

Loveact

Living positive and intersectional sexuality education for gender-based violence prevention

SEX

Love Act

Vadovas edukatoriams/ėms



Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga

Loveact

Living positive and intersectional sexuality education for gender-based violence prevention

Vadovas edukatoriams/ėms



Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga

„LoveAct“ – Mokymai kaip gyventi pozityvų ir interseksionalų lytinį gyvenimą siekiant smurto lyties pagrindu prevencijos“ projektas yra bendrai finansuojamas Europos Sąjungos ir įgyvendinamas nuo 2023-03-01 iki 2025-02-28 Italijoje, Prancūzijoje, Graikijoje, Lietuvoje, Belgijoje, Kipre, Ispanijoje ir Baskų kraštuose.

Projekto numeris – 101094068 – LOVEACT

Projekto koordinatorius – CESIE, Italija

Projekto partneriai:

- „Elan Interculturel“, Prancūzija;
- CSI, Kipras;
- „Symplexis“, Graikija;
- DDG, Lietuva;
- „The Square Dot Team“, Belgija;
- „InteRed“, Ispanija;
- UPV / EHU, Baskija.

Autoriai:

Francesca Barbino, Alice Valenza, Shu De Francesco, Gea Di Bella – CESIE, Italija;

María Alonso Salmerón, Carla Johannes, Robin Kindler, Salomé Darrigrand ir komanda Brûlant.e.s – „Elan Interculturel“, Prancūzija;

Sofia Constantinou, Katerina Louvari – CSI, Kipras;

Filippos Paganis, Greg Chryssikos – Symplexis, Graikija;

Lina Januškevičiūtė, Kęstutis Grumodas – DDG, Lietuva;

Michalis Karakonstantis ir Elissavet Lykogianni –The Square Dot Team, Belgija;

Alba Gómez Gil, Elena Alfageme, Eloísa Chao – „InteRed“, Ispanija;

Nahia Idoiaga, Idoia Legorburu – UPV / EHU, Baskija

Padėkos

Šį vadovą parengė „LoveAct“ partneriai, turėdami tvirtą bendrakūrybinę intenciją, kuri prasidėjo sukūrus 6 bendrakūrybines darbo grupes, sudarytas iš projekto partnerių ir visuminio lytiškumo ugdymo (angl. CSE) ekspertų, vadinamųjų ekspertų mokymų vadovų, kuriuos koordinavo pagrindinis partneris CESIE ir veiklos vadovas „Elan Interculturel“. Pirmoji vadovo versija buvo išbandyta 2023 m. gruodžio mėn. Atėnuose (Graikija) vykusiame „Symplexis“ organizuotame jungtiniame darbuotojų susitikime, vėliau ją peržiūrėjo projekto komanda.

Esame ypač dėkingi šiems Palerme, Paryžiuje, Nikosijoje, Atėnuose, Vilniuje, Levene ir Madride veikiančių įvairių nacionalinių lytiškumo ugdymo tarybų nariams, kurie vertingai prisidėjo prie rengimo proceso teikdami informaciją, recenzijas, atsiliepimus ir kitą techninę pagalbą:

Giada Saguto (tarptautinė konsultantė), Lidia Oteri (Arcigay Palermo) ir „Disability Pride Palermo“; Stalo Lesta (tyrėja, mokytoja, konsultantė), Stalo Evaggelou (mokytoja, dirbanti su jaunuimu); Louise Lavallée (lyčių lygybės tyrėja); Seungjoo Bae (lytiškumo ugdymo mokytojas); Valentin Lehmann (mokytojas); Assiatou N’Gagiko (konsultantė); Alina Martinkutė-Vorobej (psichologė); Vaiva Misiūnaitė (psichologė); Jogaila Vaitekaitis (edukologas).

Taip pat labai dėkojame kolegoms iš Bilbao pedagogikos fakulteto, Baskijos universiteto UPV/EHU ir KideON tyrimų grupės.

Taip pat dėkojame CESIE Jaunimo patariamajai tarybai, kuri pirmoji įvertino tekstus iš jaunimo perspektyvos ir patarė, kaip geriau pasiekti pagrindinę tikslinę auditoriją.

Tekstą redagavo ir koregavo Giulia Di Gilio, CESIE, Italija. Grafinį dizainą ir iliustracijas kūrė dailininkė Marianna Giuliana, CESIE, Italija.

Turinys

Pratarmė	6
Jvadas.....	10
Jūsų vaidmuo visuminiame lytiškumo ugdyme.....	10
1) Edukaciniai tikslai	12
2) Savarankiškas vertinimas	12
3) Patarimai – bendrosios pozicijos rengimas.....	13
4) Siūloma veikla	20
5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas.....	23
Kelionė po santykius	25
1) Edukaciniai tikslai	25
2) Savarankiškas vertinimas	25
3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas.....	26
4) Siūloma veikla.....	28
5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas.....	31
Tapatybės supratimas	33
1) Edukaciniai tikslai	33
2) Savarankiškas vertinimas	33
3) Patarimai– Bendrosios pozicijos rengimas.....	34
4) Siūloma veikla	37
5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas.....	39

Smurto lyties pagrindu prevencija..... 41

1) Edukaciniai tikslai	41
2) Savarankiškas vertinimas	41
3) Patarimai– Bendrosios pozicijos rengimas.....	42
4) Siūloma veikla	47
5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas.....	49

Sveikata..... 53

1) Edukaciniai tikslai	53
2) Savarankiškas vertinimas	53
3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas.....	54
4) Siūloma veikla.....	57
5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas.....	59

Lytiškumas ir kultūra..... 61

1) Edukaciniai tikslai	61
2) Savarankiškas vertinimas	61
3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas.....	62
4) Siūloma veikla.....	63
5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas.....	66

Lytiškumas ir negalia 69

1) Edukaciniai tikslai	69
2) Savarankiškas vertinimas	69
3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas.....	70
4) Siūloma veikla	72
5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas.....	74

Partners 78

Pratarmė

Šis „Skaitmeninis vadovas“ parengtas pagal projektą „**LoveAct**“, kuriuo siekiama sumažinti smurto lyties pagrindu ir smurto paauglių romantiniuose santykiuose riziką, **suteikiant paaugliams, tėvams ir švietimo darbuotojams visuminio lytiškumo ugdymo** žinių ir kompetencijų .

„LoveAct“ tikslas:

- kartu sukurti aukštos kokybės, įrodymais paremtas, interseksionalias ir daugeliui tikslinių grupių, įskaitant paauglius, šeimas ir švietimo darbuotojus, patrauklias visuminio lytiškumo ugdymo (angl. CSE) priemones.
- mokyti mokytojus, edukatorius, tėvus ir apskritai suaugusiuosius, kaip spręsti su smurto lyties pagrindu, stereotipais ir normomis susijusias problemas tarp paauglių;
- sudaryti paaugliams galimybes kurti saugius ir sveikus santykius bei savo gerovę vadovaujantis visuminiu lytiškumo ugdymu;
- didinti visuminio lytiškumo ugdymo, kaip prevencinės priemonės prieš smurtą lyties pagrindu, žinomumą.

Tarp numatytų šiame projekte **veiklų** siūlome:

- švietimo, informavimo ir tinklų kūrimo priemonės bei medžiagą apie lytinį švietimą, kurias galima rasti internetinės platformos skirsnyje Pokalbiai apie lytį;
- 7 Europos miestuose įsteigtas **lytiškumo ugdymo tarybas**;
- **bendrą kūrybinę ir mokomąją veiklą** paaugliams ir šeimoms, skirtą jų asmeninėms istorijoms ir prisiminimams, susijusiems su jausmais ir lytiškumu, tyrinėti, taip pat konkrečioms žinioms apie seksualumą ir jausmus įgyti;
- tarptautinius ir vietinius **mokymo seminarus** specialistams, skirtus susipažinti su visuminiolytiškumo ugdymo metodikomis, metodais, veikla ir priemonėmis;

- **renginius ir socialinės žiniasklaidos akcijas**, skirtus informacijai apie lytiškumo ugdymą skleisti.

Šis **Vadovas edukatoriams** – teorinis ir praktinis įrankis edukatoriams ir pedagogams, padėsiantis jiems dėstyti išsamią lytiškumo ugdymo programą 12–18 metų jaunuoliams klasėje bet kurioje kitoje švietimo įstaigoje.

Jis papildo „**LoveAct**“ **skaitmeninį vadovą**, kuris yra atvirai prieinamas, daugialypės terpės, patogus naudoti, išmanus, skaitmeninis visuminio lytiškumo ugdymo vadovas, sukurtas ne tik kaip **jaunų žmonių savarankiško mokymosi priemonė**, kurioje jie galėtų lengvai ir prieinamai rasti rekomendacijas ir informaciją, bet ir kaip **priemonė jums**, kaip edukatoriui, **kurią** galima derinti su šiame vadove siūloma tiesiogine neformalia veikla ir praktiniais patarimais.

„LoveAct“ skaitmeninį vadovą ir vadovą edukatoriams sudaro **6 moduliai**.

- **1 modulis – Kelionė po santykius** nagrinėja santykius, jų dinamiką, ribas ir ryšius. Jame apibūdinami sveiki santykiai, padedama orientuotis lytiniuose ir romantiniuose santykiuose bei nagrinėjama šeimos santykių įvairovė.
- **2 modulis – Lyčių supratimas** supažindina su lytinių tapatybių ir išraiškų, seksualinės orientacijos ir kitų su lytimi ir lytine tapatybe susijusių savybių įvairove.
- **3 modulis – Smurto lyties pagrindu prevencija** nagrinėja smurto lyties pagrindu temą, įsigilinant į pagrindines priežastis ir pasekmes. Modulyje kalbama apie sutikimą ir padedama saugiai naršyti interneto aplinkoje.
- **4 modulis – Lytinės sveikatos supratimas** kalba apie lytinę sveikatą, apibūdinama lytinė branda ir anatomija, kontracepcijos metodai, lytiškai plintančios infekcijos (LPI), menstruacijos ir daugelis kitų su sveikata susijusių temų.
- **5 modulis – Lytiškumas ir kultūra** modulyje aiškinamasi, kaip kultūriniai aspektai veikia mūsų santykį su lytiškumu, aptariama daugialypė (interseksionali) diskriminacija, kultūrinės normos, kūno įvaizdis ir religijos įtaka.
- **6 modulis – Negalia ir lytiškumas** kalba apie tai, kaip žmonės su negalia orientuojasi lytiniuose santykiuose, gilinantis į struktūrines ir socialines kliūtis mūsų visuomenėje.

Skaitmeniniame vadove jaunimui suteikiamos **teorinės žinios apie** kiekvieną iš šių modulių (panaudojant tekstus, citatas, garso įrašus, trumpus vaizdo įrašus, infografiką ir iliustracijas), o Vadovo edukatoriams moduliai parengti siekiant padėti švietimo, mokymo ir sveikatos priežiūros specialistams rengti ir įgyvendinti visuminio lytiškumo ugdymo programas mokyklose ir už mokyklos ribų, vadovaujantis **naujausiais tarptautiniais visuminio lytiškumo ugdymo metodais**.

- > **Teisėmis grindžiamas požiūris**, pagal kurį visuminis lytiškumo ugdymas yra žmogaus teisių, t. y., seksualinių ir reprodukcinų, sveikatos ir lyčių lygybės teisių, kurias garantuoja tarptautiniai įstatymai ir deklaracijos, klausimas.
- > **Pozityvus požiūris į seksą**, pagal kurį seksualumas yra teigiamas, džiaugsmingas ir malonus dalykas, kurį reikia priimti be išankstinių nuostatų, baimės ar gėdos, be stigmatos ir tabu. Tačiau nepamirškime, kad ne visiems pradžia yra vienoda. Dažnai gyvename patriarchalinėse sistemose, kurios vadovaujasi struktūrine lyčių nelygybe. Moterys ir mergaitės kartu su LGBTQIA+ asmenimis – labiausiai nuo patriarchato nukentėjusios grupės, nes patiria įvairių formų priespaudą ir smurtą intymioje sferoje. Svarbu nepamiršti, kad vyrai ir berniukai taip pat stengiasi atitikti patriarchalines lyčių normas ir lūkesčius, dėl kurių jie išsiugdo performatyvų požiūrį į seksualumą ir dažnai praranda ryšį su savo intymiuoju „aš“.
- > **Transfeministinis požiūris**, kuriuo pripažįstamos pagrindinės smurto prieš visas lytis priežastys patriarchalinėje ir heteronormatyvinėje visuomenėje ir siekiama dekonstruoti lyčių normas.
- > **Interseksionalus požiūris** atsižvelgia į tai, kad kiekvienas asmuo gali patirti įvairių formų priespaudą ar pranašumą dėl savo daugialypės tapatybės.
- > **Į psichinę sveikatą orientuotas požiūris** pagrįstas supratimu, kad traumos gali paveikti asmens neurologinę, biologinę, psichologinę ir socialinę raidą, ir rūpinasi kiekvieno žmogaus jautrumu ir individualumu.
- > **Tinkamumo pagal amžių požiūris** atsižvelgia į skirtingą amžių ir raidą, todėl su lytiškumu susiję dalykai, kurių mokomės būdami vaikai, paaugliai, jaunuoliai, suaugusieji ir net pagyvenę žmonės, skiriasi.
- > **Visuminis ir visa apimantis požiūris** suteikia informacijos apie sveikatą, žinių, įgūdžių ir vertybių, padedančių priimti sveikatą gerinančius sprendimus ir elgtis nepriklausomai nuo lyties, etninės kilmės, klasės, seksualinės orientacijos ar gebėjimų.
- > **Įrodymais pagrįstas požiūris** derina mokslinius tyrimus su patirtimi ir žiniomis, siekiant kuo geriau patenkinti auditorijos poreikius, atsižvelgiant į kultūros pokyčius, duomenis ir naudotojų nuomonę.

- > **Malonumu grįstas požiūris** remiasi prielaida, kad malonumas – tai laimės ir pasitenkinimo jausmas, ir toks požiūris siekia suteikti jauniems žmonėms geriausią galimybę patirti laimingą lytinį gyvenimą.

Kiekvieną modulį sudaro:

- > **edukaciniai tikslai:** ko išmoksite moduliuose ir ką perduosite jaunimo grupei, su kuria dirbsite;
- > **savarankiškas vertinimas:** į ką turėtumėte atsižvelgti kiekvieno modulio temose, susijusioje su jūsų esybe ir vaidmeniu (asmeninės ir profesinės nuostatos);
- > **patarimai – bendrosios pozicijos rengimas:** kaip geriausiai pristatyti temas, pradėti diskusijas ir vykdyti veiklą su tiksline grupe;
- > **siūloma veikla:** maždaug **10 praktinių užsiėmimų** modulyje, leidžiančių susipažinti su teorinėmis sąvokomis per neformalųjį ugdymą. Kiekviena veikla išsamiai aprašyta **Užsiėmimo apraše**, kuriame yra:
 - **praktinė informacija apie** tai, kaip pasirengti veiklai (laikas, dalyvių skaičius, reikalinga medžiaga, tikslai);
 - išsamios **instrukcijos**;
 - **patarimai** kaip organizuoti veiklą ir kaip pradėti su ja susijusias diskusijas, kaip užtikrinti, kad į veiklą labiau įsitrauktų žmonės su negalia ir kaip apibendrinti ir užbaigti veiklą.);
 - papildomi **teoriniai orientyrai ir šaltiniai**, skirti temai giliau įsisavinti.
- > **Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas:** kaip suplanuoti 2 valandų užsiėmimą pagal kiekvieną temą, panaudojant kai kurias iš siūlomų veiklų.

Įvadas

Jūsų vaidmuo visuminiame lytiškumo ugdyme

Daugelis jaunų žmonių vaikystėje, paauglystėje ir jaunystėje gauna **prieštarinę, neigiamą ar painią informaciją apie** seksualumą – bendrinę sąvoką, apimančią visus aspektus, susijusius su gimimo metu priskirta lytimi, lytine tapatybe ir vaidmenimis, erotika, malonumu, intymumu, reprodukcija, seksualine orientacija, prieraišumu, santykiais, pasitikėjimu savimi, savigarba ir t. t.), arba iš **viso negauna jokios informacijos** šia tema. Daugelis mokyklų ir kitų švietimo įstaigų vis dar negali arba nenori įgyvendinti visuminio lytiškumo ugdymo programų: daugelyje Europos šalių vis dar trūksta kokybiško, pozityvaus, mokymo programomis pagrįsto visuminio lytiškumo ugdymo mokyklose ir apskrityse.

