

Χαρακτηριστικά εφηβείας

ΕΝΟΤΗΤΑ 3: Δημιουργία και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3.1: Οικογενειακός Προγραμματισμός, Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία

ΕΝΟΤΗΤΑ 3: Δημιουργία και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού

Υποενότητες:

- 3.1. Οικογενειακός Προγραμματισμός, Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία
- 3.2. Ανάπτυξη Κοινωνικών Δεξιοτήτων και Σχέσεων
- 3.3. Διαπολιτισμικότητα - Αποδοχή και Διαχείριση Διαφορετικότητας

Οι γενικοί δείκτες επιτυχίας της ενότητας 3, έτσι όπως αναγράφονται στο Αναλυτικό Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού, είναι οι μαθητές/τριες:

- 1) Να κατανοούν τη σημασία του ρόλου του οικογενειακού προγραμματισμού, καθώς και τις διάφορες μορφές οικογένειας σε σχέση με τον κοινωνικό εαυτό.
- 2) Να αναπτύξουν θετικές στάσεις και δεξιότητες σε σχέση με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, λαμβάνοντας υπόψη και το κοινωνικό φύλο.
- 3) Να αναπτύξουν, να διαμορφώσουν και να εφαρμόσουν κοινωνικές δεξιότητες σε σχέση με την οικογένεια, το σχολείο και την κοινότητα.
- 4) Να αποδέχονται και να διαχειρίζονται τη διαφορετικότητα και τη διαπολιτισμικότητα/πολυπολιτισμικότητα σε σχέση με το άτομο και την κοινότητα.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3.1: Οικογενειακός Προγραμματισμός, Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία.

Βάσει του Αναλυτικού Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας, ο γενικός σκοπός αυτής της ενότητας είναι:

«Να προετοιμάσει το άτομο, ώστε να είναι ενεργός και αποφασιστικός πολίτης σε θέματα που αφορούν στον εαυτό του και στο περιβάλλον του, σε σχέση με τον οικογενειακό προγραμματισμό, τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική του υγεία» (Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών Αγωγής Υγείας, ΥΠΠ).

http://www.schools.ac.cy/eyliko/mesi/themata/oikiaki_oikonomia/analytika_programmata.html

Δείκτες Επιτυχίας:

Οι μαθητές/τριες

- Να αναλύουν τον ρόλο των δύο φύλων στο πλαίσιο της φιλίας, της σχέσης, του γάμου, της οικογένειας.
- Να γνωρίζουν, να συζητούν και να υλοποιούν δράσεις που υπερασπίζονται τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα.
- Να αναφέρουν χαρακτηριστικά σεξουαλικής ωρίμανσης (σωματικής, συναισθηματικής).

- Να επεξηγούν και να απαριθμούν τρόπους αντισύλληψης και να επεξεργάζονται τρόπους πρόληψης επικίνδυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς και αποφυγής σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων.
- Να διερευνούν παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, όπως ΜΜΕ, νομοθεσία και θρησκεία.
- Να γνωρίζουν δομές στην κοινότητα που σχετίζονται με θέματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.
- Να αναλύουν (μέσα από μελέτη περιστατικού) τις επιπτώσεις της εγκυμοσύνης και της διακοπής της στην εφηβεία.
- Να διακρίνουν τους μύθους από τις πραγματικότητες για τις διάφορες μορφές βίας (σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική, οικονομική) εντός της οικογένειας αλλά και ευρύτερα.
- Να γνωρίζουν δομές/φορείς που ασχολούνται με θέματα βίας.

Επισημάνσεις για τον/την εκπαιδευτικό

Η **περιγραφή των ενδεικτικών δραστηριοτήτων** αυτής της ενότητας, παρουσιάζεται, κυρίως, με βάση τον κάθε δείκτη επιτυχίας ξεχωριστά, για να είναι κατανοητή η ενδεικτική δομή του περιεχομένου της ενότητας 3.1: Οικογενειακός Προγραμματισμός, Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία. Σε κάποιες περιπτώσεις όμως, θα διαπιστωθεί πως ορισμένες εισηγήσεις δραστηριοτήτων, ικανοποιούν ταυτόχρονα διάφορους δείκτες επιτυχίας, τόσο αυτής της ενότητας, όσο και άλλων υποενοτήτων.

Οι **διδακτικές περίοδοι** των δραστηριοτήτων είναι ενδεικτικές. Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να τις διαφοροποιήσει, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες των μαθητών/τριών της τάξης, καθώς και των δράσεων που θα πραγματοποιηθούν.

Ο/Η εκπαιδευτικός θα ήταν καλό για την εισαγωγή αυτού του κεφαλαίου να αναφέρει (ή να υπενθυμίσει) και όπου χρειάζεται να συζητήσει με τους/τις μαθητές/τριές του/της, τους **«Κανόνες διεξαγωγής σεμιναρίων ή εργαστηρίων»**, για να κτιστούν τα θεμέλια για την ομαλή πραγματοποίηση των δραστηριοτήτων.

Οι κανόνες θα ήταν καλό να αναρτηθούν στην πινακίδα της τάξης, έτσι ώστε να τους τηρούν οι μαθητές/τριες σε κάθε μάθημα.

Εναλλακτικά, με μια σύντομη συζήτηση, οι μαθητές/τριες μπορούν να ορίσουν τους δικούς τους *κανόνες αμοιβαίας εμπιστοσύνης και σεβασμού*, και να τους υπογράψουν όλοι, υπό μορφή ενός *συμβολαίου συνεργασίας*.

Βασικοί Κανόνες Διεξαγωγής Εργαστηρίων/Σεμιναρίων

1. Τηρούμε εχεμύθεια.
2. Αναλαμβάνουμε την ευθύνη για τη δική μας μάθηση.
3. Σεβόμαστε τον εαυτό μας και τους άλλους.
4. Ακούμε τον/την άλλο/η όταν μιλάει (δεν μιλάμε όταν μιλά άλλος).
5. Σεβόμαστε και εκτιμούμε τη διαφορετικότητα.

6. **Δεν κάνουμε προσωπικές επιθέσεις, ούτε γελάμε με αυτά που λένε άλλοι, αλλά συζητάμε όλες τις ιδέες και τις απόψεις που εκφράζονται με ευγένεια.**
7. **Έχουμε το δικαίωμα να μη μιλήσουμε.**
8. **Αρχίζουμε και τελειώνουμε στην ώρα μας.**

Στη συνέχεια, συστήνεται να ξεκαθαριστούν στα παιδιά οι στόχοι της θεματικής ενότητας. Σημαντικό, επίσης, είναι να επεξηγηθούν οι ορισμοί (όπου είναι απαραίτητο) που συμπεριλαμβάνονται στο θέμα της ενότητας, ώστε οι μαθητές/τριες να αποκτήσουν μια θετική στάση για το περιεχόμενο των δραστηριοτήτων που θα ακολουθήσουν.

Οι **μεθοδολογικές προσεγγίσεις** που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να επεξηγήσουν οι μαθητές/τριες τους ορισμούς αυτούς, είναι η ιδεοθύελλα (αναγραφή του ορισμού στον πίνακα), η συζήτηση στις ομάδες, η προβολή ενός σύντομου σχετικού βίντεο, η παρουσίαση κάποιων πρόσφατων στατιστικών δεδομένων κ.ά.

Ενδεικτική δραστηριότητα εισαγωγής (αφόρμησης) για τον ορισμό της σεξουαλικότητας παρουσιάζεται στην εισαγωγή δραστηριοτήτων.

Γενικά σημεία που πρέπει να ληφθούν υπόψη σε αυτή την υποενότητα:

- Η επανάληψη συστήνεται να γίνεται όπου είναι απαραίτητο.
- Δεν χρειάζεται να δίνει ο/η εκπαιδευτικός περισσότερες πληροφορίες από όσες χρειάζονται οι μαθητές/τριες. Ο/Η εκπαιδευτικός είναι αυτός/ή που θα κρίνει, κατά πόσο χρειάζεται πραγματικά να δοθούν ή όχι οι επιπρόσθετες πληροφορίες. Επίσης, είναι αυτός/αυτή που θα αποφασίσει αν θα δοθούν οι επιπρόσθετες πληροφορίες στο περιβάλλον της τάξης ή κατ' ιδίαν με τον/τη μαθητή/τρια. Άλλωστε, πολλοί είναι αυτοί που υποστηρίζουν πως τα ίδια τα παιδιά θα επεξεργαστούν και θα ζητήσουν να μάθουν αυτά που χρειάζονται.
- Πραγματοποιείται εμβάθυνση στα θέματα όσο οι μαθητές/τριες μεγαλώνουν, επειδή χρειάζονται χρόνο να εξοικειωθούν με τη θεματολογία για να μπορούν να επεξεργαστούν πληροφορίες (Η ενότητα διδάσκεται από την προδημοτική με βάση τα ΝΑΠ Αγωγής Υγείας).
- Η εχεμύθεια, η εμπιστευτικότητα και ο σεβασμός είναι στοιχεία, απαραίτητα για τη λειτουργική πλαισίωση του μαθήματος.
- Οι προτεινόμενες δραστηριότητες ενεργοποίησης που αναφέρονται στα παραρτήματα του οδηγού, συστήνεται να εφαρμοστούν κατά τη διάρκεια της ενότητας, καθώς είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές.
- Οι δραστηριότητες για χαλάρωση, ενεργοποίηση και δέσιμο της ομάδας, συστήνεται να πραγματοποιούνται στο ξεκίνημα (ή και στο τέλος) του κάθε κεφαλαίου αυτής της ενότητας. Σχετικές δραστηριότητες αναφέρονται στα Παραρτήματα, καθώς και στις αναφερόμενες πηγές αυτής της ενότητας.

Χρήσιμοι Ορισμοί/Θεωρητικό/Εννοιολογικό πλαίσιο:

Οικογενειακός Προγραμματισμός

«Η συνειδητή προσπάθεια ζευγαριών ή ατόμων να προγραμματίσουν και να επιτύχουν τον επιθυμητό για αυτά αριθμό παιδιών και να ρυθμίσουν τη χρονική απόσταση και τη στιγμή των γεννήσεων τους. Ο οικογενειακός προγραμματισμός επιτυγχάνεται μέσω αντισύλληψης και μέσω της ακούσιας στειρότητας»

Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (ΠΟΥ), retrieved by http://www.who.int/topics/family_planning/en/

Σεξουαλικότητα

"Η σεξουαλικότητα είναι η βασική πτυχή της ανθρώπινης ύπαρξης και μπορεί να περιλαμβάνει την ερωτική επιθυμία, τη συμπεριφορά των ατόμων σε σχέση με τη σεξουαλική έλξη, την οικειότητα, την απόλαυση, την ταυτότητα και τους ρόλους των φύλων. Εκφράζεται μέσω των σκέψεων, των φαντασιώσεων, των επιθυμιών, των αντιλήψεων, των αξιών, των συμπεριφορών, των ρόλων και των σχέσεων. Επηρεάζεται από βιολογικούς, ψυχολογικούς, κοινωνικούς, οικονομικούς, πολιτικούς, ιστορικούς, θρησκευτικούς και άλλους παράγοντες".

Πηγή: Διεθνής Οργανισμός Υγείας. World Health Organization (2006). *Defining Sexual Health: Report of a technical consultation on sexual health, 2002 Geneva*. W.H.O: Geneva, retrieved by http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf

Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία

- Υποδηλώνει ότι το άτομο είναι ικανό να έχει υπεύθυνη και ασφαλή σεξουαλική ζωή και ότι έχει τη δυνατότητα αναπαραγωγής και την ελευθερία στο να αποφασίσει εάν, πότε και πόσο συχνά θα έχει σεξουαλική ζωή. Είναι σημαντικό το δικαίωμα του ατόμου (γυναικών και ανδρών) για ενημέρωση και παροχή ασφαλών, κοινωνικά και οικονομικά αποδεκτών μεθόδων για αναπαραγωγή της επιλογής του. Εξίσου σημαντικό είναι το δικαίωμα πρόσβασης στις υπηρεσίες υγείας, που θα βοηθήσει τις γυναίκες να έχουν ασφαλή εγκυμοσύνη και τοκετό αλλά και όσο το δυνατόν κατάλληλη παροχή τέτοιων συνθηκών, οι οποίες να προσφέρουν ασφάλεια του βρέφους στο κάθε ζευγάρι (Π.Ο.Υ., 1994).
- Είναι η ύπαρξη φυσικής, ψυχικής και κοινωνικής ευημερίας σε σχέση με τη σεξουαλικότητα. Δεν είναι απλώς η απουσία ασθενειών ή η αποφυγή μιας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης.
- **Για τους εφήβους, η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, σημαίνει μεταξύ άλλων:**
 - ❖ Απόκτηση θετικών στάσεων και καλλιέργεια δεξιοτήτων για έναν υγιή τρόπο ζωής.
 - ❖ Υγιής σωματική, συναισθηματική, σεξουαλική, πνευματική, κοινωνική ανάπτυξη.
 - ❖ Πλήρης πρόσβαση στην έγκυρη ενημέρωση για την υγεία τους.
 - ❖ Εύκολη πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας και λήψη κατάλληλης υγειονομικής φροντίδας.
 - ❖ Πρόσβαση σε υπηρεσίες πληροφόρησης, εκπαίδευσης και επικοινωνίας, για θέματα που αφορούν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, συμπεριλαμβανομένης της πρόληψης πρόωρης εγκυμοσύνης, της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης και της πρόληψης του HIV/AIDS, καθώς και άλλων σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών.
- Εφόσον η **Υγεία** αποτελεί **Θεμελιώδες Ανθρώπινο Δικαίωμα**, τότε και η **Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία** είναι **Βασικό Ανθρώπινο Δικαίωμα**.

Σεξουαλική Αγωγή

Είναι η διά βίου διαδικασία απόκτησης πληροφοριών και διαμόρφωσης στάσεων, αντιλήψεων και αξιών σε θέματα ταυτότητας, σχέσεων και στενών επαφών. Περιλαμβάνει τη βιολογική, κοινωνικοπολιτισμική, ψυχολογική και πνευματική διάσταση της σεξουαλικότητας. Ενδυναμώνει το άτομο, προάγει την καλή οικογενειακή ζωή και την υγεία, καθώς και τον σεβασμό της διαφορετικότητας.

Αντικειμενικός στόχος της σεξουαλικής αγωγής είναι η ενίσχυση και η υποστήριξη των νεαρών εφήβων μέσα από τη σωματική, τη συναισθηματική και την ηθική τους ανάπτυξη. Το σχολικό περιβάλλον είναι ένας από τους πλέον κατάλληλους χώρους στους οποίους το παιδί μαθαίνει να σέβεται τον εαυτό του και τους άλλους και να προχωρά με αυτοπεποίθηση προς την ενηλικίωση. (PSHE, Department for education and employment, 2000, Σημειώσεις ΝΑΠ Επιτροπής Αγωγής Υγείας Μέσης Εκπαίδευσης).

Τι περιλαμβάνει η Σεξουαλική Αγωγή;

1) Ανθρώπινη ανάπτυξη

Περιλαμβάνει ανατομία/φυσιολογία του αναπαραγωγικού συστήματος, την αναπαραγωγή, την εικόνα του σώματος, σεξουαλική ταυτότητα και την εφηβεία.

2) Σχέσεις

Περιλαμβάνει θέματα όπως η οικογένεια, η φιλία, η αγάπη, οι σχέσεις με το άλλο φύλο, ο γάμος και η δέσμευση και η ανατροφή των παιδιών.

3) Προσωπικές δεξιότητες

Θέματα όπως οι αξίες, η λήψη αποφάσεων, η επικοινωνία, η διεκδίκηση και η εξεύρεση βοήθειας.

4) Σεξουαλική συμπεριφορά

Σεξουαλικότητα κατά τη διάρκεια της ζωής, αυνανισμός, σεξουαλική συμπεριφορά προς άλλους, αποχή, σεξουαλική ανταπόκριση.

5) Σεξουαλική υγεία

Αντισύλληψη, διακοπή εγκυμοσύνης, ΣΜΝ, σεξουαλική κακοποίηση και αναπαραγωγική υγεία.

6) Κοινωνία και κουλτούρα

Ρόλοι των φύλων, σεξουαλικότητα και θρησκεία, διαφορετικότητα και σεξουαλικότητα, ΜΜΕ και η επίδρασή τους.

Σημείωση: Το πιο πάνω περιεχόμενο της σεξουαλικής αγωγής (περιεκτικής) αφορά όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης και οι δραστηριότητες επιλέγονται, ανάλογα με το επίπεδο της ηλικίας, των γνώσεων, της κουλτούρας και των αναγκών των μαθητών/τριών της κάθε τάξης ξεχωριστά.

Η **Περιεκτική Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση** προωθείται στη Μέση Εκπαίδευση, μέσα από το Πρόγραμμα Σπουδών Αγωγής Υγείας Μέσης Εκπαίδευσης του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού. Σύμφωνα με τη Διεθνή Ομοσπονδία Οικογενειακού Προγραμματισμού, η περιεκτική σεξουαλική διαπαιδαγώγηση είναι *«μια προσέγγιση βασισμένη στα ανθρώπινα δικαιώματα, που σκοπό έχει να εφοδιάσει τους νέους με τις γνώσεις, τις δεξιότητες, τις*

στάσεις και τις αξίες που απαιτούνται για να είναι σε θέση να παίρνουν πληροφορημένες αποφάσεις και να απολαμβάνουν τη σεξουαλικότητά τους σωματικά, συναισθηματικά, ατομικά και στις σχέσεις τους. Προσεγγίζει τη σεξουαλικότητα ολιστικά και εντός του πλαισίου της συναισθηματικής και κοινωνικής ανάπτυξης» (www.ippf.org, International Planned Parenthood Federation (2006), Framework on Sexuality Education).

Η **αποτελεσματική περιεκτική σεξουαλική διαπαιδαγώγηση**, θα πρέπει να επιτυγχάνει μια ισορροπία μεταξύ της απόκτησης των:

- **Στάσεων:** εκτίμηση και αποδοχή της διαφορετικότητας, σεβασμός, θετική αυτοεκτίμηση, ανοχή και ευθύτητα για το σεξ, κοινωνικό φύλο (ισότητα και διακρίσεις με βάση το φύλο).
- **Δεξιότητων:** διαπραγμάτευση, επικοινωνία, θετική διεκδίκηση, φροντίδα του εαυτού και των άλλων, προσωπικές δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων, δεξιότητες για λήψη αποφάσεων.
- **Γνώσεων:** εφηβεία, βιολογικό και κοινωνικό φύλο, λειτουργία του αναπαραγωγικού συστήματος του άνδρα και της γυναίκας, γονιμότητα, αντισύλληψη και ΣΜΝ, πληροφορίες για τον σεξουαλικό προσανατολισμό και τη σεξουαλικότητα, αρμόδιες δομές.

Σημαντικό είναι να τονιστεί πως η σεξουαλική εκπαίδευση, θα πρέπει να είναι **ουδέτερη** όσον αφορά το φύλο και το σεξουαλικό προσανατολισμό, αποφεύγοντας τις στερεοτυπικές προσεγγίσεις των φύλων και εστιάζοντας στην αντικειμενική πληροφόρηση, καταρρίπτοντας μύθους και προκαταλήψεις.

Μέσα από την περιεκτική σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, οι εκπαιδευτικοί Οικιακής Οικονομίας – Αγωγής Υγείας, καλούνται να προαγάγουν στην ολότητά τους, τον σεβασμό στη διαφορετικότητα και να δημιουργήσουν μια κουλτούρα αποδοχής των θεμάτων του σεξουαλικού προσανατολισμού και της ταυτότητας του φύλου.

Χωρίς αμφιβολία, η καλλιέργεια κουλτούρας αποδοχής και σεβασμού της διαφορετικότητας στην εκπαίδευση, ενδυναμώνει ένα περιβάλλον σεβασμού των δικαιωμάτων όλων των μαθητών/τριών και παρέχει τη δυνατότητα ανάπτυξης υπεύθυνων πολιτών, που θα συμμετάσχουν με επιτυχία, τόσο στη διαδικασία της μάθησης, όσο και στη διαμόρφωση μιας κοινωνίας ανοιχτής και ισότιμης.

Πηγές:

- SIECUS: Πρόγραμμα Σεξουαλικής Αγωγής στις ΗΠΑ.
- WHO: Standards of sexual education in Europe.
- UNAIDS: International Technical Guidance on Sexuality Education: An evidence – informed approach for schools, teachers and health educators
- http://www.no-discrimination.ombudsman.gov.cy/sites/default/files/omophobia_grammar_school_nov._2012.doc
- Σαββίδου, Ε. (2012). Έκθεση Αρχής κατά των Διακρίσεων για την ομοφοβία στην εκπαίδευση και το χειρισμό ομοφοβικών περιστατικών. Λευκωσία: Γραφείο Επιτρόπου Διοικήσεως.

Διεθνή δεδομένα για την Αναπαραγωγική Υγεία

Η ανάγνωση των στατιστικών που αφορούν στην αναπαραγωγική υγεία, δείχνει ότι κάθε χρόνο:

- Περίπου 210.000.000 γυναίκες υφίστανται απειλητικές για τη ζωή επιπλοκές της εγκυμοσύνης, που συχνά οδηγούν σε σοβαρές αναπηρίες.
- 500.000 γυναίκες πεθαίνουν κατά την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και τη λοχεία (περισσότερο από το 99% αυτών των θανάτων συμβαίνει στις αναπτυσσόμενες χώρες) (WHO 2000).
- 3.000.000 μωρά πεθαίνουν την πρώτη εβδομάδα της ζωής τους και περίπου 3.300.000 ακόμα παιδιά γεννιούνται με προβλήματα (Lawn 2005).
- Περισσότερα από 120.000.000 ζευγάρια αντιμετωπίζουν προβλήματα στην υιοθέτηση μεθόδων αντισύλληψης (Ross 2002).
- 80.000.000 γυναίκες κάθε χρόνο έχουν ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, από τις οποίες 45.000.000 τερματίζονται. Από αυτές τις 45.000.000 αμβλώσεις οι 19.000.000 γίνονται σε μη ασφαλές περιβάλλον, ενώ το 40% από αυτές γίνεται σε γυναίκες κάτω των 25 ετών, και περίπου 68.000 γυναίκες πεθαίνουν κάθε χρόνο από επιπλοκές που αφορούν σε μη ασφαλείς αμβλώσεις (WHO 2004).
- Ένας υπολογιζόμενος αριθμός 340.000.000 νέων περιπτώσεων σεξουαλικά μεταδιδόμενων βακτηριακών και πρωτοζωικών λοιμώξεων, εμφανίζονται κάθε χρόνο, με το ένα τρίτο από αυτές, να αφορά σε άτομα ηλικίας κάτω των 25 χρονών (WHO 2001). Τέτοιες λοιμώξεις συμβάλλουν στο παγκόσμιο πρόβλημα της υπογονιμότητας και στειρότητας -λόγω της παθοφυσιολογίας τους - που αφορά σε περισσότερα από 180.000.000 ζευγάρια σε παγκόσμιο επίπεδο στις αναπτυσσόμενες χώρες (Rutstein, Shah 2004).
- Κάθε χρόνο εμφανίζονται περίπου 5.000.000 νέα κρούσματα λοίμωξης από τον ιό HIV, (UNAIDS 2005) και 257.000 θάνατοι από καρκίνο του τραχήλου της μήτρας (Mathers 2005), που συμπληρώνουν με τον χειρότερο και πιο οδυνηρό τρόπο τα προβλήματα που αφορούν στην αναπαραγωγική και σεξουαλική υγεία.

Τα φαινόμενα της φυσικής και σεξουαλικής βίας, που αναφέρονται σε 1 στις 2 έως και 1 στις 6 γυναίκες - ανάλογα με τις διάφορες μελέτες - είναι ένας υποκείμενος παράγοντας κινδύνου, για πολλά από τα προβλήματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας (Garcia - Moreno 2005).

Πηγές:

- Υπουργείο Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης (2008) *Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τη Δημόσια Υγεία, 2008-2012*. Αθήνα: Υπουργείο Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης
- Διεθνής Ομοσπονδία Οικογενειακού Προγραμματισμού (IPPF), [http://ippf.org/resources/browse/?filters=tid%3A573`](http://ippf.org/resources/browse/?filters=tid%3A573)

Οι πιο κάτω πηγές (ιστοχώροι) αναφέρουν, επίσης, πρόσφατα έγκυρα στατιστικά/επιδημιολογικά στοιχεία, αναφορικά με θέματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.

- IPPFEN, <http://www.ippfen.org/en/Resources/Links.htm>
- Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, http://www.who.int/topics/sexual_health/en/
- Women Deliver, <http://www.womendeliver.org/knowledge-center/>
- UNFPA, https://www.unfpa.org/public/site/global/search_pubs,
https://www.unfpa.org/public/cache/bypass/home/publications/search_pubs
- Center for Disease Control, <http://www.cdc.gov/sexualhealth/>
- SIECUS, <http://www.sexedlibrary.org/index.cfm?pagelD=780>

Πηγές

- Επαμεινώνδα, Ε. Νεοκλέους, Ε. Τιγγιρίδου, Μ., (2007). *Πρώτα Βήματα: Οδηγός Εκπαίδευσης για Υγιείς Σχέσεις*. Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού.
- SIECUS (*Sexuality information and education council of the US*), <http://www.siecus.org>
- YOUACT, Εκπαιδευτική Ομάδα Συνόδου Μελέτης., (2008). *Ευρωπαϊκός Χάρτης Νέων για τη Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία και Δικαιώματα: Μια προοπτική βασισμένη στα δικαιώματα*. Έκδοση: Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού.
- Bronne G. *The triple "S"*, <http://www.parkinsonsvic.org.au/help-finder/treatment-options/documents/tripleS.pdf>
- Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, <http://www.who.int/en/>
- World Health organization (2006). *Defining Sexual Health: Report of a technical consultation on sexual health, 2002 Geneva*. W.H.O: Geneva, retrieved by http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf
- BZGA, Federal Center for Health Education (2010). *Standards for Sexuality Education in Europe. A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists*. Cologne: BZGA.
- International Sexuality and HIV Curriculum Working Group, (2009). *It's All One Curriculum: Guidelines and Activities for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education*. Population Council, New York.
- Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού, <http://www.cyfamplan.org/FamPlan/page.php?pageID=49>
- Υπουργείο Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης, (2008). *Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τη Δημόσια Υγεία, 2008-2012*. Αθήνα: Υπουργείο Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης.
- PSHE Personal Social Health and Economic Education <http://www.pshe-association.org.uk/>
- Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (ΠΟΥ), retrieved by http://www.who.int/topics/family_planning/en/

Εισαγωγικές Δραστηριότητες (δραστηριότητες αφόρμησης) της υποενότητας 3.1:

Πριν την εφαρμογή κάποιας από τις προτεινόμενες δραστηριότητες, συστήνεται να αναφέρουν οι μαθητές/τριες τους λόγους που δημιουργούμε σχέσεις. Το περιεχόμενο του τετραδίου του μαθητή της Γ΄ Γυμνασίου, με τίτλο: **Γιατί δημιουργούμε σχέσεις**; μπορεί να κατευθύνει τον/την εκπαιδευτικό για αυτή τη συζήτηση.

Η αναφορά στην Πυραμίδα του Maslow και την ικανοποίηση των ανθρώπινων αναγκών (προϋπάρχουσα γνώση) μπορεί να αποτελέσει αφόρμηση για την εισαγωγή του κεφαλαίου.

Δραστηριότητα 1: Οι κύκλοι της ανθρώπινης σεξουαλικότητας

(Προσαρμογή από: Circle of sexuality,

<http://www.advocatesforyouth.org/for-professionals/lessonplansprofessionals/198?task=view>)

Ο/Η εκπαιδευτικός γράφει στον πίνακα τον όρο «σεξουαλικότητα». Καλεί τους/τις μαθητές/τριες να αναφέρουν λέξεις κλειδιά που πιστεύουν πως συνδέονται με τον όρο αυτό. Σε περίπτωση που οι μαθητές/τριες περιοριστούν στην αναφορά της σεξουαλικής επαφής, ο/η εκπαιδευτικός κυκλώνει τα πρώτα τρία γράμματα της λέξης (σεξ) και τους αναφέρει πως το σεξ είναι μέρος αυτού του όρου και πως ο όρος σεξουαλικότητα αφορά πολλές πτυχές της ζωής του ανθρώπου.

Στη συνέχεια, τούς εξηγεί πως η ανθρώπινη σεξουαλικότητα έχει διάφορα χαρακτηριστικά. Αναγράφει στον πίνακα αυτά τα χαρακτηριστικά – στοιχεία της σεξουαλικότητας (ή προβάλλονται σε διαφάνεια) και τα κυκλώνει (εναλλακτικά μπορούν να συμπληρώσουν ομαδικά οι μαθητές/τριες το **φύλλο εργασίας 1**).

(α) Αισθήσεις - συναισθήματα, (β) οικειότητα - επικοινωνία, (γ) συμπεριφορά,
(δ) αναπαραγωγή, (ε) σεξουαλικές ορμές - σεξουαλική - σωματική έλξη.

Η ανθρώπινη σεξουαλικότητα είναι άμεσα συνδεδεμένη με τα πιο πάνω ανθρώπινα χαρακτηριστικά. Οι μαθητές/τριες επεξηγούν αυτά τα χαρακτηριστικά της σεξουαλικότητας και ο/η εκπαιδευτικός γράφει τα παραδείγματα που αναφέρουν στους αντίστοιχους κύκλους.

Γίνεται σύντομη συζήτηση των πιο κάτω ερωτήσεων:

1. Ποια από αυτά τα χαρακτηριστικά είναι πιο γνωστά στα παιδιά της ηλικίας σας; Ποια από αυτά τα χαρακτηριστικά είναι λιγότερο γνωστά; Γιατί πιστεύετε πως συμβαίνει αυτό;
2. Ποια χαρακτηριστικά στοιχεία σας έχουν κάνει εντύπωση και γιατί;
3. Με ποιον «κύκλο» νιώθετε άνετα να συζητάτε: (α) με τους γονείς/κηδεμόνες ή με μεγαλύτερους σας (β) με φίλους/ες (γ) με καθηγητές/τριες; Γιατί;
4. Είναι η σεξουαλικότητα φυσιολογικό χαρακτηριστικό της εφηβείας;

Τέλος, οι μαθητές/τριες επεξηγούν το πώς αντιλαμβάνονται τον ορισμό της σεξουαλικότητας (αναγράφεται στο τετράδιο εργασιών).

Σημείωση: Σε περίπτωση που οι μαθητές/τριες επιθυμούν να συζητήσουν θέματα σχετικά με τη σεξουαλικότητα και την εφηβεία, ο/η εκπαιδευτικός συστήνεται να το κάνει, έτσι ώστε να καταρριφθούν οι όποιοι μύθοι ή παραπληροφόρηση έχουν οι μαθητές/τριες, γύρω από το θέμα.

Επιπρόσθετες ιδέες για την εισαγωγή της ενότητας:

- Οι μαθητές/τριες ερευνούν διάφορα διεθνή δεδομένα από έγκυρες πηγές πληροφόρησης για την αναπαραγωγική υγεία των νέων και μέσα από τη συζήτηση εκφράζουν τους προβληματισμούς, τις εντυπώσεις και τις απόψεις τους.
- Σύντομη προβολή μικρού μήκους βίντεο, σχετικού με την εφηβεία και τα χαρακτηριστικά της.
Ενδεικτικό φιλμάκι: <http://www.youtube.com/watch?v=aTY52flChKs> Teen Facts growing Pains
- Προβολή τραγουδιών από διάφορες εποχές που έχουν θέμα τη φιλία, την αγάπη, τη συντροφιά, την επικοινωνία.
- Παράγοντες που επηρεάζουν τις αξίες των εφήβων (καταιγισμός ιδεών ή/και εργασία σε ομάδες).

Ρόλος των δύο φύλων

Δείκτης Επιτυχίας:

Οι μαθητές/τριες

- Να αναλύουν τον ρόλο των δύο φύλων σε πλαίσια όπως αυτά της φιλίας, της σχέσης, του γάμου, της οικογένειας.

Αυτός ο δείκτης επιτυχίας υλοποιείται από την Α΄ Γυμνασίου μέχρι και τη Γ΄ Γυμνασίου, μέσα από τις διάφορες θεματικές ενότητες με διαφορετικές μεθοδολογικές προσεγγίσεις. Συγκεκριμένα ο ρόλος των δύο φύλων στο πλαίσιο της φιλίας και της σχέσης αναλύεται στην Α΄ Γυμνασίου στα κεφάλαια: Εφηβεία, Φιλία, Επίλυση συγκρούσεων κ.ά. Ο ρόλος των δύο φύλων αναλύεται πιο βαθιά, στο πλαίσιο του γάμου, αλλά κυρίως της οικογένειας, στη Β΄ Γυμνασίου, μέσα από τις δραστηριότητες των κεφαλαίων αξίες ζωής, κοινωνικό – βιολογικό φύλο, σχέσεις εφήβων, μορφές βίας – εκφοβισμός.

Στη Γ΄ Γυμνασίου, ο ρόλος των δύο φύλων, αναλύεται κυρίως μέσα από τις διάφορες δραστηριότητες των πιο κάτω ενοτήτων:

Θεματική Ενότητα 3: Δημιουργία και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού

Θεματική Ενότητα 4: Δημιουργία ενεργού πολίτη

Με διαφορετικές μεθοδολογικές προσεγγίσεις, ο ρόλος των δύο φύλων θα συζητηθεί και θα αναλυθεί στα ΝΑΠ Οικογενειακής Αγωγής στο Λύκειο, τόσο στο πλαίσιο της φιλίας και των σχέσεων, όσο και στο πλαίσιο του γάμου και της οικογένειας.

Σημειώνεται, ότι για ανάκληση συστήνεται να πραγματοποιηθούν σύντομες δραστηριότητες για το θέμα του ρόλου των δύο φύλων. Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να επιλέξει σχετική δραστηριότητα από αυτές που αναγράφονται στον Οδηγό εκπαιδευτικού της Β΄ Γυμνασίου. Επιπρόσθετες δραστηριότητες είναι αναρτημένες στην ιστοσελίδα του κλάδου μας (παρουσίαση εγχειριδίων), καθώς και στην ιστοσελίδα του ΥΠΠ: Οικιακή Οικονομία Μέσης Εκπαίδευσης.

