societatea de educaţie
contraceptivă şi sexuală

Manual pentru sensibilizarea intermediarilor cu privire la drepturile sexuale ale tinerilor cu dizabilităţi locomotorii

Cuprins

Despre manual 7
Pentru cine este? 7
Care este scopul lui? 7
Cum se utilizează? 7
Teme de parcurs – cu exerciţii sugerate 8
Introducere 11
Sex şi sexualitatea tinerilor cu dizabilităţi 11
Legislaţia şi cadrul general al drepturilor 11
Valori şi atitudini 12
Cunoştinţe despre sex, sexualitate şi alte concepte SDSR 12
Oferirea de informaţii şi sfaturi SDSR 13
Implementarea schimbării în organizaţie – prevenirea şi răspunsul la abuz 13
Evaluare 14
Învaţă mai mult – resurse şi instrumente 14
EXERCIŢII 15
Introducere 17
Acordurile PASACESOR 19
Prezentaţi-vă 23
Prezentaţi-vă (2) 25
Cunoaşte grupul ţintă 29
Amicul tău de călătorie 31
Maslow – Ierarhia nevoilor 33
Comportamentul sexual al tinerilor cu dizabilități locomotorii 41
Legislaţie şi drepturi 43
Chestionar “Sex şi lege” 45
Explorarea legislaţiei, politicilor naţionale, ghidurilor şi protocoalelor profesionale 51
Percepţii 55
Proces în instanţă 59
DREPTURI SEXUALE 61
Studiul Drepturile omului 67
Valori şi atitudini 73
Continuum-ul sexualităţii 75
Mituri 81
Povestea mea 87
Enunţuri 89

Sexualitatea şi cultura 93
Ilustrate 95
Sistemul de valori 97
Cunoştinţe despre sex, sexualitate şi alte concepte legate de drepturile şi sănătatea sexualităţii şi reproducerii 101
Cunoştinţe despre grupul ţintă şi sexualitate 103
Corpul uman 105
Sexualitate - Concept şi dimensiuni 107
OMS – Definiția sănătăţii sexuale 109
Corpul uman 113
Corpul uman (2) 119
Dezvoltarea sexuală 127
Provocări emoţionale şi fizice la pubertate 145
Lista părţilor sexuale/senzuale ale corpului şi activităţi 147
Cum vorbesc despre sex? 149
Terminologia 155
Abilităţi de comunicare şi consiliere 157
Condiţii necesare pentru a vorbi despre sex 159
Totul începe cu deschiderea 163
Întrebări despre sexualitate 169
Carusel 173
TITLU: CARUSEL 175
Folosirea materialelor de informare, educare şi comunicare (IEC) în relaţie cu pentru beneficiarii tăi 179
Implementarea de schimbări în organizaţie 181
Caruselul corpului 183
Să construim o casă 185
Inhibăm sau stimulăm? 187
Drepturile sexuale ale tinerilor cu dizabilități locomotorii 191
Sistemul steguleţelor 193
Sexualitatea pe agenda noastră 195
Procesarea informaţiei 217
Planifică, execută, studiază, acţionează 219
Abuzul sexual într-o instituţie de îngrijire 221
Evaluare 231
Pana sau aluna 233
Lucrurile pe care le-am învăţat 237

Sunt în stare să răspund la întrebări? 239
Scara colegialităţii 241
Formular de evaluare 247
Resurse 249

Despre manual

Pentru cine este?

Acest manual a fost conceput pentru organizaţiile care doresc să educe şi să sensibilizeze personalul angajat, profesorii şi personalul de îngrijire cu privire la sănătatea şi drepturile sexuale şi ale reproducerii (SDSR) ale tinerilor cu dizabilități.
Cu toate că se adresează în special personalului care este angajat într-o instituţie pentru persoane cu dizabilități, manualul poate fi folosit şi ca un program pentru părinţii şi familiile tinerilor cu dizabilități. Pe parcursul întregului manual se foloseşte termenul de „intermediari" care se referă la toate persoanele care sunt implicate în dezvoltarea şi îngrijirea tinerilor cu dizabilități, atât în cadrul instituţiilor specializate cât şi în familii.

Care este scopul lui?

Manualul se concentrează pe temele principale care trebuie parcurse într-un program de instruire a intermediarilor care lucrează cu persoane cu dizabilități şi sugerează exerciţii cu ajutorul cărora se discută aceste teme.

Manualul prezintă o varietate largă de exerciţii care pot fi folosite pentru sensibilizarea intermediarilor cu privire la modalităţile prin care pot crea un mediu protejat pentru persoanele cu dizabilități, cu scopul de a preveni abuzul sexual şi violenţa.

Cum se utilizează?

Acest manual face parte dintr-un set care cuprinde: Manualul pentru îndrumarea femeilor cu dizabilități pentru a-și cunoaște drepturile sexuale și reproductive și prezentul Manual de instruire care ajută intermediarii să susţină sesiunile de educaţie sexuală pentru persoanele cu dizabilități.

Acest manual poate fi folosit şi ca punct de inspiraţie pentru a dezvolta un program de instruire pentru intermediari. El prezintă temele principale care trebuie parcurse în mod obligatoriu, cu sugestii de exerciţii pentru fiecare dintre ele.

Dacă un instructor doreşte să exploreze mai amănunţit o temă sau să continue să dezvolte anumite exerciţii, el poate consulta instrumentele şi publicaţiile care sunt menţionate în secţiunea resurse (disponibilă doar online).

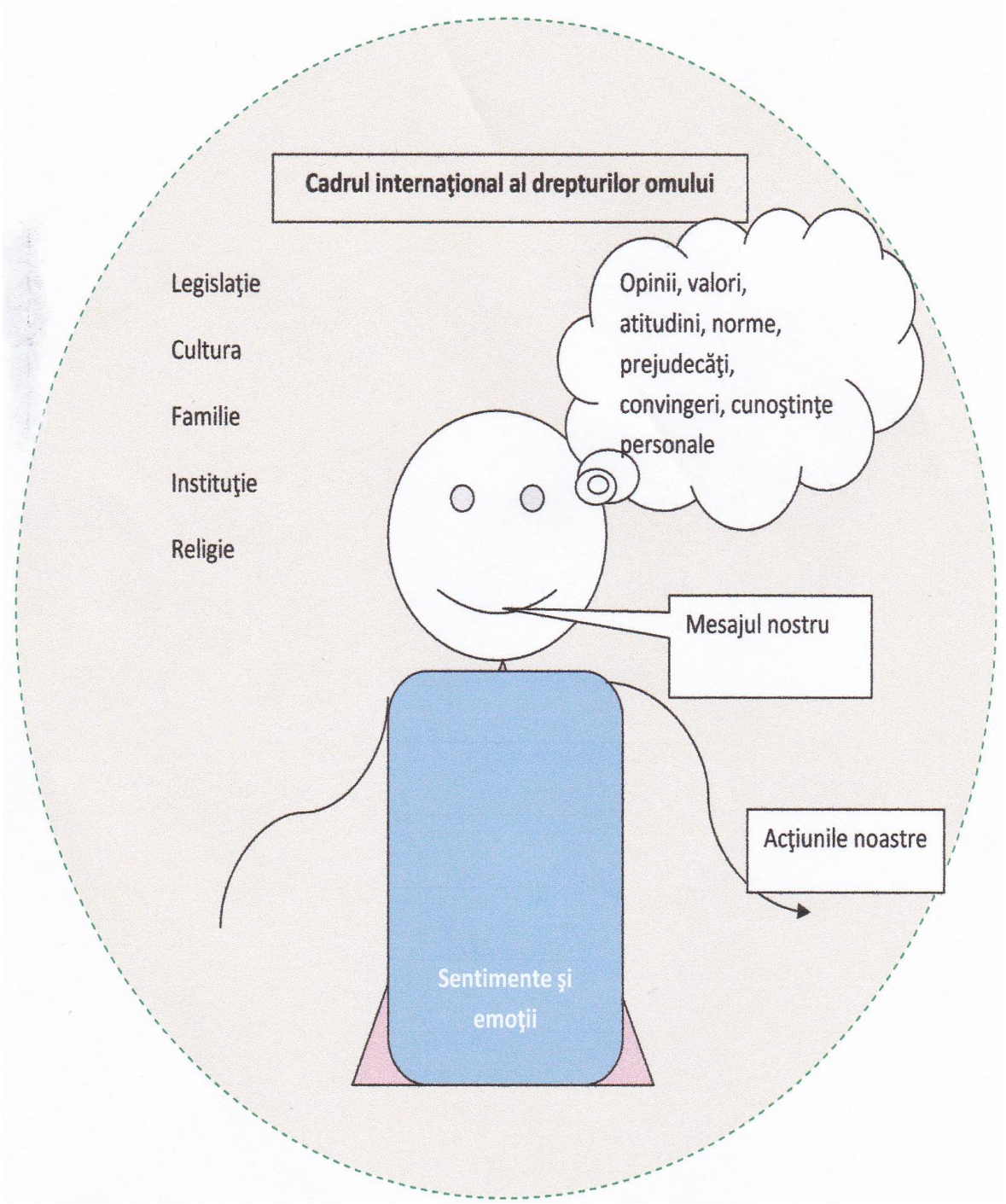
După ce au fost sensibilizaţi, intermediarii pot fi instruiţi pentru a susţine sesiuni de educaţie sexuală pentru persoanele cu dizabilități. Exerciţiile cele mai potrivite pentru un program de educaţie sexuală sunt incluse într-un manual separat, parte componentă a setului de materiale.

Teme de parcurs – cu exerciţii sugerate

Intervenţiile (de ex., acţiuni şi comunicare) intermediarilor sunt influenţate de factori diverşi. Ideal, intervenţiile lor ar trebui să fie ghidate de prevederile internaţionale privind drepturile omului şi nu de sentimentele, opiniile, atitudinile şi valorile personale. Totodată, intermediarii au nevoie de suport structural din partea organizaţiilor lor. Politicile şi practicile organizaţiei, la rândul lor, trebuie să fie în concordanţă cu prevederile internaţionale privind drepturile omului.

Acest manual se bazează pe prevederile internaţionale privind drepturile omului şi are ca scop dezvoltarea cunoştinţelor şi aptitudinilor intermediarilor în următoarele sfere:

- sex şi sexualitatea tinerilor cu dizabilități;
- legislaţia şi cadrul general al drepturilor omului;
- valorile şi atitudinile lor;
- cunoştinţele lor despre sex, sexualitate şi conceptele SDSR;
- abilităţile lor de a oferi informaţii privitoare la SDSR şi de a da sfaturi folosind un limbaj uşor de înţeles;
- implementarea de schimbări structurale în cadrul organizaţiei lor.


Cadrul internaţional al drepturilor omului
Legislaţie
Cultura
Familie
Instituţie
Religie
Opinii, valori, atitudini, norme, prejudecăţi, convingeri, cunoştinţe personale
Mesajul nostru
Acţiunile noastre
Sentimente şi emoţii

Introducere

Creaţi un mediu sigur pentru participanţi în care se pot discuta subiecte sensibile. Stabiliţi reguli de grup şi faceţi referire la ele pe parcursul instruirii.

Exerciţii sugerate:
- Acordurile PASACESOR
- Prezentaţi-vă (1)
- Prezentaţi-vă (2)

Sex şi sexualitatea tinerilor cu dizabilităţi

Această secţiune conţine exerciţii ce pot fi folosite pentru discutarea şi explorarea realităţilor reproductive şi sexuale, a cunoştinţelor, a dezvoltării şi a comportamentului tinerilor cu dizabilități locomotorii: cum diferă acestea de cele ale altor tineri? Care sunt nevoile lor speciale şi în ce mod dizabilitatea lor afectează comportamentul şi dezvoltarea lor sexuală? Ce impact pot avea intermediarii asupra vieţii sexuale a tinerilor cu dizabilități locomotorii? Care sunt responsabilităţile intermediarilor în această privinţă? De ce ajutor au nevoie intermediarii?

Exerciţii sugerate:
- Amicul tău de călătorie
- Ierarhia nevoilor definită de Maslow
- Comportamentul sexual al tinerilor cu dizabilități locomotorii

Legislaţia şi cadrul general al drepturilor

Drepturile sexuale sunt drepturi ale omului asociate cu sexualitatea. Drepturile sexuale se aplică tuturor. Cum se aplică ele la persoanele cu dizabilități locomotorii? Există legislaţie naţională? Sunt politicile instituţiei (dacă există) în concordanţă cu cadrul internaţional privind drepturile omului? Cum se pot asigura intermediarii că acţiunile lor asupra tinerilor cu dizabilități locomotorii şi mesajele pe care le transmit acestora sunt în concordanţă cu cadrul internaţional privind drepturile omului?

Acest manual conţine exerciţii care au scopul de a clarifica conceptul drepturilor sexuale ca drepturi ale omului şi de a răspunde câtorva din întrebările de mai sus.

Notă: În cadrul pregătirii discuţiilor cu intermediarii pe această temă trebuie analizat cadrul legal internaţional şi naţional privind drepturile omului. Manualul de bune practici prezintă link-uri cu cadrul internaţional şi cel al Uniunii Europene privind drepturile sexuale ale tinerilor cu dizabilități.

Exerciţii sugerate:
- Chestionar “Sex şi lege“
- Explorarea legislaţiei, politicilor locale, instrucţiunilor şi practicilor profesionale – Studii de caz
- Percepţii

- Acţiune în instanţă
- Drepturi sexuale
- Studiu privind drepturile omului

Valori şi atitudini

Înţelegerea valorilor intermediarilor este importantă deoarece ele determină şi influenţează comportamentul şi atitudinile lor.

Valorile ne determină comportamentul şi ne motivează acţiunile. Convingerile afectează nu numai comportamentul unui individ ci şi pe cel al unei organizaţii. Ele sunt generate de religia noastră, de mediul social, cultura, educaţia, vârsta, sexul şi identitatea sexuală, experienţa şi orientarea sexuală.

Valorile noastre pot determina abilitatea noastră de a identifica, stopa şi reacţiona în faţa unui abuz. Ele pot influenţa şi dorinţa noastră de a educa persoanele cu dizabilități locomotorii în privinţa sexului, sănătăţii sexuale şi a relaţiilor.

Manualul conţine exerciţii care urmăresc clarificarea valorilor şi opiniilor intermediarilor cu privire la sex şi sexualitatea tinerilor cu dizabilități locomotorii şi care au scopul de a atrage atenţia asupra posibilelor conflicte între valorile şi normele personale, pe de o parte, şi cele profesionale, pe de altă parte. Este important pentru echipă să aibă un punct de vedere comun: să poată susţine în mod adecvat persoanele în dezvoltarea lor sexuală şi, în acelaşi timp, să ofere sprijin pentru personalul profesional.

Exerciţii sugerate:
- Continuum-ul sexualităţii
- Mituri
- Povestea mea
- Afirmații
- Sexualitatea şi cultura
- Ilustrate
- Sistemul de valori

Cunoştinţe despre sex, sexualitate şi alte concepte SDSR

Intermediarii trebuie nu doar să se simtă încrezători atunci când vorbesc despre sex şi sexualitate, ci trebuie să aibă şi informaţii corecte şi să înţeleagă toate conceptele relevante.

Această secţiune sugerează exerciţii care pot fi folosite pentru a îmbunătăţi cunoştinţele intermediarilor în domeniul SDSR.

Exerciţii sugerate:
- Cunoştinţe despre grupul ţintă şi sexualitate
- Corpul uman
- Sexualitatea: concept şi dimensiuni

- Definiţia Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii pentru sănătatea sexuală
- Corpul uman
- Corpul uman (2)
- Dezvoltarea sexuală
- Provocări emoţionale şi psihice în pubertate
- Listă cu zone şi activităţi sexuale – senzuale
- Cum o spun?
- Terminologie

Oferirea de informaţii şi sfaturi SDSR

Tema sex şi a sexualitate nu trebuie să fie tabu în conversaţiile şi discuțiile noastre cu persoanele cu dizabilități locomotorii. Ei trebuie să poată să îi întrebe pe cei care îi îngrijesc, iar aceştia trebuie să poată să răspundă, să le ofere sfaturi sau cel puțin să îi îndrume către o persoană care are mai multe cunoştinţe şi competenţe în materie.

Această secţiune conţine exerciţii care permit intermediarilor să îşi exerseze abilităţile de a vorbi despre sex şi sexualitate cu persoanele cu dizabilități locomotorii, să răspundă întrebărilor lor, să le dea sfaturi şi să le ofere informaţii despre sexualitate într-un limbaj uşor de înţeles.

Exerciţii sugerate
- Condiţii necesare pentru a vorbi despre sex
- Începe cu Introducerea
- Întrebări despre sexualitate
- Carusel
- Carusel (2)
- Lucrul cu materialele IEC pentru clienţii voştri

Implementarea schimbării în organizaţie – prevenirea şi răspunsul la abuz

Intermediarii trebuie să fie susţinuţi de superiorii lor, directori şi organizaţie pentru ca schimbarea să aibă loc. Dacă aceştia trebuie să dezvolte abilităţile tinerilor să se protejeze împotriva violenţei şi abuzului sexual, atunci în cadrul instituţiei unde trăiesc tinerii sau îşi petrec cea mai mare parte a timpului, trebuie să se implementeze schimbări structurale.

În instituţie se impun schimbări pentru a se asigura funcţionarea unor mecanisme care
- vor răspunde la comportamentul neadecvat şi abuz;
- vor preveni existenţa comportamentului neadecvat şi a abuzului şi
- vor îmbunătăţi calitatea vieţii (sexuale) a tinerilor cu dizabilități locomotorii.

Exerciţiile din acest capitol vor ajuta intermediarii şi pe toţi cei care lucrează în aceeaşi instituţie/organizaţie să facă primii paşi în a induce schimbarea în aceste trei arii.

Exerciţii sugerate
- Caruselul corpului

- Să construim o casă
- Inhibăm sau facilităm...?
- Drepturile sexuale ale tinerilor cu dizabilități locomotorii
- Sistemul steguleţului
- Sexualitatea pe agenda noastră
- Planifică – realizează – studiază - acţionează
- Abuzul sexual într-o situaţie de îngrijire – studiu de caz

Evaluare

Ce am învăţat şi cum vom integra cele învăţate în vieţile noastre de zi cu zi?

Exerciţii sugerate

- Pană sau alună?
- Lucrurile pe care le voi studia
- Sunt în stare să răspund la întrebări?
- Scara colegialităţii

Învaţă mai mult – resurse şi instrumente

Cele mai multe dintre exerciţiile care sunt incluse în acest manual fac parte din instrumentele create de Asociaţiile Membre ale IPPF EN care au dezvoltat acest manual. O scurtă descriere a fiecăruia dintre aceste instrumente şi alte resurse relevante pot fi găsite online şi nu fac parte din versiunea tipărită a manualului.

EXERCIȚII

Introducere

Acordurile PASACESOR	
Subtitlu	Acest acronim rezultă dintr-un număr de reguli pe care le agreezi cu grupul înainte de a începe sesiunea
Obiective	• Să creezi o atmosferă sigură în cadrul grupului. • Să dezvolţi o relaţie de încredere atât între instructori şi studenţi cât şi a studenţilor între ei
Materiale necesare	• Tablă de scris/Flipchart • Fişa PASACESOR
Durata	15 minute
Metodologie	• Solicitaţi grupului să respecte un număr de reguli pe timpul şi după încheierea sesiunilor. • Scrieţi literele PASACESOR una sub alta pe tabla de scris/flipchart. Completaţi cuvântul pentru fiecare literă şi explicaţi semnificaţia. • Pentru a încheia, întrebaţi dacă fiecare este de acord cu regulile propuse. • Participanţii pot propune adăugarea unor noi reguli.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	• Asiguraţi-vă că regulile sunt şi rămân uşor vizibile pe parcursul lecţiei astfel încât întotdeauna să se poată face referire la ele. sau • Daţi fiecărui participant o fişă cu reguli.
Sursă	Sensoa, “Goede Minnaars “ (Good Lovers)

Fişă de lucru – PASACESOR

Ne vom concentra pe următoarele reguli în timpul şi după terminarea sesiunilor de lucru:

P - Privat
Aspectele personale discutate în cadrul grupului sunt confidenţiale şi rămân în cadrul grupului. Nu folosim în alte situaţii lucrurile pe care le auzim aici; această regulă se aplică şi instructorilor.

A - Activ
Fii activ în grup. Noi îţi oferim o mulţime de posibilităţi pentru a determina despre ce vrei să vorbeşti astăzi, deci nu aştepta pasiv ca altcineva să preia iniţiativa.

S – Selectiv
Fii selectiv în ceea ce spui şi în ceea ce nu spui. Nu totul este adecvat spre a fi împărtăşit cu toată lumea şi este în regulă să îţi păstrezi sentimente şi gânduri pentru tine dacă nu te simţi confortabil să le împărtăşeşti grupului.

A - Ascultă
Dacă ne ascultăm unii pe alţii, vom avea o discuţie mai bună.

C - Cultura
Cultura mea este unicul mod în care am învăţat să respect valorile şi tradiţiile. Pot să îmi respect cultura şi respect şi cultura celorlalţi.

E – „Eu”
Vorbim despre noi înşine, despre experienţele şi sentimentele noastre, despre părerile noastre etc. Suntem deschişi şi oneşti în ceea ce spunem.

S - Sexualitate
Sexualitatea nu înseamnă numai să te culci cu cineva; sexul este prezent şi în mintea şi sentimentele tale. Vorbim despre toate formele de sex şi toată lumea poate să se alăture discuţiei. În felul în care privim sexul sunt diferenţe majore între culturi diferite şi oameni diferiţi (bărbaţi şi femei, tineri şi bătrâni).

O - Orientarea
Oamenii pot fi heterosexuali, homosexuali, lesbiene sau bisexuali. Indiferent de orientarea ta sexuală, reţine faptul că fiecare este unic şi merită să fie respectat.

R - Râsul
Umorul este important şi este bine să descărcăm subiectele foarte tensionate. Cu toate acestea, nu este acceptabil să râdem de ceilalţi. Este important să şi ascultăm, nu numai să vorbim.

