



pora na równość

**Scenariusz zajęć dla uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych na podstawie fragmentów filmu “Być jak Mikołaj”
w reż. Aurelii Frydrych-Zdanowskiej**

Opracowanie: Magda Mroziejcz, Laura Klimczak

w ramach kampanii

patronat honorowy

pora na równość



Helsińska Fundacja Praw Człowieka jest najstarszą i najbardziej doświadczoną polską organizacją pozarządową zajmującą się ochroną praw człowieka. Fundacja działa w kraju, na poziomie Unii Europejskiej, a także w państwach Europy Wschodniej, Azji Centralnej i regionu Kaukazu. Jej misją jest obrona praw człowieka, demokracji i praworządności.



Międzynarodowy Festiwal Filmowy WATCH DOCS. Prawa człowieka w filmie jest jedną z największych na świecie imprez filmowych poświęconych prawom człowieka, prezentujących filmy dokumentalne, w których zaangażowanie na rzecz praw jednostki łączy się ze sztuką filmową. Organizatorem festiwalu jest Helsińska Fundacja Praw Człowieka.



Partnerem scenariusza jest Fundacja SEXEDPL



Współfinansowanie



Projekt finansowany przez Unię Europejską. Poglądy i opinie wyrażone w ramach projektu są wyłącznie poglądami autorów treści i nie muszą odzwierciedlać stanowiska Unii Europejskiej ani Komisji Europejskiej. Unia Europejska ani organ przyznający dofinansowanie nie ponoszą odpowiedzialności za poglądy i opinie wyrażone w ramach projektu

Kampania **pora na równość**

Scenariusz jest częścią kampanii społecznej na rzecz osób transpłciowych PORA NA RÓWNOŚĆ.

Jeszcze rok temu zmiana oznaczenia płci w dowodzie osobistym wymagała od osób transpłciowych pozwania rodziców za „niewłaściwe przypisanie płci przy urodzeniu”. W przypadku, gdy rodzice lub opiekuni prawni nie żyli, sąd ustanawiał kuratora – zwykle obcą osobę, która funkcjonowała w postępowaniu jako strona w sprawie. To już na szczęście przeszłość, ale choć postępowanie tego typu ma teraz charakter nieprocesowy, a więc wykluczono z niego prokuratora, kierownika urzędu stanu cywilnego, a przede wszystkim – sztucznie pozwanego, procedura prawnego uzgodnienia płci wciąż odbywa się w sądzie. Do tej pory nie ustalono również wymaganej dokumentacji, którą należy przedstawić, by uzyskać postanowienie sądu. Najwyższy czas to zmienić. Pora na równość! Domagamy się ustawy w przejrzysty sposób regulującej prawne i medyczne aspekty tranzycji.

PARTNERZY:

Kampania Przeciw Homofobii, Miłość Nie Wyklucza, Lambda Warszawa, Tranzycja.pl, Kultura Równości, Grupa Nieustającej Pomocy i Fundacja My Rodzice, jak również Stowarzyszenie Kin Studyjnych oraz Fundacja Kino Dostępne.

Więcej informacji znajduje się na Pora na Równość.

(<https://watchdocs.pl/byc-jak-mikolaj/w-kinach/pora-na-rownosc>)

“Być Jak Mikołaj” w reżyserii Aurelii Frydrych – Zdanowskiej
Jak nauczyć się kochać, gdy nie wszystko się rozumie? Jeden z
najpiękniejszych polskich filmów o poszukiwaniu miłości i własnego miejsca
na świecie.

Mikołaj wkracza w dorosłość. Zanim wyprowadzi się z rodzinnego domu,
chce naprawić relację z samodzielnie wychowującym go ojcem, który nie
akceptuje jego tożsamości. Kamera wchodzi w przestrzeń codziennych
rozmów, w której silne emocje ścierają się z milczeniem, a potrzeba bliskości
– z brakiem zrozumienia. Obserwując te sceny, trudno oprzeć się wrażeniu,
że bohaterów na drodze do porozumienia czeka jeszcze wiele zakrętów.
A przed Mikołajem kolejne wyzwanie – stawienie czoła kafkowskiemu
systemowi sądowemu. Czy do tego czasu uda im się znaleźć wspólny język i
razem dojrzeć do nowej rzeczywistości?