Επισημαίνεται, επίσης, πως σχεδόν σε όλα τα κεφάλαια που συμπεριλαμβάνονται στο περιεχόμενο της Γ΄ Γυμνασίου, παρουσιάζονται δραστηριότητες σχετικές με το ρόλο των δύο φύλων, την ισότητα των δύο φύλων, τον επαγγελματικό προσανατολισμό σε σχέση με το φύλο, τον σεβασμό στη διαφορετικότητα και τα στερεότυπα.

Σεξουαλικά και Αναπαραγωγικά Δικαιώματα

Δείκτης Επιτυχίας:

Οι μαθητές/τριες:

- Να γνωρίζουν και να συζητούν τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα.

Αυτός ο δείκτης επιτυχίας προτείνεται να υλοποιηθεί τόσο σε αυτή την υποενότητα (**3.1. Οικογενειακός Προγραμματισμός, Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία**), όσο και σε συνδυασμό με την υποενότητα **4.3. Δικαιώματα και Υποχρεώσεις** και την υποενότητα **3.3. Διαπολιτισμικότητα, αποδοχή και διαχείριση της διαφορετικότητας**.

Οι μαθητές/τριες:

- Να αναγνωρίζουν τα δικαιώματα όλων των μελών και ομάδων του κοινωνικού συνόλου, όπως αυτά εμπεριέχονται στη Διεθνή Συνθήκη Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων του ΟΗΕ.
- Να εντοπίζουν και να αντιμετωπίζουν κριτικά διάφορα κοινωνικά στερεότυπα που αφορούν το φύλο, την εμφάνιση, την εθνικότητα κ.ά.
- Να εισηγούνται τρόπους διαχείρισης της διαφορετικότητας σε επίπεδο εθνικότητας, σεξουαλικού προσανατολισμού ή άλλο.

Χρόνος: 2 – 3 διδακτικές περιόδοι

Θεωρητικό - Εννοιολογικό Πλαίσιο

Ο Χάρτης των Σεξουαλικών και Αναπαραγωγικών Δικαιωμάτων της Διεθνούς Ομοσπονδίας Οικογενειακού Προγραμματισμού* (ΔΟΟΠ / IPPF) βασίζεται σε 12 δικαιώματα, τα οποία είτε στηρίζονται σε διεθνείς οργανώσεις ανθρωπίνων δικαιωμάτων, είτε η ΔΟΟΠ θεωρεί ότι συνεπάγονται αυτών. Αυτό εξασφαλίζει την εγκυρότητα που έχουν τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα ως ανθρώπινα δικαιώματα - εφαρμόζοντας διεθνώς αποδεκτή ορολογία από τις Συνθήκες για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα - τα οποία φέρουν το κύρος του διεθνούς νόμου σε σεξουαλικά και αναπαραγωγικά θέματα.

Η Διεθνής Ομοσπονδία Οικογενειακού Προγραμματισμού (ΔΟΟΠ) είναι ο μεγαλύτερος διεθνής, μη κυβερνητικός, εθελοντικός οργανισμός, που ασχολείται με θέματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και με θέματα δικαιωμάτων των ανθρώπων.

Τα 12 Σεξουαλικά και Αναπαραγωγικά Δικαιώματα, όπως ορίζονται στον Χάρτη της ΔΟΟΠ (IPPF, 1995) είναι:

1. **Το δικαίωμα στη ζωή**, που σημαίνει, μεταξύ άλλων, ότι καμιάς γυναίκας η ζωή δεν πρέπει να τεθεί σε κίνδυνο λόγω μιας εγκυμοσύνης.
2. **Το δικαίωμα στην ελευθερία και ασφάλεια του ατόμου***, που αναγνωρίζει ότι καμία γυναίκα δεν πρέπει να υποστεί ακρωτηριασμό των αναπαραγωγικών οργάνων, αναγκαστική εγκυμοσύνη, έκτρωση και κανένα άτομο, δεν πρέπει να υποστεί στέρωση.

3. **Το δικαίωμα στην ισότητα και στην απελευθέρωση από κάθε μορφή διάκρισης**, που συμπεριλαμβάνει και τη διάκριση σε σχέση με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική ζωή του ατόμου.
4. **Το δικαίωμα στην ιδιωτική ζωή**, που σημαίνει ότι όλες οι ιατρικές υπηρεσίες σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας οφείλουν να είναι εμπιστευτικές, και ότι όλες οι γυναίκες έχουν δικαίωμα να αποφασίζουν αυτόνομα για τις αναπαραγωγικές τους επιλογές.
5. **Το δικαίωμα στην ελευθερία σκέψης**, που συμπεριλαμβάνει την ελευθερία στην έκφραση σκέψης σε σχέση με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική ιατρική φροντίδα και άλλα θέματα, παρά την περιοριστική ερμηνεία θρησκευτικών κειμένων, πιστεύω, φιλοσοφιών και εθίμων που, ενδεχομένως, να υποτιμούν αυτή την ελευθερία.
6. **Το δικαίωμα στην πληροφόρηση και εκπαίδευση**, σε σχέση με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία για όλα τα άτομα, συμπεριλαμβανομένης και της πρόσβασης σε ολοκληρωμένη πληροφόρηση για τα οφέλη, τους κινδύνους, και την αποτελεσματικότητα όλων των μεθόδων ρύθμισης της γονιμότητας, ώστε όλες οι αποφάσεις να παίρνονται με βάση την ολοκληρωμένη, ελεύθερη, και πληροφορημένη συγκατάθεση του ατόμου.
7. **Το δικαίωμα επιλογής γάμου ή όχι και της δημιουργίας προγραμματισμένης οικογένειας**.
8. **Το δικαίωμα απόφασης εάν ή πότε θα αποκτήσει παιδιά**.
9. **Το δικαίωμα στη φροντίδα και προστασία της υγείας**, που συμπεριλαμβάνει το δικαίωμα στην καλύτερης δυνατής ποιότητας ιατρική φροντίδα των πελατών, και το δικαίωμα να είναι ελεύθεροι από παραδοσιακές συνήθειες που είναι επιζήμιες για την υγεία.
10. **Το δικαίωμα στα οφέλη της επιστημονικής προόδου**, που συμπεριλαμβάνει το δικαίωμα στους χρήστες των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών υπηρεσιών υγείας να έχουν πρόσβαση σε καινούριες τεχνολογίες που αφορούν την αναπαραγωγική υγεία, οι οποίες να είναι ασφαλείς, αποτελεσματικές και αποδεκτές.
11. **Το δικαίωμα στην ελευθερία συνάθροισης και πολιτικής συμμετοχής**, που συμπεριλαμβάνει το δικαίωμα όλων των ατόμων, να ζητήσουν να επηρεάσουν τις κοινότητες και τις κυβερνήσεις να θέσουν ως προτεραιότητα τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και δικαιώματα.
12. **Το δικαίωμα να είσαι απαλλαγμένος/η από βασανιστήρια και κακομεταχείριση**, που συμπεριλαμβάνει το δικαίωμα όλων των γυναικών, ανδρών και νέων να είναι προστατευμένοι από τη βία, τη σεξουαλική εκμετάλλευση, και την κακοποίηση.

** Για τους σκοπούς του Διεθνούς Δικαίου, τα άτομα είναι ανθρώπινες υπάρξεις που έχουν γεννηθεί.*

Πηγή:<http://www.amnesty.org.gr/wp-content/uploads/2010/05/DemandDignity2.pdf>
Εγχειρίδιο Εκπαιδευτικής Δράσης II, Διεθνής Αμνηστία.

Διευκρίνιση: Τα Σεξουαλικά και Αναπαραγωγικά Δικαιώματα είναι βασισμένα σε δώδεκα δικαιώματα, τα οποία απορρέουν από τον Χάρτη των Διεθνών Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και από τις παγκόσμιες διασκέψεις για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα (Βιέννη 1993), για τον Πληθυσμό και την Ανάπτυξη (Κάιρο 1994), για την Κοινωνική Ανάπτυξη (Κοπεγχάγη 1995), και την Τέταρτη Διάσκεψη των Ηνωμένων Εθνών για τις Γυναίκες (Πεκίνο 1995).

Τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα διαφαίνονται, επίσης, μέσα από τα Δικαιώματα του Παιδιού. Για παράδειγμα:

Άρθρο 16 - Προσωπική ζωή

Έχεις δικαίωμα σεβασμού στην ιδιωτική σου ζωή.

Άρθρο 17 - Πρόσβαση σε πληροφόρηση

Έχεις δικαίωμα να λαμβάνεις πληροφορίες που είναι σημαντικές για την ευημερία σου, από το ραδιόφωνο, τις εφημερίδες, βιβλία, ηλεκτρονικούς υπολογιστές και άλλες πηγές. Οι ενήλικες πρέπει να βεβαιωθούν πως οι πληροφορίες που λαμβάνεις δεν είναι βλαβερές και να σε βοηθήσουν να βρεις και να καταλάβεις τις πληροφορίες που χρειάζεσαι.

Άρθρο 19 - Προστασία από κάθε μορφή βίας

Έχεις το δικαίωμα να προστατεύεσαι από κάθε μορφή βίας, προσβολής, παραμέλησης, εγκατάλειψης, σωματικής, ψυχολογικής, πνευματικής ή σεξουαλικής κακοποίησης και εκμετάλλευσης, όσο βρίσκεσαι στην ευθύνη των γονιών ή των κηδεμόνων σου ή άλλων προσώπων στα οποία αυτοί σε έχουν εμπιστευθεί.

Άρθρο 24 – Υπηρεσίες Υγείας

Έχεις δικαίωμα στην καλύτερη δυνατή φροντίδα για την υγεία σου, να πίνεις καθαρό νερό, να τρως θρεπτικό φαγητό, να ζεις σε ένα καθαρό και ασφαλές περιβάλλον και να λαμβάνεις τις πληροφορίες που θα σε βοηθήσουν να μείνεις υγιής.

Άρθρο 34 - Σεξουαλική εκμετάλλευση

Έχεις δικαίωμα σε μια ζωή ελεύθερη από σεξουαλική κακοποίηση.

Πηγές: UNICEF <http://www.unicef.gr/reports/symb.php>

Η σύμβαση για τα δικαιώματα του παιδιού.

IPPF: *Sexual rights: an IPPF declaration*.U.K.

Σημείωση: Στο φύλλο εργασίας 1, αναγράφεται σχετική ερώτηση.

Στατιστικά Δεδομένα – Γεγονότα

Η ελλιπής ενημέρωση και η ανεπαρκής πρόσβαση σε υπηρεσίες σεξουαλικής αναπαραγωγικής υγείας σε πολλές αναπτυσσόμενες χώρες, έχει τεράστιες συνέπειες στη ζωή των ανθρώπων, και οδηγεί ακόμα και στον θάνατο εκατομμυρίων ανθρώπων, ιδιαίτερα νέων και γυναικών. Σήμερα, έχουμε τη μεγαλύτερη γενιά νέων στην ιστορία με σχεδόν το μισό του παγκόσμιου πληθυσμού να αποτελείται από νέους ηλικίας κάτω των 25 ετών. Γύρω στα 82 εκ. κορίτσια τα οποία προέρχονται από Αναπτυσσόμενες Χώρες, ηλικίας 10 – 17 ετών, αναμένεται ότι θα παντρευτούν πριν συμπληρώσουν το 18ο έτος της ηλικίας. Γύρω στα

14 εκ. γυναίκες και κορίτσια ηλικίας μεταξύ 15 και 19 ετών γεννούν κάθε χρόνο. Οι γυναίκες οι οποίες υπόκεινται σε ανασφαλείς εκτρώσεις και τοκετούς, είναι πιο επιρρεπείς σε Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα συμπεριλαμβανομένου και του HIV/AIDS, ενώ συχνά αντιμετωπίζουν και κοινωνικό στιγματισμό.

Παράλληλα, περισσότερα από τα μισά νέα περιστατικά του ιού του HIV/ AIDS εμφανίζονται σε νέα άτομα. Η φτώχεια που επικρατεί σε πολλές από αυτές τις χώρες δυσχεραίνει την κατάσταση, και καθιστά ακόμα δυσκολότερη τη δημιουργία υποδομών και την παροχή ενημερωτικών, συμβουλευτικών, και κλινικών υπηρεσιών που αφορούν τη Σεξουαλική Αναπαραγωγική Υγεία.

Στη Διάσκεψη του Καΐρου (1994), τα κράτη συμφώνησαν ότι όλα τα ζευγάρια και τα άτομα έχουν το θεμελιώδες Ανθρώπινο Δικαίωμα όχι μόνο να αποφασίζουν ελεύθερα και υπεύθυνα για τον αριθμό των παιδιών που θέλουν να αποκτήσουν και τότε, αλλά να και έχουν πρόσβαση σε πληροφορίες, εκπαίδευση, καθώς και τα μέσα να το πράξουν. Η διασφάλιση του δικαιώματος για περιεκτική ενημέρωση και πληροφόρηση σε θέματα που αφορούν τη Σεξουαλική Αναπαραγωγική Υγεία, καθώς και η πρόσβαση σε ποιοτικά ανάλογες υπηρεσίες, είναι απαραίτητες προϋποθέσεις για την επίτευξη των στόχων της Διεθνούς Διάσκεψης, όπως και των βασικών Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων που ορίζονται από Διεθνείς Συμβάσεις και Διακηρύξεις.

Η Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία είναι Ανθρώπινο Δικαίωμα για τους νέους, τις γυναίκες, για όλους και όλοι έχουμε ευθύνη στην προάσπιση των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων ανά το παγκόσμιο.

Πηγή: Ευρωπαϊκές διαβουλεύσεις πολιτών

<http://www.european-citizens-consultations.eu/cy/debate/2049>

<http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?pubRef=-//EP//TEXT+REPORT+A5-2002-0223+0+DOC+XML+V0//EL>

Σε ποιο βαθμό ικανοποιούνται τα Σεξουαλικά και Αναπαραγωγικά δικαιώματα στην Κύπρο;

Στη συζήτηση για το κατά πόσο εφαρμόζονται τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα στην Κύπρο, μπορούν να συζητηθούν (ή και να ερευνηθούν) τα πιο κάτω σημεία:

- Πίεση από το περιβάλλον για τεκνοποίηση (θρησκευτικοί και κοινωνικοί παράγοντες). (Το δικαίωμα στη ζωή, το δικαίωμα επιλογής γάμου και δημιουργίας οικογένειας).
- Διασφάλιση της εργασίας κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Πιθανή απόλυση όταν η γυναίκα είναι έγκυος. Διάρκεια μητρικής/γονικής άδειας μετά τον τοκετό. Δικαιώματα στα επιδόματα (Δικαίωμα στην ισότητα).
- Επάγγελμα με βάση το φύλο (Δικαιώματα στην ισότητα).
- Εχεμύθεια στις Υπηρεσίες Οικογενειακού Προγραμματισμού. Προσφορά υπηρεσιών για τους νέους (Δικαίωμα στην πληροφόρηση και εκπαίδευση).
- Ελλιπής πληροφόρηση σε θέματα σεξουαλικότητας και προφύλαξης για νέους εκτός του σχολείου. Στο σχολείο ενισχύθηκε η περιεκτική σεξουαλική εκπαίδευση στο μάθημα της

Οικιακής Οικονομίας-Αγωγής Υγείας καθώς και σε άλλα μαθήματα. Εγκυρότητα των διάφορων διαδικτυακών ιστοχώρων (Δικαίωμα στην πληροφόρηση και εκπαίδευση).

- Περιορισμός στις επιλογές των αντισυλληπτικών μεθόδων (Δικαίωμα στη φροντίδα και προστασία της υγείας, το δικαίωμα στα οφέλη της επιστημονικής προόδου).
- Στιγματισμός των ομοφυλόφιλων (2,3,4 δικαιώματα).
- Σεξουαλική κακοποίηση/παρενόχληση. Πώς προστατεύονται τα θύματα; Πώς ελέγχεται η πορνεία; (δικαίωμα 12).

Σημείωση: Αναγράφεται σχετική ερώτηση, στο **φύλλο εργασίας 2**.

Χρήσιμοι ορισμοί:

- ❖ Ο όρος **δικαίωμα** αναφέρεται γενικά «είτε σε ηθικό δικαίωμα, το οποίο θεμελιώνεται σε ηθικές αρχές, είτε σε νομικό δικαίωμα, το οποίο κατοχυρώνεται από τον νόμο. Τα νομικά δικαιώματα είναι εξουσίες (και ελευθερίες) οι οποίες παρέχονται από το δίκαιο εις τα πρόσωπα προς επιδίωξη και πραγματοποίηση διάφορων βιοτικών τους συμφερόντων και επιβάλλονται (προστατεύονται) από τον νόμο διά κυρώσεων». (ανάκτηση από <http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%94%CE%B9%CE%BA%CE%B1%CE%AF%CF%89%CE%BC%CE%B1>).
- ❖ Τα δικαιώματα είναι «πράγματα τα οποία δικαιούσαι ή σου επιτρέπονται εγγυημένες ελευθερίες» (ανάκτηση από <http://www.humanrights.com/el/what-are-human-rights.html>).
- ❖ **Ανθρώπινα Δικαιώματα:** Τα δικαιώματα που έχεις επειδή είσαι άνθρωπος.
- ❖ «Ανθρώπινα δικαιώματα είναι αυτό που κανείς δεν μπορεί να σου στερήσει».

René Cassin

- ❖ Τα ανθρώπινα δικαιώματα βασίζονται στην αρχή του σεβασμού του ατόμου. Η βασική θεώρησή τους, είναι ότι κάθε άτομο είναι ένα ηθικό και λογικό ον, που αξίζει να του φέρονται με αξιοπρέπεια. Αποκαλούνται ανθρώπινα δικαιώματα γιατί είναι οικουμενικά. Ενώ κάποιες χώρες ή ειδικές ομάδες απολαμβάνουν συγκεκριμένα δικαιώματα που ισχύουν μόνο γι' αυτούς, τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι τα δικαιώματα που δικαιούνται όλοι - χωρίς να έχει σημασία ποιοι είναι και πού ζούνε– απλώς γιατί είναι ζωντανοί.

Σημείωση: Η εισαγωγή για τα ανθρώπινα δικαιώματα παρουσιάζεται, επίσης, στην υποενότητα: 4.3 Δικαιώματα και Υποχρεώσεις. Συνεπώς, η εισαγωγή για τα ανθρώπινα δικαιώματα και ενδεχομένως οι σχετικές δραστηριότητες αφόρμησης να μη χρειάζεται να επαναληφθούν, αλλά να πραγματοποιηθούν σε μορφή ανάκλησης γνώσεων των μαθητών/τριών.

Συστήνεται να προηγηθούν οι δραστηριότητες τόσο της υποενότητας 4.3: Δικαιώματα και Υποχρεώσεις, όσο και της υποενότητας 3.3 Διαφορετικότητα – Αποδοχή και Διαχείριση Διαφορετικότητας, έτσι ώστε να έχει ήδη καλλιεργηθεί η ευαισθητοποίηση των μαθητών/τριών στα θέματα της ισότητας, του σεβασμού, της συνεργασίας των δικαιωμάτων.

Πηγές:

- Brander. P, Gomes. R, Keen E., Lemineur. M, Oliveira. B, Ondrácková J., Surian A., Suslova., O. (2010). *Compass ένα εγχειρίδιο εκπαίδευσης στα ανθρώπινα δικαιώματα για τους νέους/νέες. Καινοτόμα εκπαιδευτικά εργαλεία για την εκπαίδευση εκπαιδευτών στα ανθρώπινα δικαιώματα*. Ελληνική έκδοση: ΑΡΣΙΣ Κοινωνική Οργάνωση Υποστήριξης Νέων.
- Ένα Εγχειρίδιο για να αρχίσετε την Εκπαίδευση στα Ανθρώπινα Δικαιώματα, Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Περιφερειακής Ανάπτυξης της Διεθνούς Αμνηστίας.
<http://nipiagogoi.gr/anthropina-dikaiomata.pdf>
- UNICEF. *Η σύμβαση για τα δικαιώματα του παιδιού*.
<http://www.unicef.gr/reports/symb.php>
- Νεολαία υπέρ των δικαιωμάτων
<http://gr.youthforhumanrights.org/what-are-human-rights.html>
- ΒΙΚΙΠΑΙΔΕΙΑ. Τι είναι δικαίωμα;
<http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%94%CE%B9%CE%BA%CE%B1%CE%AF%CF%89%CE%BC%CE%B1>

Δραστηριότητες αφόρμησης

Ο/Η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/τριες να αναφέρουν τα ανθρώπινα δικαιώματα που γνωρίζουν. Σε περίπτωση που προηγήθηκαν σχετικές δραστηριότητες, πραγματοποιείται ανάκληση γνώσεων των μαθητών/τριών. Σημαντικό είναι οι μαθητές/τριες να αναφέρουν βασικές γνώσεις για τα ανθρώπινα δικαιώματα, όπως για παράδειγμα:

- Ποια είναι τα ανθρώπινα δικαιώματα;
- Η προκήρυξη, η κατοχύρωση και η εφαρμογή των ανθρωπίνων δικαιωμάτων (σε τοπικό και διεθνές επίπεδο).

Σημείωση: Για την υπενθύμιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, μπορούν να προβληθούν κάποια φιλμάκια που αφορούν τα άρθρα της Οικουμενικής Διακήρυξης Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων. Οι πηγές αυτών των βίντεο αναφέρονται στις δραστηριότητες αφόρμησης της υποενότητας 4.3: Δικαιώματα και Υποχρεώσεις.

Ενδεικτικό φιλμάκι για το τι είναι τα ανθρώπινα δικαιώματα:

- Τι είναι τα ανθρώπινα δικαιώματα
<http://www.youtube.com/watch?v=Stjg0-ZcNEY&feature=relmfu>
- Όλα τα σποτάκια για το κάθε ανθρώπινο δικαίωμα, καθώς και σχετικό εκπαιδευτικό υλικό, υπάρχει στην ιστοσελίδα:
➤ <http://gr.youthforhumanrights.org>, Νεολαία Υπέρ των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων.

Εναλλακτικά, αφού οι μαθητές/τριες αναφέρουν σε συντομία τα ανθρώπινα δικαιώματα, ο/η εκπαιδευτικός προβάλλει σε διαφάνεια την Οικουμενική Διακήρυξη σε συντομία (περίληψη των Άρθρων) ή μοιράζει σχετικές κάρτες στις ομάδες των μαθητών/τριών και γίνεται σύντομη συζήτηση για αυτά. Για παράδειγμα, οι μαθητές/τριες αναφέρουν γεγονότα της καθημερινότητας των παιδιών της ηλικίας τους, όπου υποστηρίζονται ή καταπατούνται κάποια ανθρώπινα δικαιώματα (βλέπε ιστοσελίδες: <http://www.unicef.gr/reports/symb.php>, http://www.schools.ac.cy/eyliko/mesi/Themata/oikiaki_oikonomia/index.html).

Κεντρικές Δραστηριότητες

Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει **ΜΙΑ** από τις πιο κάτω δραστηριότητες (**δραστηριότητα 1 ή δραστηριότητα 2**) ή επιλέγει **συνδυασμό** του περιεχομένου τους. **Η δραστηριότητα 3** σχετίζεται με τη διεκδίκηση των δικαιωμάτων γενικότητα. Μπορεί να εφαρμοστεί:

- Σε αυτό το κεφάλαιο
- Κατά τη διάρκεια της σχολική χρονιάς
- Σε συνδυασμό με τη δράση που θα επιλέξει ο/η εκπαιδευτικός να εφαρμόσει
- Στις υποενότητα 4.3.: Δικαιώματα και υποχρεώσεις
- Σε οποιαδήποτε τάξη του Γυμνασίου.

Σημείωση: Στο **φύλλο εργασίας 2**, συμπεριλαμβάνονται ερωτήσεις που αφορούν τα κύρια σημεία των πιο κάτω κεντρικών δραστηριοτήτων. Μπορεί να πραγματοποιηθεί κατά τη διάρκεια της εφαρμογής των κεντρικών δραστηριοτήτων ή και στο τέλος αυτού του κεφαλαίου (σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα) σε μορφή επανάληψης ή/και δράσης.

Δραστηριότητα 1: Ανθρώπινα Δικαιώματα και Σεξουαλικά και Αναπαραγωγικά Δικαιώματα

Αφού προηγηθεί η αναφορά στα ανθρώπινα δικαιώματα με μία από τις πιο πάνω μεθόδους ή οποιαδήποτε άλλη μέθοδο, ο/η εκπαιδευτικός ανακοινώνει στους/στις μαθητές/τριες ότι μέσα από τα ανθρώπινα δικαιώματα και τα δικαιώματα του παιδιού, διαφαίνονται και κάποια δικαιώματα που αφορούν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των ατόμων. Οι μαθητές/τριες καλούνται να θυμηθούν τι σημαίνει σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία.

Στη συνέχεια, καλούνται οι μαθητές/τριες να εντοπίσουν ομαδικά, μέσα από τις καρτέλες ή τα άρθρα που έχουν μπροστά τους, ή ακόμα μέσα από τα σποτάκια των ανθρωπίνων δικαιωμάτων του παιδιού, τα δικαιώματα που νομίζουν πως σχετίζονται με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία.

Οι μαθητές/τριες ανακοινώνουν τα ευρήματά τους, και δικαιολογούν την άποψή τους. Ακολούθως, προβάλλονται τα 12 σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα, όπως ορίζονται στον Χάρτη της ΔΟΟΠ (IPPF, 1995) και γίνεται σχετική συζήτηση.

Εναλλακτικά, τα 12 σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα μπορούν να προβληθούν στην τάξη, με τη βοήθεια των οπτικοακουστικών μέσων.

Οι μαθητές/τριες καλούνται να προβληματιστούν και να συζητήσουν στις ομάδες τους για τον βαθμό που ικανοποιούνται και είναι σεβαστά αυτά τα δικαιώματα τόσο στους νέους όσο και στους ενήλικες της κυπριακής κοινωνίας, αλλά και των άλλων χωρών (σύνομες σημειώσεις αναφέρονται πιο κάτω).

Σημείωση: Τα 12 σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα προβάλλονται μέσα από μικρά βίντεο κλιπ/ντοκιμαντέρ, που ετοίμασε η Διεθνής Ομοσπονδία Οικογενειακού Προγραμματισμού, και τα οποία κατοχυρώθηκαν με διεθνείς συμβάσεις, από κυβερνήσεις και μη- κυβερνητικούς οργανισμούς καθώς και από διεθνή όργανα όπως τα Ηνωμένα Έθνη,

κ.λπ. (Beijing Platform, Millennium Development Goals, ICPD Program of Action). Σε αυτά τα μικρά φιλμάκια εξετάζονται σε διάφορες χώρες τα 12 Δικαιώματα, και έτσι δίνεται η αφορμή να συζητηθεί και να σχολιαστεί η θέση της Κύπρου (και άλλων χωρών), σε σχέση με τα 12 Δικαιώματα και την εφαρμογή τους.

Τα βίντεο αυτά, τα έχουν στη διάθεσή τους διάφοροι μη κυβερνητικοί οργανισμοί (π.χ. Γραφείο Κυπριακού Συνδέσμου Οικογενειακού Προγραμματισμού). Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να επικοινωνήσει με τον οργανισμό για να διευθετήσει αυτό τον δανεισμό.

Δραστηριότητα 2: Περιπτώσεις σεναρίων για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα.

Τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα μπορούν να διδαχθούν και μέσα από περιπτώσεις σεναρίων. Αυτά τα σενάρια μπορούν να δοθούν πριν (για εισαγωγή) ή και μετά την ολοκλήρωση της ενότητας (για συζήτηση και προβληματισμό). Αυτά τα ενδεικτικά σενάρια αλλά και άλλα παρόμοια, θα ήταν καλό να συζητηθούν (ή και να δραματοποιηθούν) στα πλαίσια των υποενοτήτων 3.3. Διαπολιτισμικότητα – Αποδοχή και Διαχείριση Διαφορετικότητας και 4.1. Δικαιώματα και υποχρεώσεις.

Παραδείγματα σεναρίων που μπορεί να χρησιμοποιήσει ο/η καθηγητής/τρια είναι:

- Ένας νεαρός άντρας φοβάται πως θα χάσει τη δουλειά του σε περίπτωση που μάθει ο εργοδότης του ότι είναι ομοφυλόφιλος.
 - Ποια δικαιώματα καταπατούνται σε αυτή την περίπτωση;
 - Τι θα έκανες αν ήταν φίλος σου αυτός ο νεαρός;
 - Τι θα έκανες αν ήσουν πρόεδρος ενός οργανισμού που προωθεί τα δικαιώματα των νέων της χώρας του νεαρού;

- Μια νεαρή κοπέλα ζει με τον ιό του AIDS. Τη συμβούλευσαν να μην έρθει σε οποιαδήποτε σωματική επαφή.
 - Ποια δικαιώματα καταπατούνται σε αυτή τη περίπτωση;
 - Τι θα έκανες αν ήταν φίλη σου αυτή η κοπέλα;
 - Τι θα έκανες αν ήσουν πρόεδρος ενός οργανισμού που προωθεί τα δικαιώματα των νέων της χώρας που ζει αυτή η κοπέλα;

- Μια παρέα έφηβων παιδιών επιθυμεί να έχει πρόσβαση σε συμβουλευτική υπηρεσία που προσφέρει έγκυρη πληροφόρηση στα θέματα για ασφαλές σεξ.
 - Ποια δικαιώματα καταπατούνται σε αυτή τη περίπτωση;
 - Τι θα έκανες αν γνώριζες αυτή την παρέα;
 - Τι θα έκανες αν ήσουν πρόεδρος ενός οργανισμού που προωθεί τα δικαιώματα των νέων της χώρας στην οποία ζουν αυτά τα παιδιά;

- Μία έφηβη κοπέλα έγραψε στο προσωπικό της ημερολόγιο ότι νιώθει έλξη για ένα αγόρι της τάξης της. Μια παρέα συμμαθητών/τριών της, της πήραν τη ημερολόγιο από τη τσάντα χωρίς να το γνωρίζει και ετοιμάζονται να αναρτήσουν στο διαδίκτυο τις προσωπικές της σκέψεις και σημειώσεις.
 - Ποια δικαιώματα καταπατούνται σε αυτή την περίπτωση;

- Τι θα έκανες αν γνώριζες αυτή την παρέα;
- Τι θα έκανες αν ήσουν πρόεδρος ενός οργανισμού που προωθεί τα δικαιώματα της χώρας στην οποία ζει η έφηβη κοπέλα;

Δραστηριότητα 3: «Ο δεκάλογος της διεκδικητικής συμπεριφοράς»

Η δραστηριότητα αυτή βοηθά στην κατανόηση των δικαιωμάτων που σχετίζονται με την κατηγορηματική συμπεριφορά. Συστήνεται να την εφαρμόσουν οι εκπαιδευτικοί με τους/τις μαθητές/τριές τους, έτσι ώστε να καλλιεργήσουν τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να διεκδικήσουν τα δικαιώματά τους.

Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να τροποποιηθεί, να συνδυαστεί με μία από τις πιο πάνω κεντρικές δραστηριότητες, αλλά και να εφαρμοστεί στην υποενότητα 4.1. Δικαιώματα και Υποχρεώσεις.

Οι μαθητές/τριες αφού συζητήσουν για τα ανθρώπινα δικαιώματα αλλά και για τα 12 σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα των ατόμων, συμπεραίνουν ότι τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα, είναι δικαιώματα που έχουν όλοι οι άνθρωποι, ανεξαρτήτως ηλικίας και καταγωγής.

Στη συνέχεια, ζητείται από τους/τις μαθητές/τριες να σκεφτούν αν υπάρχουν περιπτώσεις στις οποίες καταπατούνται κάποια ανθρώπινα δικαιώματα (συμπεριλαμβανομένων και των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων) στα παιδιά της ηλικίας τους. Προβληματίζονται για τους λόγους που πιθανόν σε κάποιες περιπτώσεις να καταπατούνται τα δικαιώματα των εφήβων και καλούνται να εντοπίσουν τρόπους με τους οποίους μπορούν να μειώσουν αυτές τις περιπτώσεις. Παράλληλα, γίνεται προσπάθεια να γίνει αντιληπτό ότι η ευθύνη για την υπεράσπιση των δικαιωμάτων τους, πολλές φορές είναι δική τους. Αυτό πετυχαίνεται με τη διεκδικητική συμπεριφορά.

Κάθε μαθητής/τρια ή κάθε ομάδα επιλέγει ένα από τα δικαιώματα (από τις καρτέλες ή τα σχετικά έντυπα) και καλείται να γράψει μια σύντομη ιστορία σχετική με αυτό το δικαίωμα, αναφέροντας τρόπους με τους οποίους μπορούν να το διεκδικούν αυτοί και οι συμμαθητές/τριές τους. Στην ιστορία μπορούν να συμπεριλάβουν και τους αρμόδιους φορείς (αφού τους ερευνήσουν) που μπορούν να τους βοηθήσουν στην υπεράσπιση αυτού του δικαιώματος.

Στο τέλος του μαθήματος, αναρτάται ένας δεκάλογος διεκδικητικής συμπεριφοράς στην πινακίδα της τάξης, έτσι ώστε να ανατρέχουν σε αυτόν όποτε χρειάζεται.

Εναλλακτικά, για την πραγματοποίηση αυτής της δραστηριότητας μπορεί να επιλεγεί η συμπλήρωση του **φύλλου εργασίας 3**.

Ο πιο κάτω δεκάλογος είναι ενδεικτικός και μπορεί να τροποποιηθεί από τους/τις ίδιους/ες τους/τις μαθητές/τριες ή να εισηγηθούν τον δικό τους κατάλογο.

