

## Szexuális nevelés

Készítette Kada Zsuzsanna Edit

### Rövid tematika

#### Önismeret, önbizalom fejlesztése

- csoport alkotás
- együttműködési szabályok kazoos kialakítása
- előzetes ismeretfelmérés
- keretjáték kialakítása ("Királylány Képző")
- énkép monitorozása
- egyéni értékek önálló számba vétele, hangsúlyos visszacsatolása
- egyéni életút- saját személyiség értékességének hangsúlyos visszacsatolása
- egyediség hangsúlyozása

#### Testséma, külső tulajdonságok

- testvázlat, testkép, testrészek ismerete
- egyéni külső jellemzők, tulajdonságok (ruházat, szokások, tevékenységek) számba vétele
- ezek rögzítése, életnagyságú rajzon

#### Érzelmek felismerése, kifejezése

##### érzelm megnyilvánulások felismertetése képek segítségével

- érzelm fiziológiájának beazonosítása saját élmény emlékek alapján
- +/- érzelmek differenciálása
- +/- érzelmek jogosságának visszacsatolása
- érzelm szabályozással kapcsolatos megnyilvánulások tudatosítása

#### Nemek, nemi különbségek

- nemi szervek, nemi sajátosságok, nemekre jellemző viselkedések differenciálása korosztályi lebontásban
- külső nemi ismertető jegyek (jellemző ruházat, tevékenységek) differenciálása korosztályi lebontásban

#### A test ismerete, nemi szervek anatómiája

- egyéni ismeretek monitorozása
- korosztályi szakirodalmak segítségével a külső/ belső nemi szervek anatómiájának bemutatása
- külső/ belső női nemi szervek részletes ismertetése

#### Szerelem , párkapcsolat kialakítása

- saját értékek, igények számba vétele
- reális önismeret elemeinek összesítése
- kölcsönösség a viselkedésben
- férfi, női szerepek
- párválsztási hagyományok
- a reális pár válsztás
- felmerülő kockázatok (promiszkuitás, bántalmazás)

#### Szexuális erőszak megelőzése

- veszélyhelyzet felismerése- szituációs játékba ágyazottan
- veszélyhelyzetek adekvát kezelése, segítség kérés reális módja – szituációs játékba ágyazottan
- rendelkezésre álló egyéni erőforrások számba vétele, mobilizálása

- énerő szerepe a megküzdésben

Szex, fogamzásgátlás

- szexualitással kapcsolatos életkori feladatok, jelenségek
- maszturbálásról való tudnivalók
- havi ciklus ritmusa, jelentősége a fogantatásban, védekezésben
- a fogamzás történései
- védekezés módjai
- teendők "baleset esetén"

Szexuális úton terjedő betegségek

- betegségek felsorolása
- fertőződés kockázata, módjai
- tünetek
- védekezés módjai

A szexuális nevelés egyike a legfontosabb nevelési területeknek, hiszen az emberi szexualitás (továbbá azok a kapcsolatok, amelyekben a szexualitást megéljük) az életminőséget számos területen befolyásolja. A szexuális kultúra (és a párkapcsolati kultúra) növekedéséért legtöbbet valószínűleg éppen a szexuális nevelés tehet. Ez természetesen nemcsak az iskolában kell, hogy történjen (kiemelkedően fontos például a család szerepe), de az iskolának biztosan jelentős szerepet kell ebben vállalnia. Magyarországon azonban, fontossága ellenére, a szexuális nevelés a pedagógia számos más területéhez képest elhanyagolt.

Az állami gondoskodásban élő gyermekek számára kiemelten fontos, a szexuális ismeretek, a szexuális abúzzsal kapcsolatos tudnivalók átadása, hiszen ők családi körben nem részesülnek kellő felvilágosításban és ez mellett egyre több alkalommal találkozunk azzal, hogy a saját családjukban válnak szexuális visszaélések áldozataivá.