Prezentaţi-vă	
Subtitlu	Solicitarea de prea multe detalii
Obiective	Să dezvoltăm conştientizarea cu privire la respectare dreptului la intimitate al oamenilor cu dizabilități locomotorii.
Materiale necesare	Nu
Metodologie	1. Cereţi participanţilor să se prezinte grupului: Cereţi-le să îşi spună numele, funcţia etc.(lucruri uzuale) şi Adăugaţi că vreţi să ştiţi şi vârsta lor/greutatea/orientarea sexuală. 2. Acordaţi-le un moment pentru a reflecta. În realitate, voi nu aveţi nevoie de aceste informaţii de detaliu, îi faceţi să creadă pentru o clipă la ce vă aşteptaţi ca ei să împărtăşească grupului. 3. Reasiguraţi-i din nou ca voi nu vreţi să aflaţi greutatea lor/vârsta lor/orientarea lor sexuală. 4. Întrebați-i cum s-au simţit în faţa acestor întrebări.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu va permite participanţilor să experimenteze aceleaşi sentimente pe care le au clienţii lor atunci când le sunt adresate tot felul de întrebări personale. Este o experienţă interesantă pentru că cei mai mulţi participanţi nu realizează faptul că ei le cer clienţilor lor tot felul de informaţii pe care ei înşişi nu le-ar împărtăşi altora.
Sursă	Sensoa – Asociaţia membră IPPF din Belgia

Prezentaţi-vă (2)	
Subtitlu	"Căutat"
Obiective	Participanţii se prezintă celorlalţi şi se cunosc între ei. Participanţii experimentează un exerciţiu pe care l-ar putea folosi în sesiunile lor cu persoanele cu dizabilități locomotorii.
Materiale necesare	• Material de lucru – „Căutat" • Aparat de fotografiat Polaroid pentru a face fotografii
Durata	5 minute pentru fiecare participant
Metodologie	1. Daţi fiecărui participant un afiş "Căutat" 2. Acordaţi participanţilor 5 minute pentru a completa afişul: cine sunt, ce le place şi cu ce se ocupă. 3. Cereţi fiecărui participant să se prezinte pe scurt pe baza informaţiilor pe care le-a menţionat pe afiş. 4. Faceţi fiecărui participant o fotografie şi ataşaţi-o pe afişul lor. 5. Puneți afişele pe perete pentru ca informaţiile să fie vizibile tuturor.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acesta este un exerciţiu pe care intermediarii îl pot face cu persoane cu dizabilități locomotorii. Afişul este foarte elocvent. Dacă persoanele cu dizabilități locomotorii au probleme cu scrisul, acest exerciţiu poate fi făcut prin folosirea imaginilor preluate din media şi cu ajutor din partea intermediarului sub forma unui scurt interviu.
Sursă	Pro Familia – Asociaţia membră IPPF din Germania

Fişă de lucru - Căutat

Eu sunt

Eu locuiesc.....

.....

Eu lucrez.....

.....

Imi place.....

.....

Cunoaşte grupul ţintă

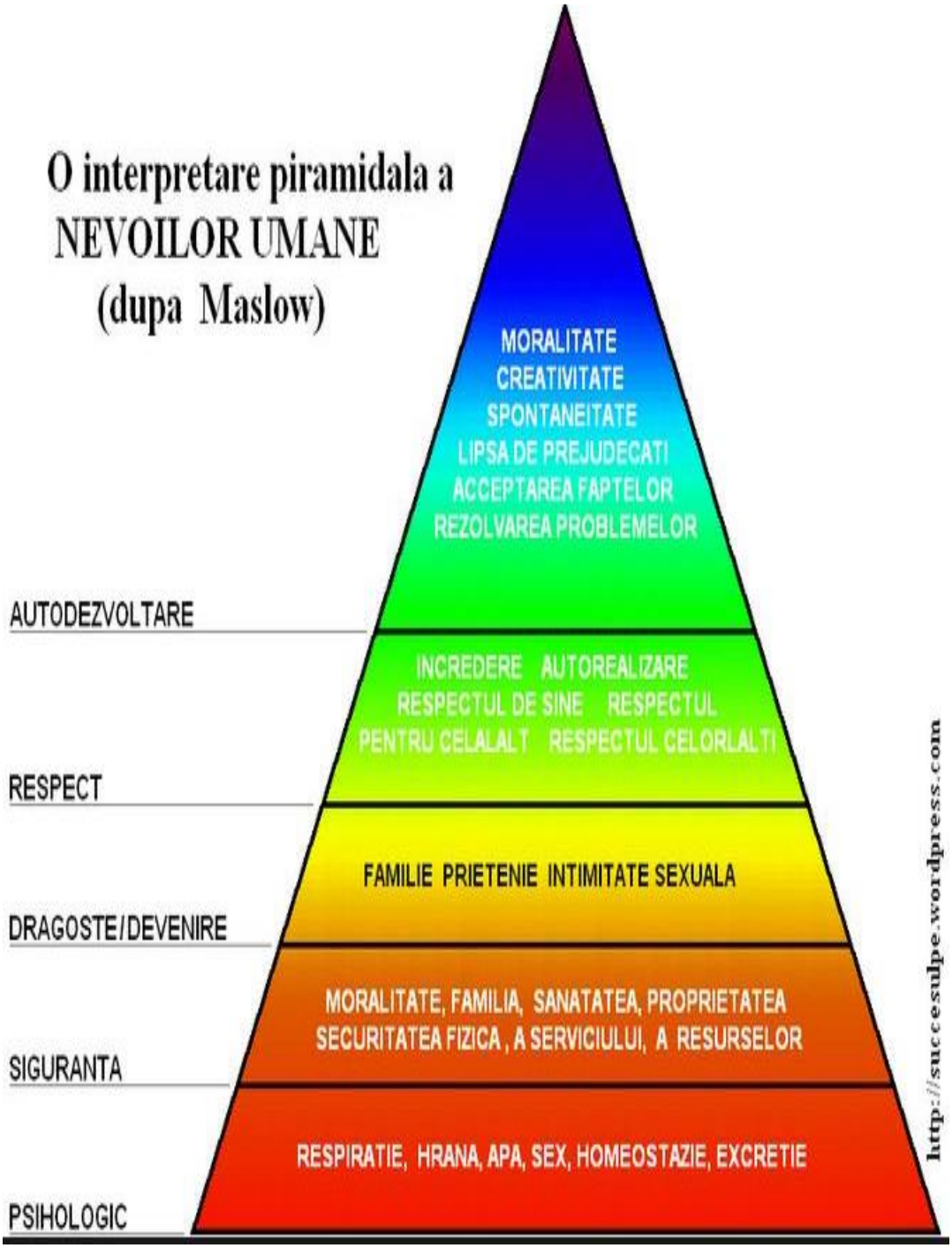
Amicul tău de călătorie	
Obiective	A-i aduce pe participanţi cât mai aproape de grupul lor ţintă.

Metodologie	• Cereţi participanţilor să descrie un tânăr cu dizabilități locomotorii pe care îl cunosc mai mult sau mai puţin.
	
	• Această persoană va fi "Amicul lor de călătorie" pe durata instruirii. Ori de cate ori va fi posibil, ei vor asocia cu această persoana exerciţiul pe care îl fac în cadrul instruirii – spre exemplu:
	
	  ○ Care ar fi experienţa lui/ei?
	  ○ Ce limbaj sexual foloseşte el/ea?
	  ○ Ar putea el/ea să fie victima unui abuz sexual? De ce?
	
	• Cereţi fiecărui participant să prezinte grupului amicul lui de călătorie.

Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Puteţi alege să-i lăsaţi pe participanţi să între în rolul amicului de călătorie pe care l-au ales. În acest caz, fiecare participant se prezintă cu '' Eu sunt… '' şi, spre exemplu, poate spune ''Nu am primit nici un fel de educaţie sexuală, dar pretind că ştiu tot''. In exerciţiul care urmează facilitatorul poate să aleagă această opţiune. În acest fel, discuţiile pot fi mult mai profunde. Cu toate acestea, unii participanţi pot considera această abordare ca ''ciudată'' şi se pot opune. Poţi încuraja participanţii să facă diferenţa între fapte şi cum îl *percep* ei pe amicul lor, prin întrebări de tipul: • Ce ştii despre el/ea? • De ce crezi asta? • Cum se face că tu crezi asta? • Ce te face să crezi asta? Poţi să îi încurajezi pe participanţi chiar să se consulte cu amicul lor de călătorie. Cum ar experimenta el diferite situaţii?
Sursă	Rutgers WPF, Manual de instruire dezvoltat pentru instruirea de bază „Sexuality in the JJI" (nepublicat)

Maslow – Ierarhia nevoilor	
Obiective	Participanţii vor deveni conştienţi de nevoia de bază a tinerilor cu dizabilități locomotorii de a avea relaţii sexuale.
Materiale necesare	• Maslow – Piramida nevoilor (formular necompletat) • Carduri cu nevoile definite de Maslow • Maslow - Structura ierarhiei nevoilor
Durata	40 minute: 10 minute introducerea; 20 minute pentru activitate; 10 minute pentru discuţii şi concluzii
Metodologie	• Cereţi participanţilor să se grupeze câte 3 sau 4. • Daţi fiecărui participant formularul cu piramida împreună cu cardurile cu cuvinte care reprezintă fiecare nevoie din piramidă. • Cereţi fiecăruia să pună cuvintele pe fiecare nivel după propria ordine privind nevoile de bază (fiziologice), siguranţa, nevoile sociale, respectul de sine şi realizarea personală. Cărui nivel aparţine fiecare nevoie, după părerea lor? • Cereţi participanţilor să explice rezultatul muncii lor. • Arătaţi participanţilor piramida lui Maslow şi discutaţi cum au poziţionat grupurile nevoile lor în comparaţie cu piramida lui Maslow. Acordaţi o atenție specială nivelului pe care au aşezat sexul şi intimitatea sexuală. • Cereţi participanţilor să discute această structură în termenii nevoilor tinerilor cu dizabilități locomotorii şi măsura în care aceste nevoi sunt satisfăcute. Care sunt nevoile nesatisfăcute? Unde ar aşeza persoanele cu dizabilități locomotorii sexul şi intimitatea pe piramidă?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	In timpul acestui exerciţiu acordaţi atenţie locului în care participanţii pun ‘sex’ pe structura piramidei. Această piramidă a nevoilor este aceeaşi pentru fiecare fiinţă umană - inclusiv pentru persoanele cu dizabilități locomotorii. Cu toate acestea, acest lucru nu înseamnă că toate nevoile sunt satisfăcute pentru fiecare fiinţă umană. Această discuţie poate genera ideea că fiecare are o definiţie diferită pentru ce este „sexul”. Intimitatea sexuală este foarte diferită de sex. Acest lucru trebuie subliniat şi trebuie să reprezinte o parte a discuţiei în grup. Sexul este o cerinţă de bază pentru supravieţuire şi este pe acelaşi

	nivel cu hrana, excreţia, adăpostul etc., în timp ce intimitatea sexuală şi relaţiile sunt poziţionate mai sus pe piramidă şi nu toată lumea îşi satisface aceste nevoi. Mesajul principal de subliniat este că persoanele cu dizabilități locomotorii nu au acces la a beneficia şi a-şi exercita drepturile de baza pentru a face sex şi a avea relaţii sexuale.
Sursă	Irish Family Planning Association - Departamentul de instruire, 2012.

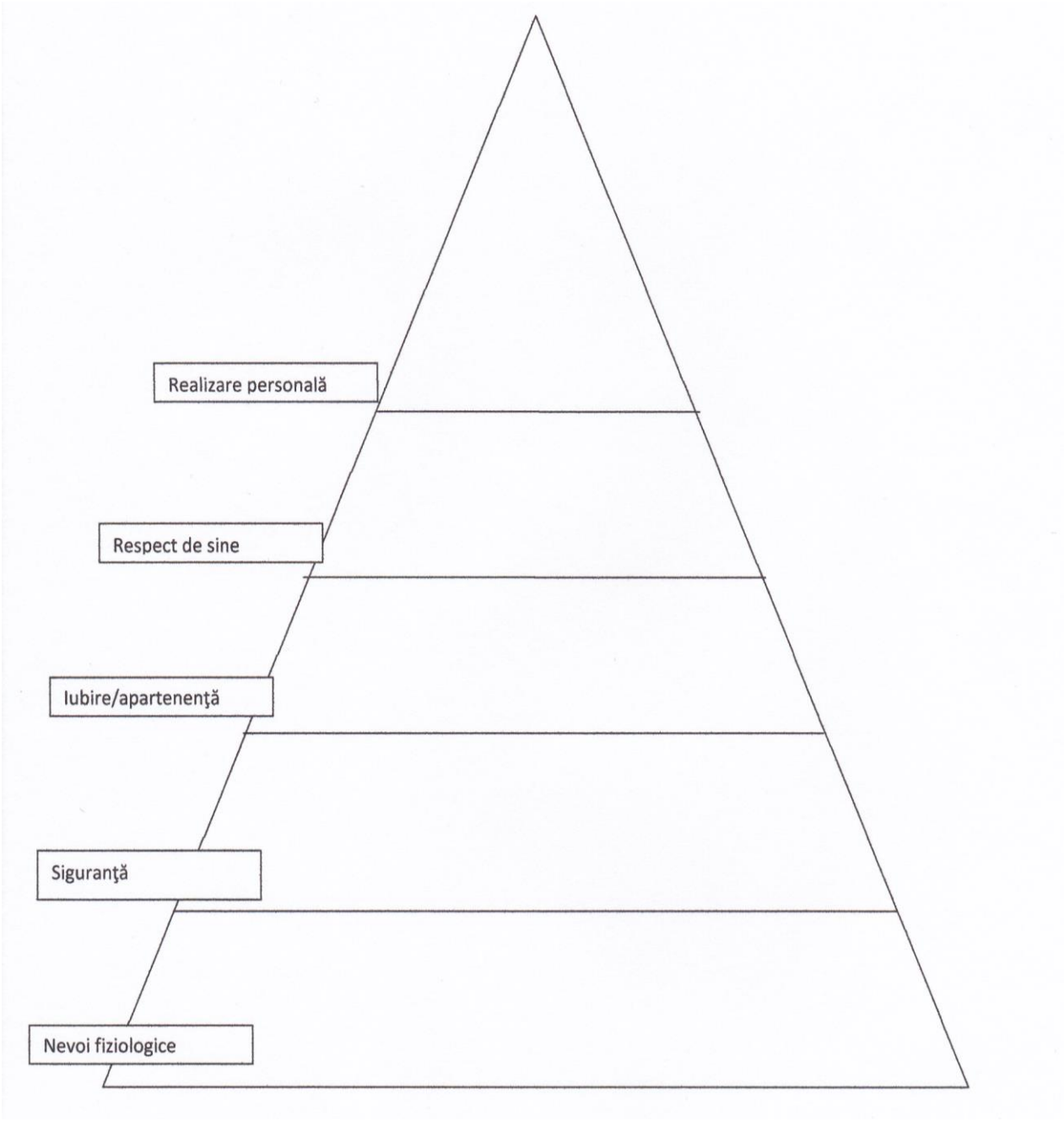

O interpretare piramidala a
NEVOILOR UMANE
(dupa Maslow)
MORALITATE
CREATIVITATE
SPONTANEITATE
LIPSA DE PREJUDECATI
ACCEPTAREA FAPTELOR
REZOLVAREA PROBLEMELOR
AUTODEZVOLTARE
INCREDERE AUTOREALIZARE
RESPECTUL DE SINE RESPECTUL
PENTRU CELALALT RESPECTUL CELORLALTI
RESPECT
FAMILIE PRIETENIE INTIMITATE SEXUALA
DRAGOSTE/DEVENIRE
MORALITATE, FAMILIA, SANATATEA, PROPRIETATEA
SECURITATEA FIZICA, A SERVICIULUI, A RESURSELOR
SIGURANTA
RESPIRATIE, HRANA, APA, SEX, HOMEOSTAZIE, EXCRETIE
PSIHOLOGIC
http://succesulpe.wordpress.com

Fişă de lucru – Maslow - Piramida nevoilor

Faceţi carduri pe care scrieţi câte un singur cuvânt:

Moralitate	Creativitate	Spontaneitate
Rezolvarea problemelor	Lipsa de prejudecăţi	Acceptarea faptelor
Auto-preţuire	Încredere	Realizare personală
Respect faţă de alţii	Respectat de ceilalţi	Prietenie
Familie	Intimitate sexuală	Siguranţa corporală
Siguranţa locului de muncă	Siguranţa resurselor	Siguranţa moralităţii
Siguranţa familiei	Siguranţa sănătăţii	Siguranţa proprietăţii
Respiraţie	Hrană	Apă
Sex	Somn	Homeostazie
Excreţie		

Fişă de lucru- Piramida Maslow



Comportamentul sexual al tinerilor cu dizabilități locomotorii

Subtitlu	Brainstorming - Exemple de comportamente sexuale ale tinerilor cu dizabilități locomotorii
Obiective	• Să înţelegem că persoanele cu dizabilități locomotorii au propria lor viaţă sexuală şi experienţe de sexualitate. • Să înţelegem că sexualitatea este un concept foarte larg. • Să apreciem aspectele pozitive ale comportamentului sexual şi să nu vedem sexualitatea doar ca pe o sursă a unui comportament problematic.
Materiale necesare	Coli Flipchart, marker
Metodologie	**1.** Cereţi participanţilor să descrie comportamentul sexual al tinerilor cu dizabilități locomotorii pe baza observaţiilor lor. **2.** Scrie exemplele lor într-o matrice, împărţindu-le în 4 grupe. **Notă**: Încă nu explicaţi participanţilor criteriul după care aţi format cele 4 grupe şi încă nu le arătaţi capul de tabel şi coloana din stânga.

	Negativ (sexul ca problemă)	Pozitiv (sexul ca şansă)
Definiţie restrânsă (genital)	de ex., masturbarea în locuri publice	
Definiţia extinsă (intimitate)		De ex.

3. În final explicaţi modul de clasificare (prin adăugarea capului de tabel şi a coloanei din partea stângă) şi discutaţi:

- Sunt rubrici libere? Care anume?
- Sunt exemple foarte cuprinzătoare (cum ar fi găsirea unui partener?)
- Sunt menţionate exemple mai multe în categoria definiţii lor restrânse?

	4. Sunt listate mai multe comportamente în categoria celor problematice? 5. Explicaţi importanţa folosirii definiţiei extinse şi a abordării pozitive. Dacă exemplele negative sunt predominante, daţi grupului o nouă sarcină: să vină cu mai multe exemple pozitive şi vedeţi dacă pot face acest lucru.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Explicaţi - conceptul sexualităţii este foarte larg şi poate fi definit în multe moduri. Toate aceste aspectele fac parte din viața tinerilor cu dizabilități locomotorii şi ei trebuie să aibă autonomia propriei persoane în cea mai mare măsură posibilă. În mod cert, intermediarii au responsabilitatea de a oferi sprijinul personalizat necesar, acolo unde este nevoie, ori de câte ori este cerut. Este foarte important pentru persoanele cu dizabilități locomotorii să deţină controlul asupra propriilor lor vieţi: ar trebui să fie în stare să ia propriile decizii cu privire la relaţii, sexualitate şi asupra lucrurilor pe care vor să le facă. Amintiţi acest lucru participanţilor ori de câte ori par să îl uite.
Sursă	Sensoa, ‘Draaiboek Seks en Handicap’, Karen De Wilde; nepublicat.

Legislaţie şi drepturi

Chestionar “Sex şi lege”	
Subtitlu	Legislaţia privind protecţia copiilor, a adulţilor vulnerabili, sănătăţii mentale şi infracţiunilor sexuale
Obiective	• Să determine conştientizarea, înţelegerea şi cunoaşterea legislaţiei în aceste domenii, să putem fie să dezvoltăm sau să îmbunătăţim politici şi linii directoare pentru a le implementa la nivel local, regional şi naţional. • Să stabilească cadrul legislativ care să asigure protecţia copiilor vulnerabili şi a adulţilor tineri. • Să îndrume instituţiile/organizaţiile pentru a crea sau dezvolta politici şi linii directoare referitoare la sexualitate care să stea la baza implementări programelor lor de instruire.
Materiale necesare	• Copii ale legislaţiei naţionale în domeniul protecţiei copilului, adulţilor vulnerabili, sănătăţii mentale şi infracţiunilor sexuale. • Chestionar • Prezentare în PowerPoint a aspectelor cheie din legislaţia aplicabilă relevantă
Durata	60 minute
Metodologie	1. Daţi intermediarilor chestionarele şi rugaţi-i să le completeze individual. 2. Cereţi-le să discute în perechi, să compare diferenţele şi răspunsurile lor. 3. Cereţi-le să împărtăşească răspunsurile lor cu grupul şi facilitaţi procesul. 4. Conduceţi discuţia cu ajutorul prezentării Power Point a aspectelor cheie din legislaţia aplicabilă relevantă
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu are nevoie de pregătire din partea facilitatorului. Înainte de a face acest exerciţiu, puteţi cere grupului să spună care sunt temerile lor referitoare la sex şi sexualitatea tinerilor cu dizabilităţi locomotorii. Unele (sau multe) temeri pot avea legătură cu legea şi legislaţia. Acest chestionar poate fi un mod de a răspund acestor temeri. Adunaţi chestionarele şi Citiţi politicile şi legislaţia relevantă şi adaptaţi chestionarul la contextul naţional.

	Pregătiţi o prezentare în PowerPoint care oferă răspunsul corect la fiecare întrebare. Asiguraţi-vă că sunteţi bine informat cu privire la legislaţie şi aveţi răspunsurile corecte la întrebările din chestionar. Nu includeţi întrebări de al căror răspuns corect nu sunteţi siguri. E posibil să aveţi nevoie de consiliere juridică pentru a vă asigura că răspunsurile voastre la fiecare întrebare din chestionar sunt corecte.
Sursă	UKFPA ‘Good sexual health for people with learning disabilities – Westminster Project’, Training manual for professionals supporting people with learning disabilities, paginile 4-7 Copie electronică disponibilă la IPPF EN; nu este disponibilă gratuit on-line

Fişă de lucru chestionar legislație,

Material de lucru - Chestionar

Chestionarul de mai jos este cel folosit în UK de UKFPA. Pentru a fi folosit în altă ţară, el trebuie adaptat legislaţiei şi contextului naţional.

Pot fi adăugate întrebări suplimentare privitoare la:

- Folosirea fotografiilor (nud sau semi-nud), imaginilor şi media.
- Pentru "sexting" (trimiterea de poze nud /semi-nud unei iubite/unui iubit sau prieten) prin camera web etc.: Sunt tinerii protejaţi prin lege – sau pot fi urmăriţi penal dacă folosesc aceste poze mai târziu pentru a-l intimida pe celălalt tânăr? Poate fi o asociere cu pornografia infantilă?
- Pentru educaţia sexuală: este permis?

- Manipularea psihologică prin webcam (webcam grooming[1]): ce legislaţie protejează tinerii
- Accesul la educaţia sexuală: este obligatorie educaţia sexuală?
- Ce faci în cazul unul abuz sexual: obligaţia de a raporta - obligație de a te implica?

1. Un tânăr de 16 ani cu dizabilităţi poate să-şi schimbe doctorul fără consimțământul părinţilor.

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

2. **Conform legislației, este delict ca o persoana să aibă relaţii sexuale cu un copil sub ce vârsta?**

18 ☐ 16 ☐ 13 ☐

3. Dacă un medic prescrie metode de contracepţie sau își dă acordul pentru un avort, pentru o persoana sub 16 ani, această este legal obligata să:

Spună părinţilor ☐ Informeze politia ☐ Păstrează confidenţialitatea ☐

4.Violul este singurul abuz sexual care poate fi comis doar de bărbat.

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

5.Pornografia: care din cele de mai jos sunt legale?

a) deținerea de materiale pornografice cu adulți
b) deținerea de material pornografic cu copii
c) deținerea de material pornografic cu adulți care arata precum copii
d) vizionarea pe internet a imaginilor pornografice care înfățișează copii

---

[1] Grooming (manipularea psihologică) cuprinde toate acţiunile întreprinse în mod deliberat cu scopul de a se împrieteni sau de a stabili o legătura emoțională cu un copil, pentru a-i diminua inhibiţiile, în vederea pregătirii unui atac sexual sau pentru a exploata copilul.

e) transmiterea de material pornografic prin corespondenta

6.Poti fi condamnat pentru expunere indecentă chiar şi fără intenția de a crea panică sau suferință.

