

TEMAT:	<b>Ryzykowne zachowania seksualne młodzieży</b>	
CELE:	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Przekazanie wiedzy dotyczącej definicji ryzykownych zachowań seksualnych, ich przyczyn i konsekwencji</li> <li>* Omówienie niebezpieczeństw związanych z ryzykownymi zachowaniami seksualnymi</li> <li>* Omówienie zasad profilaktyki, ukazanie abstynencji jako metody ochrony przed konsekwencjami ryzykownych zachowań seksualnych</li> </ul>	
PRZEBIEG:	Miniwykład dotyczący: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definicji prawidłowych vs. ryzykownych zachowań seksualnych</li> <li>• Niebezpieczeństw związanych z ryzykownymi zachowaniami seksualnymi</li> <li>• Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych</li> </ul> <p style="text-align: center;"><i>W trakcie prelekcji uczniowie wypełniają arkusz notatek!</i></p>	10 minut
	Omówienie pytań do dyskusji.	15 minut
	Praca w grupach: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gra – MITY i FAKTY oraz BEZPIECZNE i NIEBEZPIECZNE</li> </ul>	10 minut
	Omówienie: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uczniowie dowiadują się, jakie zachowania seksualne są bezpieczne, a jakie nie – praca na stereotypowych przekonaniach młodzieży</li> </ul>	5 minut
	Przedstawienie pracy domowej: Zadanie polega na przygotowaniu profilaktycznej kampanii reklamowej dotyczącej zdrowia reprodukcyjnego. Kampania ta powinna mieć określony cel, mieć adresatów, mieć nazwę i hasło promocyjne, być zilustrowana zdjęciem lub rysunkiem i być zaprezentowana w formie plakatu lub ulotki.	5 minut
AKTYWNOŚĆ UCZNIÓW:	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dzielenie się opiniami dotyczącymi zagadnień do dyskusji, o które pyta nauczyciel;</li> <li>➤ Opracowanie „pytań do dyskusji” w grupach 4-5 osobowych i spisanie pomysłów na flipcharty</li> <li>➤ Omówienie pomysłów na forum klasy</li> </ul>	
POTRZEBNE MATERIAŁY:	Praca w grupach: Flipcharty i flamastry Omówienie: Taśma klejąca do przyklejenia flipchartów na ścianach	
PRACA DOMOWA:	Przygotowanie profilaktycznej kampanii promującej zdrowe zachowania seksualne.	

# MINIWYKŁAD

## I. PRAWIDŁOWE VS. RYZYKOWNE ZACHOWANIA SEKSUALNE MŁODZIEŻY

Seksualność człowieka towarzyszy mu od początku jego istnienia i na każdym etapie życia charakteryzuje się różnymi formami ekspresji. Wiele zachowań przejawianych przez nastolatków jest naturalnym etapem rozwoju psychoseksualnego, jednak wiele jest takich, które mogą stanowić realne zagrożenie. Zdaniem specjalistów aktywność seksualna młodzieży mieści się w granicach normy, jeżeli:

1	NIE ZABURZA INNYCH ZADAŃ ŻYCIOWYCH	Ekspresja seksualna nie powoduje trudności w planowaniu i realizowaniu innych zadań (np. nauki, rozwijania hobby)
2	ZACHOWANIE JEST WŁAŚCIWE DLA DANEGO WIEKU	Zachowania seksualne nie występują zbyt wcześnie, (zachowana jest kolejność rozwoju związku: poznawanie się, dotyk, pocałunek, petting, współżycie)
3	POMIĘDZY PARTNERAMI NIE MA ZBYT DUŻEJ RÓŻNICY WIEKOWEJ	Ważne by osoby podejmujące aktywność seksualną były na podobnym poziomie rozwoju: intelektualnego, fizycznego, społecznego (może się tak zdarzyć, gdy np. osoba starsza, manipuluje osobą „młodszą” i jej zachowaniami).
4	JEST DOBROWOLNA	Na każde zachowanie seksualne, zaangażowana w nie osoba wyraża zgodę. Dobre nigdy nie są zachowania, które zawierają elementy przemocy lub przymusu.
5	PROWADZI DO OSIĄGNIĘCIA CELÓW SEKSUALNYCH	Każdy młody człowiek powinien uświadamiać sobie motywację, która kieruje go do podjęcia kontaktów seksualnych i unikać podejmowania aktywności seksualnej z innych powodów (np. chęci zatrzymania przy sobie partnera).
6	NIE NARUSZA ZDROWIA	Jest wolne od ryzykownych zachowań mogących prowadzić do chorób lub niepożądanego ciąży

W przypadku, gdy któryś z ww. punktów nie jest spełniony, dorastający człowiek zostaje narażony na ryzyko podejmowania niebezpiecznych zachowań seksualnych, których negatywne konsekwencje mogą mieć wpływ na dalszy jego rozwój i przyszłe życie seksualne.

