

UCZYMY MŁODZIEŻ JAK O SIEBIE DBAĆ

REALIZATOR PROJEKTU: FUNDACJA NOWOCZESNEJ EDUKACJI SPUNK



KIM JESTEŚMY?

Jako Fundacja SPUNK działamy na rzecz edukacji seksualnej od 2010 roku:

- prowadzimy autorskie warsztaty dla młodzieży, rodziców, nauczycieli;
- organizujemy otwarte lekcje edukacji seksualnej;
- szkolimy edukatorów i edukatorki z całej Polski;
- oferujemy wsparcie psychologiczne i prawne, w tym prowadzimy anonimowe poradnictwo – czat na www.spunk.pl;
- mamy kanał na YouTube: EDU SEKS Q&A <https://tiny.pl/tc2lf>.

Współpracujemy ze szkołami podstawowymi, liceami, domami dziecka, ośrodkami socjoterapii, świetlicami.

Realizowaliśmy warsztaty dla młodzieży i spotkania z rodzicami w Łodzi, Warszawie, Zgierzu, Radomiu, Bełchatowie, Tomaszowie Mazowieckim, Grójcu, Sztumie, Lublinie, Poznaniu.

Od 2012 r. realizujemy zadanie publiczne “Profilaktyka cięż wśród nastolatków, chorób przenoszonych drogą płciową, w tym profilaktyka HIV” dla Urzędu Miasta Łodzi. Naszym największym sukcesem jest stworzenie i wdrożenie miejskiego programu “Profilaktyka cięż ...”, przy wsparciu radnych Rady Miejskiej w Łodzi. Jest to najdłużej działający tego typu program w Polsce, z największą liczbą przeszkolonej młodzieży (> 2000 os). Jesteśmy dumne/i z zaufania, którym obdarzają nas młodzi ludzie, ich rodzice i nauczyciele.

ZASADY PROWADZENIA WARSZTATÓW

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 poglądowe. Warsztaty realizowane są w cyklu 8-godzinnych spotkań, na które zgodę wyrażają rodzice lub opiekunowie prawni.

Fundacja korzysta ze wsparcia merytorycznego: seksuologów, ginekologów, pedagogów, psychologów młodzieżowych, specjalistów od bezpieczeństwa w sieci, specjalistów w zakresie HIV/AIDS, adwokatów i radców prawnych. Prowadzący warsztaty mają wieloletnie doświadczenie w pracy z młodzieżą.



**DOSTĘP DO WIEDZY O SEKSUALNOŚCI
CZŁOWIEKA, PRAWO DO WIEDZY O SWOIM
ZDROWIU I WOLNOŚCI DO PLANOWANIA
SWOJEGO ŻYCIA SĄ PRAWAMI CZŁOWIEKA.**

ALEKSANDRA DULAS



SPIS ZAGADNIEŃ

Wstęp. Kilka słów o projekcie, 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. Ciało i pozytywność.

Ćwiczenia językowe. Zajęcia mają za zadanie pobudzić do refleksji nad rolą języka w myśleniu i mówieniu o uczuciach, cielesności i seksualności. Odwołamy się do koncepcji językowego obrazu świata, czyli porozmawiamy o tym, jak język, którego używamy kształtuje nasze widzenie świata, relacji międzyludzkich i siebie samych.

Czym jest płęć, tożsamość płciowa i psychoseksualna? Czym jest i na jakim etapie rozwoju człowieka kształtuje się tożsamość płciowa? Kto nam się podoba, w kim się zakochujemy, z kim wchodzimy w relacje intymne? Jak tworzy się orientacja psychoseksualna?

Jak stworzyć dobry związek? Uczestnicy zastanowią się, po co ze sobą chodzimy? Określą, jakie zachowania są pożądane w związku, a jakie niedopuszczalne (różne rodzaje przemocy w tym przemoc seksualna). Zastanowią się kiedy, wiadomo, że jest się gotowym na „pierwszy raz”. Co to znaczy świadoma zgoda (consent). Jak seksualność wiąże się z emocjami i uczuciami? Spróbują także odpowiedzieć na pytanie, jak nie dać się zmanipulować, np. przez środowisko rówieśnicze w podejmowaniu decyzji o rozpoczęciu współżycia.

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.

SPIS ZAGADNIEŃ CIĄG DALSZY

O ciąży, słów kilka. Jak dochodzi do zapłodnienia? Czym jest i jak działa test ciążowy? „Jestem w ciąży” – i co dalej? 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? Czym jest niepłodność i jakie są jej uwarunkowania?

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 zakazić? Czym jest AIDS? Na jakiej zasadzie działają Punkty Konsultacyjno-Diagnostyczne, w których można zrobić anonimowo i bezpłatnie test na HIV. 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. Czym jest seksualizacja dziewcząt i chłopców i jakie zagrożenia się z tym wiążą? Czym jest stereotyp płci?

Zagrożenia związane z pornografią. 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 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 utrwaląć 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?

WIĘCEJ INFORMACJI

www.edukacjaseksualna.com

www.spunk.pl

www.facebook.com/fundacja.spunk

www.facebook.com/edukacjaseksualnapolska

[www.instagram.com @fundacjaspunk](https://www.instagram.com/@fundacjaspunk)

REALIZATOR PROJEKTU
FUNDACJA NOWOCZESNEJ EDUKACJI SPUNK

SPUNK
Fundacja Nowoczesnej Edukacji



Aktywni Obywatele
Fundusz Krajowy

Isle of Man
Liechtenstein
Norway

Active citizens fund