду.

Шкода від домашнього насильства буває матеріальною, фізичною і психічною. Але якщо фізичні ушкодження помітні, то побачити психічну шкоду буває складно. Як довести, що дружина, як наслідок дії, має проблеми зі своєю психікою? Що дитина отримала емоційну травму?

У такому випадку, для визначення факту домашнього насильства потрібно звернутися до попередніх ознак (навмисна дія, наявність переваг, порушення прав і воль), і якщо вони є, то існує і насильство.

Зауваження до вправи

Ця вправа є однією з найскладніших. Тому, що вона перша, де чоловіки змушені визнати свою відповідальність за існуюче

насильство в суспільстві. Визнати це – завжди неприємно. Тому тренер повинен звертати увагу на наступні моменти:

1. Класти край намаганням членів групи перевести дискусію в русло відповідальності самих жінок за причини злочину. Найпоширеніший чоловічий тезис про «провокаційну поведінку» майбутньої жертви вимагає обов'язкового обговорення. Він виникає завжди, як не в цій вправі, то в наступній.

2. Якщо чоловіки, що проживають в місті, намагаються довести, що фізичне насильство не дуже поширене (бо це – ганьба!), то жителі сільської місцевості більш відверто визнають, що для багатьох сімей це є майже норма. Такий підхід одразу повертає процес обговорення в більш конструктивне русло. Звичайно, це – якісь «інші» сім'ї, що до присутніх не мають ніякого відношення. Але визнання самого факту існування масового насильства є конструктивною основою для подальшої роботи.

3. В цій вправі одразу треба зробити акцент на те, що дія законів поширюється на всю територію держави, в тому числі на сім'ю. Така логічна основа переконує чоловіків скоріше, ніж емоційна реакція на факт насильства.

Вправа 2. Особливості і типологія домашнього насильства

МЕТА: Усвідомлення групою, що домашнє насильство є злочином. Визначення особливостей домашнього насильства, а також його типів і видів.

Приблизний час проведення вправи - від 20 до 40 хвилин.

Як до проблеми домашнього насильства відноситься суспільство, правоохоронні органи? Чи має «домашнє насильство» свої особливості, якщо так, те які ці особливості?

На відміну від іншого типу насильства, домашнє насильство має свої особливості:

Це - не одноразова дія. Це - процес, що складається з циклів насильства, що тримаються на продовженні відносин потерпілої і кривдника. Якщо один раз насильство в родині проявилось, то воно обов'язково повториться. Це насильство завжди відбувається протягом тривалого проміжку часу і має тенденцію до зростання.

Це - насильство між особами, як правило, залежними друг від друга. Найчастіше домашнє насильство замовчується і ховається обома сторонами від навколишніх.

З погляду винуватця воно є ефективним, швидким, з найменшими витратами способом досягнення визначеної мети. Інші, ненасильницькі, методи вимагають великих зусиль. Людина не відмовиться від того, що дає ефект, якщо йому не запропонувати альтернативи. Якщо гвалтівник не навчиться іншому ефективному способу спілкування з близькими людьми, то він буде продовжувати робити над ними насильство.

Варто помітити, що реакція як суспільства, так і міліції на випадки домашнього насильства часто є неадекватної і навіть ворожої щодо потерпілої жінки, а покарання домашніх кривдників бувають більш м'якими в порівнянні з покараннями за аналогічні

порушення, учинені проти сторонніх осіб.

Завдання 1 (метод виконання – мозковий штурм)

Давайте визначимо типи домашнього насильства в залежності від осіб, що беруть у ньому участь. Тобто хто проти кого робить насильство в родині?

Групі потрібно допомогти вийти на п'ять основних типів домашнього насильства: (насильство чоловіка над дружиною; батьків над дітьми; дорослих дітей над батьками; старших дітей над молодшими; одних членів родини над іншими (див. довідковий матеріал до вправи).

Група, разом з тренером, розглядає і записує основні ознаки домашнього насильства.

Завдання 2 (метод виконання – робота в малих групах)

Для проведення вправи присутні поєднуються в п'ять малих груп.

Кожна група обговорює один визначений тип домашнього насильства за схемою: Які ви знаєте конкретні випадки цього типу домашнього насильства, про які чули чи довідалися зі ЗМІ, і чому/чим вони вас особливо вразили?

Обговорюючи ці випадки, визначите в кожному з них усі чотири ознаки домашнього насильства. При необхідності допоможіть групі вийти на види насильства: економічне, сексуальне, фізичне, психологічне (емоційне, вербальне). Ваші відповіді запишіть маркером на листі паперу. Записується тільки перелік зроблених дій.

Час для обговорення - 7-10 хв. Потім поверніться в коло, де хтось від вашої групи добровільно погодиться зачитати ваш перелік насильницьких дій.

Питання до присутніх після кожного виступу від малої групи:

Чому відбувається це насильство? (тобто, той тип домашнього насильства, що обговорювала ця група).

Відповіді груп прикріплюються на великий лист паперу.

Завдання 3 (метод виконання – обговорення в групі)

Зачитайте види домашнього насильства, що виділили малі групи. Разом із присутніми обговоріть, які ще насильницькі дії входять у кожний з чотирьох видів домашнього насильства економічне, фізичне, сексуальне, психологічне (емоційне).

Що нам дає поділ домашнього насильства на типи, види? Для чого нам це потрібно? Як, яким образом ці знання допоможуть нам переборювати домашнє насильство?

Отже, ми з вами визначили дії, що є різними видами домашнього насильства. Звичайно, у законі зробити такий поділ неможливо - адже буває складно віднести деякі дії до визначеного виду. Однак, насильницькі дії варто перелічити.

Пряме згадування в законі заборонених дій є найкращим способом забезпечити захист членів сім'ї від домашнього насильства. Особливо, коли мова йде про подолання деяких традицій, що часто не визнаються порушенням прав людини.

Довідковий матеріал

1. Насильство чоловіків по відношенню до жінок.

92-97% актів насильства стосовно жінок роблять чоловіки. Чому так відбувається? Не тому, що чоловік від природи гірше, а тому, що живуть у системі, у якій мають перевагу влада, сила і гроші. Утримання чоловіком родини приводить до залежності жінки. Домашня праця: виховання дитини, догляд за будинком і т.д. – суспільством зовсім необґрунтовано працею не вважається.

2. Насильство батьків по відношенню до дітей.

У відношенні дітей чоловіки і жінки роблять акти насильства в однаковій мірі. Дитина найбільше піддана ризику стати жертвою домашнього насильства тому, що вона не може себе захистити. Жінки страждають від чоловіків-кривдників, а діти страждають як від чоловіків, так і від жінок - жертв домашнього насильства. Так створюється страшний ланцюг насильства.

3. Насильство дорослих дітей по відношенню до батьків.

Це насильство часто (хоч і не завжди) має корені в попередньому виді: часто це ті діти, що вже виростили і повертають батькам насильство, зроблене проти них у дитинстві.

4. Насильство старших дітей по відношенню до молодших.

Це відображення ситуації батько - мати. Старші діти відчули смак влади, вони вважають, що свою владу, свої переваги над слабкими потрібно використовувати.

5. Насильство між членами родини.

Це вид насильства одних членів родини

над іншими. У ньому беруть участь свекрухи, невістки, тещі, зяті, бабусі, дідусі, діти, дядьки і т.д. Насильство відбувається над більш слабкими і беззахисними: людьми старшого чи віку дітьми; людьми з обмеженими фізичними і психічними можливостями; людьми, що залежать від інших.

Види домашнього насильства

Фізичне насильство:

Убивство, спроба убивства, побиття, катування, нанесення фізичних ушкоджень стусани, опіки, шпурляння різними предметами і т.п.

Психологічне й емоційне насильство:

Позбавлення волі чи утримання під наглядом проти бажання жінки, постійне стеження, погрози, залякування, шантаж, постійний контроль життя і спілкування з навколишніми, ізоляція, заборона на спілкування (навіть з рідними).

Поводження, що веде до емоційного розладу, що включає залякування чи погрози, емоційний шантаж; у т.ч. нав'ювання почуття страху за власну безпеку, за здоров'я дітей чи близьких, погрози катування чи зґвалтування, погрози відносно права піклування над дітьми, а також агресивна поведінка, гра з ножами, пістолетом чи рушницею.

Примус члена сім'ї силоміць, чи погрозами, до будь-якого поведіння чи дії, від яких вона/він має право ухилитися; постійне поведіння, ціль якого зганьбити, чи дискредитувати, принизити особисте достоїнство людини, глузування над розумовими і фізичними даними, висміювання і словесні образи, приниження члена сім'ї у власних чи очах, в очах близьких.

Безпідставні обмеження можливості розпоряджатися загальним майном, нанесення шкоди домашнім тваринам. Позбавлення можливості належним чином харчуватися і відпочивати.

Примусові аборти і примусові вагітності.

Сексуальне насильство:

Зґвалтування і сексуальне домагання (іноді в присутності дітей, інших людей).

Економічне насильство:

Фінансовий контроль і фінансові обмеження, заборона працювати на визначеній роботі, заборона працювати взагалі, заборона учитися чи підвищувати кваліфікацію. Свідоме знищення майна, навмисне заподіяння шкоди особистому майну людини, позбавлення можливості користатися одягом чи майном. Позбавлення їжі, позбавлення медичної допомоги.

Зауваження до справи

Якщо зачитати перелік видів насильства, можна звернути увагу, що деякі з них можуть застосовуватись як до чоловіка, так і до жінки. На це завжди звертають увагу учасники тренінгу. В зв'язку з цим, тренер повинен наголосити, що:

1. За катастрофічними наслідками фізичне насильство стоїть на першому місці і не може зрівнятись з іншими видами. Тому, ніяке психологічне, або інше насильство не може виправдати застосування сили. Це є беззаперечним.
2. Регулярне (багаторазове) фізичне насильство застосовують (за статистичними даними) головним чином чоловіки. У жінок фізичне насильство по відношенню до чоловіків зазвичай призводить до вбивства у стані афекту

і є, як правило, відповіддю на фізичні знущання чоловіка.

3. По відношенню до чоловіків жінки застосовують головним чином психологічне насильство, що також є злочином. Засудження фізичного насильства чоловіків не заперечує шкоди від психологічного насильства жінок.

Сфери насильства

I. РОДИНА

Родина є головним місцем насильства. Вона готує своїх членів до життя в суспільстві, закладає гендерні стереотипи, гендерний поділ праці. У родині відбувається насильство фізичне, сексуальне (згвалтування, інцест) і, найбільше, психологічне. Від психологічного чи емоційного насильства страждає величезна кількість чоловіків і жінок. Часто воно буває непомітним для навколишніх, але може здобувати навіть більш страшні й обурливі форми, чим насильство фізичне. Це може бути обмеження волі, примусові шлюби, що влаштовуються родиною без згоди жінки, різноманітні погрози, постійні образи і зневага до чоловіка. Ще однією формою гендерного насильства в родині є прямий контроль жіночої сексуальності: примусові аборти і примусові вагітності.

II. СУСПІЛЬСТВО

Суспільство - група людей, об'єднаних загальною соціальною, культурною, релігійною чи етнічною приналежністю, відіграє вирішальну роль у закріпленні існуючої сімейної структури і позиції чоловіка та жінки в рамках родини і суспільства. Громада забезпечує механізми підтримки контролю чоловіків над сексуальністю, мобільністю і працею жінок. Вона підтримує шкідливі і відсталі «традиції», фізичне насильство над

жінками і часто над чоловіками.

Наступним місцем насильства над людьми є місце роботи - як на державній, так і на приватній службі. На робочому місці жінка ризикує піддатися як сексуальній агресії (переслідування, залякування), так і комерціалізованому насильству (торгівля жінками і примусова проституція). Чоловік примушується до надмірної праці і криміналізації ділових відносин, що часто призводить до загибелі людини.

III. ДЕРЖАВА

Держава робить легітимним право власності чоловіка на жінку, забезпечує родину і громаду правовою основою для подальшої підтримки таких відносин. В той же час, держава де-факто підтверджує право власності жінки на дитину, часто всупереч правам чоловіка. Держава робить це за допомогою відповідної правової політики, приймаючи дискримінаційні закони, чинячи установлюючи дискримінаційну практику використання законів.

Держава несе відповідальність за потурання насильству над людьми, тому що не забезпечує їх належними способами захисту від насильства: не приймає потрібних законів і не здійснює належної політики у відношенні захисту дітей, жінок, інвалідів тощо. Воно несе відповідальність за толерантне відношення до гендерного насильства на недержавному рівні (тобто в сім'ї і громаді).

Зауваження до вправи

1. Наведена вправа є дуже об'ємною і може виконуватись частинами, або служити основою для декількох вправ.

2. При її виконанні важливо втримати баланс між наголошенням на неприпустимості фізичного насильства щодо жінок, головним носієм якого є чоловік, і, так само, неприпустимості насильства по відношенню до чоловіків (це – такі аспекти, як втрата здоров'я на роботі, підвищений ризик життю за рахунок криміналізації бізнесу і т.д.).

3. Слід обов'язково вказати, що чоловік також є заручником цього кола насильства, яке він підтримує агресивною поведінкою

4. Слід показати, що у випадку любого сімейного конфлікту страждають діти, які є одночасно свідками і жертвами психологічного насильства.

Міні-лекція на тему «Традиційна чоловіча самоідентифікація (ТЧСІ)»

Прийнятне відношення суспільства до агресивного поведіння чоловіків приводить до того, що чоловіки не розцінюють свої дії проти жінок як неприпустимі і вважають, що такі має бути. Найчастіше їхня поведінка порушує закон і в такий спосіб вони чинять злочин.

На жаль, за існуючою практикою, домашнє насильство (якщо воно не приводить до трагічної розв'язки) правоохоронними органами не вважається великим криміналом. Але ніщо не повинно виправдувати застосування насильства щодо людини! Якщо чоловік зробив насильство, спрямоване проти своєї дружини, то він повинний відповідати за свої дії перед законом так само, як і у випадку насильства щодо сторонньої людини.

Для того, щоб дійсно змінити ситуацію, необхідно усвідомити гендерну природу насильства, що має свої корені

в патріархальній свідомості, і змінити традиційну чоловічу самоідентифікацію.

Навіщо нам потрібна інформація про чоловічу самоідентифікацію? Яка нам користь від цієї інформації? Яким образом її можна використовувати?

Отже, домашнє насильство чоловіків - це засвоєний спосіб поведіння. Ми передаємо своїм дітям свій насильницький метод рішення проблем, виховуємо в хлопчиках зневажливий погляд на жінку («ти ж не дівчинка», «не будь бабою»), підтримуємо традиційну суспільну думку про право чоловіка на приниження і контроль своєї дружини, у тому числі і з застосуванням сили. Потрібно змінити суспільні погляди на виховання хлопчиків і дівчинок, змінити соціальні і культурні моделі чоловіків і жінок. Тільки тоді зміниться і ТЧСІ - традиційна чоловіча самоідентифікація.

На жаль, усі ми в житті користуємося насильницькими методами. Самоідентифікація людини відбувається так, що він себе бачить у рамках насильства.

Але чому насильство роблять переважно чоловіки? Які причини того, що чоловік своїм поведінням приносить біль і страждання тій, кого він, по його твердженню, любить і захищає?

Було багато теорій, що намагалися пояснити таке поведіння. Існує теорія, що така природа чоловіків, що вони народжуються агресивними. Але агресія - це поведіння, властиве в різній мірі кожній людині, і тому не можна поняття «насильство» підмінювати поняттям «агресія». Можна бути агресивним, але не ґвалтівником. І хоча біологи вважають, що чоловіки більш схильні до агресії, це говорить тільки про більшу схильність

до агресивного поведіння, але не до насильства!

Чи викликають насильство алкоголь і наркотики?

Чому тоді гвалтівниками є не тільки алкоголіки і наркомани? І чи всі алкоголіки гвалтівники?

Може, гвалтівники - це хворі люди? Психопати?

Ні, це не так. Величезна кількість чоловіків роблять насильство у своїх родин - і в більшості це нормальні люди, спілкуючись з якими важко навіть припустити про їхню жорстокість стосовно своїх близьких. Отже домашні гвалтівники можуть себе контролювати!

Чому ж тоді вони не контролюють себе в сім'ї при спілкуванні з дружиною? З близькими? Що дозволяє чоловіку робити насильство? Чому така велика кількість чоловіків може вдарити або принизити свою дружину?

Давайте розглянемо, як будується чоловіче самовідчуття, яким чином чоловіки повинні затверджувати свою значимість у суспільстві:

«Справжній» чоловік спрямований на успіх, на подолання труднощів. Він повинний бути сильним, повинний перемагати. Якщо він цього не бажає, то він «баба». Тобто існує модель – «справжній» чоловік. У рамках цієї моделі чоловіку варто прагнути до успіху за будь-яку ціну.

Щоб досягти перемоги, чоловіку необхідно бути твердим, мужнім і ні в якому разі не показувати слабкість чи страх. «Справжній» чоловік не плаче! Для чоловіка небезпечно, коли піддаються сумніву його чоловічі якості тобто те, що

ідентифікується з поняттям «чоловік». Розглянемо, які риси характеру людини вважаються чоловіками позитивними в рамках цієї моделі а які - негативними.

Самоідентифікація чоловіка:

«Позитивні»	«Небажані» чоловічі якості
Амбіційний	Природний
Агресивний	Делікатний
Домінуючий	Боязкий
Сильний	Емоційний
Непоступливий	Чуттєвий
Рішучий	Ніжний
Ініціативний	Уважний

Для того, щоб відповідати ідеалу «сучасного» чоловіка, чоловік робить собі емоційне «харакірі», після чого стає психологічно не чуттєвим до болю і страждань (як своїм, так і навколишніх). Це не означає, що чоловік не має емоцій, просто вони не можуть проявитися. Він стає нездатний виразити своє співчуття, бути ніжним, уважним. Але він і не бажає демонструвати подібні почуття, тому що з погляду інших чоловіків, це робить його доступним і уразливим. Така самоідентифікація стає пасткою для сучасного чоловіка формуючи з нього домашнього кривдника. При цьому рушійною силою насильницького поведіння чоловіка у відносинах із дружиною можна вважати ТЧСІ - традиційну чоловічу самоідентифікацію.

ТЧСІ виховується і підтримується суспільством, а чоловіки-кривдники відповідають суспільним контекстам, що розглядають чоловіка як тверду, агресивну особистість, що має право робити насильство для досягнення своєї мети.

Розглянемо, як відбувається формування чоловічого світогляду і відповідного поводження. Будемо виходити з моделі, що внутрішній світ людини формується з двох джерел: родина і суспільство.

На першому місці тут стоїть родина. У міні-лекції про гендер ми вже говорили про те, що саме родина формує підвалини насильницької гендерної поведінки.

До чого хлопчик звикає в родині?

У родині хлопчик одержує визначені стандарти поведінки і стійкі погляди на свою майбутню роль у сім'ї. Його майбутня поведінка буде залежати від того, хто керував у його власній родині, хто приймав рішення; чи учили його дискутувати, розмовляти з близькими і поважати їх - чи його учили агресивному поводженню. Чимало майбутніх кривдників розробляють свої стандарти відносин з дружиною, спираючись на дитячі спогади-спостереження, пам'ятаючи, що їхня мати, як і вони, постійно була підлегла батьку. Створюючи свою родину, вони реалізують те, чому навчилися в дитинстві: якщо в родині було не прийняте підтримувати один одного і задовольняти емоційні потреби, якщо члени родини не потребували довіри друг до друга, то хлопчик буде почувати в подальшому житті непевність у собі і недовіру до інших людей. Від цього в нього буде розвиватися неповага до себе самого і агресія стосовно оточення.

Як бачимо, мова йде не тільки про формування майбутнього сімейного гвалтівника, але і майбутнього члена суспільства, схильного до агресії і жорстокості, що можуть штовхнути його на злочин.

Що відбувається далі? Чи тільки одна родина закладає підвалини насильницького поводження чоловіків?

Ідея чоловічого домінування пізніше зміцнюється шляхом засвоєння культурних норм, що спираються на патріархальну структуру багатьох суспільних взаємин.

Що бачать хлопчики в школі?

Домінування більш дорослого і сильного як серед дітей і підлітків, так і у відносинах з педагогами. Після школи йде армія.

Чого учить хлопців армія? Чи учить армійська служба повазі, толерантності?

В армії немає дискусії, тільки накази, тільки слухняність. Мрія солдата - піднятися на сходинку вище і самому наказувати тим, хто нижче. А їх уже добре навчили, що можна наказати і зробити з тими, хто тебе нижче.

Отже, починаючи з родини, далі в школі й армії йде постійний тренінг по насильству. Але от хлопець жениться і тоді у своїй родині вже цілком реалізує те, чому навчився. Пройшовши такий тоталітарний тренінг, чоловік вважає, що одруження узаконює його прав власності на дружину і дітей. Тут також спрацьовує небезпечний гендерний стереотип: «Це моя дружина, і я маю право її бити». Крім того, такі погляди він добре засвоїв від свого батька: «Це моя дитина, і я маю право його бити». Суспільна думка також підтримує право власності чоловіка на свою дружину: «Проблеми немає. Подібне існує в кожній родині. Вона за нього вийшла і повинна задовольняти його бажання. Він її чоловік (маючи на увазі - він її володар)».

Чи розглядає наше суспільство домашнє насильство як насильство? Чи вважає це просто традиційними правилами сімейного життя, куди стороннім вхід заборонений?

І це дуже небезпечна підміна, через яку і держава, і суспільство недостатнє реагують на явища домашнього насильства, унаслідок чого жінка стає недостатньо захищеною в подружнім житті.

Чи завжди ті чоловіки, що мали в минулому досвід насильства, будуть робити домашнє насильство?

Звичайно, немає. Не усі чоловіки, що мають досвід насильства, стають домашніми кривдниками. Але всі ті, хто роблять домашнє насильство, має дуже сильну постійну підтримку від чоловічого середовища. У своїх суспільних контактах з чоловіками (у спілкуванні з друзями, колегами) вони постійно одержують підтвердження в необхідності відносин, спрямованих на домінування над жінкою в родині. Тому можна говорити про існування чоловічої культури насильства. Ця субкультура конкретно не відноситься до визначеної соціальної чи групи класу, релігії, чи професії нації. Чоловіки всіх суспільних груп, знаходячись під впливом свого чоловічого середовища, засвоюють норми, етичні цінності і переконання, що стосуються чоловічого домінування, потреби «тримати жінку у визначених рамках». Необхідність домінування чоловіка і патріархальної залежності від нього жінки підтверджується і зміцнюється під час так званих «чоловічих справ» чи «чоловічих розмов». Тому чоловіки, що мають більше контактів з колегами, друзями і більше часу проводять серед них, частіше і сильніше б'ють своїх дружин і знущаються з них.