Antra vertus, **edukatoriai ir mokytojai** bei šeimos gali neturėti žinių arba nesijausti pasirėngę mokyti apie **lytiškumą**, nes galbūt neturi **tinkamo pasirėngimo**, kaip kalbėti apie seksualumą, kaip jį mokyti, bet taip pat gali būti, kad jie mokėsi iš **abejotinų šaltinių**, pavyzdžiui, filmų, pornografijos, interneto ar šališkų veikėjų, kurie prisidėjo prie klaidingų ir pasenusių įsitikinimų įtvirtinimo. Taigi, kaip suaugęs asmuo, atliekantis ugdymo funkciją, galbūt jau esate susidūręs su **lytiškumo keliamais iššūkiams** klasėje, šeimoje ar kitoje aplinkoje ir pastebėjote, kad **niekas nenori jų spręsti**.



Kodėl jums gali prireikti Vadovo edukatoriams?

Taigi, jei jūsų rankose yra šis vadovas, greičiausiai jūs norite įveikti šiuos iššūkius, tikite, kad **visuminis lytiškumo ugdymas turėtų pasiekti visas mokyklas ir mokymosi aplinkas**, taigi, norite padėti jaunimui organizuoti mokymosi veiklą, kad jie gautų tikslią, įrodymais pagrįstą informaciją, t. y. duomenis, kurie yra paremti didelio masto moksliniais tyrimais. Pagrindinis mūsų Vadovų tikslas – suteikti jums, suaugusiems edukatoriams, **savianalizės įgūdžių**, kad galėtumėte geriau apibrėžti savo vaidmenį lytiškumo ugdymo srityje, taip pat **praktinių priemonių ir patikimų šaltinių**, kurie padėtų kuo sąmoningiau ir pozityviau atsakyti į klausimus ir nagrinėti jautrias su lytiškumu susijusias temas mokyklose, šeimose ar kitose ugdymo aplinkose, o svarbiausia – skatinti jaunimo **savarankiškumą, kritinį mąstymą ir emancipaciją** atskleidžiant jų lytiškumo ir tarpasmeninių santykių prioritetus.

Manome, kad visuminis lytiškumo ugdymas gali būti veiksmingas tik tada, jei jis bus **interaktyvus, ugdomas taikant neformaliosios pedagogikos metodus, asmeninį betarpišką bendravimą, atviras grupines diskusijas**, kurioms vadovauja edukatoriai, taip pat turime rūpintis asmens psichologine raida ir gerove. Neformalusis ugdymas – tai nesusiję su formaliojo ugdymo programa, suplanuoti, struktūrizuoti procesai, skirti įvairiems įgūdžiams ir gebėjimams įtvirtinti ir tiesiogiai įtraukiantys dalyvius. Tai – puiki priemonė ledams pralaužti, paskatinti dialogą bei dalyvavimą, ypač kai kalbama jautriomis temomis.

Taigi, sugriaukime visus tabu ir pakalbėkime apie tai. Taigi, pradėkime!



1) Edukaciniai tikslai

- > Supažindinti su visuminio lytiškumo ugdymo **turiniu ir tikslais**.
- > Skatinti **teigiamą** savo ir bendrai patiriamo lytiškumo **patirtį**.
- > Kovoti su **mitais, klaidingais įsitikinimais ir** su lytiškumu susijusiais **tabu**.
- > Pradėti griauti su lytimi, lytiškumu ir santykiais susijusį **normatyvumą**.
- > Paaiškinti, kaip svarbu **gauti tikslią, naujausią, amžių ir raidą atitinkančią, į lyčių aspektą atsižvelgiančią ir kultūrinio požiūriu tinkamą informaciją** apie seksualumą.
- > Skatinti **savęs pažinimą ir savigarbą** bei kitus su lytiškumu susijusius gyvenimo įgūdžius.
- > Supažindinti kaip svarbu **priimti** bet kokią įvairovę, susijusią su kūnu, šeima, santykių modeliu, lytine tapatybe ar išraiška, seksualine orientacija, lytinėmis savybėmis, gebėjimais, rase ir (arba) etnine kilme, kilmės šalimi, amžiumi ir kt.

2) Savarankiškas vertinimas

- > Ar mano nuomone, mano gyvenime įgytas lytiškumo ugdymas yra pakankamas? *Pagalvokite, ką būtumėte norėję žinoti, pavyzdžiui, apie seksualinę ir romantinę patirtį, kai buvote jaunas žmogus. Kas nutiko iš tikrųjų?*
- > Iš kokių pagrindinių šaltinių gavau informaciją apie seksualumą? Kokie yra pagrindiniai šaltiniai ir kaip dabar įsivaizduoju visapusišką lytiškumo ugdymą?
- > Kaip sekasi visapusiškai ugdyti lytiškumą? Ar pakankamai gerai suprantu savo, pirmiausia kaip žmogaus, o paskui kaip edukatoriaus, vaidmenį sprendžiant su jaunimu susijusius visuminio lytiškumo ugdymo klausimus?
- > Ar jaučiuosi pasiruošęs visuminiam lytiškumo ugdymui? Ar anksčiau mokiausi, kaip dėstyti visuminį lytiškumo ugdymą?
- > Kuriose srityse turiu atnaujinti žinias? Kuriose srityse, mano manymu, turiu daugiausia informacijos ir kurios gali būti laikomos mano stipriosiomis pusėmis?

3) Patarimai – bendrosios pozicijos rengimas

Prieš pradėdant naudoti vadovą:

- > **Pasiruoškite griaudami tabu!** Negalime pamiršti, kad dauguma suaugusiųjų augo aplinkoje, kurioje seksualumas buvo tabu, kurioje socialinės normos (dažnai su moraliniu ar religiniu atspalviu) panaikino bet kokius skirtumus ir kurioje gauti teisingą informaciją buvo labai sudėtinga, kurioje buvo daugybė klaidingų įsitikinimų, seksistinių stereotipų ir dezinformacijos. Todėl, prieš atsistodami prieš klasę, skirkite laiko **užduoti sau klausimus**, įvertinti savo dabartines mintis, atnaujinti duomenis ir užbaigti (ar bent jau pradėti) dekonstrukcinį procesą.
- > **Pasiruoškite temas.** Svarbu, kad jūs asmeniškai jaustumėtės patogiai kalbėdami apie seksualumą, todėl rekomenduojame prieš kiekvieną susitikimą perskaityti kuo daugiau šaltinių, pasiruošti galimiams, net ir netikėčiausiems klausimams, į kuriuos atsakymus turėtumėte rasti tinkamu laiku. Taip pat pagalvokite, kokį netikėčiausią klausimą galėtumėte išgirsti ir kaip į jį atsakytumėte.
- > Tačiau **išjūsų nesitikima, kad būsite lytiškumo ugdymo ekspertas!** Gan populiarus įsitikinimas, kad bet kuris švietimo darbuotojas, norėdamas dėstyti lytiškumo ugdymą, turi žinoti viską, kas teoriškai ir praktiškai susiję su lytiškumu – mums tai neturi prasmės! Priešingai, mes manome, kad **kiekvienas ugdo lytiškumą**, net jei to nepastebi. Savo buvimu, elgesiu ir pasisakymais apie gyvenimą, kaip žmonės su savo socialine, šeimynine, ekonomine padėtimi, lytimi, amžiumi ir t. t., mes visi atliekame tam tikrą vaidmenį: jūs, kaip edukatorius, galite lengvai imtis savo vaidmens ten, kur jaučiatės patogiai, – jūs tikrai prisidėsite prie jaunimo lytiškumo ugdymo ir paprašysite profesionalios pagalbos, jei pastebėsite, kad jums jos gali prireikti. Žinoma, galite dažnai ieškoti naujos informacijos, tačiau jums nebūtina žinoti visko, kas susiję su lytiškumu. Iš tiesų, labai tikėtina, kad **nežinosite atsakymo į kokį nors klausimą** (arba į kelis klausimus). Tokiais atvejais galite atvirai prisipažinti, pasinaudoti situacija ir paklausti apie tai klasės arba kartu ieškoti atsakymo; arba galite užduoti tą patį klausimą jį uždavusiam asmeniui. **To paties klausimo uždavimas** padeda įvertinti konkrečios temos žinias ir patikrinti, ką asmuo tiksliai nori sužinoti. Tai padeda mums užtikrinti, kad grįžtamasis ryšys atitiktų amžių, o vaikai ir paaugliai jaustųsi šios veiklos dalyviais. „*Kaip manote, kas tai yra „x“? „Ką girdėjote apie „x“?“* arba „*Ką žinote apie „x“?*“ – tai skirtingi būdai, kaip tą padaryti. Be to, nedvejodami naudokitės visais **turimais ištekliais** (žinoma, pateiktais šiuose vadovuose) arba kurkite medžiagą pagal savo poreikius!

- > **Apgalvokite savo vaidmenį:** būtų įdomu pradėti žinant faktą, kad turėdami **savo profesinę ir asmeninę tapatybę:** ar įmanoma palaikyti tokią atskirtį? Kur yra jūsų asmeninės ribos? Ar žinote, kur yra jūsų komforto zona? Užuo tapę „tinkamais“ lytiškumo ugdymo pedagogais, visi turėtume pasistengti išdrįsti nagrinėti temas iš mūsų visų gyvenimo, kaip rūpintis **savo gerove, kūnu ir siela,** kaip kurti patikimus ir sveikus santykius, ką manome apie meilę, kas yra mūsų tapatybė, kaip nustatyti ir perteikti savo pageidavimus ir ribas, kaip susidoroti su žiniasklaidos įtaka, kaip geriau suvokti galios dinamiką asmeniniame gyvenime ar kaip jausti džiaugsmą ir malonumą kasdienybėje. Šie klausimai skirti ne tik „jaunajai kartai“. Yra daugiau ar mažiau patyrusių žmonių, kurie užmezga dialogą ir kartais tai net neturi nieko bendra su amžiumi.
- > Susipažinkite **su savo grupe,** jos dinamika ir dalyviais! Kuo geriau pažinsite savo grupę, tuo geriau galėsite suprasti jos poreikius, susijusius su visuminiu lytiškumo ugdymu. Be to, visada skirkite laiko pristatyti temą, kuria diskutuosite, kad paruoštumėte jai grupę.

Naudodami vadovą:

- > **Investuokite laiko bendrai saugiai erdvei ir mokymosi aplinkai sukurti,** kad įgytumėte jaunuolių, su kuriais bendraujate, pasitikėjimą ir paskatintumėte **pasitikėjimą skatinančius** atvirus dialogus šiomis temomis. Kai kurie mūsų siūlomi įvadiniai užsiėmimai padės grupei įsitraukti į bendrą mąstymo procesą ir nusistatyti savo taisykles;
- > Surenkite keletą malonių, laisvų, pagarbių ir įtraukiančių **susipažinimo užsiėmimų,** kuriuose žmonės galėtų užduoti klausimus, dalyvauti ir dalytis savo patirtimi nebijodami būti pasmerkti. Siūlomos bendrojo pobūdžio temos, skirtos gerai atmosferai grupėje sukurti, bei temos lytiškumo tema. Pirmuoju atveju, nors iš pradžių jaunieji dalyviai gali nesuprasti užsiėmimo prasmės, tačiau netrukus susiformuos pasitikėjimu grįsta aplinka; antruoju atveju naudinga pradėti įvardyti su lytiškumo tema susijusius žodžius, nors tai gali atrodyti beprasmiška;
- > Įspėjimai dėl galimų emocijų. Prieš pradėdami užsiėmimą, galite įspėti grupę, kad kai kurios analizuojamos temos gali būti nemalonios, nepatogios ir kelti neigiamų jausmų. Priminkite dalyviams, kad visos kylančios emocijos yra tinkamos ir sveikos. Be to, leiskite dalyviams pasirinkti, ar likti su savo emocijomis ir kalbėti apie savo išgyvenimus, ar bet kuriuo metu išeiti iš užsiėmimo, jei jie jaučiasi prislėgti arba jei jiems tampa per sunku. Tokiu atveju nepalikite jaunuolio vieno – pakvieskite jį pasikalbėti po užsiėmimo. Gali būti, kad per pokalbį jaunuolis jums atsivers ir papasakos apie traumuojančią patirtį, apie kurią turėtumėte pranešti atitinkamoms institucijoms;

- > **Atminkite, kad kiekvieno jaunuolio patirtis yra skirtinga**, todėl labai svarbu šias temas pateikti jautriai ir saugioje aplinkoje. Gali būti, kad grupė nustos su jumis bendradarbiauti – galbūt tai vienintelis būdas, kuriuo moka reaguoti į tokią temą. Vis dėlto svarbu suprasti, kad jaunų žmonių žinias ir pasaulėžiūrą formuoja tėvai, globėjai, bendraamžiai, artimieji, draugai, žiniasklaida ir socialiniai tinklai, todėl jų reakcija į pristatomas temas gali būti skirtinga. Labai svarbu išlikti nuosekliems ir ramiai pristatyti tai, ką suplanavote. Kartais rekomenduojami metodai gali ir neveikti – tokiais atvejais galite pakeisti užsiėmimo struktūrą, metodų trukmę arba temas. Diskusijose ir apmąstymuose svarbu naudoti klausimus, į kuriuos galimi keli atsakymai ir kurie yra orientuoti į mokinių patirtį. Kalbėdami nepamirškite vartoti teiginių „aš“. Kai visi sakiniai pradedami žodžiu „aš“, pavyzdžiui, „Aš nesutinku su šiuo teiginiu“, užuot saktus „Tu esi melagis“, tai skatina pagarbą ir atvirumą grupėse, užtikrina saugią erdvę net ir labai jautrioms diskusijoms;
- > Įsitikinkite, kad visi dalyviai laikosi taisyklių. Labai svarbu rodyti **pavyzdį ir gerbti nuomonių, idėjų, jausmų, kultūrų** ir kt. įvairovę. Nei vieno žmogaus nesmerkite ir nesišaipykite iš jo, užtikrindami, kad visi elgtųsi taip pat;
- > Nepamirškite, kad nebūtinai turite būti ekspertas, bet neabejotinai esate **pavyzdys**, todėl turėtumėte būti pasirengęs (kartais net ir pasibaigus užsiėmimui) **suteikti paramą ir palaikyti emociškai**. Gilinantis į lytiškumo klausimus kartais tenka atsiverti prisiminimams, jausmams ir emocijoms, todėl gali prireikti papildomos paramos. Jei reikia, nedvejodami kreipkitės pagalbos. Be to, edukatoriai turėtų mokėti atpažinti ypač jautrius atvejus, pavyzdžiui, smurto lyties pagrindu ar seksualinės prievartos patirtį, kad galėtų įvertinti šių žmonių poreikius ir pakartotinai netraumuotų (nesijaudinkite, perskaite šį vadovą, tikrai to išmoksitė!);
- > **Dėmesį sutelkite į struktūrines ir bendras**, o ne asmenines **problemas**. Tai gali būti labai svarbu, pavyzdžiui, kalbant apie smurtą. Svarbiausia – ne nagrinėti konkretų atvejį, o pabrėžti **makroaplinkos veiksnius**. Pedagoginiu požiūriu jaunuoliai, kurie gali būti išsiugdę smurtinės nuostatos ar elgesį, geriau reaguos ir bus labiau linkę keisti šias nuostatas ir elgesį, jei nesijaus tiesiogiai kaltinami ar puolami. Galimybė iš išorės pažvelgti į struktūrinius ir bendrus veiksnius padės jiems lengviau suvokti savo veiksmų žalą ir blogas pasekmes;
- > Įvertinkite **„kaltės“ jausmą**, kurį kai kurie gali patirti ir pasistenkite kiek įmanoma įsigilinti į jo šaknis. Dažniausiai kaltė yra susijusi net ne su asmenine atsakomybe, o su socialiniais introjektais, kurie mums daro spaudimą;
- > Kaip mokytojai pasinaudokite savo dėstomo dalyko privalumais ir įtraukite lytiškumo ugdymą į savo mokymo programą! Jei esate kalbos mokytojas, jūsų dėstomas dalykas gali suteikti puikią erdvę kalbėti apie kasdienėje kalboje

sutinkamus seksistinius stereotipus; jei esate biologijos mokytojas, taip pat galite nagrinėti lytinės anatomijos ar lytinės sveikatos klausimus; jei esate matematikos mokytojas ir manote, kad seksualumas neturi nieko bendra su jūsų dėstomu dalyku, atkreipkite dėmesį į vadovėlyje pateikiamus uždavinių simbolius ir pabandykite ieškoti lyčių vaidmenų ir stereotipų... Kaip vaizduojami vyrai ir moterys? Kas eina nusipirkti obuolių ir kas vairuoja automobilį tam tikru greičiu?;

