

**„Profilaktyka ciąży wśród nastolatków,
chorób przenoszonych drogą płciową, w tym profilaktyka HIV”**

Program zajęć



www.PiktoGrafiki.com

programu: Aleksandra Dulas i Anna Jurek

SPUNK Fundacja Nowoczesnej Edukacji
ul. Zbocze 2/9, 92-003 Łódź, 510 143 076, 661 143 076
www.spunk.pl www.facebook.com/fundacja.spunk

Wstęp

Autorki programu od 2004 roku prowadziły Fundację Jaskółka, a w 2012 roku stworzyły Fundację SPUNK, która zajmuje się wspieraniem edukacyjnym dzieci i młodzieży. W tym czasie stworzyłyśmy i zrealizowałyśmy szereg programów zachęcających do aktywności obywatelskiej, odpowiedzialności za siebie i innych, samorozwoju. Wszystkie nasze działania zmierzają do nauczenia młodych ludzi krytycznego, samodzielnego myślenia, uwrażliwienia na manipulację, zachęcenia do podejmowania niezależnych, mądrych decyzji. Uczymy słuchania różnych stron w dyskusji, brania pod uwagę różnych światopoglądów i różnego sposobu widzenia tych samych tematów, a następnie syntetyzowania informacji i wyciągania wniosków. Pokazujemy różnorodność, wielość, wieloaspektowość. Zachęcamy do tolerancji i niezależności myślenia. Słuchamy młodych ludzi i rozmawiamy z nimi, ponieważ interesują nas ich opinie i poglądy.

W wyniku wszystkich tych działań i dziesiątek dyskusji z młodzieżą, w 2009 roku rozpoczęłyśmy pracę nad programem Edukacji Seksualnej dla młodzieży gimnazjalnej i licealnej. Dostałyśmy bowiem informację, że to, o czym młodzi ludzie najbardziej chcą mówić jest dojrzewanie i życie seksualne człowieka. Jest to temat, o którym trudno rozmawiać zarówno z rodzicami (choćby relacja z nimi była najlepsza) jak i nauczycielami (obawa przed negatywną oceną moralną). Stworzyłyśmy program i zapytałyśmy młodzież co o nim myślą, jak go zmienić, ukierunkować, zmodyfikować aby spełniał ich oczekiwania. Zrobiliśmy coś, czego praktycznie nie robi się w polskiej szkole, zapytałyśmy bezpośrednich odbiorców, osoby najważniejsze i najbardziej zainteresowane jakością tworzonego dla nich programu, jaki on ma być. Jakimi metodami należy pracować żeby były one dla uczniów najbardziej zrozumiałe, najciekawsze, wyzwajające najwięcej refleksji. Wspólnie z młodzieżą stworzyliśmy program Edukacji Seksualnej, który podejmuje wszystkie najważniejsze, najbardziej interesujące kwestie. I co najistotniejsze, wszystkie podejmowane tematy są zaproponowane przez młodych ludzi, a forma ich realizacji jest z nimi skonsultowana (po każdym przeprowadzonych zajęciach młodzież brała udział w panelu dyskusyjnym oraz wypełniała ankietę oceniającą poszczególne moduły zajęć). Program przez rok był modyfikowany i dostosowywany do potrzeb odbiorców.

To, co oddajemy jako ostateczną jego wersję, cały czas jest jeszcze zmieniane i modyfikowane, bo świat się zmienia, pojawiają się nowe tematy i problemy, a uważamy, że to co najważniejsze w pracy z młodzieżą to aktualność i prawdziwość przekazywanych treści. Dlatego nie nazywamy naszego programu „Wychowaniem do życia w rodzinie”. Jest to Edukacja Seksualna, bo o seksualności właśnie uczymy. Seksualności rozumianej szeroko. Mówimy o aspektach biologicznych, psychologicznych, społecznych i prawnych tej dziedziny ludzkiego życia.

Działając pod nową nazwą SPUNK Fundacja Nowoczesnej Edukacji realizujemy działania skoncentrowane na: upowszechnianiu nowoczesnych metod edukacyjnych, kształtowanie refleksyjnego, niezależnego myślenia i odpowiedzialnych postaw, propagowaniu wiedzy niezależnej światopoglądowo oraz kształtowanie postaw tolerancji i równości. Program Edukacji Seksualnej idealnie wpisuje się w te działania i wartości, jakie za nimi stoją.

SPUNK Fundacja Nowoczesnej Edukacji

ul. Zbocze 2/9, 92-003 Łódź, 510 143 076, 661 143 076

www.spunk.pl www.facebook.com/fundacja.spunk

Zasady prowadzenia warsztatów z edukacji seksualnej

Zajęcia prowadzone są metodą warsztatową. Poprzez zadania i ćwiczenia weryfikujemy wiedzę uczestników i pobudzamy do refleksji nad omawianymi tematami. Podczas zajęć wykorzystywane są bogate materiały edukacyjne i pogładowe. Warsztaty realizowane są w cyklu 10 godzinnych spotkań. Fundacja korzysta ze wsparcia merytorycznego ginekologów, psychologów młodzieżowych oraz pedagogów pracujących z młodzieżą licealną i gimnazjalną. Prowadzący warsztaty mają wieloletnie doświadczenie w pracy z młodzieżą.