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

7. Este legal să plătești pentru serviciile sexuale o persoana în vârsta de 17 ani.

Adevărat ☐ False ☐ Poate ☐

8. Care este vârsta la care poți consimți cu privire la actele homosexuale?

Pentru bărbați:		pentru femei:	
14	☐	14	☐
16	☐	16	☐
18	☐	18	☐
21	☐	21	☐

9. Este ilegal să te implici intr-o activitate sexuală cu o persoana cu tulburări mentale.

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

10. Este ilegal pentru un îngrijitor să întrețină relaţii sexuale cu o persoana cu tulburări mentale pe care o au în îngrijire.

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

11. **Este legal să minți o persoana cu tulburări mentale pentru a întreține relaţii sexuale cu ea.**

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

12.Sterilizarea nu poate fi făcuta unui adult fără acordul lui/ei.

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

13. Un membru al personalului angajat poate fi probabil condamnat dacă învață o persoana cu dizabilităţi să se masturbeze.

Adevărat ☐ Fals ☐ Poate ☐

14. Care din aceste teste poate fi folosit pentru a aprecia capacitatea cuiva de a discerne? (încercuiți pe cele valabile).Dacă cineva este în stare să:

a)înțeleagă informaţia relevanta pentru decizie
b) folosească sau cântărească informaţia relevanta pentru decizie
c) tină minte informaţia relevanta pentru decizie
d) comunice decizia

Explorarea legislaţiei, politicilor naţionale, ghidurilor şi protocoalelor profesionale	
Subtitlu	Studii de caz despre persoane cu dizabilități locomotorii în situaţii de potenţial abuz sexual sau violenţă.
Obiective	Să stabilească o legătura între legislaţia naţionala, politicile existente privind dezvoltarea acelei legislaţii şi practicile naţionale folosite pentru implementarea legislaţiei şi a politicilor.
Materiale necesare	• Cinci studii de caz care reflectă cultura, obiceiuri/cutume/instituţii şi rolurile profesionale ale intermediarilor. Ele trebuie să reprezinte situaţii credibile despre posibilul abuz sexual/ violenţă asupra tinerilor cu dizabilități locomotorii. • Copii ale legislaţie naţionale şi ale politicilor/reglementărilor existente cu privire la protecţia copilului, a adulţilor vulnerabili, a sănătăţii mentale şi a infracţiunilor sexuale. • Dacă instituţia are politici proprii, analizaţi-le înainte de această sesiune.
Durata	45 minute
Metodologie	**1.** Împărțiți participanţii în grupuri mici sau perechi. **2.** Cereţi fiecărui grup/pereche să aleagă două din cele patru sau cinci studii de caz, pe baza nevoilor lor profesionale specifice. **3.** Sau Puteţi alege un studiu de caz care să fie discutat de către toate grupurile/perechile. **4.** Cereţi-le să identifice orice legislaţie sau orice parte din politicile referitoare la sexualitate disponibile care sunt folosite în rezolvarea cazului şi orice acţiune care trebuie să fie întreprinsă de către intermediarul care participă la instruire pentru a proteja persoanele cu dizabilități locomotorii implicați: a. Ce *simţi* despre acest studiu de caz? Ce emoţii şi gânduri v-a provocat? b. Identificaţi ce lege este incriminată aici? Încalcă

	cineva legea (dacă da, ce lege)? c. Instituţia voastră are politici care vă ajută să implementaţi legea/legislaţia? d. Ce aţi fi făcut dacă această situaţie s-ar fi întâmplat la locul vostru de muncă? **5.** Cereţi fiecărui grup să prezinte în plen concluziile lor. **6.** Cereţi celorlalţi participanţi să dea feed-back.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu necesită o pregătire atentă. Facilitatorul trebui să fie bine familiarizat cu legislaţia relevantă, cu politicile şi reglementările existente. E posibil ca instituţiile să nu aibă implementate politici cu privire la sex şi sexualitate. Acest exerciţiu poate fi un punct de plecare pentru a discuta importanţa şi relevanţa acestor politici.
Sursă	UKFPA - Asociaţia membră IPPF din Anglia ‘Good sexual health for people with learning disabilities – Westminster Project’, Training manual for professionals supporting people with learning disabilities, paginile 8-11 Copie electronică disponibilă la IPPF EN; nu este disponibilă online gratis.

Fişă de lucru - Exemple de studii de caz

Studiul de caz A: Andrei

Andrei este un client în vârsta de 14 ani cu dizabilităţi locomotorii. El este foarte apropiat de mama lui, care este singurul sau părinte şi, în multe feluri, îl tratează ca pe un copil mic. Mama lui este văzută des cum se întinde pe patul lui şi îl îmbrăţişează în timp ce se uită la televizor. Andrei se supără adesea când mama lui pleacă după o vizită şi poate deveni foarte agitat atunci când ea trebuie să sosească. Andrei este în general tăcut şi închis şi refuză prieteniile care i-au fost oferite în cadrul instituţiei. Atunci când nu este cu mama lui, Andrei preferă propria lui companie şi poate sta mult timp singur.

Intr-o zi, după ce Andrei şi mama lui au venit de la plimbare, mergi în camera lui Andrei să vorbeşti cu ei despre o excursie care va avea loc săptămâna viitoare. Când baţi la uşă, auzi diverse zgomote puternice, iar mama lui Andrei răspunde foarte fâstâcită. Îl vezi pe Andrei, închizându-şi fermoarul la prohab.

Ce simţi despre acest studiu de caz? Ce emoţii şi gânduri ţi-a provocat?

Identifică ce lege este incriminată aici? Încalcă cineva legea (dacă da, ce lege)?

Instituţia ta are politici care să te ajute să implementezi legea/legislaţia?
Dacă nu, ce ar trebui făcut?
Dacă da, ce spun politicile referitor la această situaţie?

Ce aţi fi făcut dacă această situaţie s-ar fi întâmplat la locul vostru de muncă?
Conform legii/politicilor?
Conform practicilor din instituţie?

Studiu de caz C: Mihai

Lucrezi cu persoane cu dizabilități locomotorii care manifestă comportamente sexuale inadecvate.

Ţi s-a cerut să vii să lucrezi cu un tânăr de 18 ani, Mihai, care atinge tinerele fete din cadrul centrului de zi. Mihai atinge fundurile femeilor tinere când este lângă ele.

Mihai este un băiat prietenos, distractiv, căruia îi place compania altora, în special a femeilor. Mihai este inteligent, înţelege bine lucrurile şi este foarte interesat de biologie la şcoală.

Recent, Mihai a fost găsit cu un chilot din dantelă, pentru femei, pe care acesta îl lua cu el în baie.

Studiu de caz D: Sorin şi Radu

Eşti asistentă medicală şi lucrezi pentru diferite organizaţii. Te ocupi de educaţia sexuală şi relaţională în cadrul unui centru de profil. O membră a personalului vine la tine foarte abătută pentru că a descoperit ca doi clienţi bărbaţi, Sorin şi Radu, întreţin relaţii sexuale.

Sorin îşi părăseşte cu nerăbdare camera şi se duce în patul lui Radu în fiecare noapte şi sunt indicii că relaţia este reciprocă pentru că ei petrec mult timp împreună şi în timpul zilei. Amândoi sunt bine educaţi.

Angajata vrea să ştie ce să facă în privinţa aceasta şi ţi-a cerut ajutorul.

Percepţii	
Subtitlu	Priveşte aceeași situaţie din unghiuri şi puncte de vedere diferite.
Materiale necesare	Studii de caz (materiale de lucru)
Metodologie	**1.** Formaţi grupuri mici şi înmânaţi-le studiile de caz. **2.** Cereţi grupurilor să analizeze situaţiile din perspectiva: • clientului • familiei • organizaţiei şi • din punct de vedere legal. **3.** Fiecare grup mic va prezenta rezultatele discuţiilor din grupul lor întregii audienţe. **4.** Invitaţi-i apoi pe toţi să participe la discuţii.
Sursă	Pro Familia Passau

Fişă de lucru - Studii de caz

Situaţia 1:

O asistentă socială merge la servici într-un centru de zi pentru persoane cu dizabilități locomotorii. Îl remarcă pe unul din clienţii ei noi în celălalt capăt al autobuzului. El are 23 de ani şi locuieşte cu bunica lui. Ea îl priveşte pentru o perioadă şi constată că el începe să se frece de ceilalţi pasageri. Apoi el îşi scoate penisul şi începe să se masturbeze.

Situaţia 2:

Doi bărbaţi tineri – Ion şi Luca - locuiesc într-o instituţie pentru persoanele cu dizabilități locomotorii. Ei par foarte apropriaţi, petrec mult timp împreună, gătesc împreună, îşi petrec serile împreună. Angajaţii consideră că ei sunt homosexuali şi nu au nici o problemă cu acest lucru. Când sunt întrebaţi dacă sunt prieteni sau parteneri ei, evită să răspundă.
Ion are 29 de ani şi nu a fost niciodată interesat de femei. Luca are 20 de ani şi vine dintr-un internat pentru băieţi. Este cunoscut că, în trecut, în acea instituţie au fost cazuri de violenţă şi abuzuri sexuale din partea băieţilor mai mari.
După un timp ei se ceartă. Asistentul social se implica să rezolve conflictul şi discută cu fiecare dintre ei. Amândoi plâng. Luca îi interzice lui Ion să mai intre în camera lui şi le cere asistenţilor sociali să îi găsească o iubită.

Situaţia 3:

Un bărbat de 50 de ani locuieşte într-un centru cu apartamente pentru persoanele cu dizabilități locomotorii. Şi-a găsit de lucru - îl informează pe asistentul social că va începe să lucreze săptămâna viitoare ca centralist la spitalul pentru copii. Asistentul social informează conducerea organizaţiei. Conducerea instituţiei îşi aminteşte că medicul de la instituţia unde a stat înainte bărbatul a menţionat că acest client a fost implicat într-o situaţie pe teme sexuale cu copii, neclarificată. Conducătoarea organizaţie îl invită pe client în biroul ei şi îl întreabă despre trecutul lui. Clientul devine nervos şi ameninţă că se va plânge că i-au fost încălcate drepturile.

Situaţia 4:

O tânără de 29 de ani cu dizabilități locomotorii se mută dintr-o instituție închisă într-un centru cu apartamente. Ea se bucură de noua ei libertate, îi place să meargă la cumpărături şi să gătească pentru ea însăşi. După câteva luni se pare că s-a cam îngrăşat. Asistentul social devine suspicios - este de la hrana mai bună sau...este însărcinată. De aceea o trimit să fie văzută de un medic ginecolog. Tânăra îi spune medicului că ea nu are nici o durere, neagă că ar fi fost implicată în relaţii sexuale şi refuză să fie examinată. Ea spune asistenţilor sociali că vizita a fost în regulă şi că nu au fost descoperite probleme. Câteva săptămâni mai târziu, asistenţii sociali decid să o ducă la medicul ginecolog încă o dată pentru o examinare. Se confirmă că este însărcinată în opt luni. Tânăra femeie arată surprinsă şi spune că nu are cunoştinţă de vreo relaţie sexuală în trecut. Nu are nici o idee cum se nasc copii, cum sunt hrăniţi sau crescuţi. Prin lege, centrele cu apartamente nu sunt pentru familii cu copii şi nu există personal medical sau alt gen de personal pregătit să îngrijească copii nou născuţi. Din

punct de vedere al formalităţilor poate să dureze câteva luni mutarea tinerei femei într-un alt centru social.

Proces în instanţă	
Subtitlu	Joc de rol privind drepturile sexuale şi ale reproducerii şi barierele de a exercita aceste drepturi.
Obiective	Să conştientizeze intermediarii în privinţa drepturilor sexuale şi ale reproducerii precum şi barierele sociale, individuale sau de alt tip care pot face ca aceste drepturi să nu fie respectate.
Materiale necesare	**1.** Pregătiţi un studiu de caz legat de o temă pe care vreţi să o discutaţi într-o anumită sesiune sau îi puteţi ruga pe participanţi să creeze un studiu de caz pe temele pe care ei le consideră cele mai importante. **2.** Spre exemplu:”Ion şi Maria, două persoane cu dizabilități locomotorii, au o relaţie de 2 ani. Şi-ar dori să aibă un copil dar părinţii lor se opun.“Opţiunile sunt nelimitate. **3.** Legislaţia care se aplică în acest caz.
Durata	Maxim 10 minute pentru fiecare studiu de caz. În funcţie de câte studii de caz doriţi să discutaţi.
Metodologie	**1.** Explicaţi faptul că veţi simula un proces în instanţă. **2.** Aveţi nevoie de un judecător, un procuror şi un avocat al apărării. Rugaţi trei voluntari să joace aceste roluri. Puteţi avea şi un juriu care să decidă care parte a adus cele mai bune argumente. **3.** Daţi participanţilor un caz pe care să-l discute sau cereţi-le să creeze un caz pe loc. **4.** Cereţi acuzării să pledeze împotriva barierelor; apoi, apărarea ar trebui să încerce să apere aceste bariere. Câteodată e posibil ca ei să acţioneze împotriva propriilor lor convingeri. **5.** In final, cereţi judecătorului să ia o decizie şi, dacă aveţi şi juraţi, le Puteţi cere să comenteze pentru ambele parţi şi să dea decizia. **6.** Puteţi să încheiaţi sesiunea consultând legislaţia: ce spune legislaţia?
Ghid şi puncte de	Este important să reţineţi întrebările principale pe care vreţi să le dezbateţi. Ce subiect este “fierbinte” într-un anumit moment?

discuţie pentru facilitator	Obiectivele principale sunt exersarea abilităţilor de dezbatere şi să înţelegem mai bine aspecte importante pentru persoanele cu dizabilități locomotorii, care arareori sunt discutate aşa cum ar trebui, adică din perspectiva oportunităţilor şi barierelor. Cerând profesioniştilor să discute aceste aspecte şi punându-i în situaţia de a veni în apărarea unor aspecte despre care nu sunt pregătiţi să vorbească, ei vor înţelege mai bine problema respectivă. Prezenţa altor persoane care îi ascultă îi va face nepărtinitori. Punctele de vedere diferite şi simularea unor situaţii în care trebuie să apere puncte de vedere care diferă de ale lor, va ajuta familiile şi profesioniştii pentru a gestiona anumite situaţii şi pentru a apăra drepturile tinerilor cu dizabilități locomotorii.
Sursă	APF Portugal - Asociaţia membră IPPF din Portugalia Această activitate nu a fost publicată şi nu face parte din niciun set de materiale produse pentru comercializare.

DREPTURI SEXUALE	
Obiective	• Introducerea conceptului de drepturi sexuale şi asocierea lor cu grupul ţintă. • Creşterea conştientizării dilemelor şi a diferitelor puncte de vedere privind grupul ţintă şi sexualitatea.
Materiale necesare	• Definiţia drepturilor sexuale formulată de Organizaţia Mondială a Sănătăţii (material de lucru) • IPPF - declaraţia privind drepturile sexuale - broşura care prezintă modul cum se aplică aceste drepturi în cazul tinerilor cu dizabilități
Metodologie	**1.** Sarcină individuală, în perechi sau pe grupuri. **2.** Cereţi participanţilor să formuleze un top cu 10 drepturi sexuale pentru oamenii din întreaga lume. **3.** Faceți un inventar al rezultatelor şi discutaţi-l în plen. **4.** Comparaţi lista cu drepturile sexuale formulate de OMS şi IPPF. **5.** Cereţi participanţilor să aplice aceste drepturi în cazul tinerilor cu dizabilități locomotorii (sau amicului lor de călătorie). **6.** Întrebați-i cum pot deveni realitate aceste drepturi pentru persoanele cu dizabilități locomotorii? Care sunt responsabilităţile intermediarilor şi ale tinerilor cu dizabilități locomotorii pentru a asigura respectarea acestor drepturi.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Persoanele cu dizabilități locomotorii sunt îndreptăţiţi să aibă aceleaşi drepturi ale omului şi drepturi sexuale, ca orice altă fiinţă umană. Totuşi, în realitate, e posibil ca ei să nu aibă acces la aceste drepturi. Cum pot intermediarii să îi susţină pentru respectarea acestor drepturi? Ce responsabilităţi au persoanele cu dizabilități locomotorii, intermediarii lor şi factorii de decizie politici pentru a asigura respectarea drepturilor tinerilor cu dizabilități locomotorii? Fiecare drept sexual vine cu responsabilităţi - nu numai pentru persoanele cu dizabilități locomotorii care sunt îndreptăţiţi să aibă acel drept, ci şi pentru intermediari şi alţi factori implicaţi. Persoanele cu dizabilități locomotorii au dreptul de a face greşeli şi de a avea experienţe rele. Trebuie să găsim un echilibru

	rezonabil între a-i ghida către autonomie şi a le asigura, în acelaşi timp, protecţia.
Sursă	RutgersWPF - Asociaţia membră IPPF din Olanda, Annelies Kuypers Acest exerciţiu face parte dintr-un curs de formare intern care nu a fost publicat.

Fişă de lucru – Drepturi Sexuale

Definiţia drepturilor sexuale formulată de Organizaţia Mondială a Sănătăţii, 2002

Drepturile sexuale cuprind drepturile omului care sunt deja recunoscute de legile naţionale, documentele internaţionale privind drepturile omului şi alte declaraţii de consens. Ele includ drepturile tuturor persoanelor, fără constrângere, discriminare şi violenţă la:

- cele mai înalte standarde ale sănătăţii sexuale care pot fi atinse, inclusiv accesul la servicii de sănătate sexuală şi a reproducerii;
- căutarea, primirea şi împărtăşirea informaţiilor referitoare la sexualitate;
- educaţia sexuală;
- respect pentru integritatea corporală;
- alegerea partenerului;
- decizia de a fi sau a nu activ sexual;
- relaţii sexuale consensuale;
- căsătorii consensuale
- decizia de a avea sau nu copii şi când să îi aibă şi
- dorinţa de a avea o viaţă sexuală satisfăcătoare, sigură şi plăcută.

Exercitarea responsabilă a drepturilor omului implică ca fiecare persoana să respecte drepturile celorlalţi.

Declaraţia drepturilor sexuale formulată de IPPF

Drepturile sexuale ale persoanelor cu dizabilități

În octombrie 2008, International Planned Parenhood Federation (IPPF) a publicat Drepturile sexuale: o declaraţie IPPF care se adaugă Cartei IPPF privind drepturile sexuale şi ale reproducerii. Declaraţia a fost creată pentru a se asigura că drepturile sexuale, ca drepturi ale omului, sunt respectate şi îndeplinite astfel încât fiecare individ să aibă controlul, libertatea şi opţiunea de a face alegeri în viaţa sa sexuală şi reproductivă. Drepturile sexuale şi ale reproducerii se bazează pe instrumentele internaţionale referitoare la drepturile omului şi susţin principiul conform căruia libertatea sexuală şi a reproducerii este în centrul unei vieţi satisfăcute şi împlinite. Privarea persoanelor de libertatea lor sexuală şi reproductivă le blochează capacitatea de a-şi trăi viaţa conform valorilor şi sistemului de convingeri proprii. În timp ce Declaraţia face referire la drepturile sexuale şi ale reproducerii în sensul cel mai larg, această broşură, dezvoltată de Asociaţia de Planificare Familială din Anglia (UKFPA), filiala din Irlanda de Nord, folosind zece Articole din Declaraţie, se concentrează pe drepturile persoanelor cu dizabilități de învățare la sănătate sexuală şi bunăstare şi pe recunoașterea acestor persoane ca fiinţe sexuale. Materialul este relevant și poate fi folosit de asemenea și pentru înțelegerea drepturilor sexuale și reproductive ale persoanelor cu dizabilități locomotorii.

Articolul 1: Dreptul la egalitate, protecţie egală în faţa legii şi eliminarea tuturor formelor de discriminare bazate pe sex, sexualitate şi gen.

Fără nici o excepţie, sexualitatea este parte integrantă a fiecărei fiinţe umane. Fiecare are dreptul să beneficieze de toate drepturile sexuale pentru a putea fi parte activă în procesul economic, social, cultural şi politic al societăţii sale.

Persoanele cu dizabilități au **dreptul** să li se recunoască sexualitatea ca un aspect pozitiv al vieţii lor şi de a fi protejaţi prin lege împotriva discriminării.

Articolul 2: Dreptul la participare al tuturor persoanelor, indiferent de sex, sexualitate sau gen

Fiecare este îndreptăţit să influenţeze deciziile asupra aspectelor care afectează direct sănătatea şi bunăstarea lui.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** la sprijin şi advocacy pentru a participa pe deplin la dezvoltarea şi implementarea politicilor referitoare la sănătatea sexuală şi reproductivă, fără bariere sau condiţionări.

Articolul 3: Dreptul la viaţă, libertate, securitatea persoanei şi integritate corporală

Serviciile medicale pentru femei nu trebuie să se bazeze pe nici un fel de alte considerente decât asigurarea bunăstării ei şi nici o femeie nu trebuie obligată să aibă copii.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** la educaţie şi să înveţe să-şi întărească capacitatea de a accesa unităţi medicale, servicii şi condiţii care să le dea posibilitatea să facă alegeri consensuale, informate şi să ia decizii cu privire la sănătatea lor sexuală şi reproductivă.

Articolul 4: Dreptul la intimitate

Fiecare are dreptul de a nu fi victima interferenţelor subiective în intimitate proprie, inclusiv în cadrul accesului la servicii de sănătate reproducerii.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** ca intimitatea lor să fie respectată şi susţinută şi să fie împărtăşită doar cu cei direct implicaţi în decizii consensuale referitoare la sexualitatea lor, comportamentul lor sexual şi intimitatea lor, fără interferenţe arbitrare.

Articolul 5: Dreptul la autonomia personală şi la recunoaştere în faţa legii

Fiecare are dreptul să fie recunoscut în faţa deţii şi să ia decizii cu privire la viaţă lui, într-un mediu fără discriminare, violenţă sau abuz.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** la un proces de evaluare transparent şi riguros care să le permită:

- să decidă în mod liber în aspectele referitoare la sexualitate;
- să îşi aleagă partenerii sexuali şi
- să caute să experimenteze totalitatea potenţialului şi plăcerilor sexuale într-un cadru legal lipsit de discriminare şi cu respectarea celor din jur.

Articolul 6: Dreptul la libertatea gândirii, opiniei şi exprimării; dreptul la asociere

Fiecare are dreptul la libertatea de gândire, conştiinţă şi religie fără amestecul altor persoane. Pe de alta parte, fiecare are dreptul de a avea acces la servicii de sănătatea reproducerii fără interferenţe ale conştiinţei personale şi a religiei.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** să dezvolte propriul sistem de valori şi să îşi exprime propriile opinii referitoare la sexualitate şi relaţii, să aibă acces la servicii de îngrijire a sănătăţii sexuale şi reproductive, fără amestecul credinţelor şi convingerilor religioase ale altor persoane.

Articolul 7: Dreptul la sănătate şi la beneficiile progresului ştiinţei

Fiecare are dreptul la servicii medicale de cea mai bună calitate posibilă, inclusiv totalitatea îngrijirilor în domeniul sănătăţii lor sexuale şi reproductive şi să se bucure de beneficiile progresului ştiinţei.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** de a avea acces la servicii de îngrijire a sănătăţii sexuale şi reproductive de înaltă calitate, adaptate nevoilor lor speciale, inclusiv la folosirea unui limbaj accesibil de către personalul medical.