- > **Pasidalykite ir savo patirtimi!** Žinoma, saugokite savo intymią erdvę tiek, kiek norite ar kiek jums reikia, bet jei galite prisiminti kokį nors anekdotą iš praeities arba esate išgyvenę kokią nors situaciją, kuri, jūsų manymu, gali būti vertinga pamokai, nedvejodami ją papasakokite. Pradžioje nustatytos taisyklės turėtų galioti ir suaugusiesiems;
- > Pritaikydami užsiėmimą apie **lytiškumą jaunuoliams su negalia**, nepamirškite, kad yra daug įvairių negalių: nesistenkite visiems be išimties taikyti tą patį, įvertinkite jų būklę ir, atsižvelgdami į ją pritaikykite turinį ir formą pagal konkrečius poreikius. Atminkite, kad kiekvienas žmogus turi lytinę tapatybę. Ši taisyklė galioja ir žmonėms su bet kokia negalia;
- > Stenkitės vengti **adulcentrizmo**, t. y. požiūrio, kad suaugusiųjų perspektyva yra teisinga. Stenkitės būti empatiški ir įsijausti į jaunų žmonių situaciją, mąstydami iš vaiko ar paauglio pozicijų. Kokios pagrindinės juos neraminančios problemos, susijusios su jų lytiškumu? Kokie yra jų poreikiai? Ką jie mėgsta daryti? Kokie įgūdžiai jiems galėtų būti naudingi?
- > Galiausiai visada prisiminkite, kad net ir tada, kai sąmoningai nevykdome lytiškumo ugdymo veiklos, mes **siunčiame žinią!** Geriausia, jei ši žinia būtų suderinta su:
 - **interseksionali ir nediskriminuojančiu požiūriu**, kai visi jaunuoliai jaučiasi atstovaujami, taigi ir nediskriminuojami pagal jų kūnus, tapatybes, išraiškas, kultūrinę ir socialinę kilmę;
 - **pozityvius požiūris į seksą**: seksualumas neturėtų būti traktuojamas kaip tabu, o kaip natūrali kiekvieno žmogaus dimensija, kurios pažinimas gali turėti tiesioginės įtakos mūsų gerovei ir malonumui. Be to, į seksą turėtų būti žiūrima ne tik iš rizikos prevencijos perspektyvos, bet ir kaip į teikiantį malonumą, pozityvų veiksmą.

Apskritai kalbant, šiuo metu egzistuoja trys skirtingi lytiškumo ugdymo modeliai, požiūriai į jį ir su juo susijusios nuostatos:

- 1. draudžiantis požiūris:** jis grindžiamas teorija, kad kalbėti apie seksualumą yra blogai ir kad seksualumas – individuali bei intymi žmogaus gyvenimo sritis, apie kurią nereikėtų kalbėti.
- 2. leidžiantis požiūris:** bando radikaliai prieštarauti draudžiančiam požiūriui, tačiau nesugeba nustatyti ribų arba prisitaikyti prie kiekvieno asmens ar grupės poreikių, todėl galiausiai tampa pernelyg liberalus;
- 3. augimo požiūris:** atsižvelgia į visas realijas ir jas išryškina, prisitaikydamas prie raidos aspektų, konteksto ir kt. Kai yra kelios galimybės, šis požiūris neteikia pirmenybės nei vienai iš jų, bet labiau pasikliauna kiekvieno asmens individualia atsakomybe ir mokymosi procesu.

Susipažinkime su keletu pavyzdžių:

Draudžiantis požiūris	Leidžiantis požiūris	Augimo požiūris
Neheteroseksualios seksualinės orientacijos nėra išėitis.	Kiekvienam žmogui reikia bendrauti su įvairių lyčių ir lytinių orientacijų žmonėmis.	Kiekvienas žmogus atras savo lytinę orientaciją ir užmegs santykius su tuo, su kuo nori, remdamasis lygybe, sutikimu ir savo noru.
Masturbacija yra blogai ir vaikai neturėtų to daryti.	Vaikai turėtų būti skatinami eksperimentuoti su savo kūnu nepriklausomai nuo aplinkybių.	Vaikai turėtų turėti saugią ir intymią erdvę, kurioje galėtų atrasti teigiamus ir malonius kūno pojūčius.
„LGBTQI+ Pride“ diena nebereikalinga	LGBTQI+ bendruomenė turėtų pasirūpinti, kad kiekvieną dieną įvairiose žiniasklaidos priemonėse būtų atkreiptas dėmesys į jų poreikius	LGBTQI+ bendruomenė patiria diskriminaciją, smurtą ir spaudimą dėl seksualinės orientacijos, lytinės tapatybės, lyties raiškos ir požymių (angl. SOGIESC). Kai kuriose šalyse jų padėtis yra geresnė, tačiau vis dar reikia daug nuveikti, kad būtų matoma, gerbiama įvairovė ir kuriama įtrauktesnė visuomenė.

Visuominiame lytiškumo ugdyme primygtinai rekomenduojame vengti draudžiančio ir leidžiamo požiūrio ir verčiau integruoti augimo požiūrį. Šis modelis taip pat skatina kritinį mąstymą, asmeninę atsakomybę ir savarankišką sprendimų priėmimą vadovaujantis gauta informacija.

Po vadovo naudojimo:

- > Nepamirškite užbaigti visų užsiėmimų apibendrinimo sesija: kaip sekėsi? Kaip jautėtės? Jei reikia, galite priminti, kad su jumis galima pasikalbėti arba giliau padiskutuoti;
- > Raskite kolegų, bendraminčių, psichologų ar konsultantų, su kuriais galėtumėte pasidalyti savo, kaip pedagogo, patirtimi, dalytis žiniomis, gerą patirtimi ir išmoktomis pamokomis, užmegzti ilgalaikius ryšius ir sukurti gerą profesionalų tinklą. Nagrinėjant tokias jautrias temas, labai svarbu – intervencija ir priežiūra!;
- > **Pasiruoškite daugybei (papildomų) pokalbių.** Lytiškumo ugdymas pirmiausia ir svarbiausia yra pokalbis. Svarbu pripažinti, kad ateidami į pokalbį apie lytiškumą jauni žmonės dažnai atsineša savo įgytas žinias ir patirtį. Todėl labai svarbu leisti jiems kritiškai įvertinti, papildyti ir pakoreguoti jau turimą informaciją ir patirtį. Tai geriausiai galima pasiekti į jų pasaulį orientuotomis interaktyviomis ir bendromis diskusijomis. Svarbu pasiruošti ne vienam, o keliems pokalbiams – lytinis brendimas prasideda vaikystėje ir yra glaudžiai susijęs su brandos raidos etapais, todėl šią temą su paaugliais teks aptarti ne kartą;
- > Visuminis lytiškumo ugdymas trunka visą gyvenimą: nuolat mokykitės, kaupkite naujas žinias ir užduokite sau klausimus.

Įvairovės ir įtraukties pripažinimas

Įvairovė – neatsiejama žmonijos dalis, todėl įtrauktis yra esminis poreikis ir įsipareigojimas. Todėl į visus mūsų Vadove edukatoriams siūlomus „Užsiėmimų lapus“, įtraukėme skyrių, kuriame nurodysime, **kaip pritaikyti** užsiėmimą, kad išnyktų barjerai ir visi galėtų laisvai dalyvauti. Reikėtų pažymėti, kad terminas „įtrauktis“ liečia ne tik negalią turinčius asmenis, bet ir bet kokią socialinę atskirtį patiriančią socialinę grupę, pavyzdžiui, moteris, LGBTQ bendruomenę ir migrantus.

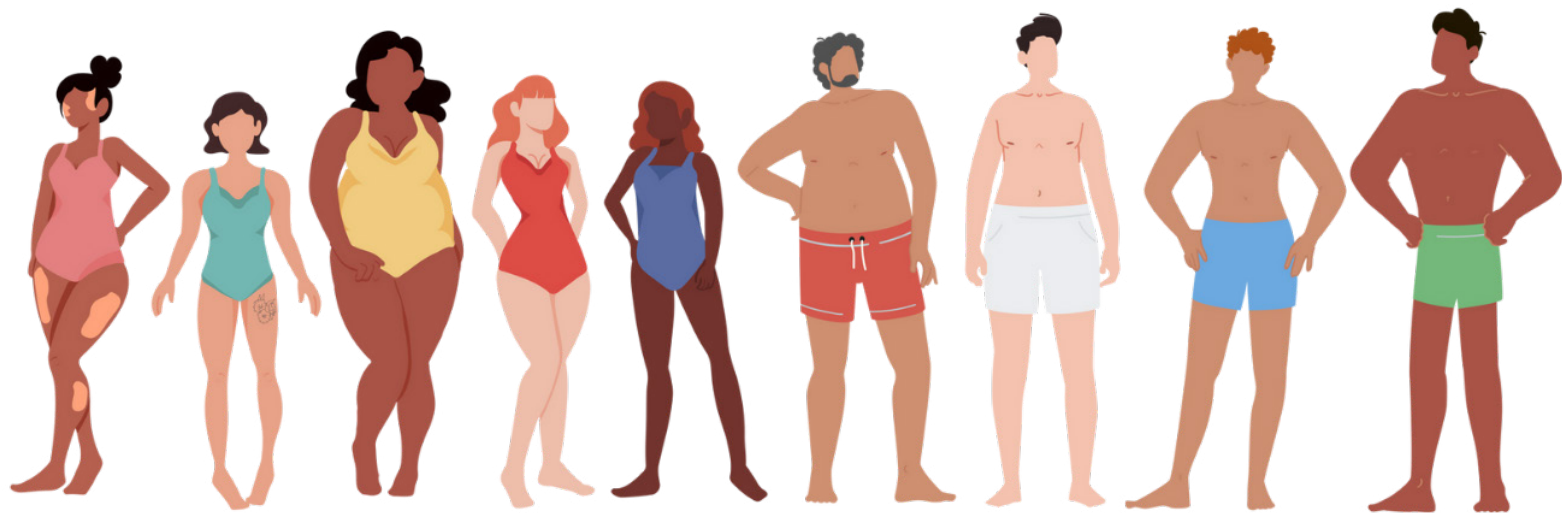
Taigi, visų pirma reikėtų vartoti nediskriminuojančią kalbą, kuri būtų neįžeidžianti, neutrali lyties atžvilgiu ir nekurstytų stereotipų bei prietarų apie įvairias socialines grupes bei sukurti saugią ir draugišką aplinką visiems žmonėms, nepriklausomai nuo jų lyties, fizinių ir protinių gebėjimų, seksualinės orientacijos ir kilmės.

Tikėtina, kad žmonėms su negalia reikės tam tikrų korekcijų, atsižvelgiant į dalyvių fizines ir protines galimybes, kad jie galėtų dalyvauti kuo savarankiškiau ir be kitų pagalbos. Būtent:

- > judėjimo negalią turintiems žmonėms: pritaikykite užsiėmimą taip, kad jiems reikėtų mažiau judėti;
- > žmonėms su regos sutrikimais: kiekvieną žingsnį pasakykite žodžiais, jei reikia, naudokite garsinius signalus, o jei yra vaizdo įrašų ir (arba) paveikslėlių, papasakokite, ką matote;
- > klausos negalią turintiems žmonėms: naudokite rašytinius nurodymus, įsitikinkite, kad naudojami vaizdo įrašai yra su subtitrais, stenkitės naudoti vaizdinius signalus, jei užsiėmime naudojami garsiniai signalai;
- > intelekto ir (arba) pažinimo sutrikimų turintiems žmonėms: nurodymus pateikite kuo paprasčiau ir aiškiau, jei reikia, skirkite daugiau laiko, naudokite instrukcijas su paveikslėliais.

Verta paminėti, kad daugelis pirmiau išvardytų pritaikymo galimybių yra naudingos ir žmonėms su negalia. Pavyzdžiui, paprastas ir aiškus veiklos apibūdinimas taip pat bus naudingas migrantams, kurie gali gerai nemokėti kalbos. Dėl to, taip pat siekiant išmokyti mokinius, kaip užtikrinti, kad veikla būtų nediskriminuojanti, siūloma daugelį pritaikymo galimybių naudoti net ir tuo atveju, jei grupėje nėra žmonių su negalia.

Be to, jei nusprendėte panaudoti kokią nors pritaikymo galimybę kokiam nors asmeniui, jį turėtų naudoti visi dalyviai, kad toks asmuo nesijaustų atskirtyje ir nesigėdytų. Pavyzdžiui, jei užduotyje nurodyta, kad dalyviai turi atsistoti, bet vienas dalyvis atsistoti negali, turėtumėte pakoreguoti užduotį taip, kad visi dalyviai sėdėtų.



4) Siūloma veikla

	Veikla	Laikas	Aprašymas	Šaltinis	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis
1	Mes esame unikalūs	20–30 min	Kiekvienas asmuo prisistato pasakydamas savo vardą ir asmeninę savybę ypatybę ar teigiamą bruožą, dėl kurio jie yra unikalūs ir kuris yra jų tapatybės dalis. Tokios asmeninės savybės taip pat yra mūsų lytiškumo dalis, todėl, jas vertindami, geriau pažįstame save ir stipriname savigarbą.	Alba Gomez Gil	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kiti asmens tapatybės aspektai
2	Melagis	20–30 min	Grupės dalyviai suskirstomi poromis. Jiems bus skirta 3–5 minutės prisistatyti. Po to kiekvienas poros narys pristatys savo kolegą kitiems grupės nariams. Pateiktoje informacijoje bus klaidingų duomenų. Likusieji grupės nariai turi išsiaiškinti klaidingą informaciją.	Alba Gomez Gil	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kiti asmens tapatybės aspektai, prietariai
3	LOL (League of Legends) žaidimas	10 min	Šiai veiklai reikės tuščių grindų arba erdvės. Visi dalyviai atsigula ant grindų ir suformuoja „liniją“ arba „kelią“ taip, kad kiekvieno dalyvio galva būtų ant prieš jį esančio asmens pilvo. Pirmasis asmuo garsiai pasako HA, kitas turi pasakyti du kartus HA, pavyzdžiui, HAHA, dar kitas turi pasakyti 3 kartus HA, pavyzdžiui, taip: HAHahaha. Tikslas – kad niekas nesijuoktų, kol neįveiks visos linijos (kas iš tiesų yra labai sudėtinga!).	Adaptuota iš knygos	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

	Veikla	Laikas	Aprašymas	Šaltinis	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis
4	Mūsų erdvė, mūsų taisyklės	30 min	Visi dalyviai suskirstomi į mažesnes darbo grupes (po 4–5 žmones), kurios parengs tam tikras taisykles, užtikrinančias visų dalyvių gerovę užsiėmimų metu. Pasiūlymai bus užrašyti konferencijų lentoje ir pristatyti visai klasei. Visoms grupėms pristacius savo taisykles, bus balsuojama dėl galutinių taisyklių.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Lytis Smurtas lyties pagrindu
5	Įvairovės pripažinimas	10–20 min	Visi dalyviai stovi grupėje. Mokytojas / edukatorius pradeda pasakydamas, kokią įvairovę jis/ji pripažįsta (t. y. šiame užsiėmime aš pripažįstu bet kurį asmenį, nepaisant jo lytinės tapatybės ar raiškos, seksualinės orientacijos, amžiaus, lytinio aktyvumo ir t. t.). Edukatorius (mokytojas) paprašo grupės papildyti sąrašą kita įvairove, kuri dar nebuvo įvardyta.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kiti asmens tapatybės aspektai
6	Budelio žaidimas	20–40 min	Pagrindinėms lytiškumo sąvokoms pristatyti naudosisime klasikinį budelio žaidimą.	Alba Gomez Gil, pagal klasikinį žaidimą „Budelis“.	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Lytis Smurtas lyties pagrindu
7	Visų pirma malonumas	20 min	Dalyviai turės užrašyti ant lapelio veiklą, kuri jiems yra maloni. Tuomet lapeliai su įrašais bus priklijuoti ant konferencijų lentos pagal tos veiklos „pobūdį“.	Alba Gomez Gil	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kiti tapatybės aspektai, emocijos
8	Šviesoforas (Nuomonių linija – įžanginė versija)	20–40 min	Bus užduoti keli klausimai, susiję su klaidingais įsitikinimais ar faktais, o dalyviai turės save priskirti vienai, kitai pusei arba viduriui, priklausomai nuo atsakymų.	Alba Gomez Gil	Vidurinė mokykla	Lytis Smurtas lyties pagrindu