A pályázat keretében két 6 fős leány csoport számára tartottam foglalkozásokat szexuális nevelés témakörben. A gyermekek enyhe értelmi sérültek. A két hat fős leány csapat meglehetősen ellenállással fogadta a tréning lehetőségét, ennek hátterében iskolai, illetve szabadidős tevékenységek, más projektekből való részvétel általi túlterhelés állt. A témát fenntartásokkal, némi gyanakvással fogadták- utólag kiderült gyanakvásuk annak volt köszönhető, hogy korábbi és jelenlegi környezetük tabuként kezelte a szexualitást. A foglalkozások alapja a reális önismeret: a saját test ismerete volt. Ebben a témában nagy szórást mutatott az önismeret szintje: volt akinél a térirányok, volt akinél a részletes testséma okoztak gondot, ezt minden foglalkozáson beleszórtam az átadandó ismeretekbe. Kiemelt hangsúlyt kapott az önbizalom emelése.

Az anatómia-, és szexualitás körébe tartozó témákat a csoporttagok életkori sajátosságai mentén differenciálva érintettük, kiemelt tekintettel arra, hogy valamennyi résztvevő elhanyagoló, bántalmazó környezetéből érkezik.

A témákat az eltérő életkorú, személyiség fejlettségű lányok- más és más szinten közelíthették meg. A fiatalabbakra irányuló kommunikációmban inkább szimbolikus szinten ragadtam meg az átadandó ismeretanyagot, míg az érettebb, több információval rendelkező csoporttagok számára részletekkel igyekeztem finomítani, gazdagítani a tudásbázist. Hangsúlyt helyeztem az információk pontos átadására- ezért a lehető legtöbb módszer és szemléltető eszköz alkalmazása mellett döntöttem, minél több lehetőséget adva a visszakérdezésre. Az idősebb csoporttagok meglehetősen korrekt mennyiségű és minőségű információval rendelkeztek,

amit a csoportkohézió fejlődése mentén kialakuló összetartozás érzés következtében türelmesen elmagyaráztak a kisebbeknek is. Az önbizalom, önbecsülés emelésére kialakított keretjáték adta összes lehetőséget (megszólítás, hangsúly, megbecsülés, tisztelet kifejezése, kölcsönösség képviselete) megragadtam- és a modell követés révén a szakasz végére a csapattagok is. A másokhoz való viszonyulásban, megnyilvánulásaikban gyakoriak voltak az agresszív megnyilvánulások, ezért folyamatosan modellálnom kellett az asszertív kommunikáció működésmódot, és nagy hangsúlyt fektettem a pontos ám rugalmas határtartásra. Pozitívan élték meg a csoporthoz tartozás élményét- ezt környezetük tudomására hozták. A foglalkozásokon együttműködők, támogatóak voltak egymással. Folyamatosan megtartottam a keretjáték- elemeket, annak minden én-erőt, önértékelést stabilizáló, növelő lehetőségével együtt. A foglalkozás kezdetén a helyzetekben feladatmegoldásra fókuszáltak, az utolsó harmadban hangsúlyt kapott az együttműködés. Spontán módon támogatták egymást a tanulási folyamatban. Aktivitásuk, motiváltságuk egyenletessé vált, a csoportszabályok belsővé váltak, mindezért be is tartották azokat. A foglalkozáson megjelenő konfliktusok száma csökkent, ugyanakkor egyre oldottabbá vált a lég-kör. A szexuális abúzus prevenció témakörét – egyes tagok érintettségére való tekintettel- szituációs játék- keretben helyeztem el, bábok segítségével távolítva a személyes bevonódás lehetőségét – ezzel együtt az újra traumatizálódás esélyét is. A fókusz az én-erő hangsúlyozásán, a helyzetfelismerésen, az egyéni ügyesség-, kreativitás-, megküzdés hatékonyságán tartottam. Szerepjátékukban megjelentek az saját érintettségük elemei és ennek kapcsán az élményfeldolgozás sajátosságai. Mindezek miatt az információ átadásról a stabilan megtartó, biztonságosan befogadó csoport légkör megteremtése vált központi jelentőségűvé. A szex-, várandósság –, védekezés témakörön belül újra felidéztek a korábbi információkat, illetve újra elővettük a korábbi szakirodalmakat, közösen készített tematikus anyagokat.