Articolul 8: Dreptul educaţiei şi informare
Fiecare are dreptul la educaţie şi informare prezentate într-o manieră obiectivă, critică şi pluralistă.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** la educaţie relaţională şi sexuală complexă, bazată pe creştere şi dezvoltare personală, care să le permită să îşi dezvolte abilităţi pentru a-şi exercita drepturile sexuale.

Articolul 9: Dreptul de a alege dacă să se căsătorească sau nu, să fondeze şi să planifice o familie şi de a decide dacă, când şi unde să aibă copii.

Fiecare are dreptul să decidă liber şi responsabil dacă să se căsătorească sau să nu o facă şi să decidă dacă şi când să aibă copii.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** de a intra liber şi pe deplin consimţit într-o căsătorie sau alt aranjament partenerial şi să decidă dacă vor avea copii.

Articolul 10: Dreptul de a trage la răspundere

Fiecare are dreptul la măsuri educative, legislative, judiciare şi de alt tip, eficiente, adecvate şi accesibile şi de a cere ca cei care au responsabilitatea de garanta drepturile sexuale să fie traşi la răspundere pentru sarcinile care le revin.

Oamenii cu dizabilități au **dreptul** să tragă la răspundere pe cei care în mod ilegal caută să le violeze drepturile sexuale.

- Pentru explicaţii mai detaliate ale fiecărui articol al Declaraţiei, citiţi Drepturile Sexuale: Declaraţia IPPF(2008)

Studiul Drepturile omului	
Materiale necesare	• Fişa de lucru: Studiul Drepturile omului • Opţional: fişă de lucru - Instrumentele privind drepturilor omului.
Metodologie	**1.** Daţi fiecărui participant o copie a Studiului Drepturile omului. **2.** Cereţi participanţilor să completeze ambele părţi ale exerciţiului singuri. Pe durata exerciţiului, amintiţi-le să se concentreze pe propria lor persoană şi pe propriile lor vieţi. **3.** Împărţiţi participanţii pe perechi sau grupuri mici şi cereţi-le să-şi împărtăşească părerile şi să discute: • şase drepturi pe care nu vor să le piardă; • de ce au ales aceste şase drepturi şi • impactul pierderii acestor şase drepturi asupra vieţilor lor. **4.** Discutaţi în plen: • Cum s-au simţit făcând acest exerciţiu? • A fost dificil să identifice cele şase drepturi? • Ce probleme a evidenţiat exerciţiul? • Ce drepturi sunt comune tuturor? • De ce sunt aceste drepturi importante? • Legătura cu drepturile omului. **5.** Întrebaţi participanţii în plen sau în grupuri mici cum s-ar simți şi comporta la trei ani după ce şi-ar pierde aceste drepturi şi cum s-ar schimba vieţile şi relaţiile lor. Întrebați-i despre sexualitate şi exprimarea sexuală şi cum ar fi acestea afectate. **6.** Cereţi participanţilor să se gândească la ce fel de oameni şi-ar dori să–i ajute să supravieţuiască şi să trăiască dacă aceasta ar deveni realitatea lor.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Cei mai mulţi participanţi vor alege drepturile esenţiale, cum ar fi: viaţa privată, să fie ascultaţi, bunăstarea proprie şi a familiei şi apoi ar alege drepturi specifice individului cum ar fi: să iasă în oraş cu prietenii şi să citească ce vor etc. Este important să explorăm drepturile esenţiale mai întâi şi apoi drepturile individuale. Cu toate că drepturile esenţiale cum ar fi bunăstarea copiilor şi a familiei nu se pot conecta imediat cu sexualitatea şi exprimarea sexuală, este important să facem aceste conexiuni.

	Fiţi pregătiţi să daţi mai multe explicaţii cu privire la drepturile omului.
Sursă	©FPA Georgie McCormick

Fişa de lucru - Studiul Drepturilor Omului

Dreptul de a...

... îmi da acordul înainte ca oamenii să facă lucruri pentru mine

... bea ceva cu un prieten

... merge la culcare când vreau

... citi orice vreau şi oricând vreau, în limita legii

... căuta un loc de muncă

... merge la cursuri de seara

... avea o relaţie sexuală

... avea o viaţă privată

...folosi transportul public

... avea copii

... face propriile cumpărături

... alege propriile haine

... fi ascultat

... alege propria metoda de contracepţie

... a fi reprezentat în faţa legii atunci când sunt discriminat

… a lua propriile decizii referitoare la persoana cu care fac sex

... avea relaţii sexuale într-un loc privat şi confortabil

... îmi exprima opinia şi să se ţină cont de ea

... fi singur când vreau

... spune DA şi NU atunci când vreau

... lua decizii cu privire la propria mea bunăstare

... lua decizii cu privire la bunăstarea familiei şi copiilor mei

Fişă de lucru pentru exerciţiu – Studiul Drepturilor Omului

Vi s-a dat o listă cu câteva dintre drepturile de bază ale omului. Datorită unei legislaţii noi, fiecare trebuie să renunţe la şase drepturi. Înainte de a se lua orice decizie cu privire la care vor fi cele şase drepturi, guvernul a iniţiat un studiu pentru a afla care sunt cele mai importante drepturi pentru oameni şi ce impact ar avea pierderea acestor drepturi asupra vieţilor lor.

Din listă, alegeţi şase drepturi pe care în mod sigur nu vreţi să le pierdeţi.

Secţiunea 1

Scrieţi-le mai jos, în spaţiile disponibile

1.

2.

3.

4.

5.

6.

Secţiunea 2

Gândiţi-vă cum ar putea fi afectată viaţa voastră în următorii trei ani dacă aţi pierde aceste drepturi. Scrieţi câteva schimbări care s-ar putea produce în viaţa voastră.

Valori şi atitudini

Continuum-ul sexualităţii

Subtitlu	Joc de cărţi în care se discută termenii sexuali acceptabili şi inacceptabili în strânsă legătura cu propriile norme şi valori.
Obiective	Explorarea, împărtăşirea şi discutarea valorilor personale şi profesionale referitoare la termenii sexuali. Ce teme nu s-ar simţi confortabil să discute?
Materiale necesare	• Un pachet de cărţi de joc cu diverşi termeni sexuali (heterosexualitatea, sarcina la adulţi, sexul oral, paternitatea etc.) care constituie teme potenţiale de educaţie sexuală. • Un pachet de cărţi de joc cu termeni care pot fi creaţi pe loc pe baza termenilor acceptabili din punct de vedere cultural.
Durata	45 minute
Metodologie	**1.** Înainte de a începe acest exerciţiu, asiguraţi-vă că aţi creat un mediu sigur pentru a discuta aspecte care pot fi sensibile pentru participanţi. Faceți referire din nou la setul de reguli de la începutul sesiuni (de ex., PASACESOR). **2.** Împărțiți participanţii în grupuri de 4-6. **3.** Puneţi un pachet de cărţi cu faţa în jos în mijlocul mesei fiecărui grup. **4.** O carte pe care scrie “ inacceptabil” şi alta pe care scrie “acceptabil” sunt puse pe laturi opuse ale mesei. **5.** Cereţi unui participant să tragă o carte. **6.** Cereţi participantului să definească propria înţelegere a termenului şi să pună cartea în spaţiul continuu dintre acceptabil şi inacceptabil, in funcţie de cât consideră că este de acceptabilă sau inacceptabilă folosirea termenului respectiv. **7.** Cereţi celorlalţi membri ai grupului să îşi exprime opinia din punctul de vedere al propriilor lor valori. **8.** Participanţii pot încerca să convingă persoana care a ales cartea să o mute. **9.** Poziţionarea finală a cărţii este decisă de persoana care a

	tras cartea. **10.** Următorul participant din grup trage o nouă carte şi procesul se reia până când pachetul de cărţi se termină. **11.** În final, cereţi grupului păreri despre exerciţiu. Discutaţi cum valorile şi normele lor le pot influenţa acţiunile.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Participanţii nu pot refuza să pună o carte de joc în spaţiul dintre cele două extreme - acceptabil şi inacceptabil. Ei trebuie să plaseze cartea şi să asculte argumentele celorlalţi participanţi din grup. Persoana care a tras cartea va avea puterea de decizie despre locul unde va plasa cartea în final. Întrebați o persoană care nu vrea să discute un anumit cuvânt: ce te face să nu vrei să discuţi despre acest cuvânt? De ce? Ce putem face pentru tine? Poţi încerca să provoci această persoană: dacă nu vrei să discuţi acest termen aici nu o vei discuta nici cu persoanele cu dizabilități locomotorii? Ei au dreptul la educaţie sexuală şi relaţională. Îi poţi proteja discutând cu ei. Acest exerciţiu vă va arăta cât de confortabil se vor simţi să discute şi să vorbească despre anumite teme cu persoanele cu dizabilități locomotorii. Dacă valorile şi normele personale fac anumite teme inacceptabile, intermediarii trebuie să devină conştienţi despre modul în care acest lucru afectează comunicarea acestor teme tinerilor cu dizabilități locomotorii. Înţelegerea valorilor oamenilor este importantă în determinarea comportamentului (de ex.: identificarea unui posibil abuz şi limbaj cu tentă sexuală, abilitatea de a opri şi a gestiona un abuz, dorinţa de a educa persoanele cu dizabilități locomotorii pe teme de sex, sănătate sexuală şi relaţii etc.) Ce sunt valorile? • Ele conduc comportamentul nostru, ne motivează acţiunile. • Sunt principii sau standarde conform cărora acţionăm. • Sunt convingeri atât de puternice încât afectează comportamentul unui individ sau al unei organizaţii. Ce generează valorile? • religia • provenienţa culturală/socială • clasa socială • educaţia/informaţia

	• convingerile • experienţele şi • alţi factori pe care îi pot numi participanţii.
Sursă	UKFPA - Asociaţia membră IPPF din Anglia ‘Good sexual health for people with learning disabilities – Westminster Project’, Manual de formare pentru profesionişti care ajută persoane cu dizabilități de învățare, paginile 14–16 Copie electronică disponibilă la IPPF EN; nu este disponibilă gratuit online.

Fişă de lucru – Continuum-ul sexualităţii

Mai jos este prezentată o listă cu teme posibile de discutat şi utilizat, sugerată de Asociaţia de planificare familială din Anglia (UKFPA). Pachetul de cărţi conţine cuvinte care pot fi adaptate pe plan local cu cei mai potriviţi termeni din punct de vedere cultural.

Identitate şi imagine despre sine	Relaţii
Menstruaţia/menopauza	Pubertatea
Stima de sine	Activitate sexuală
Sexul impus cu forţa	Comportamente/spaţii publice şi private
Concepţia, sarcina şi naşterea	Heterosexualitatea
Homosexuali, lesbiene, bisexuali şi transsexuali	Familie: susţinere şi restricţii
Probleme de gen	Căsătoria şi alte parteneriate
Ciclurile femeii	A fi părinte
Sănătate mentală: depresia post-natală	Tensiune/sindrom pre-menstrual
Metode de contracepţie	Contracepţie de urgenţă
Sarcinile neplanificate şi nedorite	Avortul
Adopţia	HIV/SIDA
Bolile cu transmitere sexuală	Sexul protejat
Celibatul	Biologia masculină şi feminină
Explorarea emoţiilor într-o relaţie	Abuzul sexual/psihic
Puterea în cadrul relaţiilor	

Mituri	
Obiective	Să devenim conştienţi despre miturile referitoare la sex şi sexualitate care formează bazele comportamentelor şi acţiunilor proprii.
Materiale necesare	• Fişă de lucru cu informaţii despre mituri • Coli de flipchart şi markere
Durata	10-15 minute
Metodologie	1.Prezentaţi pe scurt ce înţelegem prin "mituri" şi de ce este important să fim conștienți de impactul lor. 2. Citiţi miturile din fişa de lucru. 3. Cereţi fiecărui participant să se gândească dacă există mituri care prezintă dificultatea pentru el deoarece el nu crede că nu sunt adevărate. ● Mulţi oameni au probleme cu mitul conform căruia "sexualitatea este un proces natural". 4. Cereţi participanţilor să prezinte contra-argumente: de ce acesta nu este un mit (în totalitatea sa)? 5. Dacă acest exerciţiu nu decurge cu uşurinţă, Puteţi pune întrebări cum ar fi: • Ce se întâmplă de obicei în mod natural cu sexualitatea? • Este natural pentru toţi? • Cine are nevoie de ajutor sau suport? • Cum îi puteţi susţine pe persoanele cu dizabilități locomotorii? • Dacă nu există nici un fel de educaţie sau comunicare pe tema sexualităţii cu persoanele cu dizabilități locomotorii, ce îi învăţăm în mod informal despre această tema (prin ceea ce facem noi, comportament nostru, mesaje informale etc.)?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu poate fi făcut ca o introducere, cu întregul grup. Sunt multe mituri despre sexualitate. Miturile sunt idei sau declaraţii care nu sunt adevărate, dar sunt larg răspândite. Ele au un impact puternic. Miturile influenţează părerile oamenilor cu privire la relaţii şi sexualitate şi ceea ce fac in situaţiile respective. Mesajul principal al acestui exerciţiu este că sexualitate are nevoie de intervenţie şi nu evoluează de la sine.

	Singurul aspect al sexualităţii care este mai mult sau mai puţin natural este *dezvoltarea şi creşterea corpului*. Spre deosebire de acestea, comportamentul sexual este, în ceea mai mare măsură, un *proces de învăţare*. Odată ce abilităţile sunt obţinute, este ca şi cum le-am fi avut dintotdeauna. Faceţi comparaţia cu învăţatul mersului în picioare, a mersului pe bicicletă, a cititului şi a scrisului. La fel, şi competentele sexuale sunt rezultatul unui proces de învăţare (într-un sens larg). Copiii, persoanele şi adulţii îşi dezvoltă comportamentul sexual şi ‘’repertoriul‘’ prin experimentare, prin încercări şi greşeli. Ilustraţi acest lucru cu exemplul unui copil de 10 ani care consideră dezgustătoare ideea unui sărut franțuzesc, dar o integrează în comportamentul său câţiva ani mai târziu. Sau, comparaţi cu atitudinea multor oameni cu privire la sexul oral, atunci când în urma unui proces de învăţare, vor începe să îl aprecieze. Şi persoanele cu dizabilități locomotorii dobândesc aptitudini şi învaţă pe baza experienţelor lor: comportamentul care este confirmat printr-un sentiment pozitiv sau prin primirea de atenţie, va fi repetat. Un alt argument este că unii oameni se confruntă cu probleme sexuale. Pentru ei, sexualitatea nu este deloc naturală. Miturile îi fac să se simtă anormali şi nefericiţi. Pentru oamenii cu dizabilități locomotorii, sexualitatea nu este un proces natural. Ei au nevoie de suport personalizat. Acesta poate consta în furnizarea de informaţii, sprijin pentru a-şi lărgi cercul de relaţii, îndrumarea în relaţiile lor, suport efectiv cum ar fi îmbrăcarea/dezbrăcarea etc. Este important ca intermediarii să înţeleagă faptul că pentru clienţii lor sexualitatea şi comportamentul sexual nu decurg întotdeauna uşor şi natural. Clienţii lor au nevoie de suport personalizat, iar ei au responsabilitatea să ofere acest sprijin, de comun acord cu clientul lor. În acelaşi timp, este larg răspândit mitul educaţiei sexuale privită ca o cutie a Pandorei (sau o sursă a tuturor relelor). Puteţi spulbera acest mit întrebându-i cum se descurcă cu sexualitatea oamenii care nu au primit nici o informaţie sau cei cu dizabilităţi severe. Oamenii nu aşteaptă să înceapă să experimenteze până primesc informaţii. Discuţiile despre sex, de obicei, nu creează ci, dimpotrivă, previn problemele. Este posibil ca oamenii cu dizabilități locomotorii să pună mai multe întrebări şi să devină mult mai interesaţi despre sex şi sexualitate odată ce au primit educaţie sexuală. Dar acest lucru este, de obicei, doar temporar. Este un semn pozitiv, care indică

	faptul că subiectul îi interesează. Educația sexuală nu duce aproape niciodată la un comportament problematic. Dimpotrivă, lipsa informaţiilor şi a educaţiei poate cauza comportament problematic. Dacă este vorba despre un comportament problematic, acesta poate fi corectat în cadrul educaţiei sexuale.
Sursă	Sensoa, Karen de Wilde

Fişă de lucru - Mituri

Miturile sunt idei *incorecte* care sunt larg răspândite şi general acceptate ca fiind adevărate. Miturile ne influenţează părerile despre relaţii şi sexualitate şi modului acţionăm în legătură cu aceste aspecte.

Despre sexualitate	Sexualitatea este un proces natural
Despre relaţii	Oamenii cu dizabilităţi nu se pot implica în relaţii
Despre educaţia sexuală	Educaţia sexuală deschide cutia Pandorei
Despre dizabilităţi	O dizabilitate face ca persoană să devină asexuată

Care mit ţi se pare corect? Vino cu argumente care să spulbere mitul.

Povestea mea	
Obiective	● Să evalueze modul în care propriile istorii sexuale ale participanţilor, mesajele despre sexualitate pe care l-au primit când au fost tineri le-a influenţat valorile, normele etc. şi mesajele pe care le transmit celorlalţi. ● Să ajute participanţii să se implice personal. ● Să înţeleagă mai bine diferenţele şi similaritățile individuale. ● Să înţeleagă mai bine tensiunile generate de conflictul dintre valorile şi normele personale şi cele profesionale.
Materiale necesare	Fişa de lucru cu descrierea exerciţiului
Durata	30 minute
Metodologie	1. Prezentaţi exerciţiul explicând că toată lumea are o poveste de viaţă şi o istorie sexuală. Măsura în care au primit educație sexuală şi relaţiile şi experienţele sexuale proprii le influențează percepţia şi concepţia despre sexualitate. Este important ca atunci când vorbesc cu persoanele cu dizabilități locomotorii despre sexualitate, ei să fie conştienţi despre modul cum influenţează aceste aspecte ale vieţii lor personale mesajul pe care îl transmit. 2. Cereţi participanţilor să se gândească individual: ● Cum a influenţat istoricul vostru personal părerea despre sexualitate? ● Care experienţă personală a avut un impact important? ● Cum va influenţat această experienţă valorile şi normele? ● Ce mesaj vreţi să transmiteţi tinerilor cu dizabilități locomotorii? 3. În plen, focalizaţi discuţia pe ce mesaj(e) transmit participanţii tinerilor cu dizabilități locomotorii? 4. Cereţi participanţilor să formuleze mesajul pe care organizaţia/instituţia lor îl transmit grupului ţintă cu care lucrează.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu poate fi un mod bun de a începe sesiunea de instruire – ca un mod de introducere. Exemple de experienţe: ● Experienţe sexuale în tinereţe ● Intimidare şi violenţă sexuală ● Ceremonia de iniţiere

	● prima dragoste ● prima relaţie sexuală ● dorinţa sexuală şi ● nesiguranţa În discuţia în plen, concentraţi-vă pe mesajul pe care îl transmit în momentul de faţă participanţii, tinerilor cu dizabilități locomotorii. Acest mesaj poate fi foarte diferit şi se bazează mult pe istoria fiecărui individ. Acest lucru nu este nici bun, nici rău. Discutând cu ceilalţi, participanţii pot conştientiza că există şi alte posibilităţi. Exemple de mesaje pe care ei le transmit (vor să le transmită) sunt: ● Asigură-te că nu ţi se întâmplă nimic. ● Bărbaţii sunt răi. ● Iubirea este minunată. ● Bărbaţii şi femeile sunt egali, inclusiv în pat. ● Se poate întâmpla ca oamenii cu experienţe sexuale negative să devină emotivi sau defensivi (prea personal). Este important de arătat că fiecare face propriile alegeri cu privire la ce vrea sau nu vrea să împărtăşească.
Sursă	Rutgers WPF - Asociaţia membră IPPF din Olanda, Annelies Kuypers Exerciţiul face parte dintr-un trening intern al asociaţiei care nu a fost publicat oficial.

Enunţuri	
Subtitlu	Clarificarea şi dezvoltarea unei poziţii a echipei
Obiective	Sprijinirea unei echipe pentru a ajunge la un punct de vedere comun.
Materiale necesare	Fişă de lucru cu enunţuri
Durata	Între 20 minute şi o oră: depinde dacă o echipă alege doar una sau două enunţuri care sunt relevante pentru ei în acel moment sau foloseşte acest exerciţiu ca metodă de a formula viziunea echipei.
Metodologie	Sunt moduri diferite de a lucra cu enunţurile. Fie: ● Cereţi echipei să clasifice enunţurile pe o scară de la “total de acord“ la “deloc de acord“. Discutaţi clasificarea lor în plen. Sau: ● Echipa clasifică fiecare declaraţie individual de la 10 (total de acord) la 1 (deloc de acord). Discutaţi fiecare declaraţie în plen. Sau: ● Membrii echipei se aşează în cameră pe o axă virtuală. Poziționarea în mijlocul axei este permisă. Membrilor echipei li se cere să îşi explice poziţia, după care, oricine doreşte, poate să îşi schimbe poziţia iniţială. Sau: ● Puteţi face acest exerciţiu şi ca o formă de “auto-reflectare pentru grup“. Pe baza enunţurilor se poate crea apoi un chestionar pe care fiecare participant notează fiecare enunţ cu: Total de acord, Aproape de acord, Aproape deloc de acord, Absolut deloc de acord. Această alternativă este diferită de celelalte versiuni ale exerciţiului deoarece fiecare participant completează anonim chestionarul. Puteţi analiza rezultatele şi le Puteţi prezenta mai târziu, pe parcursul zilei: asupra căror enunţuri sunt de acord participanţii? Cu care nu sunt de acord?
Ghid şi puncte de discuţie pentru	Acordaţi atenţie punctelor comune şi diferenţelor şi care ar fi motivul important pentru acestea (norme, valori, cultură şi religie,

facilitator	experienţe personale). Încercaţi să formulaţi o poziţie a echipei, dacă este posibil. În cadrul echipelor care sunt responsabile cu oferirea de suport tinerilor cu dizabilități locomotorii, pot fi opinii diferite despre tineri şi sexualitate şi ce în ceea ce priveşte sarcinile şi responsabilităţile profesionale. Este important pentru echipă să împărtăşească un punct de vedere comun pe această temă: pe de o parte să fie în stare să susţină în mod adecvat persoanele în dezvoltarea lor sexuală, pe de altă parte pentru propriul lor suport profesional. Discutați ce înseamnă această poziţie pentru membrii echipei care au opinie/convingere diferită. De exemplu, în legătura cu enunţul ‘’ fiecare profesionist care lucrează cu un tânăr cu dizabilități locomotorii trebuie să fie în stare să vorbească despre sex‘’: este bine dacă 75% din membri echipei sunt în stare să facă acest lucru în aşa fel încât cei care au obiecţii de principiu să nu trebuiască să o facă, iar ceilalţi colegi să le preia sarcina?
Sursă	Rutgers WPF - Asociaţia membră a IPPF din Olanda, 2012 ‘Totally Sexy’ Relaties en Seksualiteit bij jongeren met een chronische ziekte of lichamelijke beperking. Kit de instrumente pentru profesionişti, 2012, pagina 100

Fişă de lucru – Exemple de posibile enunţuri

- Persoanele cu dizabilități locomotorii trebuie să accepte că ei nu vor avea niciodată contacte sexuale.
- Ca angajat, trebuie să descurajezi persoanele cu dizabilități locomotorii să aibă copii şi trebuie să le scoţi acest lucru din cap.
- Persoanele cu dizabilități locomotorii nu trebuie să experimenteze sexul de la o vârstă tânără.
- Educaţia sexuală nu este necesară pentru persoanele cu dizabilități locomotorii.
- Fiecare profesionist (intermediar) trebuie să fie în stare să discute despre sex şi sexualitate cu persoanele cu dizabilități locomotorii.
- Ca profesionist (intermediar), ai responsabilitatea să vorbeşti părinţilor tinerilor cu dizabilități locomotorii despre responsabilitatea lor de a face copiilor lor educaţie sexuală.
- Crearea unui program de educaţie sexuală şi educaţie pentru dezvoltarea relaţiilor personale conduce la mai multe probleme decât rezolvă din cele existente.
- Există câteva teme personale pe care persoanele cu dizabilități locomotorii este mai bine să nu le înveţe pentru ca ele îi pot încuraja să le experimenteze.
- Persoanele cu dizabilități locomotorii trebuie să fie protejaţi de a face greşeli.
- Ca profesionist mă simt responsabil de asumarea riscurilor şi greşelile clientului meu.
- Sterilizarea femeilor cu dizabilități locomotorii este o opţiune acceptabilă.
- Părinţii au dreptul să fie consultaţi asupra tuturor temelor care au impact asupra copiilor lor.
- Sexualitatea este spontană; nu trebuie să o înveţi.
- Oamenii cu dizabilităţi au dreptul la o sexualitate auto-determinată.
- Sexualitatea trebuie să fie parte dintr-o relaţie permanentă.
- Bărbaţii au o dorinţă sexuală mai puternică decât femeile.
- Adulţii pot decide cu privire la folosirea pornografiei.
- Oamenii cu dizabilităţi au nevoie de mai mult contact corporal decât oamenii fără dizabilităţi.
- În relaţii, trebuie să spui şi să araţi ce vrei şi ce nu vrei.
- Masturbarea este în regulă dacă se întâmplă în intimitate.
- Trebuie să fii credincios partenerului tău.
- Relaţiile în cadrul aceluiaşi sex şi cele în cadrul a sexe opuse sunt echivalente.
- Nu este potrivit să araţi afecțiune în public.
- In caz de hărţuire sexuală, trebuie să reacţionezi cumva.
- Este normal să foloseşti serviciile “persoanelor care fac sex comercial“.