- Έχω δικαίωμα να κάνω λάθη και αναλαμβάνω την ευθύνη γι' αυτά.
- Έχω δικαίωμα να αρνηθώ όταν μου ζητηθεί κάτι χωρίς να νιώθω τύψεις.
- Έχω δικαίωμα να ζητήσω κάτι το οποίο επιθυμώ.
- Έχω δικαίωμα να λέω τη γνώμη μου.
- Έχω δικαίωμα να πω ότι δεν κατάλαβα κάτι.
- Έχω δικαίωμα να ζητήσω πληροφορίες για ένα θέμα.
- Έχω δικαίωμα να με ακούνε όταν μιλώ και να με λαμβάνουν υπόψη.
- Έχω δικαίωμα να μου φέρονται με σεβασμό.
- Έχω δικαίωμα να μη μου αρέσει κάτι, ακόμα κι όταν σε όλους τους άλλους αρέσει.
- Έχω δικαίωμα να μου αρέσει κάτι, ακόμα κι όταν σε όλους τους άλλους δεν αρέσει.

Δράση - Επέκταση

Αφού ενημερωθούν οι μαθητές/τριες για τα 12 σεξουαλικά και αναπαραγωγικά τους δικαιώματα, τους ζητείται να «δράσουν» με μια από τις πιο κάτω ενδεικτικές εισηγήσεις.

Κάποιες από τις ιδέες για δράση μπορούν να εφαρμοστούν, αφού ολοκληρωθεί η ενότητα 3.1., έτσι ώστε η δράση να αφορά ένα ευρύτερο πλαίσιο των θεμάτων της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.

Οι πιο κάτω δράσεις μπορούν να πραγματοποιηθούν και στο πλαίσιο της υποενότητας 4.3 Δικαιώματα και υποχρεώσεις, αρκεί οι μαθητές/τριες να συμπεριλάβουν το θέμα των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων.

Οι μαθητές/τριες:

- Να ετοιμάσουν ένα ενημερωτικό φυλλάδιο (ή τρίπτυχο) με τα 12 σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα και να το διανέμουν για σκοπούς ενημέρωσης στους γονείς/κηδεμόνες, στους/στις καθηγητές/τριες και στην κοινότητα.
- Να ερευνήσουν από βιβλία και από το διαδίκτυο, έγκυρες πηγές (π.χ. Unicef, IPPF) που να υποδεικνύουν τον βαθμό που ικανοποιούνται τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα στην Ευρώπη αλλά και παγκόσμια, με σκοπό να κάνουν τις ανάλογες συγκρίσεις αλλά και εισηγήσεις.

Σε εκδήλωση του σχολείου, που μπορεί να είναι αφιερωμένη στα ανθρώπινα δικαιώματα, μπορούν να προβληθούν οι εισηγήσεις και οι παρατηρήσεις των μαθητών/τριών.

Οι εισηγήσεις των μαθητών/τριών θα ήταν καλό να προωθηθούν στα αρμόδια Υπουργεία και φορείς (Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, Υπουργείο Υγείας, Διεύθυνση σχολείου, Κ.Σ.Ο.Π, Επίτροπο Προστασίας Δικαιωμάτων του Παιδιού, Μεσογειακό Ινστιτούτο Μελετών Κοινωνικού Φύλου, Σύνδεσμος Κατά της Βίας, Βουλή των Αντιπροσώπων, Δημαρχεία κ.ά.), με συνοδευτική επιστολή.

- Να ετοιμάσουν αφίσες που να απεικονίζουν τα 12 σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα καθώς και σημεία αναφοράς διεκδικητικής συμπεριφοράς. Οι αφίσες μπορούν να τοποθετηθούν στις πινακίδες του σχολείου και σε χώρους της κοινότητάς τους.
- Να επισκεφθούν την Επίτροπο Προστασίας Δικαιωμάτων του Παιδιού ή να την προσκαλέσουν στο σχολείο τους για ενημέρωση και συζήτηση (οι μαθητές/τριες μπορούν να προετοιμάσουν σχετικά ερωτήματα και απορίες). Απαιτείται να προηγηθεί συνεννόηση με τη Διεύθυνση του σχολείου.
- Να επισκεφθούν διάφορους οργανισμούς/συνδέσμους που ασχολούνται με θέματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας (Τα Παραρτήματα του Οδηγού, αναφέρουν τους σχετικούς φορείς).
- Να ερευνήσουν στο σχολείο τους με τη βοήθεια ενός ερωτηματολογίου τις γνώσεις και τις στάσεις των μαθητών/τριών απέναντι στα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά τους δικαιώματα και να καταρτίσουν πρόγραμμα ενημέρωσης σε συνεργασία με ειδικούς φορείς.
- Να συλλέξουν διάφορα σχετικά έντυπα που έχουν στη διάθεσή τους οι διάφοροι αρμόδιοι οργανισμοί και υπηρεσίες. Αφού αποφασίσουν και επιλέξουν αυτά που είναι κατάλληλα για να τα διανέμουν για σκοπούς πληροφόρησης στους/στις μαθητές/τριες του σχολείου, στους γονείς/κηδεμόνες και στην κοινότητα, να ζητήσουν τη συνεργασία από τον αρμόδιο φορέα για να αποκτήσουν τον επιθυμητό αριθμό εντύπων. Οποιαδήποτε συνεργασία πραγματοποιηθεί με διάφορους αρμόδιους εγγεγραμμένους φορείς, πρέπει να γίνει σε συνεννόηση με τη διεύθυνση του σχολείου, αλλά και με τη Διεύθυνση Μέσης Εκπαίδευσης. Μπορεί ακόμα να διοργανωθεί μία ενημερωτική βραδιά για τους γονείς/κηδεμόνες σχετικά με αυτό το θέμα.

Σεξουαλική Ταυτότητα - Σεξουαλικός προσανατολισμός

Ο όρος **σεξουαλική ταυτότητα** αναφέρεται στην ταυτότητα του φύλου (είμαι αγόρι/άντρας, είμαι κορίτσι/γυναίκα), στον σεξουαλικό προσανατολισμό του ατόμου και στον προσδιορισμό της έλξης, αν το άτομο δηλαδή είναι ομοφυλόφιλο, ετεροφυλόφιλο ή αμφιφυλόφιλο.

Ο **σεξουαλικός προσανατολισμός** προσδιορίζει τη σεξουαλική έλξη του ατόμου και αναφέρεται στο αν το άτομο είναι ετεροφυλόφιλο, ομοφυλόφιλο ή αμφιφυλόφιλο. Αρχίζει να οργανώνεται από την παιδική ηλικία, διαμορφώνεται στα χρόνια της ήβης, για να ολοκληρωθεί στο κλείσιμο της εφηβικής ηλικίας. Υπάρχουν πολλές θεωρίες για το πώς αναπτύσσεται ο σεξουαλικός προσανατολισμός ενός ατόμου, αλλά οι περισσότεροι επιστήμονες σήμερα συμφωνούν ότι διαμορφώνεται από την πολύπλοκη αλληλεπίδραση περιβαλλοντικών, ψυχολογικών και βιολογικών παραγόντων. Ένας άνθρωπος δεν μπορεί να επιλέξει αν θα είναι ετεροφυλόφιλος, ομοφυλόφιλος ή αμφιφυλόφιλος. Παρότι μπορεί να αποφασίσει αν θα εφαρμόσει στην πράξη τις ορμές που νιώθει, ο σεξουαλικός προσανατολισμός, δε βασίζεται σε μία συνειδητή απόφαση η οποία μπορεί να αλλάξει.

Τονίζεται πως όλα τα άτομα είναι ίσα, ανεξάρτητα από τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός, διαφαίνεται μέσα από τα σεξουαλικά δικαιώματα του κάθε ατόμου. Τα κύρια σχετιζόμενα δικαιώματα είναι:

1. Το δικαίωμα στον γάμο και στη δημιουργία οικογένειας.
2. Το δικαίωμα στην ελευθερία έναντι των διακρίσεων και στην ίση μεταχείριση.
3. Τα δικαιώματα της έκφρασης.

Πηγή: http://ec.europa.eu/justice/discrimination/orientation/index_en.htm

Σημείωση: Στις πηγές που παρατίθενται πιο κάτω, μπορείτε να βρείτε χρήσιμες πληροφορίες για το θέμα της σεξουαλικής ταυτότητας, για θέματα φύλου και σεξουαλικού προσανατολισμού. Καλό θα είναι να έχετε ξεκάθαρους κάποιους σχετικούς ορισμούς, σε περίπτωση που χρειαστεί να αναφερθούν στην τάξη.

Πηγές:

- COMPASS: *Εγχειρίδιο Εκπαίδευσης στα Ανθρώπινα Δικαιώματα για νέους/νέες* – Συμβούλιο της Ευρώπης.
- Morris, J. (2003) *Κουβεντιάζοντας για το σεξ με τα παιδιά μας της εφηβείας*. Θάνος Γραμμένος: Αθήνα
- Krinine, I. & Winaver D. (2002) *Εφηβεία, Έρωτας και Σεξουαλικότητα*. Σαββάλας: Αθήνα.
- <http://www.eumedline.eu/post/Ti-einai-h-seksoyalikh-taytohta-Ti-einai-o-seksoyalikos-prosanatolismos>
- «Μιλήστε με έναν Ειδικό», <http://www.mpes.uoa.gr/faq/40>
- SIECUS, <http://www.siecus.org/>
- European Commission, http://ec.europa.eu/justice/discrimination/orientation/index_en.htm

Στόχοι και Μεθοδολογικές Προσεγγίσεις

Το θέμα του σεξουαλικού προσανατολισμού σχετίζεται με αρκετούς από τους δείκτες επιτυχίας της θεματικής ενότητας 3: Δημιουργία και βελτίωση κοινωνικού εαυτού.

Για παράδειγμα, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να συμπεριλάβει το ζήτημα του σεξουαλικού προσανατολισμού, στα κεφάλαια:

- εισαγωγή για τη σεξουαλικότητα,
- σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα
- μορφές βίας - εκφοβισμός
- ανθρώπινα δικαιώματα και υποχρεώσεις
- αποδοχή και διαχείριση της διαφορετικότητας, ισότητα των δύο φύλων.

Ανάλογα με το επίπεδο της τάξης και τις απορίες των μαθητών/τριών αλλά και την κουλτούρα (συμπεριλαμβανομένου και της θρησκείας) της κοινότητας, μπορούν να γίνουν δραστηριότητες, που συμπεριλαμβάνουν το θέμα του σεξουαλικού προσανατολισμού.

Στόχοι τέτοιων δραστηριοτήτων είναι οι μαθητές/τριες:

- Να αναγνωρίσουν τα ζητήματα και τα δικαιώματα που έχουν τα άτομα (νέοι και ενήλικες) σχετικά με τη σεξουαλικότητά τους.
- Να καλλιεργήσουν δεξιότητες που να μπορούν να αντιταχθούν σε περιστατικά έμφυλης βίας.
- Να αναπτύξουν αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση, καθώς και να καλλιεργηθεί ο σεβασμός, η ανεκτικότητα και η ενσυναίσθηση, για όλα τα άτομα, ανεξαρτήτως του σεξουαλικού προσανατολισμού τους.

Σχετικοί ορισμοί:

- **Ομοφοβία:** είναι η αποστροφή ή το μίσος προς τους/τις ομοφυλόφιλους/ες ή προς τον τρόπο ζωής τους ή την κουλτούρα τους ή γενικά προς τους ανθρώπους με διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό.

Σε πολλά μέρη του κόσμου, τα άτομα που έχουν διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό (διαφορετικό από αυτόν της πλειονότητας) υπόκεινται σε διακρίσεις, από το να δέχονται προσβολές μέχρι το να δολοφονούνται. Σε πολλές χώρες η ομοφυλοφιλία θεωρείται ακόμα έγκλημα και σε κάποιες από αυτές τιμωρείται με θάνατο. Στην Ευρώπη, αν και έχει σημειωθεί πρόοδος ως προς την αλλαγή της νομοθεσίας, πολλοί άνθρωποι εξακολουθούν να θεωρούν την ομοφυλοφιλία ως ασθένεια, ψυχολογική διαταραχή ή αφύσικη συμπεριφορά. Το τι σημαίνει ομοφυλοφιλία διαφέρει από άνθρωπο σε άνθρωπο.

Η 17η Μαΐου έχει καθιερωθεί ως διεθνής ημέρα κατά της ομοφοβίας. Ο λόγος που επιλέχθηκε η συγκεκριμένη ημερομηνία, οφείλεται στο γεγονός ότι στις 17 Μαΐου 1990, η ομοφυλοφιλία έπαψε να θεωρείται ασθένεια από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας.

- Η **έμφυλη βία** (ΕΒ) είναι ένας γενικός όρος που περικλείει κάθε διάκριση ή βλαπτική συμπεριφορά που στρέφεται εναντίον κάποιου προσώπου και συμβαίνει εξαιτίας του (πραγματικού ή θεωρούμενου) κοινωνικού του φύλου ή σεξουαλικού του προσανατολισμού.

Πιο κάτω παρουσιάζονται ενδεικτικές δραστηριότητες αφόρμησης, στις οποίες συμπεριλαμβάνεται το θέμα της ταυτότητας του φύλου – σεξουαλικού προσανατολισμού.

Δραστηριότητες Αφόρμησης - Εισαγωγής

❖ Για αφόρμηση αυτού του θέματος, μπορεί να πραγματοποιηθεί ανάκληση γνώσεων των όρων κοινωνικό/βιολογικό φύλο και να εφαρμοστεί μια σύντομη δραστηριότητα, σχετική με την ταυτότητα του φύλου.

Ενδεικτικές δραστηριότητες μπορείτε να βρείτε στο διαδίκτυο (είναι αναρτημένες και στην ιστοσελίδα του κλάδου μας www.oikoik.org). Αναφέρονται, επίσης, ενδεικτικές δραστηριότητες για αυτό το θέμα, στον οδηγό εκπαιδευτικού της Β΄ τάξης Γυμνασίου.

Χρήσιμες ιστοσελίδες με κατάλληλο εκπαιδευτικό υλικό:

- Εκπαιδευτικό εγχειρίδιο για ενδυνάμωση των νέων για την πρόληψη της έμφυλης βίας μέσω αλληλοδιδασκτικής προσέγγισης. Μεσογειακό Ινστιτούτο Κοινωνικού Φύλου. http://www.antiviolence-net.eu/Manual_Youth4Youth.pdf
- The Master “GEAR against IPV”. Gender Equality Awareness Raising Against Intimate Partner Violence.
- Guez W., Allen J. (2000) Gender Sensitivity. UNESCO, <http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001304/130428e.pdf>
- Classroom activities to discuss changing gender roles, http://www.ehow.com/info_8406007_classroom-discuss-changing-gender-roles.html, Teacher Resources (2005) Health Education curriculum. Grade 6. New Brunswick.

❖ Μια άλλη ιδέα για αφόρμηση, είναι να εφαρμοστεί μια σύντομη δραστηριότητα σχετική με την αποδοχή και τον σεβασμό απέναντι στην διαφορετικότητα. Μπορεί να προβληθεί κάποιο σχετικό φιλμάκι, όπως για παράδειγμα:

❖ <http://www.youtube.com/watch?v=PD6MoTY-jRA> Είμαστε όλοι ίσοι, είμαστε όλοι διαφορετικοί.

❖ Ακόμη για αφόρμηση, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να αναφέρει τα ανθρώπινα δικαιώματα που σχετίζονται με τον σεξουαλικό προσανατολισμό, για να προκληθεί προβληματισμός και συζήτηση (αναφέρονται πιο πάνω).

❖ Ακόμη μπορούν να συζητηθούν οι σχετικοί δείκτες επιτυχίας και να ζητηθεί από τους/τις μαθητές/τριες να εκφράσουν τις απόψεις τους για αυτούς.

Κεντρική δραστηριότητα:

- ❖ Οι πηγές που αναφέρονται πιο πάνω, καθώς και οι πιο κάτω αναφορές πηγών, μπορούν να σας δώσουν ιδέες για να πραγματοποιήσετε κάποια κεντρική δραστηριότητα σε περίπτωση που κρίνετε πως είναι απαραίτητο. Το θέμα του σεξουαλικού προσανατολισμού, συστήνεται να συμπεριλαμβάνεται σε δραστηριότητες που προσεγγίζουν το θέμα του σεβασμού και της αποδοχής της διαφορετικότητας.
- ❖ Συστήνεται ο/η εκπαιδευτικός να γνωρίσει το κοινωνικό πλαίσιο στο οποίο εργάζεται για να προσαρμόσει τις δραστηριότητες αναλόγως. Κύριος στόχος είναι οι μαθητές/τριες να σχηματίσουν θετική εικόνα για τη σεξουαλικότητα, και να καλλιεργήσουν σεβασμό, χωρίς διακρίσεις, απέναντι σε όλες τις μορφές σεξουαλικού προσανατολισμού.
- ❖ Τονίζεται πως ο/η εκπαιδευτικός δεν πρέπει να επικεντρωθεί μόνο σε μία μορφή σεξουαλικού προσανατολισμού, αλλά εξίσου σε όλες τις μορφές του. Συστήνεται να επιλέξει τέτοιες μεθοδολογικές προσεγγίσεις, που να υποδηλώνουν την αποδοχή των ομοιοτήτων και των διαφορών που έχουμε ως άτομα μεταξύ μας. **Αποκλείονται δραστηριότητες που παρασύρουν ή/και ενθαρρύνουν την «ταμπελοποίηση» και την «κατηγοριοποίηση» των ατόμων.**

Ενδεικτικές δραστηριότητες που μπορούν να πραγματοποιηθούν, αν κριθεί απαραίτητο είναι:

- Η Γυάλα με τα ψάρια, από το Εγχειρίδιο Εκπαίδευσης στα Ανθρώπινα Δικαιώματα για νέους/νέες – Συμβούλιο της Ευρώπης.
- Prejudices and Media, από το Εκπαιδευτικό Υλικό του Συμβουλίου της Ευρώπης: «All different, all equal»

Πηγές:

- Brander. P, Gomes. R, Keen E., Lemineur. M, Oliveira. B, Ondrácková J., Surian A., Suslova., O. (2010). *Compass ένα εγχειρίδιο εκπαίδευσης στα ανθρώπινα δικαιώματα για τους νέους/νέες. Καινοτόμα εκπαιδευτικά εργαλεία για την εκπαίδευση εκπαιδευτών στα ανθρώπινα δικαιώματα.* Ελληνική έκδοση: ΑΡΣΙΣ Κοινωνική Οργάνωση Υποστήριξης Νέων.
- Morris, J. (2003) *Κουβεντιάζοντας για το σεξ με τα παιδιά μας της εφηβείας.* Θάνος Γραμμένος: Αθήνα
- Σχέδιο δράσης για την πρόληψη ή/και την καταπολέμηση του ρατσισμού και των διακρίσεων κάθε είδους, την ανάδειξη της σημασίας της διαφορετικότητας και την καταπολέμηση της βίας στα σχολεία.
http://blogs.sch.gr/kvagelio/files/2013/03/sxedio_drasis-protypo_yliko.pdf
- Παπαδόπουλος, Π. *Η ομοφυλοφιλική «πραγματικότητα» στην Κύπρο* από <http://www.10percent.gr/periodiko/teyxos28/1640--lr-.html>
- Νόμοι ενάντια στην Ομοφυλοφιλία <http://el.wikipedia.org/wiki>
- Τσαμπρούνη, Δ. *Νομοθεσία και ομοφυλοφιλία στην Ελλάδα.* Από <http://www.10percent.gr/old/issues/200404/15.html>
- http://translate.google.com.cy/translate?hl=el&langpair=en|el&u=http://en.wikipedia.org/wiki/LGBT_rights_by_country_or_territory
- Πρόγραμμα Πληροφορικής ASPA, www.aspa.asn.au

Χαρακτηριστικά σεξουαλικής ωρίμανσης

Δείκτης Επιτυχίας: Να αναφέρουν χαρακτηριστικά σεξουαλικής ωρίμανσης.

Η σεξουαλική ωρίμανση των εφήβων συμπεριλαμβάνει μεταξύ άλλων:

- Την ανατομία/φυσιολογία του αναπαραγωγικού συστήματος των δύο φύλων
- Την αναπαραγωγή
- Τις σωματικές και τις συναισθηματικές αλλαγές που συμβαίνουν και στα δύο φύλα την περίοδο της εφηβείας
- Την εικόνα του σώματος
- Τη σεξουαλική ταυτότητα/σεξουαλικό προσανατολισμό των ατόμων.

Οι μαθητές/τριες από την Ε΄ και τη Στ΄ τάξη του δημοτικού και ακολούθως στην Α΄ και Β΄ Γυμνασίου αντιλαμβάνονται και αναγνωρίζουν τη σεξουαλική ωρίμανσή τους, μέσα από βιωματικές δραστηριότητες που σχετίζονται με τις αναμενόμενες αλλαγές κατά την εφηβεία (σωματικές, νοητικές, συναισθηματικές, κοινωνικές).

Έννοιες όπως το φλερτ, η ονειρώξη, ο αυνανισμός, ο καταμήνιος κύκλος, η έμμηνος ρύση, η ωορρηξία, η εκσπερμάτωση, η στύση, η γονιμοποίηση, η εγκυμοσύνη, η ατομική υγιεινή, είναι έννοιες που οι μαθητές/τριες καλούνται να θυμηθούν στη Γ΄ Γυμνασίου, μέσα από αυτή την υποενοότητα. Ο/Η εκπαιδευτικός καλείται να επεξηγήσει μέσα από σύντομες ομαδικές/βιωματικές δραστηριότητες αυτές τις έννοιες (εμπέδωση των εννοιών), σε περίπτωση που διαπιστώσει τυχόν παρερμηνείες ή παραπληροφόρηση.

Σημειώνεται ότι η ανατομία/φυσιολογία του αναπαραγωγικού συστήματος και των δύο φύλων καθώς και η εγκυμοσύνη, διδάσκονται στην Α΄ Γυμνασίου μέσα από το μάθημα της Βιολογίας. Στην ιστοσελίδα του ΥΠΠ, μπορείτε να μελετήσετε με λεπτομέρεια το περιεχόμενο των στόχων του μαθήματος της Βιολογίας.

Συνεπώς στη Γ΄ Γυμνασίου, οι μαθητές/τριες καλούνται:

- ❖ Να θυμηθούν τα χαρακτηριστικά της σεξουαλικής τους ωρίμανσης (βασικές έννοιες σεξουαλικής ωρίμανσης).
- ❖ Να συμπεράνουν ότι οι αλλαγές κατά την εφηβεία είναι διαφορετικές για κάθε άτομο, μπορεί να συμβούν σε διαφορετική χρονική στιγμή, και με διαφορετικούς ρυθμούς για τον καθένα/ την καθεμία.
- ❖ Να αναγνωρίσουν ότι η σεξουαλική επαφή είναι μέρος της σεξουαλικότητας των ατόμων.
- ❖ Να αναγνωρίσουν ότι τα συναισθήματα είναι μέρος της σεξουαλικής ωρίμανσης.
- ❖ Να καλλιεργήσουν τη θετική εικόνα για το σώμα τους.
- ❖ Να αποδεχτούν την ανάγκη για σεβασμό της ιδιωτικότητας του κάθε ατόμου, γύρω από τη σεξουαλικότητά του.

Σημείωση: Η ενίσχυση της θετικής αυτοεικόνας, καλλιεργείται και μέσα από άλλες θεματικές ενότητες των ΝΑΠ Οικιακής Οικονομίας – Αγωγής Υγείας.

Δραστηριότητες αφόρμησης

Στις δραστηριότητες αφόρμησης, μπορεί να πραγματοποιηθεί σύντομη συζήτηση που αφορά τις αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία (ανάκλιση γνώσεων). Μπορεί, ακόμη, οι μαθητές/τριες να αναφέρουν σε συντομία τα χαρακτηριστικά της εφηβείας, με αφορμή την προβολή ενός σύντομου βίντεο. Ενδεικτικά φιλμάκια σχετικά με την εφηβεία αναγράφονται στα παραρτήματα του οδηγού.

Μια άλλη ιδέα είναι να ρωτηθούν οι μαθητές/τριες για το περιεχόμενο των τραγουδιών που ακούνε καθημερινά. Ο/Η εκπαιδευτικός αναγράφει στον πίνακα τις λέξεις που αναφέρουν οι μαθητές/τριες, όπως για παράδειγμα: αγάπη, φιλία, αγκαλιά, σώμα, φιλία, επικοινωνία, στοργή, έρωτας κ.ά. Η οπτικοακουστική προβολή κάποιων γνωστών τραγουδιών στην τάξη συμβάλλει στη χαλάρωση των μαθητών/τριών.

Μπορεί να αρχίσει η συζήτηση του κεφαλαίου αυτού αναφέροντας τους λόγους που οι άνθρωποι αναπτύσσουν σχέσεις μεταξύ τους και ακολουθώντας η συζήτηση να εστιαστεί στις ρομαντικές/ερωτικές σχέσεις των ανθρώπων.

Ο/Η εκπαιδευτικός είναι αυτός/ή που θα αποφασίσει την έκταση της συζήτησης και της εφαρμογής σχετικών δραστηριοτήτων. Ενδεικτικές δραστηριότητες που αφορούν τη σεξουαλική επαφή παρουσιάζονται πιο κάτω.

Δραστηριότητες που αφορούν τη σεξουαλική επαφή:

Ο εκπαιδευτικός επιλέγει μία ή περισσότερες από τις πιο κάτω δραστηριότητες ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών/τριών του.

Οι πιο κάτω ενδεικτικές δραστηριότητες, αποσκοπούν στο να συμπεράνουν οι μαθητές/τριες, κυρίως τα ακόλουθα σημεία:

- ❖ Η ανάγκη για τη δημιουργία σεξουαλικών σχέσεων ξεκινά, κυρίως, στην εφηβεία. Το ξύπνημα των ορμονών και των ορμών, στέλνουν νέα μηνύματα σωματικά και συναισθηματικά, που τους κατακλύζουν και καμιά φορά τους φοβίζουν.
- ❖ Η σεξουαλική πράξη προϋποθέτει συντρέχουσα σωματική, συναισθηματική/ψυχική και νοητική ωρίμανση που καθιστούν το άτομο απόλυτα υπεύθυνο απέναντι στον εαυτό του και στον/στη σεξουαλικό του/της σύντροφο.
- ❖ Η αποχή είναι η σωστότερη μέθοδος αντισύλληψης, κυρίως κατά την περίοδο της εφηβείας.
- ❖ Μερικοί από τους κινδύνους υγείας που περιλαμβάνονται στη σεξουαλική επαφή, είναι η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη και η μετάδοση μιας ή περισσότερων σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών. Σε περίπτωση, ακόμη, που έρχεται ένα άτομο σε σεξουαλική επαφή, όταν δεν είναι έτοιμο ή επειδή κάποιος/α το πιέζει, οι συνέπειες στον συναισθηματικό/ψυχολογικό κόσμο του ατόμου είναι αρνητικές και επιβλαβείς.
- ❖ Ηλικία συναίνεσης για σεξουαλική επαφή, σύμφωνα με τον νόμο: 17 ετών.
- ❖ Η σεξουαλική επαφή θεωρείται ένα όμορφο κομμάτι της ανθρώπινης ζωής, το οποίο συνήθως προκαλεί σωματική και συναισθηματική ικανοποίηση, αν συντρέχουν οι υγιείς προϋποθέσεις.

Δραστηριότητα 1: Τι σας έρχεται στο μυαλό όταν ακούτε τη λέξη σεξ;

Ο/Η εκπαιδευτικός γράφει στον πίνακα τη λέξη σεξ. Ζητά από τους/τις μαθητές/τριες να αναφέρουν τις λέξεις που τους έρχονται στο μυαλό ακούγοντας αυτή τη λέξη (ιδεοθύελλα). Εναλλακτικά, η δραστηριότητα αυτή μπορεί να γίνει ομαδική σε φύλλο εργασίας. Ο εκπαιδευτικός γράφει τις απαντήσεις των μαθητών/τριών στον πίνακα και γίνεται ανάλογη συζήτηση των λέξεων που προανέφεραν οι μαθητές/τριες. Η συζήτηση βοηθά τους/τις μαθητές/τριες να χρησιμοποιούν σωστά τους όρους που αφορούν τη σεξουαλικότητα, καθώς και τα χαρακτηριστικά της σεξουαλικής ωρίμανσης των εφήβων.

Στη συζήτηση, ο/η εκπαιδευτικός εξηγεί στους/στις μαθητές/τριες ότι πολλοί είναι αυτοί που νιώθουν άβολα ή/και ντροπή να συζητούν το θέμα της σεξουαλικής επαφής, και γενικότερα θέματα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας. Είναι ζητήματα που αφορούν όλους όμως, τόσο τους εφήβους όσο και τους ενήλικες. Η σεξουαλική επαφή θεωρείται ένα όμορφο κομμάτι της ανθρώπινης ζωής, το οποίο, συνήθως, προκαλεί σωματική και συναισθηματική ικανοποίηση, αν συντρέχουν οι υγιείς προϋποθέσεις.

Πολλές φορές, όμως, όταν το άτομο δεν είναι έτοιμο τόσο σωματικά όσο και συναισθηματικά και πνευματικά να βιώσει την εμπειρία της σεξουαλικής επαφής μπορεί να προκληθούν αρνητικά συναισθήματα. Επιπρόσθετα, μπορεί να προκύψουν ανεπιθύμητα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, καθώς και ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.

Ο/Η εκπαιδευτικός πρέπει να είναι προετοιμασμένος/η για τις πιθανές απαντήσεις των μαθητών/τριών. Κάποιες από αυτές μπορεί να μη σχετίζονται με τους σωστούς όρους της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας αλλά να είναι λέξεις ή «κώδικες» που αφορούν τη γλώσσα επικοινωνίας μεταξύ των εφήβων.

Ο/Η εκπαιδευτικός όπου χρειάζεται οφείλει να αναφέρει στους/στις μαθητές/τριες τις ορθές έννοιες και να τους εξηγήσει πως πολλές φορές κάποιες λέξεις που χρησιμοποιούν προσβάλλουν ή δείχνουν ασέβεια τόσο προς το άτομο που απευθύνονται αλλά και στον ίδιο τους τον εαυτό. Άλλες λέξεις απλά αναφέρονται εξαιτίας της ντροπής, άλλες εξαιτίας της μη σωστής πληροφόρησης, άλλες για να μειώσουν το ρόλο των ανδρών ή των γυναικών (κοινωνικές ανισότητες) κ.λπ.

Σημείωση: Σε περίπτωση που πραγματοποιηθεί η δραστηριότητα 1: *Οι κύκλοι της ανθρώπινης σεξουαλικότητας*, της σελίδας 8, η πιο πάνω εισήγηση, μπορεί να αποφευχθεί ή να πραγματοποιηθεί κάποιος συνδυασμός τους.

Δραστηριότητα 2: Ετοιμότητα - Άσκηση Πισίνας

Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτάει τους/τις μαθητές/τριες αν έχουν κάνει βουτιά στην πισίνα.

Αν η πλειοψηφία έχει βουτήξει στην πισίνα, τότε συνεχίζει τη δραστηριότητα, καλώντας τους να θυμηθούν την πρώτη φορά που έκαναν βουτιά στην πισίνα.

Για να γίνει πιο διασκεδαστική η δραστηριότητα, ο/η εκπαιδευτικός καλεί έναν/μία μαθητή/τρια να σχεδιάσει στον πίνακα μία πισίνα, έναν βατήρα και ένα άτομο να κάνει βουτιά.

Στη συνέχεια, διαχωρίζει τον πίνακα σε δύο στήλες και γράφει στην πρώτη στήλη τη λέξη **Γιατί** και στην δεύτερη στήλη τη λέξη **Συναισθήματα**. Εναλλακτικά, μπορεί να δώσει στους/στις μαθητές/τριες ένα χαρτόνι και να σχεδιάσουν τον αντίστοιχο πίνακα.

Καλεί τους/τις μαθητές/τριες να προσδιορίσουν τους λόγους για τους οποίους ήθελαν να πηδήξουν από τον βατήρα της πισίνας και να αναφέρουν τα συναισθήματα που ένιωσαν πέφτοντας στο νερό.

Πιθανές απαντήσεις είναι:

Λόγοι: ενθουσιασμός, μίμηση, αίσθημα ικανοποίησης, πίεση φίλων, περιέργεια, πραγματική επιθυμία, ζήλια, εγωισμός, ετοιμότητα κ.ά.

Συναισθήματα: Πόνος, ζάλη, απόλαυση, μετάνοια, κλάμα, ενθουσιασμός, ενίσχυση της αυτοπεποίθησης κ.ά.

Στη συνέχεια δίνονται γραπτώς ή προφορικά οι πιο κάτω ερωτήσεις και προκαλείται προβληματισμός και συζήτηση.

A. Μπορείς να σταματήσεις την εμπειρία του άλματος, καθώς ανεβαίνεις τα σκαλιά;

B. Μπορείς να σταματήσεις τον εαυτό σου πριν το άλμα;

Γ. Σε ποιο σημείο δεν υπάρχει επιστροφή;

Ακολούθως ο/η εκπαιδευτικός προκαλεί συζήτηση, υποβάλλοντας στους/στις μαθητές/τριες τις πιο κάτω ερωτήσεις:

- Τι σχέση έχει αυτή η δραστηριότητα με την εμπειρία της πρώτης σεξουαλικής επαφής δύο ατόμων;
- Πώς σχετίζονται οι απαντήσεις που δώσατε τόσο για τους λόγους που σας ώθησαν να βουτήξετε στην πισίνα όσο και για τα συναισθήματα που προκλήθηκαν εξαιτίας αυτής της πράξης, με την πρώτη σεξουαλική επαφή κάποιου ατόμου;
- Ποιες θεωρείτε σωστές προϋποθέσεις για να έλθει ένα ζευγάρι σε σεξουαλική επαφή;

Δραστηριότητα 3: Αξίες στο σεξ

Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τους/τις μαθητές/τριες να προβληματιστούν για τα διάφορα ζητήματα/αξίες γύρω από το σεξ και τις σχέσεις.

Οι διάφορες δηλώσεις που προκαλούν συζήτηση, βοηθούν τους/τις μαθητές/τριες:

- να εκφράζουν ελεύθερα τις απόψεις τους
- να μάθουν να ακούν και να σέβονται τις απόψεις των άλλων.
- να μπορούν να επεξεργάζονται τις πληροφορίες που λαμβάνουν και να σχηματίζουν τις δικές τους απόψεις για ένα ζήτημα.
- να αλλάξουν κάποιες απόψεις που πίστευαν πως ήταν ορθές.