Насильницьке поводження чоловіка також підтримує відповідна література і фільми (особливо порнографія), зміцнюючи і підтверджуючи факт домінування чоловічої субкультури з властивими їй елементами насильства над жінкою.

Які можна підвести підсумки?

Насильницьке поводження чоловіка в родині дуже зв'язано з минулим чоловіка. Ідучи по приготовленому суспільством традиційному шляху, чоловіки стають емоційно байдужими, не вміють спілкуватися з найближчими людьми. Їхнє поводження націлене на чільне положення в будь-якій ситуації, у тому числі й у родині.

Такий чоловік і його поведінка, що базується на приниженні і деградації жінки, має підтримку і заохочення через своє чоловіче коло спілкування, а також від усієї так названої «культури насильства».

Якщо ми реально хочемо припинити знущення в родинях, необхідно не тільки усвідомити природу чоловічого насильства (неправильне гендерне виховання і «чоловіче оточення»), але і спробувати робити реальні кроки по перетворенню чоловічої субкультури. Це задача в першу чергу чоловіків, що бажають змінити страшну картину домашнього насильства проти жінок, яка суперечить нормам людського достоїнства.

Яким чином чоловіки - домашні гвалтівники будують свої відносини з дружиною?

Для того, щоб не переживати почуття провини за насильство, домашній кривдник поступово розвиває у своїй

уяві образ безпредметної жертви. Для цього існує багато способів: образливі прізвиська, приниження, звертання до брудних стереотипів типу: «усі жінки - повії», «жінка повинна знати своє місце» тощо. Часто виникненню сцен, що супроводжуються насильством, передують сварки чи конфлікти в родині - при цьому спроби домовитися з чоловіком-насильником виявляються марними. Нерідко чоловіки самі навмисно створюють безвихідні ситуації чи ображають своїх дружин. Фізичне насильство найчастіше буває в цих випадках тільки ланкою в ланцюзі погроз, залякування, примуси і маніпулювання, до яких прибігає чоловік, щоб зайняти чільне положення в сім'ї. Такі дії є наслідком добре засвоєної програми поведінки «справжнього» чоловіка, що зобов'язаний займати чільне положення в родині і суспільстві.

Розглянемо висловлення агресивних чоловіків:

- Я вдарив її, тому що в мене не було слів, щоб відповісти. Мене ніхто не учив розмовляти з жінками.
- Вона сперечається зі мною, коли я критикую її дії. Мені приходится прибігати до побоїв, щоб змусити її замовчати.
- Я їй пояснюю, я сподіваюся, що вона зрозуміла, а вона мене не слухає. Тоді я її б'ю...

Як би ви прокоментували ці висловлення?

Отже, чоловікам-домашнім гвалтівникам буває дуже важко розібратися у своїх почуттях і пояснити їх. Багато хто з них рідко відчують співчуття до своїх дружин, не вміють і не намагаються їх вислухати і зрозуміти. Адже насильство і конструктивне спілкування - це

взаємовиключні дії. Погано уявляючи собі, що таке стриманість і самоконтроль, насильникам важко розв'язувати складні проблеми шляхом спілкування. У підсумку вони стають агресивними і прибігають до фізичного насильства, при цьому, звичайно, будучи переконані, що таке поведіння властиве чоловікам і припустимо стосовно своїх дружин.

Найчастіше такий чоловік і не бажає контролювати свою агресію, звично виливаючи на дружину свої негативні емоції. Саме тому йдуть пояснення типу: «так воно якось вийшло», «це був не я», «це було щось сильніше мене».

Отже, традиційна чоловіча роль у суспільстві, що провокує чоловіків звично вживати тільки агресивний стиль з'ясування відносин, унеможливорює для них використання так званих «стратегій з дозволу конфліктів». Усе це говорить про те, що чоловіки мають потребу в навчанні методам вирішення конфліктів, не прибігаючи до насильства. Адже корені такого поведінки криються в неправильному ґендерному вихованні і патріархальній культурі, через які чоловіки і стають домашніми гвалтівниками. Тому дуже важливо навчити чоловіка шанобливо відноситися як до самої жінки, так і до її почуттів, представленням і проблемам, а також навчити його умінню керувати своїми почуттями і бажаннями.

Які можуть бути практичні підходи до рішення цієї проблеми?

Чоловіки потребують допомоги, як для зміни своєї традиційної самоідентифікації, так і для вироблення практичних навичок подолання звичного поведінкового стереотипу.

Кризові центри для чоловіків, у яких проводиться індивідуальне чи групове консультування фахівцями, - ефективний метод корекції поведження багатьох агресивних чоловіків. Створення таких центрів показало високу результативність психотерапії.

Більшість страждаючих у шлюбі жінок вважає, що надання психологічного консультування необхідно для зміни агресивного поведження чоловіка, але швидше за все сам чоловік від нього відмовиться.

Як ви вважаєте - чому?

Причинами відмовлення чоловіків від консультування найчастіше є невір'я чоловіків у те, що такі консультації їм можуть допомогти; складності зі зміною традиційного представлення про чоловічу агресивність; переконаність чоловіків у тім, що насильство в родині - це їхня частка справа. У більшості випадків, коли насильство чоловіків удавалося перебороти, була скоріше його реакція на безкомпромісний ультиматум, чим усвідомлення їм безглуздої жорстокості, якими є агресія і насильство. Тому у світі існує практика за рішенням суду примусово направляти домашніх кривдників на лікування не тільки від алкоголізму, але і для психокорекції свого поведження. Але для цього в країні повинна бути створена мережа подібних послуг, а також підготовлені відповідні фахівці. Отже, необхідна програма підтримки чоловіків, спрямована на формування в них нового, ненасильницького поведження.

Тобто ми повинні учити чоловіка - домашнього гвалтівника поводитися інакше? Після того, як довідалися про те постійне насильство, що він робить?

А може, у цьому немає необхідності і необхідно тільки посилити покарання за домашнє насильство?

Крім заслуженого, за законом, покарання, необхідно змінити поведження домашнього гвалтівника, що повинний пройти для цей курс перенавчання. Адже насильство можна розуміти як відбирання сили однієї людини в іншого. У даній ситуації домашній гвалтівник відбирає силу в жертви. Якщо ми будемо використовувати проти нього тільки каральні дії, тільки насильство, то ми також відбираємо в людини силу. Але, як відомо, добрими намірами вимощена дорога в пекло. Тому що в гвалтівника потрібно не відбирати силу, а навчити, щоб він зміг використовувати її інакше, не застосовуючи насильства.

Що може зробити чоловік, щоб перервати ланцюг насильства, у який він закований вихованням і власним розумінням «правильного» поведження «справжнього» чоловіка? Як конкретно ми можемо йому допомогти?

Щоб змінити відношення чоловіків до власної агресивності, що вони часто сприймають як щось звичайне, необхідно свідомо концентрувати їхню увагу на наслідках домашнього насильства. Вони часто намагаються виправдати своє агресивне поведження: «Не знаю, що зі мною відбулось...», «Та так уже вийшло...», «Не знаю, що на мене знайшло. Я дуже розхвилювався...», «Я занадто багато випив». Варто детально аналізувати з домашніми кривдниками їхні дії для того, щоб вони усвідомили їх.

Їм також необхідно допомогти розібратися у своїх емоціях, зрозуміти свій стан і відношення до жінки. Фахівці з консультування чоловіків-кривдників

можуть інформувати і просвіщати чоловіків з цих питань, а можуть запропонувати їм літературу для самоосвіти. Але більш важливо навчити чоловіка говорити дружині «ні» чи «перестань», що є більш конструктивним, ніж побої; навчити поважати жінку і спокійно реагувати на те, що вона не погоджується з ним. Ми вже говорили, що при домашнім насильстві існує перевага сил, що унеможлиблює самозахист більш слабкої сторони. У рамках терапевтичної програми чоловіків учать, що вони в кращому положенні, що вони мають перевагу в родині і тому не повинні використовувати цю перевагу і кривдити дружину. Але домашні кривдники часто затверджують, що саме жінка має перевагу: вона кричить, навмисно його дратує, агресивна стосовно нього... Тому він не витримує і б'є дружину.

Але хто боїться під час цього лементу: дружина чи чоловік? Хто викликає ситуацію страху? Коли в чоловіка запитують: «Що ти відчував у ту хвилину, коли ви сварилися?», то його відповідь: «Злість». А відповідь жінки на це питання: «Страх». Потрібно це підкреслювати кривдникам. Раз він має перевагу в шлюбі, то чи придатний він користатися цією перевагою? Ні! Є кращі способи впливу на близьких людей, що не порушують прав і території іншої людини: поговорити з дружиною, досягти взаєморозуміння з нею по спірних питаннях, поважаючи при цьому свої і її бажання. Коли бракує аргументів, можна в конфлікті відійти і сказати: я відмовляюся від дії! Адже обов'язок чоловіка складається не в тім, щоб використовувати своя перевага для насильства, а для того, щоб краще оберігати свою родину. Тому коли чоловік почуває, що його звично захльостує хвиля люті і бажання вдарити, він повинний відійти. Але чоловікові важко

це сприйняти: «Як це я відійду, це не по чоловічі. Мене будуть вважати боягузом. Я головний у родині, і повинно бути по мому». Ці гендерні установки мислення - небезпечна пастка чоловічої свідомості і поведження. Виходом з її може бути тільки навчання чоловіка навичкам спілкування, умінню у визначених ситуаціях брати «тайм-аут», необхідний для того, щоб заспокоїтися і «остудити» свої агресивні почуття. Дійсна любов і повага в родині починаються з поліпшення контакту між людьми, для досягнення якого чоловіку необхідно відмовитися від свого звичного агресивного поведження. Він може сказати дружині, що її поведження йому неприємно, пояснити, що він не бажає його виносити. Але не вдарити дружину! Не принизить! Це допоможе йому розірвати порочне коло насильства, що веде до ескалації і напруги і, нарешті, що закінчується знущанням над чи жінкою побоями.

Вправа 3 «Демократична та тоталітарна сім'я»

Мета: вміти визначати ознаки тоталітарної і партнерської сімей. Час проведення вправи 20 – 25 хвилин.

Опис вправи

Методом неструктурованого мозкового штурму визначаються признаки демократичної та тоталітарної сім'ї. При виконанні даної вправи використовується роздатковий матеріал – картки з ознаками тоталітарної і партнерської сімей.

Інформація до вправи

Всі загальнолюдські проблеми починаються в сім'ї. Організація Об'єднаних Націй продовжує широку програму руху до процвітаючого

демократичного суспільства на всій планеті. Основне гасло – «Побудова найменшої структури демократії в серці суспільства» – було звернене до кожної сім'ї в кожній країні. Воно звернене і до нас, жителів України, країни, що переживає глибоку психологічну кризу, але має всі психоісторичні посилення не тільки для її подолання, але й для підняття над нашою землею смолоскипу особливих взаємостосунків між людьми, особливого зворотного зв'язку із Землею у філософському, духовному, матеріальному, трудовому контекстах.

У всі часи функції сім'ї склалися навколо головної – виховання дітей. Через цю визначальну функцію прокладались шляхи підтримки основ культури, етики, народних звичаїв.

В наш час спеціалісти виділяють два основні типи сім'ї – доміаторна (тоталітарна) і демократична (партнерська). Психологи вважають, що суспільства, в яких переважають тоталітарні стосунки в сім'ї, легко можуть стати тоталітарними, а суспільства, в яких переважають партнерські сім'ї, мають більше шансів стати демократичними.

Які ж сім'ї переважають в Україні?

Спочатку давайте познайомимося з психологічними характеристиками доміаторної та партнерської сімей.

Експерти ООН з проблем сім'ї, американські психологи Беррі і Дженей Уанхолд провели за завданням ООН спеціальне психологічне дослідження і виділили ознаки доміаторної та партнерської сімей.

Основні психологічні характеристики обох типів сім'ї наведені нижче. До якого типу

сім'ї належить та сім'я, де ви вирости, і яку сім'ю створили ви. Чи є ваша родина малою структурою демократії в серці суспільства? Чи не є ваша сім'я джерелом виховання агресора – людини, яка може легко когось образити, підняти руку на слабшого?

Що характерне для тоталітарної сім'ї:

- *зловживання владою;*
- *відсутність рівних прав всіх членів родини, особливо дітей;*
- *наявність в сім'ї суворих правил, які носять примусовий характер;*
- *кожному члену сім'ї відведена певна роль, одна з них – у відповідності з його статтю, тобто дівчинці можна і потрібно це і це, а хлопчику – зовсім інше, адже він – хлопчик;*
- *відсутність розподілу обов'язків, пов'язаних із життям сім'ї;*
- *економічні «труднощі» не розподіляються між членами сім'ї;*
- *відсутність поваги до особистого життя членів родини та інших людей;*
- *конфлікти вирішуються за принципом: «один виграв – інший програв»;*
- *члени сім'ї не беруть участь в прийнятті рішень;*
- *батьківські обов'язки не розподіляються;*
- *дисципліна підтримується за рахунок сили та приниження;*
- *зроблені помилки не визнаються і пробачення не просять;*
- *опір будь-яким змінам;*
- *почуття незахищеності від образливих і насильницьких дій;*
- *аналіз конфліктів, що виникають, ігнорується;*
- *майже повністю відсутні сміх та радість, проте присутній страх.*

Це – сім'я, в якій проблеми не обговорюються, правила поведінки кожної особи чітко визначені. Наприклад, жінка зобов'язана відповідати за все домашнє господарство, виховання дітей, а ще й досить часто працювати. А справа чоловіка - принести у сім'ю гроші. Він сам визначає – скільки і коли. Діти не мають жодних прав. При вирішенні важливих для сім'ї проблем, в них ніхто не питає, що вони думають. Взагалі вони не мають права на свою власну думку. Що їм робити в домашньому господарстві їх теж не питають. Скажімо: «Ти – хлопчик, тобі сміття виносити, а ти – дівчинка – тобі посуд мити». А може цей хлопчик ненавидить це смердюче сміття, а от посуд він би залюбки мив?

Певно, немає сімей, де були б присутні всі ознаки тоталітарної сім'ї. І багато хто з вас зітхне з полегшенням – в моїй сім'ї все інакше. Багато з того, що психологи відносять до характеристик тоталітарної сім'ї, на жаль є і в наших родинах і, що не кажіть, є в нашому суспільстві. Ми маємо справу з такою системою стосунків і в школі, і на роботі, і в ЖЕКу, і в магазині... Тут дуже багато знайомих нам характеристик нашого життя, життя людини в тоталітарному суспільстві, де вона була визначена, як гвинтик великої машини, або як тріска, яка летить, коли рубають ліс.

Багато хто із спеціалістів вважає, що людина, яка знає структуру сім'ї, здатна маніпулювати будь-якою групою так само, як нею керували в сім'ях. Дослідження особистостних властивостей диктаторів ХХ століття теж дає привід для думки, що існує прямий зв'язок між структурою їх сімей та властивостями їх особистості, що в структурі сім'ї закладені, в крайньому разі, деякі. Причини їх впливу на людей Еліс Міллер в своїй книзі «Для нашого власного добра: прихована

жорстокість у вихованні дітей та корені насильства» пише: «Сім'я Гітлера була точним прототипом тоталітарного режиму. Єдиним грубим абсолютним правителем був батько. З ним не можна було сперечатися. І діти, і дружина були повністю підкорені його волі. Вони повністю залежали від його волі, його настрою, його примх».

Керолін Пейн ще в 1925 році в книзі «Неврози нації» писала про можливі наслідки для Німеччини тих обставин, що німецька сім'я за своєю природою авторитарна. Вона писала, що саме в родині, яка знаходиться під владою тоталітарного правителя у вигляді батька, з її жорстким контролем та безумовним підкоренням, відбувається гальмування демократії. Дитина повинна коритися дорослим у всьому. Дітям дозволяється говорити тільки тоді, коли до них звертаються. Дітей не повинно бути видно і чути.

Давайте замислимося. Які властивості набуває людина в такій сім'ї? До чого звикає?

До того, що можна іншу людину принижувати. Що звичними стають брудні лайки. Що діти бояться батьків. До того, що в сім'ї тільки одна людина знає, як правильно, і тільки вона приймає рішення.

Зрозуміло, що в таких умовах формуються люди, що здатні як до насильства стосовно своїх близьких, так і сторонніх людей. Жінки, що потерпають від домашнього насильства, свідчить, що в більшості випадків їх чоловіки зростали в тоталітарних домінаторних сім'ях, нерідко були свідками насильства над своїми матерями та сестрами, сприйняли такий стиль чоловічої поведінки як норму.

Що ж нам робити? Як подолати коло домашнього насильства? Чи можливо це?

Виявляється, можливо. Покажемо деякі правила з життя партнерської сім'ї, які допоможуть вам усвідомити права особистості, не дозволяти психологічних травм дітей, долати дитячі страхи, вчити безпечної поведінки, тощо.

Почнемо з того, до якої ж структури сім'ї нам треба наблизитися, щоб подолати домашнє насильство?

Нам здається, необхідно наблизитися до партнерської, демократичної моделі сім'ї, такої психологічної її моделі, яка нарівні з досягненнями сучасної соціально-психологічної технології відображала б і кращі психоісторичні досягнення нашого народу, наприклад, традиційне шанобливе ставлення до жінки-матері. Вважаємо, що саме на шляху формування демократичних відносин в сім'ї, лежить вирішення багатьох психологічних кризових явищ в нашому суспільстві. Саме в партнерській сім'ї виростуть ті філософи, релігійні діячі, політики, соціальні працівники, менеджери, яких так не вистачає нашому суспільству.

Наведемо деякі ознаки партнерської, демократичної сім'ї. Тепер, шановні читачі, у вас з'явиться можливість «приміряти» демократичні характеристики на вашу сім'ю і порадіти, якщо ви їх знайдете.

Характеристики демократичної сім'ї:

- **кооперативна структура, рівні можливості;**
- **відсутність секретів та таємниць;**
- **гнучкі правила розпорядку;**
- **розподіл економічної відповідальності;**

- **домашня робота та обов'язки розподіляються на засадах рівноправності;**
- **повага до особистого життя членів сім'ї;**
- **основою дисципліни є повага та довіра;**
- **батьківські обов'язки рівноправно розподілені;**
- **зроблені помилки визнаються;**
- **члени сім'ї відчують себе в безпеці;**
- **конфлікти вирішуються;**
- **члени сім'ї беруть на себе відповідальність за проблеми, які виникають;**
- **сім'я – це джерело радості;**
- **діти плануються і є бажаними.**

В такій родині можна спокійно поговорити між собою про гроші, про наші батьківські обов'язки, про розподіл домашньої роботи та вибрати для себе те, що ми будемо робити без напруги, подолання внутрішнього супротиву. Мати чи батько, які помилково нагримали одне на одного, вибачилися. Хтось з батьків вибачився перед дитиною! Дитина цього ніколи не забуде, її повага до батька чи матері зросте. А розв'язання конфліктів без

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



переможця – коли партнери можуть спокійно вислухати один одного та також спокійно пережити, що в когось є інша точка зору – це ж просто чудово!

Це тільки деякі характеристики демократичної сім'ї. Але цього достатньо для того, щоб подумати про свою сім'ю, про становище в ній жінки, дітей, про те, чи всі члени сім'ї користуються рівними правами.

2.3. ТЕМА «ПІДГОТОВКА ДО БАТЬКІВСТВА»

Психологічні аспекти вагітності.

Очікування дитини новий якісний стан родини, який може бути як радісним, так і кризовим періодом в залежності від того бажана дитина чи ні. Кожна дитина має бути бажаною і кожна вагітність запланованою.

Підготовка до вагітності полягає в медичному обстеженні в поліклініці, жіночій консультації або центрі сімейної медицини. Як мінімум за 3 місяці до зачаття та протягом всієї вагітності необхідно виключити шкідливий вплив алкоголю, наркотичних речовин і тютюнового диму. В цей період важливо провести профілактику дефіциту вітамінів і мікроелементів.

Будь-які негативні впливи протягом вагітності, навіть якщо вони на перший погляд здаються незначними можуть мати вагомні наслідки як для матері так і для дитини. Емоції, які переживає мати, відчуває і дитина. Тому дуже важливо захищати вагітну жінку від зайвих хвилювань і тим самим оберігати майбутню дитину.

Спостереження і багаторічний досвід практичної роботи вчених дозволяють говорити про існування різних типів переживання вагітності у жінок.

1. Адекватний — для нього характерні сприйняття жінкою вагітності без сильних і тривалих негативних емоцій і ознак депресії.

2. Тривожний — жінка сприймає вагітність з страхом та стурбованістю та знаходиться у хворобливому стані. Перше ворухіння супроводжується або тривалими сумнівами або, навпаки, чіткими спогадами про дату, годину і обставини. Характер ворухінь дитини інтерпретується з погляду можливих порушень у її розвитку.

3. Ейфорійний, коли має місце неадекватне сприйняття вагітності та некритичне ставлення до можливих проблем, декларується надмірна любов до майбутньої дитини, проте вагітність часто стає засобом маніпулювання оточуючими, від яких вимагається підвищена увага до себе. Труднощі, пов'язані з виношуванням вагітності і доглядом за дитиною перебільшуються, при цьому турбота про дитину після пологів часто передається іншим членам сім'ї.

4. Амбівалентний — за симптомами схожий з тривожним типом, але особливістю є протилежні за фізичними та емоційними відчуттями переживання та посилення на зовнішні обставини, що заважають благополучному переживанню вагітності.

5. Ігноруючий — усвідомлення вагітності дуже пізні і супроводжується відчуттям неприємного здивування. Фізичне самопочуття або невиражене, або навіть



краще ніж до вагітності. Перше ворухіння помічається пізно і подальші ворухіння сприймаються, як фізичні незручності.