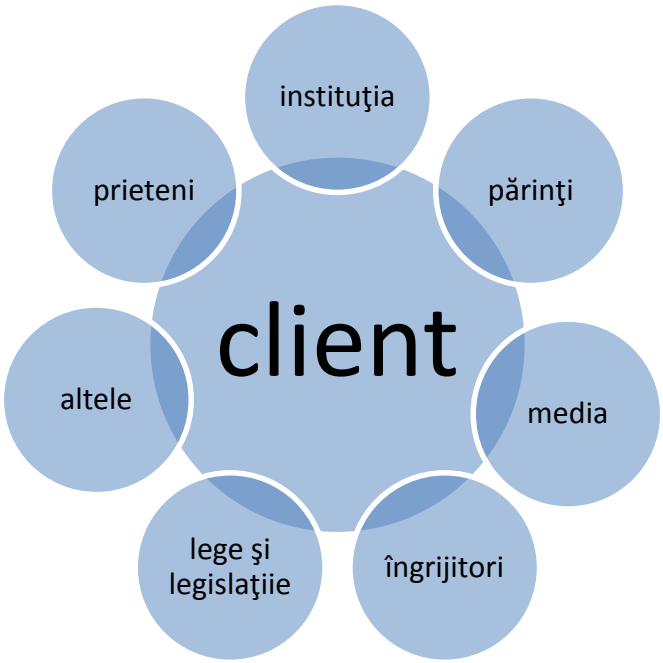
Sexualitatea şi cultura	
Subtitlu	Influenţe asupra sexualităţii în spaţii publice şi private – în şi în afara casei tale
Obiective	Explorarea influenţelor asupra sexului şi sexualităţii.
Materiale necesare	● Flipchart şi pixuri ● Reviste, articole din ziar, videoclipuri YouTube
Durata	1 oră
Metodologie	Cereţi participanţilor să listeze: ● Ce este cultura? ● Influenţele exterioare (media, panouri publicitare, şcoala) şi interioare (părinţi, familie, prieteni, media socială, tutori) casei. ● Completaţi un colaj cu imagini pozitive şi negative folosind materiale imprimate. ● Discutaţi ideile, valorile şi atitudinile participanţilor. ● Exploraţi pe scurt necesitatea unei abordări fără a judeca în lucrul cu persoanele cu dizabilități locomotorii.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu poate fi făcut cu părinţii dar şi cu tutorii. Este similar exerciţiului ''Povestea mea'' inclus şi el în acest manual. Pe durata acestui exerciţiu acordaţi atenție diferenţelor de valori şi atitudini influenţate cultural. Îndrumaţi discuţiile şi acordaţi atenţie special sub-grupelor de diferenţe în cadrul grupului principal. Ca facilitatori, părinţi şi personal de sprijin, avem propriile noastre credinţe şi atitudini cu privire la sex şi sexualitatea tinerilor cu dizabilități locomotorii. Trebuie să recunoaştem acest lucru şi să fim conştienţi că atitudinile noastre nu trebuie să aibă impact în munca pe care o prestăm. Părinţii trebuie să faciliteze educaţia sexuală de acasă pe baza acestor convingeri dar să recunoască şi faptul că proprii lor copii au dreptul la informaţie şi suport, fără a-i judeca.
Sursă	Speakeasy UKFPA Manual cu completări.

Ilustrate	
Obiective	Reflectarea şi discutarea atitudinilor personale având ca subiect corpul uman, sexualitatea, erotismul şi frumuseţea.
Materiale necesare	Ilustrate cu imagini erotice, frumoase şi urâte. pe tema sexualităţii.
Durata	30-40 minute
Metodologie	Ilustratele cu imagini erotice, frumoase şi urate pe tema sexualității sunt întinse pe podea. Participanţii privesc imaginile şi apoi le selectează pe cele care le plac, care le displac şi care îi irită. Explică alegerile lor grupului. Ilustratele pot fi aşezate în doua cadre pe perete – unul cu imaginile pe care oamenii le plac şi unul cu cele respinse –astfel încât cele două laturi ale sexualității pot fi privite şi discutate.
Sursă	Pro Familia Passau

Sistemul de valori	
Obiective	Să ne gândim la valorile şi normele instituţiei/organizaţiei.
Materiale necesare	• Flipchart • Markere • Definiţia pentru “norme” şi “valori”
Durata	Aproximativ 30 minute pentru lucrul individual/grup şi aproximativ 60 minute pentru prezentarea şi discuţiile în plen.
Metodologie	1. Aranjaţi participanţii să lucreze individual sau în grup. Dacă grupurile sunt formate, ele trebuie să fie compuse din colegi de la aceeaşi instituţie/organizaţie. 2. Cereţi participanţilor să formuleze normele şi valorile propriei lor instituţii/organizaţii. 3. Înainte de a începe să le adunaţi, este util să definiţi termenii “norme” şi “valori“. Ce înseamnă exact? ● Normele includ reguli şi regulamente. ● Valorile sunt principii şi calităţi care sunt considerate bune. 4. Ca un prim pas, cereţi-le să se concentreze şi să formuleze valorile principale; ce valori există în organizaţie? Care din aceste valori chiar sunt scrise undeva? Care pot fi deduse din atitudinile din cadrul organizaţiei? 5. Ca un al doilea pas, cereţi participanţilor să formuleze norme (reguli şi regulamente) care să le îndrume munca. Participanţii trebuie să pună pe o listă tot ce are legătura cu sex şi sexualitate (în sens larg) şi trebuie să scrie şi ce este permis şi ce este interzis. Trebuie să scrie toate normele care le sunt cunoscute: atât (ne)documentate, nevorbite sau vorbite, practicate (dar nu neapărat scrise), presupuse. 6. Pentru a încheia, cereţi fiecărui individ/grup să facă un raport în plen. În funcție de timpul disponibil, puneţi întrebări, comparaţi răspunsurile etc. Întrebările ajutătoare pot fi: ● Ce observaţi? ● A fost acesta un exerciţiu ușor?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Dacă a mai rămas timp, Puteţi de asemeni să mai întrebaţi participanţii: ● Cum se compară propriile voastre valori cu normele instituţiei?

	● Cum vă descurcaţi cu posibilele conflicte între norme şi valori? ● Cum schimbăm aceste norme şi valori? Clientul trebuie să fie în centrul atenţiei noastre. Pe lângă instituţie şi personalul angajat, mai sunt mulţi factori care influenţează normele şi valorile clientului în relaţia cu sexul şi sexualitatea. Trebuie să fim conştienţi de acestea. Puteţi să treceţi pe o listă ceilalţi factori şi să îi vizualizaţi ca pe o diagramă cu clientul în mijloc. Pe măsură ce instruirea continuă, puteţi să adăugaţi la diagramă factorii de influenţă pe măsură ce apar. La această vizualizarea se poate face referire mai târziu, când se discută şi se analizează studiile de caz şi problemele.
Sursă	Pro Familia Landesverband Bayern

Fişă de lucru – Factorii care influenţează valorile: Diagramă



Cunoştinţe despre sex, sexualitate şi alte concepte legate de drepturile şi sănătatea sexualităţii şi reproducerii

Cunoştinţe despre grupul ţintă şi sexualitate	
Subtitlu	Concurs
Obiective	● Obţinerea de informaţii despre cunoştinţele pe care le are grupul. ● Conştientizarea miturilor şi prejudecăţilor privind sexul şi sexualitatea.
Materiale necesare	● 2 cartonaşe verzi şi 2 cartonaşe roşii ● Flipchart pentru a nota scorul ● Opţional: mici premii pentru câştigători ● Întrebări şi răspunsuri
Durata	15 minute
Metodologie	1.Prezentaţi pe scurt concursul – spre exemplu: ‘’vom face acest concurs să vedem ce ştim despre sex şi relații’’ 2. Împărţiţi participanţii în 2 echipe care vor concura una împotriva celeilalte. 3. Echipele trebuie să dea răspunsurile corecte la întrebări (Adevărat/Fals). Acordaţi echipelor câteva minute pentru a discuta şi a ajunge la o înţelegere înainte de a răspunde la întrebare. 4. Când facilitatorul întreabă ‘’Adevărat/Fals”, fiecare echipă trebuie să ridice un cartonaş (verde=Adevărat, roşu=Fals). 5. Echipele primesc un punct de fiecare dată când dau răspunsul corect. Notaţi scorul pe tabela de scor. 6. Cereţi echipelor să explice răspunsurile lor - pot obţine puncte suplimentare dacă dau explicaţiile corecte. 7. Încurajaţi discuţiile: ce ar fi Adevărat sau Fals pentru „amicul vostru de călătorie’’? 8. Oferiţi informaţii despre răspunsul corect aşa cum ar face un moderator de concursuri. 9. Echipa cu cele mai multe răspunsuri corecte este câştigătoare. 10. Dacă scorurile sunt egale la final, Puteţi pune o întrebare deschisă ca întrebare de baraj (de exemplu, întrebaţi despre o statistică – echipa care dă răspunsul cel mai apropriat de cifra

	corecta este câştigătoare. SAU ● Fiecare participant poate concura individual. SAU ● Puteţi face exerciţiul în sală-cameră, cu participanţii demonstrând răspunsurile lor prin poziţionarea lor undeva pe axa (roşu/Fals într-o parte a camerei, verde/Adevărat în cealaltă parte a camerei). Fiecare participant trebuie să aleagă o poziţie pentru fiecare întrebare.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Este cel mai bine să faceţi acest exerciţiu pe echipe pentru că este mai puţin jenant atunci când o echipă greşeşte răspunsul decât atunci când greşeala este individuală. Exemple de posibile întrebări/enunţuri: ● Poţi să rămâi însărcinată dacă băiatul/bărbatul se retrage înainte de ejaculare. ● Fetele/femeile prezintă risc mai mare de a fi infectate cu boli cu transmitere sexuală decât a băieţii/bărbaţii. ● Nu este necesar să foloseşti metode de contracepţie prima dată când faci sex. ● Când iei pastile anticoncepţionale nu trebuie să foloseşti prezervativ. ● Un doctor poate să vadă dacă o fată mai este virgină. ● Când o fată face sex pentru prima dată, întotdeauna sângerează. ● Una din cinci fete a avut o relaţie sexuală împotriva voinţei ei. ● Fetele tinere sunt mult mai fertile. ● 83% din fetele sub 25 ani se masturbează.
Sursă	Rutgers WPF, Girls' Talk, 2013

Corpul uman	
Subtitlu	
Obiective	● Familiarizarea participanţilor cu limbajul şi terminologia aferentă sexualităţii. ● Să poţi vorbi liber despre sex
Materiale necesare	O minge
Durata	15 minute
Metodologie	● Staţi în picioare sau așezați în cerc. ● Se alege un cuvânt/expresie care este asociat cu sexualitatea şi relaţiile. Fie alege un participant primul cuvânt/expresie, fie sugeraţi voi un cuvânt/expresie. Puteţi începe cu unul din următoarele cuvinte/expresii: dragoste, să fii îndrăgostit, însărcinată, pilulă, penis, vagin, a face dragoste, a face sex, a se săruta etc. ● Apoi lăsaţi mingea să se rostogolească, fie în jurul cercului, fie aleator prin cerc. Persoana care primeşte mingea trebuie să spună un sinonim pentru cuvântul/expresia aleasă sau să spună cu ce asociază ea cuvântul/expresia respectivă. ● Imediat ce grupul rămâne fără inspiraţie, facilitatorul poate sugera un cuvânt/expresie nouă. Sau, lăsaţi grupul să găsească un cuvânt/expresie pentru fiecare literă din alfabet.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Cele mai căutate cuvinte/expresii pe www.allesoverseks.be (un website din Belgia pentru sfaturi sexuale) sunt: ● Sex oral cu o fată ● Sex oral cu un băiat ● Poziţii ● Sex anal ● Onanism ● Prima dată ● Penis ● Masturbare ● Atingere cu degetele

	• Epilare • Sâni • Orgasm • Spermă
Sursă	Sensoa – Goede Minnaars (Good Lovers); exerciţiul 3.1 http://www.seksuelevorming.be/sites/default/files/digitaal_materiaal/goedeminnaars.pdf

Sexualitate - Concept şi dimensiuni	
Subtitlu	Brainstorming
Obiective	Să ajute intermediarii să înţeleagă diversitatea conceptului în sine şi a experienţei individuale a sexualităţii
Materiale necesare	Flipchart/tabla de scris şi marker.
Durata	20-30 minute
Metodologie	● Cereţi participanţilor să spună cuvinte/expresii care pot avea legătură cu sexualitatea. ● Scrieţi fiecare cuvânt/expresie pe tablă sau flipchart sau cereţi participanţilor să le scrie pe post-it-uri şi să le lipească pe tablă. <u>SAU</u> ● Daţi participanţilor câteva cuvinte/expresii pe post-it-uri. ● Cereţi participanţilor să le pună în câteva categorii pentru a fi clar că fiecare cuvânt/expresie are legătură cu sexualitatea şi are o conotaţie sociala. Folosirea post-it-urilor vă va permite să grupaţi în diferite categorii cuvintele/expresiile pe care le spun participanţii. Explicaţi că “sexualitatea” este un concept divers şi fiecare are o experienţă şi înţelegere diferită a acestui concept. SAU Le Puteţi cere participanţilor să se transpună în poziţia “amicului de călătorie”: ce cuvinte ar spune el? De ce? Pentru a încheia, puteţi să întrebaţi participanţii care sunt temerile lor în legătură cu implicarea lor în problema sexualităţii tinerilor cu dizabilități locomotorii?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu poate fi utilizat ca introducere şi oferă o bază de plecare bună pentru reflecţii şi discuţii ulterioare. Regula este ca fiecare cuvânt/expresie enunţată de participanţi să fie acceptată. Apoi Puteţi explora rezultatul discuţiilor; în felul acesta îi ajutaţi pe participanţi să înţeleagă că sexualitatea este subiect larg şi că este diferit pentru fiecare persoană şi în momente diferite ale vieţii. După acest exerciţiu participanţii pot înţelege că oamenii cu

	dizabilități locomotorii au propriul lor mod de a-şi trăi sexualitatea şi că noi trebui să respectăm acest lucru. Acordaţi atenţie specială temelor/categoriilor principale de cuvinte/ expresii pe care le pun pe tablă participanţii pentru că acestea sunt aspectele care îi îngrijorează sau ceea ce generează mai multă curiozitate sau pur şi simplu ceea ce au ei nevoie să discute. Acest exerciţiu este bun ca o activitate de început a sesiunii pentru că permite stabilirea nivelului de discuţii, a subiectelor şi a modului de a discuta despre ele. Discuţia despre cuvinte/categorii se poate muta din acest punct de început în orice direcţie pe care doriţi să o urmaţi.
Sursă	APF Portugal, nepublicat

OMS – Definiția sănătăţii sexuale	
Subtitlu	Ce este sănătatea sexuală?
Obiective	Explorarea conceptului de plăcere sexuală şi integritate corporală în cadrul definiţiei largi a sănătății sexuale.
Materiale necesare	• Organizaţia Mondială a Sănătăţii – definiţia sănătăţii sexuale: http://www.who.int/topics/sexual_health/en/ • Flipchart • Pixuri
Durata	45 minute
Metodologie	• Cereţi participanţilor să scrie cât mai multe cuvinte pe care le găsesc când se gândesc la sănătatea sexuală. • Discutaţi răspunsurile şi cereţi grupului să plaseze cuvintele lor sub următoarele teme: tratament, prevenire, exprimare sexuală, relaţii, reproducere, drepturi, bunăstare. • Prezentaţi definiţia OMS şi cereţi participanţilor să discute pe această temă şi să o dividă în zone cheie cum ar fi: 1. Consecinţele negative ale sexului 2. Experienţe sexuale sigure 3. Plăcere 4. Integritate corporala 5. Bunăstare • Discutaţi titlurile – cheie • • Arătaţi participanţilor definiţia OMS şi alegeţi de comun acord o definiţie a grupului pentru sănătatea sexuală.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Pe durata acestui exerciţiu acordaţi atenţie diferenţelor şi asemănărilor în convingerile şi atitudinile participanţilor cu privire la plăcerea sexuală şi conceptul general al sănătăţii sexuale. Explicaţi participanţilor ca sănătatea sexuală nu este numai absenţa unei boli ci este vorba despre a avea experienţe sexuale plăcute şi sigure, fără constrângeri, discriminări şi violenţă.
Sursă	Acest exerciţiu a fost dezvoltat si oferit de Irish Family Planning Association (IFPA), departamentul de training, 2010; nepublicat.

Fişă de lucru - Definiţia sănătăţii sexuale dată de Organizaţia Mondială a Sănătăţii

Sănătatea sexuală este o stare psihică,mentală şi de bunăstare socială în asociere cu sexualitatea. Necesită o abordare pozitivă a sexualităţii şi relaţiilor sexuale precum şi posibilitatea de a avea experienţe sexuale plăcute şi sigure, fără constrângeri, discriminări şi violenţă.

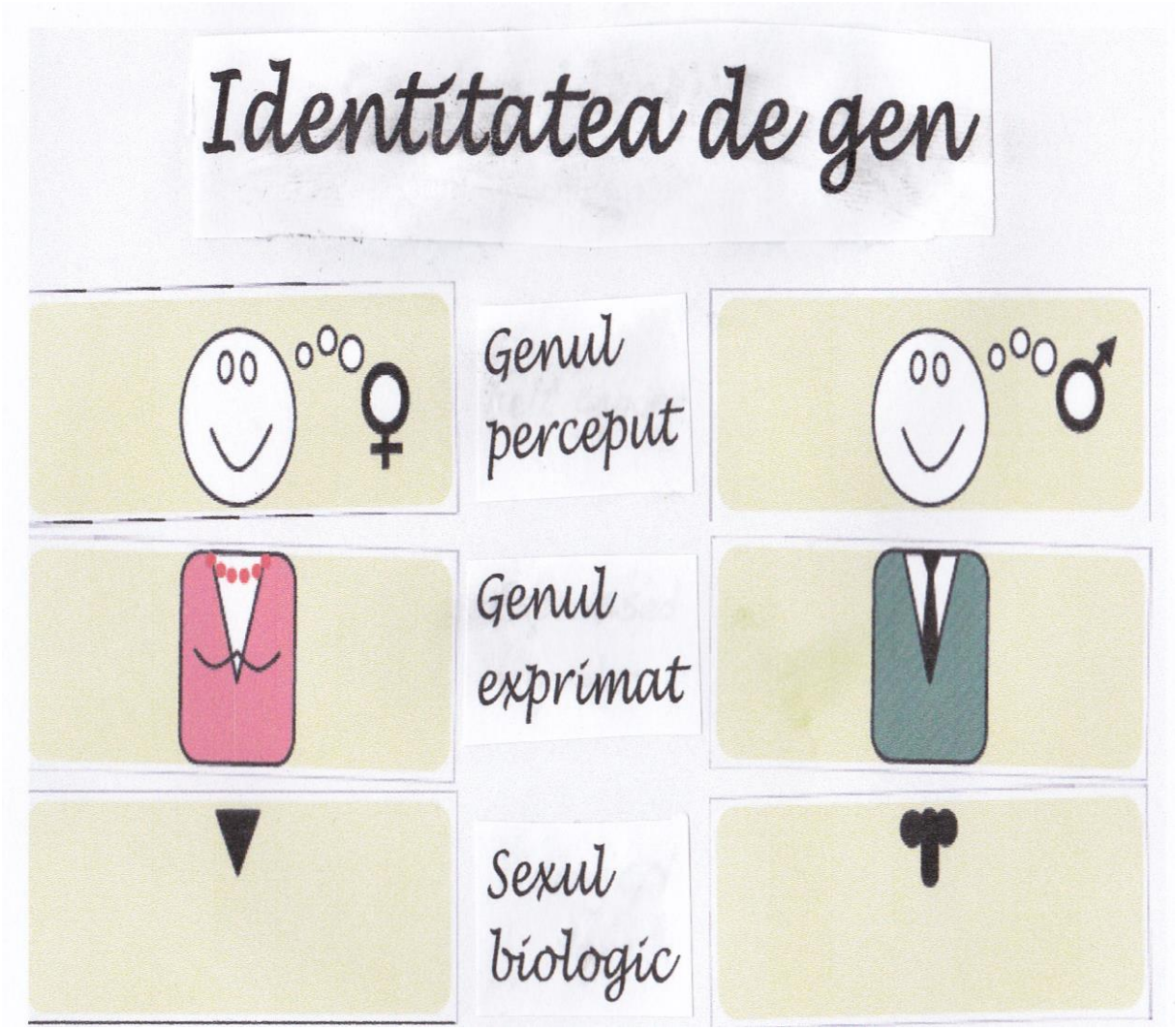
Sursă: http://www.who.int/topics/sexual_health/en/

Corpul uman	
Subtitlu	Exerciţii pentru promovarea cunoştinţelor despre corpul uman, părţile şi funcţiile lor.
Obiective	Oferă profesioniştilor posibilitatea de a-şi îmbunătăţii cunoştinţele despre corpul uman şi părțile sexuale şi de a discuta teme legate de corpul uman şi dezvoltarea lui cu persoanele cu dizabilități locomotorii.
Materiale necesare	● Coli mari de hârtie, marker. ● Contururi ale corpului uman. ● Diagrama genului (vezi fişa de lucru) ● Cartonaşe colorate (verzi şi roşii) ● Opţional: Plastilină cu care grupurile pot face părţile sexuale ale corpului ● Opţional: părţile sexuale ale corpului din modele de ţesătură şi fetru(vezi www.paomi.de) ● Opţional: Geantă cu haine şi lenjerie intimă
Durata	Flexibil. Facilitatorul se poate adapta grupului şi poate decide cât timp vrea să petreacă cu acest exerciţiu.
Metodologie	1. Dacă aveţi un grup mare, cereţi participanţilor să se împartă în grupuri de cate 5. 2. Cereţi fiecărui grup să facă un desen mare al unui corp de femeie şi al unui corp de bărbat. Puteţi ruga participanţi (o femeie şi un bărbat) să se întindă pe jos şi alţi doi participanţi să le deseneze conturul cu marker. 3. Cereţi participanţilor să deseneze părţile corpului uman, evidenţiind părţile sexuale. Alternativ, puteţi folosi organele sexuale făcute din fetru şi ţesătură (vezi www.paomi.de). Sau Puteţi face organele sexuale din plastilină. 4. Întrebaţi participanţii ce cuvinte sunt folosite pentru aceste părţi ale corpului (şi părţile sexuale) – acestea pot fi termeni medicali sau de jargon sau cu alte conotaţii. Scrieţi aceste cuvinte pe bileţele şi lipiţi-le pe desene. 5. Puteţi să cereţi participanţilor să asocieze cuvintele care exprimă diferite părţi ale corpului cu sentimente, tehnici sexuale, acţiuni, emoţii, contact intim (săruturi, sex, îmbrăţişări) etc. 6. Puteţi cere participanţilor să se roteze şi să viziteze un alt grup - şi să adauge cuvinte (organe, tehnici, emoţii etc.) pe care ceilalţi încă nu le-au găsit.