Twórcynie i twórcy filmu:

- Reżyseria: Aurelia Frydrych-Zdanowska
- Scenariusz: Aurelia Frydrych-Zdanowska, Paweł J.M. Zdanowski
- Zdjęcia: Paweł J.M. Zdanowski
- Korekcja barwna: Maciej Frydrych
- Dźwięk: Marta Weronika Werońska
- Postprodukcja dźwięku: Studio Fonograf
- Zgranie dźwięku: Radosław Ochnio
- Montaż: Michał Sadowski, Paweł J.M. Zdanowski
- Promocja: Michał Hudzikowski
- Opracowanie graficzne: Katarzyna Balicka
- Tłumaczenie: Urszula Lipińska
- Kierownictwo produkcji: Michał Sadowski
- Współpraca produkcyjna: Agnieszka Ptaszyńska
- Współpraca postprodukcyjna: Urszula Lipińska
- Producent: Michał Sadowski
- Koproducent: Aurelia Frydrych-Zdanowska, Paweł J.M. Zdanowski, Maciej Frydrych
- Produkcja: King House, Shadows of the Mind



Scenariusz “Pora na równość”

- scenariusz lekcji na podstawie fragmentów filmu **“Być jak Mikołaj”**

Aby uzyskać link do obejrzenia fragmentów filmu, prosimy o uzupełnienie formularza: <https://forms.office.com/e/c1ZMuvMBVq>

Grupa wiekowa:

Szkoły ponadpodstawowe

Czas trwania:

Scenariusz składa się z dwóch części, których łączny czas realizacji wynosi około 45 minut: 8 minut fragmenty filmu + 30 minut część warsztatowa (w miarę możliwości zachęcamy do rozszerzenia części warsztatowej do 45 minut).

Scenariusz powstał z inicjatywy Międzynarodowego Festiwalu Filmowego WATCH DOCS. Prawa człowieka w filmie i kampanii impactowej towarzyszącej pokazom kinowym filmu dokumentalnego „Być jak Mikołaj”.

Cel zajęć:

1. Poszerzenie wiedzy na temat transpłciowości;
2. Obalanie ewentualnych stereotypów wobec osób transpłciowych;
3. Praca z własnymi przekonaniami na temat tożsamości płciowej, relacji, emocji i dobrostanu psychicznego;
4. Pokazanie osób ze społeczności LGBTQ+ jako ludzi o takich samych potrzebach jak te, które mają wszyscy (np. potrzeba przynależności i akceptacji);
5. Budowanie empatii, tolerancji, zrozumienia wobec różnorodności. Akceptacja różnic między ludźmi i refleksja na temat tego, jak oferować wsparcie i jak szukać wsparcia.

Potrzebne materiały:

Przed przystąpieniem do realizacji scenariusza wydrukuj tabelę znajdującą się w **załączniku numer 1**, odpowiadającą liczbie uczestników zajęć.

Kontrakt dla osób uczestniczących w zajęciach:

1. Zasada dobrowolności - uczestnictwo w każdej aktywności warsztatowej jest dobrowolne. Każda osoba ma prawo zrezygnować z ćwiczenia lub nie wypowiadać się na dany temat bez podania powodu.
2. Zasada poufności - wszystko, co zostaje powiedziane i wydarza się podczas warsztatów, nie wychodzi poza grupę.
3. Zasada szacunku - każda osoba jest traktowana z szacunkiem, niezależnie od tożsamości płciowej, orientacji psychoseksualnej, wyglądu, imienia, zaimków czy doświadczeń. Nie oceniamy wyborów czy przeżyć innych.
4. Brak tolerancji dla mowy nienawiści i dyskryminacji, wszelkich przejawów obrażania, wyśmiewania, wykluczania (ze względu na płeć, orientację psychoseksualną, tożsamość, wygląd, niepełnosprawność itd.)
5. Słuchamy się wzajemnie bez przerywania.
6. Prawo do emocji - każda osoba może przeżywać warsztaty na swój własny sposób - mamy prawo do smutku, radości, złości, niepokoju lub potrzeby ciszy.
7. Zasada zadawania pytań i niewiedzy - nie ma pytań głupich ani niedozwolonych, o ile są zadane z szacunkiem. Jeśli czegoś nie wiemy, jest to w porządku - uczymy się razem.
8. Prowadzący jako strażnik lub strażniczka bezpieczeństwa - jest w gotowości, aby zareagować w sytuacji naruszenia zasad lub gorszego samopoczucia osoby uczestniczącej. Można się do nich zgłosić indywidualnie z prośbą o wsparcie lub wyjaśnienie wątpliwości.