5. Відкидаючий — сприйняття вагітності має негативне фізичне і емоційне забарвлення. Вагітність переживається як покарання, або перешкода якимось власним очікуванням, відповідно ворухіння забарвлені неприємними фізіологічними відчуттями і супроводжуються відчуттями незручності. Можливі прояви депресивних або афектних станів. Є ризик відмови від дитини після пологів.

Внесок у характер та інтенсивність переживань вагітної жінки та прийняття рішень щодо себе і своєї дитини робить найближче оточення і в першу чергу чоловік. Вагітність може як зміцнити стосунки між подружжям так і загострити конфлікти між ним.

Для майбутнього батька очікування народження дитини — унікальний емоційний досвід. І так само, як і в жінки він може бути різним. Багато чоловіків сприймають нову роль з радістю та відповідальністю. Але чоловік не завжди може зрозуміти причину мінливих настроїв дружини і часто відчуває себе розгубленим, позбавленим уваги, і тому сам потребує підтримки. Жінка ж під час вагітності стає більш інфантильною, потребує більшої уваги і піклування, занурюється у свій «вагітний стан», відгороджується від світу і стає більш замкнутою. Тобто емоційні потреби чоловіка, і для жінки під час вагітності часто не співпадають.

Доволі часто під час вагітності жінки скаржаться на депресію. Депресивний стан можна описати як відчуття відсутності радості та втрати інтересу до життя. Такі відчуття час від часу

виникають у кожного, але вони швидко минають. Справжня клінічна депресія – це розлад настрою, під час якого відчуття безпорадності і безвиходу негативно впливають на щоденне життя протягом тривалого часу. В таку депресію неможливо «впасти» - це розлад, який потребує професійної уваги і лікування. Небезпека депресії, яка буває під час вагітності полягає в тому, що вона часто не розпізнається і не лікується, оскільки деякі нормальні зміни в організмі жінки в період вагітності викликають подібні симптоми і протікають в той самий час.

Фізіологічні зміни в організмі вагітної жінки.

Існують особливо важливі періоди вагітності, коли формуються органи і системи дитини, особливості її психічних функцій. Саме тому при перших ознаках вагітності жінці необхідно стати на облік у жіночій консультації.

Вагітність триває близько 40 тижнів, і її умовно розділяють на три періоди або триместри по 13 тижнів кожний. Важливо звернутися в консультацію не пізніше 12-го тижня вагітності, тобто в першому триместрі, навіть якщо це не перша вагітність. Кожна вагітність унікальна, і вона може протікати зовсім інакше, ніж попередня.

Необхідний комплекс лабораторних досліджень під час вагітності включає аналіз сечі, бактеріоскопічне дослідження мазків із піхви й цервікального каналу, загальний аналіз крові, визначення групи крові та резус-фактора, аналіз крові на реакцію Вассермана (сифіліс) і тест на антитіла до ВІЛ. Тест на антитіла до ВІЛ є рутинним обстеженням, що входить у комплекс обстеження вагітних, але може бути здійснений тільки за умови

згоди жінки. Результати тесту на антитіла до ВІЛ є конфіденційною інформацією. Багато жінок в Україні дізнаються про свій ВІЛ статус саме під час цього тесту. Необхідно знати, що ВІЛ позитивна жінка може народити здорову дитину, якщо відповідна (антеретровірусна) терапія розпочата своєчасно. В Україні тестування вагітних на антитіла до ВІЛ та лікування для вагітних жінок є безкоштовним.

Дуже важливим у до пологовому спостереженні є ультразвукове дослідження (УЗД). Перше УЗД проводять у термін 9-11 тижнів вагітності, друге - 16 - 21 тиждень. Мета цих досліджень дізнатися про можливі проблеми у розвитку дитини, коли ще є можливість вплинути на ситуацію. В окремих випадках може виникнути необхідність третього дослідження, що за медичними показниками проводять у термін 32 - 36 тижнів. Але батькам необхідно усвідомлювати, що часті УЗД дослідження можуть мати негативні наслідки для розвитку дитини.

Перший триместр вагітності — це найважливіший період у розвитку майбутньої дитини. В перші три місяці вагітності майже щодня закладається той чи інший орган та утворюються системи організму дитини. Саме в цей період вплив негативних факторів може завдати невивірної шкоди та призвести до вроджених вад у розвитку дитини. Але перші 4-5 тижнів жінка може і не знати про свою вагітність тому дуже важливим чинником є підготовка до майбутньої вагітності, планування дитини та ведення здорового способу життя. З цією ж метою важливо стати на облік до 12 тижнів вагітності. Обстеження в ранньому періоді вагітності дозволить зменшити ризик виникнення, а також отримати необхідну інформацію.

У дванадцять тижнів вагітності дитина вже має риси обличчя, зовнішні статеві органи, реагує на лагідне словесне звернення, погладжування живота. Починаючи з цього періоду майбутній тато вже може брати участь у щоденному «спілкуванні» з дитиною. Існує безліч історій про те, як немовлята реагують на голоси своїх батьків при народженні, як вони заспокоюються при звучанні голосу батька. Прослуховування мелодійної музики також створює сприятливу атмосферу для дитини.

Батькові важливо ініціювати та брати участь у щоденних прогулянках зі своєю дружиною на свіжому повітрі. Такі прогулянки мають стати щоденним завданням майбутнього тата.

На дев'ятому місяці навантаження на організм жінки зростає і багато жінок відчують емоційний спад. В Україні передбачається надання оплачуваної декретної відпустки жінкам з тридцяти тижнів вагітності. Тепер жінка може дозволити собі довше поспати, виконувати домашні обов'язки не поспішаючи, з перервами на відпочинок, підготуватися до пологів та догляду за дитиною.

Нормальний термін розвитку вагітності триває до 37-42 тижнів. Передчасні втручання в природний процес підготовки організму до пологів, якщо немає ніяких ускладнень або показань до дострокового розродження, вкрай не бажані. Батьки мають усвідомлювати, що кесарів розтин — це великий ризик для здоров'я і життя матері і дитини і він виправданий тільки коли для цього є серйозні медичні показання і не може застосовуватися лише для того, щоб уникнути болю в пологах. Післяопераційний період: «близький»

(кілька тижнів) і «віддалений» (декілька років) можуть значно ускладнити майбутнє репродуктивного здоров'я жінки. Для дитини, яка народилася шляхом операції кесарів розтин, народження пов'язано з сильним стресом. Також період адаптації її до зовнішніх умов майже завжди відбувається набагато важче, ніж при народженні природним шляхом.

За 8-10 днів до пологів у вагітної жінки відбувається фізіологічне опускання плода, що полегшує дихання і є ознакою приближення пологів. Однією з важливих фізіологічних особливостей є також відходження слизистої пробки, яке, як правило, відбувається майже разом із опусканням плода. Не тільки жінці, але і чоловіку потрібно про це знати, бо багато хто це сприймає за відходження навколоплідних вод, що сприяє передчасній госпіталізації та необґрунтованому родозбудженню.

Дотримання здорового способу життя під час вагітності — одна з головних умов народження здорової дитини. Якщо жінка вела здоровий спосіб життя і до вагітності, змінювати щось кардинально не потрібно, адже вагітність — це нормальний природний процес, а не захворювання.

Основні питання на які чоловікові необхідно звернути увагу під час вагітності дружини

Фізична активність. Підтримання доброї фізичної форми під час вагітності сприяє її і фізіологічному перебігу, а також підготовці до великого фізичного навантаження під час пологів.

Сон. Нічний сон має тривати 8-9 годин. Приміщення для сну має бути добре

провітрюване, ліжко - зручним. Перед сном дуже корисно прогулятися на свіжому повітрі в будь-яку пору року. Може виникнути потреба і в денному сні, особливо в першій половині вагітності. Дуже важливе для спокійного повноцінного сну вміння розслабитись. Основна перешкода нормальному сну - неправильний психологічний настрій. Набагато більшого успіху можна досягти, якщо метою буде не сам сон, а стан, рівноцінний йому. Простіше кажучи, потрібно лягати не спати, а відпочивати.

Харчування. Вагітні жінки потребують повноцінного харчування, їм необхідно вживати їжу, багату на фолієву кислоту, йод, залізо, та вітаміни.

Для вагітних жінок йодний дефіцит може призвести до ускладнення вагітності, невиношування плоду, мертвонароджування, народження дітей з малою вагою й уродженими вадами розвитку. Профілактика йодної недостатності повинна починатися ще, до настання вагітності. Вагітна жінка має споживати 250 мг йоду на добу. З народженням дитини ця потреба також залишається високою, тому що в період грудного вигодовування єдиним джерелом йоду для дитини є молоко матері. Найбільше йоду в морській капусті, морській рибі та інших морепродуктах. Досить поширеною є думка, що достатньо час від часу споживати такі продукти для того, щоб забезпечити оптимальне надходження йоду в організм. Це не вірно. В деяких морських продуктах, наприклад креветках, вміст йоду зовсім незначний, майже такий, як у звичайному хлібі, сирі та яйцях. Багато людей також вважають, що для профілактики нестачі йоду в організмі потрібно використовувати лікарські препарати та харчові добавки, які містять йод. Звичайно, що у такий спосіб можна

забезпечити оптимальне надходження йоду в організм, але це відбуватиметься тільки протягом терміну прийому відповідних препаратів, і вже наступного дня ситуація повертається до попереднього стану. Йодована сіль - це обов'язковий продукт здорового харчування, недорогий і доступний для кожної родини. Сіль є продуктом, який кожна людина споживає в певній кількості (5-6 г.) кожний день. Якщо ви обмежуєте себе у споживанні солі, особливо важливо, щоб сіль, яку споживаєте, була йодованою.

Дуже важлива для нормального розвитку плода (профілактики дефектів невральної трубки) фолієва кислота, тому цей вітамін необхідно обов'язково приймати з самого початку вагітності протягом 12 тижнів (0,8 мг за добу).

Залізодефіцитні анемії також мають важкі наслідки для матері та дитини. На залізо багаті бобові, листові овочі, молоко, яйця, м'ясо (яловичина), риба. Вагітним жінкам часто призначають препарати заліза, йоду та фолієвої кислоти. Ефективнішим є вживання цих препаратів окремо, а не в комплексі полівітамінів і мікроелементів.

З перших днів вагітності організм жінки потребує надходження повноцінних білків - основного будівельного матеріалу для клітин плода, що розвивається. Джерелом тваринних білків є такі продукти, як м'ясо, риба, а також молоко, кисломолочні продукти, сир, горіхи, яйця. З птишиного м'яса найкращий продукт для вагітних жінок — куряче м'ясо (без шкіри), що містить близько 20% легкозасвоюваного білка.

Під час вагітності збільшується потреба у вуглеводах і жирах, що входять до складу всіх тканин організму та є важливим

джерелом енергії. Із рослинних жирів можна використовувати соняшникову, кукурудзяну, маслинову олію (приблизно 2 столові ложки за день), а з тваринних — вершки, вершкове масло (20 г), сметану (30 г). Вуглеводи вагітна жінка повинна отримувати за рахунок продуктів, багатих на рослинну клітковину (хліб із борошна грубого помолу, крупи, овочі, фрукти). Ці продукти, крім вуглеводів, містять вітаміни, мінеральні речовини, поліпшують функцію травлення. Вживання цукру варто обмежити.

Під час вагітності значно зростає потреба у вітамінах. У літньо-осінній сезон потреба в найважливішому вітаміні С покривається за рахунок фруктів і овочів, у зимово-весняний період, можливо, треба додатково приймати вітамінні препарати.

Потреба в кальції також зростає з початку вагітності. Джерелом кальцію є молоко, сир, жовток яйця.

Вагітна жінка не повинна відчувати спрагу, необхідно випивати близько 1,5 л вільної рідини (вода, компот, німецький чай) за добу. Однак уживати безалкогольні газовані напої (фанта, спрайт, кока-кола і т. п.) вагітна жінка не повинна.

Домашня екологія. Дуже важливе для здоров'я матері та майбутньої дитини — підтримання чистоти в оселі, регулярне її провітрювання. Добре, якщо вдома є живі рослини, що очищують приміщення, додають кисню і, звичайно, прикрашають його, що також важливо для доброго настрою вагітної жінки.

Прибираючи в домі, треба дуже обережно поводитися з м'якими та дезінфікуючими засобами, зокрема, не можна використовувати хімікати з

вмістом хлору, інші токсичні засоби. Краще застосовувати нешкідливі засоби. Це також стосується і засобів для знищення комах.

Особливу увагу слід звертати на якість питної води і застосовувати численні засоби очищення та знезараження її.

Подорожі. Питання щодо подорожей вирішується індивідуально кожною родиною. Необхідно враховувати термін вагітності, її перебіг, умови транспорту, відстань та інше. Звичайно, поїздки до далеких, особливо тропічних країн, краще відкласти на майбутнє.

Умови праці. Емоційно-психологічні і фізичні перевантаження під час вагітності вкрай небажані. В Україні вагітних жінок заборонено залучати до роботи в нічний час та до наднормованих робіт. Вагітній надається відповідна довідка зразка, яку вона подає керівництву на роботі, і її зобов'язані перевести на роботу з безпечними умовами.

У цілому робота під час вагітності для більшості жінок навіть корисна. По-перше, вона дозволяє жінці бути достатньо активною, підтримувати бюджет сім'ї, у зв'язку з чим почувати себе більш упевненою, швидше й легше подолати емоційні та фізичні проблеми, дає можливість спілкуватися з людьми й відчувати підтримку оточуючих.

Важливо розуміти що декретна відпустка, починаючи з 30 тижнів вагітності надається жінці для того, щоб вона мала можливість приділити собі більше уваги, не перевантажуватись, робити щоденні прогулянки, уникати стресових ситуацій на роботі, оскільки це є запорукою народження здорової дитини. Тому і використовувати її необхідно за

призначенням. Державна допомога полягає в оплаті 126 робочих днів (одночасно, до і післяпологових) у розмірі середньомісячної зарплати. Жінки, які за своїм бажанням працюють до самих пологів, роблять велику помилку, що негативно впливає на розвиток майбутнього малюка.

Домашні тварини. Якщо в домі є домашні тварини (кішка, собака, птахи та ін.) необхідно бути обережним, доглядаючи за ними. Зокрема, догляд за кішкою краще доручити іншим членам сім'ї з обов'язковим використанням гумових рукавичок, також необхідно частіше і ретельніше мити руки, особливо перед прийомом їжі.

Куріння, алкоголь, наркотики, безконтрольний прийом лікарських препаратів. Паління, вживання алкоголю, наркотиків, безконтрольний прийом лікарських препаратів, отруйні речовини, екологічні забруднення і жорстоке поводження особливо шкідливі для вагітних жінок, плоду і дитини.

Здорова вагітність не вимагає прийому будь-яких ліків, крім випадків, якщо це абсолютно необхідно і ліки було призначено лікарем. Лікарські препарати, які приймаються під час вагітності, повинні бути безпечними для матері та плоду, і тому необхідно строго дотримуватися правил прийому відповідно до призначення медичного працівника.

На жаль в Україні і сьогодні здоровій вагітній жінці призначаються дуже багато медичних препаратів, застосування яких не має жодної доказової бази, або навіть може бути небезпечним для майбутньої дитини. Тому перш ніж вживати такі препарати не полінуйтесь

проконсультуватися з іншими спеціалістами і уважно вивчіть все, що стосується протипоказань та можливих наслідків їх прийому.

Якщо мати палить, її дитина може народитися з недостатньою вагою, а також буде більш уразлива до розвитку хвороб дихальних шляхів. Нікотин і токсичні компоненти тютюнового диму при палінні потрапляють у кров удвічі швидше, ніж наркотики, які вводяться внутрішньо, й утричі швидше, ніж алкоголь. Це отрути, які, в першу чергу, негативно діють на нервову систему. Паління (і активне і пасивне) може призвести до порушення функції плаценти, затримки розвитку плода, низької маси дитини при народженні, також підвищується ризик передчасних пологів, викиднів та мертвонароджень. Зменшення кількості цигарок, що випалюються протягом доби, принципово нічого не змінює.

При вживанні алкоголю під час вагітності спостерігається затримка розвитку плода, розумового розвитку з різними проявами синдрому дисморфії (особливо при високому рівні вживання алкоголю), а також зміна поведінкових реакцій організму немовляти. Описаний так званий фетальний алкогольний синдром (ФАС) — відставання від нормального фізичного й розумового розвитку, порушення зору, слуху, малий розмір голови та мозку, неможливість концентрації уваги. Такі діти потребують спеціальної медичної та соціальної допомоги. Відомо, що відхилення в розвитку плода й новонародженого пов'язані в основному з регулярним прийомом алкоголю. У той же час є дані про тяжкі наслідки вживання алкоголю в перші тижні вагітності. Особливо небезпечно також уживання наркотичних речовин під час вагітності.

Уживання наркотиків під час вагітності може призвести до викиднів, передчасних пологів, передчасного відшарування плаценти, плацентарної недостатності, затримки внутрішньоутробного розвитку плода. Дитині, народженій жінкою, яка вживала наркотичні речовини, загрожує не лише порушення здоров'я, але й життя. Нерідко відразу після народження така дитина помирала від астинентного синдрому.

Шкідливо впливати на плід може також і кофеїн, що міститься у звичних для всіх напоях — чаї, каві, кока-колі, пепсі-колі. Тому вживання цих напоїв під час вагітності має бути обмеженим (німецькі чай та кава по 1-2 чашки на день).

Статеві відносини і вагітність.

За умови фізіологічного перебігу вагітності статеві відносини, як правило, безпечні і для жінки, і для дитини і можуть продовжуватися протягом усієї вагітності.

Проте необхідно порадижити обмежити статеві відносини у перші 1,5-2 та в останні 2 місяці вагітності. Це питання глибоко індивідуальне. Звичайно, існують деякі застереження, на які лікар має звертати увагу подружньої пари. Оскільки постава жінки змінюється під час вагітності, необхідне використання інших позицій. Найзручніші позиції, коли партнери лежать на боці, партнерша зверху, або партнер зверху, спираючись на витягнуті руки або лікті.

Звичайно, при наявності ускладнень вагітності (загроза переривання, невиношування вагітності в минулому, проблеми серцево-судинної системи та інше) статеві відносини під час вагітності мають певні обмеження і навіть протипоказання.

Зовнішній вигляд вагітної жінки.

Вагітність по-різному може впливати на зовнішність жінок, але і жінці і чоловіку необхідно розуміти, що це тимчасові зміни, і вони зникнуть після народження дитини. Деякі зміни, як то набряки мають викликати занепокоєння і потребують обов'язкового звернення до лікаря.

Вибір пологового будинку.

Сьогодні родина може обирати де народжувати. Важливо відвідати пологовий будинок ще до пологів і ознайомитись з існуючими там умовами і практиками надання медичної допомоги.

На що необхідно звернути увагу:

У приймальному покої має бути інформація щодо партнерських пологів, а також, що родина має підготувати до пологів. Це перш за все домашній одяг для динини і матері. Впевніться, що в пологовому будинку дозволяється вільне відвідування родичів, а також, що там не застосовуються такі принизливі і непотрібні процедури, як гоління лобка та клізьми.

Пологові зали мають бути сімейними, або індивідуальними, розрахованими лише на одну родину. В сімейному пологовому залі родина народжує і через три дні з нього ж виписується. В індивідуальному залі родина народжує, а потім жінка з дитиною преводиться в післяпологову палату спільного перебування, де чоловік і інші близькі родичі можуть їх вільно відвідувати. В пологовому залі мають обов'язково бути великий м'яч, шведська стінка та килимок для першого періоду пологів, функціональне ліжко та стільчик для пологів. Якщо ж ви всього цього не побачили, а замість цього в пологовому залі стоїть так зване ліжко Рахманова (акушерський стіл) це

означає, що навряд чи жінці дозволять вибрати вільну позицію в пологах і вони будуть вестися на спині. Також зверніть увагу яка температура у пологовій залі (вона має бути 25 градусів Цельсія) та чи є лампа променевого тепла для зігрівання новонародженого.

Спитайте, чи дозволяють жінці в пологовому залі приймати їжу і пити. Це вкрай важливо, тому що пологи можуть тривати досить довго і виснажливо, і жінці (і чоловіку) необхідно буде підтримувати сили. Переконайтесь, також що в пологовому залі є кушетка або хоч стільчик для тата.

Також необхідно пересвідчитися, що в пологовому будинку після народження дитина постійно знаходиться з мамою і її не забирають від матері для проведення медичних обстежень і маніпуляцій.

Важливо розуміти, що мармур на підлозі, нові кахлі на стінах, або навіть джакузі в пологовому залі не визначають якість послуг, які надаються. Дивіться на важливі речі.

Наприклад, така «дрібниця», як наявність рідкого мила з дозатором, разових паперових рушників і інструкції з миття рук на рукомийником – свідчить про те, що в пологовому будинку дотримуються принципів інфекційного контролю. А шматок мила, який «плаває» в мильниці, або килим на підлозі – свідчить про протилежне.

Деякі родини, приносять з собою улюблену музику, яка допомагає жінці розслабитись. Дізнайтесь, чи можна це зробити в вашому пологовому будинку. Про враження від пологового будинку також можна дізнатися від інших батьків та через інтернет.

Відвідайте спеціальний вебсайт УДСЛ «ОХМАТДИТ» з розширеної ініціативи «Лікарня, доброзичлива до динини», де є інформація про всі пологові будинки, які мають цей статус, а також корисна інформація для батьків і відгуки про враження від якості наданих медичних послуг (<http://www.ohmatdet-center.org.ua>).

2.4. ТЕМА «ПІД ЧАС ПОЛОГІВ»

Жінки вважають своїм обов'язком розповісти про власний досвід і дати поради щодо пологів. Як правило, всі ці розповіді мають негативний або драматичний відтінок. Багато страхів вагітної жінки пов'язані саме з цими «драматичними» розповідями і суперечливими міфами відносно пологів.

Чому так багато негативу у цих розповідях? Необхідно уявити стан жінки в той момент, коли вона переступає поріг пологового будинку. Довгі роки в нашій державі існувала система, відповідно до якої пологові відділення поділялися на 3-4 підрозділи: допологова палата, пологовий зал, післяпологовий зал, відділення новонароджених. Проходячи кожну стадію в процесі народження дитини, жінка переходила з палати в палату, з приміщення в приміщення, перебуваючі в повній залежності від медичного персоналу: її могли попросити роздягнутися і одягти сорочку, які ледве прикривають тіло; гоління інтимних місць та клізма вважалися обов'язковими. Спілкування з великою кількістю акушерок, лікарів, постійний потік облич і голосів, який проходить через палату і не рідко без попередження, позбавляли жінку звичного для неї відчуття приватності і безпеки. Батько взагалі сприймався як сторонній відвідувач, а не як учасник процесу пологів. Така система



була створена в інтересах клінічного персоналу і самої установи. Вона не розроблялася для забезпечення потреб і побажань вагітної жінки і її родини.