	7. Dacă aveți o geantă cu haine şi lenjerie intimă, cereţi participanţilor să îmbrace corpurile femeii şi a bărbatului. Aceasta este o ocazie de a-i provoca să discute pe teme de stereotipuri de gen, rolului şi aspecte transgender**:** genul arătat de organul confecţionat din fetru poate fi diferit de genul exprimat şi de sexul biologic (travestit, transsexual, transgender**).** 8. Odată ce corpurile sunt îmbrăcate, cereţi participanţilor să marcheze părţile corpului unde le place să fie atinşi (roşu= nu, verde = da). Dacă sunt dezbrăcaţi: ce părţi ale corpului le place să fie atinse? Sunt diferite? 9. Cereţi intermediarilor să încerce să se transpună în locul persoanelor tinere cu dizabilități locomotorii: dacă au făcut acest exerciţiu, ce termeni ştiau şi ce termeni noi au aflat? Ce cunoştinţe au despre părţile corpului, sex şi relaţii, sentimente şi emoţii, genuri? Dacă sunt disponibile, Puteţi să le daţi exemple de desene făcute în timpul acestui exerciţiu şi să le discutaţi. 10. Puteţi să folosiţi aceste desene şi pentru a discuta /sau să lăsaţi participanţii să facă practică şi să exprime într-un limbaj accesibil, aşa cum ar face-o cu persoanele cu dizabilități locomotorii: • funcţiile organelor, procesele şi stimulările sexuale; • ciclul la femeie, menstruaţia; • concepţia, sarcina şi naşterea; • sentimente, dorinţa şi masturbare; • prima dată; • metode de prevenţie; • boli cu transmitere sexuală; • gen, transgender şi • Igiena intimă
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Motivele pentru care sugerăm această activitate, care poate părea foarte incipientă şi copilăroasă, sunt următoarele: 1. Eliminarea barierelor pe care le au profesioniştii şi familiile atunci când discută despre corpul uman, funcţiile lui, dezvoltarea sexuală, acte sexuale şi tehnici, emoţii şi sentimente. Foarte des intermediarii nu-şi permit să vorbească despre corpul uman ,funcţiile lui chiar şi despre sex şi relaţii pentru că nu se simt confortabil sau pentru că nu au cunoştinţe să o facă. Plasarea acestor teme în activităţi incipiente, aproape ca o joacă de copil, foloseşte la eliminarea acestor bariere şi la implicarea mai uşoara a oamenilor. 2. Intermediarii pot face acest exerciţiu şi cu persoanele cu dizabilități locomotorii. Este bine ca ei să experimenteze acest exerciţiu înainte de a - l face cu persoanele cu dizabilități locomotorii.

Sursă	APF, ‘Set de cuburi’: http://www.apf.pt/?area=100&mid=003&lvr=LVR49cfdd63343b9 Setul de cuburi poate fi util şi pentru a vorbi despre sarcină, menstruaţia la femeie etc. APF, Program de educaţie sexuală pentru profesionişti - manual şi materiale: http://www.apf.pt/?area=100&mid=003&lvr=LVR47e1262824a69 Sensoa, Valiza lui Idriss – include foi cu imagini ale corpului uman pe care participanţii pot lipi denumirea şi funcţiile părţilor corpului Sensoa, Make it work – Prevention of SGBV in the European Reception and Asylum Sector, http://www.seksuelevorming.be/sites/default/files/digitaal_materiaal/makeitwork.pdf Pro Familia Passau

Fişă de lucru - Corpul uman



Corpul uman (2)	
Obiective	● Creşterea cunoştinţele participanţilor despre părţile sexuale ale corpului şi ajutor pentru a le denumi corect. ● Permite participanţilor să detecteze cele mai comune mituri şi să le explice.
Materiale necesare	● Foi mari de hârtie cu desene ale corpului uman, bărbat şi femeie (dimensiunea reală) ● Poze/desen ale organelor sexuale masculine şi feminine (pot fi şi din ţesătură: www.paomi.de) ● Cartonaşe cu diferiţi termeni folosiţi pentru a numi părţile corpului ● Fişă de lucru: "Mituri despre corp" ● Cartonaşe (verzi şi roşii) cu pictograme ale ochilor (privire), mâinilor (atingere) şi gurii (sărut)
Metodologie	1. Pune-ţi desenele corpului uman pe podea sau pe perete. 2. Explicaţi că acesta este un exerciţiu de comunicare şi folosire a limbajului: termeni diferiţi pot avea conotaţii diferite pentru oamenii diferiţi. 3. Împărţiţi cartonaşele cu termeni şi cereţi fiecărui participant să aşeze cartonaşul lui /ei în locul corect. 4. Când îşi aşează cartonaşele, adresaţi întrebări cum ar fi: a. Ce ştiţi despre această parte a corpului? b. Ştiţi vreun alt termen pentru această parte a corpului? c. Cum numiţi această parte a corpului când vorbiţi de corpul vostru? d. Dirijaţi conversaţia către conceptul "mit". Explicaţi mitul privitor la partea respectivă a corpului şi explicaţi de ce este un mit. 5. Lăsaţi grupul să reflecteze la consecinţele de a crede în mituri. 6. Puteţi continua acest exerciţiu vorbind despre limite: daţi participanţilor cartonaşele verzi şi roşii cu pictograme (ochi, mână, gură) şi cereţi-le să arate ce părţi pot atinge, privi, săruta alţii? 7. Cereţi intermediarilor să încerce să se transpună în locul tinerilor cu dizabilităţi locomotorii: dacă au făcut acest exerciţiu, ce termeni au ştiut sau au aflat şi ce cunoştinţe au

	despre părţile corpului? Ce mituri au ei? Dacă sunt disponibile, puteţi da şi exemple din desene făcute de persoanele cu dizabilități locomotorii pe durata acestui exerciţiu şi să le discutaţi.
Sursă	Sensoa, Make it Work (fişe de lucru, cartonaşe, desene) Sensoa, Draaiboek seksualiteit en handicap; nepublicat.

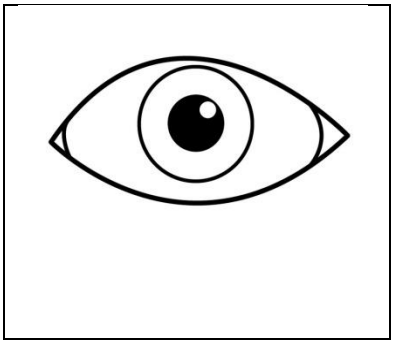
Fişă de lucru – Termeni

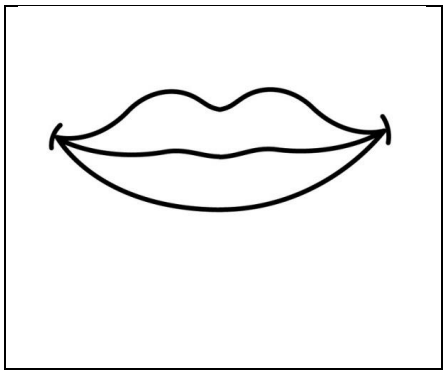
Corpul Femei	**Corpul bărbatului**
Sâni	Penis
Şold	Barbă
Buric	Buric
Păr pubian	Păr pubian
Părul de la axila	Părul de la axila
Anus	Sfârc
Clitoris	Prepuţ
Orificiu urinar	Gland
Vagin	Anus
Labia mică	Vezică urinară
Labia mare	Erecţie
Vezică urinară	Spermatozoid
Uter	Canal deferent
Ovul	Vezică seminală
Ovar	Uretră
Trompă uterină	Prostată
Mamelon	Testicul
	Ejaculare

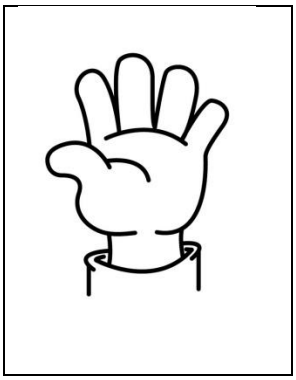
Fişă de lucru - Mituri despre corp

Mit	Fapte
O erecţie indică faptul că cineva vrea să facă sex.	O erecție poate avea loc şi din cauza altor factori cum ar fi teama, excitare generală, erecția de dimineaţă etc.
Circumcizia nu are niciun beneficiu asupra sănătăţii.	Bărbaţii circumcişi sunt mai puţin vulnerabili la bolile cu transmitere sexuală.
In erecţie toate penisurile au aceeaşi dimensiune.	Există diferenţe: mărimile pot varia de la 9 la 16 cm în grosime şi de la 11 la 22 cm în lungime.
O fată virgină are himenul intact şi închis.	
Cel mai important organ sexual al femeii este vaginul.	Cel mai important organ sexual al femei este clitorisul. Este localizat intern şi în mare parte ascuns. Lungimea totală este de 9 cm. Clitorisul are 4 “braţe“.
Mărimea sânilor depinde de cât de des sunt atinşi.	Mărimea este determinată genetic.
Părul pubian trebuie să fie ras din motive de igienă.	Nu există nici un motiv pentru îndepărtarea părului pubian.

Fişă de lucru - Cartonaşe verzi şi roşii







Dezvoltarea sexuală

Subtitlu	Planificare
Obiective	Discutarea semnificaţiei dezvoltării sexuale“normale” şi cum diferă aceasta la persoanele cu dizabilități locomotorii?
Materiale necesare	● Planificare ● Cartonaşe cu tipuri diferite de comportament sexual. ● Prezentare PowerPoint care explică comportamentul sexual tipic în diferite faze ale vieţii (bebeluş, copil mic etc.) ● Fişe de lucru şi coli.
Durata	30 minute sau mai mult
Metodologie	În plen: 1. Împărţiţi participanţii pe grupuri (maxim 8 participanţi în grup). 2. Fiecare primeşte 5 foi de hârtie: câte una pentru fiecare etapă de dezvoltare: bebeluş (0 - 1,5 ani), ţânc (1,5 - 3 ani), copil mic (4 - 5 ani), copil de şcoală (6 - 11 ani) şi adolescent (12-15 ani). Apoi spuneţi-le că aceste foi de hârtie formează împreună un calendar de dezvoltare. 3. Citiţi cu voce tare comportamentul sexual de pe un cartonaş – spre exemplu “ joaca de–a doctorul“. 4. Cereţi grupului să plaseze cartonaşul pe calendar în locul în care cred că acest comportament poate să apară pentru *prima* dată. 5. Prezentaţi răspunsurile şi daţi mai multe informaţii (din prezentarea PowerPoint) Individual: 6. Continuaţi exerciţiu cerând fiecărui participant să completeze individual o foaie de lucru: • Cum diferă aceste momente la persoanele cu dizabilități locomotorii? • Ce impact are dizabilitatea lor asupra comportamentului şi dezvoltării lor sexuale. • Comportamentul din fazele tinere (bebeluş, ţânc, copilărie) apare şi la persoanele cu dizabilități locomotorii? (vezi Fişa de lucru)

Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu este întotdeauna distractiv. Oamenii încep să-şi spună unul altuia poveşti despre copii lor sau despre ei înşişi și de experienţa lor, despre cât este asta de dificil. Ei întotdeauna fac greşeli (plasând comportamentul prea târziu pe calendar). Un exemplu de prezentare PowerPoint cu punctele ce ar trebui abordate este inclusă în Fişa de lucru pentru facilitator. Prezentarea PowerPoint descrie dezvoltarea normală. Parcurgeţi prezentarea şi lăsaţi grupurile/indivizii să o compare cu ce au făcut ei. Oamenii pot prefera să nu dezvăluie ce aveau pe calendar - respectaţi acest lucru. Prezentarea PowerPoint explică cele trei zone ale dezvoltării sexuale a copilului: (1) psihic, (2) gen şi orientare, şi (3) intimitate. Întrebaţi grupul despre dezvoltarea sexuală a tinerilor cu dizabilități locomotorii în fiecare din aceste zone. Ce merge bine şi în care zone sunt temeri? Puteţi expune trei mesaje importante pe care să le transmiteţi prin acest exerciţiu: 1. E foarte dificil să educăm persoanele cu dizabilități locomotorii despre cum să stabilească propriile limite şi să respecte limitele fizice ale altor oameni dacă aceste limite nu sunt respectate în primul rând de membri echipei care lucrează cu ei. 2. Persoanele cu dizabilități locomotorii au un profil de dezvoltare sexuală *dizarmonic* (corpul lor, dezvoltarea şi comportamentul lor sexual şi cunoştinţele lor nu sunt în armonie). 3. Dezvoltarea sexuală în zona intimităţii: pentru persoanele cu dizabilități locomotorii e posibil să existe mai mult control în această zonă, mai mult decât în cazul altor tineri.
Sursă	Sensoa; nepublicat

Fişă de lucru Calendar de dezvoltare

Faceţi o pagina A4 pentru fiecare etapă: Bebeluş (0 – 1,5 ani), ţânc (2 - 3 ani), copil mic (4 – 6 ani),copil de şcoală (6 – 11 ani), adolescent (12 – 15 ani)

Bebeluş (0-1,5 ani)
Ţânc (1,5 - 3 ani)
Copil mic (3 – 6 ani)
Copil de şcoală (6 - 11 ani)
Adolescent (12 – 15 ani)

Fişă de lucru - Cartonaşe cu comportamente sexuale

Explorarea explicită a propriului corp	Jocuri cu teme sexuale
Supt	Îmbrăţişări şi chicoteli
Sărutări	Convingeri stereotipe despre gen
A sta întinși goi unul peste altul	Înamorați, îndrăgostiți
Joacă cu prieteni de același sex	A fi rușinat
Masturbarea	Joaca în secret de-a doctorul
Fertilitatea	Glume şi caricaturi despre sex
Fantezii despre sex	Comportament conform rolului de gen
Curios despre propriul corp	Creștere bruscă
Interesat de propriile organe genitale	Dezvoltarea caracterelor sexuale secundare
Interesat de corpurile altora	Dezvoltarea orientării sexuale
Conştient de identitatea genului	Folosirea cuvintelor „murdare”
Foloseşte oliţa	Comportament provocator faţă de adulţi
Pune întrebări despre corp	Are erecţii
Prima menstruaţie	Statul în poala cuiva
Prima ejaculare	Privesc împreună imagini sexuale (internet)
Arătarea propriilor organe genitale	Privitul şi atinsul organelor sexuale ale altora
Atingerea sânilor	Înțelegerea diferențelor dintre băieţi şi fete
Plimbatul dezbrăcat	Atingerea în mod deliberat a propriilor organe genitale
Atingerea în mod accidental a propriilor organe genitale	Interesat în sexualitatea adulţilor
A face sex dezbrăcat	Sărut franţuzesc

Răspunsuri (pentru facilitator)

Bebeluş (0 – 1,5 ani)	**Copil mic (3 – 6 ani)**
Supt	Înțelegerea diferenţelor între băieţi şi fete
Sărutul	Convingeri stereotipe despre gen
Are erecţii	Îndrăgostit
Atingerea accidentală a propriilor organe genitale	A te simţi ruşinat
Atingerea deliberată a propriilor organe genitale	Joaca în secret de-a doctorul
Ţânc (1,5 - 3 ani)	Glume şi caricaturi despre sex
Explorarea explicită a propriului corp	Privirea şi atingerea organelor sexuale ale altora
Curios despre propriul corp	A sta întins dezbrăcat unul peste altul
Interesat de propriile organe genitale	Joaca cu prietenii de acelaşi sex
Interesat în corpurile altora	**Copil de şcoală (6 -11)**
Conştient de identitatea genului	Comportament conform rolului de gen
Foloseşte oliţa	Dezvoltarea orientării sexuale
Pune întrebări despre corp	Interesat în sexualitatea adulţilor
Statul în poala cuiva	A avea fantezii despre sex
Masturbarea	Comportament provocator faţă de adulţi
Arătarea propriilor organe genitale	Jocuri sexuale
Atingerea sânilor	Privesc împreună imagini sexuale (internet)
Plimbatul dezbrăcat	**Adolescent (12 - 15 ani)**
Folosirea de cuvinte „murdare”	Creşterea bruscă
Îmbrățișare şi chicoteli	Dezvoltarea caracteristicilor sexuale secundare
	Fertilitate
	Prima menstruaţie
	Prima ejaculare
	Sărut franţuzesc
	A face sex dezbrăcat

Fişa de lucru - Impactul unei dizabilităţi asupra dezvoltării sexuale

Comportament influenţat de stadiul de dezvoltare

Comportamentele din fazele timpurii(bebeluş, ţânc,copil) mai sunt încă prezente în rândul tinerilor cu dizabilități locomotorii?

Bebeluş (0 – 1.5 ani)	**Da/nu**
Contactul pielii este important	
Plăcere pe cale orală	
Suptul degetului mare şi alt comportament auto erotic	
Explorarea propriului corp	
Ţânc (1,5 – 3 ani)	
Curios cu privirea la propriul corp şi organe genitale	
Curios cu privire la corpurile altora	
Conştient asuprea identităţii sale de gen	
Masturbare	
Foloseşte oliţa	
Copil mic (3 - 6 ani)	
Curios cu privire la sexul adulţilor	
Convingeri stereotipe de gen	
Îndrăgostit	
Ruşinat	
Folosirea cuvintelor „murdare”	
Pune întrebări	
Copilărie (6 - 11 ani)	
Fantezii despre sex	
Experimentări în secret	
Prietenii	
Cunoştinţe	
Denumirea organelor genitale	

Cunoştinţe despre funcţiile sexuale ale organelor genitale	
Cunoştinţe despre procreare	
Cunoştinţe despre diferitele motive pentru care oameni fac sex	
Care sunt sursele de informare?	

Mai jos sunt prezentate trei zone de dezvoltare sexuală ale *copilului*. Ce probleme apar în grupul vostru ţintă (persoane cu dizabilități locomotorii)?:

Fizic • Explorarea propriului corp • Explorarea corpului altora • Atinge pe alţii şi să fii atins
Gen şi orientare • Identitatea de gen • Comportament specific rolului • Preferinţe sexuale/orientare
Intimitate • Sentimente • Contacte şi relaţii • Securitate şi ataşament • Siguranţă, ocrotire şi a se simţi îndrăgostit

Mai jos sunt trei zone de dezvoltare sexuală pentru adolescenți şi persoanele la pubertate. Ce probleme apar în grupul vostru ţintă (persoane cu dizabilități locomotorii)?Anumite lucruri se dezvoltă mai devreme sau mai târziu? Se dezvoltă ele într-un mod diferit?

Dezvoltarea fizică şi imaginea de sine
Facilitatea de a gândi
Experimentarea şi detaşarea de părinţi

Sunt prezente următoarele comportamente sexuale în rândul tinerilor cu dizabilități locomotorii cu care lucraţi?

Experimentare
Excitare şi fantezii sexuale

Exemple de prezentări PowerPoint „Dezvoltarea sexuală”

[Slide 1] Dezvoltarea sexuală

- Are loc în faze
- Pe toată durata vieţii: de la naştere până la moarte
- Proces de învăţare
- Are nevoie de suport

[Slide 2] Zone de dezvoltare

- Fizic
- Psihic
    - Corp
    - Atinge pe alţii şi să atingă
- Gen
    - Sex (masculin/feminin)
    - Roluri
- Intimitate şi relaţii
    - A face contacte
    - A menţine contacte
    - A te îndrăgosti
    - A se lega

[Slide 3] Bebeluş: dezvoltare sexuală

- Gura este cel mai important organ
- Influenţe biologice: încep de la concepere
- Influenţe din mediu: dirijarea comportamentului pentru a se conforma cu cel al sexului biologic
- Necesităţi de bază pentru atingerea fizică: auto-erotică şi de a fi atins de alţii
- Căldură necondiţionată şi siguranţă
- Bazele legării!