Για εισαγωγή αυτής της δραστηριότητας, οι μαθητές/τριες καλούνται να αναφέρουν τρεις αξίες που πιστεύουν ότι είναι σημαντικές σε μία σχέση. Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός θυμίζει στους/στις μαθητές/τριες πως οι αξίες και τα πιστεύω των ατόμων διαφέρουν μεταξύ τους και πως πολλές φορές αυτές οι αξίες είναι που καθορίζουν τη συμπεριφορά μας, αλλά και τις στάσεις μας σε διάφορα θέματα. Σε αυτό το σημείο, οι μαθητές/τριες μπορούν να αναφέρουν συγκεκριμένα παραδείγματα που συμβαίνουν στις σχέσεις των εφήβων.

Ακολούθως, τους δίνονται διάφορες δηλώσεις που αφορούν τις στάσεις των ατόμων σε ζητήματα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και οι οποίες προκαλούν συζήτηση και ανταλλαγή απόψεων.

Οι πιο κάτω δηλώσεις είναι ενδεικτικές και ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να τις διαφοροποιήσει:

- Το σεξ είναι πολύ σημαντικό στη ζωή του ατόμου.
- Το μόνο εμπόδιο που υπάρχει στη σεξουαλική επαφή είναι η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.
- Το περιστασιακό σεξ είναι εντάξει αν γίνεται με προφυλάξεις.
- Είναι εντάξει κάποιος να έλθει σε σεξουαλική επαφή, αφού είναι διασκεδαστικό.
- Το σεξ σε κάνει να είσαι υπεύθυνος/η για ένα άλλο άτομο. Είναι σημαντική υπευθυνότητα.
- Η σεξουαλική επαφή μπορεί να γίνει από άτομα που είναι σε μία σχέση μεγάλου χρονικού διαστήματος ή από άτομα που είναι παντρεμένα.
- Όταν δύο άτομα αγαπιούνται μεταξύ τους είναι εντάξει να έλθουν σε σεξουαλική επαφή.
- Σε μια σχέση η αφοσίωση μεταξύ των ατόμων είναι βασική προϋπόθεση.
- Ο σεβασμός μεταξύ των δύο ατόμων είναι προϋπόθεση για μια υγιή σχέση.
- Πρέπει να σκεφτεί κάποιος/α πριν έλθει σε σεξουαλική επαφή.
- Μπορεί κάποιο άτομο να κάνει σεξ ως ένδειξη ευχαρίστησης προς το άλλο άτομο.
- Κάποιο άτομο μπορεί να έχει πολλαπλούς σεξουαλικούς συντρόφους.

Σημείωση: Ο/Η εκπαιδευτικός σε αυτή τη δραστηριότητα, προσπαθεί να δώσει το μήνυμα στους/στις μαθητές/τριες ότι το σεξ είναι μία σωματική ανάγκη μεταξύ των δύο ατόμων που προσφέρει ευχαρίστηση, απόλαυση, συναισθηματική και σωματική ικανοποίηση κ.ά. Ταυτόχρονα, όμως, είναι μία απόφαση που πρέπει να παρθεί υπεύθυνα, με αυτοσεβασμό, ωριμότητα και ειλικρίνεια.

Δίνονται οι σωστές απαντήσεις όπου είναι απαραίτητο, για παράδειγμα: η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη δεν είναι το μόνο εμπόδιο της σεξουαλικής επαφής των νεαρών ατόμων, αλλά είναι και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα. Μπορεί να προκληθούν ακόμη αρνητικά συναισθήματα αν δε συμβεί με την επιθυμία και των δύο ατόμων.

Γενικότερα, τονίζεται πως το σεξ, είναι μία υπεύθυνη πράξη, η οποία χρειάζεται ωριμότητα τόσο σωματική όσο και ψυχολογική και πνευματική.

Τρόποι Αντισύλληψης – Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα

Δείκτης Επιτυχίας:

- Να απαριθμούν και να επεξηγούν τρόπους αντισύλληψης και πρόληψης επικίνδυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς και αποφυγής σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων.

Χρόνος: 3 διδακτικές περίοδοι

Σημαντικές επισημάνσεις:

- Η Περιεκτική Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση, προτείνει την αποχή, ως την προτιμώμενη σεξουαλική συμπεριφορά των εφήβων.
- Η αποχή θεωρείται η μόνη ασφαλής μέθοδος (100%) για να αποφευχθεί ο κίνδυνος της εγκυμοσύνης ή οι σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις.

Η διδασκαλία για τις μεθόδους αντισύλληψης, δεν προάγει την σεξουαλική δραστηριότητα στα νεαρά άτομα. Αντίθετα, αυξάνει τη χρήση αντισύλληψης (π.χ. προφυλακτικών) όταν τα νεαρά άτομα γίνουν σεξουαλικά ενεργά. Διάφορα αποτελεσματικά προγράμματα σεξουαλικής αγωγής, έχουν αυξήσει τη χρήση αντισύλληψης στα νεαρά ζευγάρια και συγχρόνως έχουν μειώσει τη συχνότητα των σεξουαλικών επαφών, τον αριθμό των συντρόφων και το σεξ χωρίς προφύλαξη (<http://www.advocatesforyouth.org/publications/iag/mythsfacts.htm>).

Όταν ένα ζευγάρι θέλει να έχει σεξουαλική επαφή, χωρίς να προκύψει εγκυμοσύνη, πρέπει να χρησιμοποιήσει αντισύλληψη. Η απόφαση για χρήση αντισύλληψης βασίζεται σε προσωπικές αρχές, θρησκευτικές πεποιθήσεις, το εισόδημα ενός ατόμου κ.λπ.

Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού σε αυτό το κεφάλαιο (αντισύλληψη) είναι να τονίσει τα ακόλουθα σημεία:

- ❖ Τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού στη ζωή των ατόμων
- ❖ Η αποχή θεωρείται η μόνη ασφαλής μέθοδος (100%), για να αποφευχθεί ο κίνδυνος της εγκυμοσύνης ή οι σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις.
- ❖ Η σεξουαλική επαφή θεωρείται ένα όμορφο κομμάτι της ανθρώπινης ζωής, το οποίο συνήθως προκαλεί σωματική και συναισθηματική ικανοποίηση, αν συντρέχουν οι υγιείς προϋποθέσεις: συντρέχουσα σωματική, συναισθηματική/ψυχική και νοητική ωρίμανση που καθιστούν το άτομο απόλυτα υπεύθυνο απέναντι στον εαυτό του και στον/στη σεξουαλικό του/της σύντροφο.
- ❖ Μερικοί από τους κινδύνους υγείας που περιλαμβάνονται στη σεξουαλική επαφή, είναι η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη και η μετάδοση μιας ή περισσότερων σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών. Σε περίπτωση ακόμη που έρχεται ένα άτομο σε σεξουαλική επαφή, όταν δεν είναι έτοιμο ή επειδή κάποιος/α το πιέζει, οι συνέπειες στον συναισθηματικό/ψυχολογικό κόσμο του ατόμου είναι αρνητικές και επιβλαβείς.
- ❖ Τη σημασία των διάφορων μεθόδων αντισύλληψης.
- ❖ Η απόφαση για χρήση αντισύλληψης βασίζεται σε προσωπικές αρχές, θρησκευτικές πεποιθήσεις, το εισόδημα ενός ατόμου κ.λπ.

Σημειώνεται ότι δεν είναι απαραίτητο να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες τον τρόπο λειτουργίας των διάφορων μεθόδων αντισύλληψης, αλλά να αποκτήσουν τέτοιες στάσεις και αξίες που προάγουν, κυρίως, τα πιο πάνω σημεία.

Άλλωστε, πολλές από τις μεθόδους αντισύλληψης δεν διατίθενται στην Κύπρο. Συνήθως η γνωστή μέθοδος που ήδη γνωρίζουν οι μαθητές/τριες, είναι το προφυλακτικό. Σε περίπτωση που κριθεί απαραίτητο, ίσως χρειαστεί να προβληθεί μία απλή διαφάνεια που να εξηγεί σημαντικές επισημάνσεις για τη σωστή χρήση του προφυλακτικού (βλέπε σελ 34) ή και να πραγματοποιηθεί μία σύντομη σχετική ομαδική δραστηριότητα.

Σε περίπτωση, όμως, που κριθεί απαραίτητο να επεξηγηθούν κι άλλες μέθοδοι αντισύλληψης, ο/η εκπαιδευτικός οφείλει να ικανοποιήσει τις ανάγκες των μαθητών/τριών.

Πιο κάτω παρατίθενται συνοπτικά οι κύριες μέθοδοι αντισύλληψης.

Αντισύλληψη:

Αντισύλληψη είναι τα προληπτικά μέτρα που χρησιμοποιεί ένα ζευγάρι για να αποφύγει μια ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη. Με άλλα λόγια είναι μέθοδοι, φυσικές ή τεχνητές, που εμποδίζουν τη σύλληψη, δηλαδή τη γονιμοποίηση του ωαρίου από το σπερματοζωάριο. Η αντισύλληψη επιτρέπει στο ζευγάρι να καθορίσει πόσα παιδιά θέλει και πότε τα θέλει.

Ο στόχος της ανάπτυξης των μεθόδων αντισύλληψης, είναι να βοηθήσει τα άτομα, κυρίως τις γυναίκες, να έχουν περισσότερο έλεγχο πάνω στη γονιμότητά τους, χωρίς να θυσιάσουν την ακεραιότητα, την υγεία και την ευημερία τους (www.hsph.harvard.edu, 2006).

Καμιά από τις μεθόδους αντισύλληψης δεν είναι τέλεια και καμιά δεν είναι κατάλληλη για όλους. Κάθε άτομο, και κατ' επέκταση κάθε ζευγάρι, θα πρέπει να λάβει υπόψη διάφορους παράγοντες για να αποφασίσει για τη μέθοδο αντισύλληψης που θα χρησιμοποιήσει.

Ένα άτομο θα πρέπει να υπολογίσει προσωπικούς παράγοντες όπως την ηλικία του, την προσωπικότητά του, τον τρόπο ζωής του κατά την παρούσα φάση, την κατάσταση υγείας και γονιμότητάς του, τον σύντροφο και τη σχέση τους καθώς και τις προοπτικές για τεκνοποίηση στο μέλλον. Τέλος, θα πρέπει να σκεφτεί τις επιπτώσεις μιας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης σε περίπτωση που η μέθοδος αποτύχει. Όλα αυτά θα πρέπει να ζυγιστούν για να παρθεί η σωστή απόφαση. Είναι σημαντικό να γνωρίζει ένα άτομο, ότι προτού επιλέξει μία μέθοδο αντισύλληψης, θα πρέπει να συμβουλευτεί τον/τη γυναικολόγο/ανδρολόγο του.

Η αντισύλληψη είναι ευθύνη του κάθε ατόμου και θα πρέπει να συζητείται και να συμφωνείται από τα ζευγάρια πριν από τη σεξουαλική επαφή. Η παροχή πληροφόρησης και η πρόσβαση σε αντισυλληπτικές μεθόδους, διασφαλίζει ότι άντρες και γυναίκες, θα είναι ικανοί να πάρουν την κατάλληλη απόφαση. Η παροχή υπηρεσιών πρέπει, επίσης, να περιλαμβάνει συμβουλευτικές και ποιοτικές αντισυλληπτικές υπηρεσίες.

Οι μέθοδοι αντισύλληψης διακρίνονται σε πέντε κατηγορίες:

- ❖ Τις μεθόδους φραγμού (ανδρικό και γυναικείο προφυλακτικό, διάφραγμα, κολπικοί σπύγγοι και σπερματοκτόνα κολπικά επιθέματα)
- ❖ Τα αντισυλληπτικά χάπια
- ❖ Τα ενδομήτρια σπειράματα
- ❖ Τις μόνιμες μεθόδους (στείρωση)
- ❖ Τις φυσικές μεθόδους (π.χ. αποχή)

Μέθοδοι Φραγμού

Η λογική των μεθόδων φραγμού, είναι να εμποδίσουν το σπέρμα να έρθει σε επαφή με το ωάριο.

Προφυλακτικό:

Το προφυλακτικό είναι φτιαγμένο, συνήθως, από καουτσούκ, το οποίο καλύπτει το ανδρικό πέος κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής, για να αποφευχθεί εγκυμοσύνη και η μετάδοση των σεξουαλικών μεταδιδόμενων νοσημάτων (ΣΜΝ).

- Τα προφυλακτικά αποτελούν τις πιο αποτελεσματικές μεθόδους αντισύλληψης όταν χρησιμοποιούνται σωστά. Είναι η μόνη μέθοδος που προστατεύει ταυτόχρονα από μια ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη και από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.
- Έχουν σχετικά χαμηλό κόστος και είναι εύκολο να τα προμηθευτεί κάποιο άτομο (φαρμακεία, περίπτερα, υπηρεσίες υγείας (π.χ. Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού - Κ.Σ.Ο.Π).
- Τα προφυλακτικά είναι μίας χρήσεως. Ένα προφυλακτικό ποτέ δεν μπορεί να ξαναχρησιμοποιηθεί.

Οι βασικές οδηγίες για την ορθή χρήση των προφυλακτικών είναι:

- ❖ Να μη χρησιμοποιούνται προφυλακτικά, μετά την ημερομηνία λήξης.
- ❖ Τα προφυλακτικά πρέπει να διατηρούνται σε μέρη χωρίς υψηλή θερμοκρασία, διότι κάτω από τέτοιες συνθήκες ξηραίνονται και υπάρχει περίπτωση να σπάσουν κατά τη χρήση τους. Για παράδειγμα, προφυλακτικά που φυλάγονται στο κουτί της θέσης του συνοδηγού στο αυτοκίνητο συχνά γίνονται αναποτελεσματικά.
- ❖ Πρέπει να γίνεται οπτικός έλεγχος για πιθανή καταστροφή της συσκευασίας του προφυλακτικού πριν το άνοιγμά του, π.χ. τρύπες.
- ❖ Είναι σημαντική η σωστή τοποθέτηση του προφυλακτικού στο πέος του άνδρα, όταν βρίσκεται σε σύση.
- ❖ Το προφυλακτικό χρησιμοποιείται μόνο μια φορά και πετιέται μετά από κάθε χρήση.

Βήματα για τη σωστή χρήση του προφυλακτικού

1. Έλεγξε την ημερομηνία λήξης πριν αγοράσεις το προφυλακτικό.
2. Και οι δύο σύντροφοι αισθάνονται σεξουαλική επιθυμία.
3. Το πέος γίνεται σκληρό και επέρχεται σύση
4. Άνοιξε το πακέτο του προφυλακτικού
5. Αφαίρεσε τον αέρα από την άκρη του προφυλακτικού
6. Ξετύλιξε το προφυλακτικό μέχρι τη βάση του πέους

7. Ακολουθεί η σεξουαλική πράξη (εφόσον και οι δύο το επιθυμούν)
8. Ο άνδρας εκσπερματώνει
9. Αποτραβήξου από τον σεξουαλικό σύντροφο αμέσως μετά την εκσπερμάτωση πριν το πέος επανέλθει στη φυσιολογική του κατάσταση, κρατώντας το προφυλακτικό σφικτά στη βάση του πέους.
10. Αφάιρесе το προφυλακτικό προσεκτικά κι έλεγξε ότι υπάρχει μέσα σπέρμα.
11. Το προφυλακτικό δένεται κόμπος
12. Πέταξε το προφυλακτικό στον κάλαθο των αχρήστων.

Γυναικείο Προφυλακτικό

Είναι μια θήκη από πολυουρεθάνη με δυο δακτυλίους στα άκρα. Εισάγεται στον κόλπο πριν από τη σεξουαλική επαφή και είναι μιας χρήσεως. Παρέχει προστασία από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα. Η αντισυλληπτική προστασία που παρέχει είναι μικρότερη από αυτή του ανδρικού προφυλακτικού. Μειονεκτήματα αυτής της μεθόδου, είναι το κόστος, η ανάγκη καθαρισμού και αποστείρωσης και η εμφάνιση του εξωτερικού δακτυλίου.



Κολπικό διάφραγμα

Έχει σχήμα θόλου με έναν εσωτερικό δακτύλιο που το στηρίζει στο τοίχωμα του κόλπου. Είναι σχεδιασμένο για να συγκρατεί τη σπερματοκτόνο κρέμα ή τζελ στο τραχηλικό στόμιο. Αυτή η λεπτή μεμβράνη, λειτουργεί σας εμπόδιο για τα σπερματοζωάρια. Πρέπει να τοποθετείται από τη γυναίκα στο βάθος του κόλπου, λίγες ώρες πριν από κάθε σεξουαλική επαφή και να αφαιρείται λίγες ώρες μετά.



Η αποτυχία της μεθόδου κυμαίνεται από 6-20%. Μειονεκτήματα της μεθόδου είναι η δυσκολία στην εφαρμογή, το γεγονός ότι δεν προστατεύει από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, ενώ η συχνή του χρήση μπορεί να αυξήσει τη συχνότητα των ουρολοιμώξεων.

Τραχηλική καλύπτρα

Καλύπτει όπως και το διάφραγμα, μόνο το τραχηλικό στόμιο. Χρησιμοποιείται σε συνδυασμό με σπερματοκτόνα. Μπορεί να παραμείνει στη θέση του μέχρι και 8 ώρες μετά τη σεξουαλική επαφή.

Η αποτυχία της μεθόδου κυμαίνεται από 9-20% σε άτοκες.

Σε πολύτοκες η αποτυχία της μεθόδου είναι πολύ μεγαλύτερη λόγω της αδυναμίας να διατηρηθεί στη θέση του. Δεν παρέχει προστασία από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.



Κολπικός σπόμενος

Ο κολπικός σπόμενος στη μια επιφάνεια είναι κοίλος για να εφαρμόζει στο τραχηλικό στόμιο, ενώ στην άλλη πλευρά έχει ταινία για την εύκολη αφαίρεση του. Είναι εμποτισμένος με σπερματοκτόνο. Είναι αποτελεσματικός για 24 ώρες από την τοποθέτηση του και πρέπει να παραμείνει στη θέση του για τουλάχιστον 6 ώρες μετά τη σεξουαλική επαφή. Η αποτυχία της μεθόδου κυμαίνεται από 9-20% στις άτοκες, ενώ στις γυναίκες που έχουν γεννήσει κυμαίνεται από 20-40%. Δεν προφυλάσσει από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.



Σπερματοκτόνες ουσίες

Τα σπερματοκτόνα ακινητοποιούν το σπέρμα μέσα στον κόλπο με ειδικό εξάρτημα και διατίθενται κυρίως σε μορφή αφρού, ζελέ ή ως κολπικά υπόθετα. Τα πλεονεκτήματα της χρήσης των κολπικών μεθόδων στηρίζονται στο ότι είναι μέθοδοι ασφαλείς και μπορεί να χρησιμοποιηθούν από οποιαδήποτε γυναίκα, καθώς και το γεγονός ότι ελέγχεται πλήρως από τη γυναίκα. Είναι πλήρως αναστρέψιμες, χωρίς ορμονικές παρενέργειες, δεν επηρεάζουν το μητρικό θηλασμό, και είναι εύκολες στη χρήση. Δεν προσφέρουν πλήρη αντισυλληπτική προστασία ή/και προστασία κατά των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, γι' αυτό συνιστάται να χρησιμοποιούνται παράλληλα με το προφυλακτικό, για επιπλέον προστασία. Κάποιες φορές προκαλούν ερεθισμούς.

Ορμονική Αντισύλληψη

Αν επιλέξει μία κοπέλα να χρησιμοποιεί το χάπι, θα πρέπει πρώτα να επισκεφτεί και να συζητήσει αυτή της την επιθυμία με έναν/μία γυναικολόγο.

Κύριος μηχανισμός δράσης, είναι η αναστολή της ωοθυλακιωρρηξίας. Στο χάπι περιέχονται δύο ορμόνες, οι οποίες εμποδίζουν την ωορρηξία. Επίσης δυσκολεύουν την εισαγωγή των σπερματοζωαρίων στη μήτρα και εμποδίζουν την εμφύτευση ενός γονιμοποιημένου ωαρίου στο ενδομήτριο. Το χάπι δεν προστατεύει από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα (ΣΜΝ). Το χάπι είναι αποτελεσματικό μόνο όταν χρησιμοποιηθεί σωστά.



Τα αντισυλληπτικά δισκία εμφανίζουν εκτός της αντισύλληψης, και μια σειρά από άλλα πλεονεκτήματα, όπως: βελτίωση της ακμής, της ανεπιθύμητης τριχοφυΐας, του πόνου της περιόδου, καθώς και της απώλειας μεγάλης ποσότητας αίματος. Μειώνουν τον κίνδυνο εκδήλωσης καλοηθών παθήσεων του μαστού, καρκίνου της μήτρας, ωοθηκών και παχέος εντέρου. Επιπλέον, μειώνουν τον κίνδυνο εμφάνισης κύστεων των ωοθηκών. Έχει αποδειχθεί μείωση στη εκδήλωση σαλπιγγίτιδας και εξωμητρίων κυήσεων, προλαμβάνουν την οστεοπόρωση σε κάποιες έφηβες, και προσφέρουν μεγάλη ανακούφιση από τους πόνους της περιόδου.

Με τα σύγχρονα αντισυλληπτικά, δεν αυξάνεται το σωματικό βάρος μίας κοπέλας. Σαφώς υπάρχουν καταστάσεις και περιπτώσεις γυναικών, όπου η λήψη αντισυλληπτικών, δεν είναι ενδεδειγμένη, όπως σε βαριές καπνίστριες, γυναίκες με αιματολογικά προβλήματα, ιστορικό θρομβώσεων, ημικρανίες, και άλλα. Είναι απαραίτητο, πριν η γυναίκα αρχίσει τη χρήση αντισυλληπτικών, να επισκεφτεί το γυναικολόγο και να αποκλειστούν οι καταστάσεις αυτές. Η ορμονική αντισύλληψη, δεν υπάρχει μόνο με την μορφή των χαπιών, αλλά και με άλλες μορφές, όπως την ενέσιμη μορφή, τα εμφυτεύματα, τα διαδερμικά αυτοκόλλητα και τον κολπικό δακτύλιο.

Ενδομήτρια Σπειράματα:

Αποτρέπουν την εμφύτευση ενός γονιμοποιημένου ωαρίου. Τα ενδομητρικά σπειράματα είναι συσκευές από μαλακό πλαστικό ή μεταλλικό υλικό που τοποθετούνται στη μήτρα και προσφέρουν αντισύλληψη, καθώς αποτρέπουν την εμφύτευση ενός γονιμοποιημένου ωαρίου. Η χρήση τους περιορίζεται κυρίως σε γυναίκες που έχουν ήδη αποκτήσει παιδί, καθώς η χρήση τους από γυναίκες που δεν έχουν ακόμα τεκνοποιήσει, θεωρείται από πολλούς ότι πρέπει να αποφεύγεται. Ως πλεονεκτήματα της χρήσης των σπιράλ, θεωρούνται η μακροχρόνια αντισυλληπτική τους δράση (για 5 έτη) και το γεγονός ότι η γυναίκα, για χρόνια, δεν χρειάζεται να θυμάται και να σκέφτεται καθημερινά για την αντισυλληπτική της προστασία. Τοποθετείται εύκολα στο πλαίσιο του ιατρείου, με τοπική αναισθησία. Πριν την τοποθέτηση του σπιράλ πρέπει να αποκλειστεί η πιθανότητα να υπάρχουν ήδη: εγκυμοσύνη, καρκίνος τραχήλου, μήτρας και ωοθηκών, καθώς και συγγενείς ανωμαλίες διάπλασης της μήτρας και μεγάλα ινομυώματα (καλοήθεις όγκοι της μήτρας).

Μόνιμες Μέθοδοι (στείρωση)

Πρόκειται για χειρουργικές επεμβάσεις, κατά τις οποίες αποφράσσονται οι δίοδοι μέσω των οποίων διέρχονται τα σπερματοζωάρια (σπερματικοί πόροι) στους άνδρες ή τα ωάρια (σάλπιγγες) στις γυναίκες. Η αντισύλληψη είναι πλέον μόνιμη, και η στείρωση μη αντιστρέψιμη στις περισσότερες περιπτώσεις.

Φυσικές Μέθοδοι

Η Μέθοδος ρυθμού/Περιοδική αποχή

Αποφυγή των σεξουαλικών επαφών κατά τις γόνιμες μέρες τις γυναίκας. Η μέθοδος αυτή δεν είναι κατάλληλη για τους έφηβους, εξαιτίας του υψηλού ποσοστού αποτυχίας της, αλλά και λόγω του ακατάστατου εμμηνορροϊκού κύκλου των κοριτσιών στην εφηβεία.

Διακοπή σεξουαλικής πράξης/Διακεκομμένη συνουσία

Η διακοπή της σεξουαλικής πράξης (Η απομάκρυνση του πέους από τον κόλπο της γυναίκας). Η μέθοδος αυτή έχει υψηλά ποσοστά αποτυχίας επειδή, εκτός από τη αποτυχία της έγκαιρης εξαγωγής του πέους από τον κόλπο, υπάρχει πάντοτε η πιθανότητα ύπαρξης σπερματοζωαρίων στο υγρό που εξέρχεται από την ουρήθρα πριν από την εκσπερμάτωση.

Αποχή

Η «αποχή» είναι η πλήρης αποφυγή των σεξουαλικών σχέσεων ή η διατήρηση της παρθενιάς μέχρι τον γάμο, παρόλο που υπάρχουν κι άλλες ερμηνείες. Μπορεί για κάποιους να σημαίνει το να μην έχουν σεξουαλικές σχέσεις κατά τη διάρκεια όλης της ζωής, ενώ για άλλους μπορεί να σημαίνει το να μην έχουν σεξουαλικές σχέσεις για κάποιο χρονικό διάστημα ή με το συγκεκριμένο άτομο.

Αποχή, όμως, θα πρέπει για όλους, να σημαίνει, συνειδητή επιλογή και όχι να είναι η μόνη διέξοδος λόγω άγνοιας, παραπληροφόρησης ή φόβου.

Επείγουσα αντισύλληψη

Αυτό το είδος αντισυλληπτικού χαπιού λαμβάνεται μετά τη σεξουαλική επαφή (αφού απέτυχε το μέτρο προφύλαξης ή δεν πάρθηκε οποιαδήποτε προφύλαξη) για να εμποδίσει μια πιθανή εγκυμοσύνη. Η επείγουσα αντισύλληψη είναι πιο γνωστή ως «το χάπι της επόμενης μέρας» αλλά αυτός ο χαρακτηρισμός δεν είναι ακριβής, αφού μπορεί να παρθεί μέχρι και 72 ώρες μετά από μια σεξουαλική επαφή. Η μέθοδος αυτή χρησιμοποιείται μόνο για έκτατα περιστατικά, δεν αποτελεί μέθοδο ρουτίνας και δεν πρέπει να γίνεται κατάχρηση. Η επείγουσα αντισύλληψη δεν πετυχαίνει πάντοτε.

Η επείγουσα αντισύλληψη δεν προσφέρει καμία προστασία από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα (ΣΜΝ).

Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα

Σημαντικές επισημάνσεις για τον/την εκπαιδευτικό:

- ❖ Οι στόχοι για τη διδασκαλία των Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Νοσημάτων, πρέπει να καλύπτουν και τις τρεις περιοχές:
 - A. Γνώσεις
 - B. Δεξιότητες
 - Γ. Στάσεις

A. Τομέας των γνώσεων

- ❖ Οι μαθητές/τριες:
 - Να αναγνωρίζουν τι είναι ΣΜΝ.
 - Να ονομάζουν τα κυριότερα ΣΜΝ.
 - Να διακρίνουν τους τρόπους μετάδοσης των ΣΜΝ.
 - Να διακρίνουν τους τρόπους με τους οποίους δεν μεταδίδονται τα ΣΜΝ.
 - Να αναγνωρίζουν τα κυριότερα συμπτώματα των ΣΜΝ.
 - Να υποδεικνύουν τις συνέπειες των ΣΜΝ.
 - Να αξιολογούν τους τρόπους πρόληψης των ΣΜΝ.
- ❖ Σε ό,τι αφορά τις γνώσεις, δεν χρειάζεται να δίνονται πάρα πολλές λεπτομέρειες για το κάθε νόσημα.
- ❖ Η έμφαση πρέπει να είναι στο γεγονός ότι τα νοσήματα αυτά μεταδίδονται με τον ίδιο τρόπο, παρουσιάζουν παρόμοια συμπτώματα και προλαμβάνονται με τον ίδιο τρόπο.
- ❖ Περισσότερες πληροφορίες θα δοθούν όταν το άτομο έρθει σε επαφή με κάποια υπηρεσία για βοήθεια, γι' αυτό είναι πολύ σημαντικό να ξέρουν τα νεαρά άτομα πού να αποταθούν.

B. Τομέας των δεξιοτήτων

- ❖ Στον τομέα των δεξιοτήτων, συστήνεται να εξασκηθούν οι μαθητές/τριες σε δραστηριότητες, που στοχεύουν στη διεκδικητική συμπεριφορά καθώς και στην αντιμετώπιση καταστάσεων πίεσης για σεξουαλική επαφή ή/και για σεξουαλική επαφή χωρίς προφυλάξεις. Επίσης, οι μαθητές/τριες καλό είναι να αναγνωρίζουν τις υπηρεσίες/δομές στις οποίες μπορούν να στραφούν για βοήθεια.
- ❖ Οι ίδιες δεξιότητες που χρειάζονται για προστασία από τα ΣΜΝ, χρησιμεύουν και για αποφυγή μιας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης και γενικότερα από άλλες αρνητικές επιπτώσεις του σεξ.

Γ. Τομέας των στάσεων

- ❖ Στον τομέα των στάσεων, όπως αναφέρεται στην εισαγωγή της ενότητας αλλά και στην εισαγωγή του κάθε κεφαλαίου αυτής της ενότητας, οι μαθητές/τριες καλούνται μέσα από τις δραστηριότητες ενεργητικής μάθησης, να αναγνωρίζουν τη σημασία του ασφαλούς σεξ καθώς και της αποχής. Να αναγνωρίζουν ότι οποιοδήποτε σεξουαλικά ενεργό άτομο μπορεί να εκτεθεί σε κάποιο ΣΜΝ. Τονίζεται, επίσης, η ανάγκη του σεβασμού απέναντι στους ασθενείς και φορείς του HIV, καθώς και η θετική στάση χωρίς προκατάληψη απέναντί τους.

Κύρια σημεία και ορισμοί για τα ΣΜΝ.

- Τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα είναι ασθένειες ή λοιμώξεις-μολύνσεις που προκαλούνται από μικροοργανισμούς και μεταδίδονται από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω της ανθρώπινης σεξουαλικής συμπεριφοράς. Λέγονται, επίσης, και **σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες ή αφροδίσια νοσήματα.**
- **Νόσημα – Ασθένεια:** Όταν ένα άτομο έχει μολυνθεί με έναν μικροοργανισμό.
- **Μόλυνση/Λοίμωξη:** Ονομάζεται η είσοδος ενός μικροοργανισμού στον ανθρώπινο οργανισμό. Ο μικροοργανισμός αρχίζει να πολλαπλασιάζεται, ωστόσο ο οργανισμός δεν παρουσιάζει ακόμα συμπτώματα.
- Ο **μικροοργανισμός** είναι ένας οργανισμός που είναι τόσο μικρός, ώστε δεν φαίνεται με γυμνό μάτι. Οι μικροοργανισμοί διακρίνονται σε διάφορα είδη: τα παράσιτα, τους μύκητες, τα βακτηρίδια και τους ιούς. Κάποιοι μικροοργανισμοί είναι χρήσιμοι και κάποιοι είναι παθογόνοι.
- Υπάρχουν μικροοργανισμοί που για να επιβιώσουν, πρέπει να ζουν μέσα στο ανθρώπινο σώμα. Μεταδίδονται από άνθρωπο σε άνθρωπο, με διάφορους τρόπους. Έχουν τη δυνατότητα να προκαλέσουν ασθένειες στα άτομα που έχουν μολύνει.
- Είναι πολύ σημαντικό, να τηρούνται βασικοί κανόνες υγιεινής, για να αποφεύγεται η μετάδοση των μικροοργανισμών.
- Τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, μεταδίδονται μέσω της σεξουαλικής δραστηριότητας και προλαμβάνονται με την αποχή, τη μονογαμία και τη χρήση προφυλακτικού.
- Υπάρχουν γύρω στα 20 - 30 διαφορετικά ΣΜΝ. Μερικά από αυτά είναι: Βακτηριδιακή κολπίτιδα (BV), Έρπης, Ηπατίτιδα Α και Β, Γονόρροια/Βλεννόρροια, Χλαμύδια, Τριχομονάδες, Ψώρα, Ιός κονδυλωμάτων - HPV (Human Papilloma Virus), Σύφιλη, HIV/AIDS.
- Δεν είναι ανάγκη να έχει κάποιο άτομο πολλούς ερωτικούς συντρόφους, για να κολλήσει ένα ΣΜΝ.
- Τα ΣΜΝ προσβάλλουν άνδρες και γυναίκες όλων των κοινωνικοοικονομικών στρωμάτων.
- Τις περισσότερες φορές τα συμπτώματα των ΣΜΝ είναι ασήμαντα ή και ανύπαρκτα.
- Το σάλιο, το σπέρμα, τα κολπικά υγρά και το αίμα μπορούν να μεταφέρουν ένα νόσημα.
- Κάποια μπορούν να θεραπευτούν πλήρως και άλλα όχι.

Κονδυλώματα

- Οφείλονται στον ιό των ανθρωπίνων θηλωμάτων (HPV).
- Τα κονδυλώματα εμφανίζονται σαν εκπλαστήσεις που μοιάζουν με κουνουπίδια και κρεατοελιές.
- Μετάδοση μέσω της σεξουαλικής επαφής.
- Μικρή πιθανότητα ο ιός να μεταδοθεί από τη μητέρα στο νεογέννητο κατά τον τοκετό προκαλώντας του κονδυλώματα στον λάρυγγα.

➤ **Συμπτώματα:**

Αρκετές φορές δεν εκδηλώνονται συμπτώματα. Σε περιπτώσεις που εκδηλώνονται τότε υπάρχει:

- Φαγούρα και πόνος.
- Έκκριση υγρών και αιμορραγία στα γεννητικά όργανα και στον πρωκτό.