	Veikla	Laikas	Aprašymas	Šaltinis	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis
9	NEST	10–20 min	Ši veikla padeda dalyviams išreikšti savo jausmus, susijusius su tema arba po užsiėmimo. Dalyviai raginami užrašyti ant popieriaus skaičių, emocijų, pojūtį, mintį.	Campaign Bootcamp	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
10	Bendro lytiškumo, intymumo ir sveikų santykių apibrėžimo kūrimas	45 min	Dalyviai suskirstomi į 3 grupes, kurios kurs lytiškumo, intymumo, santykių apibrėžimus, siūlydami ir aptardami susijusius žodžius.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
11	Keiksmažodžiai, su seksu susiję žodžiai	15–30 min	Ant lentos / konferencijų lentos surinksime visus žinomus keiksmažodžius, kad lengviau galėtume diskutuoti ir suprasti, kiek daug keiksmažodžių yra susiję su lytiškumu ir paliečia kitus žmonių tapatybės aspektus.	ISEX	Vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
12	Sekso sinonimai	30–45 min	Tai linksma įžanginė veikla, kurios metu klasė suskirstoma į 4 grupes ir kiekviena iš jų turi rinkti su seksu susijusius žodžius skirtingomis kalbomis: 1. Vaikų kalba; 2. Medicinos kalba; 3. Literatūrinė kalba; 4. Žargonas. Daugiausia žodžių surinkusi grupė taps lytiškumo čempione.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra



5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas

Trukmė	Turinys	Siūloma veikla
30 min	Prisistatymas ir pasitikėjimo stiprinimas	1– Mes esame unikalūs arba 2 – Melagis arba 3 – LOL (League of Legends) žaidimas
30 min	Saugios erdvės kūrimas	4 – Mūsų erdvė, mūsų taisyklės arba 5 – Įvairovės pripažinimas
20 min	Lytiškumo ir afektyvumo įvadas Pažintis su terminais ir sąvokomis	6 – Budelio žaidimas arba 10 – Bendro lytiškumo, intymumo ir sveikų santykių apibrėžimo kūrimas arba 11– Keiksmažodžiai, su seksu susiję žodžiai arba 12 – Sekso sinonimai arba 13 – Žodžiai, vartojami kalbant apie seksą
30 min	Mitai ir klaidingi įsitikinimai prieš faktus ir tikrovę	8 – Šviesoforas arba 7 – Visų pirma malonumas
10 min	Užsiėmimo analizė ir dėmesinga erdvė	9 – NEST





Kelionė po santykius

1) Edukaciniai tikslai

- > Padėti atpažinti santykių įvairovę, pabrėžiant sąžiningo, atviro, lygiaverčio ir pagarbaus **bendravimo**, pagrįsto aktyviu klausymu ir kritiniu mąstymu, svarbą.
- > Padėti jauniems žmonėms suprasti santykių dinamiką **šeimoje, draugystėje ir kituose** santykiuose, įskaitant jų įvairovės supratimą.
- > Aptarti, kaip svarbu nustatyti **aiškias ir sveikas asmenines ribas** santykiuose, pripažįstant ir gerbiant kitų žmonių ribas.
- > Padėti atpažinti **toksiško, manipuliatyvaus ir prievartinio elgesio** požymius nesveikuose santykiuose.

2) Savarankiškas vertinimas

- > Kaip jaučiuosi nagrinėjant su **santykiais** susijusias temas?
- > Kaip mano asmeninė patirtis paveikė mano **supratimą ir įsitikinimus** apie santykius?
- > Kokią su šia tema susijusią ir galinčią būti naudingą jaunimui **patirtį** esu **sukaupęs**?
- > Kaip galiu užtikrinti, kad santykių temos pristatysiu **jautriai ir nediskriminuojančiai kultūriniu požiūriu**?
- > Ar žinau įvairias **santykių normas ir papročius, būdingus** skirtingoms kultūroms ir aplinkoms?
- > Ar žinau, kad egzistuoja ne tik šeimos branduolio modelis, bet ir **kitos santykių ir šeimų formos** ?

- > Kaip užtikrinsiu, kad **nuolat turėsiu informaciją** apie vykstančias diskusijas, mokslinius tyrimus ir visuomenės pokyčius, susijusius su santykiais?
- > Ar esu atviras **keisti savo požiūrį** ar mokymo strategijas pagal naujausią informaciją ir atsiliepinimus?
- > Ar žinau, kur nukreipti mokinius, jei jiems reikia papildomos, su santykiais susijusios **pagalbos, konsultacijų ar išteklių**?

3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas

Prieš pradėdant analizuoti santykius

Siūlome jums peržiūrėti mūsų įvadą ir bendruosius patarimus! Kiti su 1 moduliu susiję konkretūs patarimai.

- > Supažindinkite su temomis, pradėdami nuo to, kas yra santykiai ir kokie **svarbūs** jie gali būti, ypač paauglystėje.
- > Toliau pabrėžkite, kaip svarbu **suprasti skirtumus**, galinčius pasireikšti grupėje kalbant apie mūsų visų santykių įvairovę ir visų jų pripažinimą.
- > Būkite pasirengę tam, ką ši įvairovė gali atskleisti: priklausomai nuo grupės sudėties, gali būti, kad ši veikla padės geriau suprasti svarbius dalyvių skirtumus, susijusius su sampratų suvokimu ir gyvenimo būdu. Kai kurie grupės nariai gali būti labiau privilegijuoti įvairių savo tapatybės ir santykių aspektų atžvilgiu, o kai kurie šiuo atžvilgiu gali būti nuskriausti. **Svarbu atkreipti dėmesį į šią nelygybę.**
- > Aptarkite su grupe, kaip **mūsų su santykiais susijusi ir dinaminė tapatybė bei jų derinys su mūsų gyvenimo patirtimi** veikia mūsų intymius santykius. Kada santykiai su kitu žmogumi tampa „intymiais“? Kaip tam tikruose santykiuose mūsų tapatybės elementai tampa svarbesni ar mažiau svarbūs? Kiek mūsų tapatybės lemia mūsų intymumo patirtis? Pakvieskite dalyvius pateikti keletą galimų pavyzdžių, remiantis savo patirtimi.
- > Pasinaudokite šia veikla pripažinti, kad mūsų **intymi** patirtis yra įvairi: kai kurios situacijos vieniems žmonėms yra intymios, o kitiems – visai ne. Išanalizuokite šio pastebėjimo pasekmes intymiems santykiams: kas atsitinka, jei žmonės, turintys skirtingus lūkesčius ir intymumo supratimą, bando intymiai suartėti?
- > Pasiūlykite grupei individualiai išanalizuoti savo artimesnius santykius (žr. toliau

pateiktas veiklas) ir apmąstyti jų „galios“ elementą.

- > Atkreipkite dėmesį į šeimų įvairovę ir į tai, kaip svarbu plėsti jos suvokimo ribas, kas yra ar galėtų būti šeima. Parodykite, kad tik nedaugelis žmonių priklauso „tradicinei“ šeimai, išanalizuokite, su kokiomis šeimomis yra susiję dalyviai, ir pabrėžkite netradicinių šeimų svarbą.
- > Užsiėmimo metu išanalizuokite **sveiką ir nesveiką** dalyvių santykių **dinamiką**. Parodykite, kad jokie santykiai nėra tobuli ir kad skirtumai neišvengiami, tačiau svarbu suprasti, kada įprasti nesutarimai ar skirtumai tampa nesveikais ar prievartiniais.



4) Siūloma veikla

	Veikla	Laikas	Aprašymas	Šaltinis	Mokyklos tikslas	Intersekcionali ašis
1	Santykių voratinklis	15–20 min	Ši veikla skatina dalyvių atvirą dialogą ir dalijimąsi patirtimi saugioje aplinkoje, atpažįstant ir įvertinant jų gyvenimo santykių įvairovę, vizualiai parodydamas žmonių santykių ir patirčių tarpusavio ryšį.	NVO „Įvairovės edukacijos namai“	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
2	Šeimų spektras	45–60 min	Ši veikla padės suprasti, kokie įvairūs gali būti šeimos santykiai.	NVO „Įvairovės edukacijos namai“	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Lytis
3	Laikykites!	30 min	Ši veikla padeda suprasti sveikus ir nesveikus santykius	Lina Januškevičiūtė	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
4	Intymumo lygiai	45 min	Šia veikla siekiama sukurti asmenines intymumo apibrėžtis	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
5	Nuomonių linija (santykių versija)	20 min	Leisti dalyviams pamatyti savo bendraamžių įsitikinimų, vertybių ir nuomonių įvairovę, taip skatinant gilesnį įvairių perspektyvų supratimą.	„DareToCare“ rekomendacijos	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
6	Intymios galaktikos	60 min	Šie užsiėmimai (4) padeda suvokti laiko / erdvės / dėsningumo ir dinamikos įtaką bei vaidmenį mūsų intymiems santykiams.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

	Veikla	Laikas	Aprašymas	Šaltinis	Mokyklos tikslas	Intersekcionali ašis
7	Kas aš esu savo santykiuose?	120 min	Ši veikla padeda suvokti mūsų santykių sudėtingumą, daugybę vaidmenų ir tapatybės pozicijų kito asmens atžvilgiu, įskaitant galios dinamiką, susijusią su skirtingiems vaidmenims socialiai priskirtu statusu (galia kito asmens atžvilgiu), pozicijomis ir subjektyviu įgalinimo jausmu (galia su kitu asmeniu arba jame ir santykiuose).	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
8	Riteris spindinčiais šarvais	60 min	Ši veikla padeda aptarti saugių ir lygiaverčių santykių ribas ir išmokti atpažinti ankstyvuosius įspėjamuosius smurtinių santykių požymius.	Gender Matters (Lyčių problema) – Europos Taryba	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
9	Ką tai reiškia jums?	50 min	Šia veikla mokoma atpažinti ir įvertinti šeimos struktūrų įvairovę, suprasti paplitusius klaidingus įsitikinimus ir kovoti su stereotipais, susijusiais su skirtingomis šeimos struktūromis.	Lina Januškevičiūtė	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Lytis
10	Konfliktų sprendimas	45 min	Šia veikla siekiama suteikti dalyviams daugiau žinių apie konfliktus.	Lina Januškevičiūtė	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
11	Kaip atrodo šeima?	40 min	Šia veikla siekiama parodyti, kad šeimos gali būti įvairių formų.	Lina Januškevičiūtė	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Lytis

	Veikla	Laikas	Aprašymas	Šaltinis	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis
12	Interviu radijuje	30 min	Šia veikla siekiama aptarti elgesio modelius santykiuose	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Lytis
13	Abipusiškumas ir neabipusiškumas	10 min	Šia veikla siekiama patirti abipusiškumą ir atmetimą per kūną.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
14	Paauglių dilemos	60 min	Šia veikla bandoma nustatyti ir aptarti su seksu, lytiškumu ir smurtu susijusias dilemas, su kuriomis susiduria į suaugusiųjų pasaulį įžengę jaunuoliai ir sužinoti apie seksualines ir reprodukcinės teises žmogaus teisių sistemoje.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Sveikata
15	Sutramdykite savo drakonų	20–30 min	Ši veikla padeda paruošti ir pažadinti mūsų kūną ir protą išreikšti jausmus naujais būdais	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
16	Konflikto analizė	20–30 min	Ši veikla skirta pykčiui ir jo peraugimo į fizinį smurtą rizikai analizuoti, kad dalyviai gebėtų atpažinti, kada kitas asmuo elgiasi taip, kaip mums nepatinka, ir kokią įtaką mūsų kūno kalba ir (arba) veido išraiška gali daryti kitam žmogui.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
17	Kiek esu asertyvus?	20–30 min	Ši veikla padeda giliau analizuoti asertyvaus bendravimo temą.	Let's Talk (Pakalbėkime)	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas

Laikas	Turinys	Veikla
20min	Pažintis Saugios erdvės kūrimas Pralauškite ledus, kad sumažintumėte įtampą	1 – Santykių voratinklis
15 min	Pristatykite šeimų įvairovės temą	2 – Šeimų spektras Arba 9 – Ką tai reiškia jums? Arba 11– Kaip atrodo šeima?
50 min	Gilinimasis į sveikų santykių, intymumo, įvairių santykių tipų temą	3 – Laikykitės! Arba 4 – Intymumo lygiai Arba 5 – Nuomonių linija (santykių versija) Arba 6 – Intymios galaktikos Arba 7– Kas aš esu savo santykiuose? Arba 8 – Riteris spindinčiais šarvais Arba 12 – Interviu radijuje Arba 13 – Abipusiškumas ir neabipusiškumas arba 14 – Paauglių dilemos
15 min	Aptarkite konfliktus ir jų sprendimo būdus	15 – Sutramdykite savo drakonus arba 17– Kiek esu asertyvus? arba 10 – Konfliktų sprendimas arba 16 – Konflikto analizė
20 min	Pamokos aptarimas	Nėra



Tapatybės supratimas

1) Edukaciniai tikslai

- > Suprasti skirtumą tarp **gimimo metu įgytos** ir **socialinės lyties**.
- > Atpažinti lyčių **stereotipus**, lyčių **vaidmenis** ir joms keliamus **lūkesčius**.
- > Pripažinti ir suteikti įrankius, padedančius suprasti ir spręsti **seksualinės tapatybės, lytinės tapatybės, seksualinės ir romantinės traukos** klausimus.
- > Pateikti kontekstą ir įžvalgas apie **visuomenę**, kurioje gyvename, ir apie tai, kaip ji formuoja lyčių normų ir skirtumų sampratą.
- > Sužinoti apie socialines **normas**, šališkumą ir **diskriminaciją** lyties pagrindu.
- > Išplėsti sąvokas, žodyną ir apibrėžimus lyties ir **LGBTQIA+** temomis.

Suteikti įrankius, kurie padėtų kurti lygiateisę ir atvirą visiems visuomenę.

2) Savarankiškas vertinimas

- > Kaip jaučiuosi kalbėdamas apie lyčių nelygybę? Ar jaučiuosi pasirengęs aptarti šias temas su mokiniais? Kas man kelia didžiausią nerimą?
- > Ar žinau, kas esu ir kaip apibrėžčiau savo tapatybę?
- > Ar kada nors aptariau šią temą su mokiniais?
- > Ar esu pakankamai jautrus savo mokinių tapatybės atžvilgiu? Kaip tai išreikšti?
Pagalvokite apie pavyzdžius (klausiate kokius įvardžius dalyviai nori vartoti užsiėmime, pasitelkiate nediskriminuojančią kalbą, klausinėjate mokinių apie LGBTQIA+ autorius, kad į pamokas įtrauktumėte didaktines programas, kruopščiai renkatės šeimų ir santykių vaizdavimą kasdienėje mokymo veikloje ir pan.)

- > Ar pasikeitė mano požiūris šiomis temomis? Ar esu atviras keisti savo požiūrį ar mokymo strategijas pagal naujausią informaciją ir atsiliepimus?
- > Ar palaikyčiau savo mokinius, jei jie nuspręstų atsiskleisti man ir (arba) klasei? Kaip?
- > Kaip užtikrinsiu, kad nuolat turėsiu informaciją apie vykstančias diskusijas, mokslinius tyrimus ir visuomenės pokyčius, susijusius su santykiais?
- > Ar aš, būdamas edukatorius / pedagogas, žinau apie LGBTQIA+ diskriminacijos prevencijos mechanizmus savo ugdymo aplinkoje, pavyzdžiui, mokykloje?
Pavyzdžiai: Vadinimas kitais vardais (angl. alias carriers), nediskriminuojančio erdvės, įskaitant tualetus neskirstant lyties ir pan.
- > Ar žinau, kur nukreipti mokinius, jei jiems reikia papildomos, su santykiais susijusios pagalbos, konsultacijų ar išteklių?