Do ryzykownych zachowań seksualnych, seksuolodzy zaliczają: (Uczniowie notują na Karcie Notatek)

- Kontakty seksualne bez zabezpieczenia
- Kontakty seksualne z wieloma partnerami/ gry seksualne
- Przygodne kontakty seksualne z nieznanymi osobami
- Kontakty seksualne pod wpływem alkoholu/ narkotyków
- Kontakty seksualne ze starszymi osobami
- Kontakty seksualne za wynagrodzeniem (tzw. sponsoring)

## II. KONSEKWENCJE RYZYKOWNYCH ZACHOWAŃ SEKSUALNYCH

Wśród konsekwencji ryzykownych zachowań seksualnych wymienia się takie, które mogą mieć negatywne konsekwencje zarówno w sferze emocjonalnej, jak i zdrowotnej:

- Choroby przenoszone drogą płciową
- Niechciane ciążę
- Rozczarowanie, wstyd, niechęć do seksu

**Pytania do dyskusji** (nauczyciel powinien najpierw wysłuchać opinii uczniów, a potem powiedzieć jak jest naprawdę i dlaczego):

Będziemy zajmować się dziś dwoma pojęciami: **ABSTYNENCJA** i **PROMISKUITYZM**

**ABSTYNENCJA** jest jedynym w 100% skutecznym sposobem uniknięcia niepożądanych skutków współżycia seksualnego w okresie dojrzewania.

### 1. *Co Waszym zdaniem oznacza to pojęcie?*

Nauczyciel zapisuje opinie uczniów. Jeżeli wśród odpowiedzi nie pojawiają się poniżej kwestie, należy wyraźnie zapisać je na tablicy i przedyskutować uczniom do Karty Notatek.

- a. ABSTYNENCJA jest świadomą i dobrowolną decyzją dotyczącą unikania lub nie robienia czegoś. Ludzie decydują się na abstynencję w wielu sytuacjach: rezygnując z alkoholu, papierosów lub innych używek; mięsa; słodczy; niektórych form aktywności seksualnej.
- b. ABSTYNENCJA wynika z wielu powodów: zdrowotnych (dlatego np. stosujemy diety); przekonań religijnych (np. unikając mięsa lub alkoholu, czekając ze współżyciem do zawarcia związku małżeńskiego); z powodu lęku (przed negatywnymi konsekwencjami lub karą).
- c. Ludzie definiują ABSTYNENCJĘ SEKSUALNA na różne sposoby:
  - a. Niektórzy uważają, że abstynencja oznacza całkowity brak kontaktów seksualnych – unikanie intymnego dotyku, pocałunków, przytulania.
  - b. Inni uważają, że polega ona na unikaniu współżycia seksualnego w okresie adolescencji – aż do momentu zawarcia stałego związku.
  - c. Wielu sądzi, że oczekiwanie abstynencji od osób nastoletnich jest nierealne i apelują, aby dotyczyła ona wszelkich ryzykownych zachowań seksualnych.

**2. Jak sądzicie, jakie są powody, dla których niektórzy młodzi ludzie nie decydują się na rozpoczęcie życia seksualnego?**

Postarajmy się znaleźć 10 takich powodów:

Należy ew. dodać następujące odpowiedzi:

- Przekonania religijne
- Brak gotowości na seks
- Chęć poczekania do „po ślubie”
- Chęć poczekania do zakończenia szkoły
- Obawa przed ciążą
- Obawa przed chorobami przenoszonymi drogą płciową
- Obawa o reakcję rodziców
- Brak partnera/partnerki
- Brak zainteresowania seksem
- Lęk przed niepowodzeniem w trakcie inicjacji seksualnej

**3. Czy uważacie, że te powody są dobrymi powodami do wstrzymania się z aktywnością seksualną?**

PROMISKUITYZM oznacza podejmowanie kontaktów seksualnych bez więzi uczuciowej, często z przypadkowymi partnerami w ryzykownych okolicznościach. (Uczniowie notują definicję w Karcie Notatek)