Коли жінка надходить в лікарню на пологи, вона стикається з великою кількістю нових облич, звуків, запахів в незнайомій і часто недружній для неї обстановці. Порядок роботи лікарні і її обладнання викликають тривогу і неспокій; при цьому жінка почуває біль і страх перед невідомим. Але, пологи пройшли, малюк народився і жінка хоче все розповісти, поділитися своїми враженнями від пологів, щоб її близькі люди, і в першу чергу чоловік, оцінили і пишались її силою і мужністю. Бо вона «це» пережила! Нагнітання негативних емоцій в розповідях про пологи, здається жінкам необхідним для підвищення рівня оцінки пережитого нею, а через деякий час така розповідь обростає деталями і повторюється при кожному зручному випадку. Так з'являються міфи про пологи. Щож відбувається насправді?

Перший період пологів починається з моменту встановлення регулярних скорочень матки з подальшим згладжуванням і розширення шийки матки до повного розкриття (10 см).

Тривалість пологів може бути різною і залежить від кількості пологів у минулому, інтервалів між вагітностями, психологічного стану жінки, передлежання плоду і його положення, форми і розміру тазу, характеру скорочень матки. Дві стадії, або фази, першого періоду пологів визначаються як латентна й активна. У латентній фазі пологів перейми, як правило, регулярні, не болючі й швидкість розкриття матки не велика – близько 1 см за 3 години.

Активна фаза характеризується посиленням частоти та сили перейм від двох за 10 хвилин і потім, у ході розвитку родової діяльності наростає до п'яти за 10 хвилин. Швидкість розкриття шийки матки в цей період складає приблизно 1-1,5 см за годину, тривалість цих переймів до 60-ти секунд.

Води можуть відійти самовільно. Плодовий міхур чинить рівномірний або майже рівномірний внутрішньоматковий тиск на передлежну частину плода. Після ж виливання навколоплідних вод створюються абсолютно інші умови, оскільки внутрішньоматковий тиск вищий, ніж зовнішній (атмосферний).

В першому періоді пологів жінка не повинна лежати, бажано знаходитись у вертикальному положенні та рухатися (що скорочує пологи, сприяє зменшенню необхідності використання аналгезії, попереджує виникнення аномалії серцевого ритму плода), їсти невеликими порціями (що забезпечує

надходження води та їжі, знижує рівень стресу, забезпечує спокій, комфортний стан). Такий підхід сприяє фізіологічному перебігу пологів.

Перш за все, необхідно дати можливість вибрати жінці будь-яку позицію. Це означає, що її рухи не повинні бути обмеженими, вона може сидіти, стояти або ходити. Вільний вибір положення допомагає їй легше переносити біль.

Якщо жінка під час першого періоду вважає за краще лежати на спині, краще повернути її на лівий бік, щоб уникнути погіршити самопочуття. Треба уникнути положення на спині впродовж всього усього часу пологів, тому що важка матка зменшує повернення венозної крові з нижньої частини тіла, утруднюючи притік крові до серця через стиснення нижньої порожнистої вени. Внаслідок цього зменшується витік крові з серця, знижується частота пульсу і кров'яний тиск. Це негативно діє на постачання кров'ю матки і плаценти, зменшуючи кількість кисню для плода.

Не можна сварити або дорікати жінці за скарги на болі або говорити їй, щоб вона «взяла себе в руки». Скарги можуть бути психологічно здоровим методом подолання болю, і не слід це осуджувати. Навпаки, необхідно постійно хвалити жінку, підтримувати її, говорити, що вона все робить якнайкраще.

Другий період пологів (період вигнання) починається з моменту повного розкриття маткового зіву (10 см). З цієї миті головка плода найшвидше рухається вниз по родовому каналу. Перейми стають сильнішими й тривалішими (хоча можуть ставати рідшими – кожні 2-4 хвилини).

Включаються скорочення м'язів черевної сітки, діафрагми і малого таза, так звані потуги, що мають рефлекторний характер.

На цій стадії матері легше впоратися з болем, оскільки вона бере активну участь у процесі. Жінка починає мимовільно тужитися, коли голівка тисне на дно таза. Не можна примушувати матір тужитися тоді, коли вона до цього ще не готова. Сьогодні практично всюди в Україні лікарі не «управляють» потугами. Все має відбуватися фізіологічно і втручатися в цей процес не варто. Другий період пологів закінчується народженням дитини.

Положення в пологах

Положення при пологах має велике значення. Сучасні підходи в акушерці дозволяють вибрати жінці положення, зручне для неї, в якому вона почуває себе комфортно, таким чином пологи проходять менш болісно. В нормативних документах МОЗ України регламентовано право жінки вибрати зручну для неї позицію, за винятком випадків пологів з ускладненням та за згодою лікаря. Медичні спеціалісти повинні порадити жінці кілька варіантів положення при пологах, а жінка може вибрати.

Горизонтальне: лежачи на спині, у положенні на боку, з упором на руки і коліна.

Вертикальне: у положенні «сидячи, напівсидячи», на родовому стільці, сидячи навпочіпки, рачки, повиснувши, на колінах.

Кожне має свої переваги і недоліки.

Після народження плода починається третій, останній, період пологів.

Це час від народження плода до народження посліду (плаценти з оболонками). В цей період він відшаровується від маткової стінки і народжується. Тривалість цього періоду, як правило, від 5 до 30 хвилин. Плацента разом із оболонками опускається вниз і при потузі народжується з родових шляхів. Сьогодні в акушерських стаціонарах цей період пологів рекомендують проводити «активно». При цьому у жінки та її чоловіка питають дозволу на введення окситоцину. Це робиться з метою попередження можливих кровотеч. Плаценту приймають у лоток, проводять її огляд.

Дитину відразу після народження мають викласти на груди матері, обсушити сухою серветкою та одягти носочки і шапочку і накрити ковдрою для попередження втрати тепла. На пуповину накладаються разові пластикові затискачі і батьку можуть запропонувати перерізати пуповину. Дитина має знаходитись у безпосередньому контакті з мамою «шкіра до шкіри» дві години. Всі гігієнічні процедури мають здійснюватися потім. Перше прикладання до грудей має відбутися в першу годину після пологів, коли дитина починає демонструвати бажання і шукати груди матері.

Якщо жінка народжувала шляхом кесарського розтину, батько має право вимагати, щоб дитину виклали на груди йому. Це необхідно не тільки для забезпечення «теплого ланцюжка» і попередження отримання дитиною «лікарняних інфекцій», але і для психічного благополуччя дитини, яка з перших хвилин життя потребує батьківської уваги та любові.

Основи психології пологів

Під час пологів велике значення має психологічний стан жінки. Оскільки вони регулюються нервовою та ендокринною системами, психологічний компонент відіграє тут важливу роль. Крім того, необхідно враховувати, що поведінка жінки в ході пологів належить до безумовних форм поведінки, визначених генетично, і регульована несвідомою сферою психіки.

Найефективніший спосіб подолання напруження при пологах – навчання жінки глибокій релаксації протягом усієї вагітності, починаючи з раннього строку. Якщо жінка розуміє, що відбувається, якщо вона абсолютно розслаблена або упевнена, то в той момент, коли подовжні м'язи починають свою роботу щодо вигнання плода, м'язи, які тримали матку закритою під час вагітності, розслабляються і легко розтягуються. При цьому не виникає опору народженню дитини, не виникає болю, і дитина народження набагато легше. Проте будь-який стрес – хряснули двері, лікарі без попередження зайшли в пологовий зал, укол – порушують її розслаблення і в тій же мірі руйнують гармонію пологів. Усе це робить перейми менш ефективними, шийку матки менш пластичною, збільшується загальний дискомфорт.

Під час пологів жінка ніби занурюється в себе, переживає зміни в стані свідомості. Майже всі породіллі мають «мрійливий» вираз обличчя, при цьому незважаючи на біль і неприємні почуття, вони не мають безпорадного або розгубленого вигляду, навпаки, діють неспішно, шукають зручну позу, багато речей роблять інтуїтивно. Причому ці особливості поведінки під час пологів характерні для всіх жінок і не

залежать від їхнього культурного рівня і суспільного становища.

Інтуїтивна поведінка жінки під час пологів має величезне значення. Підкоряючись інстинктам, жінка робить це найраціональнішим чином, за рахунок чого народжує швидше й легше. Тому найуспішніше пологи відбуваються в тих випадках, коли зазнають найменшого втручання.

Мистецтво надання допомоги при пологах полягає в умінні дати жінці можливість поводитися максимально вільно, що сприяє включенню несвідомих механізмів саморегуляції пологів.

Як правило, під час переймів жінки вважають за краще ходити, нахилитися, ставати навпочіпки або сідати, здатні в момент сильного напруження розслабити все тіло. В результаті можна спостерігати картину, коли при напруженій матці все тіло жінки стає розслабленим. Розслаблення м'язів породіллі має надзвичайно важливе значення для благополучного народження дитини: при розслабленій м'язи розм'якшуються і перестають перешкоджати просуванню плода по родових шляхах, таким чином, процес пологів оптимізується і йде значно м'якше.

Жінка потребує доброзичливого ставлення протягом усього періоду пологів. Важливо знати, що багато жінок відчувають тривогу, пов'язану з дефіцитом інформації про те, що відбувається з ними в даний момент, і про те, що має статися. Поліпшити емоційний стан може своєчасне і делікатне інформування про майбутні маніпуляції і можливі відчуття, пов'язані з ними. Дослідження показують, що пам'ять про пологи зберігається в жінки

на все життя і пов'язані вони найчастіше з оточенням під час пологів, а не з особливостями перебігу самих пологів.

Партнерські пологи

Присутність партнера при пологах творить дива! Психологічний спокій, що в такий тяжкий час із тобою поруч близька людина, якщо це чоловік – твій коханий. Пологи вважаються природним продовженням стосунків чоловіка і жінки. Якщо в такий відповідальний період чує слова кохання й підтримки, вона не вимагає знеболити пологи, почуття заспокоєння попереджає виникнення стресової ситуації, яка є однією з найголовніших причин дискоординації родової діяльності так як наслідок – виникнення різних ускладнень.

Дослідження, присвячені больовому синдрому під час пологів, показали, що присутність батька дитини, яка забезпечує спеціальну емоційну підтримку для контролю за болями, не просто заспокоює та емоційно підтримує, але супроводжує зниженням використання або дози анальгетиків, і зменшенням кількості жінок, які відчувають паніку, емоційне спустошення й нестерпні болі.

Якщо для жінки-породіллі створити умови, в яких контроль свідомості буде зведений до мінімуму, вона з легкістю увійде в той інстинктивний стан, який дозволить їй народити самостійно. Цей же стан вільний від впливу зовнішніх умов, і психічних напружень, робить можливою збалансовану секрецію гормонів, які виділяють при пологах і під час статевої близькості, дає можливість розглядати пологи як один із проявів сексуальності жінки. Тому важлива

партнерська підтримка при пологах саме чоловіка. Тому в багатьох жінок простежується цілком природне прагнення до присутності під час пологів близької їй людини.

Завдання партнера при пологах – надання психологічної та іншої немедичної допомоги. Участь батька дитини в пологах дозволяє виявити його активне батьківство, яке починає формуватися ще під час вагітності, коли він прагне зрозуміти стан вагітної дружини, вчиться спілкуватися зі своїм ще не народженим малюком і відвідує заняття з підготовки до пологів. Для такого чоловіка участь у пологах буде дуже закономірною і природною, ніби черговою сходинкою на шляху усвідомлення себе батьком.

З погляду психології, переживання, що виникають під час пологів, можна назвати вершинними, коли емоційне сприйняття важливої події перекидає її бачення з погляду фізіології. Оскільки момент народження дитини сприймається як тріумфальний результат важкої спільної роботи, найчастіше домінуючими емоціями батька стають захват і захоплення, незважаючи на характерний зовнішній вигляд немовляти.

Основними критеріями для спільних пологів є:

- бажання і згода жінки;
- бажання і згода партнера;
- підготовка до пологів;
- готовність до цього медичних фахівців, які приймають пологи, й узгодження дій усіх учасників.

Рішення про спільні пологи має бути тільки спільним, зваженим і таким, що задовольнить обох партнерів.

Способи нейтралізації болю під час пологів

При підготовці до пологів подружжя навчають різним методикам знеболення переймів (дихання, пози, розслаблення, масаж загальний і точковий). Важливо вміти користуватися принаймні один із них. У процесі занятті жінки вибирають той метод, який їм найбільше підходить, а партнера навчаються надавати відповідну допомогу.

Дихальні вправи – сприяють оптимальній концентрації кисню в організмі, контролю над тілом, полегшують переходи. На початку переходи робяться спокійний, глибокий вдих – видих. Потім дихання в ритмі 1-4: вдих через ніс на рахунок 1 і видих через рот за кілька коротких порцій на рахунок 2-3-4 – на рахунок 4 видих трохи довший. Потім легкий вдих і повторення циклу.

Розслаблення – це не просто відпочинок або стан спокою. Стан напруження дуже неприємний, оскільки забирає велику кількість енергії і може викликати біль та підсилювати неприємні відчуття. Для розслаблення необхідно глибоко вдихнути і видихнути в кінці перехідів і постаратися розслабити всі м'язи тіла, обличчя. Чим краще розслаблення, тим ефективніші наступні переходи, а значить, і пологова діяльність.

Положення тіла. При дуже болючих переходах у попереку слід спробувати знайти положення, в якому б на спину не чинився тиск. Наприклад, нахилившись уперед, спираючись на долоні й коліна, спершись ліктем на стіл та стілець, повиснувши на шиї в чоловіка.

Легше переносити перейми допоможе:

- м'яке погойдування стегнами, широко розвівши коліна вбік;
- під час переймів можна сидіти на великому м'ячі – це дозволяє ефективно розслабити м'язи промежини;
- опуститися на підлогу і стати на впо-чіпки, при цьому матка не тисне на хребет і судини, не підтискає діафрагму й кишечник, а м'язи живота розслаблені;
- поза «сидячи по-турецьки» - живіт зміщується вперед, даючи відпочинок хребту, тазові кістки розсовуються, а м'язи промежини розслабляються. При цьому можна максимально широко розвести коліна зігнутими ліктями;
- стати на коліна і спертися грудьми на великий м'яч край ліжка, спинку крісла або дивана;
- поза «дитини», що імітує положення малюнка всередині утроби;
- идячи навпочіпки, при цьому помічник допомагає жінці зайняти зручну позу;
- поза «гніздечко» для відпочинку (лягти на лівий бік, підклавши під зігнуту ногу подушку) - кілька подушок, підкладених під живіт, голову та спину, утворюють затишне гніздечко, в якому приємно подрімати між переймами.

Масаж.

Можна використовувати різні техніки масажу спини, ніг і живота:

- масаж живота жінка може виконувати сама, обома руками, знизу, від лобка, вгору, з правого й лівого боку;
- масаж спини. Можна масажувати попереком кулаками або розкритими долонями. Можна прийняти теплий

- душ, прикласти грілку (гарячий вологий рушник) на попереком;
- прогладжування живота кінчиками пальців обох рук у ритмі вдиху і видиху;
- натискання кулаками в місці попереково-крижового ромба;
- масаж виступів клубових кісток справа і зліва;
- масаж круговими руками, починаючи з внутрішньої поверхні стегон, переходячи на зовнішній бік колін і потім кісточки;
- масаж сідниць – рухи кулаками, що ніби угвинчують, у сідничні кути.

Залежно від інтенсивності переймів його можна робити від легкого прогладжування до сильного натиску.

Що має взяти з собою батько в пологовий будинок:

Головне не забути про домашній випраний одяг для новонародженого і сумку з речами для дружини.

Для себе:

- зручну одягу: спортивні штани або джинси або шорти, футболку або сорочку, зручне легке домашнє взуття (яке миється). Вся одягу має бути звичною, чистою і складеною в спеціальну сумку для пологового будинку. Немає ніякої необхідності купляти халат, маску, шапочку, якщо тільки цього не вимагають у вашому пологовому будинку, але навіть в цьому випадку використовуються разовий «паперовий» одяг, який надягається на свою одягу;
- покладіть в сумку телефон і зарядку до нього;
- візьміть книжку, можливо, плеєр і

батарейки;

- не буде зайвою фото або відеокамера;
- покладіть до сумки мінеральну воду (негазовану) і їжу для дружини і для себе (пара бутербродів не стане зайвою). Для дружини краще взяти щось поживне але легке (йогурт, шоколад, фрукти, сік)
- не забудьте про гігієнічні засоби.

І головне, що Вам буде треба – це впевненість у тому, що пологи пройдуть спокійно, успішно, з великою кількістю позитивних емоцій.

2.5. ТЕМА «ПІСЛЯ ПОЛОГІВ»

Післяпологовий період триває в середньому 6-8 тижнів. Він характеризується зміною гормонального фону жінки. Під час вагітності кількість жіночих гормонів, прогестерона і естрогену в організмі значно збільшується. А протягом перших 24 годин після народження дитини кількість цих гормонів в організмі стрімко падає до їх нормального «невагітного» рівня. Така швидка зміна рівня гормонів в жіночому організмі може викликати депресію.

Якщо жінка більше двох тижнів відчуває тривогу, роздратування, безнадійність чи пригнічення, якщо вона багато плаче, втратила енергію і мотивацію, їсть надто багато або надто мало, забагато або замало спить, якщо у неї появились проблеми з пам'яттю, концентрацією уваги і прийняттям простих рішень, якщо вона почуває себе винною, відмежується від друзів і рідних – це ознаки депресії. Фізичні симптоми депресії проявляються у вигляді головних болів, болю в грудній клітині, спині і шиї, прискореним серцебиттям, частим і

переривчастим диханням.

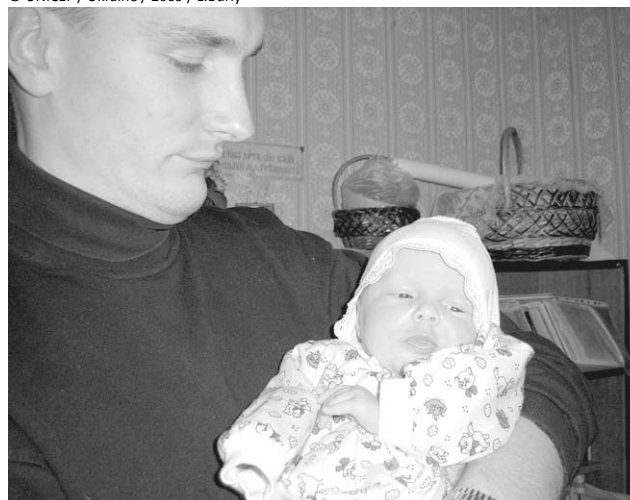
Принципово важливим є навчитися відрізнити «сум», пов'язаний з материнством і народженням маляти, від післяпологової депресії. «Сум материнства» може бути протягом кількох днів після пологів і за звичай проходить через кілька днів чи один тиждень і не потребують медичного втручання.

Основна різниця між «сумом» материнства і післяродовою депресією полягає в тому, що депресія часто відображається на загальному фізичному стані жінки і потребує медичного спостереження і лікування.

Найголовніше при появі будь-якої форми депресії вчасно вжити заходів з покращення стану жінки і зупинити подальший її розвиток. Багато жінок приховують симптоми депресії, тому що відчувають незручність і провину за свій стан, в той час як, на думку оточуючих, вони мали б бути щасливими. Необхідно усвідомити, що в цей період життя депресія може трапитися з будь-якою жінкою. Підтримку в боротьбі з депресією може надати батько дитини.

Можливість розділити відповідальність

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



з дорогою людиною значно полегшує життя в цей складний період. Необхідно врахувати, що зміни відбуваються не лише в житті і організмі матері, хоча і мають більш явний характер, але і в житті батька дитини. Цікавим є те, що в останні роки вчені виявили наявність симптомів післяпологової депресії і у чоловіків, які стали батьками. Післяпологова депресія батьків негативно впливає на розвиток дитини. Депресія ускладнює здатність чоловіка виконувати роль батька і чоловіка повною мірою. Дослідження показали доцільність тестування і діагностики післяродової депресії для всієї сім'ї і необхідність розподілу відповідальностей за повноцінний розвиток дитини між обома батьками. Але на сьогоднішній день післяпологова депресія залишається здебільшого проблемою жінки, як матері новонародженого.

Якщо у жінки виникли симптоми депресії то для покращення її стану чоловік може зробити наступні речі:

- створіть умови, щоб жінка могла більше відпочивати і спати, коли спить дитина;
- візьміть на себе домашні обов'язки;
- пропонуйте свою допомогу та активно включайтесь у догляд за дитиною;
- розмовляйте з жінкою про її почуття;
- не дозволяйте жінці проводити багато часу на одинці. Дайте їй можливість виходити з дому, хоча б ненадовго за невеличкими покупками або просто прогулятися;
- знайдіть час, щоб провести його разом з дружиною;
- дозволяйте і заохочуйте її спілкуватися з іншими мамами;
- не здійснюйте серйозних життєвих змін, ремонтів, переїздів. Ці зміни

зумовлять зайвий стрес, а вам потрібні будуть всі ваші сили.

Депресія у мами не повинна бути причиною припинення годування дитини груддю, оскільки один з гормонів, який виділяється під час грудного вигодовування – окситоцин, сам по собі має антидепресивну дію. Мама, які припинили грудне годування дитини через депресію рідко відчувають себе краще, а іноді спостерігається і погіршення їхнього стану.

На вміння чоловіка і жінки, які стали батьками, пристосуватися до своїх ролей впливає безліч чинників. Для матері, очевидно, вирішальне значення має соціальна й родинна підтримка, особливо з боку чоловіка.

Як правило, з народженням дитини батьки відчувають нові почуття гордості й хвилювання, до яких додається почуття відповідальності, що іноді може навіть обтяжувати. У деяких чоловіків виникають ревності до тих тісних емоційних зв'язків, що існують між матір'ю і дитиною. Подружжю доводиться скоротити час, що вони приділяли одне одному і своїм захопленням. У багатьох подружніх пар після народження дитини виникають проблеми комунікативного і сексуального характеру, вони починають частіше конфліктувати.