➤ **Θεραπεία:**

Ανάλογα με το σημείο στο οποίο βρίσκονται γίνεται και η κατάλληλη θεραπεία. Τοπική θεραπεία με επαλείψεις διάφορων ουσιών, κρυοθεραπεία, καυτηρίαση, λέιζερ και χειρουργική αφαίρεση.

Θεραπεία για τον ιό των κονδυλωμάτων δεν υπάρχει. Όταν το άτομο προσβληθεί από τον ιό, είναι φορέας του διά βίου. Υπάρχουν περίοδοι κατά τις οποίες το άτομο εμφανίζει ύφεση, στη διάρκεια της οποίας δεν παρουσιάζει κανένα σύμπτωμα, και περίοδοι έξαρσης, όπου εκδηλώνονται κάποια συμπτώματα αλλά και οι εκπλαστήσεις.

➤ **Επιπλοκές:**

Ορισμένοι τύποι του ιού είναι συνδεδεμένοι με τη μετέπειτα εμφάνιση του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας. Γι' αυτό οι γυναίκες, πρέπει να υποβάλλονται συχνά σε τεστ Παπανικολάου.

Έρπης

Υπάρχει σε δύο τύπους :

- α) ο ιός που συναντάται πιο συχνά στα χείλη (HSV-1)
- β) ο ιός που συναντάται στα γεννητικά όργανα (HSV-2)

➤ **Μεταδίδεται:**

- Μέσω της επαφής του δέρματος με μολυσμένο από έρπητα δέρμα (άγγιγμα, φιλί).
- Μέσω της σεξουαλικής επαφής.
- Κατά τη διάρκεια του τοκετού (η καισαρική είναι ο μόνος τρόπος αποφυγής της μετάδοσης του ιού).

➤ **Συμπτώματα:**

- Πολλές περιπτώσεις δεν παρουσιάζουν συμπτώματα.
- Μικρές, κόκκινες φυσαλίδες ή ανοιχτές πληγές στα γεννητικά όργανα, τον πρωκτό και στις παρακείμενες περιοχές.

- Πόνος ή φαγούρα γύρω από την περιοχή των γεννητικών οργάνων, των εσωτερικών των μηρών ή των γλουτών.
- Πόνοι στους μύες και στις αρθρώσεις.
- Πονοκέφαλος, πυρετός.
- Πόνος κατά την ούρηση.

➤ **Θεραπεία:**

Ο έρπηξ γεννητικών οργάνων δεν θεραπεύεται, αλλά αντιμετωπίζεται με αντι-ικά φάρμακα, τα οποία ανακουφίζουν τα συμπτώματα, βοηθούν στην επούλωση των ελκών και προστατεύουν από άλλες μολύνσεις. Για τον λόγο αυτό, η θεραπεία για την αντιμετώπιση του συγκεκριμένου ιού, όπως και του έρπητα ζωστήρα, θα πρέπει να ξεκινά άμεσα.

Δεδομένου ότι ο ιός παραμένει για πάντα μέσα στο σώμα, μπορεί να ξαναεμφανιστεί, όταν η άμυνα του οργανισμού έχει πέσει, και να ξανακάνει άλλο ένα επεισόδιο της νόσου (αναζωπύρωση).

Γονόρροια/Βλεννόρροια

Το αίτιο της γονόρροιας είναι ο γονόκκοκος. Το βακτηρίδιο αυτό προτιμά τις ζεστές και υγρές περιοχές των βλεννογόνων. Μπορεί να μην εμφανίζει συμπτώματα και γι' αυτό είναι πιο επικίνδυνη.

➤ **Συμπτώματα:**

Τα πιο συνηθισμένα συμπτώματα της γονόρροιας είναι πυώδεις εκκρίσεις από το πέος, τον κόλπο και τον πρωκτό. Τη διούρηση συνοδεύει ένα κάψιμο, ενώ η περιοχή γύρω από τα γεννητικά όργανα κοκκινίζει.

➤ **Μετάδοση:**

Μεταδίδεται μέσω της σεξουαλικής επαφής, καθώς και από τη μητέρα στο έμβρυο κατά τον τοκετό, το οποίο υπάρχει κίνδυνος να αναπτύξει σοβαρή μορφή επιπεφυκίτιδας (μόλυνση στα μάτια).

➤ **Θεραπεία:** Με πενικιλίνη και άλλα αντιβιοτικά.

➤ **Επιπλοκές:**

- Πιθανότητα ταυτόχρονης λοίμωξης με άλλα ΣΜΝ.
- Μπορεί να προκαλέσει στειρώση στον άνδρα και στην γυναίκα.
- Μπορεί να προκαλέσει αποβολές στην εγκυμοσύνη.
- Πιθανότητα διάσπαρτης γονοκοκκικής λοίμωξης.

Χλαμύδια

Η λοίμωξη αυτή προκαλείται από το βακτηρίδιο (Chlamydia Trachomatis), το οποίο πολλαπλασιάζεται μέσα στα κύτταρα του οργανισμού που προσβάλλει.

➤ **Συμπτώματα:**

- Εκκρίσεις από τον κόλπο/πέος
- Πόνος/κάψιμο κατά την ούρηση.
- Πόνος κατά τη διάρκεια σεξουαλικής επαφής.
- Πιθανή κολπική αιμορραγία.

➤ **Μεταδίδεται:**

- Με τη σεξουαλική επαφή.
- Από τη μητέρα στο νεογνό κατά τον τοκετό, προκαλώντας του μόλυνση στα μάτια ή πνευμονία.

➤ **Θεραπεία:** Με αντιβιοτικά

Τριχομονάδες

Προκαλούν: Φλεγμονή του κόλπου (κολπίτιδα) και της ουρήθρας (ουρηθρίτιδα)

➤ **Μεταδίδονται:**

Κατά τη διάρκεια κολπικής σεξουαλικής επαφής.
Μέσω στενής σωματικής επαφής.
Μέσω χρήσης προσωπικών αντικειμένων.

➤ **Συμπτώματα:** Ασυμπτωματική μόλυνση

Γυναίκες:

- Δύσοσμη έκκριση υγρών από τον κόλπο
- Κάψιμο, φαγούρα και ερεθισμός των γεννητικών οργάνων
- Πόνος ή κάψιμο κατά την ούρηση.

Άνδρες:

- Αραιό άσπρο υγρό από το πέος.
- Πόνος ή κάψιμο κατά την ούρηση.

➤ **Θεραπεία:** Με αντιβίωση και στους δύο συντρόφους

Βακτηριδιακή Κολπίτιδα

Φλεγμονή του κόλπου που προκαλείται από διάφορα μικρόβια, όπως για παράδειγμα από μύκητες, παράσιτα και βακτηρίδια. Το βακτηρίδιο αυτό είναι μέρος της φυσιολογικής χλωρίδας του κόλπου, αλλά μερικές φορές, όταν το περιβάλλον του κόλπου αλλάζει, μπορεί να προκαλέσει λοίμωξη.

➤ **Μεταδίδεται:**

- Με τη σεξουαλική επαφή
- Λόγω αυξημένης υγρασίας και θερμότητας στη περιοχή των γεννητικών οργάνων (π.χ. λόγω συνθετικών εσωρούχων). Ακόμη εξαιτίας καταστάσεων που καταστέλλουν το ανοσοποιητικό σύστημα, αλλά και λόγω κακής υγιεινής.

➤ **Συμπτώματα:**

Γυναίκες: Ασυνήθιστες εκκρίσεις από τον κόλπο, σε γκριζόασπρο χρώμα, και με άσχημη μυρωδιά, κυρίως μετά τη σεξουαλική επαφή και την περίοδο.

Φαγούρα και κάψιμο στην περιοχή του κόλπου

Άνδρες: Δεν υπάρχουν, είναι απλώς φορείς του μικροβίου.

Θεραπεία: Στις γυναίκες δίνονται αντιβιοτικά και στους άνδρες, συνήθως, δεν δίνεται θεραπεία.

Σύφιλη

Οφείλεται σε λοίμωξη από το βακτήριο *Ωχρά Σπειροχαίτη*. Είναι ασθένεια χρόνιας διαδρομής, που μπορεί να προσβάλλει όλα τα όργανα και τα συστήματα του οργανισμού.

➤ **Μεταδίδεται:**

- Μέσω της σεξουαλικής επαφής.
- Μέσω του αίματος.
- Κάθετη μετάδοση (μητέρα στο έμβρυο).

➤ **Συμπτώματα:**

- Ανώδυνη πληγή στα γεννητικά όργανα, η οποία φεύγει από μόνη της.
- Εξάνθημα, πυρετός, πρήξιμο αδένων, μυϊκός πόνος: Συμπτώματα γρίπης.
- Σοβαρή βλάβη στα εσωτερικά όργανα (εγκέφαλο, νεύρα, καρδία).

➤ **Θεραπεία:** Έγκαιρη θεραπεία με Αντιβιοτικά (πενικιλίνη) για να αποφευχθούν οι σοβαρές βλάβες στα όργανα.

Ηπατίτιδα Β

Η ηπατίτιδα είναι η Φλεγμονή του ήπατος (συκωτιού) που μπορεί να προκληθεί από διάφορους ιούς. HBV είναι ο ιός της ηπατίτιδας Β.

➤ **Μεταδίδεται:**

- Με το αίμα και τα υγρά του σώματος.
- Με τη σεξουαλική επαφή.

- Κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του τοκετού.

➤ **Συμπτώματα**

Παρόμοια με αυτά της γρίπης, στη συνέχεια ίκτερος, κοιλιακός πόνος, ανοιχτόχρωμα κόπρανα και σκουρόχρωμα ούρα, μεγάλη απώλεια βάρους.

➤ **Θεραπεία:** Δεν υπάρχει. Υπάρχει προληπτικό εμβόλιο.

AIDS (Σύνδρομο Επίκτητης Ανοσοποιητικής Ανεπάρκειας)

Το AIDS είναι μια ασθένεια που προκαλείται από τον ιό του HIV.

Ο ιός προσβάλλει και καταστρέφει τα T4-λεμφοκύτταρα, έναν τύπο λευκών αιμοσφαιρίων που είναι υπεύθυνα για την άμυνα του οργανισμού σε διάφορες λοιμώξεις.

HIV = Human Immunodeficiency Virus

Ιός Επίκτητης Ανοσοποιητικής Ανεπάρκειας

Είναι ένας ιός που προσβάλλει το ανοσοποιητικό σύστημα του ανθρώπου, το σύστημα δηλαδή που είναι υπεύθυνο για την άμυνα του οργανισμού σε λοιμώξεις, νεοπλασίες και άλλες ασθένειες.

AIDS = Acquired ImmunoDeficiency Syndrome

Σύνδρομο Επίκτητης Ανοσοποιητικής Ανεπάρκειας

Είναι μια ανίατη λοιμώδης νόσος που οφείλεται στον ιό HIV.

Τρόπος Δράσης του HIV

- Προσβάλλει το ανοσοποιητικό σύστημα (T4 λεμφοκύτταρα)
- «Κοιμάται» για αρκετά χρόνια (βρίσκεται σε αδράνεια)
 - Στάδιο ασυμπτωματικού φορέα
- Ενεργοποιείται
 - Καταστροφή κυττάρων
- Αποδυναμώνει το ανοσοποιητικό σύστημα
 - Ευκαιριακές μολύνσεις, κακοήθεις όγκοι

Τρόποι Μετάδοσης του Ιού

- Σεξουαλική επαφή (μέσω του σπέρματος και των κολπικών υγρών)
- Μέσω του αίματος και των παραγώγων του
 - Με την κοινή χρήση μολυσμένης ενδοφλέβιας σύριγγας
 - Μετάγγιση μολυσμένου αίματος
- Από τη μητέρα στο έμβρυο κατά την εγκυμοσύνη
- Από τη μητέρα στο νεογνό κατά τη γέννα και τον θηλασμό.

Το AIDS δεν μεταδίδεται με..

- Κοινωνική επαφή
- Φιλί – Χειραψία- Αγκάλιασμα
- Κολυμβητικές πισίνες -θάλασσα
- Τουαλέτες –μπάνιο
- Οικιακά σκεύη
- Αντικείμενα κοινής οικογενειακής χρήσης (πιάτα, ποτήρια, μαχαιροπίρουνα)
- Τα ζώα ή τα έντομα
- Δάκρυα –Ιδρώτα.

Συμπτώματα:

- Πολλά άτομα που μολύνονται από τον ιό παραμένουν ασυμπτωματικά.
- Τα συμπτώματα που παρουσιάζονται αρχικά είναι παρόμοια με της γρίπης, αφού προσβάλλεται το ανοσοποιητικό σύστημα.
 - φουσκωμένοι αδένες, ιδρώτας, απώλεια βάρους, κόπωση, πυρετός.
- Ολική ανοσοποιητική ανεπάρκεια.
 - Ο οργανισμός αδυνατεί να αντιμετωπίσει οποιαδήποτε κοινή μόλυνση.

Διάγνωση/Θεραπεία:

- Η διάγνωση μπορεί να γίνει μόνο με εξέταση αίματος (περίπου 6 βδομάδες μετά την πρώτη επαφή με τον ιό, κάποτε μπορεί να κάνουν και 6 μήνες να εμφανιστούν τα αντισώματα κατά του ιού).
- Δεν υπάρχει θεραπεία για το Aids
- Οι φορείς παίρνουν την Αντιρετροϊκή Αγωγή (τριπλή θεραπεία) που στόχο έχει:
 - Τη μείωση της νοσηρότητας και της θνησιμότητας λόγω της HIV λοίμωξης
 - Βελτίωση της ποιότητας ζωής
 - Αποκατάσταση και διατήρηση της ανοσιακής λειτουργίας
 - Καταστολή των συμπτωμάτων και της εξέλιξης της νόσου.

Επιδημιολογία του HIV/AIDS στον Κόσμο και στην Κύπρο

- Σύμφωνα με την τελευταία έκθεση του ειδικού φορέα των Ηνωμένων Εθνών για τη συντονισμένη αντιμετώπιση της HIV λοίμωξης (UNAIDS), ο αριθμός των ατόμων που ζουν με τον HIV παγκοσμίως υπολογίζεται στα 33.200.000 άτομα, ενώ περίπου 2.500.000 νέες HIV μολύνσεις σημειώθηκαν το έτος 2008, με τις μισές σε άτομα ηλικίας 15-24 ετών (WHO/UNAIDS, 2008).
- Το 2009, 1.200.000 άτομα με τον ιό HIV άρχισαν για πρώτη φορά την Αντιρετροϊκή Αγωγή (UNAIDS Report).
- Μέσα στο 2008 περίπου 2.000.000 άτομα πέθαναν εξαιτίας του HIV.
- Το 2009, 370000 περίπου παιδιά διαγνώστηκαν με τον ιό HIV, κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του θηλασμού (UNAIDS Report).
- Σύμφωνα με την έκθεση, τα ποσοστά των ατόμων με HIV (παγκόσμια) μειώνονται, αλλά εξακολουθούν να είναι ψηλά στις υποανάπτυκτες χώρες.

- Εκατομμύρια είναι οι άνθρωποι που δεν έχουν πρόσβαση στη φαρμακευτική αγωγή για μια καλύτερη ποιότητα ζωής.
- Πέραν του 50% των φορέων είναι γυναίκες και παιδιά.
- Σύμφωνα με τα επιδημιολογικά δεδομένα μέσα στο 2008 διαγνώστηκαν 52.600 νέες περιπτώσεις HIV σε 48 από τις 53 χώρες που έδωσαν δεδομένα στον ΠΟΥ (WHO). Το μεγαλύτερο ποσοστό των νέων λοιμώξεων αναφέρθηκαν από την Εσθονία, την Ουκρανία, την Πορτογαλία και τη Δημοκρατία της Μολδαβίας. Για το ίδιο έτος στην Ευρώπη καταγράφηκαν 7.565 περιπτώσεις AIDS.
- Στην Κύπρο, σύμφωνα με τα επίσημα δεδομένα που έχουν αποσταλεί στο Ευρωπαϊκό Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (European Centre for Disease Prevention and Control-ECDC), η εκτιμώμενη επίπτωση της HIV λοίμωξης είναι χαμηλότερη του ευρωπαϊκού μέσου όρου.
- Μέχρι το τέλος του 2008, έχουν καταγραφεί στην Κύπρο συνολικά 602 περιπτώσεις HIV, ενώ το 2009 έχουν καταγραφεί 38 νέα περιστατικά. Στην Κύπρο την ίδια χρονική περίοδο (1986-Δεκέμβριος 2008) έχουν δηλωθεί συνολικά 187 περιπτώσεις AIDS.

HIV/AIDS Στίγμα και Διακρίσεις

Η διάκριση είναι παραβίαση των Ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

«Το Στίγμα είναι κάτι που σκοτώνει τον άνθρωπο, μερικές φορές πολύ περισσότερο κι από την ίδια την ασθένεια». Νέλσον Μαντέλα

Η άγνοια οδηγεί στη διάκριση και ό,τι δεν γνωρίζουμε το φοβόμαστε, το απωθούμε, το περιθωριοποιούμε.

Ο καθένας χρειάζεται να μάθει τους τρόπους μετάδοσης της ασθένειας – να φοβάται την ασθένεια ΟΧΙ τους ανθρώπους που την έχουν!

1 Δεκεμβρίου: Παγκόσμια Μέρα κατά του AIDS

Δραστηριότητες που αφορούν την Αντισύλληψη

Προϋπάρχουσες Γνώσεις.

Συστήνεται πριν ξεκινήσει ο/η εκπαιδευτικός τις δραστηριότητες για την αντισύλληψη και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, να βεβαιωθεί πως οι μαθητές/τριες ήδη κατέχουν κάποιες από τις βασικές γνώσεις στο θέμα της αναπαραγωγής/εγκυμοσύνης. Για παράδειγμα:

- Η αναπαραγωγή είναι μια από τις λειτουργίες όλων των ζωντανών οργανισμών. Σκοπός της είναι η συνέχιση της ζωής.
- Για να γίνει η αναπαραγωγή στον άνθρωπο, χρειάζεται το αρσενικό άτομο (με τα σπερματοζωάρια) και το θηλυκό άτομο (με τα ωάρια).
- Η αναπαραγωγή επιτυγχάνεται μέσω της σεξουαλικής επαφής.
- Το πρώτο σπερματοζωάριο που φτάνει από τον κόλπο στον ωαγωγό ενώνεται με το ωάριο (αν υπάρχει) και έτσι αρχίζει να δημιουργείται ο νέος οργανισμός.
- Το φύλο του νέου οργανισμού καθορίζεται από το φυλετικό χρωματόσωμα του σπερματοζωαρίου.
- Το έμβρυο εμφυτεύεται στη μήτρα όπου θα μεγαλώσει για εννιά μήνες (εγκυμοσύνη).
- Η εγκυμοσύνη τελειώνει με τη γέννηση του μωρού (τοκετός).
- Η αναπαραγωγή επιτυγχάνεται μέσω της σεξουαλικής επαφής, η οποία είναι μια δραστηριότητα που προκαλεί μεγάλη ευχαρίστηση στον άντρα και στη γυναίκα, εφόσον και οι δύο το επιθυμούν.

Επιπρόσθετα, οι οδηγίες για τον ρόλο του/της εκπαιδευτικού, που αναφέρονται στην εισαγωγή αυτού του κεφαλαίου, συστήνεται να ληφθούν υπόψη πριν να επιλεγεί οποιαδήποτε από τις προτεινόμενες δραστηριότητες.

Δραστηριότητες αφόρμισης:

Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει **μία** από τις πιο κάτω δραστηριότητες (ή συνδυασμό τους).

Δραστηριότητα 1: Πολύτιμες συνήθειες για την υγεία μου και τη ζωή μου

Όλοι/ες οι μαθητές/τριες στέκονται στην τάξη. Ο/Η εκπαιδευτικός εξηγεί στους/στις μαθητές/τριες τη διαδικασία της άσκησης. Τους ζητά να κάθονται όσοι δεν κάνουν στη ζωή τους (στην καθημερινότητά τους) αυτό το οποίο θα αναφέρει κάθε φορά. Οι δηλώσεις αναφοράς αναγράφονται πιο κάτω. Συνήθως μέχρι την τελευταία δήλωση όλοι κάθονται κάτω.

Ακολουθεί συζήτηση όσον αφορά το πόσο σημαντικό είναι να διατηρούν οι ίδιοι αλλά και οι μεγαλύτεροι τους, κάποιες καλές συνήθειες που προστατεύουν την υγεία τους. Καλούνται να προβληματιστούν κατά πόσο είναι δύσκολο να υιοθετήσουν υγιεινές συμπεριφορές οι νέοι όπως για παράδειγμα να μην καπνίζουν, να μην καταναλώνουν αλκοόλ, να βουρτσίζουν καθημερινά τα δόντια τους κ.ά.

Ενδεικτικές δηλώσεις που μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε αυτή τη δραστηριότητα:

- Πλένω τα δόντια μου καθημερινά
- Πάντα φοράω τη ζώνη ασφαλείας στο αυτοκίνητο
- Προσπαθώ να τρώω υγιεινά και αποφεύγω το έτοιμο φαγητό από εστιατόρια ταχυφαγείας
- Κάνω καθημερινά κάποιο είδος γυμναστικής
- Περπατώ πάντα στη δεξιά μεριά του δρόμου
- Κοιμάμαι 7 – 8 ώρες την ημέρα
- Πάω στον γιατρό τακτικά για τεστ ρουτίνας
- Τηρώ τους κανόνες υγιεινής κάθε φορά που χρησιμοποιώ την τουαλέτα
- Τηρώ τους κανόνες υγιεινής όταν μαγειρεύω
- Τρώω καθημερινά φρούτα και λαχανικά
- Συνήθως δεν μεθώ
- Ποτέ δεν καπνίζω

Οι μαθητές/τριες συζητούν το ερώτημα/προβληματισμό:

- Ενώ οι νέοι γνωρίζουν τις συνέπειες μία σεξουαλικής πράξης χωρίς προφύλαξη, εξακολουθούν να το κάνουν. Γιατί;

Ακολουθεί συζήτηση όπου οι μαθητές/τριες καλούνται να αναφέρουν:

- Τι είναι ο οικογενειακός προγραμματισμός
- Τι σημαίνει αντισύλληψη
- ποιες θεωρούνται οι κατάλληλες προϋποθέσεις για να έρθει ένα ζευγάρι σε σεξουαλική επαφή.

Σημείωση: Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν αφορμή σε διάφορα θέματα, όπως είναι οι εξαρτησιογόνες ουσίες, η υγεία, η φυσική δραστηριότητα, η διατροφή, η κυκλοφοριακή αγωγή κ.ά. Σε μεγαλύτερες ηλικίες είναι δυνατόν να χρησιμοποιηθούν διαφορετικές ή επιπρόσθετες δηλώσεις όπως είναι:

- Πάνω στη μηχανή φοράω πάντα το κράνος μου
- Πάντα τηρώ το όριο ταχύτητας στον αυτοκινητόδρομο.

Δραστηριότητα 2: Σεξουαλική πράξη χωρίς προφυλάξεις

Ο/Η εκπαιδευτικός εξηγεί στους/στις μαθητές/τριες το θέμα με το οποίο θα ασχοληθούν στα επόμενα μαθήματα. Κάνει εισαγωγή αναφέροντας πως η σεξουαλική επαφή μεταξύ δύο ατόμων, ικανοποιεί τη σωματική και συναισθηματική ανάγκη των ατόμων, καθώς και την ανάγκη ενός ζευγαριού για απόκτηση παιδιών. Καλεί τους/τις μαθητές/τριες να αναφέρουν πότε η σεξουαλική επαφή επιφέρει κάποιους κινδύνους και στη συνέχεια οι μαθητές/τριες αναφέρουν αυτούς τους κινδύνους.

Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τον/την εκπαιδευτικό να εξετάσει τις υφιστάμενες γνώσεις των μαθητών/τριών σχετικά με τις αρνητικές επιπτώσεις μίας σεξουαλικής επαφής, χωρίς προφύλαξη.

Δραστηριότητα 3: Αντι-σύλληψη

Ο/Η εκπαιδευτικός θέτει το ερώτημα: Γιατί υπάρχει η ανάγκη απόκτησης παιδιών στις κοινωνίες; Πραγματοποιείται σύντομη συζήτηση και ακολούθως οι μαθητές/τριες αναφέρουν τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού στη ζωή των ατόμων. Σε συντομία οι μαθητές/τριες αναφέρουν τους τρόπους που μπορεί να επιτευχθεί μια σύλληψη.

Στη συνέχεια, οι μαθητές/τριες καλούνται να αναφέρουν τις περιπτώσεις στις οποίες μία εγκυμοσύνη θεωρείται ανεπιθύμητη. Ακολούθως, αναφέρουν τους λόγους που συστήνεται να απέχουν οι έφηβοι από τη σεξουαλική επαφή. Τέλος, αναφέρουν τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να αποφευχθεί μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη, καθώς και κάποιο σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα.

Κεντρικές Δραστηριότητες για την Αντισύλληψη:

Ανάλογα με τις προϋπάρχουσες γνώσεις των μαθητών/τριών, ο/η εκπαιδευτικός επιλέγει **μία ή περισσότερες** δραστηριότητες από τις πιο κάτω.

Υπενθυμίζεται ότι δεν είναι απαραίτητο να επεξηγηθούν με λεπτομέρεια οι μέθοδοι αντισύλληψης (βλέπε εισαγωγή αυτού του κεφαλαίου).

Δραστηριότητα 1: Ερωτηματολόγιο για την αντισύλληψη

Ένας από τους τρόπους που μπορεί ο/η εκπαιδευτικός να εξετάσει τις γνώσεις και τις στάσεις των μαθητών/τριών για την αντισύλληψη είναι η χρήση του ερωτηματολογίου (**φύλλο εργασίας 4**). Δίνεται στους/στις μαθητές/τριες ένα ερωτηματολόγιο με σχετικές ερωτήσεις και καλούνται να το απαντήσουν ομαδικά. Ακολουθεί συζήτηση, δίνοντας τις ορθές απαντήσεις και τις απαραίτητες επεξηγήσεις τους.

Εναλλακτικά, αφού οι μαθητές/τριες απαντήσουν τις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου ομαδικά, ο/η εκπαιδευτικός τους εξηγεί ότι θα επανέλθουν σε αυτό όταν ολοκληρώσουν το κεφάλαιο της αντισύλληψης, με σκοπό να κάνουν μία επαναξιολόγηση των απαντήσεων τους. Όταν η επαναξιολόγηση ολοκληρωθεί, γίνεται η ανάλογη συζήτηση στην τάξη.

Απαντήσεις των ερωτήσεων του ερωτηματολογίου (φύλλο εργασίας 4)

1. **Σωστό** (παραγωγή ωαρίων και σπερματοζωαρίων)
2. **Σωστό** (Δεν είναι πιθανόν, αλλά δεν είναι και αδύνατο. Μια κοπέλα είναι γόνιμη τις ημέρες πριν και κατά τη διάρκεια της ωορρηξίας και αν έχει ένα σύντομο κύκλο (π.χ. 20 ημερών) μπορεί να έχει ωορρηξία περίπου την 6^η ημέρα του κύκλου της, επομένως μπορεί να είναι γόνιμη σε πολύ πρώιμο στάδιο του κύκλου, ενώ ακόμα έχει εμμηνορρυσία.)
3. **Λάθος** (Η μέθοδος αυτή έχει υψηλά ποσοστά αποτυχίας επειδή υπάρχει πάντοτε η πιθανότητα ύπαρξης σπερματοζωαρίων στο υγρό που εξέρχεται από την ουρήθρα πριν από την εκσπερμάτωση).
4. **Σωστό** (μόνο η αποχή είναι 100% η ασφαλέστερη επιλογή για ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη)
5. **Λάθος** (ο θηλασμός δεν είναι μέθοδος και από τη στιγμή που μία κοπέλα έχει έμμηνο ρύση, σημαίνει πως έχει κανονικό ωοθυλάκιο και ωορρηξία, άρα κατά επέκταση, μπορεί να μείνει έγκυος).
6. **Σωστό** (υπάρχει πάντοτε η πιθανότητα ύπαρξης σπερματοζωαρίων στο υγρό που εξέρχεται από την ουρήθρα πριν από την εκσπερμάτωση).

7. Σωστό

8. **Λάθος** (Η αιμορραγία που συχνά παρατηρείται στην αρχή μιας εγκυμοσύνης και συγχέεται με την περίοδο, είναι φυσιολογική αν είναι ελαφριά και σύντομη. Οφείλεται στις ορμονικές αλλαγές ή στη φάση που περνά το σώμα αμέσως μετά τη σύλληψη.

9. **Λάθος** (Η εγκυμοσύνη προϋποθέτει ωορρηξία και άλλους παράγοντες. Είναι λάθος γιατί αν ένα κορίτσι έχει σεξουαλική επαφή κατά τη διάρκεια της πρώτης ωοθυλακιορρηξίας της, μπορεί να μείνει έγκυος. Η ωοθυλακιορρηξία (δηλ. η απελευθέρωση του ώριμου ωαρίου από την ωοθήκη) προηγείται της περιόδου.

10. Λάθος

11. Λάθος

12. Σωστό

13. Σωστό

14. Λάθος

Δραστηριότητα 2: Μέθοδοι αντισύλληψης

Ο/η εκπαιδευτικός γράφει στον πίνακα τη λέξη **Αντισύλληψη**. Ζητάει από τους/τις μαθητές/τριες να αναφέρουν αυτά που γνωρίζουν για την αντισύλληψη. Αφού ολοκληρωθούν οι απαντήσεις των μαθητών/τριών επεξηγείται ότι κάποια ζευγάρια δεν επιθυμούν να κάνουν παιδιά. Κάποια άλλα ζευγάρια μπορεί να θέλουν να κάνουν έναν συγκεκριμένο αριθμό παιδιών και κάποια ζευγάρια μπορεί να θέλουν να προγραμματίσουν πότε θα κάνουν παιδιά. Επεξηγείται έτσι ο ορισμός του οικογενειακού προγραμματισμού.

Σημείωση: Σε περίπτωση που αυτή η εισαγωγή πραγματοποιήθηκε στις δραστηριότητες αφόρμησης, συστήνεται να αποφευχθεί η επανάληψη.

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός ρωτάει τους/τις μαθητές/τριες αν γνωρίζουν τους τρόπους με τους οποίους ένα ζευγάρι μπορεί να έχει σεξουαλική επαφή αποφεύγοντας τη σύλληψη. Γίνεται σχετική συζήτηση, όπου οι μαθητές/τριες καλούνται να αναφέρουν:

- Αυτά που γνωρίζουν για το θέμα της αντισύλληψης
- Τις μεθόδους αντισύλληψης που γνωρίζουν
- Τους λόγους που ένα ζευγάρι μπορεί να επιλέξει μία μέθοδο αντισύλληψης
- Τις δομές όπου μπορεί ένα άτομο να προμηθευτεί κάποια μέθοδο αντισύλληψης.

Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού σε αυτό το σημείο είναι να προσφέρει επιπρόσθετες πληροφορίες που ενδεχομένως να χρειάζονται οι μαθητές και οι μαθήτριες. Τονίζει πως η επιλογή της μεθόδου αντισύλληψης που θα επιλέξει ένα ζευγάρι (κοινή απόφαση) πρέπει να είναι υπεύθυνη και πως εξαρτάται από διάφορους παράγοντες. Πραγματοποιείται συζήτηση για τη σημασία της αποχής ειδικά στην περίοδο της εφηβείας και οι μαθητές/τριες καλούνται να αναφέρουν τα πλεονεκτήματα αυτής της επιλογής.

Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να προβάλει εικόνες ή/και αντικείμενα σχετικά με τις μεθόδους αντισύλληψης. Αν κριθεί απαραίτητο, αναφέρει περιληπτικά τους τρόπους με τους οποίους λειτουργούν οι πέντε κατηγορίες αντισύλληψης που υπάρχουν.

Δραστηριότητα 3: Βρες τη μέθοδο

Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να πραγματοποιηθεί στην τάξη ατομικά ή ομαδικά με τη βοήθεια των καρτελών. Δίνονται στους/στις μαθητές/τριες καρτέλες στις οποίες αναγράφονται σε συντομία οι τρόποι λειτουργίας των διάφορων μεθόδων αντισύλληψης (που διατίθενται στην Κύπρο), καθώς και καρτέλες στις οποίες παρουσιάζονται οι αντίστοιχες εικόνες. Οι μαθητές/τριες πρέπει να αντιστοιχίσουν την κάθε εικόνα με τη σωστή περιγραφή.

Εναλλακτικά, μπορεί να δοθεί στους/στις μαθητές/τριες το **φύλλο εργασίας 5**, για κατ οίκον εργασία.

Πηγή: Πρώτα Βήματα. (Προσαρμογή σε δραστηριότητα από το βιβλίο: The Primary School Sex & Relationships Education Pack, 2005).

Δραστηριότητα 4: Θετική διεκδίκηση για τη χρήση του προφυλακτικού

Ο/Η εκπαιδευτικός εξηγεί στους/στις μαθητές/τριες πως σε κάποιες περιπτώσεις η κοπέλα ή το αγόρι μπορεί να μην επιθυμεί να έλθει σε σεξουαλική επαφή με τον/τη σύντροφό του/της για πολλούς λόγους ή να μη θέλει να έλθει σε σεξουαλική επαφή χωρίς προφύλαξη για να αποφύγει πιθανή ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη ή/και την πιθανότητα να κολλήσει κάποιο ΣΜΝ. Σε αυτές τις περιπτώσεις, ο/η σύντροφος μπορεί να έχει «έξυπνες» απαντήσεις για να πείσει να συμβεί το αντίθετο.

Αυτή η δραστηριότητα, δίνει την ευκαιρία στους/στις μαθητές/τριες να βρουν αλλά και να σημειώσουν οι ίδιοι επιπρόσθετες έξυπνες απαντήσεις που μπορούν να δώσουν σε τέτοιες περιπτώσεις πίεσης.