[Slide 4] Bebeluş: comportament sexual

- Suptul (degetului mare), muşcatul, sărutul
- Erecţiile şi contactul cu propriile organe genitale apare deja în stadiul de făt (intrauterin)
- 6-8 luni: băieţii îşi ating accidental propriile organe genitale
- 9-12 luni: fetele îşi ating accidental propriile organe genitale
- Începând cu 1 an: atingeri mai ţintite/deliberate

[Slide 5] Ţânc: dezvoltare sexuală

- Explorarea explicită a corpului
- Curios despre propriului corp şi organe genitale şi despre corpurile altora

- Foloseşte oliţa
- Conştient de identitatea de gen (masculin, feminin)
- Stă în poala altei persoane
- Pune întrebări

[Slide 6] Ţânc: comportament sexual

- Atingerea propriilor organe genitale cu propriile mâini
- Comportament auto-erotic, de ex. stimulare ritmica (masturbare)
- Priveşte corpurile dezbrăcate ale altor persoane
- Îşi arată propriile organe genitale
- Atinge sânii altor persoane
- Aleargă dezbrăcat
- Se îmbrăţişează şi chicoteşte
- Foloseşte cuvinte „murdare”

[Slide 7] Copilul mic: dezvoltare sexuală

- Înțelege diferenţele dintre băieţi şi fete
- Idei stereotipe despre gen
- Contactul corporal rămâne important
- Băieţii se joaca cu băieţii şi fetele cu fete
- Se îndrăgostesc
- Se simt ruşinaţi

[Slide 8] Copilul mic: comportament sexual

- Chicotesc, se îmbrăţişează şi se sărută
- Se joacă în secret de-a doctorul, de-a tata şi mama
- Spun glume şi fac desene despre
- Se privesc şi se ating unii pe alţii, inclusiv la organele genitale
- Stau întinşi unul peste altul dezbrăcaţi

[Slide 9] Copilul de şcoală: dezvoltare sexuală

6 - 8 ani:

- Se joacă cu copii de acelaşi sex
- Perioadă de latenţă sexuală
- Se îndrăgostesc şi au sentimente intense

[Slide 10]

8 - 10 ani:

- Comportamentul confirmă rolul specific de gen: băieţii sunt competitivi iar fetele sunt cooperante
- Înţelegerea procreării
- Rolul mai mare al iubirii şi al dorinţei cu contacte fizice mai multe
- Masturbare mai frecventă

[Slide 11]

10 - 12 ani

- Primele semne fizice ale pubertăţii, cu mari diferenţe individuale, creştere bruscă
- Dezvoltarea orientării sexuale
- Interesul în sexualitatea adulţilor, fantezii despre sex
- Îndrăgostire/săruturi

[Slide 12] Copilul de şcoală: comportament sexual

- Provoacă şi vrea să seducă adulţi
- Glumeşte şi face desene cu conotaţii sexuale
- Experimentează pe propriul lor corp
- Se masturbează
- Jocuri sexuale, de ex. pretinde că face sex
- Se joacă în secret de-a doctorul
- De la 10 ani în sus: priveşte împreună cu alţii imagini sexuale – interesat de fotografii erotice (caută pe internet)

[Slide 13] Cunoştinţe

- 2 ani: ştie denumirea organelor genitale
- Ţânc şi copil mic: interesaţi în procreare şi naştere
- Până la 7 ani:
    - Nu cunoaşte funcţiile sexuale ale organelor genitale
    - Deseori nu are habar despre activitatea care a dus la concepție
- După 7 ani: mai mult interes şi cunoştinţe despre sexualitatea adulţilor; cunoştinţe despre funcţiile sexuale ale organelor genitale şi concepţie
- După 9 ani: înțelege motivele pentru a face sex
- Sursele informaţiilor: părinţii şi școala, colegi, media

[slide 14] Adolescenţi: dezvoltare sexuală

Schimbări la pubertate:

- Biologice/fizice
- Cognitive
- Relaţiile cu părinţii şi colegii
- Începutul comportamentului sexual “adult”

[slide 15] Dezvoltare biologică: fete (10 ani şi 8luni)

- Dezvoltarea sânilor
- Părul pubian
- Forma corpului
    - Mai subţire în talie
    - Mai multă grăsime pe şolduri
- Părul din axile
- Prima menstruaţie: pubertate târzie (13 ani şi 2 luni)

[slide 16] Dezvoltare biologică: băieţi (11 ani şi 6 luni)

- Creşterea testiculelor
- Creşterea (în lungime şi grosime) a penisului
- Păr pubian
- Voce mai joasă
- Păr în axile
- Pubertate târzie
    - Ejaculare
    - Barbă
    - Păr pe corp

[slide 17] Dezvoltare generală:

- Foarte preocupaţi de aspectul şi trăsăturile lor fizice
- Aspectul fizic şi trăsăturile joacă un rol important
- Discrepanţă între dezvoltarea fizică şi stadiul mental/psihologic

[slide 18] Dezvoltare cognitivă:

- Idealism naiv
- Gândirea în alb şi negru
- Fără diferenţe între „eu” şi „ei”
- Public imaginar (toată lumea se uită la mine)
- Ficţiune/mit personal (nu mi se poate întâmpla nimic)

[slide 19] Dezvoltare psiho-sexuală

- Influenţa părinţilor scade
    - Creşterea autonomiei
    - Luarea autonomă de decizii
    - Contribuţie importantă în deciziile familiei
- Influenţa colegilor creşte
    - Petrece mult timp cu amicii
    - Locuri de întâlniri informale
    - Contactul cu tineri de sex opus creşte
    - Cultul tinereţii

[slide 20] Comportament sexual

- Debutul comportamentului sexual adult
- Cariera sexuală progresează gradual
- Monogamie succesivă

[slide 21] Cariera sexuală a tinerilor

- Este compusă dintr-o gamă largă de comportamente diferite!
    - Sărutul pe gură

    - Excitare şi masturbare
    - Sărutul franţuzesc
    - Atingeri şi dezmierdări (cu hainele pe ei)
    - Atingeri şi dezmierdări pe sub haine
    - Sex manual
    - Raporturi sexuale şi sex oral
    - Sex anal (mai rar)
- Persoanele aleg singuri când şi dacă fac următorul pas
- In medie, durează 4 ani

[slide 22] Monogamia succesivă

- Persoanele sunt monogami /loiali
- Relaţiile diferă în durată
- O relaţie după alta

[slide 23] Impactul dizabilităţii asupra fizicului

- Descoperirea propriului corp
- Descoperirea corpurilor altora
- Să atingă şi să fie atins (+ limite)
- Să fie atins mai puţin de către alţii
- Mai multe internări în spital
- Înțelegerea limitelor este mai dificilă
- Atingere funcţională
- Renegarea propriului corp
- Rezilienţă

[slide 24] Impactul dizabilităţii asupra genului şi orientării

- Sexul biologic
- Identitatea de gen
- Rolurile de gen
- Orientarea sexuală
- Dezvoltarea fizică:
    - De cele mai multe ori normală
    - Poate fi întârziată sau prematură
    - Câteodată devianţă (sindroame)
- Posibil probleme în conştientizarea genului
- Profil de dezvoltare dizarmonică
- Importanţa vârstei biologice!!

[slide 25] Impactul dizabilităţii asupra intimităţii şi relaţiilor

- Sentimente
- Contacte şi relaţii
- Legături şi securitate
- Siguranţă, ocrotire, îndrăgostire
- Mai puţine îmbrăţişări
- Creşte şi se dezvoltă într-un grup

- Mai puţine oportunităţi pentru experimentare
- Este tolerat comportamentul deviant?

[slide 26] Sarcini şi responsabilităţi pentru profesionişti

Asigurarea condiţiilor pentru dezvoltare sexuală

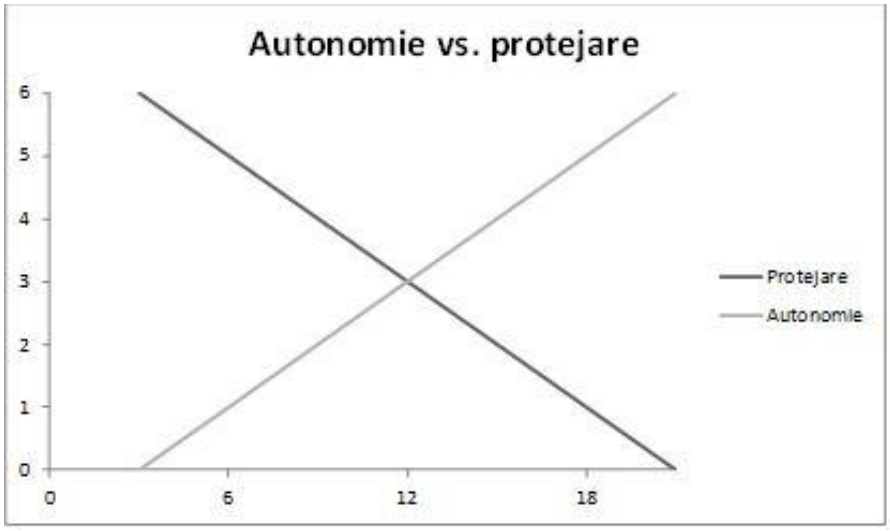
- Atenţie şi răspuns potrivit la comportamentul sexual
- Punerea în practică a unei viziuni de către întreaga echipă
- Dialog cu toţi cei implicaţi: cămine internat, părinţi, alte instituţii
- Integrarea suportului pentru dezvoltare sexuală în programul de educaţie sexuală
- Sprijinirea copiilor în formarea rezilienţei

[slide 27] Viziunea privitoare la rezilienţă

La fel ca rezilienţa în trafic care nu poate fi învăţată stând pe bancheta din spate a maşinii, ci învăţând cum se te comporţi pe şosea ca o persoană vulnerabilă:

- Recunoaşterea situaţiilor de risc
- Să fii în stare să evaluezi comportamentul celorlalţi
- Să nu cauzezi situaţii periculoase
- Să ştii cum să te protejezi pe tine însuţi

[slide 28] Autonomie vs. Protejare



[slide 29] Vulnerabilitate

- Rezilienţă mai scăzută?
- Cum să reacţionezi în această situaţie?
    - Rezilienţă generală
    - Informaţii suficiente – la timp şi personalizate
    - Limbaj accesibil!
    - Materiale adaptate!

- Respectaţi-le limitele şi graniţele
- Experimentare? Asumarea de riscuri?

[Slide 30] Concluzii despre dezvoltarea sexuală

- Dezvoltarea fizică este de obicei normală
- Dezvoltarea emoţională?
- Psiho-social: este nevoie de suport pentru copii pentru ca să devină mai autonomi faţă de părinţi şi să experimenteze cu colegii lor
- Sunt necesare informaţii adaptate şi suport/ghidare
- Comportamentul corespunzător stadiului de dezvoltare nu este egal cu comportamentul acceptabil!!

Provocări emoţionale şi fizice la pubertate	
Obiective	Să permită participanţilor să scrie pe o lista provocările emoționale, fizice şi sociale asociate cu pubertatea şi să înţeleagă nevoie de suport continuu şi comunicare cu persoanele cu dizabilități locomotorii pentru a depăși provocările asociate acestui stadiu de creștere.
Materiale necesare	• Coli de flipchart şi pixuri • Lista de schimbări
Durata	45 minute
Metodologie	• Cereţi participanţilor grupaţi câte 3 sau 4 să treacă pe o lista schimbările şi provocările de la pubertate grupate în trei categorii: 1. Emoționale 2. Fizice 3. Sociale • Cereţi participanţilor să noteze vârsta medie de începere a pubertății la băieţi şi fete. • Discutați răspunsurile în plen.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	In timpul acestui exerciţiu acordaţi atenție diferențelor de vârstă indicate de grupuri pentru începutul pubertăţii la băieţi şi fete. Provocările sociale fac parte din procesul de creștere şi sunt observate diferit la persoanele cu dizabilități locomotorii, deoarece oportunitățile lor pentru interacțiune sociala cu amicii pot fi limitate. Este important să sprijinim persoanele cu dizabilități locomotorii pentru a face faţă provocărilor şi schimbărilor pe care le experimentează prin informaţii şi suport informat, lipsit de prejudecăți.
Sursă	Irish Family Planning Association, 2011

Lista părţilor sexuale/senzuale ale corpului şi activităţi

Subtitlu	Folosirea de cuvinte sexuale adecvate
Obiective	● Să devenim conștienți despre limbajul sexual folosit de către persoanele cu dizabilități locomotorii ● Să identificam limbajul sexualizat care poate avea legătura cu comportamentul sexualizat ● Să dezvoltăm abilităţile participanţilor de a folosi un limbaj sexual acceptabil în educația sexuală care să fie utilizat şi de ceilalţi factori implicaţi în activităţi cu persoanele cu dizabilități locomotorii.
Materiale necesare	Coli de flipchart şi pixuri
Metodologie	● Împărţiţi participanţii în 3 grupuri. ● Cereţi participanţilor să scrie pe coli toate cuvintele pe care le utilizează ei când vorbesc despre părţile sexuale ale femei şi bărbatului şi activităţile senzuale/sexuale, fără să-i cenzuraţi. ● La fiecare 5 minute ei vor da altui grup lista pe care au făcut-o. ● Continuați pana când toate cele 3 grupuri au scris pe fiecare lista. ● Cereţi unui reprezentat al fiecărui grup să prezinte lista care a ajuns la ultima rotaţie la ei.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Încurajați o dezbatere despre: 1. Care termeni sunt acceptabili/inacceptabili? 2. Care termeni pot semnala un abuz atunci când sunt folosiţi de un tânăr cu dizabilități locomotorii? 3. Unde ar fi putut să înveţe acești termeni un tânăr cu dizabilități locomotorii?
Sursă	Asociaţia de planificare familiala din Anglia (UKFPA); nepublicat

Cum vorbesc despre sex?	
Subtitlu	Găsirea cuvintelor potrivite
Obiective	Să permită participanţilor să îşi adapteze limbajul la situaţie
Materiale necesare	● Fişa de lucru: Terminologie ● Material pentru formator: Terminologie ● Carduri cu diferiți termeni referitori la sexualitate
Metodologie	1. Explicaţi că atunci când se vorbește despre sex, sunt folosite cuvinte diferite, în funcție de context. Trebuie să exersăm folosind cele mai potrivite cuvinte într-un anumit context. 2. Înmânaţi matricea “Terminologie “ şi cereţi fiecărui participant să lucreze individual sau în perechi pentru a o completa. 3. După 5 minute, parcurgeţi matricea şi participanţii pot completa cuvintele lipsă. 4. Concentraţi-vă pe următoarele aspecte: ● Care sunt cuvintele cu care va simţiţi confortabili? Ce cuvinte folosiţi voi? ● Care cuvinte au conotaţie negativa? De ce? ● Ştiţi alte cuvinte, sinonime? ● Știți ce înseamnă fiecare cuvânt? 5. Apoi un participant ia un card dintr-o cutie – cardul are un cuvânt scris pe el pe care nu îl arată nimănui. Cel care a extras cardul va alege un alt participant şi va da definiția cuvântului de pe card sau va spune un sinonim. Participantul ales trebuie să ghicească cuvântul. Asigurați-va ca fiecărui cursant ii vine rândul să participe la exerciţiu.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Pentru a încheia acest exerciţiu, puteţi pune următoarele întrebări: ● Ce probleme ridică acest exerciţiu? ● In care situații aveţi nevoie de un limbaj şi o terminologie specială? ● De ce știm atât de multe cuvinte cu conotație negativă?
Sursă	Sensoa, ‘Good lovers’ exercise 7.1. pag 66–70 http://www.seksuelevorming.be/sites/default/files/digitaal_materiaal/goedeminnaars.pdf

Fişa de lucru - Terminologie

MEDICALĂ	STANDARD	JARGON
	Testicule	
		Vulva
Penis		
	A face sex	
		Cicluri
Scrot		
	Uter	
Cunilingus		

Material pentru formator - Terminologie

MEDICALĂ	STANDARD	JARGON
Testicule	Testicule, ouă	Ouă, boaşe, coaie
Scrot	Scrot	Săculeţul cu boaşe
Vulva	Vulva	Păsărică, gaură, fofoloancă, pizdă
Vagin	Vagin	Vulva, deschizătură, găoază
Labie	Labie	Buză
Glandul penisului	Capul penisului	Cap de sulă
Clitoris	Clitoris	Moțul curcanului, lindic
Erecţie	Penis în erecţie	Penis sculat, penis întărit
Penis	Penis, cocoşel	Membru, penis, sulă, pulă, mădular, măciucă
Ovare	Ovare	Ovale
Ovulaţie	Ovulaţie	
Ejaculare	Ejaculare	A-și da drumul, a termina
Coit	A face sex	A se fute, a și-o trage, a se împreuna, a face sex
Uter	Uter	Mitră, cuibul bebeluşului
Cunilingus	A face sex oral (unei fete)	A linge, a suge păsărica, a da limbi
Ciclul menstrual	Perioada, ciclul lunar	A fi pe stop, perioada a lunii
Dispareunie	Durere în timpul actului sexual	
Felaţie	A face sex oral (unui băiat)	Muie, a suge, a o lua in gura,
Organe genitale	Organe genitale, părţi intime,	Organe intime, scula (băieţi),

	vintre	păsărică (fete)
Ginecolog	Ginecolog	Doctor de femei
Androlog	Specialist în sănătatea bărbatului	
Orgasm	Climax	
Himen	Himen	Cireaşă
A se masturba	Masturbare, auto-satisfacere	A face labă, a şi-o freca, a o lua în mână
Menarhă	Prima menstruaţie	
Pubis	Pubis	Muntele lui Venus
Smegmă	Smegmă	Brânză
Spermatozoid	Spermă	Sămânță
prepuţ	Calotă	Capişon

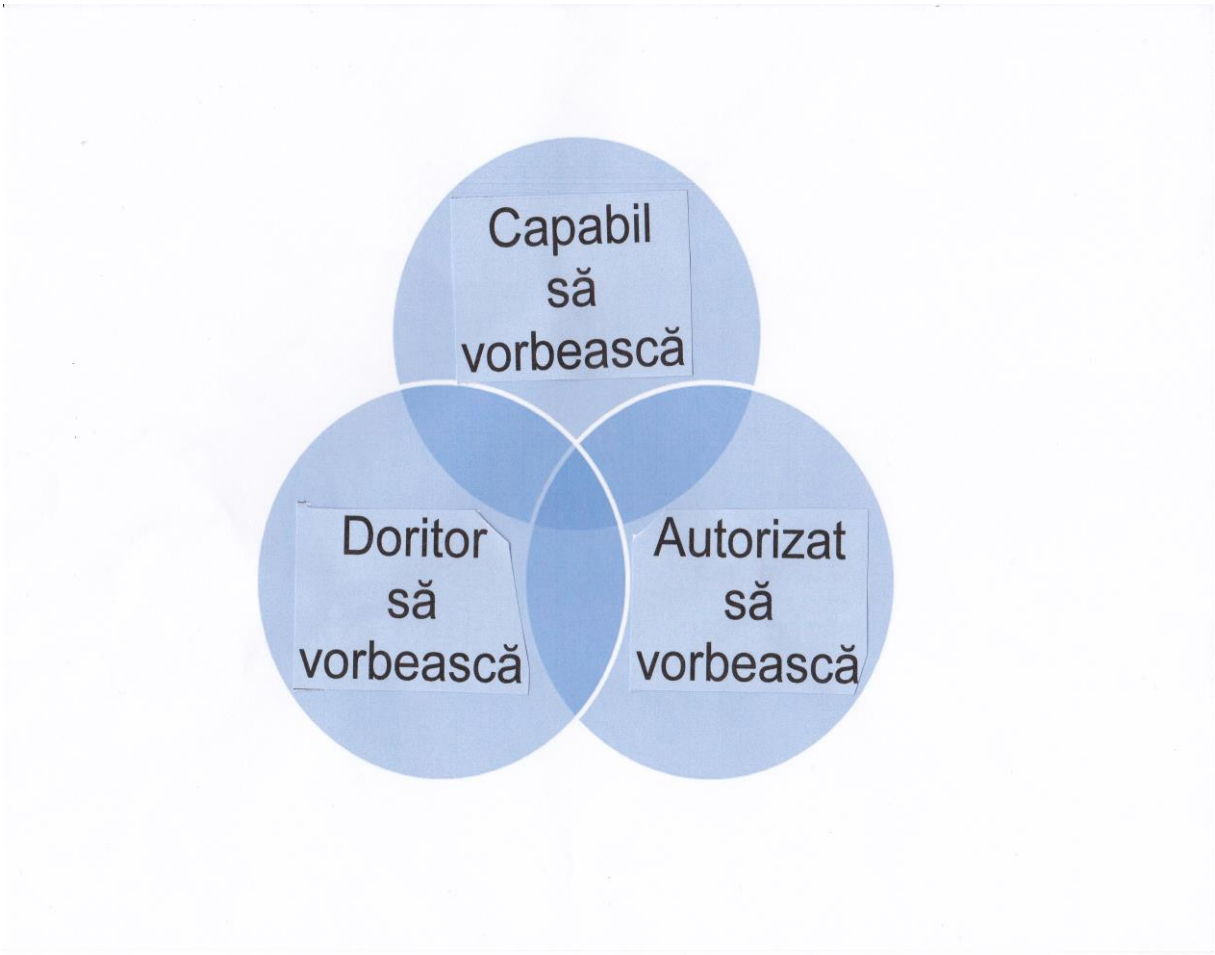
Terminologia	
Subtitlu	Explicarea termenilor sexuali
Obiective	Să permită participanţilor să prezinte definiţiile termenilor referitori la organelor reproducătoare externe şi interne ale bărbatului şi ale femeii.
Materiale necesare	Carduri cu termeni sexuali
Metodologie	● Împărţiţi carduri pe care sunt notaţi termeni referitori la sexualitate (masturbare, erecție, clitoris etc.) ● Împărţiţi participanţii în grupe de câte trei persoane şi cereţi-le să explice termenii de pe fiecare din cardurile pe care le au. 1. Un membru al grupului explică termenul unui alte membru, iar al treilea este observator. 2. Cereţi-le să schimbe rolurile astfel încât fiecare să aibă toate cele trei roluri. ● Pentru explicaţii pot folosi şi desene. ● Discutați în plen: ● Când trebuie să explicaţi: Ce este uşor? Ce este dificil? Ce îţi trebuie pentru a putea da explicaţiile? Cum te-ai simțit făcând acest exerciţiu? ● Când asculţi: Înțelegi explicația? Informaţia este clara şi completa? Cum te simți ascultând această informaţie? ● Ca observator: Ce ai observat? Au fost dezinvolţi? Poţi să le faci sugestii?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Aceste exerciţii sunt interesante pentru a afla ce bariere au oamenii atunci când trebuie să vorbească despre sex. Barierele sunt legate de cunoștințe, de voinţă (si limitele personale) şi de ce li se permite să facă.
Sursă	Sensoa

Abilităţi de comunicare şi consiliere

Condiţii necesare pentru a vorbi despre sex	
Obiective	Să se gândească la condițiile care trebuie îndeplinite pentru a purta o conversație despre sex.
Materiale necesare	● Coli de flipchart şi markere ● Fişă de lucru - Condițiile personale (competent, doritor, autorizat)
Metodologie	1. Cereţi participanţilor să scrie ce *condiții (generale)* cred ca sunt importante şi necesare. Trebuie să se gândească la situaţia în care ar dori să poarte o conversație despre sex cu un client. Puteţi folosi câteva tehnici pentru a le permite să facă acest lucru, de ex. o „discuţie în piramidă: ○ Cereţi-le să înceapă pe perechi şi să identifice împreună 5 condiții necesare ○ Apoi uniți 2 perechi pentru a face o lista cu prioritățile lor ○ Apoi pune-ti 4 perechi să lucreze împreuna cu alte 4 perechi pe aceeași tema şi așa mai departe pana când ajungeți să reuniţi grupul complet. 2. Faceți lista cat mai completă. 3. Continuați discuția cerându-le să se gândească la condițiile lor personale care ar trebui să fie îndeplinite pentru a avea o conversație de calitate despre sex cu un client. Prezentați pe scurt trei grupe importante de *elemente personale*. Trebuie: 1. Să fii calificat (competente, cunoștințe, limbaj, aptitudini); 2. Să vrei să vorbești (propriile limite, valori şi norme, propriile experiențe) si 3. Să fii autorizat (de către conducerea ta şi de către clientul tău). 4. Adresați întrebări cum ar fi: ● Care elemente sunt bune si care ar putea fi mai bune? ● Ce elemente puteţi să influențați? ● De ce suport aveți nevoie şi cine v-ar putea susține în această sarcina?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	O conversație de calitate despre sex cere următoarele condiții generale: ● Timp ● Intimitate ● Lipsa distragerilor (fără telefoane care sună) ● Obținerea permisiunii de a vorbi despre sex ● Pornirea dintr-o perspectivă pozitiva asupra sexualităţii

	● Contact față în față ● Suport vizual ● Respecte ● Acceptare ● Lipsa prejudecaţilor ● Respect pentru intimitate ● Informaţie personalizată ● Repetare mesajelor ● Limbaj adaptat ● Un partener de conversaţie care să dorească acest lucru ● Să fii în stare să dezvolţi oportunitățile ● …. ● .....
Sursă	Sensoa, Draaiboek seksualiteit en handicap; nepublicat

Fişă de lucru - Capabil/doritor/Autorizat sau obligat



Capabil: Ştie cum să folosească limbajul corect şi adaptat; abilități de comunicare; suficiente cunoştinţe; capabil să găsească informaţia corectă.