Таким чином, поява дитини — непростий етап у житті родини, який стосується всіх членів, призводить до перебудови сімейної системи у зв'язку з необхідністю включення в і нового члена.

Однак усі складнощі можна подолати за умови бажаності народженої дитини, наскільки молодим батькам і прадідам вдається правильно побудувати сімейну

ієрархію, усвідомивши своє нове місце в ній, постійно відкривати для самих себе істинні мотиви власних вчинків на тлі взаємоповаги, бути відкритими до змін, що відбуваються в житті взагалі, і до потреб інших членів родини, що також змінилися.

Як подолати та виправити ревнощі старших дітей?

Коли в сім'ї з'являється немовля, старші діти реагують по-різному. Якщо починається боротьба за любов і увагу, швидше за все — це прояви ревнощів. Якщо діти відчувають такі почуття, їх необхідно зрозуміти і постаратися пом'якшити той психологічний біль, який вони переживають щодо «розподілу» колишньої повної уваги батьків. Корисно наперед позитивно влаштовувати старших дітей на появу в сім'ї нової дитини:

- дитині потрібно повідомити наперед, що в неї буде брат або сестра;
- не треба обіцяти безумовно, що це буде хлопчик або дівчинка, а також, що в неї з'явиться партнер для ігор. Інакше потім може бути розчарування.

Дитині потрібно пояснити, що всередині маминого животика росте жива істота, яку можна гладити, розмовляти з нею, співати пісні, а вона відповідатиме — штовхатиметься.

Усі необхідні зміни в житті старшої дитини — переведення в іншу кімнату, початок відвідування дитячого садочка — краще зробити до появи новонародженого.

Коли ви знаходитиметеся в пологовому будинку, то телефонуйте старшій дитині частіше, говоріть їй про свою любов і намагайтеся, щоб ваше повернення додому не примусило відчути первістка

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



непотрібним або обділеним вашою увагою.

Перші дві години після повернення додому приділіть їй. Дуже часто маленькі діти реагують на появу новонародженого бажанням повернутися в дитинство, і це абсолютно нормальна реакція. Вони просять, щоб їх годували з соски, загортали в ковдру, носили на руках, а іноді навіть мочать і поганяють штанці. Поставтеся до такої поведінки з гумором — загорніть дитину в ковдру і покладіть її в ліжечко. Тоді вона зрозуміє, що їй не відмовляють у такому ж догляді, який отримує її братик або сестричка. їй здається, що це має бути приємно, але вона розчарується.

Не бійтеся дати потримати малюка старшому - якщо він сяде на килим або ковдру, то ризик невеликий, навіть якщо він упустиє немовля.

Допоможіть дитині уникнути комплексу вини, якщо з'являться ревнощі. Поговоріть із нею про її відчуття, не засуджуйте, але і не вдавайте, ніби нічого не помічаєте. Поясніть, що ви з татом полюбили її задовго до народження, а коли вона з'явилася на світ, ваша любов стала ще сильнішою. Чим чисельнішою стане ваша сім'я, тим більше взаємної любові.

2.6. ТЕМА «ВИГODOVУВАННЯ, ДОГЛЯД ТА РОЗВИТОК ДИТИНИ»

Головне, що потрібно новонародженій дитині – це любов, чистота, тепло, материнське молоко та захист.

Чистота. Якщо раніше і в пологах і в питаннях догляду за дитиною існувала вимога стерильності, то доказова медицина говорить про принцип чистоти: дотримання правил гігієни, миття рук, відкрите сухе ведення пуповинного залишку, чистий домашній, а не лікарняний одяг у пологовому будинку. Пуповинний залишок є воротами для проникнення інфекції, тому за ним потрібно ретельно доглядати. Він повинен бути сухим і чистим. Не потрібно використовувати антисептики та антибіотики. Важливо слідкувати, щоб пуповинний залишок не був накритий підгузником. Якщо він забруднився сечою або калом, його необхідно промити чистою кип'яченою теплою водою та обсушити чистою серветкою.

Тепло. Новонароджена дитина не має власного механізму терморегуляції, тому вкрай важливо попереджувати її переохолодження - гіпотермію. Небезпека гіпотермії полягає в тому, що вона спричиняє збільшення споживання організмом дитини кисню, що веде до кисневої та дихальної недостатності. Діти з гіпотермією надто спокійні, вони не просять їсти, а це веде до зниження вмісту глюкози в крові, що може викликати судом та серйозні неврологічні ускладнення. Гіпотермія збільшує ризик розвитку інфекцій та інших порушень здоров'я.

Якщо температура у немовляти знижується до 36,0^o-36,4^oC - це вже холодний стрес. Мати є найкращим джерелом

тепла для своєї дитини. Немовля повинно бути зігріте, перебувати в теплій кімнаті і якомога частіше бути в тісному контакті з мамою.

Необхідно відмовитись від сповивання дитини. Нормальна температура новонародженого 36,5^o-37,5^oC. Дитина має бути одягнена в вільний, м'який та зручний одяг. Доведено, що діти, яких пеленали в 4 рази частіше хворіють на гострі респіраторні захворювання, ніж діти, яких одягали в вільний одяг.

Материнське молоко. Початок грудного вигодовування в першу годину після пологів зміцнює єдність матері і дитини, обумовлює успішність грудного годування, «запускає» механізм вироблення молока організмом матері, а також є першою природною імунізацією. Молозиво є в молочних залозах матері вже на момент народження дитини. Воно містить цінні поживні речовини та антитіла, які захищають немовля від інфекцій.

Кожна жінка, яка виносила і народила дитину, може успішно вигодувати її своїм грудним молоком. Виключення з цього є унікальними випадками. Міф про нестачу грудного молока спричинений неправильними практиками. Але він існує і понині, оскільки є люди, які свідомо або не свідомо його підтримують.

Грудне молоко є найкращою природною їжею для дитини, якої не може замінити жодна найдорожча молочна суміш, щоб не було написаним на її упаковці. Грудне молоко краще засвоюється організмом дитини, ніж будь який інший продукт, його склад змінюється відповідно до потреб дитини, воно має не тільки харчові, але і захисні властивості. Вигодовування груддю сприяє не тільки здоров'ю, але і емоційному та інтелектуальному

розвитку дитини. Чим більше молока висмоктує малятко, тим більше його виробляється у матері.

Дитина повинна їсти і спати відповідно до особистого, тільки її властивого ритму, а не за приписаним режимом. Не змушуйте дитину вимагати годування плачем.

У дітей, які перебувають на грудному вигодовуванні:

- спостерігається краща реакція на вакцинацію;
- спостерігається більш якісний когнітивний і ментальний розвиток;
- спостерігається менше випадків карієсу й аномалій зубної оклюзії;
- краща гострота зору.

Жінки, які годують дітей грудьми, менш вразливі до:

- анемії;
- раку грудей;
- раку яєчників;
- розрідження кісткової тканини в старшому віці (остеопорозу);
- вагітності протягом виключно грудного вигодовування.

Дитина віком до шести місяців повинна отримувати тільки грудне молоко, немає фізіологічної потреби у введенні в її раціон додаткової рідини у вигляді води, чаїв (чорного, зеленого або трав'яного), соків, відварів тощо.

Якщо, за якихось причин, годування груддю неможливе, використовуйте тільки адаптовані дитячі суміші. Коров'яче, а особливо козяче молоко – це найгірший вибір харчування, оскільки організм дитини не здатен перетравлювати більшість складових цих продуктів.

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



Захист. Захистити дитину від інфекцій можна дотримуючись чистоти та гігієни. Особливо ретельно потрібно ставитись до миття рук, але найголовнішим та найнеобхіднішим захистом дитини від інфекцій є вакцинація. Відмова від вакцинації піддає дитину ризику небезпечних інфекцій, які можуть призвести до інвалідності або навіть смерті. Будь-яке щеплення в сотні разів безпечніше, ніж захворювання, від якого воно захищає. Не залишайте це питання тільки на відповідальність вашого лікаря або медичної сестри. Ви самі повинні знати коли і які самі щеплення має отримати дитина.

Батькам необхідно знати як запобігти «синдрому раптової смерті» дитини.

- новонароджений має спати на спині;
- у приміщенні, де перебуває дитина не можна палити;
- ліжечко має стояти далі від батареї опалення або інших нагрівальних приладів.

Батькам необхідно також знати про небезпечні симптоми, за яких негайно потрібно звернутися до лікаря:

- дитина відмовляється від їжі;
- дитина має утруднене дихання або хропе;

- дитина регулярно відригує їжу, особливо якщо це відбувається не одразу після їжі;
- дитина має температуру вищу 38⁰ або нижчу 36⁰;
- дитина раптово блідне або стає синюшого відтінку;
- дитина виявляє незвичну поведінку та плаче;
- у дитини судоми.

Догляд та розвиток

Найважливіше значення у догляді має те як батьки спілкуються з дитиною та між собою. Діти, позбавлені батьківського піклування, незважаючи на найкращий догляд та харчування переважно мають затримку в розвитку.

Відсутність любові та емоційної взаємодії на першому році життя може спричинити незворотні і невиправні дефекти у розвитку мозку дитини. Це відбувається тому, що на кожному віковому періоді розвиваються певні ділянки мозку: в 2-3 місяці - ділянка що відповідає за зір та слух, в 5-6 місяців - ділянка, що відповідає за пам'ять і так далі. І, якщо, до дитини ніхто не говорить, не посміхається, не реагує на її розпач, радість, та інші емоції, не показує їй іграшки, не співає пісень, не грає з нею – дитина позбавляється

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



зв'язку з навколишнім світом і людьми, тобто не має умов для розвитку. Ваша дитина має знати, як сильно ви її любите. Не давайте їй плакати на самоті, беріть дитину на руки, обіймайте її, притискайте до себе, дивіться їй в очі, говоріть до неї, посміхайтесь їй, співайте для неї.

Чому немовлята плачуть?

Немовлята завжди плачуть з певної причини і їх легко заспокоїти погодувавши, змінивши мокрий одяг, або просто пригорнувши до себе. Якщо дитина плаче більше 2,5 годин на добу, то причини можуть бути більш складними і їх необхідно визначити. Плачем дитина може показувати, що втомилася. Ви не «зіпсуєте» дитину, якщо будете брати її на руки, коли вона плаче.

Ситуація з кольками — зовсім інша справа. Тривалі періоди плачу спричинюються болем у животику. Дитина кричить голосно і довго, іноді кілька годин. Вона піднімає ніжки, червоніє, робить неспокійні рухи тілом, випускає газу, її важко заспокоїти. Часто ситуація погіршується ближче до кінця дня або ввечері. Кольки бувають у 10-15% дітей у віці близько трьох тижнів. Причиною кольків може бути активна робота кишечника або застій газів. Кольки не завдають фізичної шкоди.

Все що можна зробити – це полегшити дискомфорт дитини:

- промасажуйте дитині животик;
- пригорніть до себе;
- підіть з нею на вулицю – зміна навколишнього оточення може допомогти зняти напругу;
- увімкніть музику або поспівайте.



Розвиток дитини

Перші три роки життя є самими значущими в житті дитини. У цей період діти розвиваються найбільш інтенсивно: формуються розумові здібності, закладається фундамент особистості. Цей період - основа майбутнього здоров'я й соціального благополуччя. Діти від народження до трьох років краще розвиваються, якщо вони одержують належну любов, опіку, заохочення, прив'язаність і стимуляцію розумового розвитку разом з повноцінним харчуванням і адекватним медичним доглядом.

Догляд і увага, які одержує дитина протягом перших років життя, є запорукою її здорового розвитку. Догляд за дитиною не повинен обмежуватися гігієнічними маніпуляціями і годуванням. Це, насамперед, емоційні контакти, створення і зміцнення довіри та прив'язаності, стимулювання процесу пізнання. Дитину необхідно брати на руки, пестити, розмовляти з нею, чуйно реагувати на її сигнали. Дуже важливо, щоб з першої хвилини життя дитина нерозривно знаходилася з матір'ю. Атмосфера безпеки, передбачуваності, довіри критично необхідна для її розвитку.

80% розумових здібностей людини

зкладаються в перші три роки життя. Формування основ особистості теж відбувається в цей період. Жорстоке поводження, відсутність емоційної прив'язаності, поганий догляд і неповноцінне харчування в ці найважливіші роки життя ведуть до незворотніх затримок розвитку мозку, втрат фізичного і психічного здоров'я, деформації особистості.

Діти, позбавлені позитивної емоційної взаємодії в ранньому віці, надалі будуть мати проблеми в емоційній сфері. Якщо батьки виявляють чуйність і розуміння, дитина виросте більш врівноваженою і зможе легко адаптуватися в будь-якому соціальному середовищі: дитячому садку, школі, вищому навчальному закладі та на роботі, що незмінно приводить до кращої соціальної реалізації.

Дитина пізнає світ з моменту народження. Переміщаючись на руках дорослої людини, дитина має можливість бачити більше предметів, доторкатися до них, звіряти свої відчуття з емоціями і словами дорослого і у такий спосіб пізнавати світ і формувати своє ставлення до нього.

Ще задовго до того, як дитина вимовляє свої перші слова, її мозок уже активно розвиває здатність до мовного спілкування.

Пік активності ділянки мозку, відповідальної за розвиток мовлення, припадає на вік восьми місяців. Батькам потрібно читати, співати й розмовляти з дітьми від самого народження. Ці перші «розмови» сприяють розвитку мовлення і створюють мотивацію до навчання.

Не повинно бути ніяких відмінностей у питаннях харчування, догляду і пріоритетів розвитку хлопчиків і дівчаток.

Як розвиваються діти

У віці одного місяця	
Дитина повинна вміти:	<ul style="list-style-type: none">• повертати голову в напрямку звуку або світла;• стежити за рухом руки або іншого предмета, що рухається;• піднімати руку й доторкатися до рота, обличчя або тіла;• реагувати на знайомі звуки й голоси.
Поради батькам:	<ul style="list-style-type: none">• перший контакт матері і дитини «шкіра до шкіри» повинен початися відразу після пологів і тривати 2 години;• грудне вигодовування треба починати протягом першої години після пологів;• після пологів дитина повинна перебувати з матір'ю. Ніякі медичні маніпуляції не можуть бути проведені без дозволу матері і її присутності й ніякі медичні маніпуляції не є підставою для розлучення матері й дитини;• годуйте дитину винятково грудьми, коли вона цього хоче, й не уникайте нічних годувань;• коли тримаєте дитину вертикально, завжди підтримуйте її голівку;• часто беріть на руки й пестіть дитину;• навчіться робити масаж дитині;• спокійно, доброзичливо і обережно поведіться з дитиною, навіть якщо ви стомлені або засмучені;• якнайчастіше говоріть, читайте і співайте дитині;• необхідно знати, що в перші 2 доби після виписки з пологового будинку дитину повинен відвідати вдома лікар — педіатр, у два тижні - медсестра, а в 1 місяць дитину оглядають уже в поліклініці. Робить це лікар-педіатр.
Тривожні ознаки:	<ul style="list-style-type: none">• слабке смоктання або відмова від грудей;• слабкі рухи ніжок або ручок;• незначна або відсутня реакція на голосні звуки і яскраве світло;• плач без очевидної причини;• блювота і пронос.
У шестимісячному віці	
Дитина повинна вміти:	<ul style="list-style-type: none">• піднімати голівку і верхню частину тіла, лежачи на животику;• тягтися до предметів, які її цікавлять;• діставати й утримувати предмети;• перевертатися на обидва боки;• сидіти, на щось спираючись;
Поради батькам:	<ul style="list-style-type: none">• кладіть дитину на чисту, рівну безпечну поверхню, щоб вона могла вільно рухатися і діставати предмети;• кладіть і тримайте дитину так, щоб вона могла бачити, що відбувається навколо;

	<ul style="list-style-type: none"> • продовжуйте годувати дитину грудьми і починайте вводити інші продукти харчування; • розмовляйте, співайте і читайте дитині якнайчастіше; • відвідуйте лікаря — педіатра, медичну сестру або сімейного лікаря 1 раз на місяць протягом першого року життя із профілактичною метою.
Тривожні ознаки:	<ul style="list-style-type: none"> • обмеженість рухів у суглобах, млявість рухів; • постійні однотипні рухи головою (це може бути ознакою вушної інфекції; якщо її не лікувати, вона може послужити причиною глухоти); • обмежена або відсутня реакція на звуки і знайомі обличчя; • відмова від грудей; • відмова від нової їжі.
У віці одного року	
Дитина повинна вміти:	<ul style="list-style-type: none"> • сидіти без підтримки; • повзати на руках і колінах, підтягуватися і вставати; • робити кроки, тримаючись за опору; • намагатися повторювати звуки й слова, відповідаючи на прості питання; • насолоджуватися грою й плесканням у долоні; • повторювати жести і звуки, намагаючись привернути увагу; • брати дрібні предмети пальчиками; • тримати ложку й чашку, намагаючись їсти самостійно.
Поради батькам:	<ul style="list-style-type: none"> • показуйте дитині різні предмети, називаючи їх; • говоріть і грайтеся з дитиною якомога частіше; • використовуйте час прийому їжі, щоб поспілкуватися з усіма членами родини; • не залишайте дитину одну або в одному положенні надовго; • зробіть приміщення по можливості безпечним, щоб запобігти травмам і нещасним випадкам; • продовжуйте годувати грудьми і стежити за тим, щоб дитина одержувала достатню кількість різноманітного додаткового харчування; • допомагайте дитині у її спробах їсти самостійно; • простежте за тим, щоб дитині було зроблено всі необхідні щеплення; • простежте, щоб у раціоні дитини в необхідній кількості були присутні критично важливі для її розвитку харчові речовини (залізо, йод, цинк) і вітаміни; • постарайтеся перестати використовувати одноразові підгузки й привчайте дитину контролювати свої фізіологічні потреби; • обов'язково відвідуйте лікаря — педіатра, медичну сестру або сімейного лікаря 1 раз на три місяці із профілактичною метою.
Тривожні ознаки:	<ul style="list-style-type: none"> • дитина не вимовляє ніяких звуків; • дитина не дивиться на предмети, які рухаються; • дитина поводить себе апатично; • у дитини поганий апетит або вона відмовляється від їжі.



Іграшка - предмет, який призначений для забави, але, одночасно, це засіб розвитку дитини. Гра допомагає дітям розширити свої знання і досвід, розвиває цікавість і впевненість.

Діти вчаться пізнавати нове, порівнюючи результати, ставлячи питання й стикаючись з проблемами. Гра розвиває мовні навички, мислення, здатність планувати, організовувати і приймати рішення.

Дуже важливо не стільки зайняти дитину грою, скільки гратись разом з нею, організовувати гру, ставити перед нею прості завдання з чіткими інструкціями, пропонуючи зробити щось нове і при цьому не домінуючи у грі. Важливо уважно стежити за дитиною під час гри, розвивати її ідеї та пропозиції.

За допомогою гри діти освоюють соціальні ролі. Спостерігаючи за людьми навколо, вони імітують їхню поведінку.

Дітям подобається грати різні ролі, імітувати різних людей, мінятися ролями з дорослими. Потрібно заохочувати таку поведінку, оскільки вона допомагає їм зрозуміти і прийняти поведінку інших людей.

Батьки повинні знати показники нормального розвитку дитини, оскільки

фізичний і психомоторний розвиток у всіх дітей відбувається однаково і відхилення від них може свідчити про наявність захворювань.

2.7. ТЕМА «ПРАВО ТА ПОБУТ»

Право

Акти цивільного стану реєструються у державних відділах реєстрації актів цивільного стану районних, районних у містах, міських (міст обласного значення) управлінь юстиції, у виконавчих органах сільських, селищних, міських (крім міст обласного значення) рад. Інформація, яка міститься в акті цивільного стану, є конфіденційною, має обмежений доступ і розголошенню не підлягає.

Заявник повинен бути ознайомлений з даними, унесеними до актового запису, який засвідчується печаткою і підписом керівника органу реєстрації актів цивільного стану та посадової особи, яка провела реєстрацію акта цивільного стану.

На підставі вчиненого актового запису цивільного стану в повній відповідності до нього видається свідоцтво.

Виконавчі органи сільських, селищних, міських (крім міст обласного значення) рад проводять реєстрацію народження з одночасним визначенням походженням дитини.

Реєстрація народження дитини проводиться за місцем народження дитини або за місце проживання її батьків чи одного з них за їх усною чи письмовою заявою, а в разі хвороби, смерті батьків або інших причин неможливості зареєструвати народження - за заявою родичів, інших осіб, уповноваженого

представника закладу охорони здоров'я, у якому народилася дитина або в якому на цей час перебуває.

Якщо батьки дитини не перебувають у шлюбі, то народження дитини може бути зареєстроване за місцем проживання особи, яка визнає себе батьком дитини, якщо із заявою про реєстрацію народження ця особа одночасно подає заяву про визнання батьківства.

Державний орган реєстрації актів цивільного стану не вправі відмовити в реєстрації народження, мотивуючи відмову доцільністю провести її в іншому державному органі реєстрації актів цивільного стану.

Для реєстрації народження потрібні:

- медична довідка, яка заповнюється лікарем – педіатром, під наглядом якого перебуває новонароджений, і засвідчується підписом керівника лікувального закладу та печаткою;
- паспорти або інші документи, що посвідчують особи батьків (одного із них). Якщо документ, який посвідчує особу одного з батьків, з поважних причин не може бути пред'явлений, то орган реєстрації актів цивільного стану не вправі відмовити в реєстрації народження дитини. Відомості про другого з батьків у цьому разі зазначаються на підставі свідоцтва про шлюб. Дані про громадянство в актовому записі про народження та свідоцтві не заповнюються;
- документ, який є підставою для внесення відомостей про батька дитини (свідоцтво про шлюб, заява матері, спільна заява матері та батька дитини, заява батька про визнання батьківства). За відсутності свідоцтва про шлюб підтвердження зареєстрованого

шлюбу може бути відмітка про його реєстрацію в паспортах або паспортних документах матері та батька дитини.

Документи, складені іноземною мовою, подаються для реєстрації актів цивільного стану разом з їх перекладами на українську мову, засвідченими в установленому порядку.

Особи, які не досягли 16 років, пред'являють свідоцтво про народження та довідку з місця проживання.