Τους δίνεται το **φύλλο εργασίας 6** για να το μελετήσουν ανά δυάδες και να συμπληρώσουν τα κενά στους διαλόγους. Ακολουθώντας, ο/η εκπαιδευτικός καλεί όσους/ες επιθυμούν να διαβάσουν τους διαλόγους που έγραψαν. Εναλλακτικά, καλεί όσους/ες μαθητές/τριες επιθυμούν να δραματοποιήσουν αυτούς τους διαλόγους στην τάξη. Ακολουθεί σχετική συζήτηση.

Σημείωση: Αυτή η μεθοδολογική προσέγγιση, μπορεί να εφαρμοστεί και σε άλλες θεματικές ενότητες, όπως για παράδειγμα το κάπνισμα, το αλκοόλ, η φιλία κ.ά.

Δραστηριότητα 5: Λήψη αποφάσεων, Αντιμετωπίζω την πίεση – Φράσεις πίεσης

Σε αυτή τη δραστηριότητα ο/η κάθε μαθητής/τρια πρέπει να απαντά σε μια φράση πίεσης, που θα δεκτεί, με αυτοπεποίθηση και σιγουριά, χωρίς να είναι επιθετικός/ή. Οι συμμετέχοντες/ουσες στέκονται σε κύκλο, στη μέση του οποίου στέκεται ο/η εκπαιδευτικός. Ο/Η εκπαιδευτικός ρίχνει μια μπάλα σε κάποιο/α μαθητή/τρια και ταυτόχρονα του/της διαβάζει μια φράση πίεσης. Ο/Η μαθητής/τρια πρέπει να ανταποκριθεί γρήγορα, δείχνοντας ότι δε τα χάνει κάτω από πίεση, επιστρέφοντας την μπάλα στον/στην εκπαιδευτικό. Αν δεν απαντήσει γρήγορα, βγαίνει από τον κύκλο. Τότε η ίδια δήλωση μπορεί να δοθεί σε άλλο παιδί.

Σημειώσεις - Επισυμάνσεις:

- Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να πραγματοποιηθεί κατά τη διάρκεια της εφαρμογής των κεντρικών δραστηριοτήτων για την αντισύλληψη ή αφού ολοκληρωθεί η ενότητα 3.1., έτσι ώστε να μπορεί ο/η εκπαιδευτικός να αναφέρει επιπρόσθετες φράσεις πίεσης (να συμπεριλάβει δηλαδή φράσεις που αφορούν τα ΣΜΝ, την ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, τη βία κ.ά).
- Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να εφαρμοστεί και σε άλλες θεματικές ενότητες, όπως είναι οι εξαρτησιογόνες ουσίες, η εφηβεία, η φιλία κ.ά. (π.χ. *Αν δεν δοκιμάσεις τσιγάρο είσαι αδύναμος...*).

Φράσεις πίεσης που μπορούν να χρησιμοποιηθούν είναι:

- Αν δεν κάνεις σεξ μαζί μου θα χωρίσουμε.
- Θέλω να με πείσεις πως με αγαπάς κάνοντας σεξ μαζί μου.
- Αρνούμαι να χρησιμοποιήσω προφυλακτικό.
- Αν δεν κάνεις σεξ μαζί μου σημαίνει πως δε με θες.

Δραστηριότητα 6: Μέθοδος φραγμού: Προφυλακτικό.

Σε περίπτωση που κριθεί απαραίτητο, αν δηλαδή οι μαθητές/τριες εκφράσουν απορίες για τη χρήση το προφυλακτικού, ή /και αν διαπιστώσει ο/η εκπαιδευτικός πως οι μαθητές/τριες έχουν παραπλανητικές πληροφορίες σχετικά με το προφυλακτικό, μπορεί να επιλέξει μια μικρή δραστηριότητα μέσα από την οποία οι μαθητές/τριες μπορούν να κατανοήσουν τόσο την αποτελεσματικότητα όσο και τη χρησιμότητά του.

Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να προβάλει σχετική διαφάνεια ή ένα σύντομο βίντεο.

Οι σημειώσεις που αναγράφονται στο περιεχόμενο του οδηγού μπορούν να σας βοηθήσουν για αυτή τη δραστηριότητα.

- ❖ Σχετικά φιλμάκια που, αν κριθεί απαραίτητο, μπορούν να προβληθούν στην τάξη και να συζητηθούν:
 - Πώς να χρησιμοποιήσεις το προφυλακτικό
<http://www.youtube.com/watch?v=tcpfZKvOFZ4>
 - Αντισύλληψη-Προφυλακτικό (διαφήμιση)
<http://www.youtube.com/watch?v=jAsVTSZTV0w&feature=fvwrel>

Δραστηριότητες Αφόρμησης για τα Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (ΣΜΝ)

Στις δραστηριότητες αφόρμησης για τα ΣΜΝ, εξετάζονται κυρίως οι προϋπάρχουσες γνώσεις των μαθητών/τριών αναφορικά με τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, έτσι ώστε ο/η εκπαιδευτικός, να επιλέξει τις ανάλογες κεντρικές δραστηριότητες.

Ο/Η εκπαιδευτικός κάνει εισαγωγή στους/στις μαθητές/τριες αναφέροντας σε συντομία το θέμα με το οποίο θα ασχοληθούν. Η εισαγωγή στο θέμα των Σ.Μ.Ν. μπορεί να συνοδευτεί με μία δραστηριότητα, που σκοπό έχει την ενεργοποίηση των μαθητών/τριών.

Σημείωση: Πριν την πραγματοποίηση των δραστηριοτήτων, υπενθυμίζονται οι κανόνες εργαστηρίων.

Δραστηριότητα 1: Κουίζ για τα ΣΜΝ

Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στους/στις μαθητές/τριες μια λίστα με διάφορες ασθένειες μεταδιδόμενες αλλά και μη μεταδιδόμενες (**φύλλο εργασίας 7**). Ζητά από τους μαθητές/τριες να βάλουν σε κύκλο, αυτές που νομίζουν ότι ανήκουν στα Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα. Οι μαθητές/τριες ανακοινώνουν τις απαντήσεις και γίνεται ανάλογη συζήτηση.

Αφού οι μαθητές ανακοινώσουν τις απαντήσεις τους, συνοψίζονται τα διάφορα ΣΜΝ και ακολούθως επεξηγούν τι είναι τα ΣΜΝ. Οι μαθητές/τριες προσπαθούν να ορίσουν τι είναι τα ΣΜΝ, βάσει των τριών όρων:

- Τι σημαίνει *Νοσήματα*;
- Τι σημαίνει *Μεταδιδόμενα*;
- Τι σημαίνει *Σεξουαλικά (ή σεξουαλικά)*;

Δραστηριότητα 2: Προβολή σποτ

Ο/Η εκπαιδευτικός προβάλλει ένα σύντομο φιλμάκι που να έχει θέμα τα ΣΜΝ, με σκοπό να ενεργοποιήσει τους/τις μαθητές/τριες και να προκληθεί συζήτηση για το τι γνωρίζουν για αυτά.

Ενδεικτικό φιλμάκι:

- ❖ **Φιλμάκι με κόμικς για τα ΣΜΝ**

<http://www.youtube.com/watch?v=jcdEbeeaCDM&feature=endscreen>

Κεντρικές Δραστηριότητες:

Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει **μία** ή περισσότερες από τις ακόλουθες κεντρικές δραστηριότητες.

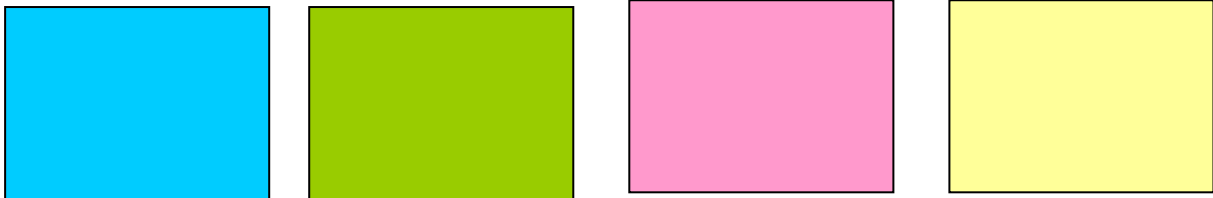
Δραστηριότητα 1: Τρόποι Μετάδοσης του ιού HIV/AIDS: Άσκηση ανταλλαγής καρτών.

(Πηγή: Από το αρχείο του Κυπριακού Συνδέσμου Οικογενειακού Προγραμματισμού)

Ο/Η εκπαιδευτικός ετοιμάζει 4 είδη καρτών. Ο αριθμός των καρτών πρέπει να αντιστοιχεί με τον αριθμό των μαθητών/τριών της τάξης.

Τα 4 είδη καρτών είναι: (τα χρώματα είναι ενδεικτικά)

- Μπλε (χρήση ναρκωτικών με ανταλλαγή βελόνων)
- Πράσινες (ασφαλές σεξ)
- Ροζ (μη ασφαλές σεξ)
- Κίτρινες (δραστηριότητες χωρίς κίνδυνο για μετάδοση του ιού)



Τοποθετούνται οι κάρτες σε ένα κουτί και ο/η κάθε μαθητής/τρια καλείται να διαλέξει από τέσσερις κάρτες. Οι μαθητές/τριες γράφουν το όνομά τους σε κάθε κάρτα που κρατούν. Συστήνεται να επεξηγηθεί η περιγραφή της δραστηριότητας στους/στις μαθητές/τριες.

Όταν οι μαθητές/τριες είναι έτοιμοι, ο/η εκπαιδευτικός λέει τη λέξη «ΑΛΛΑΓΗ», και ο/η κάθε μαθητής/τρια βρίσκει κάποιο/α άλλο/η και ανταλλάζουν μία από τις κάρτες τους. Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός ξαναλέει τη λέξη «ανταλλαγή», και πάλι ο/η κάθε μαθητής/τρια πρέπει να βρει κάποιο/α άλλο/η μαθητή/τρια για να ανταλλάξει τη δεύτερή του κάρτα. Επαναλαμβάνεται η ίδια διαδικασία, μέχρι να πραγματοποιηθούν 4 ανταλλαγές. Θα πρέπει να έχουν ανταλλαγή όλες οι κάρτες και κανένας/καμία να μην κρατά τις αρχικές του/της.

Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει ένα/μία μαθητή/τρια (που κατά προτίμηση κρατά μπλε ή ροζ κάρτα) και ανακοινώνει σε όλους τους/τις μαθητές/τριες ότι αυτός/ή ήταν από την αρχή του παιχνιδιού φορέας του HIV. Αυτός/ή ο/η μαθητής/τρια (φορέας του HIV) στέκεται και διαβάζει τα ονόματα που έχει στις μπλε και ροζ κάρτες του. Όποιος/α ακούει το όνομά του/της καλείται να σταθεί όρθιος/α.

Ο/Η εκπαιδευτικός εξηγεί παράλληλα ότι όποιος/α ακούει το όνομά του, έχει επίσης μολυνθεί από τον ιό του AIDS, αφού είχε επαφή με τον φορέα μέσω ανταλλαγής των καρτών, οι οποίες αντιπροσώπευαν τους τρόπους μετάδοσης του ιού (χρήση ναρκωτικών με ανταλλαγή βελόνων, μη ασφαλές σεξ).

Οι μαθητές/τριες που στάθηκαν, διαβάζουν και αυτοί με τη σειρά τους, τα ονόματα από τις μπλε και τις ροζ κάρτες τους. Όποιος/α ακούει το όνομά του στέκεται κ.ο.κ. Οι περισσότεροι/ες μαθητές/τριες στο τέλος του παιχνιδιού θα στέκονται.

Ακολούθως, ο/η εκπαιδευτικός ζητά από όσους κάθονται να δουν τις κάρτες τους.

Αν έχουν μπλε ή ροζ κάρτες, τους ανακοινώνεται ότι έκαναν σεξ χωρίς προφύλαξη με άτομα που δεν είναι οροθετικά* . Βασικά ήταν απλώς τυχεροί....., από την άλλη πιθανό να έχουν μολυνθεί από κάποιο άλλο ΣΜΝ.

Αν έχουν πράσινες κάρτες με τα ονόματα των όρθιων μαθητών/τριών, σημαίνει ότι έκαναν ασφαλές σεξ με οροθετικά άτομα και προστατεύτηκαν από τον ιό.

Αν έχουν πράσινες κάρτες με ονόματα των καθισμένων μαθητών/τριών, σημαίνει ότι έκαναν ασφαλές σεξ με άτομα που δεν είναι οροθετικά.

Οι κίτρινες κάρτες σημαίνουν ότι τα άτομα έκαναν δραστηριότητες χωρίς κίνδυνο για μετάδοση του ιού (π.χ. φιλί, αγκαλιά) οπότε δεν έχει σημασία με ποιους τις έκαναν.

Ερωτήσεις προς συζήτηση:

- Τι είναι ο ιός HIV; Τι είναι το AIDS;
- Με ποιες δραστηριότητες μεταδίδεται ο ιός;
- Είναι το AIDS σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα;
- Υπήρχε τρόπος να ξεχωρίσετε αν το άτομο με το οποίο ανταλλάξατε κάρτες ήταν οροθετικό; (π.χ. εξωτερικά χαρακτηριστικά, τρόπος ομιλίας).
- Πώς νιώσατε όταν ανακαλύψατε ότι είχατε μολυνθεί;
- Πώς νιώσατε για τον σύντροφό σας;
- Τώρα που ξέρετε ότι το χρώμα της κάθε κάρτας είχε σημασία, τι θα μπορούσατε να κάνετε, για να αποφύγετε την έκθεση στον ιό;
- Σε τι μοιάζει το παιχνίδι με την πραγματικότητα; Σε τι διαφέρει;
- Τι είναι τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα; Ποια γνωρίζετε;
- Υπάρχουν συμπτώματα για τα ΣΜΝ; Υπάρχει θεραπεία;

Δραστηριότητα 2: Τρόποι Μετάδοσης των ΣΜΝ – Ερωτηματολόγιο Σ/Λ

Καλούνται οι μαθητές/τριες να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο (**Σωστό ή Λάθος**) το οποίο αναγράφει προτάσεις για τους τρόπους μετάδοσης των ΣΜΝ (**φύλλο εργασίας 7**).

Η δραστηριότητα αυτή μπορεί αρχικά να γίνει ατομική και στη συνέχεια οι μαθητές/τριες να συζητήσουν στις ομάδες τις απαντήσεις τους. Στη συνέχεια, ανακοινώνονται οι απαντήσεις στην τάξη και πραγματοποιείται σχετική συζήτηση όπου ο/η εκπαιδευτικός διευκρινίζει όπου χρειάζεται τις απαραίτητες πληροφορίες.

Εναλλακτικά μπορεί να δοθεί στους/στις μαθητές/τριες παρόμοιο ερωτηματολόγιο με τίτλο: *Μύθος και Πραγματικότητα για τους τρόπους μετάδοσης των ΣΜΝ*. Στα αντίστοιχα πλαίσια του Σωστού/Λάθους να αναγράφεται Μύθος/Πραγματικότητα.

Σημειώσεις για τις απαντήσεις του ερωτηματολογίου:

Στις ερωτήσεις 2,10,11 οι διάφορες δηλώσεις έχουν από τη μία στόχο να τονιστεί ότι μέσω της απλής καθημερινής επαφής με τους φορείς, δεν μεταδίδεται ο ιός HIV. Από την άλλη όμως, πρέπει να τους επισημανθεί, να μη συνηθίζουν να μοιράζονται τα προσωπικά αντικείμενα των άλλων ή να κάθονται σε δημόσιες τουαλέτες. Υπάρχουν άλλοι μικροοργανισμοί, που μπορούν να μεταδοθούν, από το ένα άτομο στο άλλο, όταν δεν τηρούνται οι κανόνες υγιεινής.

Στην ερώτηση 3, σημειώνεται ότι παιδιά που γεννιούνται από μητέρες που έχουν μολυνθεί από τον ιό αυτό, αλλά δεν υποβάλλονται σε θεραπεία, έχουν μεγάλες πιθανότητες να μολυνθούν και αυτά από τον ιό HIV. Περίπου 25% των παιδιών αυτών θα παρουσιάσουν τη μόλυνση με τον ιό. Οι μητέρες που έχουν μολυνθεί από τον ιό HIV, πρέπει να υποβληθούν σε ειδική θεραπεία, για να αποφευχθεί η μετάδοση του ιού στα παιδιά τους.

Στην ερώτηση 12, σημειώνεται ότι όταν κάποιος πηγαίνει να δώσει αίμα ως αιμοδότης, πραγματοποιείται από το χημείο ειδικός έλεγχος για τον ιό, και αν υπάρχει πρόβλημα, ειδοποιείται από την αιμοδοσία για περαιτέρω έλεγχο. Οι νοσοκομειακές υπηρεσίες, τηρούν τους κανόνες υγιεινής.

Στις πιο κάτω ιστοσελίδες (εκτός από τις πηγές που αναφέρονται στο θεωρητικό πλαίσιο για τα ΣΜΝ) υπάρχουν πληροφορίες (απορίες νέων και απαντήσεις ειδικών) που είναι έγκυρες και βοηθητικές.

- Μία πρωτοβουλία της Γενικής Γραμματείας Νέας Γενιάς με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα κατά του AIDS. Μάθε τα πάντα για το Aids
<http://online.neagenia.gr/FilesNeaGenia/%CE%B5%CF%81%CF%89%CF%84%CE%B7%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%BF%CE%BB%CF%8C%CE%B3%CE%B9%CE%BF%20aids.pdf>
- Μάθετε για το Aids, <http://www.stivoz.com/forum/archive/index.php/t-1168.html>

Δραστηριότητα 3: Τι ξέρεις για το AIDS;

Οι μαθητές/τριες καλούνται να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο που έχει ερωτήσεις μόνο για το HIV/AIDS. Αφού το συμπληρώσουν, γίνεται ανάλογη συζήτηση κατά την οποία οι μαθητές/τριες λαμβάνουν τις σωστές πληροφορίες για τους τρόπους μετάδοσης του ιού, καθώς και για τα συμπτώματά του.

Απαντήσεις του ερωτηματολογίου με τίτλο: Τι ξέρεις για το AIDS;

1. Σωστό
2. Όλα Λάθος
3. Όλα Σωστά
4. Λάθος
5. Λάθος
6. Λάθος
7. Λάθος

8. Λάθος
9. Λάθος
10. Λάθος (και η αποχή, το προφυλακτικό προστατεύει μόνο με τη σωστή του χρήση)
11. Σωστό
12. Σωστό (οροθετικός, σημαίνει ότι ένα άτομο έχει μολυνθεί από τον ιό HIV)

Δραστηριότητα 4: Μετάδοση των ΣΜΝ

Σε αυτή τη δραστηριότητα οι μαθητές/τριες εργάζονται σε ομάδες.

Ο/Η εκπαιδευτικός αναγράφει στον πίνακα σε δύο στήλες: **Μετάδοση - Μη Μετάδοση ΣΜΝ**

Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στην κάθε ομάδα διαφορετικά κομμάτια χαρτί, στα οποία είναι γραμμένος ένας τρόπος μετάδοσης ή μη μετάδοσης των ΣΜΝ (συμπεριλαμβανομένου και του ιού HIV). Κάθε ομάδα καλείται να συζητήσει κατά πόσο η δήλωση, αποτελεί ή όχι τρόπο μετάδοσης των Σ.Μ.Ν. και στη συνέχεια καλείται να την τοποθετήσει (την κολλάει) στον πίνακα, κάτω από την κατάλληλη στήλη: Μετάδοση ή Μη Μετάδοση ΣΜΝ.

Τέλος, ένας εθελοντής διαβάζει δυνατά τις δηλώσεις που τοποθετήθηκαν κάτω από την κάθε στήλη. Γίνεται συζήτηση όπου παρέχονται, αν χρειαστεί, ανάλογες διευκρινίσεις.

Ενδεικτικές Δραστηριότητες Εμπέδωσης Γνώσεων για την αντισύλληψη και τα ΣΜΝ (αξιολόγηση γνώσεων/στάσεων/αξιών, ανάπτυξη κριτικής σκέψης).

Όταν πραγματοποιηθούν οι δραστηριότητες που αφορούν τις μεθόδους αντισύλληψης και τα ΣΜΝ, ο/η εκπαιδευτικός ανάλογα με τον χρόνο που διαθέτει, μπορεί να εφαρμόσει μία δραστηριότητα που σκοπό έχει να προβληματίσει τους/τις μαθητές/τριες και να αναπτύξουν κριτικά τις απόψεις και τις εκτιμήσεις τους για αυτά τα ζητήματα. Παράλληλα μία τέτοια δραστηριότητα δίνει την ευκαιρία στους/στις μαθητές/τριες να θυμηθούν όλα όσα έμαθαν στις προηγούμενες δραστηριότητες.

Κάποια από τα ενδεικτικά σενάρια των πιο κάτω δραστηριοτήτων παρουσιάζονται και στο Τετράδιο Μαθητή της Γ΄ Γυμνασίου.

Τα σενάρια των πιο κάτω δραστηριοτήτων μπορούν ακόμη να δραματοποιηθούν στην τάξη.

Δραστηριότητα 5: «Το Ναυάγιο»

Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες να εργαστούν ομαδικά και να συμπληρώσουν **το φύλλο εργασίας 10**. Η δραστηριότητα αυτή καλεί τους/τις μαθητές/τριες να φανταστούν ότι είναι μια ομάδα ανθρώπων που βρισκόταν σε ένα πλοίο που ναυάγησε. Φτάνουν σε ένα έρημο νησί, και αντιλαμβάνονται ότι πρέπει να ζήσουν εκεί για την υπόλοιπή τους ζωή. Ενώ ερευνούν το νησί βρίσκουν μια περγαμηνή με κανονισμούς που άφησαν οι προηγούμενοι κάτοικοι, οι οποίοι έχουν αφανιστεί από AIDS. Οι κανονισμοί είναι οι πιο κάτω:

1. Η αγορά προφυλακτικού επιτρέπεται μόνο για ενήλικες.
2. Η μετάδοση σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων είναι παράνομη και τιμωρείται με φυλάκιση.
3. Γυναίκες με σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα δεν επιτρέπεται να τεκνοποιούν.
4. Άτομα που έχουν διαγνωστεί με ένα σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα επιτρέπεται να παντρεύονται μόνο με άτομα που πάσχουν από το ίδιο νόσημα.
5. Ένας άντρας έχει δικαίωμα να αρνηθεί να χρησιμοποιήσει προφυλακτικό κατά τη σεξουαλική επαφή.
6. Οι άντρες δικαιούνται να έχουν πολλές ερωτικούς συντρόφους. Γυναίκες που έχουν πολλούς συντρόφους φυλακίζονται.

Αφού οι μαθητές/τριες μελετήσουν τους κανονισμούς, καλούνται να τους τροποποιήσουν όπως επιθυμούν, να αφαιρέσουν ή και να προσθέσουν καινούργιους κανονισμούς, έχοντας υπόψη τις αξίες του σεβασμού, της ισότητας, αλλά και τις γνώσεις που αποκόμησαν από τα προηγούμενα μαθήματα.

Στη συνέχεια, η κάθε ομάδα παρουσιάζει τους κανονισμούς που έθεσε με τα αντίστοιχα επιχειρήματά της. Ο/Η εκπαιδευτικός με διάφορες ερωτήσεις κατευθύνει όπου χρειάζεται, έτσι ώστε να συμβάλει στην κατάρριψη πιθανών μύθων.

Δραστηριότητα 6: Απαντήσεις σε επιστολές περιοδικών

Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει σε κάθε ομάδα μία φανταστική επιστολή (**φύλλο εργασίας 10**), που στάλθηκε σε ένα περιοδικό, από ένα αναγνώστη ο/η οποίος/α ζητά βοήθεια για ένα θέμα που τον/την απασχολεί. Οι μαθητές/τριες της κάθε ομάδας συζητούν τι θα απαντούσαν στη επιστολή που έχουν στην ομάδα τους, και στο τέλος καλούνται να γράψουν την απάντησή τους.

Εκπρόσωπος της κάθε ομάδας, διαβάζει στην τάξη την επιστολή που δόθηκε στις ομάδες του και την απάντηση που ετοίμασε. Ακολουθεί σύντομη συζήτηση, όπου οι υπόλοιποι μαθητές/τριες δηλώνουν κατά πόσο συμφωνούν ή διαφωνούν, με την απάντηση που άκουσαν.

Ενδεικτικά παραδείγματα επιστολών:

Επιστολή 1

Αγαπητή Δρ Βοήθεια,

Σας παρακαλώ να με βοηθήσετε με το εξής πρόβλημα: Ένα αγόρι με το οποίο βγήκα για λίγο καιρό με πήρε τηλέφωνο και μου είπε ότι έχει μια μόλυνση που λέγεται χλαμύδια και που την κόλλησε από το σεξ. Μου είπε ότι πρέπει να πάω να εξεταστώ. Εγώ ντρέπομαι να πάω στον γυναικολόγο. Δεν είμαι σίγουρη καν αν χρειάζεται να πάω, μια που δεν έχω τίποτε. Αν είχα κολλήσει κι εγώ, θα είχα κάποια συμπτώματα, σωστά;

Σας ευχαριστώ εκ των προτέρων

Φοβισμένη....

Επιστολή 2

Αγαπητή Δρ Βοήθεια,

Σας γράφω γιατί ανησυχώ πολύ. Τις τελευταίες μέρες έχω προσέξει ότι έχω πολλά κολπικά υγρά. Δεν ξέρω τι είναι. Σκέφτομαι να πάω στον γιατρό αλλά φοβάμαι και ντρέπομαι. Θα πρέπει μάλλον να του πω ότι τον περασμένο μήνα είχα σεξουαλική επαφή με έναν άντρα που δεν γνώριζα πολύ καλά και που είχα συναντήσει σε ένα πάρτι. Τι μου συμβαίνει; Τι μπορώ να κάνω;

Σας ευχαριστώ εκ των προτέρων

Ανήσυχη....

Επιστολή 3

Αγαπητή Δρ Βοήθεια,

Θα ήθελα να εκφράσω τις ανησυχίες μου για τους νέους της ηλικίας μου. Διάβασα πρόσφατα πως ο ιός των κονδυλωμάτων, καθώς και ο ιός του Aids, κάθε χρόνο εμφανίζονται και σε περισσότερους νέους. Πώς μπορώ να εξασφαλίσω ότι δεν θα μολυνθώ από αυτούς τους ιούς και άλλες αρρώστιες;

Σας ευχαριστώ εκ των προτέρων

Ανήσυχος

Επιστολή 4

Αγαπητή Δρ Βοήθεια,

Σκέφτομαι μαζί με το κορίτσι μου να προχωρήσουμε σε σεξουαλική σχέση. Νιώθουμε πολύ κοντά ο ένας στον άλλο και υπάρχει αμοιβαία αγάπη και σεβασμός. Προβληματίζομαι, όμως, κατά πόσο θα χρησιμοποιήσουμε προφυλακτικό. Θα είναι η πρώτη μας φορά. Υπάρχει περίπτωση η φιλενάδα μου να μείνει έγκυος; Σας ενημερώνω πως δεν έχει σταθερή περίοδο.

Με εκτίμηση,

Προβληματισμένος

Δραστηριότητα 7: Σενάρια για την Αντισύλληψη και τα ΣΜΝ

Ο/Η εκπαιδευτικός μοιράζει σε κάθε ομάδα της τάξης από ένα φυλλάδιο με ξεχωριστό σενάριο. Ζητά από τους/τις μαθητές/τριες της κάθε ομάδας, να εργαστούν ομαδικά και να το συζητήσουν. Στη συνέχεια, καλούνται να απαντήσουν τις σχετικές ερωτήσεις. Αφού ολοκληρώσουν την εργασία τους, εκπρόσωπος της κάθε ομάδας διαβάζει στην τάξη το σενάριο που τους είχε δοθεί και ακολούθως διαβάζει τις αντίστοιχες απαντήσεις. Γίνεται συζήτηση στην τάξη και οι υπόλοιποι μαθητές/τριες εκφράζουν τις απόψεις τους για τις ανάλογες απαντήσεις.

Εναλλακτικά, αφού η κάθε ομάδα συζητήσει το σενάριο που έχει μπροστά της, καλείται να το δραματοποιήσει στην τάξη, παίζοντας τους ανάλογους ρόλους και ταυτόχρονα δίνοντας τις ανάλογες ερωτήσεις. Στη συνέχεια, οι «θεατές» μαθητές/τριες καλούνται αν έχουν σχετικές απορίες, να τις θέσουν στην ομάδα. Ο/Η εκπαιδευτικός όπου χρειάζεται, κάνει τις ανάλογες παρεμβάσεις.

Κάποια από τα πιο κάτω σενάρια αναγράφονται στο **φύλλο εργασίας 12**. Σε περίπτωση που κριθεί απαραίτητο μπορούν να χρησιμοποιηθούν επιπρόσθετα σενάρια τα οποία αναφέρονται σε άλλες μεθόδους αντισύλληψης.

Ενδεικτικά Παραδείγματα σεναρίων:

Σενάριο 1:

Η Μέλανη και ο Γιάννης είναι παντρεμένοι εδώ και δύο χρόνια. Τον τελευταίο χρόνο προσπαθούν χωρίς επιτυχία να αποκτήσουν μωρό. Γι' αυτό έχουν καταφύγει στον γιατρό για εξετάσεις. Ο γιατρός ρωτά τη Μέλανη αν είχε ποτέ κάποιο σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα. Η Μέλανη είναι βέβαιη, ότι δεν είχε και το λέει στον γιατρό. Δεν είχε ποτέ της τέτοιου είδους προβλήματα, άλλωστε δεν είχε κάποιο ασυνήθιστο σύμπτωμα.

- Για ποιο λόγο τη ρωτά ο γιατρός αν είχε κάποιο ΣΜΝ;
- Μπορεί η Μέλανη να είναι απόλυτα σίγουρη ότι δεν έχει μολυνθεί από κάποιο ΣΜΝ;

Σενάριο 2:

Η Έλενα και ο Μάριος έχουν σχέση για περισσότερο από έναν χρόνο. Όταν άρχισαν να έχουν σεξουαλικές σχέσεις, η Έλενα έπαιρνε το αντισυλληπτικό χάπι. Αυτό γινόταν για οκτώ μήνες. Πριν από ένα μήνα τσακώθηκαν και αποφάσισαν να μη βγαίνουν για ένα χρονικό διάστημα. Η Έλενα τότε σταμάτησε το αντισυλληπτικό χάπι. Πριν από λίγες μέρες όμως βρέθηκαν, μίλησαν για τη σχέση τους και αποφάσισαν να τη συνεχίσουν.

Σήμερα βρίσκονται μόνοι στο σπίτι της Έλενας και επιθυμούν να κάνουν έρωτα.

- Ποια αντισυλληπτική μέθοδο πρέπει να χρησιμοποιήσουν απόψε και γιατί;
- Ποια αντισυλληπτική μέθοδο μπορούν να χρησιμοποιήσουν στο μέλλον;

Σενάριο 3:

Η κα Ρίτσα είναι 40 χρονών. Έχει τρία παιδιά: 10, 8 και 3 χρονών. Είναι εργαζόμενη μητέρα και δυσκολεύεται πολύ με τα παιδιά, λόγω του ωραρίου της. Έχει συζητήσει με τον άντρα της και αποφάσισαν πως δεν επιθυμούν να κάνουν άλλα παιδιά, αφού πολλοί είναι οι παράγοντες που τους δυσκολεύουν (οικονομικοί παράγοντες, η έλλειψη χρόνου, η ηλικία κ.ά.). Η κα Ρίτσα όμως, φοβάται ότι θα ξαναμείνει έγκυος. Γι' αυτό, θα πάει στον γυναικολόγο της, για να τη συμβουλευτεί τι να κάνει.

- Ποια αντισυλληπτική μέθοδος, θα ήταν η πιο κατάλληλη, για την κα Ρίτσα και γιατί;

Σενάριο 4:

Η Μαρία και ο Παναγιώτης σκοπεύουν να παντρευτούν αλλά θεωρούν πιο σωστό να ολοκληρώσουν τις σπουδές τους και να αποκατασταθούν πρώτα επαγγελματικά. Έχουν σεξουαλικές σχέσεις και, συνήθως, χρησιμοποιούν προφυλακτικό. Τους έτυχε μία άσχημη εμπειρία και είναι και οι δύο πανικοβλημένοι. Μετά τη σεξουαλική επαφή, ανακάλυψαν ότι το προφυλακτικό είχε σπάσει. Δεν είναι έτοιμοι να κάνουν μωρό, παρόλο που αγαπιούνται. Από την άλλη δεν είναι υπέρ των εκτρώσεων.

- Τι μπορούν να κάνουν τώρα; Τι επιλογές έχουν;
- Τι πρέπει να κάνουν στο μέλλον;

Σενάριο 5:

Η Άντρια είχε σχέση με τον Αντρέα για λίγους μήνες αλλά πρόσφατα χώρισαν. Σήμερα την πήρε τηλέφωνο για να της πει ότι έχει μια μόλυνση, που λέγεται χλαμύδια, και που είναι σεξουαλικά μεταδιδόμενη. Της είπε ότι πρέπει κι αυτή να πάει στο γιατρό να εξεταστεί. Η Άντρια θύμωσε πολύ και του έκλεισε το τηλέφωνο. Είναι αποφασισμένη να μην πάει στον γιατρό. Έτσι κι αλλιώς αν είχε κολλήσει κι αυτή θα είχε συμπτώματα και θα το καταλάβαινε.

- Συμφωνείτε ή διαφωνείτε με την απόφαση της Άντριας και γιατί;
- Τι πιστεύετε για τη συμπεριφορά του Αντρέα; Έπρεπε ή δεν έπρεπε να πάρει την Άντρια τηλέφωνο;

Σενάριο 6:

Μια παρέα νέων συζητάει για το θέμα του AIDS και διαφωνούν για το εξής: Η μια ομάδα υποστηρίζει ότι ένας ομοφυλόφιλος άντρας που χρησιμοποιεί προφυλακτικό έχει πιο λίγες πιθανότητες να κολλήσει τον ιό HIV από ένα ετεροφυλόφιλο άντρα που δεν χρησιμοποιεί προφυλακτικό. Η υπόλοιπη ομάδα της παρέας όμως, διαφωνεί με αυτή την τοποθέτηση και συζητούν έντονα.

