

REGL ÇEMBERİ ATÖLYESİ



Sivil Sesler Festivali / İzmir Kültürpark / FEMIN
UP Derneği Standı



17.11.2023 / 16.15-16.45



10 kişi



30 dk



Atölye düzenleyicisi tarafından dağıtılacak
olan kartlar, kalemler, kağıtlar.



Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı / Cinsel
Terapist Dr. Merve OLGUN

Atölye Kuralları



Katılımcılar atölye süresi boyunca çember halinde dizileceklerdir. Çember; hem dayanışma halini hem de menstrüasyon döngüsünü temsil etmektedir. Katılımcılardan atölye süresi boyunca çember dizilimini korumaları beklenir.



Katılımcıların atölye süresi boyunca cinsiyet, yaş, etnik kimlik, mezhep, cinsel kimlik ve yönelime veya herhangi bir sebebe dayalı olarak ötekileştirici ve ayrımcılığı yeniden üretebilecek ifadeleri kullanmamaları beklenmektedir.



Atölyenin, regl deneyimine ilişkin ilgili tabularla mücadeleyi güçlendirmek amacıyla düzenlendiği unutulmamalıdır. Atölye katılımcıları, diğer katılımcılarının veya kırılan grupta bulunan (genç, kadın, engelli, yaşlı, mülteci, LGBTIQ+) gibi herhangi bir bireyin regl deneyimine yönelik ayrımcılığı yeniden üretebilecek söylemlerden kaçınılmalıdır.

1.KISIM – Ice Breaker Oyun: Kulaktan Kulağa

Regl deneyimine ilişkin ilgili katılımcıların kendi aralarında kaynaşmalarını amaçlayan bir cümle kolaylaştırıcı tarafından atölye katılımcılarından birinin kulağına fısıldanır. Katılımcılar, çember halinde dizili hallerinde sırayla birbirlerine duydukları ifadeyi aktarırlar. Son katılımcı, duyduğu ifadeyi atölye katılımcılarının işitebileceği yüksek bir sesle söyler, böylece duyulan ifadenin döngünün başındaki ilk cümleye oranla ne kadar değiştiğini herkes duyar.

Oyunun Çıktıları



Oyun, ifadeye yansıyan küçük değişikliklerin verilmek istenen mesajda nasıl büyük farklar yaratabileceğini göstermeye yardımcı olur.



Başkasının söylediklerini çok dikkatli bir şekilde dinlemenin önemli olduğunu gösterir.



Doğru olmayan yanlış söylentilerin kişiden kişiye geçişi sırasında nasıl yayılabileceğini gösterir.



Başkasından duyduğunuz bilginin gerçek olup olmadığından emin olmanın önemli olduğunu gösterir.

2.KISIM – Oyun: Güvenli Çemberde Myths & Facts

Katılımcıların her birine üzerinde regl deneyimine ilişkin içeriklerin bulunduğu kartlar verilir. Bu kartlarda regl deneyimine ilişkin farklı coğrafyalardan toplumsal ön kabullerin yer aldığı ve bu ön kabullere karşı doğru ve güvenilir bilgiler yer almaktadır.

Oyun kartları cam fanusun içinde karışık bir biçimde yer alacaktır. Atölye katılımcılarının her biri, öncelikle kolaylaştırıcı tarafından uzatılan fanusun içerisinden bir kart seçer. Katılımcıların aldıkları kartlar ikiye bölünmüştür. Kartın bir yanında bir mite ait söylem bulunur, diğer yanında ise başka bir mite ait açıklayıcı doğrular bulunur. Atölye katılımcıları oluşturdukları çember alanının içerisinden çıkmadan, birbirleriyle etkileşime geçerek seçmiş oldukları kartlarda yer alan “mit ve o mite ilişkin doğruları” eşleştirirler. Kartların birbiriyle eşleşmesi sonrasında katılımcılar çemberde buldukları konuma geri dönerler ve kendi kartlarında yer alan miti diğer katılımcılarla paylaşarak doğru bilinen mit kavramını açıklarlar.

Bu paylaşımın ardından kolaylaştırıcı, cinsellik ve regl hakkında doğru bilinen mitlerle ilgili açıklama yapar.

Oyunun Çıktıları



Katılımcılar tabular üzerinden tanımlanmış, toplumsal ön kabul ile şekillendirilen ve kamuoyunda doğru bilinen regl deneyimine ilişkin mitleri toplumsal ortamda konuşabilme deneyimini paylaşmış olurlar.



Toplumsal normlar sebebiyle yanlış ve hatalı bir biçimde yorumlanan kavramların ve benimsenen bakış açılarını başkalarının deneyimleri ve bilgileri ile birleştirilerek doğru hale getirebileceğini gösterir.



Çember içinde hareket edilmesi, katılımcılara güvenli alanlarda cinsellik ve regl tabusu üzerine konuşabilmenin mümkün olduğunu ve bu alanların dayanışma ile birlikte oluşturabileceğini hatırlatır.

3.KISIM – Oyun: Period Stories

Kolaylaştırıcı, katılımcıların her birine yanındaki kişi ile grup olmalarını rica eder. Regl Çemberi Hikayeleri adlı proje çalışması kapsamında dijital ortamda, gerçek kişilerden topladığımız bir regl deneyim hikayesi örnek olması açısından anonim şekilde paylaşılır. Ardından, kolaylaştırıcı 2 kişilik grupların her birine, dernek tarafından hazırlanmış sözlük kartlarını dağıtır. Sözlük kartlarında; derneğimizin odaklandığı “regl görünmezliği”, “regl yoksulluğu” , “suskunluk sarmalı” vb. kelimeler ve tanımları bulunacaktır. Katılımcıların kendi içerisinde oluşturduğu gruplardan bu tanımları ve yanlarında yazan anahtar kelimeleri okumaları rica edilir. Her kart için kelime tanımının yanı sıra, 5 adet anahtar kelime bulunacaktır. Gruplar verilen tanımlı kelimelerin temasına uygun olacak şekilde, ellerindeki diğer “anahtar kelimelerle” kısa bir regl deneyim hikayesi yazarlar. Bu aşamada “Örnek Regl Hikayeleri” dokümanı katılımcılarla paylaşılabilir. Süre tamamlandığında her grup kendi yazdığı hikayeyi diğer katılımcılarla paylaşır.

Oyunun Çıktıları



Regl Deneyimine ilişkin olarak evrensel düzeyde tartışılan konuların Türkiye’de de kamuoyunun gündeminde yer alması hedeflenmektedir. Böylece aktivistlerin regl hakkında konuşulan kavramlara hakimiyeti arttırmakla beraber regl tabusuyla mücadeleyi kolaylaştırır.



Toplumsal normlar sebebiyle sosyal ortamda “görünürlük krizi” ile birlikte anılan regl deneyiminin toplumsal ortamda da aktarımının “normalleşmesi” gerektiği görülmüş olur.



Regl deneyim hikaye yazımı; yaratıcılık ile birleşerek empati duygusunu geliştirir ve ayrımcılıkla mücadeleye destek olur.