У разі народження дитини поза закладом охорони здоров'я і без надання медичної допомоги при пологах, реєстрація народження проводиться при пред'явленні: медичного свідоцтва про народження. У виняткових випадках у разі народження дитини вдома чи в іншому місці без надання медичної допомоги факт і час її народження підтверджуються підписами двох свідків, присутніх при пологах, а також медичною довідкою про перебування дитини під наглядом лікувального закладу.

Медична довідка заповнюється лікарем – педіатром, під наглядом якого перебуває новонароджений, і засвідчується підписом керівника лікувального закладу та печаткою.

При неможливості свідків з'явитися до органів реєстрації актів цивільного стану справжність підписів під письмовим підтвердженням факту народження дитини даною жінкою повинен бути засвідчений нотаріусом, керівником відділу реєстрації актів цивільного стану за місцем проживання або уповноваженим представником підприємства, установи, організації, у якій працює або навчається зазначена особа. Якщо ж ця особа перебуває на

лікуванні в стаціонарному лікувально – профілактичному закладі, справжність її підпису засвідчується адміністрацією цього закладу.

Якщо дитина народилася під час перебування матері на морському, річковому, повітряному судні, у потязі або в іншому транспортному засобі, то реєстрація народження проводиться за місцем проживання батьків (одного з батьків). Місцем народження зазначається місце проживання батьків. Підставою для реєстрації народження може бути акт, складений посадовими особами (капітаном судна, командиром, начальником потягу) іншого транспортного засобу за участю двох свідків і лікаря або фельдшера (якщо лікар або фельдшер були на транспортному засобі). У разі відсутності лікаря або фельдшера реєстрація народження проводиться на підставі вказаного акта та медичної довідки про перебування дитини під наглядом лікувального закладу. Ці документи подаються до органу реєстрації актів цивільного стану, де реєструється народження.

Допомога при народженні дитини призначається за умови, якщо звернення за її призначенням надійшло не пізніше ніж через шість місяців з дня народження дитини, а у разі усиновлення дитини – не пізніше ніж через шість місяців з дня набрання чинності рішенням суду про усиновлення.

Одноразова допомога надається одному з батьків (усиновителю, опікуну). Якщо хтось із батьків працює, то отримує допомогу лише один із працюючих батьків – чоловік або дружина.

Для призначення допомоги необхідно подати такі документи:

- довідку про склад сім'ї;
- копію свідоцтва про народження дитини;
- довідку відділу РАГС для призначення одноразової допомоги при народженні дитини;
- довідку з місця роботи заявника, де вказано, що підприємство є платником податку у фонд соціального страхування та копію наказу про надання відпустки для догляду за дитиною до досягнення нею трирічного віку – для працюючих мам;
- копію ідентифікаційного коду;
- номер рахунка в банку, на який будуть перераховуватись соціальні виплати (крім номера зарплатної картки).

Виплата допомоги припиняється в таких випадках:

- позбавлення отримувача допомоги батьківських прав;
- відмови отримувача допомоги від виховання дитини;
- нецільового використання коштів і незабезпечення отримувачем допомоги належних умов для повноцінного утримання та виховання дитини;
- перебування отримувача допомоги у місцях позбавлення волі за рішенням суду;
- настання інших обставин, передбачених законодавством.

Згідно ст.51 Конституції України шлюб ґрунтується на вільній згоді жінки і чоловіка. Кожен із подружжя має рівні права і обов'язки у шлюбі і сім'ї.

Батьки зобов'язані утримувати дітей до їх повноліття. Повнолітні діти зобов'язані піклуватися про своїх непрацездатних батьків (ст.51 Конституції).

Сім'я, дитинство, материнство і

батьківство охороняються державою.

1. Чоловік має право на батьківство.
2. Відмова дружини від народження дитини або нездатність її до народження дитини може бути причиною розірвання шлюбу.

Позбавлення чоловіка можливості здійснення репродуктивної функції у зв'язку з виконання ним конституційних, службових, трудових обов'язків або в результаті протиправної поведінки щодо цього є підставою для відшкодування завданої йому моральної шкоди (ст. 50 Кодексу).

Діти рівні у своїх правах незалежно від походження, а також від того, народженні вони у шлюбі чи поза ним (ст. 52 Конституції).

Будь – яке насильство над дитиною та її експлуатація переслідується законом (ст. 52 Конституції).

1. Якщо мати та батько дитини не перебувають у шлюбі між собою, походження дитини від матері визначається на підставі документа закладу охорони здоров'я про народження дитини.

2. Якщо мати та батько дитини не перебувають у шлюбі між собою, походження дитини від батька визначається:

- за заявою матері та батька дитини;
- за заявою чоловіка, який вважає себе батьком;
- за рішенням суду (ст. 125 Кодексу).

Побут

В наш час перебування мами та малюка в пологовому будинку при нормальному стані їх здоров'я скоротилося до трьох

днів. Це дуже короткий термін. Особливою турботою батька стає створення комфортних умов для дитини.

Приміщення, де буде жити малюк, має бути світлим, добре провітрюватися, затишним, без зайвих меблів, килимів і т.д., що дозволить легко утримувати його в чистоті. В кімнаті бажано підтримувати температуру повітря 22° С, а при купанні дитини - 22° – 24° С. Треба боятися протягів, не вмикати кондиціонер в цій кімнаті.

Слухачам Тато – школи корисно задати домашнє завдання, у якому вони мають зробити наступне:

- намалювати схему кімнати, де після пологів буде проживати малюк;
- «облаштувати» кімнату тільки необхідними предметами і речами;
- провести «захист» свого плану з точки зору зручності, доступності, практичності та потрібності кожного предмету (час – до 10 хв);
- загальна аудиторія інших учасників вносить свої пропозиції, зауваження та, таким чином, покращує запропонований план облаштування кімнати для дитини.

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



Це домашнє завдання допомагає максимально ефективно продумати облаштування дитячої кімнати і не зробити при цьому багатьох помилок, які заважають зробити це приміщення найбільш комфортним для всіх членів родини в будь – який час доби.

Ще одне завдання для роботи в групі, яке виконується під контролем тренера з батьківським досвідом, є завдання по формуванню списку речей, необхідних для догляду за дитиною та її розвитку.

Тренер роздає учасникам листи паперу, на яких наведено перелік різних речей, в тому числі і першочергово необхідних для догляду за дитиною. З цього списку потрібно відокремити ці необхідні речі для догляду за дитиною (коляска, ванночка, термометр для води, повітряний термометр і т.д.). Після складання такого списку починається обговорення «технічних характеристик» кожного об'єкту, практичність, співвідношення ціна – якість та інше.

Які іграшки потрібні дитині до шести місяців: безпечні яскраві контрастні іграшки, що миються, і від яких не можна відкусити або відірвати маленькі деталі, дзвіночки з різного матеріалу, коротунчики, брязкальця, звукові або музичні іграшки, металеві чашки, дерев'яні ложки.

Які іграшки потрібні дитині від шести місяців до року: картонні книжки, лялька, пірамідка з великими та дрібними кільцями, фігурки тварин, машинка середніх розмірів зі шнурочком, іграшковий металофон, іграшковий телефон, коробочки різних розмірів, кольорів і форм із кришками, дрібні предмети, відерце, набір пластмасового посуду.

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEH



Які іграшки потрібні дитині від одного року до трьох років: олівці, фломастери, різні за кольором та величиною набори кубиків; набори форм, які вставляються одна в одну; м'які ляльки та іграшки, книжки з малюнками і короткими віршами для дітей; іграшки, які складаються із двох – трьох частин; парні малюнки або дитяче лото, набір для нанизування та шнурування, пластилін, пазли, фігурки тварин, іграшковий транспорт, ляльки для театру.

Важливість правильного і здорового харчування всієї сім'ї в цей період важко переоцінити. На жаль, для більшості чоловіків кулінарна підготовка - взагалі щось з площини маловідомого. Під час учбових візитів до шведських колег українські чоловіки відвідували практичні заняття з кулінарії. Вони проходили в кабінеті кулінарії звичайної початкової середньої школи і базувалися на наробках навчального курсу з кулінарії для школярів.

Виправити ситуацію у нас допомагають Тато – школи. Кулінарні курси для чоловіків на базах кулінарних училищ (або в інших пристосованих місцях) допомагають чоловікам зробити харчування своїх родин здоровим, збалансованим і корисним. Професійну підготовку з учасниками груп проводять фахівці з профільних навчальних закладів, з якими попередньо було підписано договори про співпрацю.

ДОДАТКИ

Контактна інформація

НГО «ОЛЕГ»

Адреса для листування: а/с 3022
м. Вінниця – 27, 21027

Координатор мережі Тато – шкіл
Марценюк Володимир Анатолійович
консультант консалтингової компанії
«СПРАНГБРАДАН» (Швеція),
голова НГО «ОЛЕГ»
тел. +38 (067) 430-15-88
vlamar63@mail.ru

Заступник координатора мережі Тато –
шкіл
Мотигін Володимир В'ячеславович
експерт – консультант з гендерних
питань, заст. голови НГО «ОЛЕГ»
тел. +38 (067) 397-66-99
motygin@svitonline.com

НГО «Гендерний Центр»
4, вул. Прохорова
м. Зіньків,
Полтавська обл.,
38100

НГО «Добровеличківський чоловічий
гендерний центр»
33, вул. Петровського,
с.м.т. Добровеличківка,
Кіровоградська обл.

НГО «Адаптаційний Чоловічий Центр»
3, вул. Князя Острозького,
м. Тернопіль,
46000

НГО «Центр «Рівні можливості»
54/70, вул. Наукова,
м. Львів,
79000

НГО «Центр громадських ініціатив»
4/5, вул. Чорновола
м. Косів
Івано – Франківська обл.,
78600

НГО «Школа батьківської компетентності
«Станіславський Тато»
132, вул. Коновальця,
м. Івано–Франківськ,
76000

НГО «ТатКо»
38, вул. Велика Бердичівська,
м. Житомир,
10008

Швеція
м. Стокгольм
Консалтингова компанія
«SPRANGBRADAN»
UTVECKLINGSKONSULTER AB, SVERIGE
контактна особа:
Bonnie Bernstrom
bonnie@springboard.se

м. Орншольдсвік
«MansCentrum»
контактна особа:
Sune Westberg
sune.westberg@ornskoldsvik.se

Корисні Інтернет-ресурси

Міжнародне співробітництво

Шведська Агенція з міжнародного розвитку і співробітництва (SIDA)
www.sida.se/English

Дитячий Фонд ООН (UNICEF)
www.unicef.org.ua

Фонд Народонаселення ООН (UNFPA)
www.unfpa.org.ua

Програма розвитку ООН (UNDP)
www.undp.org.ua

Всесвітня організація охорони здоров'я (WHO)
www.who.int

Світовий банк
www.worldbank.org.ua

Агентство США з міжнародного розвитку
<http://ukraine.usaid.gov/ukr>

Проект «Здоров'я матері та дитини» JSI/AED/USAID.
<http://www.mihp.com.ua/index.html>

Швейцарське агентство з розвитку та співробітництва
<http://www.deza.admin.ch/en>

Українсько-Швейцарська Програма «Здоров'я матері та дитини»
<http://www.motherandchild.org.ua/home>

Розширена Ініціатива «Лікарня, доброзичлива до дитини» та
Дружні до молоді медико-соціальні послуги
<http://www.ohmatdet-center.org.ua>

Розвиток дитини

The UCLA Center for Healthier Children, Families & Communities
www.healthychild.ucla.edu

Centre of Excellence for Early Childhood Development (CEECD)
www.excellence-earlychildhood.ca

ZERO TO THREE
www.zerotothree.org

Соціальне замовлення в Україні
<http://soczakaz.org.ua/>

СПРАВА СПРАВЖНІХ ЧОЛОВІКІВ

© UNICEF / Ukraine / 2009 / OLEN



У пологовому відділенні Житомирського обласного центру матері й дитини розгублено-зняковілий, але щасливий чоловік лежить із двійнею немовлят на грудях. Хлопчик та дівчинка народилися шляхом кесарського розтину, тому поки з їхньою мамою працюють лікарі, саме тато має обійняти малюків.

«Це не мода, а науково обґрунтована потреба, – пояснює керівник програми ЮНІСЕФ «Здоров'я та розвиток дитини» Олена Шерстюк. – По-перше, батько зігріває дитину теплом свого тіла, оскільки малюк ще не здатен до самостійної терморегуляції. По-друге – запускаються механізми імунної системи. Через контакт шкіри до шкіри дитина отримує не агресивну лікарняну, а «домашню» інфекцію, проти якої в неї вже є антитіла.»

«По-третє і найважливіше – закладаються основи психічного здоров'я, дитина відчуває, що світ, в який вона прийшла, дружній, люблячий, теплий, чує биття серця свого батька. Якщо мати з якихось причин не може взяти дитинку на груди після народження, то це має зробити тато. Не бабуся, не сестра, а саме тато», додає Олена Шерстюк.

80% пологів, що приймають у Житомирському обласному центрі матері й дитини, – партнерські. Жінки самі обирають, кого з близьких людей вони хочуть бачити поруч із собою у відповідальні години, і зазвичай моральну та фізичну підтримку їм надають саме їхні чоловіки.

У цьому провідному медичному закладі допомагають жителям територій, постраждалих внаслідок Чорнобильської катастрофи. Згідно з дослідженням, яке Дитячий фонд ООН провів на цих територіях, знання чоловіків із більшості медичних питань, пов'язаних із вагітністю, здоров'ям матері та дитини, на 20% нижчі, ніж знання жінок. Схожу картину можна спостерігати і в інших куточках України. Але оскільки «чорнобильські» регіони є однією із зон особливої соціально-економічної та відповідно медичної вразливості, ЮНІСЕФ розпочав роботу зі створення на цих територіях мережі тато-шкіл.

Тато-школи – це безкоштовні освітні центри, де чоловіки роз'яснюють чоловікам, як це воно, бути дбайливим, освіченим, відповідальним батьком. Розповідають про те, що відбувається із жінкою від час вагітності та пологів, а також про партнерські пологи. Тут навчають методів ненасильницького вирішення родинних конфліктів, основ приготування їжі для малюків, пояснюють, як зареєструвати дитину та отримати на неї державну допомогу тощо.

Перша тато-школа в Житомирі пройшла процес офіційної реєстрації наприкінці березня. Робота щодо створення цих закладів зараз триває у Новгород-Волинському, Бердичеві, Ємельчині, Овручі й Коростені. «Якби десять років тому мені і моїм друзям сказали, що ми будемо займатися цією справою, ми би просто посміялися, – розповідає засновник руху зі створення тато-шкіл, керівник Українсько-шведського проекту OLEN Володимир Марценюк. – Ми були звичайними нормальними мужиками, які категорично не сприймали насилля

і розуміли, що щось треба змінювати в суспільстві. Нам не подобалися хибні авторитети: уявлення про те, що 25-річний голомозий ублюдок на мерседесі – успішний нормальний пацан, а батько родини, який силу-силенну років пропрацював на одному підприємстві – лох».

Інженер за фахом, господар сільськогосподарської фірми та батько 12-річної дочки, пан Володимир починав свою громадську діяльність у себе на Вінничині зі створення кризових центрів для чоловіків. Не алкоголіків і наркоманів, а для тих, хто тимчасово потрапив у тяжку життєву ситуацію: переживає розлучення, був звільнений із роботи, втратив контакт із дітьми тощо.

«Ми дуже хотіли відкрити тато-школу – із використанням багаторічного досвіду роботи таких закладів у Швеції, – розповідає Володимир Марценюк. – Спершу нам всі казали, що ідея провальна, мовляв, шведи багаті, їм нема чого робити, а наші мужики зовсім інші. Але ми на власному досвіді – допомагаючи відкривати тато-школи у Киргизстані, Казахстані, Литві, – переконалися: чоловіки однакові в усьому світі».

Стандартна тривалість курсу в тато-школах – шість занять по дві години кожне. «Але з 2004 року, відколи ми розбудовуємо нашу мережу, жодного разу заняття не тривало менше п'яти годин, – усміхається пан Володимир. – І ніколи курс не обмежувався шістьма заняттями. У Вінниці ми навіть уклали договір із місцевим кулінарним училищем, і на його базі з його спеціалістами проводимо спеціальні заняття».

Запитання, яке найчастіше ставлять слухачі тато-шкіл: «Коли можна вступати в статевий зв'язок після пологів?» «Я скоро просто банери на цю тему зроблю і всюди розвішу», – сміється пан Володимир. Найбільший інтерес слухачів викликають медична і фінансово-юридична частина програми. «На жаль, ґендерна проблематика для України ще нова. Але після першого заняття чоловіки починають розуміти, що ґендер – це не лайка», – розповідає лідер тато-руху.

Він згадує хлопця-тракториста із Івано-Франківської області: «Цей дуже релігійний чоловік вихований у консервативних традиціях прийшов у тато-школу з думкою про те, що все має бути за Біблією. І вважав, що «жена да убоится мужа своего» – це основний принцип родинних взаємин. Коли ж він прослухав повний курс і потім прийшов на наступну групу,

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



то приніс із собою списаний зошит і всім доводив, що насправді все зовсім не так, як багато хто звик інтерпретувати цю біблійну настанову».

* * *

Спільна програма ЮНІСЕФ та українсько-шведського проекту OLEH зі створення мережі тато-шкіл у Житомирській області із подальшим поширенням на всі території, постраждалі від аварії на ЧАЕС, розпочалася у вересні 2008 р. Спільними зусиллями тато-школи також було засновано в Івано-Франківській області, зараз триває аналогічна робота на Донеччині. Перша в Україні тато-школа виникла на Вінничині, а зараз мережа вже працює у десяти областях.

ДЕ «КУЮТЬ» СПРАВЖНІХ БАТЬКІВ

Будете сміятися: про те, як саме сьогодні на громадській ниві працюють знайомі чоловіки з Вінниці, довідалася в... Казахстані. Разом із ними потрапила туди на Міжнародний гендерний ярмарок «Канатти Айель». Там і відвідала семінари, які проводили вінничани.

Спочатку було так. Почувши про їхню діяльність, шукала нагоди познайомитися з ними. Відомо: на ловця і звір іде. І ось на одному із занять для... чоловіків на Першому українському ярмарку гендерних проектів «Арка» (Київ, 2001) опинилася поряд із Володимиром Марценюком. Тоді він із колегами створили недержавну організацію «ОЛЕГ». Нині працюють у рамках гендерного українсько-шведського проекту «ОЛЕГ».

© UNICEF / Ukraine / 2009 / L.Buriy



Це чоловіче ім'я — своєрідні позивні, на які відгукуються прогресивні (тепер модно казати просунуті) чоловіки не лише із Вінниці, але й із Кіровограда, Тернопільщини, Львівщини та Зінькова на Полтавщині. Мало того: вінничани власний досвід, помножений на вишкіл у Швеції, вже експортують! Тобто зорганізують і навчають чоловіків із Казахстану, Киргистану, Молдови та Литви. Досвідом «ОЛЕГа» зацікавилися також у Росії, Грузії та Білорусі.

Про що, власне, мова? Група небайдужих чоловіків із України мала змогу побувати у Швеції, де намагаються по-новому розв'язати проблеми сучасної сім'ї. Те, що сам інститут родини в усьому світі переживає кризу, відомо. А шляхи виходу з неї найінтенсивніше шукають саме шведи. У північній країні і пройшли українські чоловіки своєрідну школу — ряд семінарів і тренінгів, досвід яких наклався на їхні попередні напрацювання. Наші реалії, звісно, потребують відповідних коректив. Втім, Володимир Марценюк, керівник проекту «ОЛЕГ», ніби випереджаючи скепсис чоловіків, які вперше приходять на відповідні заняття, усміхаючись, так і каже: «Українські чоловіки, почувши про наші «Тато-школи», махають рукою: мовляв, наші звичаї зовсім інші, українські чоловіки — особливі...»

Всі чоловіки, незалежно від національності й традицій, стверджує Володимир, гадають, що вони — особливі, і їх не переконати в потребі новацій.

Які ж це новації? Що за «Тато-школи»?

Це навчання, як стати справжнім, не лише біологічним, батьком своєї дитини. Кожен із чоловіків, особливо вперше стаючи батьком, переживає власні страхи

й недосвідченість наодинці. А вінничани — тренери Олександр Кулик і Возняк, Анатолій Фесун, Руслан Анфілов, Володимири Марценюк та Мотигін — пропонують обговорювати проблеми з тими, хто перебуває у подібній ситуації і тих, хто знає, як їх подолати.

Питання не з простих: сексуальне життя у період вагітності дружини та після пологів, яка роль батька у перші місяці життя дитини, як налагодити стосунки в сім'ї після її поповнення? Що робити чоловікові, коли він ревнує дружину... до власної дитини? Та ще ціла низка запитань, які чоловіки не звикли обговорювати за пивом. Та й краще скористатися порадою фахівців, а не приятелів, що так само потерпають від незнання відповідей на актуальні проблеми. А вони і є — реальне щоденне життя.

Отож, роботу «Тато-шкіл», перша з яких постала саме у Вінниці, можна порівняти з роботою жіночих консультацій і центрами психологічної допомоги. А ще ж вивчають правові моменти. Головне — особистий досвід кожного з тренерів: тільки на власному прикладі долання упереджень, страхів та незнання можна викликати довіру в тих, хто прийшов на заняття «Тато-школи». Психологічний бар'єр новоприбулі мають таки значний: мовляв, нема чого показувати іншим слабину, я ж справжній чоловік і якимсь воно буде... Ось від такої псевдовпевненості нерідко й стаються прикрощі. Для екстреної підтримки в кризових ситуаціях вінничани, за прикладом шведів, заснували Men's SOS, тобто невідкладну допомогу. Члени чоловічого центру чергують цілодобово і за потреби реагують негайно: для цього є своєрідний телефон довіри.

А ще ж є «Веселі суботи», коли батьки і діти збираються вихідного дня разом і разом — таки готують їжу чи влаштовують інтелектуальні або спортивні змагання. Тут уже, як мовиться, хто на що здатен: головне — разом.