❖ Τι νομίζετε εσείς και γιατί;

Σενάριο 8:

Η Ρούλα και ο Δημήτρης βγαίνουν μαζί περίπου ενάμιση χρόνο. Δεν έχουν ακόμα σεξουαλικές σχέσεις, παρόλο που το έχουν συζητήσει αρκετές φορές. Πιστεύουν πως η αποχή είναι η καλύτερη λύση για να αποφύγουν μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη. Άλλωστε ακόμα είναι νέοι, περνούν πολύ όμορφα μαζί και έχουν αποφασίσει πως ακόμα δεν είναι έτοιμοι για να έχουν σεξουαλικές σχέσεις. Οι φίλοι του Δημήτρη, του λένε πως είναι καιρός να ζήσει αυτή την εμπειρία. Ο Δημήτρης προβληματίζεται και ντρέπεται για το τι θα πει στους φίλους του τις επόμενες μέρες. Η πραγματικότητα, όμως, είναι πως δεν είναι έτοιμος και θέλει να ζήσει αυτή την εμπειρία μόνο με τη Ρούλα, όταν και οι δύο είναι έτοιμοι σωματικά και συναισθηματικά.

❖ Τι νομίζετε ότι πρέπει να κάνει ο Δημήτρης;

Δραστηριότητα 8: Το τέλος της επιδημίας του AIDS;

Οι μαθητές/τριες καλούνται να μελετήσουν το κείμενο στο **φύλλο εργασίας 13** το οποίο περιγράφει σε συντομία τα πρόσφατα παγκόσμια επιδημιολογικά στοιχεία των ατόμων που προσβλήθηκαν από τον ιό του HIV, καθώς και των ατόμων που έχουν πρόσβαση στις υπηρεσίες υγείας για χορήγηση φαρμάκων.

Συζητούν στις ομάδες τους και απαντούν τα σχετικά ερωτήματα. Καλούνται να ετοιμάσουν ένα σχέδιο δράσης το οποίο να συμβάλλει στον στόχο της χιλιετίας για το HIV/AIDS, ο οποίος είναι σαφής: **να σταματήσει και να αντιστραφεί η επιδημία έως το 2015**. Η ετοιμασία του σχεδίου δράσης, δίνει την ευκαιρία στους μαθητές και τις μαθήτριες να ερευνήσουν το θέμα, να προβάλουν τις εισηγήσεις τους και να εργαστούν ομαδικά προς αυτόν τον στόχο. Οι εισηγήσεις τους μπορούν να δημοσιευτούν στο περιοδικό του σχολείου ή και σε εφημερίδα της κοινότητάς τους.

Πηγές: (οι πηγές αφορούν το θεωρητικό πλαίσιο για την αντισύλληψη, τα ΣΜΝ καθώς και τις δραστηριότητες που σχετίζονται με αυτά).

Ελληνική Βιβλιογραφία

- Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού
<http://www.cyfamplan.org/FamPlan/page.php?pageID=29>
- Μέθοδοι Αντισύλληψης: <http://www.paidiatros.com/children/Methods-contraception/>
- Αντισύλληψη
<http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%91%CE%BD%CF%84%CE%B9%CF%83%CF%8D%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CF%88%CE%B7>
- Κ.Σ.Ο.Π. *Sex, so you think you know it all*; Πληροφοριακό Υλικό
- EMBIO center Αντισύλληψη
<http://www.ivf-embryo.gr/gynaikologia/antisyllipsi/antisyllipsi>
- Παπαδόπουλος, Χ. Η επιδημιολογία του Aids στην Ελλάδα.
- Στόππαρντ, Μ. (2005). Οδηγός Υγείας για όλη την οικογένεια. Εκδόσεις Πατάκη: Αθήνα.
- Στους 640 οι ασθενείς με AIDS στην Κύπρο. Ανάκτηση από
<http://www.sigmalive.com/news/local/331353>
- Κύπρος: Ανεξέλεγκτα τα κρούσματα του AIDS ανάκτηση από
<http://www.iefimerida.gr/node/48852>
- Γυναικολογία <http://www.keepfemina.gr/GR/main/gynecology/birth-control/>
- Υπουργείο Παιδείας Ελλάδα Αγωγή Υγείας Σεξουαλική Αγωγή - διαφυλικές σχέσεις. Τετράδιο Μαθητή http://blogs.sch.gr/kkiourtsis/files/2011/10/vivlio_mathiti_lykeiou.pdf
- Επαμεινώνδα, Ε. Νεοκλέους, Ε. Τιγγιρίδου, Μ., (2007). *Πρώτα Βήματα: Οδηγός Εκπαίδευσης για Υγιείς Σχέσεις*. Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού.
- Τιγγιρίδου Μ. *Η πρόληψη των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων. Εισηγήσεις για δραστηριότητες*. [Isg.ucy.ac.cy/other/scienceonstage/.../STD_education_activities.doc](http://www.icy.ac.cy/other/scienceonstage/.../STD_education_activities.doc)
- <http://www.yyka.gov.gr/articles/news/865-aids> Παγκόσμια Μέρα κατά του AIDS ημερομηνία άρθρου 1 Δεκεμβρίου 2011 Ελληνική Δημοκρατία, Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης.
- ΥΟΥΑΚΤ, Εκπαιδευτική Ομάδα Συνόδου Μελέτης, (2008). *Ευρωπαϊκός Χάρτης Νέων για τη Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία και Δικαιώματα: Μια προοπτική βασισμένη στα δικαιώματα*. Έκδοση: Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού
- Morris, J. (2003) Κουβεντιάζοντας για το σεξ με τα παιδιά μας της εφηβείας. Θάνος Γραμμένος: Αθήνα
- Μητρικός Θηλασμός Μητέρα και Παιδί
http://www.mitrikosthilasmos.com/2012/05/blog-post_9588.html
- Οι ερωτήσεις σχετικά με την εγκυμοσύνη
<http://www.clearblue.com/gr/myths-and-truths-about-getting-pregnant.php>
- Greek Health http://www.greek-health.gr/2010/10/blog-post_490.html
- Womenonly.gr
<http://www.womenonly.gr/article.asp?catid=13333&subid=2&pubid=128809061>
- Κιουρτσής Κ., (2000). *Η έκφραση της σεξουαλικότητας των εφήβων*. Διεύθυνση δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης νομού Πέλλας: Έδεσσα.

Διεθνή Βιβλιογραφία

- BZGA, Federal Center for Health Education (2010). *Standards for Sexuality Education in Europe. A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists.* Cologne: BZGA.
- Bruen, M. & France, N. (2001) *Gender or Sex: Who cares? Skills Building Resource Pack on Gender and Reproductive Health for Adolescents and Youth Workers.* USA: Chapel Hill: Ipaw.
- Health Education Curriculum Grade 6, New Brunswick Department of Education, Educational Programs and Services Branch.
- McCall, D. *Teaching sexual Education. A Primer for new teachers,* Canadian Association for School Health, retrieved by www.sexualityandu.ca by
- Cohones S. (2003) Sexuality education in girls' programs. Girl's best friend foundation, http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0CFYQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.girlsbestfriend.org%2Fdownloads%2Fsexuality_education.doc&ei=wMTET-iMCcHm-gbBgLWDCg&usg=AFQjCNHCaCnlGBrO6nhGnPz2HMP4dtEYpA
- International Sexuality and HIV Curriculum Working Group, (2009). *It's All One Curriculum: Guidelines and Activities for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education.* Population Council, New York.
- Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας. WHO, <http://www.who.int/en/>
- International Planned Parenthood Federation <http://www.ippfen.org/en/>
- Global report: UNAIDS report on the global aids epidemic (2010). WHO.
- HIV – AIDS http://ec.europa.eu/health-eu/health_problems/hiv-aids/index_el.htm
- European Centre for Disease Prevention and Control/WHO Regional Office for Europe. *HIV/AIDS surveillance in Europe 2010.* (2011). Stockholm: European Centre for Disease Prevention and Control, (<http://www.euro.who.int/en/what-we-do/health-topics/communicablediseases/hivaids/publications/2011/hivaids-surveillance-in-europe-2010>, accessed 30 November 2011).
- European Commission: *Eurostat.* European Union, 2011 (<http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/eurostat/home/>, accessed 12 October 2011).
- WHO, UNAIDS, UNICEF. *Global HIV/AIDS response – Epidemic update and health sector progress towards universal access: progress report 2011.* Geneva, World Health Organization, (http://www.who.int/hiv/pub/progress_report2011/en/index.html, accessed 30 November 2011).
- School Health Education to Prevent AIDS and STD, a resource package for curriculum planners, (1994). WHO & UNESCO.
- SIECUS. <http://www.sexedlibrary.org/> (lesson plans)
- Office of Adolescence Health. <http://www.hhs.gov/ash/oah/>
- IPPF (2010) *International Planned Parenthood Federation for Comprehensive Sexuality Education (CSE).* IPPF: London.
- Abstinence, Sex and Protection: Pregnancy Prevention Emphasis, retrieved by http://pub.etr.org/upfiles/ReducingTheRisk_sampleLesson.pdf
Douglas S. *Canadian Association for School Health Teaching Sexual Health Education*

A Primer for New Teachers, A Refresher for Experienced Teachers. Ανάκτηση από www.sexualityandu.ca

- BBC. (2009) Underage and pregnant: Teachers' Back. U.K. ανάκτηση από: <http://www.bbc.co.uk/schools/teachers/underageandpregnant/>
- PSHE (Personal Health and Economic Education)
Teaching Sexual health <http://www.teachingsexualhealth.ca/teacher/>

Παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

Δείκτης Επιτυχίας:

Οι μαθητές/τριες:

- Να διερευνούν παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία όπως τα ΜΜΕ, η νομοθεσία και η θρησκεία.

Αυτός ο δείκτης επιτυχίας, υλοποιείται εν μέρει, μέσα από τη συζήτηση που θα προκύψει από τις δραστηριότητες των άλλων κεφαλαίων αυτής της ενότητας.

Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να πραγματοποιήσει όμως ξεχωριστή δραστηριότητα, έτσι ώστε οι μαθητές/τριες:

- Να αναγνωρίσουν πως πολλοί είναι οι παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των νέων και των ενηλίκων.
- Να σεβαστούν τη διαφορετικότητα του κάθε ατόμου ξεχωριστά, η οποία πιθανόν προκύπτει από το κοινωνικό, πολιτιστικό και θρησκευτικό υπόβαθρό του.
- Να είναι ικανοί να διακρίνουν τα ρεαλιστικά μηνύματα και τα μη ρεαλιστικά μηνύματα (διαιώνιση των στερεοτύπων) που προβάλλουν τα ΜΜΕ.

Χρόνος: 1 – 2 διδακτικές περιόδοι

Δραστηριότητες αφόρμησης

- ❖ Προβολή σύντομου αποσπάσματος ταινίας ή σύντομου βίντεο που προβάλλει την εξέλιξη ατόμων με κοινωνικές και άλλες μεταβαλλόμενες συνθήκες οι οποίες επηρεάζουν τη ζωή τους. Επίσης, η προβολή κάποιου σύντομου βίντεο που αφορά τη διαφορετικότητα μπορεί να κεντρίσει το ενδιαφέρον των μαθητών/τριών και να ακολουθήσει σχετική συζήτηση.
- ❖ Προβολή διάφορων διαφημίσεων (έντυπες και τηλεοπτικές) που απεικονίζουν τις συμπεριφορές των ανδρών και των γυναικών.
Πιθανή ερώτηση για αφόρμηση: *Πόσες διαφημίσεις βλέπεις την ημέρα; Στην τηλεόραση, στα περιοδικά, στο διαδίκτυο, στις πινακίδες;*
- ❖ Προβολή διάφορων εικόνων που περιλαμβάνουν διάφορους τύπους οικογενειών από διάφορα πολιτισμικά ή χρονικά πλαίσια. Οι εικόνες συστήνεται να επιλεγούν με κριτήριο την πολυμορφία και τη δυναμική εξέλιξη των οικογενειών, αλλά και της κοινωνίας γενικότερα.
- ❖ Υπενθύμιση του ορισμού της σεξουαλικότητας (για αφόρμηση) και πώς αυτή επηρεάζεται στις διάφορες κοινωνίες ανάλογα με την κουλτούρα, τον πολιτισμό, τα ΜΜΕ, τη θρησκεία κ.ά. (για κεντρική δραστηριότητα).

Κεντρικές δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1: Νοητή Γραμμή

Η άσκηση της Νοητής Γραμμής, δίνει την ευκαιρία στους/στις μαθητές/τριες να εκφράσουν αλλά και να αλλάξουν την άποψή τους για ένα ζήτημα, μέσα από την επιχειρηματολογία.

Στη συγκεκριμένη περίπτωση, ο/η εκπαιδευτικός εκφράζει μία δήλωση και ζητά από τους/τις μαθητές/τριες, να σταθούν σε δύο σημεία της αίθουσας. Στο ένα σημείο εκείνοι που συμφωνούν και στο άλλο σημείο εκείνοι που διαφωνούν. Η κάθε πλευρά υπερασπίζεται τη θέση της με επιχειρήματα.

Ακούγοντας τα επιχειρήματα της άλλης πλευράς, ο/η κάθε μαθητής/τρια μπορεί να μετακινηθεί ανάλογα πάνω στη νοητή γραμμή που συνδέει τις δύο πλευρές. Μπορεί δηλαδή, κάποιος/α μαθητής/τρια να σταθεί και στο μέσο της νοητής γραμμής.

Παραδείγματα δηλώσεων, που μπορούν να χρησιμοποιηθούν είναι:

- ❖ Οι άνδρες έχουν πιο ισχυρές ή ιεραρχικά υψηλότερες θέσεις σε πολλούς οργανισμούς.
- ❖ Τα γυναικεία αθλήματα δεν προβάλλονται συχνά από τα ΜΜΕ.
- ❖ Κάποιες γυναίκες και κάποιοι άνδρες πολλές φορές προβάλλονται από τα ΜΜΕ αφού τύχει επεξεργασίας στον υπολογιστή το πρόσωπο και το σώμα τους, έτσι ώστε να φαίνονται πιο όμορφοι.
- ❖ Πρέπει να σεβόμαστε τις θρησκευτικές πεποιθήσεις των συνανθρώπων μας.
- ❖ Η σεξουαλικότητα των ανθρώπων πολλές φορές προσβάλλεται ή/και υποτιμάται από τα ΜΜΕ.
- ❖ Αυτά που ακούω από τα ΜΜΕ επηρεάζουν τα πιστεύω μου και γενικώς τη συμπεριφορά μου.
- ❖ Ο γάμος είναι ο απόλυτος στόχος μίας σχέσης μεταξύ ενός άνδρα και μίας γυναίκας.
- ❖ Οποιαδήποτε μορφή βίας, με βάση τον νόμο είναι παράνομη και πρέπει να τιμωρηθεί.

Δραστηριότητα 2: Νομοθεσίες

Ο/Η εκπαιδευτικός προβάλλει τις νομοθεσίες σε σχέση με την ηλικία συνουσίας, την έκτρωση, τη βία και ακολουθεί συζήτηση όπου οι μαθητές/τριες προβληματίζονται για αυτές. Οι αντίστοιχες νομοθεσίες περιλαμβάνονται στο περιεχόμενο αυτής της ενότητας, καθώς και στους αντίστοιχους ιστοχώρους.

Δραστηριότητα 3: Στάσεις και πιστεύω

Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο (φύλλο εργασίας 14) και, αφού το συμπληρώσουν, ακολουθεί σχετική συζήτηση τονίζοντας πως οι διάφοροι παράγοντες επηρεάζουν τη συμπεριφορά των ατόμων στα θέματα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής τους υγείας. Το περιεχόμενο του ερωτηματολογίου έχει δηλώσεις για διάφορα θέματα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.

Σημείωση: Η δραστηριότητα αυτή μπορεί να πραγματοποιηθεί και μετά τη συζήτηση για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα, έτσι ώστε να γίνει εισαγωγή για τα θέματα που θα ακολουθήσουν.

Δραστηριότητα 4: Κολλάζ

Οι μαθητές/τριες καλούνται να φέρουν στην τάξη περιοδικά/εφημερίδες. Σε ομάδες κόβουν από αυτά εικόνες που δείχνουν άντρες και γυναίκες σε διάφορες δραστηριότητες (ξεχωριστά ή και μαζί). Εναλλακτικά, για να αφιερωθεί λιγότερος χρόνος, ο/η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/τριες να φέρουν στην τάξη διάφορες εικόνες με ανθρώπους από περιοδικά και εφημερίδες ή επιλέγει ο ίδιος κάποιες εικόνες και τις δίνει στους/στις μαθητές/τριες για την ομαδική εργασία.

Καλούνται να φτιάξουν κολλάζ που να προβάλλει εικόνες/φωτογραφίες των ανδρών και των γυναικών. Παρουσιάζουν τα κολλάζ τους και πραγματοποιείται ανάκληση γνώσεων για το πώς τα ΜΜΕ πολλές φορές προωθούν στερεότυπους ρόλους για τα δύο φύλα.

Τονίζονται τα ακόλουθα σημεία:

- Οι νέοι σε πολύ μικρή ηλικία πολλές φορές λαμβάνουν λανθασμένα μηνύματα για τους ρόλους των δύο φύλων, από τα ΜΜΕ και όχι μόνο (σχολείο, περιβάλλον, οικογένεια).
- Ο καθένας αντιλαμβάνεται διαφορετικά τα διάφορα μηνύματα που λαμβάνει από το περιβάλλον του καθώς και από τα διάφορα ΜΜΕ. Δεν λαμβάνουν όλοι το ίδιο «μήνυμα» από μία εικόνα.
- Οι στάσεις που υιοθετούνται για τους ρόλους του κοινωνικού φύλου καθορίζουν πολλές φορές τις στάσεις και τις συμπεριφορές της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας καθώς και τις συνέπειές τους.
- Υπάρχουν και θετικά μηνύματα που προβάλλονται από τα ΜΜΕ για τα στερεότυπα του κοινωνικού φύλου, όπως π.χ. διαφημίσεις που προβάλλουν τις γυναίκες να αθλούνται, τους άνδρες που φροντίζουν τα παιδιά τους, τους γονείς να φροντίζουν μαζί για το φαγητό στην κουζίνα κ.ά. Αυτού του είδους οι διαφημίσεις ή εικόνες αναπτύσσουν θετικές στάσεις για την ισότητα των δύο φύλων (πολλές δραστηριότητες μπορούν να πραγματοποιηθούν τόσο από τους άνδρες όσο και από τις γυναίκες).

Δραστηριότητα 5: Τα μυστικά μιας ευτυχισμένης εφηβείας

Πραγματοποιείται σύντομη συζήτηση για τους διάφορους παράγοντες που επηρεάζουν θετικά ή αρνητικά τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των νέων. Στη συνέχεια οι μαθητές/τριες καλούνται να ετοιμάσουν ομαδικά μία αφίσα που να προβάλλει τα θετικά στοιχεία της εφηβείας και των υγιών σχέσεων, απαλλαγμένοι από τα αρνητικά μηνύματα που προβάλλουν τα ΜΜΕ. Στην αφίσα μπορούν να συμπεριλάβουν σχέδια, σλόγκαν, ένα δεκάλογο ευτυχισμένης εφηβείας κ.ά. Οι αφίσες στη συνέχεια συζητούνται στην τάξη, οι μαθητές/τριες εκφράζουν τον τρόπο σκέψης και δημιουργίας τους και, ακολούθως, τις αναρτούν στις διάφορες πινακίδες του σχολείου.

Συστήνεται να προηγηθεί η συμπλήρωση του **φύλλου εργασίας 16**, έτσι ώστε να μαζέψουν τις εισηγήσεις τους για τους λόγους που η εφηβεία είναι μία ευτυχισμένη περίοδος στη ζωή του ανθρώπου.

Ενδεικτικές ιδέες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ενθάρρυνση:

- ❖ Ο ευτυχισμένος έφηβος φροντίζει τη σωματική και την ψυχική του υγεία. Είναι τα οχήματα για να πετύχει στη ζωή.
- ❖ Ο υγιής έφηβος φροντίζει να καλλιεργεί το πνεύμα του, έχει πνευματικές αναζητήσεις, αξίες, πίστη, ιδανικά. Αποφεύγει όμως τους φανατισμούς και τις ακρότητες.
- ❖ «Το να μιλάς ελευθερώνει», αντιπροσωπεύει τους υγιείς εφήβους που μιλάνε με συνομηλίκους για τα προβλήματά τους, αλλά τα εμπιστεύονται και σε σημαντικούς ενήλικες. Οι ενήλικες αυτοί μπορεί να είναι οι γονείς ή οι καθηγητές/τριες ή ένα συγγενικό πρόσωπο.
- ❖ Δεν ντρέπονται οι ευτυχισμένοι έφηβοι να απευθυνθούν για συμβουλευτική βοήθεια σε φορείς αρωγής (συμβουλευτικούς σταθμούς, ψυχολόγους κ.ά.), όταν διαπιστώσουν ότι δεν μπορούν μόνοι τους να βγουν από κάποια αδιέξοδα.
- ❖ Οι ευτυχισμένοι έφηβοι διασκεδάζουν, παίζουν, κυρίως όμως, ψυχαγωγούνται. Μαθαίνουν να μετατρέπουν σε παιχνίδι όλα όσα κάνουν.
- ❖ Οι ευτυχισμένοι έφηβοι σέβονται τις επιλογές των φίλων τους.
- ❖ Οι ευτυχισμένοι έφηβοι γυμνάζονται καθημερινά, αλλά χωρίς θυμό και ανταγωνιστικότητα.
- ❖ Φροντίζουν να τρέφονται σωστά και υγιεινά χωρίς ακρότητες.
- ❖ Οι ευτυχισμένοι έφηβοι ερωτεύονται και φλερτάρουν υπεύθυνα.

Δείκτες Επιτυχίες

Οι μαθητές/τριες:

- Να διακρίνουν τους μύθους από τις πραγματικότητες για τις διάφορες μορφές βίας (σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική, οικονομική) εντός της οικογένειας αλλά και ευρύτερα.
- Να γνωρίζουν δομές/φορείς που ασχολούνται με θέματα βίας.

Χρόνος: 1 διδακτική περίοδο

Επισημάνσεις:

- ❖ Οι πιο πάνω δείκτες επιτυχίας ικανοποιούνται στη Β΄ Γυμνασίου μέσα από την ενότητα Μορφές Βίας – Εκφοβισμός.
- ❖ Μπορεί να πραγματοποιηθεί επανάληψη με έμφαση στους τρόπους αντιμετώπισης περιστατικών βίας, καθώς και στην αναφορά της σεξουαλικής βίας.
- ❖ Αυτοί οι δείκτες μπορούν να πραγματοποιηθούν στο πλαίσιο της ενότητας 4.3. Δικαιώματα και Υποχρεώσεις.
- ❖ Στο τετράδιο του μαθητή της Γ΄ Γυμνασίου, αναφέρονται οι σημαντικότερες δομές που ασχολούνται με θέματα βίας στην Κύπρο.
- ❖ Τα πιο κάτω εγχειρίδια παρουσιάζουν αξιόπιστες εισηγήσεις δραστηριοτήτων (στα ελληνικά) που αφορούν τις μορφές βίας, την έμφυλη βία, τους τρόπους αντιμετώπισης της βίας, την ενδυνάμωση των μαθητών/τριών κ.ά. Οι δραστηριότητες συνοδεύονται με συμβουλές για τους εκπαιδευτικούς. Τα εγχειρίδια υπάρχουν στο διαδίκτυο, καθώς και στην ιστοσελίδα του κλάδου μας.
 - Πάνα Α. και Λέστα Σ. (2012). Youth4Youth. *Εκπαιδευτικό Εγχειρίδιο για Ενδυνάμωση των Νέων για την Πρόληψη της Έμφυλης Βίας μέσω Αλληλοδιδακτικής Προσέγγισης*. Μεσογειακό ινστιτούτο μελετών κοινωνικού φύλου - Daphne III Programme, European Commission.
 - Δραστηριότητες στην τάξη για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας μεταξύ των μαθητών. Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης.
- ❖ Η έμφυλη βία (ΕΒ) είναι ένας γενικός όρος που «περικλείει κάθε διάκριση ή βλαπτική συμπεριφορά που στρέφεται εναντίον κάποιου προσώπου και συμβαίνει εξαιτίας του (πραγματικού ή θεωρούμενου) κοινωνικού του φύλου ή σεξουαλικού του προσανατολισμού» (Πάνα και Λέστα, 2012).

Ενδεικτικές δραστηριότητες που είναι δυνατόν να πραγματοποιηθούν για υλοποίηση αυτών των δεικτών επιτυχίας:

Δραστηριότητα 1: Ασφαλές και μη ασφαλές άγγιγμα

Ιδεοθύελλα: Συζήτηση για το ποια είδη αγγίγματος μάς κάνουν να νιώθουμε καλά και ποια όχι, με ποιους και με ποιους όχι.

Ο/Η εκπαιδευτικός αναφέρει στους/στις μαθητές/τριες ότι κάποια μέρη του σώματός μας (ως γενικός κανόνας είναι τα μέρη που καλύπτονται από το μαγιό) θεωρούνται πολύ προσωπικά και μπορεί να τα αγγίξει κάποιο άτομο μόνο μετά από δική μας συγκατάθεση (προσοχή στις πολιτισμικές διαφορές όσον αφορά τι θεωρείται πρέπον και επιτρεπτό).

Σε αυτό το σημείο μπορεί να προβληθεί το σύντομο παραμύθι με τίτλο: **Ο Κίκο και το Χέρι**. Μπορείτε να το εντοπίσετε στην ιστοσελίδα του κλάδου μας ή και στο διαδίκτυο. Πραγματοποιείται συζήτηση για το πού μπορούμε να απευθυνθούμε όταν κάποιος/α παραβεί αυτό που μας κάνει να νιώθουμε καλά.

Δραστηριότητα 2: Φράσεις πίεσης

Ο/Η εκπαιδευτικός περιγράφει σε συντομία τη διαδικασία της δραστηριότητας. Σε αυτή την άσκηση ο/η κάθε μαθητής/τρια πρέπει να απαντά σε μια φράση πίεσης, που θα δεχτεί, με αυτοπεποίθηση και σιγουριά χωρίς να είναι επιθετικός/ή. Οι μαθητές/τριες καλούνται να σταθούν σε κύκλο στη μέση του οποίου στέκεται ο/η εκπαιδευτικός. Ο/Η εκπαιδευτικός ρίχνει μια μπάλα σε κάποιο/α μαθητή/τρια και ταυτόχρονα του/της διαβάζει μια φράση πίεσης (π.χ. Αν δεν μεταφέρεις τη βαλίτσα μου στην άλλη αίθουσα, δεν θα σου μιλήσω ξανά ...). Ο/Η μαθητής/τρια πρέπει να ανταποκριθεί γρήγορα, δείχνοντας ότι δεν τα χάνει κάτω από πίεση, επιστρέφοντας την μπάλα στον/στην εκπαιδευτικό. Αν δεν απαντήσει γρήγορα τη ρίχνει αμέσως σε έναν/μία άλλο/η μαθητή/τρια ή βγαίνει από τον κύκλο. Τότε η ίδια δήλωση μπορεί να δοθεί σε άλλο/η μαθητή/τρια.

Δραστηριότητα 3: «Νοητή Γραμμή»

Η εφαρμογή της δραστηριότητας: «Νοητή Γραμμή», επεξηγείται στο προηγούμενο κεφάλαιο (σελ. 68).

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν οι πιο κάτω **δηλώσεις** για αυτή τη δραστηριότητα:

- Το άτομο που κακοποιείται πρέπει να ανταποδώσει, κάνοντας κάτι εξίσου βίαιο στα άτομα που του άσκησαν τον εκφοβισμό.
- Οι φίλοι και οι φίλες του κακοποιημένου ατόμου ΔΕΝ πρέπει να παρέμβουν.
- Αν το άτομο που κακοποιείται μιλήσει στους γονείς του για αυτό που του συμβαίνει, θα κάνει τα πράγματα χειρότερα.
- Το άτομο που κακοποιείται πρέπει να μιλήσει στους φίλους και τις φίλες του και να ζητήσει τη συμβουλή τους.
- Δεν πρόκειται να αλλάξει τίποτα αν το άτομο που κακοποιείται μιλήσει για το περιστατικό σε κάποιον καθηγητή ή κάποια καθηγήτριά του.

- Το άτομο που κακοποιείται πρέπει να μιλήσει για το περιστατικό σε σύμβουλο ή ψυχολόγο.
- Οι ενήλικοι πάντα σε ακούνε και σε παίρνουν στα σοβαρά όταν τους μιλάς για τα προβλήματά σου.

Ερωτήσεις για συζήτηση

Μετά από τη δραστηριότητα μπορείτε, αν θέλετε, να συνεχίσετε τη συζήτηση, χρησιμοποιώντας σαν οδηγό ορισμένα από τα παρακάτω ερωτήματα:

- Είναι προτιμότερο κάποιος/α που υφίσταται βία να κρατήσει παθητική στάση και να μην αντιδράσει; Γιατί ναι; Γιατί όχι;
- Τι κίνδυνο θα διέτρεχε κάποιος/α που υφίσταται τέτοια συμπεριφορά αν δεν μιλούσε για αυτό;
- Τι είναι προτιμότερο, να ζητήσεις υποστήριξη από κάποιο ενήλικο άτομο ή από κάποιο/α φίλο/η;
- Γιατί μπορεί να είναι δύσκολο να μιλήσεις σε ένα ενήλικο άτομο, π.χ. σε κάποιον/α καθηγητή/ρια;
- Ποιο θα είναι το όφελος αν ζητήσεις βοήθεια από κάποιο ενήλικο άτομο;
- Θα ήταν ευκολότερο να μιλήσεις σε κάποιο/α φίλο/η; Εάν ναι, γιατί;
- Πώς μπορούν να βοηθήσουν οι φίλοι/ες;
- Τι περιορισμούς έχει η υποστήριξη που μπορούν να προσφέρουν οι φίλοι/ες;

Σημαντικό είναι να τονισθεί:

- Θυμίστε στους/στις μαθητές/ριες ότι οι γονείς, οι καθηγητές/ριες και οι υπόλοιποι/ες ενήλικοι/ες θέλουν να τους/τις προστατέψουν από τη βία και θα κάνουν ό,τι μπορούν για να τους/τις στηρίξουν.
- Αν υποστούν οποιοδήποτε είδους βία, πρέπει όσο πιο γρήγορα γίνεται να μιλήσουν σε κάποιον/α ενήλικο/η που εμπιστεύονται (καθηγητή/τρια, γονιό, αρμόδιους φορείς κ.λπ.).
- Τονίστε πως ό,τι κι αν συμβαίνει, δεν φταίνε για τη βία και την κακοποίηση που υφίστανται. Δεν πρέπει ποτέ να αισθάνονται ντροπή ή ενοχές.
- Αν κάποιος τους πει να μην το πουν ή απειλήσει τους/τις ίδιους/ες ή άλλο πρόσωπο που γνωρίζουν, πρέπει να μιλήσουν αμέσως σε κάποιον/α ενήλικο/η που εμπιστεύονται.
- Οι φίλοι/ες μπορούν, επίσης, να αποτελέσουν ασφαλές περιβάλλον, όπου μπορούν να εκφράσουν τα αισθήματά τους και να λάβουν ψυχολογική στήριξη.
- Τα άτομα που γίνονται μάρτυρες περιστατικών βίας ως θεατές δεν πρέπει να σιωπούν ή να κρατάνε παθητική στάση.

Δραστηριότητα 4: Μορφές βίας με άρθρα από τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του παιδιού

Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να επιλέξει κάποια από τα άρθρα από τη Σύμβαση των Δικαιωμάτων του Παιδιού και να ακολουθήσει σχετική συζήτηση. Τα άρθρα αναγράφονται στο περιεχόμενο της υποενότητας 4.3. Δικαιώματα και Υποχρεώσεις.

Μπορούν να ετοιμαστούν αντίστοιχα σενάρια για να σχολιαστούν από τους μαθητές και τις μαθήτριες. Μια καλή ιδέα είναι τα σενάρια να παρουσιαστούν ημιτελή και οι μαθητές/τριες να κληθούν να δώσουν συνέχεια σε αυτά ή να τα συζητήσουν εκφράζοντας τις απόψεις τους προφορικά. Με τη βοήθεια των σεναρίων οι μαθητές/τριες καλούνται να αναγνωρίσουν ποιου τα δικαιώματα παραβιάζονται και από ποιον. Καλούνται, επίσης, να διακρίνουν τις μορφές βίας που ασκούνται, καθώς και να εισηγηθούν τρόπους με τους οποίους μπορεί να βοηθηθεί το θύμα.

Περισσότερες ιδέες και πληροφορίες για αυτή τη δραστηριότητα και μεθοδολογία μπορείτε να βρείτε στο εγχειρίδιο «**Φτού και βγαίνω**»: **Ενδεικτικές δραστηριότητες Θεματικής Ενότητας 3.1 – Αγωγής Υγείας Ν.Α.Π., 2012**. Το εγχειρίδιο είναι αναρτημένο στην ιστοσελίδα του ΥΠΠ, στο εικονίδιο, Αγωγή Υγείας (δημοτική εκπαίδευση).

Ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη

Δείκτης Επιτυχίας:

- ❖ Να αναλύουν (μέσα από μελέτη περιστατικού) τις επιπτώσεις της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης και της διακοπής της στην εφηβεία.

Χρόνος: 1 διδακτική περίοδος

Σημαντικά στοιχεία (θεωρητικό/εννοιολογικό πλαίσιο)

- Ο όρος «ανεπιθύμητη» εγκυμοσύνη μπορεί να έχει δύο εκδοχές:
 - α) όταν το ζευγάρι, ενώ δεν είχε προγραμματίσει τεκνοποίηση, αποφασίσει να μη διακόψει μια ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη, και σιγά-σιγά εξοικειώνεται με αυτό το γεγονός.
 - β) Όταν η γυναίκα από μόνη της ή και ο άντρας/σύντροφος δεν επιθυμούν να φέρουν στον κόσμο μία ανθρώπινη ζωή για διάφορους λόγους.
- Μπορεί να συμβεί σε οποιαδήποτε ηλικιακή φάση και κατάσταση του ατόμου.
- Μπορεί να συμβεί σε πολύ νεαρά άτομα, στην αρχή μίας σχέσης ή ακόμα και σε ζευγάρια που διατηρούν χρόνια σχέση είτε είναι σε γάμο είτε όχι.