Rozpoczęcie

Obejrzymy dziś fragmentu filmu “Być jak Mikołaj”, w którym poznacie fragment historii tytułowego bohatera. Może wywołać w was różne emocje. Zaobserwujcie te emocje. Jeśli chcecie, możecie je zapisać, jak również swoje refleksje i myśli. Po obejrzeniu filmu zaproszę was do dyskusji.

Odtworzenie fragmentu filmu (około 8 minut) - rozmowa ojca z synem.

Ćwiczenie nr 1 (10-15 minut)

Dyskusja

Cel: możliwość samodzielnego nazwania tego, jakie myśli i uczucia się pojawiły w trakcie oglądania fragmentów filmu i bezpośrednio po nim, rozmowa o relacji z rodzicami.

Młodzież może swobodnie wypowiadać się na temat filmu – to przestrzeń dla nich i ich emocji.

W razie potrzeby zachęcamy do skorzystania z przygotowanych przez nas pytań pomocniczych:

- Jak się czuliście oglądając fragment filmu?
- Co w rozmowie ojca z Mikołajem wywołało w was największe emocje i jakie to były emocje?
- Co myślicie o reakcji taty Mikołaja na proces, któremu poddaje się jego dziecko? Jakie może mieć motywacje?
- Jak myślicie, co dla Mikołaja mogło być trudne w trakcie rozmowy z ojcem?
- Jak oceniacie relację Mikołaja z tatą? Jak oceniacie ich rozmowę?

W podsumowaniu warto podkreślić, że motywacją ojca może być troska i lęk o syna. Wspieranie dziecka w procesie tranzykcji to dla rodzica nowe i trudne doświadczenie, o czym sam mówi. Jednocześnie Mikołaj otwarcie wyraża swoje potrzeby, być może niezrozumiałe dla ojca, ale bardzo ważne dla niego samego. Najistotniejsze jest jednak to, że obaj potrafią się wzajemnie usłyszeć, a to, co dla nich trudne, może w bezpieczny sposób wybrzmieć.

Ćwiczenie nr 2 (15-20 minut)

Dyskusja

Cel: Eksploracja przekonań uczestników, dyskusja na ich temat i poszerzanie dotychczasowej perspektywy na kwestie związane z relacjami rodzinnymi i transpłciowością.

Rozdaj każdemu z uczestników tabelę z **załącznika nr 1**. Zadaniem uczestników jest przeczytanie stwierdzeń i wybranie swojego stanowiska poprzez zaznaczenie “zgadzam się” lub “nie zgadzam się”.

Dyskusja do ćwiczenia nr 2

Przeczytaj na głos każdy przykład, możesz zadać pytania pomocnicze:

1. Jaką odpowiedź wybraliście i dlaczego?
2. Jakie zdanie na ten temat mógłby mieć Mikołaj? Czy Mikołaj by się z tym zgodził?

W przypadku poparcia krzywdzących stwierdzeń, skonfrontuj je z faktami opisanymi poniżej. Możesz też wykorzystać je do podsumowania usłyszanych odpowiedzi.

1. Nastolatek_tka/młody dorosły_a nie wie, czego chce, bo jest za młody, żeby to wiedzieć – wielu nastolatków i młodych dorosłych doskonale wie, co sprawia im radość, czego nie akceptują, jakie wartości są dla nich ważne. Mózg nastolatków rzeczywiście jeszcze dojrzewa (szczególnie kora przedczołowa odpowiedzialna za planowanie i przewidywanie konsekwencji). Ale to nie oznacza braku zdolności do podejmowania decyzji.

2. Podjęcie decyzji o wyłamaniu się ze schematu funkcjonującego w społeczeństwie jest proste – wyłamanie się ze schematu oznacza zrobienie czegoś po swojemu, wbrew temu, co inni mogą o tym myśleć. Oznacza ryzyko odrzucenia, krytyki, a nawet wykluczenia. To ogromne obciążenie psychiczne. Człowiek ma naturalną potrzebę przynależności. Schematy społeczne bywają sprzeczne z własnymi pragnieniami. Podjęcie decyzji oznacza wewnętrzną walkę między lojalnością wobec siebie a lojalnością wobec otoczenia (rodziny, tradycji, oczekiwań).