3) Patarimai– Bendrosios pozicijos rengimas

Visų pirma, prieš pristatydami bet kurią iš šiame modulyje aptariamų temų pasitelkiant mūsų rekomenduojamas veiklas, siūlome jums peržiūrėti mūsų įvadą ir jame esančius bendruosius patarimus! Konkrečiau, 2 modulyje būtina kartu su mokiniais peržiūrėkite „saugos lentelę“ ir papildomai padarykite dar tai:

- > Pakalbėkite apie **pagarbos** ir **supratimo** apie seksualinę tapatybę vertybes: lytinę tapatybę, seksualinę ir romantinę orientaciją, lyties raišką. Žinokite, kad kai kurie mokiniai gali būti visiškai nepasirengę šiai temai, o kiti jau gali turėti daug informacijos – nepamirškite, kad visada reikėtų pradėti nuo klausimų, kad sustiprėtų edukaciniai poreikiai;
- > Kalbėkite apie **priekabiavimą**, kaip jo išvengti ir atpažinti žodinį, psichologinį ir fizinį **priekabiavimą**;
- > **Atkreipkite dėmesį į temos jautrumą** – stebėkite, kaip mokiniai reaguoja į temas, ne visi aiškiai išreikš savo abejones ir (arba) nerimą, tačiau visi jie turi išgyventi savo psichinius procesus, kad suprastų, ko mokosi. Darykite pertraukėles pagal mokinių poreikį;
- > **Atsižvelkite į savo grupės įvairovę** – pritaikykite veiklą ir struktūrą prie **konkrečių** mokinių **poreikių** ir aplinkos. Tai tik pasiūlymas, tačiau kiekviena grupė yra skirtinga, todėl turėtumėte pasinaudoti savo profesine patirtimi ir pritaikyti veiklą žmonėms, su kuriais dirbate;

- > Nuo pat užsiėmimų pradžios pradėkite naudoti **draugišką, turtingą ir pagarbų žodyną** – kai kuriems mokiniams šios temos gali būti tiesiogiai skausmingos gyvenime, bet jie nėra įpratę susitikti su tokiais mokytojais kaip jūs, kurie tokiomis temomis kalba klasėje: jūs esate sąjungininkas, galintis palengvinti diskusiją tarp skirtingo sąmoningumo lygio mokinių ir nutiesti visiems grupės nariams naudingus tiltus!

Kalbėdami detaliau:

- > Pristatykite temą ir paklauskite mokinių apie jų **patirtį ir nuomonę** ką reiškia būti **vyrų** ar **moterimi**: *ar jie atpažįsta save pagal šiuos apibrėžimus? Ar jie jaučia suvaržymus? Ar jie turėjo ko nors atsisakyti, kai buvo maži, nes tokie dalykai buvo laikomi „netinkamais berniukui / mergaitei“? Kas tai buvo? Ar jie kada nors susimąstė, kaip jie patys jaučiasi, o ne kokių jų tikisi aplinkiniai? Ir kt.* paklauskite apie **pirmuosius įspūdžius, prisiminimus ir mintis** apie binarinę lytį ir kaip jie ją patiria; tada pristatykite lyčių stereotipų ir lyčių vaidmenų temą;
- > Šiame etape galbūt norėsite patikslinti, kuo skiriasi terminai „**gimimo metu priskirta lytis**“ ir „lytis“ (įkvėpimo ieškokite mūsų Užsiėmimų lapuose!);
- > Išklauskite juos ir pasiūlykite mokiniams **kartu aptarti įvairias idėjas** ir pagalvoti apie galimybes: *ar jie ką nors keistų, jei galėtų?* Palaikykite juos dalijantis mintimis, paaiškindami, kad jie gali remtis savo patirtimi ir vaizduote bei permąstyti lyčių vaidmenis taip, kaip juos patyrė iki šiol: nėra jokių ribų, net jei tai skamba keistai, šioje dalyje vaizduotė yra svarbiausia, kad suprastume skirtumus tarp lyčių ir lyčių vaidmenis bei pradėtumėte nagrinėti lyčių neatitikimo sąvoką;
- > Pradėkite nuo **LGBTQIA+ apibrėžties ir žodynėlio**, kad galėtumėte kalbėti apie seksualinę tapatybę, ir išsiaiškinkite, ką mokiniai jau yra apie jas girdėję, skaitę ar matę: *kokius žodžius jie jau žino? Ar tokios jų žinios yra teigiamos, ar neigiamos? Kiek jie supranta tam tikrą žodį?* Būkite atsargūs, kad išvengtumėte šališkų vertinimų;
- > Paaiškinkite klasei, kad temos ir veiklos padės susipažinti su **naujais žodžiais, naujomis reikšmėmis ir sąvokomis** ir kad tai bus priemonės, padėsiančios jiems kurti santykius ir naujus ryšius, nes šie žodžiai padės jiems rasti bendrą kalbą. Vien binarinė lytimi neapsiribojanti kalba padės jiems geriau suprasti savo gyvenime sutinkamus žmones;
- > Dar kartą užtikrinkite, kad šie žodžiai nėra skirti išmukti atmintinai, svarbiausia užduotis nėra tiksliai juos įsiminti. Etiketės ir apibrėžimai nėra nedalomi, jie padės mokiniams orientuotis ir suprasti pasaulį bei save;
- > Jei vartojate žodinę ir rašytinę **nediskriminuojančią kalbą**, pasirūpinkite, kad

tai būtų matoma! Paaiškinkite, kodėl ją naudojate, kaip ji veikia, kodėl svarbu kalbėtis su visais, nes neutralia lytimi galima kreiptis į kiekvieną žmogų. Pateikite pavyzdžių iš realaus gyvenimo: „tos pačios šeimos vaikai“ (angl. **siblings**) vietoj „broliai ir seserys“ (angl. **brothers and sisters**): paklauskite mokinių kitų pavyzdžių ir kitų alternatyvų;

- > Paprašykite mokinių apibrėžti, kas, jų nuomone, yra **galia** ir kas, jų manymu, ją turi. Tai padės jums pristatyti **socialinio normatyvumo** temą ir jo veikimo mechanizmą. Štai keletas pasiūlymų, kaip suprasti normatyvumą: *kaip dažnai jie mato save vaizduojamus reklamose, televizijoje, filmuose ir apskritai žiniasklaidoje? Ką jie žino apie globą ir teises, kurias turi? Ar tarp šių dalykų yra bendrų elementų, kuriuos jie atpažįsta?* Kartu aptarkite rezultatus ir ieškokite, ko trūksta: *ar yra kokių nors skirtumų tarp lyčių atvaizdavimo? Etninių grupių / kūno tipų / negalios?*
- > Galite pradėti diskusiją apie **neigiamą LGBTQIA+ bendruomenės reprezentavimą** kai kuriose visuomenėse (liga / iškrypimas / maskuliniškumo krizė ir pan.)



4) Siūloma veikla

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis:
1	Koks jūsų įvardis?	15 min	Ši veikla padės suprasti, kaip veikia taisyklingi įvardžiai ir kaip svarbu juos vartoti, taip pat suprasite pagrindinius elementus, padedančius kurti plačias ir nediskriminuojančias formuluotes.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
2	Lyčių vienaragis	60 min	Ši veikla padeda paaiškinti ir suprasti skirtingas seksualinės tapatybės sritis, pavyzdžiui, gimimo metu įgytą lytį, lytinę tapatybę, lyties raišką, seksualinę orientaciją.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
3	Nuomonių linija (lyties versija)	30 min	Ši veikla skirta skatinti kritinį mąstymą ir diskusijas tarp skirtingus požiūrius ir įsitikinimus turinčių bendraamžių, įskaitant normatyvumo sąvoką.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
4	Tapatybės supratimas	30 min	Ši veikla suteikia daugiau žinių apie socialinės lyties problemas, tokios informacijos įtaką žmonių gyvenimui ir jos kuriamus stereotipus.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
5	Marso kolonija	30 min	Šia veikla (vaidmenų žaidimas) siekiama suteikti laiko apgalvoti išankstines nuostatas ir stereotipus (lyčių, rasinius, klasinius ir kt.), kad geriau juos suvoktume ir žinotume, kaip veiksmingai su jais kovoti. Naudinga nagrinėti interseksionalumo sąvoką.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu

6	Seksualumas ir lytinė tapatybė istorijoje ir kultūrose	45–60 min	Ši veikla suteikia galimybes apmąstyti su lytiškumu ir socialine lytimi susijusią „normalumo“ sąvoką ir tai, kad ji toli gražu nėra objektyvi, bet priklauso nuo socialinių, istorinių ir kultūrinių normų. Šios veiklos tikslas – propaguoti žinias, sąmoningumą ir kelti klausimus apie tai, kas laikoma „norma“	ISEX IR ZELDA	Vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
7	Ženkite žingsnį į priekį	30–45 min	Ši veikla didina sąmoningumą ir empatiją privilegijų klausimais; padeda skatinti kritišką ir pagarbų mąstymą; tiksliau ir kritiškiau vertinti įvairius socialinius veiksnius ir jų sąveiką žmogaus gyvenime, atsižvelgiant į jo tapatybę.	Europos Taryba COMPASS	Vidurinė mokykla	Nėra
8	Viena bendruomenė, tūkstančiai istorijų	45–60 min	Ši veikla ugdo empatijos jausmą ir supratimą apie skirtingas seksualines tapatybes, pasitelkiant pasakojimo metodiką.	My-Id	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
9	Lyčių burbulas	20 min	Šioje veikloje daugiausia dėmesio skiriama su lyčių vaidmenimis susijusiems socialiniams stereotipams ir kaip jie gali paveikti žmonių gyvenimą.	ISEX	Vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
10	LGBTQIA+ žodynelis	30–60 min	Šioje veikloje mokiniai susipažins su įvairiais seksualinę tapatybę apibūdinančiais terminais ir įgis platesnį, konkretesnį ir kompetentesnį žodyną.	ELAN	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas

Trukmė	Turinys	Siūloma veikla
20 min	Įdomus žaidimas ledams pralaužti Pristatykite temas, sukurdami saugią erdvę	1– Koks jūsų įvardis?
30 min	Bendrosios pozicijos kūrimas, pasitelkiant terminus ir paaiškinimus Skaitmeninio vadovo 2 modulio peržiūra klasėje	2 – Lyčių vienaragis arba 10 – LGBTQIA+ žodynėlio žaidimas
30 min	Viena iš siūlomų veiklų, padedančių paneigti stereotipus ir prietarus dėl lyties	3 – Nuomonių linija arba 4 – Tapatybės supratimas arba 5 – Marso kolonija arba 8 – Ženkite žingsnį į priekį arba 10 – Lyčių burbulas
30 min	Viena veikla, skirta aptarti konkrečias temas, susijusias su visuomenės lūkesčiais , pavyzdžiui, šeima, kūnais, lytiškumu ir pan.	6 - Seksualumas ir lytinė tapatybė istorijoje ir kultūroje arba 8 – Viena bendruomenė, tūkstančiai istorijų
10 min	Ką sužinojome šiandien? Apibendrinimo sesija	Nėra



Smurto lyties pagrindu prevencija

1) Edukaciniai tikslai

- > Sudaryti sąlygas edukatoriams šviesti jaunimą apie **smurtą lyties pagrindu ir** jo poveikį žmonėms bei bendruomenėms, ypač apie smurtą paauglių romantiniuose santykiuose ir smurtą mokykloje.
- > Pasiūlyti praktines priemones, padedančias suprasti smurto lyties pagrindu **priežastis** ir atskirti sutikimo kultūrą nuo seksualinės prievartos kultūros.
- > Suteikti mokiniams žiniasklaidos priemonių naudojimo įgūdžių, kad jie galėtų kritiškai analizuoti su smurtu lyties pagrindu susijusias reklamas, filmus, socialinę žiniasklaidą ir naujienas.
- > Sudaryti edukatoriams galimybes paaiškinti, kaip atpažinti **nesveikus ir smurtinius santykius**.
- > Išanalizuoti **interneto** keliamą riziką ir aptarti smurto lyties pagrindu internete problemą.
- > Suteikti pedagogams bei patiems jaunuoliams informacijos, kaip **pranešti apie** smurtą lyties pagrindu ir kaip **reaguoti** į smurto pasireiškimą.

2) Savarankiškas vertinimas

- > Ar esu patenkintas nediskriminavimu (įtrauktimi) ir lyčių lygybe savo mokymo / ugdymo erdvėse? Ką galima patobulinti? Kaip galėčiau geriau įtraukti savo kolegas?
- > Ar turiu teorinių žinių ir atitinkamų įgūdžių, leidžiančių man kalbėti apie smurtą

lyties pagrindu?

- > Ar jaučiuosi patogiai su jaunimu aptardamas su sutikimu susijusias temas?
- > Ar žinau, kaip reaguoti į patyčias ar priekabiavimą mokymo / švietimo erdvėje, ypač susijusius su socialine lytimi?
- > Ar žinau požymius ar ženklus, galinčius rodyti, kad asmuo patiria ar gali patirti smurtą lyties pagrindu?
- > Ar žinau, kokių veiksmų turiu imtis, jei jaunuolis papasakoja apie patirtą smurtą?
- > Ar suprantu teisinius įsipareigojimus ir pranešimo apie smurtą lyties pagrindu prieš mokinius tvarką?
- > Ar aktyviai ieškau galimybių mokytis apie smurtą lyties pagrindu, kad galėčiau padėti mokiniams?
- > Ar žinau mokyklos politiką ar gaires, susijusias su smurto lyties pagrindu problemos sprendimu?
- > Ar suprantu smurto lyties pagrindu sąvoką švietimo aplinkoje?

Peržiūrėkite [vaizdo įrašą](#) ir pasisemkite įkvėpimo, kodėl ir kaip reikia kalbėti su jaunimu apie sutikimą!

3) Patarimai– Bendrosios pozicijos rengimas

- > Galite pradėti paprašydami grupės kolektyvinio idėjų kūrimo būdu sukurti **smurto lyties pagrindu apibrėžimą**. *Ar jie jį žino? Iš kokių šaltinių Ar jų tėvai arba šeimos nariai kalbėjosi apie tai? Kaip elgtis mokykloje ir kitoje aplinkoje? Žiniasklaida?* Pabandykite nustatyti, kurie apibrėžimai yra neaiškūs ir klaidina mokinius, pakalbėkite apie juos daugiau.
- > Pasinaudokite **siūlomomis priemonėmis**, pavyzdžiui, smurto lyties pagrindu medžiu arba seksualinės prievartos kultūros piramide (žr. Skaitmeninį vadovą ir užsiėmimų lapus), kad įsitikintumėte, jog visa pateikiama informacija yra aiški, bet kartu nediskriminuojanti ir atsižvelgianti į skirtingus požiūrius, pateikite konkrečių pavyzdžių.

- > Šioms temoms ypač svarbu skirti laiko saugiai erdvei sukurti, kurioje jauni žmonės galėtų užduoti klausimus ir pasidalyti rūpesčiais: nepamirškite, kad šis turinys gali juos sujaudinti, ypač jei jiems teko išgyventi sunkią situaciją. Gali būti, kad norėsite peržiūrėti mūsų bendruosius patarimus edukatoriams, pateiktus įvardiniame modulyje.
- > Galite pradėti diskusiją apie **pagrindinę žiniasklaidą** ir aptarti, kaip žiniasklaida gali įtvirtinti stereotipus ir formuoti požiūrį. Padrąsinkite mokinius paneigti pranešimus žiniasklaidoje ir atpažinti žalingus naratyvus. *Ar jie tiki, kad iš to, ką perskaitė ir to, ką žino šia tema jie sugebės veiksmingai suvaldyti smurtą lyties pagrindu?*

KAIP Į SMURTĄ LYTIES PAGRINDU REAGUOTI ŠVIETIMO APLINKOJE

Šiame skyriuje norime išmokyti, kaip paaiškinti ir spręsti **konkrečias smurtines situacijas**, kurios gali kilti mokykloje ar kitose švietimo įstaigose. Ypač atkreipiamas dėmesys į vyrų smurtą prieš moteris šeimos aplinkoje, smurtą su pagalba arba smurtą tarp bendraamžių, įskaitant patyčias; homolesbobotransfobiją.

Daugiausia dėmesio skiriame jūsų gebėjimui stebėti situacijas ir atpažinti jose smurto atvejus, praktikoje reikalingiems santykių įgūdžiams, pagrįstiems išklausymu ir sutikimu; ką daryti (ir ko nedaryti!), kad atsakytumėte efektyviai, netyčia nepablogintumėte situacijos ir nepriverstumėte su ja susijusių žmonių jaustis nepatogiai.

Ką daryti?