Довідалася, що з ініціативи України та Швеції в кінці минулого року створено Міжнародну чоловічу мережу, за допомогою якої відповідні організації чоловіків обмінюються інформацією та напрацюваннями, проводять форуми. Мене тішить такий рух чоловіків: у ньому вбачаю перспективу порятунку сім'ї, демократичний шлях її розвитку. Материнство і батьківство — дві сторони однієї медалі. Скільки яскравих емоцій та інтелектуальних узагальнень втрачають чоловіки, відгородивши себе від повноцінного батьківства! Аби повернути їх до неповторного досвіду, й працюють «ОЛЕГи».

Запам'яталося, коли під час знайомства з вінничанами я розсипала їм дифірамби, вони зупинили мене: «Ми — не ангели. Ми звичайні люди, які не приймають культ сили». Нині, впевнена, додали б, що наука батьківства наближає сім'ю до партнерства. А це і є один із реальних шляхів виходу родини з кризи у світі, який щодня змінюється. Зрештою, повноцінне батьківство — це справжнє людське щастя, чи не так?

*Людмила ТАРАН, журналістка
Київ-Алмати-Київ*

ЗАРЕЄСТРОВАНО

виконавчим комітетом
Вінницької міської Ради
Рішення № _____
« ____ » _____ 200 р.

ЗАТВЕРДЖЕНО

загальними зборами Вінницької
міської громадської організації «ОЛЕГ»
Протокол № 1 від «30» вересня 2004 р.

СТАТУТ
Вінницької міської
громадської організації
«ОЛЕГ»

1. НАЗВА ОБ'ЄДНАННЯ ГРОМАДЯН

1.1 Вінницька міська громадська організація «ОЛЕГ» (надалі – Організація) є добровільною неприбутковою громадською організацією, яка створена на основі єдності інтересів для спільної реалізації громадянами своїх прав і свобод. В своїй діяльності вона керуватиметься Конституцією України, законом України «Про об'єднання громадян» та цим Статутом.

1.2. Місцезнаходження організації: м. Вінниця , вул. Стельмаха, буд. 25, кв.11.

Основні засади організації

1.3. Діяльність поширюється на територію м. Вінниці.

1.4. Організація є самодіяльною, неурядовою, неприбутковою громадською організацією, яка покликана об'єднати зусилля активістів для здійснення діяльності, спрямованої на зменшення рівня насильства у суспільстві.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ

2.1 Основна мета діяльності Організації – об'єднання чоловіків з метою розвитку їх самосвідомості, зменшення рівня насильства та досягнення ґендерної рівності в суспільстві, задоволення та захист спільних інтересів членів організації.

2.2 Завдання Організації:

- 1) зміна стереотипів ґендерної поведінки у суспільстві;
- 2) усвідомлення чоловіками їх ролі у сучасній сім'ї та суспільстві;
- 3) привернення суспільної уваги до стану сімейного насилля в Україні;
- 4) вивчення світового досвіду, розробка та поширення ненасильницьких методів розв'язання конфліктів;

- 5) просвітницька діяльність, спрямована на підвищення рівня гендерної освіти населення України шляхом участі та проведення семінарів, конференцій, курсів, тренінгів та іншої діяльності;
- 6) сприяння впровадженню прогресивних технологій навчання у закладах середньої та вищої освіти, а також громадської освіти;
- 7) представництво інтересів своїх членів в судах та інших державних закладах або громадських організаціях;
- 8) організація масових заходів (зборів, мітингів, літніх таборів і т. ін.);
- 9) вивчення та впровадження світового досвіду у підвищенні громадської свідомості населення, сприянні і розвитку суспільства на шляху до демократичних і правових реформ, побудова громадянського суспільства;
- 10) професійно-психологічна адаптація чоловіків до життя в умовах ринкової економіки і демократичного суспільства, та їх матеріальна підтримка;
- 11) агітація та пропаганда здорового образу життя, здорових взаємовідносин у сім'ї;
- 12) допомога в організації сімейного дозвілля, правильного виховання дітей;
- 13) ідейна, організаційна та матеріальна підтримка інших об'єднань громадян, сприяння в їх організації та розвитку;
- 14) створення коаліцій, асоціацій та інших форм об'єднання з іншими громадськими організаціями України та інших країн;
- 15) розповсюдження інформації, пропагування своїх ідей та цілей;
- 16) підтримка екологічних проектів та програм;
- 17) здійснення необхідної господарської та іншої некомерційної діяльності шляхом створення госпрозрахункових установ і організацій з статусом юридичної особи, заснування підприємств, в порядку встановленому чинним законодавством України;
- 18) розвиток зв'язків з Українськими та закордонними громадськими організаціями, проведення спільних акцій, реалізація спільних проектів з Українськими та закордонними громадськими організаціями, приватними особами, підприємствами усіх форм власності та напрямків діяльності, які висловили бажання співпраці з Організацією.

3. УМОВИ І ПОРЯДОК ПРИЙОМУ В ЧЛЕНИ ГРОМАДСЬКОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ, ВИБУТТЯ З НЕЇ

- 3.1. Членство в Організації може бути індивідуальне та колективне.
- 3.2. Членом Організації можуть бути:
 - 1) особи, які досягли 16-ти років, виявили бажання і визнають Статут організації;
 - 2) колективні члени, якими можуть виступати громадські організації, колективи організацій, установ та підприємств.
- 3.3. Питання про членство вирішується правлінням Організації після подання письмової заяви.
- 3.4. Прийом колективних членів здійснюється на підставі заяви підписаної керівником організації та завіреної печаткою.
- 3.5. Виключенню підлягають члени Організації, які не виконують обов'язків р.4 і своїми

діями дискредитують цілі та ідеї Організації.

3.6. Членські внески, їх розмір та періодичність сплати є винятково добровільними, не мають мінімальної та максимальної межі і не залежать від рівня доходу членів організації.

4. ПРАВА І ОBOB'ЯЗКИ ЧЛЕНІВ ОРГАНІЗАЦІЇ

4.1. Члени Організації мають право:

- 1) обирати та бути обраним у Правління організації;
- 2) брати участь у діяльності інших громадських організаціях;
- 3) брати безвідплатну матеріальну та іншу допомогу від Організації;
- 4) пріоритетне право брати участь у програмах, що виконуються Організацією.

4.2. Члени Організації зобов'язані:

- 1) підтримувати Програмні документи та методи роботи організації;
- 2) пропагувати ідеї організації;
- 3) брати активну участь в діяльності організації на добровільних засадах;
- 4) сприяти своєю професійною діяльністю меті та завданням організації.

5. ПОРЯДОК СТВОРЕННЯ І ДІЯЛЬНОСТІ СТАТУТНИХ ОРГАНІВ ОРГАНІЗАЦІЇ

5.1. Вищим органом Організації є Загальні збори, що збираються один раз на три роки.

5.2. Між скликанням Загальних зборів керівництво Організацією здійснює Правління Організації, яке складається з трьох чоловік.

5.3. Голова Організації та члени Правління обираються на Загальних зборах строком на 3 роки.

5.4. Правління має право приймати рішення і виконувати функції керівництва, що відповідають положенням Статуту Організації.

5.5. У виняткових випадках Загальні збори можуть скликатися частіше за ініціативою Правління Організації.

5.6. Ревізійна комісія і її голова обираються на Загальних зборах.

5.7. Рішення приймаються Загальними зборами або Правлінням простою більшістю голосів від присутніх членів Організації.

5.8. До виключних прав Загальних зборів відносяться:

- 1) затвердження Статуту Організації;
- 2) затвердження змін і доповнень до Статуту;
- 3) обрання Голови, членів Правління та ревізійної комісії;
- 4) затвердження планів соціального розвитку та напрямків діяльності Організації;
- 5) заслуховування та затвердження звітів Правління.

5.9. Правління:

- 1) вирішує питання про членство в Організації;
- 2) затверджує кошторис витрат, визначає порядок використання коштів;
- 3) приймає рішення щодо скликання загальних зборів;
- 4) є розпорядником власності Організації згідно з рішенням загальних зборів;
- 5) розробляє і затверджує структуру підрозділів Організації та її штатний розпис;

6) організовує роботу щодо досягнення статутних цілей Організації;

7) керує фінансовою діяльністю Організації.

5.10. Голова правління:

1) представляє Організацію в органах влади та управління, в установах та організаціях України та за її межами;

2) скликає Правління Організації і головує на її засіданнях;

3) виступає від імені Організації;

4) є розпорядником коштами та майном на підставі рішення керівних органів Організації, підписує фінансові документи Організації;

5) підписує офіційні документи від імені Організації;

6) укладає договори від імені Організації з іншими юридичними та фізичними особами, веде службову переписку;

7) забезпечує виконання рішення Загальних зборів та Правління Організації.

5.11. Під час відсутності голови Організації його обов'язки виконує заступник голови Організації.

6. ДЖЕРЕЛА НАДХОДЖЕННЯ І ПОРЯДОК ВИКОРИСТАННЯ КОШТІВ ТА ІНШОГО МАЙНА ОРГАНІЗАЦІЇ, ПОРЯДОК ЗВІТНОСТІ, КОНТРОЛЮ, ЗДІЙСНЕННЯ ГОСПОДАРСЬКОЇ ТА ІНШОЇ НЕКОМЕРЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ, НЕОБХІДНОЇ ДЛЯ ВИКОНАННЯ СТАТУТНИХ ЗАВДАНЬ

6.1. Джерелом надходжень і формування майна є:

1) добровільні членські внески;

2) безвідплатні пожертви установ, організацій, іноземних фірм, громадян;

3) гранти Українських та міжнародних фондів та приватних осіб;

4) майно, передане членами Організації;

5) кошти від діяльності підприємств, створених Організацією.

6) інші джерела, не заборонені діючим Законодавством України.

6.2. Організація має право відкривати свій поточний, валютний та інші рахунки, мати печатку та штампи, набувати та володіти майном, вести фінансову діяльність, що відповідає напрямкам діяльності Організації.

6.3. Організація набуває право власності на кошти та інше майно, передане йому Засновниками, членами або державою, пожертвоване громадянами, підприємствами, установами та організаціями, а також на майно, придбане за рахунок власних коштів чи на інших підставах, не заборонених чинним законодавством України.

6.4. Майно Організації складає його основні фонди, обігові кошти, а також інші матеріальні цінності, що належить йому на правах колективної власності.

6.5. Організація створює цільові фонди у відповідності до діючого Законодавства і статутних цілей, і використовує їх незалежно.

6.6. Кошти, не використані у поточному році, переносяться на наступний рік та вилученню не підлягають.

6.7. Право власності реалізують Загальні збори Організації. Управління майном між Загальними зборами здійснює Правління, яке звітує перед Загальними зборами про фінансову діяльність. Збори приймають рішення рекомендаційного характеру про подальшу фінансову діяльність Організації.

6.8. Організація та створені нею установи зобов'язані вести оперативний бухгалтерський облік, статистичну звітність, реєструватись в органах державної податкової інспекції та вносити до бюджету платежі у порядку і розмірах, передбачених чинним законодавством України.

6.9. Для ведення оперативного та бухгалтерського обліку Організація може наймати бухгалтера та інших необхідних фахівців.

6.10. Організація має право наймати на постійну роботу або залучати на договірній основі фахівців, що необхідні для здійснення його Статутних цілей.

6.11. На Загальних зборах Організації Правління звітує про діяльність Організації. Для контролю фінансової діяльності Загальні збори обирають ревізійну комісію у складі 3 чоловік.

7. ПОРЯДОК ВНЕСЕННЯ ЗМІН І ДОПОВНЕНЬ ДО СТАТУТУ ОРГАНІЗАЦІЇ

7.1. Внесення змін і доповнень до статуту Організації приймається на Загальних зборах Організації простою більшістю голосів.

7.2. Про зміни, що сталися в статутних документах Організація повідомляє в 5-ти денний строк реєструючий орган.

7.3. Відповідно до змін чинного законодавства вносяться зміни та доповнення до статуту.

7.4. Зміни та доповнення до статуту набувають юридичної сили з моменту їх державної реєстрації.

8. ПОРЯДОК ПРИПИНЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ І ВИРІШЕННЯ МАЙНОВИХ ПИТАНЬ, ПОВ'ЯЗАНИХ З ЇЇ ЛІКВІДАЦІЄЮ

8.1. Ліквідація Організації проводиться за рішенням Загальних зборів, або за рішенням суду.

8.2. Реорганізація Організації проводиться за рішенням Загальних зборів.

8.3. При реорганізації вся сукупність прав та обов'язків переходить до правонаступників Організації.

8.4. При ліквідації Організації призначається ліквідаційна комісія, що приймає рішення про ліквідацію згідно з чинним законодавством України.

8.5. Кошти та інше майно Організації не може перерозподілятися між її членами і використовується виключно для виконання статутних завдань або на благодійні цілі, а у випадках, передбачених чинним законодавством України, за рішенням суду спрямовується в доход держави.

Регіональна благодійна організація «Центр Громадських Ініціатив»

**МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
щодо створення та функціонування
ТАТО-ШКОЛИ****ПОЛОЖЕННЯ
про Тато-школу при Центру Громадських Ініціатив**

Тато-школа - це неформальне об'єднання татів для проходження навчання, обговорення проблем та спілкування з метою підвищення ролі та відповідальності батька в житті дитини. Заходи в Тато-школі сприятимуть зміні стереотипів гендерної поведінки у родині та суспільстві. Просвітницька діяльність Тато-школи буде спрямована на підвищення рівня гендерної освіти чоловіків, привернення уваги до стану сімейного насильства, вивчення та впровадження найкращого світового досвіду в цій галузі. Тато-школа в Косові своїм завданням також ставить створення мережі Тато-шкіл в районі, включаючи сільські населені пункти. Для цього ініціативним групам чоловіків на місцях надаватиметься методична допомога.

Тато-школа – це перш за все консультаційно-освітній центр, який створюється з метою проведення освітньої, навчальної, консультативної, правової, медичної і громадської діяльності з батьками виходячи з гендерних відносин та необхідності усвідомлення ролі батька не тільки у вихованні дитини, а і у створенні міцної сім'ї.

I. Мета, завдання і напрямки діяльності Тато-школи

2.1. **Головною метою** діяльності Тато-школи є утвердження в суспільній свідомості демократичних принципів гендерної рівності, як однієї з засад дотримання прав людини в суспільстві і перш за все в родині, підвищення ролі батька в питаннях підготовки, народження, догляду та розвитку дитини.

2.2. Основні завдання діяльності Тато-школи:

- допомогти чоловікам зрозуміти основи гендерної рівності та демократичних відносин у родині та позбутися гендерних стереотипів;
- допомогти чоловікам зрозуміти важливість ролі батька в житті дитини;
- допомогти чоловікам зрозуміти і усвідомити концепцію прав дитини;
- підготувати батька до появи дитини в сім'ї та партнерських пологів
- підвищити рівень чоловічої компетентності у питаннях догляду та розвитку дитини молодшого віку;
- поширювати позитивний досвід роботи Тато-школи;

2.3. Для забезпечення основної мети Тато-школа здійснює такі основні напрямки роботи та діяльності:

освітньо-консультаційний (тренінги, семінари, заняття, круглі столи, дискусійні клуби);
рекреаційно-родинний (родинні свята, «день татуся», дозвілля, народні і релігійні свята);
спортивно-оздоровчий (чоловічий клуб, змагання, заняття, туризм, пізнання довкілля);
соціально-фінансовий (соціальна і фінансова захищеність, планування майбутнього добробуту дітей, каса взаємодопомоги).

II. Юридичний статус Тато-школи

3.1. Тато-школа є структурним підрозділом Регіональної благодійної організації «Центр громадських ініціатив».

3.2. Тато-школа у своїй діяльності керується діючим законодавством України, відповідними державними програмами та директивами в галузі охорони здоров'я, освіти, соціального захисту населення, програмами та директивними документами обласної і районної держадміністрацій, Статутом Центру громадських ініціатив і цим положенням.

III. Управління Тато-школою

3.1. Управління Тато-школою здійснює її координатор (менеджер).

3.2. Призначення і звільнення координатора Тато-школи здійснюється головою ради Центру громадських ініціатив за погодженням з радою організації, згідно з чинним законодавством.

3.3. Координатор Тато-школи самостійно вирішує питання діяльності Тато-школи за винятком тих, що віднесені до компетенції ради Центру громадських ініціатив та конкретної проектної діяльності.

3.4. Координатор Тато-школи:

- несе повну відповідальність за виконання Тато-школою своїх напрямків діяльності;
- діє від імені Тато-школи, представляє її в усіх установах, організаціях.

3.5. Обов'язки координатора Тато-школи:

- розробка у співпраці з іншими консультантами програми та графіків навчань для татів;
- відбір лідерів тато-груп, організація їхнього навчання, постійної перепідготовки, координація і моніторинг роботи лідерів;
- забезпечення сталого функціонування тато-школи за визначеними напрямками;
- складання технічних завдань для залучених консультантів;
- поширення інформації про Тато-школи;
- проведення аналізу потреб клієнтів і збір їх відгуків;
- ведення документації Тато-школи.

IV. Цільова аудиторія і робота Тато-школи

4.1. Цільовою аудиторією Тато-школи є чоловіки, які проживають у місті Косові і

населених пунктах району та мають дітей віком першого року життя або мають стати батьками.

4.2. Робота Тато-школи відбувається шляхом навчання чоловіків у одній з груп молодих татусів. У групі збирається в середньому від 5 до 15 чоловіків, які або готуються стати батьками, або нещодавно ними стали. З групою працює один з консультантів Тато-школи, чоловіків, що вже мають дітей.

4.3. Кожен чоловік, який є консультантом (лідером) Тато-школи, відповідає трьом основним вимогам: має власну дитину/дітей, має досвід позитивного батьківства, пройшов спеціалізоване навчання для консультантів Тато-школи.

4.4. Заняття з групою відбуваються 1 раз на тиждень та тривають в середньому 1,5 години. Всього під час навчання слухачі Тато-школи відвідують вісім занять відповідно до базової програми, викладеної в додатку 2.

4.5. По закінченні навчання кожен випускник Тато-школи отримує сертифікат Тато-школи про компетентне батьківство.

V. Ліквідація, реорганізація

5.1. Ліквідація і реорганізація Тато-школи здійснюється згідно наказу голови ради Центру громадських ініціатив за погодженням з радою організації.

Положення про Лідера Тато-Школи

1. Консультант (лідер) Тато-школи.

1.1. Консультантом (лідером) Тато-школи може бути чоловік (батько), який відповідає трьом основним вимогам: має власну дитину/ дітей, має досвід позитивного батьківства, пройшов спеціалізоване навчання для консультантів Тато-школи.

1.2. Консультант (лідер) Тато-школи безпосередньо підпорядковується менеджеру (керівнику) Тато-школи на базі Центру Громадських ініціатив.

1.3. Консультант (лідер) Тато-школи в своїй роботі керується існуючим законодавством, теоретичними і методичними матеріалами стосовно діяльності Тато-шкіл, Статутом Центру Громадських ініціатив посадовими інструкціями та цим Положенням.

1.4. Консультант (лідер) Тато-школи впроваджує пакет послуг і програми навчань та консультації для батьків щодо підготовки до зачаття, народження дитини, партнерських пологів, грудного вигодовування, догляду за новонародженим і харчуванням немовляти, фізичного та психомоторного розвитку дитини, догляду в цілях розвитку, дбайливого харчування, юридичних та гендерних аспектів батьківства, ранніх втручань, і так далі. Особливу увагу буде звернено на питання попередження травматизму дітей в сільській місцевості, роботу з вразливими родинами та родинами, що мають дітей з затримкою розвитку.

1.5. Консультант (лідер) Тато-школи підбирає та опрацьовує інформацію, аналітичні матеріали у відповідності з напрямками роботи Тато-школи з врахуванням регіональних традицій сімейного виховання.

1.6. Консультант (лідер) Тато-школи удосконалює свою професійну кваліфікацію на семінарах (тренінгах), в т.ч. міжнародних за напрямками роботи Центру.

1.7. Консультант (лідер) Тато-школи є відповідальним за неналежне виконання або

невиконання своїх посадових обов'язків, а також за невикористання або неповне використання своїх функціональних прав, що передбачені цим положенням.

2. Консультант (лідер) Тато-школи повинен знати:

2.1. Чинне законодавство про охорону здоров'я та нормативні документи основи права в медицині, освіті, трудове законодавство.

2.2. Соціально-демографічну характеристику Косівського району та показники стану здоров'я дитячого населення.

2.3. Питання координації організаційно-методичної та моніторингової роботи.

2.4. Низку міжнародних документів, які визначають глобальні та європейські стратегічні підходи до напрямків роботи Тато-школи: Конвенцію ООН про права дитини, Конвенцію щодо подолання всіх форм дискримінації по відношенню до жінок, Глобальну стратегію ВООЗ з вигодовування немовлят і дітей раннього віку, Глобальну стратегію ВООЗ в галузі раціону харчування, фізичної активності і здоров'я, Європейську стратегію ВООЗ з питань здоров'я і розвитку дітей, Міжнародне зведення правил, щодо збуту заміників грудного молока, Європейській план дій «Навколишнє середовище і здоров'я дітей», Європейська стратегія профілактики і боротьби з інфекційними захворюваннями, Європейській план дій щодо охорони психічного здоров'я.

Базова програма роботи Тато-школи

1.«До пологів». Роль батька під час вагітності майбутньої матері.

2. «Під час пологів». Міфи про пологи. Тато в пологах – ми за!

3. «Після пологів». Грудне вигодовування. Материнський смуток. Тривожні ознаки. Сексуальне життя.

4. «Розвиток дитини». Фізичний та психо-моторний розвиток, розвиток мозку, розвиток мовлення, догляд з метою розвитку. Міфи про те як «зіпсувати» дитину. Різниця між розвитком дитини раннього віку і раннім розвитком. Попередження травм. Перша допомога. Дитина з особливостями розвитку.

5. «Право і побут». Реєстрація народження дитини. Як отримати допомогу при народженні дитини? Оформлення відпустки по догляду за дитиною. Оформлення допомоги при народженні дитини. Батько у відпустці по догляду за дитиною. Українське законодавство про шлюб.

