**SZCENÁRIÓ OKTATÁSI KÉPZÉSEKHEZ**

**A SZCENÁRIÓ ELSŐ RÉSZE**

|  |  |
| --- | --- |
| **AZ ÓRÁK TÉMÁJA** | *Nemek közötti egyenlőtlenség* |
| **TÉMAKÖRÖK** | *A menstruációt övező egyenlőtlenségek* |
| **AZ ÓRÁK IDŐTARTAMA** | *1,5 óra* |
| **A KÉPZÉS MÓDJA** | *Online* |

**A SZCENÁRIÓ MÁSODIK RÉSZE**

|  |  |
| --- | --- |
| **AZ ÓRÁK CÉLKITŰZÉSEI** | * *a menstruációs egészség problémájának bemutatása* * *a menstruáló személyekkel szembeni egyenlő bánásmód jelentőségének ismertetése* * *tudatosítani a tanulókban, hogy a menstruálók milyen határokkal szembesülnek a menstruáció alatt.* * *megismertetni a tanulókat a menstruációs egészség fogalmával* * *a menstruációval kapcsolatos társadalmi stigmák felszámolása* |
| **TANULÁSI EREDMÉNYEK** | * *a tanulók képesek megvitatni a menstruációval kapcsolatos ismereteiket* * *a tanulók képesek meghatározni a menstruációs egészség alapvető elemeit* * *a tanulók képesek szabályozni a menstruációhoz való viszonyukat* * *a tanulók elsajátíthatják, hogy miként támogathatják megfelelően a menstruáló személyeket* |
| **JAVASOLT ESZKÖZÖK** | MS Teams (általános értekezleti csatorna és kihelyezett termek), Google Slides, Padlet, Mentimeter, LearningApps |
| **TIPPEK/ MÓDSZERTANI ÉSZREVÉTELEK** | 1. Első lépésként megkérjük a diákokat, hogy beszéljék meg, mit tudnak a menstruációról és annak fizikai jellemzőiről. Minden bizonnyal sok tévhit fog felmerülni, amelyeket a megfelelő információk alapján eloszlatunk. A tanárnak tisztában kell lennie a menstruáció biológiai alapjaival. 2. A modern szakirodalom a "menstruáló" szót használja a nemi alapú problémák elkerülése érdekében. Ezt is figyelembe kell venni a párbeszéd kialakításakor. |