Nesvarbu, ar apie smurtinę situaciją sužinote tiesiogiai iš joje dalyvaujančių asmenų, ar atpažįstate tam tikrus jauno žmogaus elgesio požymius, keliančius įtarimų dėl smurto, jūsų, kaip edukatoriaus, vaidmuo yra labai svarbus.

Įtarimai

- > Jūs taip pat turite stebėti ir pranešti apie kiekvieną susirūpinimą keliantį atvejį, susijusį su jaunuoliais, su kuriais bendraujate, pavyzdžiui, mokytojų tarybai arba direktoriui, ir kartu apsvarstyti, ar reikia informuoti apie tokius atvejus teisėsaugos institucijas.
- > Jūsų vaidmuo nėra atlikti tyrimą, užduoti klausimus ir ieškoti tiesos.

Pagrindiniai ir nelengvai atpažįstami sielvarto, spaudimo tarp bendraamžių ir kitų smurto formų požymiai, kuriuos galite pastebėti jauname žmoguje (auka arba smurtautojas):

- > mokyklos nelankymas ir (arba) prastėjantys mokymosi rezultatai;
- > rizikingas elgesys (pavyzdžiui, savęs žalojimas, valgymo sutrikimai ir kt.);
- > bendraamžių santykių pokyčiai, pavyzdžiui, atsiribojimas nuo klasės grupės, kitoks elgesys dirbant grupėse ir per šventinius renginius (bei „tarpinėse“ mokyklos erdvėse, pavyzdžiui, elgesys ateinant ar išeinant iš mokyklos arba per „langus“ tarp pamokų); arba, priešingai, kitas požymis gali būti pastebėjimas, kad mokykla / mokymosi aplinka yra laikoma laisvos saviraiškos vieta, t. y. mokiniai keičia drabužius, kai tik atsiduria mokykloje, dėvi labiau „moteriškus“ ar „vyriškus“ aksesuarus ir drabužius (**ypač dėl išgyventų homofobinių patyčių ar diskriminacijos šeimoje**);
- > emocijų raiškos pokyčiai: staigios ir nuolatinės pykčio ir (arba) nerimo apraiškos ir (arba) depresijos simptomai (pvz., sunkiai valdomas mieguistumas, visiškas abejingumas gyvenimo džiaugsmams, tuštumos jausmas, somatiniai simptomai);
- > mėlynės, žymės ant kūno (**ypač fizinio smurto atveju**), taip pat sielvartas ir baimė grįžti namo (**ypač smurto šeimoje ar smurto su kitų pagalba atveju**) ir (arba) išreiškiamas gėdos ir (arba) stiprus kaltės jausmas;
- > atsisakymas lankyti fizinio lavinimo pamokas arba būti rūbinės erdvėse, nes tai yra situacijos, kuriose ypač svarbus tampa fizinis aktyvumas ir apnuogintas kūnas (**ypač patyčių atveju**).

Tiesioginis dalyvavimas

Jei jūsų tiesiogiai prašo pagalbos, pirmiausia **juo patikėkite**: venkite nuvertinti ar sumenkinti situaciją, nes dėl to asmuo gali pasijusti atstumtas. Antra, būtinai skirkite problemai **pakankamai erdvės ir laiko**, užtikrindami, kad visur svarbiausias būtų susijęs asmuo, ir būtinai gerbkite jo laiką ir pasirinkimus: nesmerkite, tik išklauskite ir priimkite, kad užmegztumėte pasitikėjimu grįstus santykius, kurie yra labai svarbūs tokiose situacijose. Todėl labai svarbu pranešti apie visus veiksmus, kurių imsitės, pavyzdžiui, apie institucijų informavimo procedūrą, ypač kai nukentėjusysis yra nepilnametis asmuo. Taip pat labai svarbu aplink nukentėjusį sukurti paramos tinklą – šeimą, draugus ar kitus asmenis, atsižvelgiant į problemos specifiką, kad būtų išvengta smurtui būdingo izoliacijos elemento.

Kalbant apie pranešimo procedūras, nepriklausomai nuo to, ar jus palaiko kolegos ir (arba) vadovai, sutelkite dėmesį į tai, koks jūsų vaidmuo šioje situacijoje ir kokią atsakomybę dėl to prisiimate: pavyzdžiui, daugelyje šalių mokytojai – valstybės tarnautojai (pasitikslinkite savo šalies teisės aktuose), todėl privalo pranešti teisėsaugos organams apie nusikaltimus, apie kuriuos sužinojo vykdydami savo pareigas. Antra, taip pat būtų tikslinga nepilnametį nukentėjusį, su kuriuo kalbate, arba artimą asmenį (pavyzdžiui, smurto su pagalba atvejais) nukreipti į vietos pagalbos centrus.

Tačiau ne visos situacijos, kurias apibūdiname kaip smurto lyties pagrindu formas, yra nusikaltimai (prisiminkite tuos, kurie nukreipti prieš LGBTQIA+ bendruomenę): nors jūsų vaidmuo šiuo atveju tampa ypač subtilus, jūsų pagalba ir gebėjimas sutelkti dėmesį į asmens gerovę turės dar didesnę poveikį.

Ko neturėtumėte daryti?

- > Neužsimerkite prieš aprašytus požymius, net jei tai gąsdina ir vargina emociškai.
- > Neskubėkite ieškoti sprendimo, nes tai dažnai tik pablogina padėtį
- > Pernelyg nesureikšminkite smurto atskleidimo proceso, t. y. nesiiimkite veiksmų nepranešę apie juos ir nedarykite spaudimo nukentėjusiajam
- > Homosobobitransfobinės diskriminacijos atvejais nemanysite, kad nukentėjusysis save priskiria LGBTQ+ galaktikai, nes kartais smurto taikiniu tampa ne asmens tikroji orientacija ar tapatybė, o tai, kad kai kurie žmonės nesilaiko stereotipinio buvimo berniuku ar mergaite būdo. Taip pat nevykite į išvykas (su kolegomis, bendraklasiais ar tėvais).

Jūsų galia užkirsti kelią smurtui ir siekti pokyčių

Jau susipažinome, kaip kovoti su smurto lyties pagrindu prieš jaunimą epizodais individualiais atvejais, su kuriuo labai sąmoningai galima kovoti išreiškus susirūpinimą ar tiesiogiai įsitraukiant. Tačiau galite padaryti dar daugiau, siekdami pašalinti pagrindines tokio smurto priežastis ir taip pakeisdami makrolygiu veikiančią sistemą – veikti prevenciškai.

- > Galite sukurti paaugliams skirtas erdves, kuriose jie galėtų pasikalbėti ir vieni kitus palaikyti (padedant specialioms asmenims) ir skirti intervencines priemones emociniams ir socialiniams įgūdžiams stiprinti, propaguodami bendravimo ir santykių metodus.
- > Užsitikrinę diskriminaciją / smurtą / agresiją patyrusių asmenų sutikimą, galite sukurti erdvę, kur su bendraamžiais ar suaugusiais jie galėtų aptarti, ką šis asmuo patyrė.
- > Galite sukurti teminę biblioteką apie smurtą lyties pagrindu, kuri gali tapti saviugdosa ir atpažinimo priemone.
- > Galite veikti prieš cisnormatyvinę kultūrą savo mokyklos ir (arba) švietimo aplinkoje, visiškai netoleruodami homoseksualizmo transfobinių juokų, netinkamo lyties tapatybės identifikavimo ar kreipimosi senuoju vardu epizodų ir t. t., ir, priešingai, kartu su savo palaikymo tinklu (kolegomis, tėvais ar išorės organizacijomis) aktyviai skatinti savo aplinkoje taikyti nediskriminuojančias (įtraukias) priemones, pavyzdžiui, peržiūrėti naudojamus vadovėlius iš nediskriminavimo perspektyvos, organizuoti mokymus mokyklos ir švietimo darbuotojams, siūlyti įrengti tualetus neskirstant lyties, įvesti galimybes vadintis kitu vardu (angl. *alias carriers*) ir t. t.

„LoveAct“ įrankiai – tik vienas iš galimų būdų paskatinti šiuos pokyčius. Nepamirškite, kad jūs esate tarp profesionalų ir aktyvistų, kurie gali jus palaikyti! Daugiau apie mūsų lytiškumo ugdymo tarybas skaitykite interneto svetainėje thegendertalk.eu.

4) Siūloma veikla

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis:
1	Seksualinės prievartos kultūros piramidė	45–60 min	Ši veikla padės suprasti seksualinės prievartos kultūros sluoksnius, pabrėžiant normalizuoto elgesio reikšmę seksualinę prievartą skatinančiai kultūrai.	Michalis Karakonstantis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
2	Smurto lyties pagrindu medis	45 min	Veikla „Smurto lyties pagrindu medis“ siekiama parodyti smurto lyties pagrindu sudėtingumą, iliustruojant jo šaknis, apraiškas ir veiksnius.	Michalis Karakonstantis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
3	Sutikimo nagrinėjimas	45 min	Ši veikla skirta aptarti sutikimo klausimą smurto lyties pagrindu prevencijos kontekste.	Yioula Papatsori	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
4	Grįžtamasis kolektyvinis idėjų kūrimas dėl sutikimo	25 min	Ši veikla skirta aptarti sutikimo klausimą smurto lyties pagrindu prevencijos kontekste.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
5	Menas klausti: derybos dėl sutikimo	30 min	Ši veikla skirta aptarti sutikimo klausimą smurto lyties pagrindu prevencijos kontekste.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
6	Sakyk TAIP, sakyk NE	45 min	Ši veikla skirta aptarti sutikimo klausimą smurto lyties pagrindu prevencijos kontekste, taip pat per neverbalią komunikaciją.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
7	Sutarimo jausmas	30 min	Ši veikla skirta aptarti sutikimo klausimą smurto lyties pagrindu prevencijos kontekste per vaidmenų žaidimą.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Intersekcionali ašis:
8	Nuo sveiko prie nesveiko – internetinis žaidimas „Children First“	45 min	Ši veikla skirta suteikti dalyviams, ypač 12–18 metų jaunuoliams, žinių ir įgūdžių, kaip užkirsti kelią smurtui romantiniuose santykiuose ir kovoti su juo. Pratybų metu, pasitelkiant specialias diskusijas, scenarijais paremtą veiklą ir bendrus projektus, siekiama panaikinti lyčių stereotipus, propaguoti sveikus santykius ir prisidėti prie teigiamo elgesio bei požiūrio į smurtą paauglių romantiniuose santykiuose pokyčio.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
9	Per sunku pasakyti NE	60 min	Ši veikla skirta parodyti sunkumus, su kuriais gali susidurti asmenys, norintys nustatyti savo ribas arba pasakyti „ne“ įvairiose situacijose, ypač susijusiose su santykiais, bendravimu ar spaudimo scenarijais.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
10	Patyčios elektroninėje erdvėje ir priekabiavimas internete	30 min	Ši veikla skirta įtraukti paauglius į patyčių elektroninėje erdvėje sudėtingumo supratimą, skatinti empatiją ir parodyti jiems, kaip kovoti su priekabiavimu internete	Yioula Papatsori TDST	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kultūra
11	Smurtas lyties pagrindu ir atvaizdavimas žiniasklaidoje	30 min	Ši veikla skirta įtraukti paauglius į kritišką smurto lyties pagrindu atvaizdavimo žiniasklaidoje pavyzdžių analizę ir padėti geriau suprasti, kaip žiniasklaida formuoja suvokimą ir požiūrį.	Yioula Papatsori, TDST	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Intersekcionali ašis:
12	Smurto lyties pagrindu prevencija per meną	40 min	Ši veikla skirta paskatinti paauglius naudoti meną, kaip galingą įrankį, siekiant išreikšti, suprasti ir užkirsti kelią smurtui lyties pagrindu.	Michalis Karakonstantis, TDST	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
13	Kas galima ir ko negalima	45 min	Ši veikla skirta įvairialypiams santykiams, riboma ir sutikimo aspektams analizuoti, diskusijoms apie sveiką ir pagarbų bendravimą palengvinti, ir atkreipti dėmesį į elgesį, kuris prisideda prie smurto lyties pagrindu arba užkerta jam kelią.	Robin Kindler, Carla Johannes ir María Alonso. „Élan Interculturel“	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
14	Teatro spektaklis	60 min	Ši veikla skirta paskatinti paauglius pasitelkti teatrą, kaip galingą priemonę, padedančią skleisti žinią ir šviesti apie smurto lyties pagrindu prevenciją.	Michalis Karakonstantis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
15	Galių kovoti su smurtu lyties pagrindu suteikimas	40 min	Ši veikla padeda paaugliams įgyti daugiau galių, palaikant diskusijas, kuriant įgyvendinamas strategijas ir skatinant jų įsitraukimą į smurto lyties pagrindu prevenciją.	Michalis Karakonstantis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
16	Kaip reaguoti? Bendraamžių parama	45 min	Ši veikla padeda paaugliams įgyti daugiau galių, palaikant diskusijas, planuojant tinkamus atsakomuosius veiksmus ir skatinant bendraamžių paramą tais atvejais, kai jie tampa smurto lyties pagrindu liudininkais arba patiria smurtą mokyklos aplinkoje.	Michalis Karakonstantis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas

Trukmė	Turinys	Siūloma veikla
20 min	Įvadinė veikla, kurios metu suteikiama informacija apie smurto lyties pagrindu priežastis	1– Seksualinės prievartos kultūros piramidė ir 2 – Smurto lyties pagrindu medis
20 min	Kaip gauti sutikimą: sutarimo turinio tyrimas	3 – Sutikimo nagrinėjimas arba 4 – Grįžtamasis kolektyvinis idėjų kūrimas dėl sutikimo Arba 6 – Sakyk TAIP, sakyk NE arba 7 – Sutarimo jausmas
40 min	Pagalba gaunant daugiau informacijos apie nesveikus santykius	8 – Nuo sveiko prie nesveiko – internetinis žaidimas „Children First“ 9 – Per sunku pasakyti NE 12 – Smurto lyties pagrindu prevencija per meną 13 – Kas galima ir ko negalima 14 – Teatro spektaklis 15 – Galių kovoti su smurtu lyties pagrindu suteikimas 16 – Kaip reaguoti? Bendraamžių parama
15 min	Dėmesys žiniasklaidai ir smurtui lyties pagrindu	11 – Smurtas lyties pagrindu ir atvaizdavimas žiniasklaidoje
15 min	Patyčių elektroninėje erdvėje ir priekabiavimo internete sąvokos supratimas ir įvairių patyčių elektroninėje erdvėje formų atpažinimas.	10 – Patyčios elektroninėje erdvėje ir priekabiavimas internete



Sveikata

1) Edukaciniai tikslai

- > Suteikti galimybę pedagogams aptarti su jaunimu lytinės sveikatos klausimus, pasitelkiant tam tikras priemones ir neformalią veiklą.
- > Padėti jiems konkrečiai įgyti žinių apie lytinių ir reprodukcinę organų pavadinimus bei jų funkcijas, kalbėti apie lytinį brendimą ir vykstančius pokyčius, įskaitant menstruacijas, aiškinti apie lytiškai plintančių infekcijų ir nepageidaujamo nėštumo prevenciją.
- > Įvertinti edukatorių žinių lygį ir kiek patogiai jie jaučiasi nagrinėdami šias temas bei nustatyti sritis, kuriose jie galėtų tobulėti;

2) Savarankiškas vertinimas

- > Kaip jaučiuosi dėl to, kad man reikia nagrinėti lytinės sveikatos temas?
- > Ar mano profesinė patirtis ar asmeniniai interesai leidžia jaustis pasiruošusiam kalbėti apie lytinę sveikatą?
- > Ar galiu apibūdinti brendimo laikotarpyje vykstančius tris fizinius, tris socialinius ir tris emocinius pokyčius?
- > Ar žinau mediciniškai tikslius terminus lytinei ir reprodukciniai anatomijai, įskaitant visus lytinius organus, apibūdinti?
- > Ar galiu paaiškinti atskirų lytinių ir reprodukcinę kūno dalių funkcijas ir kaip jos įprastai veikia?
- > Ar galiu paaiškinti, iš kur atsiranda nėštumas, įskaitant apvaisinimo, implantacijos ir pastojimo etapus?
- > Ar galiu papasakoti apie veiksmingus kontraceptinių priemonių naudojimo

būdus ir kaip jas gauti?