**1. W jakie promiskuitywne zachowania angażują się osoby w Waszym wieku?**

Nauczyciel zapisuje opinie uczniów. Jeżeli wśród odpowiedzi nie pojawiają się poniższe przykłady, należy je dodać wyjaśniając te pojęcia:

- Sponsoring – jest relacją młodej dziewczyny/ chłopaka z osobą dorosłą, która w zamian za usługi seksualne przekazuje nastolatce/ nastolatce pieniądze, ubrania lub inne dobra.
- Grooming – nawiązywanie relacji seksualnych z dorosłymi osobami przez Internet; grooming jest aktywnością osób dorosłych, które chcą wykorzystać dziecko seksualnie.
- Prostytucja – uprawianie seksu w zamian za korzyść majątkową.
- Pornografia – przedstawianie nagości na zdjęciach i filmach, dziś często umieszczanych w anonimowo w Internecie

**2. Jak sądzą, z jakich powodów młodzież angażuje się w takie zachowania?**

Nauczyciel zapisuje opinie uczniów. Jeżeli wśród odpowiedzi nie pojawiają się poniższe powody, należy je dodać:

- Potrzeba bliskości niezaspokojona w domu
- Potrzeba pieniędzy
- Korzystanie z poczucia wolności
- Przeciwdziałanie się rygorowi domowemu, szkolnemu

# K A R T A   N O T A T E K

<u>BEZPIECZNE VS. NIEBEZPIECZNE</u>	<u>SŁOWO</u>	<u>WPISZ DEFINICJE/ ZAKRES</u>
	RYZYKOWNE ZACHOWANIA SEKSUALNE	1. 2. 3. 4. 5.
	ABSTYNENCJA SEKSUALNA	1. 2. 3.
	PROMISKUITYZM	1.

# ĆWICZENIE GRUPOWE

Uczniowie dzielą się na 4-5 osobowe grupy. Zadanie polega na określeniu, czy podane stwierdzenie jest FAKTEM, czy MITEM. Nauczyciel podaje omówienie.

## KARTA DLA UCZNIÓW:

1.	STOSUNEK ANALNY JEST BEZPIECZNĄ FORMĄ UNIKNIĘCIA CIĄŻY I STI
2.	STOSUNKI SEKSUALNE Z DZIEWCZYNĄ, KTÓRA JESZCZE NIE MIESIĄCZKUJE NIE GROŻĄ CIĄŻĄ
3.	KONTAKT SEKSUALNY W CZASIE MIESIĄCZKI NIE GROZI CIĄŻĄ
4.	ANTYKONCEPCJA PO NIE MOŻE BYĆ STOSOWANA PRZEZ NASTOLATKI
5.	PREZERWATYWA NIE CHRONI SKUTECZNIE PRZED CHOROBAМИ, BO MA MIKROPORY PRZEZ KTÓRE PRZENIKAJĄ WIRUSY I BAKTERIE
6.	NIE ISTNIEJE RYZYKO CIĄŻY, JEŻELI DO WYTRYSKU DOCHODZI POZA POCHWĄ (NP. W STOSUNKU PRZERYWANYM)
7.	KONTAKTY ORALNE SĄ BEZPIECZNĄ FORMĄ STOSUNKU