Έκτρωση - Άμβλωση

- Είναι η διακοπή μιας αδιατάρακτης ενδομητρίου κυήσεως ενός ή περισσότερων εμβρύων, που διενεργείται σε πρώιμη ηλικία κυήσεως (<24 εβδ.) και οδηγεί σε αφαίρεση του εμβρύου από τη μήτρα, με συνέπεια τον θάνατο του κυήματος. Η άμβλωση προκαλείται τεχνητά, με χημικές, χειρουργικές ή άλλες μεθόδους. Το διεθνές όριο των 24 εβδομάδων, καθορίστηκε με βάση την ελάχιστη ηλικία κυήσεως, που επιτρέπει σε ένα έμβρυο που θα γεννηθεί να είναι βιώσιμο (η διάπλαση της καρδιάς ολοκληρώνεται την 23η εβδομάδα).

Πηγή: Βικιπαιδεία. Ανακτήθηκε από την ιστοσελίδα:

<http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%88%CE%BA%CF%84%CF%81%CF%89%CF%83%CE%B7>

- Η έκτρωση μπορεί να προκύψει είτε αυθόρμητα, οπότε και αποκαλείται αυτόματη έκτρωση ή αποβολή, ή μπορεί να προκληθεί με σκόπιμη παρέμβαση, οπότε και αποκαλείται πρόκληση έκτρωσης.
 - Πηγή: ΔΟΟΠ. (2008), Youact., European youth network on sexual and reproductive rights (σελ.76).
- Έχουν εφαρμοστεί διάφορες μέθοδοι άμβλωσης στην πορεία της ιστορίας.
- Οι ηθικές και οι νομικές πτυχές της άμβλωσης αποτελούν αντικείμενο έντονης συζήτησης σε πολλά μέρη του κόσμου. Το κύριο ζήτημα είναι κατά πόσο το έμβρυο μπορεί να χαρακτηριστεί ως άνθρωπος και ως εκ τούτου, η έκτρωση ως ανθρωποκτονία.
- Το ζήτημα της εφηβικής εγκυμοσύνης, αποτελεί παγκοσμίως, μεγάλο πρόβλημα. Ως βασικός άξονας του τομέα της εφηβικής υγείας, απασχολεί έντονα τόσο τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας όσο και τη Διεθνή Κοινότητα.

- Με βάση τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας:
 - ❖ Περίπου 16 εκατομμύρια έφηβες γεννούν κάθε χρόνο - τα περισσότερα σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος.
 - ❖ Εκτιμάται ότι περίπου τρία εκατομμύρια κορίτσια, ηλικίας 15-19 ετών, υποβάλλονται σε ανασφαλείς αμβλώσεις κάθε χρόνο.
 - ❖ Σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος, οι επιπλοκές από την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, αποτελούν την κύρια αιτία θανάτου, μεταξύ των κοριτσιών ηλικίας 15-19 ετών.
 - ❖ Η θνησιμότητα των νεογέννητων είναι 50% ψηλότερη μεταξύ των βρεφών των έφηβων μητέρων, σε σχέση με τα βρέφη των γυναικών ηλικίας 20-29 ετών.
 - ❖ Βρέφη των έφηβων μητέρων, έχουν περισσότερες πιθανότητες να έχουν χαμηλό σωματικό βάρος γέννησης.
 - ❖ Οι στατιστικές μελέτες δείχνουν ότι περίπου 1 στις 10 έφηβες, στις αναπτυσσόμενες χώρες, θα έχει μια τουλάχιστον απρογραμμάτιστη εγκυμοσύνη.

- Οι κύριοι λόγοι για τη συχνή εμφάνιση των ανεπιθύμητων κυήσεων στην εφηβεία είναι:
 - ❖ η μη χρήση αντισύλληψης
 - ❖ η έλλειψη ενημέρωσης
 - ❖ η αυξημένη σεξουαλική δραστηριότητα
 - ❖ η αυξημένη γονιμότητα στην ηλικία αυτή.

- Στην Κύπρο, σύμφωνα με στοιχεία του Τμήματος Στατιστικής και Ερευνών, το 2009 πραγματοποιήθηκαν 169 γεννήσεις, από γυναίκες ηλικίας 15 μέχρι 19 χρονών.

- Στην Ελλάδα, σύμφωνα με την Εθνική Στατιστική Υπηρεσία, το 2007, πραγματοποιήθηκαν 3.129 γεννήσεις από έφηβες κάτω των 18 ετών, εκ των οποίων οι 75 γεννήσεις προέκυψαν από έφηβες μικρότερες των 15 ετών.

Νομοθεσία της Κύπρου

Στην Κύπρο το θέμα των εκτρώσεων έχει πάρει διαστάσεις κοινωνικού προβλήματος. Οι εκτρώσεις επιτρέπονται από τον νόμο, κατόπιν συγκατάθεσης και καταβολής πιστοποιητικών δύο ιατρών και υπό τις εξής προϋποθέσεις:

- Σοβαρός κίνδυνος για τη ζωή της μητέρας.
- Σοβαρός κίνδυνος για διατάραξη της φυσικής και πνευματικής υγείας της μητέρας.
- Ιατρική διάγνωση, ότι το παιδί που θα γεννηθεί, θα πάσχει από σοβαρή αναπηρία ή από ανίατη ασθένεια.
- Το κυοφορούμενο παιδί να είναι αποτέλεσμα βιασμού ή αιμομιξίας.

Η Εκκλησία της Κύπρου εγκρίνει την έκτρωση, μόνο εάν υπάρχει κίνδυνος για τη ζωή της μητέρας. Επίσης κατά την περίοδο αμέσως μετά την Τουρκική εισβολή του 1974, συγκατατέθηκε να υποβληθούν σε έκτρωση οι Ελληνοκύπριες που είχαν πέσει θύμα βιασμών.

Πηγές:

- Βικιπαιδεία
<http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%88%CE%BA%CF%84%CF%81%CF%89%CF%83%CE%B7>
<http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%88%CE%BA%CF%84%CF%81%CF%89%CF%83%CE%B7>
- Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας
www.who.int/mediacentre/factsheets/fs364/en/index.html
- Worldwide Abortion: Legality, Incidence and Safety
<http://www.guttmacher.org/media/presskits/abortion-WW/statsandfacts.html>
- IPPF. Girls Decide. <http://www.ippf.org/en/What-we-do/Adolescents/Girls+Decide.htm>

Επιπρόσθετες πληροφορίες για τον/την εκπαιδευτικό:

Στην Κύπρο μπορεί κανείς να συμπεράνει, ότι στον ιδιωτικό τομέα, η διακοπή εγκυμοσύνης είναι σχετικά εύκολη, αφού η νομοθεσία παρέχει αυτή τη δυνατότητα. Στον κρατικό τομέα, η διακοπή εγκυμοσύνης, γίνεται μόνο στις περιπτώσεις που τίθεται θέμα της σωματικής υγείας της μητέρας ή του εμβρύου ή η μητέρα έχει πέσει θύμα βιασμού.

Ακόμα όμως και στις περιπτώσεις διενέργειας διακοπής μιας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης στον ιδιωτικό τομέα, η κοπέλα δεν έχει πρόσβαση σε μια οικονομικά προσιτή υπηρεσία, με αποτέλεσμα να πρέπει να αντιμετωπίσει το ψηλό κόστος αυτής της υπηρεσίας.

Πηγή: Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού, retrieved by <http://www.cyfamplan.org/FamPlan/page.php?pageID=29>

Συνέπειες μίας εφηβικής ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης:

Οι επιπτώσεις μιας τέτοιας εγκυμοσύνης, είναι πολυδιάστατες.

Σωματικές: Οι εφηβικές εγκυμοσύνες, έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο για αποβολή, για πρόωρο τοκετό και για γέννηση μωρού με χαμηλό βάρος.

Ψυχοκοινωνικές: Οι έφηβες που μένουν έγκυες, έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες:

- να εγκαταλείψουν το σχολείο
- να καταφύγουν σε ένα βιαστικό και πρόωρο γάμο, ο οποίος με τη σειρά του έχει μεγαλύτερες πιθανότητες να καταλήξει σε διαζύγιο.
- να τύχουν εκμετάλλευσης από επιτήδειους.
- να βιώσουν τον κοινωνικό αποκλεισμό.

Είναι γεγονός, ότι το κορίτσι ωριμάζει μεν βιολογικά, αλλά αυτό δεν συνεπάγεται ότι είναι έτοιμο για μια εγκυμοσύνη και ένα παιδί.

Πολύ συχνά οι έφηβες που μένουν έγκυες, αναγκάζονται να καταφύγουν σε διακοπή της εγκυμοσύνης. Μια τέτοια επέμβαση, μπορεί να επηρεάσει τόσο τη σωματική όσο και την ψυχολογική υγεία, μιας κοπέλας.

Πιθανές αρνητικές συνέπειες της έκτρωσης:

Οι ενοχές, ο φόβος, η αμηχανία, ο κοινωνικός αποκλεισμός, τα ηθικά διλήμματα και η ψυχολογική κατάπτωση, είναι ορισμένες, από τις πολύ αρνητικές συνέπειες για τις κοπέλες που προχωρούν στην πολύ δύσκολη αυτή απόφαση τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα.

Το θέμα της έκτρωσης, εγείρει έντονες αξίες, ηθικά διλήμματα και συναισθήματα. Είναι σημαντικό να τονιστεί από την αρχή της συζήτησης, ο σεβασμός στις διαφορετικές απόψεις που πιθανόν να εκφραστούν. **Ο/Η εκπαιδευτικός συστήνεται να μην εκφράσει τις προσωπικές του/της απόψεις και πεποιθήσεις αλλά να τηρεί ουδέτερη στάση** και να προβληματίσει τους/τις μαθητές/τριες για τις συνέπειες που μπορεί να έχει σε ένα ζευγάρι νεαρής ηλικίας μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη. Επιπρόσθετα, ο/η εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους/τις μαθητές/τριες, μέσα από τη συζήτηση και τις δραστηριότητες που θα πραγματοποιήσει στην τάξη, να αποκτήσουν θετικές στάσεις απέναντι στη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία. Συγκεκριμένα:

Στον τομέα της **πρόληψης** της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης οι έφηβοι/ες πρέπει να θυμούνται:

- Την επιλογή της Αποχής, ως την πιο ασφαλή μέθοδο αντισύλληψης, δηλαδή το να μην έχουν σεξουαλικές σχέσεις.
- Σε περίπτωση που επιλέξει κάποιος/α να έλθει σε σεξουαλική επαφή, να το πράξει με υπευθυνότητα και σεβασμό απέναντι στον/στην εαυτό του/της καθώς και στον/στην σύντροφό του/της. Η απόφαση αυτή προϋποθέτει ώριμη σκέψη, σωματική και συναισθηματική ετοιμότητα, καθώς και σωστή πληροφόρηση.

Στη συζήτηση, συστήνεται να τονιστούν τα ακόλουθα:

1. Η ζωή είναι πολύ όμορφη. Εμπειρίες περιμένουν τους νέους να τις γευτούν.
2. Ο έρωτας, ο γάμος, η απόκτηση οικογένειας είναι από τα πιο υπέροχα πράγματα στη ζωή, αλλά μόνο όταν αισθάνονται έτοιμοι να τα δεχτούν και να αναλάβουν τις ευθύνες που αυτά συνεπάγονται .
3. Αν ο/η έφηβος/η δεν θέλει να έχει σεξουαλικές σχέσεις, τότε έχει το κάθε δικαίωμα να απέχει.
4. Αν όμως ο/η έφηβος/η θέλει να έχει σεξουαλικές σχέσεις, τότε έχει υποχρέωση να χρησιμοποιεί αντισύλληψη με ορθό τρόπο, έτσι ώστε να αποφεύγεται η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη και ενδεχόμενος κάποιος ΣΜΝ.
5. Αν η τακτική μέθοδος αντισύλληψης αποτύχει, μπορούν να καταφύγουν σε έκτακτη μέθοδο αντισύλληψης, όπως το «χάπι της επόμενης ημέρας», αφού πρώτα ενημερωθεί ο/η γυναικολόγος.

Πηγές

- YOUACT, Εκπαιδευτική Ομάδα Συνόδου Μελέτης., (2008). *Ευρωπαϊκός Χάρτης Νέων για τη Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία και Δικαιώματα: Μια προοπτική βασισμένη στα δικαιώματα*. Έκδοση: Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού.
- Adolescent Pregnancy <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs364/en/index.html>
- Η εφηβική εγκυμοσύνη αγγίζει και την Κύπρο. Παγκόσμιο κοινωνικό ζήτημα που συνδέεται με σωματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις. Εφημερίδα Σημερινή, Ημερομηνία Άρθρου 14/02/2011. <http://www.sigmalive.com/simerini/news/social/354913>
- Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού <http://www.cyfamplan.org/FamPlan/page.php?pageID=29>
- Βαϊτσοῦ Δ., *Ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη: Πάρτε την σωστή απόφαση*. Ημερομηνία Άρθρου: 23 Μάιος 2012, ανακτήθηκε στις 25/06/2012.
- Βικιπαιδεία <http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%88%CE%BA%CF%84%CF%81%CF%89%CF%83%CE%B7>
- Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας. www.who.int/mediacentre/factsheets/fs364/en/index.html
- Worldwide Abortion: Legality, Incidence and Safety <http://www.guttmacher.org/media/presskits/abortion-WW/statsandfacts.html>
- IPPF. Girls Decide. <http://www.ippf.org/en/What-we-do/Adolescents/Girls+Decide.htm>
- I am not scared. http://iamnotscared.pixel-online.org/case_studies_scheda.php?id_doc=962&doc_lang=&part_id=&qst03=&pst04

Δραστηριότητες αφόρμησης:

Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει **μία** από τις πιο κάτω προτεινόμενες δραστηριότητες αφόρμησης (ή συνδυασμό τους):

- ❖ Ανάκληση γνώσεων για τους λόγους για τους οποίους πιθανό ένα ζευγάρι να θέλει να χρησιμοποιήσει μία μέθοδο αντισύλληψης ή/και για τις συνέπειες μιας σεξουαλικής επαφής χωρίς προφυλάξεις.
- ❖ Σύντομο σχετικό βίντεο που προβάλλει θέμα σχετικό με την ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.
- ❖ Ιδεοθύελλα για τον ορισμό της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης.
- ❖ Προβολή εικόνων με γονείς-παιδιά. Πρόκληση προβληματισμού, με τη βοήθεια του ερωτήματος: Ποιες θεωρείτε κατάλληλες προϋποθέσεις για να αποκτήσει ένα ζευγάρι παιδιά;
- ❖ Στατιστικά στοιχεία διάφορων χωρών σχετικά με εφηβικές εγκυμοσύνες.
- ❖ Παρουσίαση μία σύντομης ιστορίας, που περιγράφει μία νεανική σχέση κατά την οποία προκύπτει μία εγκυμοσύνη. Παράθεση σκέψεων και προβληματισμών.
- ❖ Προβολή των σχετικών σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων με σκοπό να προκληθεί συζήτηση και προβληματισμός.
 - Το δικαίωμα επιλογής γάμου ή όχι και της δημιουργίας προγραμματισμένης οικογένειας.
 - Το δικαίωμα απόφασης εάν ή πότε θα αποκτήσει κάποιος/α παιδιά.

Κεντρική Δραστηριότητα

Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει **μία** από τις πιο κάτω κεντρικές δραστηριότητες. Αν κριθεί απαραίτητο, μπορεί να πραγματοποιήσει περισσότερες από μία δραστηριότητες που προτείνονται σε αυτό το κεφάλαιο.

Συστήνεται πριν πραγματοποιηθεί κάποια δραστηριότητα, να θυμηθούν οι μαθητές/τριες, τους κανόνες συμπεριφοράς που πρέπει να τηρούν στην τάξη.

Αναλόγως της δραστηριότητας αφόρμησης που θα επιλεγεί, ο/η εκπαιδευτικός πρέπει να βεβαιωθεί (πριν ακολουθήσει η εφαρμογή της κεντρικής δραστηριότητας) ότι οι μαθητές/τριες γνωρίζουν τι σημαίνει ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.

Δραστηριότητα 1: Μελέτη Περίπτωσης

Δίνεται στους/στις μαθητές/τριες ένα σενάριο (μελέτη περίπτωσης) και ο/η εκπαιδευτικός τους καλεί να το μελετήσουν (ομαδικά). Στόχος της μελέτης περίπτωσης, είναι οι μαθητές/τριες να σκεφτούν τις επιλογές που υπάρχουν σε μία περίπτωση εφηβικής ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης, καθώς και να προβληματιστούν για τις συνέπειες της καθημιάς επιλογής ξεχωριστά.

Υπάρχουν διάφορες μεθοδολογικές προσεγγίσεις που μπορεί να χρησιμοποιήσει ο/η εκπαιδευτικός για να πραγματοποιήσει αυτή τη δραστηριότητα.

Ενδεικτικά αναφέρονται τα ακόλουθα παραδείγματα μεθοδολογικών προσεγγίσεων:

- Μπορεί να ετοιμάσει ο/η εκπαιδευτικός ένα φύλλο εργασίας, που να συμπεριλαμβάνει σχετικά ερωτήματα. Οι μαθητές/τριες το μελετούν αρχικά μόνοι, και ακολούθως συζητούν στις ομάδες τους και παραθέτουν τις απόψεις τους.
- Ο/Η εκπαιδευτικός διαβάζει το σενάριο σε όλη την τάξη (ή/και το προβάλλει με μία διαφάνεια). Προκαλεί συζήτηση με τους/τις μαθητές/τριες. Οι αναφορές των επιλογών που υπάρχουν στην περίπτωση του σεναρίου αναγράφονται στο σχεδιάγραμμα που εμφανίζεται πιο κάτω.

Ενδεικτικό Σενάριο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί:

Η Διαμάντω (17 χρονών) έχει σχέσεις με τον Γιάννη που είναι 2 χρόνια μεγαλύτερός της. Η Διαμάντω τού εξήγησε πολλές φορές ότι δεν είναι έτοιμη να προχωρήσει η σχέση τους και να έχουν σεξουαλική επαφή. Ο Γιάννης θύμωσε γι' αυτό, αλλά έκανε υπομονή. Οι φίλοι του τον κορόιδευαν, που δεν είχε πείσει τη Διαμάντω, να έχουν σεξουαλικές σχέσεις. Απορούσε για τη στάση της φιλενάδας του, την αγαπούσε όμως και έκανε υπομονή για αρκετό καιρό. Μετά το περιστατικό όμως με τους φίλους του, αποφάσισε πως αυτή τη φορά, θα πείσει τη Διαμάντω να κάνουν σεξ. Της εξήγησε πως όλοι πλέον το κάνουν, της είπε πως η αγάπη τους θα γίνει μεγαλύτερη και ακόμη της είπε να μην ανησυχεί, αφού δεν θα το έλεγε σε κανέναν άλλο. Η Διαμάντω πίστεψε τον Γιάννη και δεν ήθελε να τον απογοητεύσει, αφού τον αγαπούσε πολύ. Δέχτηκε, χωρίς να το θέλει πραγματικά, και του ζήτησε να χρησιμοποιήσουν προφυλακτικό. Αυτός της είπε πως θα αποτραβηχτεί από τον κόλπο της, πριν εκσπερματώσει και της εξήγησε πως αυτήν την μέθοδο αντισύλληψης, επιλέγουν τα περισσότερα ζευγάρια. Η Διαμάντω δεν είχε τη σωστή πληροφόρηση και τον πίστεψε. Τώρα η Διαμάντω, εδώ και 2 μήνες έχει καθυστέρηση στην περίοδό της και δεν ξέρει τι θα κάνει. Ο Γιάννης ετοιμάζεται να πάει για σπουδές και η Διαμάντω ετοιμάζεται να δώσει τις απολυτήριες της εξετάσεις. Όνειρό της είναι να γίνει κτηνίατρος.

Ενδεικτικά ερωτήματα για αυτό το σενάριο:

- Ποιες νομίζετε πως είναι οι ανησυχίες της Διαμάντως;
- Τι θα συμβουλευάτε τη Διαμάντω να κάνει;
- Θα τη συμβουλευάτε να συζητήσει το πρόβλημά της, με τους γονείς/κηδεμόνες της; Γιατί;
- Θα την ενθαρρύνετε να μοιραστεί με τον Γιάννη τις ανησυχίες της;
- Από πού αλλού, μπορούν η Διαμάντω και ο Γιάννης ,να ζητήσουν βοήθεια;
- Ποιες επιλογές έχει η Διαμάντω και ο Γιάννης;
- Ποιες είναι οι επιπτώσεις της καθεμιάς επιλογής; (Υπέρ και κατά)

Απαντήσεις για τον/την εκπαιδευτικό:

Οι επιλογές που υπάρχουν είναι:

- Διακοπή της εγκυμοσύνης
- Γάμος και μωρό
- Ανύπαντρη μητέρα
- Υιοθεσία
- Ανύπαντροι γονείς

Φορείς/Υπηρεσίες/Ομάδες Ατόμων Στήριξης:

- Κέντρο Οικογενειακού Προγραμματισμού
- Ψυχολόγο
- Εκκλησία/Πνευματικός
- Γονείς
- Σχολείο
- Ιατρικές Υπηρεσίες – Γυναικολόγος

Επιπτώσεις

- Βλέπε Θεωρητικό πλαίσιο (σελ.78)

Δραστηριότητα 2: «Νοητή Γραμμή»

Η άσκηση της *Νοητής Γραμμής*, δίνει την ευκαιρία στους/στις μαθητές/τριες να εκφράσουν αλλά και να αλλάξουν την άποψή τους, για ένα ζήτημα, μέσα από την επιχειρηματολογία.

Στη συγκεκριμένη περίπτωση, ο/η εκπαιδευτικός εκφράζει μία δήλωση και ζητά από τους/τις μαθητές/τριες, να σταθούν σε δύο σημεία της αίθουσας. Στο ένα σημείο να σταθούν εκείνοι που συμφωνούν και στο άλλο σημείο εκείνοι που διαφωνούν. Η κάθε πλευρά υπερασπίζεται τη θέση της με επιχειρήματα.

Ακούγοντας τα επιχειρήματα της άλλης πλευράς, ο/η κάθε μαθητής/τρια μπορεί να μετακινηθεί ανάλογα πάνω στη νοητή γραμμή που συνδέει τις δύο πλευρές. Μπορεί δηλαδή, κάποιος/α μαθητής/τρια να σταθεί και στο μέσο της νοητής γραμμής.

Παραδείγματα δηλώσεων, που μπορούν να χρησιμοποιηθούν είναι:

«Η έκτρωση είναι έγκλημα».

«Η υιοθεσία είναι καλή λύση».

«Το ζευγάρι πρέπει να κρατήσει το μωρό και να ζητήσει βοήθεια από την οικογένειά του».

«Αν το αγόρι εγκαταλείψει την έφηβη εγκυμονούσα, αυτή πρέπει και πάλι να κρατήσει το μωρό».

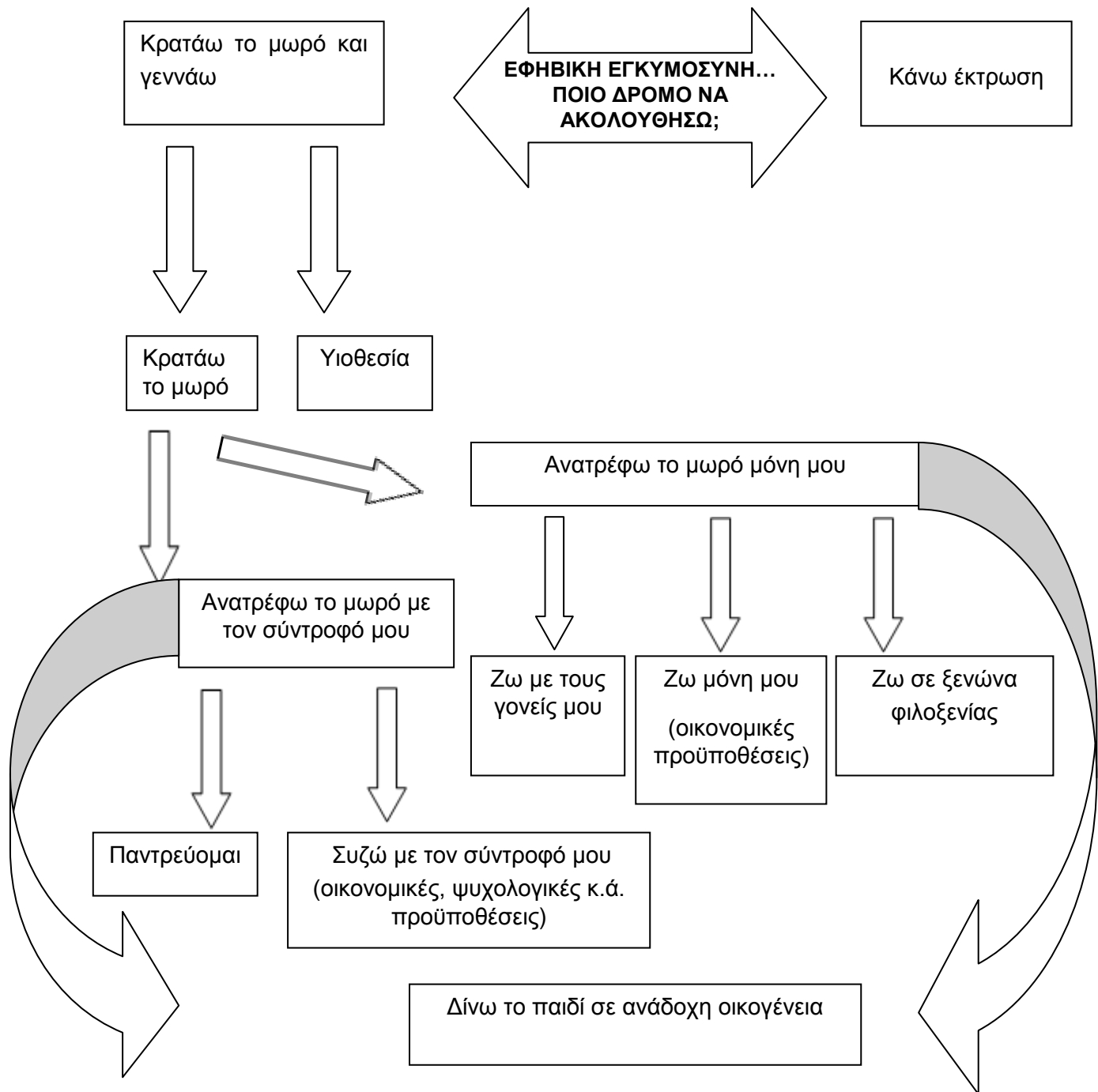
«Η σεξουαλική πράξη χωρίς προφύλαξη, είναι ανεύθυνη συμπεριφορά των εφήβων/νέων».

«Οι θρησκευτικές πεποιθήσεις του ζευγαριού δεν επιτρέπουν την επιλογή της έκτρωσης».

Δραστηριότητα 3: Λόγοι εμφάνισης των ανεπιθύμητων κυήσεων στην εφηβεία

Οι μαθητές/τριες καλούνται να συμπληρώσουν το **φύλλο εργασίας 15**, όπου τους δίνεται η ευκαιρία, να αναλύσουν τους λόγους που μπορεί να συμβεί μία ανεπιθύμητη εφηβική εγκυμοσύνη, καθώς και να αναφέρουν τις πιθανές επιπτώσεις της. Ακολουθεί σχετική συζήτηση όπου αναπτύσσονται προβληματισμοί για αυτό το ζήτημα.

Το πιο κάτω σχεδιάγραμμα, δείχνει τις επιλογές που υπάρχουν στο ενδεχόμενο μίας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης.



Δομές στην κοινότητα

Δείκτης Επιτυχίας:

- Να γνωρίζουν δομές στην κοινότητα που σχετίζονται με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία.

Χρόνος: 1 διδακτική περίοδος

Σημείωση: Αυτός ο δείκτης επιτυχίας μπορεί να ικανοποιηθεί, παράλληλα με άλλες δραστηριότητες αυτής της ενότητας.

Δραστηριότητα: Γνωριμία με τις δομές που προσφέρουν σωστή πληροφόρηση

Ο/Η εκπαιδευτικός συνοψίζει τα κύρια σημεία που αναφέρθηκαν σε όλη την ενότητα. Υποδεικνύει στους/στις μαθητές/τριες τη σημασία της σωστής πληροφόρησης και τους πληροφορεί πως υπάρχουν διάφοροι φορείς/υπηρεσίες που προσφέρουν τόσο στους νέους όσο και στους ενήλικες τις σωστές και έγκυρες πληροφορίες, σχετικά με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική τους υγεία.

Καλεί τους/τις μαθητές/τριες από το προηγούμενο μάθημα να ερευνήσουν στο σχολείο και στην κοινότητά τους τις διάφορες υπηρεσίες και φορείς που υπάρχουν και που προσφέρουν έγκυρες πληροφορίες, σχετικά με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των νέων.

Οι μαθητές/τριες παρουσιάζουν τα ευρήματά τους (αφού τα οργανώσουν στις ομάδες τους) και ο/η εκπαιδευτικός ανακοινώνει τυχόν υπηρεσίες/φορείς που δεν αναφέρθηκαν.

Αυτές οι υπηρεσίες/δομές μπορούν να αναρτηθούν στην πινακίδα του σχολείου, για να υπάρχουν διαθέσιμες προς όλους τους μαθητές και τις μαθήτριες.

Μπορεί ακόμη να διοργανωθεί μία επίσκεψη σε υπηρεσία/δομή, στην οποία, οι μαθητές/τριες θα ενημερωθούν από τον αρμόδιο, για τις υπηρεσίες που προσφέρει η υπηρεσία αυτή της. Εναλλακτικά, οι μαθητές/τριες μπορούν να προσκαλέσουν κάποιον/α εκπρόσωπο ενός οργανισμού ή μιας υπηρεσίας (κρατικής ή ιδιωτικής) και να τους μιλήσει για τις υπηρεσίες που προσφέρει. Οποιαδήποτε επίσκεψη ή πρόσκληση πραγματοποιηθεί χρειάζεται έγκυρη ενημέρωση και έγκριση από τη Διεύθυνση του σχολείου και, ενδεχομένως, από τη Διεύθυνση Μέσης Εκπαίδευσης του ΥΠΠ.

Οι Οργανισμοί - Σύνδεσμοι - Φορείς που υπάρχουν στην Κύπρο, συμπεριλαμβάνονται στο Παραρτήματα: Σύνδεσμος Πρόληψης Βίας, Hope for Children, MIGS, Νοσοκομείο, Ιδιωτικές κλινικές, Οργανισμός Νεολαίας, Σύμβουλοι, Αστυνομία).

Δράσεις – Επέκταση (που αφορούν ολόκληρη την ενότητα)

- Οι μαθητές/τριες ερευνούν με τη βοήθεια ενός ερωτηματολογίου, τις γνώσεις και τις στάσεις των μαθητών/τριών αναφορικά με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική τους υγεία. Ανάλογα με τα αποτελέσματα, μπορούν να προβούν σε τέτοιες δραστηριότητες, ώστε να προσφέρουν σωστές και έγκυρες πληροφορίες, σχετικά με αυτό το θέμα.
Μπορεί να διοργανωθεί μία εκδήλωση στην οποία να καλέσουν και τους γονείς/κηδεμόνες τους και να παρουσιάσουν οι ίδιοι, τα ευρήματά τους. Στην εκδήλωση μπορεί να προσκαλεστεί κάποιο αρμόδιο πρόσωπο, έτσι ώστε να προσφέρει περισσότερες πληροφορίες τόσο στους γονείς/κηδεμόνες όσο και στους/στις μαθητές/τριες.
- Οι μαθητές/τριες μίας τάξης μπορούν να ετοιμάσουν τρίπτυχα φυλλάδια που να προσφέρουν βασικές γνώσεις και συμβουλές προς τους εφήβους.
Πιθανοί τίτλοι μπορεί να είναι: Ανεπιθύμητη Εγκυμοσύνη, Ενημερώσου σωστά – Προφυλάξου, Μάθε τα δικαιώματά σου, Όλοι διαφορετικοί με ίσα δικαιώματα κ.ά. Τα τρίπτυχα αυτά, (αφού εκτυπωθούν με επιχορήγηση από τη Διεύθυνση του σχολείου ή/και από τον Σύνδεσμο Γονέων ή/και άλλο φορέα), οι μαθητές/τριες τα διανέμουν στους υπόλοιπους/ες μαθητές/τριες του σχολείου. Επιπρόσθετα, μπορούν να συνεργαστούν με το Δήμο της κοινότητάς τους, καθώς και με τα κέντρα Υγείας ή/και τον Οργανισμό Νεολαίας, με σκοπό να έχουν και αυτοί στη διάθεσή τους αυτό το χρήσιμο ενημερωτικό έντυπο για τους νέους.
- Οι μαθητές/τριες μπορούν να γράψουν σενάριο που αφορά τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των νέων και να το δραματοποιήσουν. Μπορούν να ετοιμάσουν ένα σχετικό φιλμάκι και να το προβάλουν σε εκδήλωση του σχολείου τους.
- Όλες οι πιο πάνω ιδέες συστήνεται να συμπεριληφθούν σε ειδικά άρθρα του περιοδικού του σχολείου, καθώς και στην εφημερίδα της κοινότητάς τους. Μπορεί ακόμα να πραγματοποιηθεί σχετική ενημέρωση σε εκπομπή τηλεόρασης που ασχολείται με θέματα υγείας.
- Ετοιμασία και ανάρτηση αφισών, ετοιμασία ημερολογίου κ.ά. που να προβάλλουν μηνύματα θετικής διεκδίκησης, μηνύματα ισότητας και σεβασμού, μηνύματα που να προωθούν το δικαιώματα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.
- Εκπαιδευτικές επισκέψεις σε σχετικές οργανισμούς/υπηρεσίες/δομές.