- > Ar galiu apibūdinti skubios kontracepcijos ir kontraceptinių tablečių veikimo mechanizmų ir prieinamumo skirtumus?
- > Ar galiu paaiškinti tarp jaunimo populiarius kontracepcijos būdus, įskaitant naujausius medicinos pasiekimus?
- > Ar galiu apibūdinti dažniausiai pasitaikančias lytiškai plintančias infekcijas, kaip jomis galima ir negalima užsikrėsti ir kaip pasitikrinti?
- > Ar galiu kalbėti apie tai, kad visada reikia atsižvelgti į su lytiškumu susijusius kultūrinius aspektus?
- > Ar jaučiu kolegų ir direktorių paramą darbo aplinkoje, nagrinėdamas šias temas? Ką galėčiau pasiūlyti patobulinti?
- > Ar žinau, į ką kreiptis, jei man ar mano kolegoms būtų nepatogu nagrinėti šias temas savo ugdymo aplinkoje?

3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas

Visų pirma, prieš pristatydami bet kurią iš šiame modulyje aptariamų temų pasitelkiant mūsų rekomenduojamas veiklas, siūlome jums peržiūrėti mūsų įvadą ir jame esančius bendruosius patarimus!

Perėjimas prie šio modulio temų:

- > Pagalvokite apie **savo grupės amžių** ir paklauskite savęs, kaip geriau pritaikyti kalbą ir techninę informaciją prie jų amžiaus ir raidos lygio. Į tai taip pat atsižvelkite rinkdamiesi grupei siūlomas veiklas ir papildomus išteklius.
- > Galbūt norėsite pradėti savo **„edukacinį kelią“** nuo šio modulio, kuriame pateikiamos pagrindinės sąvokos, pavyzdžiui, anatomija ir lytinis brendimas, o tada gilintis į sudėtingesnes temas, pavyzdžiui, santykius, sutikimą ir kontracepciją, arba atvirkščiai: viskas priklauso nuo jūsų ir jūsų grupės.
- > Pasitelkite nediskriminuojančią **techninę** kalbą:
 - vartokite terminą „gimimo metu priskirta lytis“, o ne moteris, vyras ar biologinė lytis;

- apibūdindami anatomiją, vartokite į kūną orientuotą kalbą („žmonės su varpa“, „turintys varpą žmonės“, „turintys vulvą žmonėsi“, „žmonės su vulva“, „turintys gimdą žmonės“);
 - nenaudokite termino „normalus“, kalbėdami apie anatomiją ir kūnus. Apsvarstykite galimybę naudoti žodžius „įprastas“ arba „tikėtinas“.
- > Būkite pasirengę, kad, kalbėdami apie anatomiją, lytinį brendimą ar seksualinį elgesį, galite sulaukti **juokų ir pokštų**: geriau pasidžiaukite jų smalsumu ir pripažinkite, kad domėtis savo kūnu, įskaitant lytinius organus, kaip jie veikia ir funkcionuoja, yra visiškai normalu!
 - > Jei, priešingai, dalis jūsų grupės jaučiasi **nepatogiai ir patiria stresą** nagrinėjant šią temą, galite pasakyti, kad jie neprivalo dalyvauti, tačiau svarbu, kad jie suprastų tokią informaciją ir surastų patikimą suaugusįjį, kurio galėtų klausinėti.
 - > Kadangi yra daug su gimdymu susijusių tabu, priminkite, kad **nėštumas** gali prasidėti po lytinių santykių, kurių metu varpa ejakuliuoja į makštį, tačiau lytiniai santykiai ne visada baigiasi nėštumu.
 - > Prisiminkite, kad reprodukcinės funkcijos ir **seksualiniai jausmai** skiriasi: jie gali keistis per ilgą laiką!
 - > Prisiminkite, kad **lytinis brendimas** skirtingiems žmonėms vyksta skirtingu laiku, skirtingai veikia žmones su varpa ir žmones makštimi, o kai kuriems vaikams, ypač tiems, kurie neatitinka savo socialinės lyties, translyčiai arba interlyčiai, gali būti ypač sudėtinga – nereikėtų jų erzinti, gėdinti ar stigmatizuoti!
 - > Priminkite apie **higienos** svarbą ir pakalbėkite apie tai kaip apie asmeninį planą, kaip augant išlikti sveikam.
 - > Apie **menstruacijas** kalbėkite kaip apie normalią ir natūralią mergaičių fizinės raidos dalį, kurios nereikia laikyti paslaptimi ar stigma. Tuo pačiu kalbėkite apie galimybę menstruacijų metu naudotis higieniniais įklotais ir kitomis menstruacinėmis priemonėmis, švairiu vandeniu ir privačiais tualetais.
 - > Kalbėkite apie **malonumą ir susijaudinimą** kaip apie natūralius žmogaus jausmus, taip pat apie **fantazijas ir troškimus**. Laikui bėgant jie keičiasi, todėl su jais reikia elgtis pagarbiai.
 - > Atvirai kalbėkite apie **saugesnius lytinius santykius ir kontracepcijos būdus**, pabrėždami, kad lytiškai aktyvūs jaunuoliai turėtų galėti jais naudotis be didelių kliūčių ir kad jų negalima atsisakyti. Jei žinote kaip, patarkite.
 - > Kalbėdami apie **lytiškai plintančias infekcijas**, nepamirškite informuoti apie diskriminaciją, kurią gali patirti žmonės, ypač užsikrėtę ŽIV, ir nepamirškite,

kad tinkamai prižiūrimi, gerbiami ir palaikomi ŽIV užsikrėtę žmonės gali gyventi visavertį produktyvų gyvenimą visą gyvenimą.

- > Jei jums uždavė klausimą, į kurį nežinote atsakymo. Sakykite: „Tai puikus klausimas. Aš nežinau. Gal kartu paieškokime atsakymo?“
- > **Reguliariai tikrinkite, ar jie supranta:** periodiškai vertinkite, kaip mokiniai supranta medžiagą.



4) Siūloma veikla

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Intersekcionali ašis
1	Naudojimas sveikatos priežiūros paslaugomis	30 min	Šioje veikloje suprasite, kokios kliūtys kyla norint gauti sveikatos priežiūros paslaugas, ir sužinosite, kaip šias kliūtis galima įveikti bei kaip svarbu rūpintis savo kūnu	ISEX projektas	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
2	Kai man mėnesinės	60–90 min	Ši veikla padės ne tik suvokti lytinės higienos aspektus, bet ir įveikti visus su menstruacijomis ir jų ryšiu su sveiku seksualiniu gyvenimu susijusius tabu.	ISEX projektas	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
3	Vidinės ir išorinės genitalijos	25 min	Šioje veikloje mokiniai supras žmogaus vidinių ir išorinių lytinių organų anatomiją ir jų ryšį su seksualiniu malonumu.	„P+orn“ pokalbis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
4	Lytiškai plintančių infekcijų ir ŽIV atskleidimas	25 min	Ši veikla padės susipažinti su jautrios informacijos apie lytiškai plintančias infekcijas ir (arba) ŽIV atskleidimu, taip pat iškelti keletą prieštaringų klausimų apie dalijimąsi tokia informacija ir mūsų bei kitų žmonių sveikatos apsaugos svarbą	ISEX projektas	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
5	Stigma ir mitai apie lytiškai plintančias infekcijas ir ŽIV	30–50 min	Ši veikla skirta lytiškai plintančioms infekcijoms ir ŽIV distigmatizuoti bei kovoti su šias ligas gaubiančiais stereotipais.	ISEX projektas	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
6	Lytiškai plintančių infekcijų prevencijos planas	30 min	Šioje veikloje daugiausia dėmesio skiriama lytiškai plintančių infekcijų simptomams, gydymui ir poveikiui	ISEX projektas	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
7	Dantų pasta	10 min	Šioje veikloje keliamas konfidencialumo ir dalijimosi jautria informacija apie lytinę sveikatą klausimas	Organizacija „Our Voices“	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis
8	Nupiešk vulvą	20 min	Ši veikla padės mokiniams suprasti moters anatomiją ir jos įvairovę bei susieti ją su malonumo sąvoka	„P+orn“ pokalbis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
9	Išoriniai ir vidiniai prezervatyvai	30 min	Ši veikla padės jums suprasti, kaip naudoti vidinius ir išorinius prezervatyvus.	„P+orn“ pokalbis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
10	Nupiešk brendimo pokyčius	15 min	Ši veikla padės suprasti ir išreikšti brendimo proceso sukeltus fizinius ir emocinius pokyčius.	„P+orn“ pokalbis	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
11	Gyvenimo pokyčiai tapus tėvais	20 min	Šioje veikloje keliamas nepageidaujamo nėštumo paauglystėje klausimas ir siekiama paskatinti kalbėti apie tokio nėštumo pasekmes.	ISEX projektas	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra

5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas

Laikas	Turinys	Veikla
15 min	Temos pristatymas	1 – Naudojimasis sveikatos priežiūros paslaugomis Arba 7 – Dantų pasta
35 min	Paaiškinkite, kas yra lytiškai plintančios infekcijos ir (arba) ligos, jų prevencija, gydymas, kova su mitais apie lytiškai plintančias infekcijas.	6 – Lytiškai plintančių infekcijų prevencijos planas arba 5 – Stigmos ir mitai apie lytiškai plintančias infekcijas ir ŽIV arba 4 – Lytiškai plintančių infekcijų ir ŽIV atskleidimas
35 min	Paaiškinkite brendimo laikotarpio pokyčius paauglystėje ir malonumą.	2 – Kai man mėnesinės arba 3 – Vidinės ir išorinės genitalijos arba 10 – Nupiešk brendimo pokyčius arba 8 – Nupiešk vulvą
20 min	Kontracepcija, nepageidaujamas nėštumas.	9 – Išoriniai ir vidiniai prezervatyvai arba 11– Gyvenimo pokyčiai tapus tėvais
15 min	Mokiniai pasakoja, kaip jie jautėsi ir ko išmoko per pamoką.	Nėra



Lytiškumas ir kultūra

1) Edukaciniai tikslai

- > Pasitelkiant pagrindines normatyvumo ir interseksionalumo sąvokas, suprasti, kad mūsų lytiškumo ir santykių patirčiai didelę įtaką daro kultūra, kurioje gyvename.
- > Suprasti diskriminaciją, su kuria susiduria surasinti žmonės seksualiniame gyvenime ir meilėje.
- > Atpažinti stereotipus, vaidmenis ir lūkesčius, susijusius su sociologine rase, etnine grupe ir religija.
- > Pristatyti kontekstą ir įžvalgas apie kultūrinius lytiškumo aspektus, išplėsti su diskriminacija susijusias sąvokas, žodyną ir apibrėžtis bei suteikti priemones, padedančias kurti lygiateisę ir atviresnę visuomenę visiems.

2) Savarankiškas vertinimas

- > Ar žinau, kokią įtaką lytiškumui daro kultūra?
- > Ar normatyvumo ir interseksionalumo sąvokos neverčia jaustis nepatogiai?
- > Ar jaučiuosi pasiruošęs nagrinėti kūno įvaizdžio ir jo atvaizdavimo temas?
- > Ar žinau apie rasizavimo procesus ir jų poveikį lytiškumui?
- > Ar žinau pagrindinius su kūnais ir lytiškumu susijusius tabu? Ar esu pasirengęs juos paneigti kartu su jaunais žmonėmis?
- > Koks yra pornografijos vaidmuo įtvirtinant kūno įvaizdį, tabu ir socialinių lyčių stereotipus?
- > Ar žinau, koks yra religijų vaidmuo lytiškumo atvaizdavime?

- > Ar manau, kad žinau su diskriminacija susijusį žodyną? **Pasitrinkite** naudodamiesi skaitmeninio vadovo modulyje pateiktu žodynėliu.
- > Ar grupė jaunų žmonių, su kuriais dirbu, patiria diskriminaciją? Ar jaučiuosi patogiai su jais apie tai kalbėdamas? Ar jie jaučiasi patogiai su manimi bendraudami?
- > Ar žinote, kas yra baltųjų privilegija?

3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas

- > Pabrėžkite, kad kiekvieno žmogaus kūnas yra unikalus ir kad šis kūnas nepriklausomai nuo nieko nusipelno pagarbos.
- > Pabrėžkite, kad kiekviena **kultūra** skirtingai supranta seksą, lytį ir reprodukciją, taip pat turi skirtingus požiūrius, kada galima pradėti lytinį gyvenimą.
- > Pabrėžkite, kad kalbėdami apie bet ką apskritai, o ypač šiame vadove pateiktomis temomis, mes kalbame **per savo, savo šalies ir patirčių prizmę**.
- > Jei jaunuolis pasakoja apie priespaudą, kurią, jo manymu, patyrė, išklausykite jo patirtį, pripažinkite jo jausmus ir NESUMENKINKITE jų arba nedarykite užuominų, kad tai ne dėl priespaudos.
- > Jei manote, kad negalite suprasti kai kurių jaunuolių, su kuriais bendraujate, **sunkumų**, pabandykite susirasti kitą žmogų, kuris galėtų juos geriau suprasti.
- > Jei klasėje ar mokykloje yra tokių problemų, **imkitės priemonių** ir stebėkite jų įgyvendinimą.

4) Siūloma veikla

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Intersekcionali ašis:
1	Pasaulio žemėlapis	10 min	Kontaktų užmezgimas	Elan	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
2	Privilegijos pagal poreikį	30–45 min	Grupių dalyviai turi „nusipirkti“ privilegijų ir aptarti, be kurių privilegijų jie negali gyventi. Ši veikla skatina dalyvius susimąstyti apie savo privilegijas ir apie tai, koks gyvenimas galėtų būti be jų.	Sexpowerment	Vidurinė mokykla	Nėra
3	Pradėti, sustabdyti, tęsti	30–45 min	Veikla, skatinanti susimąstyti apie savo gyvenimą ir ką galima padaryti, kad išvengti diskriminacijos savo ir savo draugų seksualiniame ir emociniame gyvenime.	Sexpowerment	Vidurinė mokykla	Nėra
4	Žodžių atpažinimas iš paveikslėlių	45 min	Kaip ir garsiajame „Pictionary“ žaidime, dalyviai turi paprašyti savo komandos pagal piešinius atspėti žodžius.	Sexpowerment	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Negalia
5	Santykiai ir kultūra (kortų žaidimas)	45 min	Veikla, kuri skatina mokinius galvoti apie tai, kad santykiai nevyksta pagal planą ir kad kiekvienas gali pasirinkti savo kelią, nepaisant kultūrinio normatyvumo.	Elan	Vidurinė mokykla	Santykiai

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis:
6	Siluetas	30 min	Veikla, kuria siekiama pradėti pokalbį apie santykį su savo kūno įvaizdžiu ir jo suvokimu, užginčyti kūno idealus ir normas, pradėti kalbėti apie storus ir surasintus kūnus, skleisti informaciją apie egzistuojančius tabu.	„Elan“ ir CESIE	Vidurinė mokykla	Nėra
7	Viso kūno portretas	45–60 min	Veikla, kurios tikslas – išsiaiškinti, kaip dalyviai jaučiasi savo kūne, su savo kūno pojūčiais, kūno naudojimu, prisiminimais kūne.	ISEX	Vidurinė mokykla	Nėra
8	Judėjimo ratas	30 min	Veikla, skatinanti apmąstyti stereotipinio požiūrio įtaką žmonių gyvenimui, kalbėti apie interseksionalumą ir apie tai, kaip žmonės gali sulaukti seksistinių ir rasistinių seksualinių pastabų dėl savo išvaizdos.	Elan	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
9	Tarpkultūrinė perspektyva	20 min	Veikla, kuria siekiama susipažinti su įvairiais lytiškumo aspektais įvairiose pasaulio vietose ir geriau suprasti kultūrų įvairovę skirtingose visuomenėse.	Alba Gómez Gil	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Negalia

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis:
10	Realybė ir pramanai	45 min	Ši veikla padeda atskirti pornografijoje vaizduojamus santykius ir seksą nuo lūkesčių realiame gyvenime.	?	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai; smurtas lyties pagrindu
11	Pornografinis raštingumas	15 min	Ši veikla padeda sužinoti apie pornografiją kaip malonumo šaltinį, bet ne kaip švietimo priemonę, ir apie realybės neatitinkančius pornografijos aspektus.	The Porn Conversation	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Smurtas lyties pagrindu
12	Aš ir mano veidrodis	60–90 min	Veikla, skirta tyrinėti buvimą, santykį su „pristatomuoju“ savimi, tyrinėti savęs vertinimą, stiprinti jausmų ir emocijų įkūnijimo suvokimą, mokytis pažinti jausmus ir emocijas, tyrinėti intymumą.	The Porn Conversation	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Nėra
13	Interseksionalumas	30–60 min	Priespaudos ir diskriminacijos patirties iš klausymas, jos atpažinimas ir analizavimas.	Brûlant.e.s ir Élan	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Negalia

5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas

Trukmė	Turinys	Siūloma veikla
10 min	Įdomus žaidimas ledams pralaužti	1 – Žodžių žemėlapis
30–60 min	Bendrosios pozicijos kūrimas, pasitelkiant terminus ir paaiškinimus Skaitmeninio vadovo 5 modulio peržiūra klasėje Su diskriminacija susijusi veikla	2 – Privilegijos pagal poreikį arba 4 – Žodžių atpažinimas iš paveikslėlių arba 13 – Intersekcionalumas
30–60 min	Veikla apie santykį su savo kūnu	6 – Siluetas arba 7– Aš ir mano veidrodis arba 12 – Viso kūno portretas
15–60 min	Veikla apie pornografiją ir (arba) išvados	11 – Pornografinis raštingumas arba 13 – Intersekcionalumas arba 3 – Sustoti, pradėti, tęsti arba 9 – Tarpkultūrinė perspektyva



SOUNDS GAY, I'M IN

Lytiškumas ir negalia

1) Edukaciniai tikslai

Šiame modulyje daugiausia dėmesio skiriama su lytiškumu ir negalia susijusiems klausimams, o jo pagrindiniai tikslai yra:

- > Papildyti atitinkamą Skaitmeninio vadovo modulį ir padėti edukatoriams susiorientuoti;
- > Padėti edukatoriams įvertinti savo žinias ir komfortą kalbant apie negalią bei savo požiūrį ir poziciją ir nustatyti sritis, kuriose reikėtų tobulėti;
- > Pasiūlyti lytiškumo ugdymo veiklas, kuriose, kurioje būtų aptariamos negalios ir prieinamumo problemos ir kurias edukatoriai galėtų panaudoti diskusijoms šia tema, pasitelkdami neformalią metodiką, kuri įtrauktų visus dalyvius;
- > Suteikti metodinių patarimų ir rekomendacijų, kaip sukurti erdvę, kurioje visi jaunuoliai galėtų saugiai ir atvirai nagrinėti su negalia ir lytiškumu susijusias problemas.