3. Osoby bliskie powinny dystansować się od nas, kiedy nie zgadzają się z naszymi decyzjami – bliskość nie polega na zgodzie we wszystkim. Można kochać, wspierać i być obecnym, nawet gdy ma się inne zdanie. Wsparcie jest szczególnie potrzebne w trudnych momentach np. dużych zmian. Bliscy mogą wyrazić swoje wątpliwości, obawy czy inny punkt widzenia, nadal pozostając przy nas.

4. Jeśli jesteś mężczyzną, musisz być męski, a jeśli jesteś kobietą, musisz być kobieca – męskość i kobiecość to społeczne konstrukty – w różnych kulturach oznaczają co innego. To dowód, że nie są uniwersalne ani obowiązkowe. Każdy człowiek ma unikalny zestaw cech osobowości i temperamentu. Bycie mężczyzną nie oznacza automatycznie, że ktoś musi być silny, dominujący czy powściągliwy; kobieta nie musi być delikatna, opiekuńcza czy uległa.

5. Nie każdy potrzebuje akceptacji i wsparcia bliskich – to zdanie sugeruje, że niektórym relacje i bliskość nie są potrzebne. Te potrzeby są uniwersalne dla każdego człowieka i ich brak może nieść za sobą poważne konsekwencje psychiczne np. od depresji, samotności, uzależnień, samookaleczeń aż po problemy zdrowia fizycznego.

6. Naturalną potrzebą jest dzielenie swojej radości z innymi – badania pokazują, że opowiadanie innym o czymś dobrym, co nas spotkało, zwiększa intensywność radości i poczucie szczęścia. Dzielenie się radością wzmacnia relacje, zwiększa szanse na wsparcie ze strony grupy i daje poczucie przynależności.

7. Korekta płci jest prosta, wystarczy zacząć się inaczej ubierać i wybrać nowe imię – płeć to nie tylko imię czy ubranie. Tożsamość płciowa jest głębokim doświadczeniem wewnętrznym – kim ktoś się czuje. Korekta płci oznacza także proces społeczny: coming out, proszenie bliskich o używanie nowych zaimków, mierzenie się z akceptacją lub odrzuceniem.

8. Transpłciowość to moda lub chwilowa zachcianka – badania pokazują, że transpłciowość jest trwałym elementem tożsamości. Jako przykład można zaproponować samodzielne zastanowienie się nad własną tożsamością płciową i czy uczestnicy sami interpretują ją jako stały i ważny element określania siebie.

9. Osoby transpłciowe to inni ludzie, nie są tacy jak reszta społeczeństwa – osoby transpłciowe, tak jak wszyscy inni, mają potrzeby: miłości, bezpieczeństwa, pracy, przyjaźni, realizacji marzeń. To, że ich tożsamość płciowa różni się od płci przypisanej przy urodzeniu, nie czyni ich „innymi gatunkowo” czy „odrębną kategorią człowieka”.

Ćwiczenie 3 (10-15 minut; ćwiczenie jest dodatkową propozycją, gdyby w danej grupie było przewidziane więcej czasu niż 30 minut na część warsztatową)

Cel: uświadomienie, że osoby transpłciowe mogą mierzyć się z takimi samymi trudnościami jak inne nastolatki, choć nieraz w innych sytuacjach. Ćwiczenie rozróżniania myśli od emocji. Zwrócenie uwagi na korelację między **myślą - emocją - działaniem**. Zastanowienie się nad rozwiązaniami w poszczególnych sytuacjach.

Jakie myśli i emocje towarzyszą osobom transpłciowym, które stoją przed wyborem wprowadzenia zmian w swoim życiu? Spróbujcie zastanowić się nad trzema obszarami: Co osoba może myśleć? Co osoba może czuć? Jak osoba mogłaby sobie pomóc?

Podział na grupy lub praca indywidualna.

Spektrum pomysłów osób uczestniczących może być szerokie. Każda osoba może wskazywać różne rozwiązania, które sama uznałaby za pomocne w jej ocenie. Można poszerzać perspektywę osób uczestniczących poprzez pytania o to, w jaki sposób dane rozwiązanie byłoby wartościowe według nich i dyskutując na ten temat.