**A SZCENÁRIÓ HARMADIK RÉSZE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TANANYAG - JELLEMZŐK** | "A menstruációs egészség nem szerepelt a Nemzetközi Népesedési és Fejlesztési Konferencia vagy a Millenniumi Nyilatkozat napirendjén. A Fenntartható Fejlődési Célok 3. (egészség), 5. (nemek közötti egyenlőség) és 6. (víz és higiénia) céljai között sem szerepel kifejezetten. Ugyanakkor a globális egészségügy, az oktatás, az emberi jogok és a nemek közötti egyenlőség/egyenlőség napirendjére tűzték a világ déli országainak alulról szerveződő munkásai és aktivistái, felhívva a figyelmet a nők és lányok szégyenérzetéről és kínos helyzetéről szóló beszámolókra, valamint azokra az akadályokra, amelyekkel a menstruációjuk kezelésében szembesülnek, mivel nincsenek meg az ehhez szükséges eszközeik, ami kihat az életben való boldogulásukra, beleértve az oktatáshoz, munkához, vízhez és higiéniához, megkülönböztetésmentességhez és nemek közötti egyenlőséghez - és végső soron az egészséghez - való jogukat is.  A WHO üdvözli azokat az alulról szerveződő dolgozókat és aktivistákat, különösen a Déli országokból, akik kitartóan kiálltak a menstruációs egészségért, és üdvözli, hogy a Menstruációs egészséget felvették az Emberi Jogi Tanács napirendjére." (WHO)  "A WHO három intézkedésre szólít fel. Először is, hogy a menstruációt egészségügyi kérdésként, nem pedig higiéniai kérdésként ismerjük el és fogalmazzuk meg - olyan egészségügyi kérdésként, amelynek fizikai, pszichológiai és társadalmi dimenziói vannak, és amelyet az életút perspektívájában kell kezelni - a menstruáció előttitől a menopauza utánig. Másodszor, annak felismerése, hogy a menstruációs egészség azt jelenti, hogy a nők és lányok, valamint más menstruáló személyek hozzáférnek az ezzel kapcsolatos információkhoz és oktatáshoz; a szükséges menstruációs termékekhez; vízhez, higiéniai és tisztálkodási lehetőségekhez; szükség esetén hozzáértő és empatikus ellátáshoz; olyan környezetben élhetnek, tanulhatnak és dolgozhatnak, ahol a menstruációt pozitív és egészséges dolognak tekintik, nem pedig olyasvalaminek, amit szégyellni kell; és teljes mértékben részt vehetnek a munkában és a közösségi életben. Harmadszor, annak biztosítása, hogy ezek a tevékenységek szerepeljenek a vonatkozó ágazati munkatervekben és költségvetésekben, és hogy teljesítményük mérhető legyen." (WHO)  Az európai jogi szabályozás elsősorban a menstruációs egészséggel kapcsolatos munkahelyi kérdésekkel foglalkozik. Ezen belül a menstruációs szabadságot ma már a menstruáló személyek egészségének védelmét szolgáló egyik legfontosabb támogató eszköznek tekintik. Ezt a szabadságot a nemzetközi szakirodalom olyan szabadságként határozza meg, amely lehetővé teszi a menstruáló személyek számára, hogy a munkajog értelmében szabadságot vegyenek ki, ha menstruációjuk miatt nem tudnak munkába menni; olyan politikának tekintik, amely sokféleképpen befolyásolhatja a menstruáló személyeket, beleértve a foglalkoztatási státuszukat is. A menstruációval kapcsolatos nemzetközi interdiszciplináris kutatások a menstruációs egészség fogalmához kapcsolódnak. Ez a munkajogi gondolkodás számára is széles kontextust biztosít, mivel összefonódik a fenntarthatósági célokkal, a nemek közötti egyenlőséggel és az alapvető emberi jogokkal, ezért a kutatási irány mellett a szakpolitikai követelményeket is meghatározza. A menstruációs szabadság számos előnnyel járhat a menstruáló nők számára. A szabadság engedélyezésének talán legfontosabb előnye a menstruációval járó fizikai tünetek okozta szenvedés csökkentése. Van olyan álláspont is, amely szerint a menstruáció elismerése és értékelése a munkajogban a menstruáció destigmatizációjával is jár. A modern nemi kérdések esetében a menstruáció egészségének ez irányú felemelkedésével kapcsolatos további szempontokat is felfedezhetünk, különösen a transz férfiak tekintetében. Mindazonáltal, tekintettel érzékeny körülményeire, a menstruációs szabadság kockázati tényezőket is hordoz, amelyek elsősorban nem jogi természetűek. | |
| **ALAPFOGALMAK** | MENSTRUÁCIÓS EGÉSZSÉG, DESTIGMATIZÁCIÓ, EMPATIKUS GONDOSKODÁS | |
| **AZ ÓRÁK MENETE** | **1. SZAKASZ** | **Ismerkedés a témával**   1. Minden diák elmeséli a menstruációval kapcsolatos ismereteit. 2. Ezt követően minden tanulónak arról kell beszélnie, hogyan érezte magát, amikor a menstruációról beszélt. 3. Minden diákot megkérünk, hogy mondja el, ha néhány információ új volt számára.   A tanár is részt vehet ebben a gyakorlatban - beszélhet a saját tapasztalatairól.   1. A gyakorlatot rövid eszmecsere követi. Ennek során a tanulók a következő kérdéseket igyekeznek megválaszolni:    1. Könnyű beszélni a menstruációról?    2. Tapasztaltak-e a menstruációval kapcsolatban bármilyen jellegű megfélemlítést?    3. Miért kellene terjesztenünk a menstruációs egészség fogalmát? |
| **2. SZAKASZ** | 1. A diákoknak arról kell beszélgetniük, hogy mit értünk menstruációs ciklus alatt. Mit tudnak a menstruációs időszakról? Milyen a normális menstruáció, és milyen tünetek kapcsolódnak a menstruációhoz? Ehhez kapcsolódóan a diákok önállóan is végezhetnek internetes kutatást.   ● Lehetséges források/javasolt olvasmányok:  https://my.clevelandclinic.org/health/articles/10132-normal-menstruation  ●https://www.yourperiod.ca/normal-periods/menstrual-cycle-basics/  ●https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/womens-health/in-depth/menstrual-cycle/art-20047186 |
| **3. SZAKASZ** | 1. A diákokat hat csoportra osztjuk (MS Teams, osztott helyiségek opció). Minden csoportnak más-más lehetőséget kell leírnia, hogyan lehet empatikusan gondoskodni egy menstruálóról. A tanulók az internetes kutatást önállóan is elvégezhetik.   ● Lehetséges források/javasolt olvasmányok:  A WHO nyilatkozata a menstruációs egészségről és jogokról  https://www.who.int/news/item/22-06-2022-who-statement-on-menstrual-health-and-rights  Hennegan J, Winkler IT, Bobel C, Keiser D, Hampton J, Larsson G, Chandra-Mouli V, Plesons M, Mahon T. Menstruációs egészség: meghatározás a politika, a gyakorlat és a kutatás számára. Sex Reprod Health Matters. 2021 Dec;29(1):1911618. doi: 10.1080/26410397.2021.1911618. |
|  | **4. SZAKASZ** | A diákoknak meg kell vitatniuk, hogy a munkajog és a munkáltató mit tehet a munkahelyen a menstruálóval való empatikus törődés érdekében. A diákoknak a következő témákról kell beszélgetniük:  1. Tapasztaltak-e a diákok korábban bármilyen megaláztatást a menstruációval kapcsolatban?  2. Miért van szükség a menstruációs egészség fogalmának terjesztésére a munkaközösségben, a munkahelyen?  3. Milyen lehetőségei vannak a munkáltatónak a menstruációs egészséggel kapcsolatban?  Esetleges olvasmányok:  <https://www.bbc.com/worklife/article/20220426-could-menstrual-leave-change-the-workplace>   * <https://equityhealthj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12939-016-0379-8> * <https://www.hrzone.com/perform/people/its-time-to-address-menstruation-in-the-workplace-period> |