2) Savarankiškas vertinimas

- > Ar esu pasirengęs apmąstyti turimas žinias apie negalią ir negalią turinčių asmenų patirtį apskritai bei apie lytiškumo ir santykių tyrinėjimą?
- > Ar jaučiuosi pasirengęs dalytis šiomis žiniomis edukaciniame kontekste?
- > Ar mokydamas (-a) arba rinkdamas (-a) veiklą ir (arba) medžiagą atsižvelgiu į prieinamumą?
- > Kokią kalbą vartoju kalbant apie negalią? Ar žinau visuotinai priimtinius terminus?
Ar žinau, kuo skiriasi socialinis ir medicininis negalios modelis?

- > Ar gerai jaučiuosi diskutuodamas su jaunais žmonėmis? Pamažtykite: *Kokių vaizdinių apie negalią teko matyti ir patirti savo asmeniniame gyvenime? Kokiais stereotipais galiu vadovautis žmonių su negalia lytiškumo ir santykių atžvilgiu? Kaip galėčiau dirbti, kad palaipsniui pradėčiau jaustis patogiau kalbant šia tema?*
- > Kokios papildomos informacijos man reikėtų, kad geriau išmanyčiau šią temą?

3) Patarimai – Bendrosios pozicijos rengimas

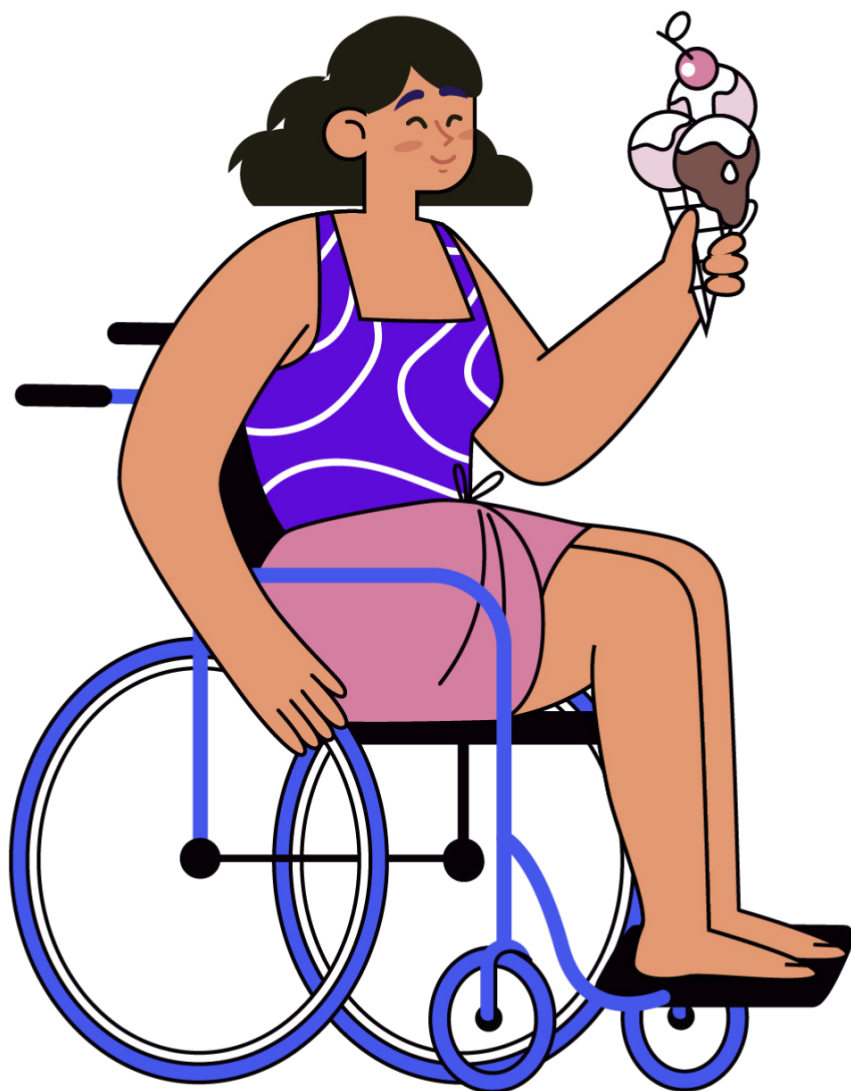
- > Priminkite sau ir savo grupei, kad žmonių su negalia seksualumas ir santykiai – tai vis dar **uždrausta tema** ir lieka **nematoma**, tačiau, iškelus šią temą į viešumą ir įtraukus ją į visuminio lytiškumo ugdymo programą, jaunuoliai gaus tikslią ir naujausią informaciją pagal savo poreikius, kad galėtų priimti sąmoningus ir informuotus sprendimus, derėtis dėl savo poreikių ir išlaikyti ribas, visapusiškai išgyventi seksualumą ir jausmingumą, taip paneigdami stereotipus.
- > Gaukite pagrindinę informaciją apie įvairias negalias ir jaunų žmonių su negalia **patirtį**, kad galėtumėte pasiruošti galimiems klausimams ar abejonėms.
- > Per siūlomą veiklą stenkitės atkreipti dėmesį į **paplitusių mitų apie** seksualumą ir negalią (pvz., *kad žmonės su negalia nėra seksualiai aktyvūs ar nesidomi intymiais santykiais*) **griovimą**. Prieš pradėdant diskusiją klasėje, svarbu iš pradžių apgalvoti savo požiūrį. Ieškokite šaltinių ir nustatykite dažniausiai pasitaikančius stereotipus bei mitus apie seksualumą ir negalią. Pasistenkite kartu su mokiniais atkreipti dėmesį į šiuos stereotipus ir pateikti tikslią informaciją.
- > Gerai, kad ne viską žinote! Mokykloje ar švietimo įstaigoje gali prireikti **pagalbos** iš kitų kolegų, kurie turi žinių apie negalią.
- > Taip pat apsvarstykite galimybę **pakviesti organizacijas ir (arba) šios srities specialistus** paskaityti paskaitą, pavyzdžiui, pakviesti jaunas žmones su negalia pasikalbėti su jūsų grupe – tai gali būti puikus šios temos atskleidimo būdas.
- > Prisiminkite visus **bendruosius patarimus** dėl medžiagos pritaikymo žmonėms su negalia, kurie pristatyti Vadovo edukatoriams O modulyje
- > Svarbiausia – kalbėti **nediskriminuojančiai ir pagarbiai**. Pradėkite diskusiją su mokiniais apie tai, kaip svarbu vartoti žmonių su negalia nestigmatizuojančią kalbą, ir pateikite pavyzdžių (galite naudoti Skaitmeniniame vadove išaiškintą terminologiją).

- > Laikykitės protingo pritaikymo principo ir taip užtikrinkite, kad mokymo medžiaga būtų tinkama, prieinama, įtrauki ir lanksti.
 - Pagalvokite, kokią **medžiagą** naudojate ir ar ji tinka visiems mokiniams: gali tekti pritaikyti kai kurią medžiagą, kad ji būtų tinkama visiems mokiniams. Keletas idėjų:
 1. Įsitikinkite, kad visuose naudojamuose vaizdo įrašuose yra uždarieji titrai.
 2. Kai naudojate paveikslėlius ir (arba) prezentacijas, stenkitės apibūdinti tai, kas juose pavaizduota, o ne naudoti juos tik kaip papildomą medžiagą. Jei naudojate skaitmenines nuotraukas, pateikite aprašymą arba alternatyvų tekstą.
 - Organizuodami veiklą pagalvokite, kaip ją pritaikyti judėjimo sutrikimų turintiems mokiniams, pvz., veikla, kurios metu nereikia vaikščioti, bėgioti ar atsistoti.
- > Bandydami pritaikyti medžiagą ir praktinius pratimus visiems mokiniams, nepamirškite, kad geriausia **naudoti visiems mokiniams**, ne tik neįgaliesiems, **tinkamą versiją**. Taip mokiniai nebus atskirti nuo likusios klasės.
 - Pavyzdžiui: iš pradžių mokiniai turi pereiti iš vienos klasės pusės į kitą ir atsakyti į klausimus (pasirinkti pusę). Patartina rinktis pritaikymo būdą – laikyti skirtingų spalvų popierių, priklausomai nuo atsakymo. Tokiu atveju reikėtų paprašyti visų mokinių, o ne tik mokinių su negalia, naudoti popierių.
- > Būtinai aptarkite klausimus, susijusius su sutikimu, smurtu lyties pagrindu, seksualine prievarta ir diskriminacija, atsižvelgdami į tai, kokie klausimai ir gali būti artimesni žmonių su negalia patirčiai.
- > Kaip ir kalbant kitomis vadove aptariamomis temomis, kalbant apie negalią, naudinga laikytis **interseksionalaus požiūrio** ir įtraukti kitas tapatybes ir patirtis (pvz., gimimo metu suteiktą lytį, lytinę tapatybę, lyties raišką, seksualinę ir orientaciją, etninę priklausomybę, religinę orientaciją ir t. t.). Žmonės su negalia turi įvairių kitų tapatybių, kurios kartu su jų, kaip žmonių su negalia, tapatybe gali nulemti jų su lytiškumu susijusią patirtį ir informaciją bei paramą, kurios jiems gali prireikti. Tai taip pat gali padėti mokiniams be negalios paneigti nusistovėjusius stereotipus ir nelaikyti žmonių su negalia nedaloma grupe.

4) Siūloma veikla

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis:
1	Poravimas	30 min	Veikla, kuria siekiama apgalvoti stereotipus ir nesąmoningas idėjas apie žmonių su negalia santykius	Grigoris Chryssikos	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kultūra
2	Meilės istorijos perrašymas	60 min	Veikla, kuri padeda suprasti, su kokiais sunkumais žmonės su negalia susiduria bendraudami su kitais žmonėmis, ypač intymiuose santykiuose, koks svarbus yra sutikimas ir pagarba nustatytoms riboms.	Grigoris Chryssikos	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Santykiai
3	Mūsų laikų stabas	30 min	Veikla, skatinanti apmąstyti „idealo“ sąvoką ir kaip socialinės bei kultūrinės idėjos veikia tai idealą, ir suprasti, kaip kūnai su negalia tampa nematomi arba laikomi mažiau pageidautiniais ir pageidaujama.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Lytinė tapatybė, kultūra
4	Grožio paieškos	30 min	Veikla, kurio tikslas – apmąstyti grožio sąvoką bei standartus, taip pat aptarti, kaip visuomenės normos veikia mūsų požiūrį į grožį, ypač susijusį su negalia	Grigoris Chryssikos	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kultūra
5	Seksas ir negalia žiniasklaidoje	50 min	Veiklos tikslas – padėti dalyviams apmąstyti žiniasklaidoje pateikiamus vaizdus ir informaciją apie lytinius santykius ir santykius bei paskatinti juos suprasti žiniasklaidos vaidmenį formuojant pagrindines informacijos apie lytinius santykius ir santykius tendencijas bei kovoti su žalingais ar menkinančiais stereotipais.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kultūra
6	Naujas prieinamumo apibrėžimas	10 min	Ledus padedanti pralaužti veikla, skirta pristatyti negalios temą, pabrėžti aplinkos vaidmenį apibrėžiant negalią ir prieinamumą bei supažindinti su medicininiu ir socialiniu modeliais.	Grigoris Chryssikos	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	-

	Veikla:	Laikas	Aprašymas	Šaltinis:	Mokyklos tikslas	Interseksionali ašis:
7	Nuomonių linija (negalia)	30 min	Ši veikla skirta kritiniam mąstymui ir diskusijoms tarp skirtingus požiūrius ir įsitikinimus turinčių bendraamžių skatinti, pabrėžiant socialinius negalios standartus ir normas bei įvairius lytiškumo standartus.	ISEX	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	Kultūra, santykiai, lytinė tapatybė
8	Žodyno viktorina	20 min	Veikla, skirta išmokti pagrindinius su negalia susijusius terminus ir sąvokas bei suprasti, kaip svarbu kalbėti be diskriminacijos ir stigmų.	E.T.Ho.S	Pagrindinė ir vidurinė mokykla	-



5) Siūlomas 2 valandų užsiėmimo planas

Trukmė	Turinys	Siūloma veikla
10 min	Ledus padedanti pralaužti veikla, skirta temai pristatyti	6 – Naujas prieinamumo apibrėžimas
20 min	Apibrėžimai ir terminologija: bendros pozicijos kūrimas ir nediskriminuojančios, nestigmatizuojančios kalbos svarbos supratimas	8 – Žodyno viktorina
30 min	Socialinių ir kultūrinių idėjų bei standartų, susijusių su kūnu, grožiu, geidžiamumu ir lytiškumu, apmąstymas, pasitelkiant vieną ar kelias siūlomas veiklas (priklausomai nuo mokinių skaičiaus)	3 – Mūsų laikų stabas 4 – Grožio paieškos 5 – Seksas ir negalia žiniasklaidoje 7– Nuomonių linija (negalia)
60 min	Bendrojo pobūdžio iššūkių, su kuriais žmonės su negalia susiduria bendraudami su kitais žmonėmis, ypač intymiuose santykiuose	2 – Meilės istorijos perrašymas







Partners



Coordinator

CESIE - Italy

cesie.org



Élan Interculturel - France

elaninterculturel.com



Symplexis - Greece

symplexis.eu



DDG - Lithuania

www.diversitygroup.lt



The Square Dot Team - Belgium

thesquare.team



CSI - Cyprus

csicy.com



InteRed - Spain

intered.org



UPV/EHU - Spain

www.ehu.eus



Loveact

Living positive and intersectional sexuality education for gender-based violence prevention

www.thegendertalk.eu

[instagram.com/thegendertalk.eu](https://www.instagram.com/thegendertalk.eu)

[facebook.com/GenderTalkEU](https://www.facebook.com/GenderTalkEU)



**Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Commission. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Project Number: 101094068 - LOVEACT

Loveact

Living positive and intersectional sexuality education for gender-based violence prevention

Coordinator
CESIE - Italy

Elan Interculturel - France

Symplexis - Greece

DDG - Lithuania

The Square Dot Team - Belgium

CSI - Cyprus

InteRed - Spain

UPV/EHU - Spain



**Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Commission. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Project Number: 101094068 - LOVEACT