## OMÓWIENIE:

1. MIT	STOSUNEK ANALNY JEST BEZPIECZNĄ FORMĄ UNIKNIĘCIA CIĄŻY I STI Stosunek analny niesie za sobą największe ryzyko zakażenia chorobą przenoszoną drogą płciową. Odbyt nie jest przystosowany do kontaktów erotycznych – nie jest elastyczny, nie nawilża się w trakcie penetracji, łatwiej się nadrywa i ociera – ułatwiając wirusom i bakteriom przeniknięcie do krwi.
2. PRAWDA	STOSUNKI SEKSUALNE Z DZIEWCZYNĄ, KTÓRA JESZCZE NIE MIESIĄCZKUJE MOGĄ SKOŃCZYĆ SIĘ CIĄŻĄ Owulacja, w trakcie której dochodzi do zapłodnienia występuje PRZED miesiączką. Istnieje realne prawdopodobieństwo zajścia w ciążę przez dziewczynę, która jeszcze nie miesiączkuje.
3. MIT	KONTAKT SEKSUALNY W CZASIE MIESIĄCZKI NIE GROZI CIĄŻĄ Wydaje się, że kobieta nie może zajść w ciążę podczas miesiączki, ponieważ występuje ona zazwyczaj około 14 dni po owulacji, w trakcie której może dojść do zapłodnienia. Trzeba pamiętać, że owulacja występuje u nastolatek często bardzo nieregularnie i może pojawić się w trakcie menstruacji. Stres, choroba i wiele innych czynników mogą przyspieszyć lub opóźnić owulację. Ponadto, seks w trakcie miesiączki niesie ze sobą większe ryzyko zakażenia chorobami przenoszonymi drogą płciową – krew menstruacyjna przenosi wirusy, w tym HIV.
4. MIT	ANTYKONCEPCJA PO NIE MOŻE BYĆ STOSOWANA PRZEZ NASTOLATKI Antykoncepcja po jest bezpieczna również wśród nastolatek, a jej skuteczność w ciągu 72 godzin po stosunku jest bardzo wysoka. Jej zastosowanie musi poprzedzać wizyta lekarska. Niebezpieczeństwo występuje wyłącznie w sytuacji, gdy stosowane są leki dostępne z nielegalnych źródeł.
5. MIT	PREZERWATYWA NIE CHRONI SKUTECZNIE PRZED CHOROBAМИ, BO MA MIKROPORY PRZEZ KTÓRE PRZENIKAJĄ WIRUSY I BAKTERIE W niektórych publikacjach można znaleźć informacje, które mówią o tym, że prezerwatywy są nieszczelne i nie chronią przed ciążą i STI. Publikacje te mają na celu straszenie przed ich stosowaniem. Fakty są takie, że cząsteczki wody – które są pięciokrotnie mniejsze od wirusa HIV, nie przenika przez materiał prezerwatywy. Nie przenika przez nią również męska sperma.
6. MIT	NIE ISTNIEJE RYZYKO CIĄŻY, JEŻELI DO WYTRYSKU DOCHODZI POZA POCHWĄ (np. w stosunku przerywanym) Badania pokazują, że młodzież często stosuje stosunek przerywany jako metodę antykoncepcji. Jest to zdecydowanie nieskuteczna metoda antykoncepcji. Po pierwsze, wymaga ona bardzo dużej koncentracji ze strony mężczyzny – przy pierwszych erotycznych uniesieniach, niedoświadczonemu mężczyźnie bardzo trudno jest wycofać się z pochwy partnerki na czas. Po drugie, w tzw. preejakulacie, (wydzielinie gruczołów opuszkowo-cewkowych), który wycieka z cewki moczowej przed wytryskiem (jego funkcją jest m. in. zwilżenie pochwy) też znajdują się plemniki zdolne do zapłodnienia.
7. PRAWDA	KONTAKTY ORALNE SĄ NIE BEZPIECZNĄ FORMĄ STOSUNKU Przez długi czas uznawano kontakty oralne za bezpieczne. Dziś wiemy, że ryzyko zakażenia HIV w trakcie kontaktu oralnego jest mniejsze, niż w trakcie innych zachowań seksualnych, ale nie jest równe zero. Wszelkie urazy jamy ustnej z nasieniem lub krwią grożą zakażeniem. Istnieją prezerwatywy, które mogą i powinny być używane w trakcie tego typu kontaktów.

# P R A C A   D O M O W A

Pracę domową uczniowie przygotowują w grupach kilkuosobowych.

**INSTRUKCJA:** Waszym zadaniem jest przygotowanie profilaktycznej kampanii reklamowej dotyczącej zdrowia reprodukcyjnego. Kampania ta powinna zawierać następujące elementy:

1. Mieć swój cel (np. zwiększenie częstotliwości wykonywania badań w kierunku HIV przez młodych ludzi)
2. Mieć adresatów – osoby, do których jest kierowana (np. nastolatki wracający z wakacji, którzy uprawiali na nich seks bez prezerwatywy)
3. Mieć nazwę i hasło promocyjne
4. Być zilustrowana zdjęciem lub rysunkiem Waszego autorstwa

Na kolejne zajęcia powinniście przynieść plakat (na flipcharcie) lub ulotkę (skserowaną dla wszystkich uczniów) zawierające powyższe elementy.

*PAMIĘTAJ: Profilaktyka oznacza działanie mające na celu zapobieganie szkodliwym zachowaniom.*

*Jeżeli uznacie, że mogą pomóc Wam przykłady prowadzonych już akcji profilaktycznych, kilka z nich możecie znaleźć m.in. w Internecie.*

**OMÓWIENIE:** Uczniowie oceniają wzajemnie swoje kampanie, nauczyciel wypisuje na tablicy cele wszystkich kampanii.