Spis zagadnień

- **Na początek** – kilka słów o Fundacji i prowadzonych działaniach, 10 powodów, dla których warto być na zajęciach, spisanie kontraktu, o czym będziemy mówić na zajęciach.
- **Kilka słów o dojrzewaniu.** Czym jest dojrzewanie i jakie są jego fazy? Jak dojrzewają dziewczyny? Jak dojrzewają chłopcy? Jakie emocje i uczucia towarzyszą dojrzewaniu? Jak zmienia się ciało? Jak o sobie dbać w tym okresie? Dojrzewanie płciowe a dojrzewanie psychiczne i emocjonalne.
- **Ćwiczenia językowe.** Zajęcia mają za zadanie pobudzić do refleksji nad rolą języka w myśleniu i mówieniu o emocjach, uczuciach i cielesności. Odwołamy się do koncepcji językowego obrazu świata, czyli porozmawiamy o tym, jak język, którego używamy kształtuje nasze widzenie świata, relacji międzyludzkich i siebie samych.
- **Jak stworzyć dobry związek?** Uczestnicy zastanowią się: jakie cechy powinien mieć partner/ka i co to znaczy dobry związek. W tym kontekście odniosą się do takich pojęć jak: miłość, przyjaźń, zaufanie, lojalność, troska o siebie i drugą osobę, odpowiedzialność, szacunek. Określą, jakie zachowania są pożądane w związku, a jakie niedopuszczalne. Zastanowią się kiedy, wiadomo, że jest się gotowym na „pierwszy raz”. Jak seksualność wiąże się z miłością? Spróbują także odpowiedzieć na pytanie, jak nie dać się zmanipulować np. przez środowisko rówieśnicze w podejmowaniu decyzji o rozpoczęciu współżycia.
- **Co to jest tożsamość seksualna i orientacja psychoseksualna?** Czym jest i na jakim etapie rozwoju człowieka kształtuje się tożsamość seksualna? W kim się zakochujemy, czyli jak tworzy się orientacja psychoseksualna? Jakie istnieją orientacje? Nieheteroseksualność – fakty i mity.
- **O antykoncepcji.** Kiedy i jak podjąć rozmowę dotyczącą „zabezpieczania się”, wspólna odpowiedzialność za wybór metody i tego konsekwencje. Omówione zostaną następujące tematy: czym jest antykoncepcja i do czego służy, jakie cechy powinna mieć dobra antykoncepcja, miesięczny cykl kobiecy, rodzaje antykoncepcji: naturalna, mechaniczna, chemiczna, hormonalna, ich wady i zalety, wskazania zdrowotne, co to jest wskaźnik Pearl'a.

- **O ciąży, słów kilka.** Jak dochodzi do zapłodnienia. „Jestem w ciąży” – i co dalej? Do kogo warto się zwrócić w takiej sytuacji, kogo poprosić o wsparcie i pomoc? Omówienie hipotetycznej sytuacji i możliwych opcji dalszego działania. Jakie konsekwencje niesie ze sobą ciąża dla dziewczyny, a jakie dla chłopaka?
- **Co to znaczy być dobrym rodzicem?** Będę miał/a dziecko, czyli jak zmieni się moje życie. Kim jest mama, kim jest tata – jakie obowiązki i zadania wiążą się z nowymi rolami. Cechy dobrego rodzica. Czego dziecko oczekuje od nas jako rodziców?
- **Co oprócz przyjemności może przynieść seks,** czyli o chorobach przenoszonych drogą płciową. O odpowiedzialności za zdrowie swoje i drugiej osoby. Omówienie wybranych chorób. Czym jest wirus HPV? Czym jest wirus HIV? Jak można się nimi zakażyć? Czym jest AIDS? Jak zadbać o własne zdrowie i bezpieczeństwo.
- **Jaki wizerunek kobiety i mężczyzny kreują media?** Uczestnicy poznają sposób tworzenia wizerunków kobiety i mężczyzny na potrzeby mediów. Zastanowią się, jak to wpływa na sposób, w jaki postrzegają siebie i innych. Podjęty zostanie temat dotyczący seksualizacji dziewcząt i chłopców i związanych z tym zagrożeń. Dowiedzą się, co to jest stereotyp płci.
- **Zagrożenia płynące z sieci...** sexting, grooming, cyberbulling. On Line jesteśmy prawie cały czas, czy wiemy jednak, jakie ma to skutki dla naszej prywatności? Na co warto zwracać uwagę korzystając z nowych mediów i nowych technologii? Jak odpowiedzialnie i bezpiecznie poruszać się w sieci?
- **Pornografia.** Czym jest pornografia? Jaką funkcję pełni w życiu młodego człowieka? Czy z filmów pornograficznych można czerpać wiedzę? Jak pornografia kształtuje nasze wyobrażenia o: seksie, wyglądzie partnerki/partnera, relacjach międzyludzkich? W tym kontekście znów odwołamy się do problemu seksualizacji kobiet i mężczyzn. Porozmawiamy o zagrożeniach związanych z pornografią, szczególnie, jeśli chodzi o pokazywanie sytuacji przemocowych.
- **Granice, na które możemy sobie pozwolić w relacjach intymnych z innymi.** Czym jest asertywność? Kiedy warto i należy być asertywną/asertywnym? Jak radzić sobie w sytuacjach, kiedy ktoś przekracza nasze granice? O rodzajach przemocy i sposobach radzenia sobie w takich sytuacjach.
- **Aspekty prawne związane z zachowaniami o charakterze seksualnym.** Na jakich zasadach można utrzymywać wizerunek drugiej osoby i umieszczać go w sieci? Jakie obwarowania prawne dotyczą kontaktów przez systemy teleinformatyczne i telekomunikacyjne? Kiedy według prawa można podejmować kontakty seksualne? Jak prawo chroni osoby małoletnie i niepełnoletnie?