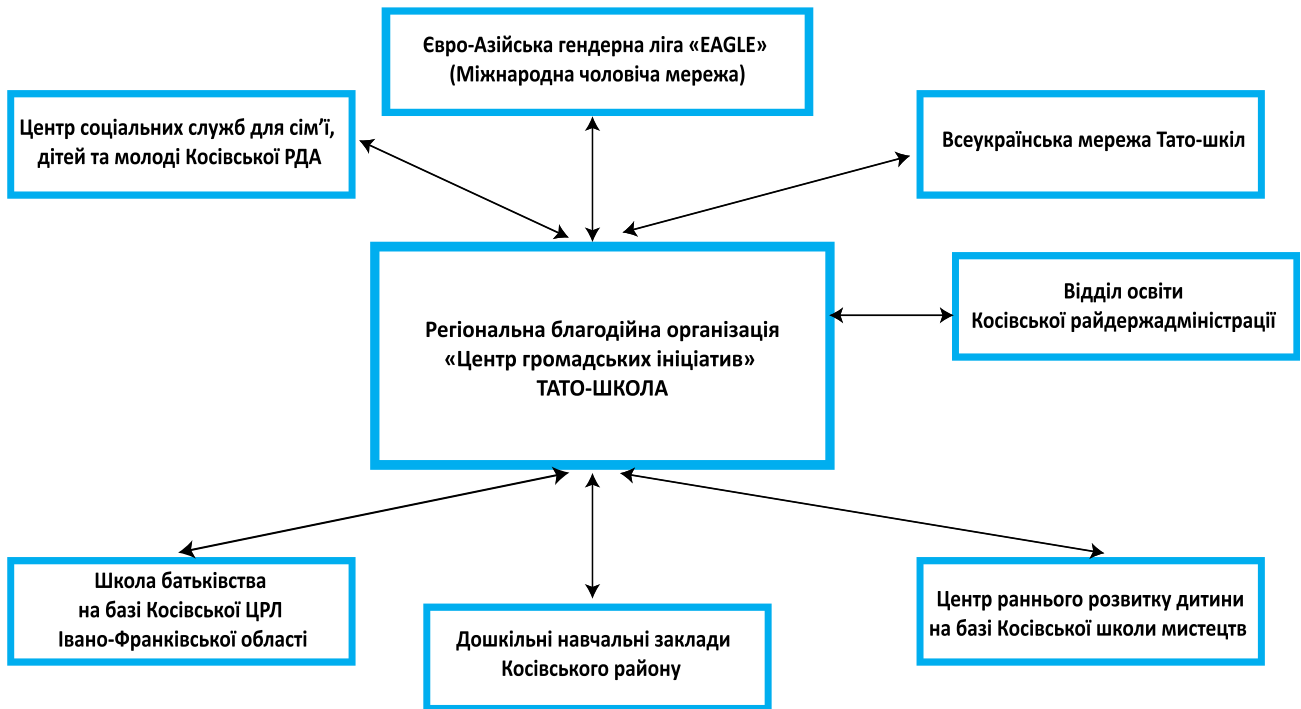
6. «Основи ґендера та ґендерної рівності». Чому ґендер – це новий прогресивний погляд на роль чоловіків та жінок в суспільстві та сім'ї. Три генерації (покоління наших батьків, наше та наших дітей: прогресивні зміни).

7. «Демократична та тоталітарна сім'я. Насильство в сім'ї та суспільстві. Методи ненасильницького вирішення конфліктів та захист дітей».

8. «Здоровий тато». Чоловікам, як подбати про власне фізичне і психічне здоров'я в період вагітності дружини, чи в час підготовки стати батьком.

9. «Впевненість у майбутньому дитини». Вирішення питань навчання, праці, одруження дітей через програми страхування.

Схема взаємодії Тато-школи при Центру Громадських Ініціатив



Література

1. Айовайн Віки. Беременность: советы подруг, или о чем не расскажет доктор/Пер. С англ. Е. Графской. - Вильнюс: Полина М.: 1997.
2. АКВА. Беседы с Игорем Чарковским. Рассказы о водных родах. - М.: Т-Око, 1992.
3. Акре Д. Кормление детей первого года жизни: физиологические основы// Приложение к т. 67, 1989; Бюлетень ВОЗ
4. Алипов В.И., Корхов В.В., Радзинский В.Е. Лактация женщины. - Ашхабад, 1988.
5. Аршавский И.А. Особенности лактации в связи с ранним и поздним началом кормления молоком матери.// Современные достижения физиологии и биохимии лактации. Л.: Наука, 1989.
6. Бабич Т.Ю. Досвід роботи центру із оцінки та сертифікації медичних закладів на звання «Лікарня, доброзичлива до дитини» в східному регіоні України / ький ін – т соціальних досліджень, 2002.
10. Бахаев В.В. Роткина И.Е., Луцик Л.А. Механизмы регуляции послеродовой лактации.// Акушерство и гинекология. - 1996. - №2.
11. Баверли Чалмерс. Беременность и родительский уход за ребенком. Рай или ад/ Пер. А. Решетова. - 2002. - Verev Ltd, Канада.
12. Белобородов С. Беременность и наркотики // Семейный доктор. - 2000. - №76. - Апрель.
13. Бойко В.В. Потребность в детях // Психология и психоанализ беременности // Под ред. Д.Я. Райгородского. - Самара, 2003.
14. Бондаровська В. Що ми можемо зробити, щоб запобігти домашньому насильству. – К.: «СДМ-Студіо», 1999, – 64 с.
15. Бопп Д., Березовецький Т., Пчеліна С., Горева О., Вахненко Т., «Практичний посібник для тренерів з розвитку громади». - ВПТ «Ай – бі» 2002.
16. Боровикова Н.В., Федоренко С.А., Мотивы сохранения беременности в условиях современной российской действительности // Материалы Всероссийской конференции Духовные ценности и российской молодежи. - Орел, 1997.
17. Брутман В.И., Панкратова М.Г. Ениколопов С.Н. Некоторые результаты обследования женщин, отказывающихся от своих новорожденных детей // Вопросы психологии. - 1994. - №5.
18. Брутман В.И., Радионова М.С. Формирование привязанности матери к ребенку в период беременности // Вопросы психологии. - 1997. - №7.
19. Бурейчак Т. Криза маскуліності в теоретичній та емпіричній перспективі // Збірник заповідей Міжнародної науково – практичної конференції «Гендерні теорії, гендерні практики: налагоджуючи мости» / Упорядн. О. Плахотнік, Л. Гусянова, Т. Ісаєва. - Х.: Райдер, 2008.

20. Винникот В.Д. Маленькие дети и их матери. - М.: Класс, 1998.
21. Витакер К. Полночные размышления семейного терапевта // Пер. С англ. Завалова М. И. - Класс, 1998.
22. Воронцов И.М., Фатеева Е.М., Хазенсон Л.Б. Естественное вскармливание детей. Его значение и поддержка. - Спб.: ИКФ «Фолиант», 1998.
23. Гендерний розвиток в Україні. Реалії і перспективи. - К. Програма Розвитку ООН, 2003.
24. Гендерні стереотипи та ставлення громадськості до гендерних проблем в українському суспільстві. - К.: Програма розвитку ООН, 2007.
25. Грачев И.И., Галанцев В.П. Физиология лактации: общая и сравнительная. - Л.: Наука, 1973.
26. Григорук Аделя. Основні принципи і засоби української етнопедагогіки та їх використання в родинному вихованні // На відстані слова.- Косів: Писаний камінь, 2008.
27. Дедов И.И., Мельниченко Г.А. Персистирующая галакторея – аенорея. - М.: Медицина, 1985.
28. Декларація ООН про подолання насильства щодо жінок. - Видання ООН, 1994.
29. Дик – Рид Г. Роды без страха. - М.: Столица – Принт, 2005.
30. Довлетсахатова Г.Р., Грибакин С.Г. Восстановление лактации у матерей после преждевременных родов// Вопр. охр. мат. и детства. - 1990. - №1.
31. Жилка Н., Іркіна Т., Стешенко В. Стан репродуктивного здоров'я в Україні (медико-демографічний огляд). - К.: МОЗУ, НАН: Інститут економіки, 2001.
32. Закон України «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків». - http://www.pension.kiev.ua/Ukr/Law_Base/NonFormatted/z-2866/html
33. Залучення оловіків до збереження здоров'я в Україні. Аналітичний звіт. - К.: Фонд народонаселення ООН/Міністерство України у справах сім'ї та молоді і спорту. 2006.
34. Игнатъева Т.А. Развитие ребенка: психологические, физические, интеллектуальные способности. - Ростов – на-Д.: Изд – во «Феникс», 2005.
35. Калашникова Ю.С. Роль батька в особистісному ставленні дівчини – підлітка: http://www.rusnauka.com/22_NIOBG_2007/Psihologia/25228.doc.htm
36. Кертис Глейд. Беременность – неделя за неделей. - Спб.: ИД Весь, 2003.
37. Козина Ж., Козин В. Рождение ребенка, 1998.
38. Комаровский Е.О. Здоровье ребенка и здравый смысл его родственников. Харьков: Фолио, 1999.
39. Кон І. Чоловіки, які змінюються у мінливому світі// І. - 2003. - №27.
40. Конституція України. - К., 1996.
41. Консультирование по грудному вскармливанию. Курс обучения (руководство для преподавателей). ВОЗ/ЮНИСЕФ, 1993, СН – 1211, Женева, 27.

- 42.Короткий посібник із грошової допомоги ЮНІСЕФ, Дитячий Фонд ООН, 2007.
- 43.Красикова И. Массаж и гимнастика для грудных детей. - Спб.: Питер, 2000.
- 44.Лавриненко Н.В. Гендерні відносини в родині. // Основи теорії гендеру: Навчальний посібник. - К.: «К.І.С.»,2004.
- 45.Лабойе Ф. За рождение без насилия // Пер. с. фр.; М.: Изд – во «Репринт», 1988.
- 46.Ледлофф Ж. Как вырастить ребенка счастливым: принцип преемственности. - М.: Генезис, 2003.
- 47.Лобанова Л.С. Жінки і чоловіки в системі демографічної реальності: стратегії подолання кризи// Гендерні стратегії сталого розвитку України/ За наук. Ред. Л.С. Лобанової. - К.: Фенікс, 2004.
- 48.Луценко О.А. Гендерна освіта й педагогіка // Основи теорії гендеру:Навчальний посібник. - К.: «К.А.С.», 2004.
- 49.Макмахон Алиса Т. Все о рождении ребенка. - М.: ФАИР – ПРЕСС, 2001.
- 50.Малярчук Н.І. Особливості післяпологової реабілітації породіль, що застосовують метод лактаційної аменореї: Автореф. дис. канд. мед. наук. - Одеса, 2000.
- 51.Мартынов В.Л., Ладодо Л.В. Гигиеническое обучение семьи в учреждениях родовспоможения и детства по вопросам поддержки и поощрения грудного вскармливания: Пособие для врачей. - М., 1998.
- 52.Маслоу А. Психология бытия. - К.: Ваклер, 1997.
- 53.Мельник Т.М. Гендер як наука та навчальна дисципліна // Основи теорії гендеру Навчальний посібник. К.: «К.А.С.», 2004.
- 54.Мельник Т.М. Гендер у політиці // Основи теорії гендеру Навчальний посібник. К.: «К.А.С.», 2004.
- 55.Мельник Т.М. Правові аспекти гендеру // Основи теорії гендеру Навчальний посібник. К.: «К.А.С.», 2004.
- 56.Мещерякова С.Ю. Психологическая готовность к материнству // Вопросы психологии. - 2000. - №5.
- 57.Митина О., Касперт А., Низовских Н. Идеология маскулинности в России: постановка проблемы и экспериментальное исследование // Общественные науки и современность. - 2003. - №2.
- 58.Муранивский В.Л. Интимные мышцы. - М.: АЩ «ЦИТП», 1994.
59. Муранивский В.Л. Развитие забытых мышц. - М.: АЩ «ЦИТП», 1994.
- 60.Мюллер И.П. Моя система для детей. - М.: СП «Интеграф Сервис», 1991.
- 61.Оден М. Возрожденные роды. - М.: Изд-во «Аква», 1998.
- 62.Отцовство как социокультурый институт: <http://www.pseudology.org/Kon/Zametki/OtsovstvoSociolnstitute.htm>
- 63.Пайз Д. Бессщзнательное использование своего тела женщиной. Спб.: Совместное издание Восточно – Европейского института психоанализа и Б.С.К., 1997.

64. Підготовка сім'ї до народження дитини в Україні: Навчальний посібник / Під ред. Жилки Н.Я. - К., 2006.
65. Поздняков В.Н. Новая телесная терапия для детей и родителей. - М.: Гф «Полиграфресурсы», 1998.
66. Полачек К. И соавт. Физиология и паталогия новорожденных детей. - Прага: Изд – во мед. лит – ры «Авиценум», 1986.
67. Полищук Е.И. Формирование микробиоценозов новорожденных // Журнал практического врача. - 1996. - №5.
68. Практическое акушерство // Под. Ред. Николаева А.П. - К.: Здоров'я, 1968.
69. Предотвращение домашнего насилия и торговли людьми. Учебник по проведению тренингов, - WINROCK INTERNATIONAL, Київ, 2001.
70. Програмно методичний комплекс по ґендерній освіті для чоловіків. - Вінниця: «АРТ», 2003.
71. Психология и психоанализ беременности: Хрестоматия // Под ред. Райгородского Д.Я. - Самара: Изд. дом «Бахрах – М», 2003.
72. Ребенок и семья: Хрестоматия // Под ред. Райгородского Д.Я. Изд. дом «Бахрах – М», 2002.
73. Репродуктивне та статеве здоров'я чоловіків в Україні (соціологічний аналіз). - К.: Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту, Фонд народонаселення ООН Державна соціальна служба для сім'ї, дітей та молоді, 2005.
74. Родить и возродиться // Адаптир. Пер. С гол. - М.: Изд – во «Знание», 2000.
75. Роды без страха: тренинг для тренеров. - Харьков: Семья от А до Я, 2002.
76. Самборская Е.П., Гутман Л.Б., Закревский А.А. Основы лечебного питания беременных. - К.: Здоровья, 1989.
77. Свечникова М. Роды без травм. - СПб.: Пионер, 2001.
78. Серз У., Серз М. Ваш малыш от рождения до двух лет. - М.: Изд – во «Эксмо», 2004.
79. Сімейний кодекс України / <http://zakon.rada.gov.ua>
80. Смоляр Л.О. Становлення ґендерної освіти в Україні // Основи теорії ґендеру: Навчальний посібник. - К.: «К.А.С.», 2004.
81. Стратегія і тактика комунікацій із громадкістю (PR). – К.: Дитячий Фонд ООН (ЮНІСЕФ), 2004.
82. Субботский Е.В. Ребенок открывает мир. - М.: Просвещение, 1991.
83. Трансформация образа мужчины в современной культуре: http://bankrabort.com/work/work_36423.html
84. Трча С. Мы ждем ребенка. - Прага: Изд – во мед. лит-ры «Авицениум», 1997.
85. Указ президента України «Про вдосконалення роботи центральних і місцевих органів виконавчої влади щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і

чоловіків» від 26 липня 2005 року №1135.

86.Українсько – Шведський проект «ОЛЕГ». Співробітництво, Культура, Демократія, Гендер; За ред. В. Марценюка. - Вінниця, 2005.

87.Уповноважена освіта. Посібник для тренерів. - К.: Інформаційно – консультаційний жіночий центр. 1999.

88.Факти для життя. Спеціальне видання для населення, що проживає на Чорнобильських територіях України. - К. Дитячий Фонд ООН (ЮНІСЕФ). 2008.

89.Фатеева Е.М., Цареградская Ж.В. Грудное вскармливание и психологическое единство «мать – дитя». - М.:Фолиант, 2000.

90.Филиппова Г.Г. Дифференциация мотивационных основ материнского и полового поведения в подростковом возрасте // Тезисы доклада на конференции, посвященной памяти К.С. Лебединской. - Москва, 1995.

91.Филиппова Г.Г. Психология материнства: Учеб.пособие. - М.: Изд – во Ин – та психотерапии, 2002.

92.Филиппова Г.Г. Развитие материнского поведения в онтогенезе // Ежегодник Рос. псих. общ – ва. Психология сегодня, Т. 2. - Вып. 3. – М., 1996.

93.Цареградская Ж. Первый час жизни ребенка // Доступно на сайте: www.rojana.ru

94.Цілі Розвитку Тисячоліття. Україна. - К.: Міністерство економіки та з питань європейської інтеграції України, 2003.

95.Чайка В.К., Бабич Т.Ю. Рождем вместе. Семейные роды: «за» и «против». - Донецк: ЧП «Лавис». 2006.

96.Чайка В.К., Бабич Т.Ю. Семейные роды – профилактика нарушений репродуктивного здоровья // Основы репродуктивной медицины: Практическое руководство / Под. ред. проф. В.К.Чайки. - Донецк: ООО «Альматео», 2001.

97.Чайка В.К., Бабич Т.Ю., Адамова Г.М. Патент України 4641, МПК7: А61Н1/00, А61Н35/00, А61Н39/08, А61М19/00. Спосіб пренатальної підготовки вагітної. - №20040705412; Заявл. 06.07.2004; Опубл. 17.01.2005. - Бюл.1.

98.Чайка В.К., Бабич Т.Ю., Гейнц Н.Е., Данилова Ю.Н. Программа «Безопасное материнство». Вариант внедрения и экономическая целесообразность // Медицинские аспекты квалитологии. - Львов – Тула – Донецк, 2003. Вып.1.

99.Чайка В.К., Бабич Т.Ю., Роговая О.Н., Говоруха И.Т. Программа «Безопасное материнство» - современное направление оказания акушерской и перинатальной помощи // Материнство – величайший подвиг: Сб. Статей. - Донецк: ООО «Альматео», 2003.

100.Чемберлен Дэвид Б. Младенцы – не то, что мы думали: Приглашение к новой парадигме // Психолог в детском саду. - 2002. - №1.

101.Чемберлен Д. Разум вашего новорожденного ребенка. М.: Класс, 2004.

102.Чимаров В.М. Первый год жизни ребенка. - М.: Медицина, 1989.

103. Шестопал Е. Перспективы демократии в сознании россиян // Общественные

науки и современность. 1996. - №2.

104. Эйдмиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия: Учебное пособие для врачей и психологов. - Спб.:Речь, 2003.

105. Энкин М., Кейрс М., Нейлсон Д., Краутер К., Дьюли Л., Ходнет Э., Хофмейер Дж. Руководство по эффективной помощи при беременности и рождении ребенка // Перевод с англ.: Под ред. А.В. Михайлова. - Спб. Изд – во Петрополис, 2003.

106. Barowicz T. Inhibitory effect of adrenaline on the oxytocin release in the ewe during the milk – ejection reflex. J. Dairy res., 1979 №46.

107. Blittner M., Lewin I., Rofy Y., Emotional experience during the three trimesters of pregnancy. Journal of Clinical Psychology, January, 1993, Vol. 49, №1.

108. Breastfeeding: a guide for the medical profession / Ruth A. Lawrence. - 4th ed. - Mosby, 1999.

109. Butte N.F., Garza C., O'Brien Smith J.E. et al. Effect of maternal diet and body composition on lactational performance. Am J. Clin. Nutr. - 1984. - Vol.39.

110. Heck H., de Castro J.M. The caloric demand of lactation does not alter spontaneous meal patterns, nutrient intakes, or moods of women. Physiol Behav. - 1993. - Vol.54.

111. Hornstra G., van Houwelingen A.C., Foreman – van Drongelen M.M. Essential fatty acids in pregnancy and early human development // Eur. J. Obstetr. Gynecol. Reprod. Biol. - 1995. - Vol.61. №1.

112. King F.S. Помощь матерям кормящим грудью. - Nairobi Kenya – 1992.

113. Klaus M.H., Kennell J.H., Klaus P.H. Mothering the mother how a doula can help you have a shorter, easier and healthier birth: Addison – Wesley, 1993.

114. Lind J. et al. The effect of cry stimulus in the lactating breast of primiparas. In: Morris, N. Psychosomatic medicine in obstetrics and gynecology. Third International Congress London, 1991.

115. Meyer B.A., Arnold J.A., Pascali – Bonaro D. Social Support by Doulas During Labor and the Early Postpartum Period // Hospital Physician. September, 2001.

116. Montgomey D., Splett P. Economic benefit of breast-feeding infants enrolled in WIC. J. Am Diet Assoc. - 1997. - Vol.97.

117. Paris Eileen, Ph. D. and Paris Tom, Ph.D. Parenting for Pregnancy, Birth, and Infancy // www.birthing-psychotherapy.com

118. Prentice A. et. al. Evidence for Local Feed – back control of human milk secretion. Biochem. Soc. Trans., 1989. - Vol. 17.

119. Simkin P. Just another day in a woman's life? Nature and consistency of women's long – term memories of their first birth experiences. Birth, 1992. - Vol.19.

120. Van Houwelingen A.C., Kester A.D., Hasaart T. et al. Maternal essential fatty acid patterns during normal pregnancy and their relationship to the neonatal essential fatty acid status // Br. J. Nutr. - 1995. - Vol.74. - №1.

Методичний посібник

Шерстюк Олена Миколаївна
Марценюк Володимир Анатолійович
Мотигін Володимир В'ячеславович

**ТАТО-ШКОЛА:
ЯК СТВОРИТИ ТА ЗАБЕЗПЕЧИТИ СТАЛЕ ФУНКЦІОНУВАННЯ**

Технічний редактор: Бурій В.В.
Літературний редактор: Бурій Л.В.
Художник: Назаренко Ю.В.

Комп'ютерне верстання та дизайн:
ТОВ "Проксіма ЛТД."

Здано до складення 17.12.2009 р.
Підписано до друку 21.12.2009 р.
Формат 60x84/8. Папір крейдовий.
Гарнітура Calibri. Друк офсетний.
Умовн. друк. арк. 14,42.
Замовлення № ДН-018.
Тираж 200 прим.

Видавець ФОП Данилюк В.Г.
м. Вінниця, Хмельницьке шосе, 92
тел.: (0432) 43-51-39, 57-65-44
E-mail: dilo_vd@mail.ru
Свідоцтво суб'єкта видавничої
справи ДК № 3510 від 25.06.2009 р.

Виготовлено ТОВ "Проксіма ЛТД."
м. Вінниця, вул. Космонавтів 43/59
тел.: (0432) 578-335, факс: (0432) 56-12-07
E-mail: zakaz@proxima.vn.ua



Дитячий Фонд Об'єднаних Націй
Представництво в Україні

5, Кловський Узвіз, м.Київ, 01021



Громадська організація "ОЛЕГ"

а/с 3022, м.Вінниця, 21027

www.unicef.org.ua