Tabela pomocnicza/przykładowa:

Co osoba może myśleć?	Co osoba może czuć?	Jak osoba mogłaby sobie pomóc?
Przykłady:	Przykłady:	Przykłady:
- co, jeśli ktoś z mojego otoczenia mnie nie zaakceptuje - jeśli powiem co czuję, wszyscy mnie wyśmieją	- lęk - niepewność - przytłoczenie - osamotnienie	- porozmawiać z bliskimi - pójść na spacer - zwrócić się do psychologa szkolnego - zadzwonić na telefon zaufania

Zakończenie

Na koniec warto wskazać i krótko opowiedzieć grupie o miejscach, w których można otrzymać wsparcie. Można zaznaczyć, że jeśli film/warsztat wywołał w nich wiele emocji, to mogą zwrócić się do tych miejsc, aby o tym porozmawiać:

800 12 12 12 - Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

116 111 - Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży (czynny 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu)

800119119.pl - telefon i czat zaufania dla dzieci i młodzieży Towarzystwa Przyjaciół Dzieci (czynny w godz. 14-22, 7 dni w tygodniu)

22 628 52 22 - Lambda Warszawa (czynny w godz. 18:00-21:00 od pon. do pt.)

Miejsca, w których można znaleźć wsparcie, rzetelną edukację seksualną, pomoc prawną i porozmawiać z ekspertami i ekspertkami zdrowia seksualnego i różnorodności płciowej i seksualnej:

1. Fundacja SEXEDPL - www.sexed.pl
2. Fundacja trans-fuzja - www.transfuzja.org
3. Stowarzyszenie Tolerado - www.tolerado.org
4. Fundacja Lambda - www.lambdapolska.org
5. Stowarzyszenia Asfera - www.asfera.org.pl
6. Grupa Stonewall - www.grupa-stonewall.pl
7. Stowarzyszenie Miłość Nie Wyklucza - www.mnw.org.pl

Informacja od prowadzących dla rodziców

Rodzice i opiekunowie osób uczestniczących w zajęciach mogą mieć różne podejście do poruszanych w tym warsztacie tematów. Zachęcamy do indywidualnej oceny przez wychowawców tego, jakie rozwiązania mogą być bezpieczne dla danego uczestnika/grupy.

W zależności od indywidualnej oceny warto rozważyć poinformowanie rodziców/opiekunów o tematyce warsztatów i wskazać, że rozmowa z uczestnikami na ten temat może być wartościowa. Można zaproponować rodzicom/opiekunom zapoznanie się z filmem "Być jak Mikołaj", aby mogli zrozumieć specyfikę, złożoność i wagę poruszonego tematu. Istnieją też możliwości poszerzenia wiedzy poprzez eksplorację tematu w rzetelnych źródłach.

Książki warte polecenia to m.in. "Ciała obce. Opowieści o transpłciowości" autorstwa Pauli Szewczyk oraz "My trans" autorstwa Piotra Jaconia - rodzica osoby transpłciowej.

Możliwe jest otrzymanie wsparcia/znalezienia więcej informacji w tych miejscach:

- www.trans-parent.pl/grupy-lokalne
- www.tranfuzja.org
- www.myrodzice.org
- www.niebinarnosc.pl/poradnik
- www.grupa-stonewall.pl/wsparcie

Może to być również okazja do ogólnego przyjrzenia się własnym relacjom ze swoimi nastoletnimi dziećmi. Można zachęcić rodziców i opiekunów do zastanowienia się nad komunikacją obecną w ich domu w różnych obszarach i tematach. Zachęcamy do polecania książki: "SEXEDPL. Dorastanie w miłości, bezpieczeństwie i zrozumieniu. Przewodnik dla rodziców".

Załącznik nr 1

Nastolatek_tka/młody dorosły_a nie wie, czego chce, bo jest za młody żeby to wiedzieć.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Podjęcie decyzji o wyłamaniu się ze schematu funkcjonującego w społeczeństwie jest proste.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Osoby bliskie powinny dystansować się od nas, kiedy nie zgadzają się z naszymi decyzjami.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Jeśli jesteś mężczyzną, musisz być męski, a jeśli jesteś kobietą - musisz być kobieca.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Nie każdy potrzebuje akceptacji i wsparcia bliskich.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Naturalną potrzebą jest dzielenie swojej radości z innymi.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Korekta płci jest prosta, wystarczy zacząć się inaczej ubierać i wybrać nowe imię.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Transpłciowość to moda albo chwilowa zachcianka.	Zgadzam się	Nie zgadzam się
Osoby transpłciowe to inni ludzie, nie są tacy jak reszta społeczeństwa.	Zgadzam się	Nie zgadzam się



pora na równość

w ramach kampanii

patronat honorowy

pora na równość