Doritor: nu depăşeşte propriile tale limite personale; corespunde cu propriile tale norme şi valori personale; influențat de propriul tău trecut şi experiențe

Autorizat/obligat: existenţa unei potici care să ofere cadru pentru conversaţie; obţinerea permisiunii conducerii pentru a prelua sarcina; obţinerea permisiunii clientului.

Totul începe cu deschiderea	
Subtitlu	Cum să începi o conversație despre sexualitate cu un client?
Obiective	● Dă posibilitate participanţilor să înţeleagă lucrurile de care trebuie să ţină seama atunci când încep o conversaţie şi să aplice aceste cunoştinţe. ● Oferă participanţilor posibilitatea de a exersa să vorbească despre sexualitate cu persoanele cu dizabilități locomotorii. ● Oferă unui mod distractiv de a învăţa despre efectele pe care le au diferite moduri de a începe o conversaţie.
Materiale necesare	● Fişă de lucru - modelul de conversaţie "Cap - corp - coada" ● Informaţii de bază pentru vorbitor (vezi Fişa de lucru) ● Studiu de caz: creat de către participanţi ● Pix şi hârtie
Durata	60 minute
Metodologie	● Prezentați exerciţiul spunând: „cu ajutorul unui model de conversaţie, vom exersa începutul unei conversații despre sex şi sexualitate cu un tânăr cu dizabilități locomotorii". ● Prezentați participanţilor modelul de conversație "cap - corp - coada " (introducere - cuprins - încheiere) (fişă de lucru). ● Prezentați un studiu de caz sau creați împreună un studiu de caz despre un client cu care vreți să vorbiți despre sexualitate/ îndrăgostire/pubertate etc. ● Exersați modelul în plen folosind studiul de caz propus. ● Cereţi participanţilor să se așeze în forma literei U. ● Cereţi fiecărui participant să sugereze individual câte o propoziție cu care să deschidă conversaţia. O pot scrie în cuvinte cheie. ● Participanţii încearcă propozițiile lor deschise intr-un scurt joc de roluri cu facilitatorul. ● Opriți conversația imediat ce este clar cum reacționează "tânărul" la propoziția de deschidere a fiecărui participant (clientul este invitat la conversație, se simte în siguranţa, simte nevoia de a se apară sau de a ataca persoana etc.?). ● Discutați pe scurt fiecare situaţie. Atunci când pe parcursul

	discuției exista o propunere de a reformula propoziția de deschidere, încercați noua formulare. Este vorba despre a încerca lucruri, de a vedea care este efectul lor. ● Concluzionați spunându-le că începutul conversației va stabil foarte probabil tonul pentru continuarea ei şi, de aceea, are nevoie de o atenție specială. Dacă nu este posibil să răspundeți la anumite întrebări de la începutul conversației – şi nu știți cum să va descurcați cu ele-atunci este mai bine să opriți conversația şi să o reluați mai târziu, voi sau un coleg. Dacă nu știți răspunsul: ○ stabiliți o întâlnire cu clientul pentru mai târziu şi încercați să aflați între timp răspunsul sau ○ Îndrumați clientul către un coleg, clinica medicala, medic de familie, specialist, sexolog etc.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	In esenţă, la începutul unei conversaţii (“cap”) este important să se creeze o atmosferă de siguranţă, încredere şi să se clarifice scopul conversaţiei. In acest exerciţiu este vorba despre a încerca alternative diferite şi a descoperi efectele diferitelor moduri de a începe o conversaţie prin intermediul încercărilor şi erorilor. Nu este corect sau greşit, ci despre găsirea acelui mod care ți se potriveşte cel mai bine. Când discutați acest exerciţiu cu participanţii, vorbiți şi despre diversitate, diferențe culturale şi diferenţe de sex: prin ce diferă acest lucru atunci când clientul este băiat/fată? Care sunt implicațiile pentru tine ca intermediar atunci când pregătești discuţia şi în timpul conversaţiei?
Sursă	Rutgers WPF, JJI Training Manual (în Olandeză)

Fişă de lucru – Cap – Corp - Coadă

Cap/Introducere: Începutul unei conversaţii

- Sentimentul de siguranţa/securitate şi încredere
- Fă în aşa fel încât tânărul să se simtă în largul său
- Spune-i de ce începi această conversaţie - fii cat mai clar şi concis şi clar
- Dă tânărului timp să răspundă
- Acorda-i timp să se gândească la propriile sentimente
- Spune-i scopul conversaţiei: ce doreşti să realizaţi, durata şi structura conversaţiei
- Intimitate, raportare

Corp/Cuprins: conversaţia în sine

- Puneţi întrebări deschide
- Daţi tânărului timp să răspundă
- Din când din când sumarizaţi ceea ce aţi discutat

Dileme:

- Discutați despre propriile voastre experiențe: da/nu
- Să continuaţi cu întrebări specifice: da/nu
- Să răspundeți la semnalele (non) –verbale: da/nu
- Să ţineţi cont de propriile voastre norme şi valori

Coada/Încheiere: finalul conversaţiei

- Analizați conversația - atât voi cat şi tânărul
- Rezumați şi concluzionați
- Precizați orice pași viitori

Informaţii de baza pentru facilitator – Discuţia despre sex şi sexualitate

Câteva întrebări de luat în considerare atunci când vă pregătiţi pentru o discuţie:

- De ce port această conversație? Care este motivul si ce vreau să obțin?
- Care sunt valorile şi normele mele?
- Cum sunt susținut?
- Cum încep conversația?
- Ce subiect sau temă aleg?
- Ce cuvinte şi limbaj folosesc?
- De ce cunoştinţe am nevoie?
- Unde (locul) voi purta conversația?

Întrebări despre sexualitate

Subtitlu	Răspunsul la întrebări
Obiective	Exersarea cunoștințelor şi comunicării despre sexualitate cu persoanele cu dizabilități locomotorii
Materiale necesare	Carduri laminate cu întrebări (vezi Fişa de lucru)
Durata	30 minute
Metodologie	1. Participanţii se împart în grupuri de câte 2. Fiecare pereche primește o foaie de hârtie cu trei întrebări de la tineri cu (sau fără) dizabilități locomotorii. SAU lăsați ca fiecare pereche să vina cu întrebările pe care le-au auzit în trecut de la persoanele cu dizabilități locomotorii. 2. Echipele primesc cel puțin 5 minute pentru a pregăti răspunsul. Echipele trebuie să răspundă ca şi cum ar fi facilitatori de educaţie sexuală în fata unei clase. 3. Prima echipa răspunde la întrebări, in timp ce cealaltă echipa joaca rolul unui grup de persoane cu dizabilități locomotorii: pot adresa în continuare întrebări. 4. După fiecare răspuns, facilitatorul discută în plen cu grupul dacă toate informaţiile furnizate au fost corecte şi dacă răspunsul a fost bun. 5. Pentru a încheia, discutați cu grupul: cum putem răspunde la întrebări folosind un limbaj care este ușor de înţeles de către tineri? De ce trebuie să ținem cont atunci când răspundem unor întrebări adresate de persoanele cu dizabilități locomotorii? Ce se întâmpla dacă nu știți răspunsul?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Îndrumați participanţii către materialele de informare, educare şi comunicare care sunt disponibile intr-un limbaj facil şi care ii pot ajuta în educarea tinerilor cu dizabilități locomotorii (observați în manual trimiterile către materialele pentru persoanele cu dizabilități locomotorii) Cadrul pentru răspunsul la întrebări: 1. Unde ai auzit despre...? 2. Lasă-mă să mă asigur dacă am înţeles

	întrebarea...(reformulează cu propriile tale cuvinte) 3. Răspunde: scurt şi concis! 4. Răspunde acest lucru întrebării tale? 5. Reţine, mă poţi întreba oricând! Dacă nu ştii răspunsul sau dacă nu te simţi confortabil să răspunzi, îndrumă tânărul către un coleg sau o altă persoană care îl poate ajuta.
Sursă	Pro Familia Landesverband Bayern Framework for answering questions: Paul Casey, UKFPA

Fişă de lucru - Exemple de întrebări despre sexualitate

- Este dureros să te îndrăgosteşti de cineva?
- Cum acţionează planificarea familială naturală?
- Sânii femeilor le provoacă mâncărimi?
- Ce este cel mai bine: naştere prin cezariana sau naşterea naturală?
- In medie, de câte ori face o persoana sex?
- Cât este de mare un bebeluş şi ce greutate are la naştere?
- De ce au bărbaţii penis? Ar putea la fel de bine să aibă un penis mic.
- Ce este pilula de a doua zi?
- Ce poţi să faci pentru dragoste?
- Naşterea unui copil este dureroasa?
- De ce se mişcă în sus şi în jos persoanele când fac sex?
- Ai făcut deja sex?
- Ce se întâmplă dacă îţi vine să urinezi în timp ce faci sex?
- Cum pot să sugă bebeluşii din sânii umpluţi cu silicoane?
- Ce se întâmplă atunci când se pierde o sarcina?
- De ce este numit “sex”?
- Cum ajung la orgasm şi ce simt?
- Mă doare tare inima: cum dispare această durere?
- E posibil ca masturbarea să creeze dependență?
- De unde ştii dacă eşti lesbiană sau homosexual?
- Când poţi fi sigur că este dragoste adevărată?
- Ce faci cu sărutul franţuzesc? Cum se face?
- Ce este sexul oral? Cum se face?
- Dacă ai 18 ani, poţi să te culci cu prietena ta în vârsta de 14 ani?
- Care este vârsta potrivită pentru “prima dată“?
- Am 15 ani şi sunt însărcinată. Mama mea vrea să fac avort, dar eu vreau să păstrez copilul. Poate să mă forţeze dacă eu nu am încă 18 ani?
- Este vina ta atunci când cineva te-a abuzat? Sau este vina amândurora?
- De ce cele mai multe fete nu pot avea orgasm?
- Câte poziţii există?

Carusel	
Subtitlu	Consiliere referitoare la sexualitate
Obiective	● Să expună participanţii la o serie de situaţii şi să îi ajute să experimenteze pentru a înţelege situaţia şi fie să ofere un sfat, fie să facă altceva. ● Să ajute la înţelegerea cerinţelor pentru a oferi consiliere de calitate.
Materiale necesare	● Scaune puse în doua cercuri, unul în interiorul celuilalt, faţă în faţă. ● Hârtie şi pix.
Durata	30 minute
Metodologie	● Cereţi participanţilor să se gândească la o situaţie pe care le-o poate prezenta un tânăr cu dizabilități locomotorii. ● Cereţi participanţilor să stea în doua cercuri, faţă în faţă. Persoana din cercul interior va juca rolul consilierului, iar persoana din cercul exterior va juca rolul tânărului cu dizabilități locomotorii. Explicaţi că scopul acestui exerciţiu nu este să fie identificare răspunsurile corecte ci să ofere posibilitatea de a exersa abilităţile de consiliere. ● Persoana din cercul exterior are 1 minut să prezinte situaţia persoanei din cercul interior. ● Persoana din cercul interior are 1 minute să consilieze tânărul cu dizabilități locomotorii din cercul exterior. ● Când timpul a expirat, acordaţi participanţilor un minut să reflecteze şi să noteze lucrurile care le-au plăcut sau nu le-au plăcut la consilieri sau despre consiliere pe care au făcut-o ei înşişi. Puteţi avea şi câţiva observatori pentru a identifica abordările bune/rele. ● Când timpul a expirat,cereţi participanţilor din cercul exterior să se mute cu un scaun în stânga şi să prezinte aceeaşi situaţie unui nou consilier. ● La un moment dat, cereţi participanţilor să schimbe cercurile şi începeţi din nou. ● La sfârşitul exerciţiului, purtaţi o discuţie în plen despre cum s-au desfășurat lucrurile. Încercaţi să ajungeţi la o înţelegere

	comună cu participanţii despre ce este o consiliere de calitate şi care sunt elementele ei cheie?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Scopul principal al acestui exercițiu este să formeze profesioniştii pentru a răspunde întrebărilor tinerilor cu dizabilități locomotorii şi să le dezvolte abilităţile necesare. O valoare adăugată a acestei activităţi este împărtăşirea întrebărilor reale adresate de persoanele cu dizabilități locomotorii sau a unor situaţii care pot apărea. Cereţi observatorilor şi participanţilor care au jucat rolul tinerilor cu dizabilități locomotorii să spună ce le-a plăcut şi ce nu le-a plăcut - ce au identificat ca practică bună/rea. Încercaţi să subliniaţi elementele de bună practică cum ar fi: să nu judeci, să fii empatic, un bun ascultător, să ceri mai multe detalii, să ajuţi persoana să găsească propriul răspuns pentru situaţie etc. Puteţi să le oferiţi un cadru pentru a răspunde la întrebări (Paul Casey, UKFPA): 1. Unde ai auzit despre...? 2. Lasă-mă să văd dacă am înţeles corect întrebarea...(reformulează cu propriile tale cuvinte) 3. Răspunde scurt şi concis! 4. Am răspuns întrebării tale? 5. Ţine minte că mă poţi întreba oricând. Dacă nu ştii răspunsul sau dacă nu te simţi confortabil să răspunzi, îndrumă tânărul către un coleg sau altă persoană care poate să îl ajute.
Sursă	APF Portugal (Asociaţia membră IPPF din Portugalia), Sex Education Programme for Professional Schools (Program de educaţie sexuală pentru şcoli speciale)

TITLU: CARUSEL	
Obiective	● Dezvoltarea comunicării despre sex ● Stabilirea limitelor ● Depăşirea stării de jenă
Materiale necesare	Plicuri cu întrebări scrise pe carduri
Durata	30 minute (3 etape a câte 10 minute fiecare)
Metodologie	1. Cereţi participanţilor să formeze un cerc interior şi unul exterior şi să se aşeze în perechi, faţă în faţă. Asiguraţi-vă că este spaţiul suficient între perechi, astfel încât fiecare cuplu să poată avea o conversaţie privată. 2. Fiecare pereche primeşte un plic cu câteva carduri cu întrebări. 3. Cereţi persoanei aşezate în interiorul cercului să înceapă prin a alege un card cu întrebări din plic şi cereţi persoanei din exteriorul cercului să răspundă. 4. Persoana din exteriorul cercului poate să răspundă sau să spună pas şi întrebarea trece la persoana următoare. 5. Apoi perechile se schimbă şi persoana din exteriorul cercului trage un card din plic şi adresează întrebarea. 6. După 10 minute cereţi celor din exteriorul cercului să schimbe locurile mutându-se trei locuri către stânga pentru a forma noi perechi. Repetaţi de cel puţin 3 ori. 7. Facilitatorul participă întotdeauna la acest exerciţiu. 8. Discutaţi exerciţiul în plen.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Puteţi folosi această tehnică în mai multe contexte. Această metodă permite oamenilor să vorbească în mod privat, în perechi şi să decidă ce vor vorbi/nu vor vorbi împreună. La fiecare 10 minute schimbaţi partenerii şi începeţi din nou. • Cum a fost să vorbiţi despre sex în acest mod? • Ce a făcut să fie mai uşor sau mai dificil? • Au fost diferenţe între partenerii cu care ai vorbit? Ce diferenţe? • Cum s-au simţit cei care au făcut pereche cu facilitatorul? Au fost diferenţe?

	• Pe măsură ce ai început să câştigi experienţă, ţi s-a părut că te-ai simţit mai puţin încorsetat? De ce? • Ai simţit că nu-ţi doreşti să răspunzi la anumite întrebări pe durata exerciţiului? Ţi-a fost uşor sau greu în acele momente? • Ai regretat că ai spus anumite lucruri? De ce? La sfârşitul discuţiei în plen este important să faceţi referire la obiectivele exerciţiului şi la regulile PASACESOR.
Sursă	Sensoa/Rutgers WPF (Asociaţiile membre IPPF din Belgia şi Olanda), 'Love is all around' (Dragostea este peste tot în jurul nostru), disponibil şi în limba engleză, http://shop.rutgerswpf.nl/webwinkel/love-is-all-around/44777.

Fişă de lucru - Întrebări pentru carduri

Câteva exemple de posibile întrebări:

- Imaginaţi-vă că cel mai bun prieten/prietenă vă spune că el/ea crede că are simptome ale unei infecţii cu transmitere sexuală. Ce aţi face?
- Ce credeţi despre doi bărbaţi care cresc un copil pe care l-au avut cu ajutorul unei mame surogat?
- Ce credeţi despre un bărbat de 28 de ani care a lăsat însărcinată o femeie de 20 de ani, se desparte de ea şi îi cere să facă avort?
- Ce ai face dacă iubitul/iubita ta te-a forţat să faci sex când nu ai vrut?
- Ce credeţi despre această afirmaţie: nu trebuie să te duci niciodată singur la o întâlnire cu o persoană cunoscută pe internet.
- Imaginează-ţi că trebuie să te lauzi unui străin (referitor la cum arăţi, ce poţi să faci, personalitatea ta). Ce i-ai spune?
- Întrebare pentru un băiat: să spunem că te uiţi împreună cu sora ta la videoclipuri (în care apar mulţi oameni în pielea goală) şi sora ta zice: Mi-ar plăcea să fac sex cu el. Ce ai face?

Folosirea materialelor de informare, educare şi comunicare (IEC) în relaţie cu clienţii tăi	
Subtitlu	Experimentaţi cu voi înşivă materialele IEC destinate grupului vostru ţintă.
Obiective	Să permită participanţilor să experimenteze modul de folosire al acestor materiale.
Materiale necesare	Materiale IEC pentru persoanele cu dizabilități locomotorii. Acestea pot fi: • pliante cu un limbaj clar, uşor de înţeles. • parţi sexuale confecţionate din pâslă, ţesături sau alt material • filme video • CD ROM - uri interactive (de ex. “Totul despre noi“) • Imagini sau pictograme
Metodologie	• La început prezentați materialele. • Participanţii, lucrând în perechi, aleg unul din materiale şi pregătesc o prezentare pentru grupul ţintă. • După aceea, materialul va fi încercat într-un grup sub forma unui joc de roluri. Patru sau cinci participanţi joacă rolul “amicului de călătorie“ în timp ce ceilalți observă.

Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	**În general:**
	• Încercați să asociați orice situație care apare în grup cu o situație similară apărută în timpul activității cu persoane cu dizabilități locomotorii şi întrebați ce ar face în situația respectivă.
	• Nu trebuie să ai un răspuns pentru toate întrebările care sunt adresate:
	  • Nu există întotdeauna o soluţie.
	  • Răspunsul poate fi foarte diferit, în funcție de relația în care ești cu persoana respectivă.
	  • Puteţi extinde problema şi să întrebați dacă alții recunosc situația și cum procedează pentru a o rezolva.
	  • Câteodată puteţi pune mai multe întrebări. Adeseori se ridică şi alte probleme.
	
	Joc de roluri:
	Pentru a implica şi a stimula participanţii în rolul lor de consilieri, îi puteţi încuraja să reflecteze asuprea a ceea ce le-ar plăcea să exerseze şi să îmbunătăţească pe parcursul scenetei.

	Observatorii pot acorda o atenţie sporită acestui lucru.
Sursă	Rutgers WPF, ‘Girls’ Talk’ training for counsellors – instruirea pentru consilieri „Fetele vorbesc”

Implementarea de schimbări în organizaţie

Caruselul corpului	
Subtitlu	Cât sunt de asertiv[2]?
Obiective	● Stabilirea graniţelor personale ● Experimentarea graniţelor fizice
Materiale necesare	Plicuri conţinând carduri cu instrucţiuni
Durata	20 minute
Metodologie	1. Cereţi participanţilor să formeze un cerc interior şi unul exterior şi să se aşeze în perechi, faţă în faţă. 2. Fiecare pereche primeşte un plic care conţine carduri cu sarcini fizice. 3. Cereţi-le să aleagă o carte din plic şi să citească sarcina. 4. Împreună, fiecare pereche trebuie să decidă dacă vor să îndeplinească sarcina. Dacă unul sau niciunul nu vrea, atunci nu o execută. Cealaltă persoană trebuie să respecte această decizie. 5. Schimbaţi perechile de trei ori. 6. Este important ca şi facilitatorul să participe la acest exerciţiu.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	● De ce este dificil să stabilim graniţe? Cum? Când? ● A fost vreo diferenţă atunci când ai făcut pereche cu facilitatorul? ● Au fost îndeplinite sarcini multe sau puţine? ● Ce a fost dificil atunci când cealaltă persoană a refuzat? Cum te-ai simţit? Legaţi şi acest exerciţiu cu persoanele cu dizabilități locomotorii: Cum este pentru ei? Şi-au stabilit graniţele? Sunt respectaţi de către ceilalţi? Etc. Ce poţi să faci: • să susţii/să ajuţi persoanele cu dizabilități locomotorii, să-şi stabilească graniţele? şi • să respecţi graniţele tinerilor cu dizabilități locomotorii?

[2] A fi asertiv înseamnă a te comporta civilizat, rezonabil şi obiectiv, înseamnă a le transmite celor din jur informaţii corecte despre ceea ce dorim sau simţim. Asertivitatea naşte încrederea în sine, pentru că cedăm presiunilor doar atât cât considerăm necesar. Putem face acest lucru pentru că mesajul pe care îl transmitem celorlalţi este unul foarte clar despre cum dorim să fim trataţi.

Sursă	Sensoa, ‘Goede Minnaars’ (Iubiţi buni), exerciţiul 5.1, http://www.seksuelevorming.be/sites/default/files/digitaal_materiaal/goedeminnaars.pdf

Să construim o casă	
Subtitlu	Casa tinerilor cu dizabilități locomotorii - unde se manifestă sexualitatea?
Obiective	Introducerea subiectului de spaţiu intim/privat şi posibilităţile tinerilor cu dizabilități locomotorii pentru a-şi manifesta sexualitatea
Materiale necesare	• Coală mare de hârtie cu planul unei case pentru persoanele cu dizabilități locomotorii • Plastilina pentru lipit, hârtie colorată, carduri monocolore pentru camere şi carduri colorate pentru situaţii • Mai multe materiale pentru construcţia casei (ex. Reviste cu fotografii care pot fi decupate)
Durata	60-90 minute (fără etapa de pregătire)

Metodologie	• Așezați schiţa casei pe podea. Casa trebuie să reprezinte un loc tipic unde trăiesc persoane cu dizabilități locomotorii: o instituţie, loc de muncă, şcoală, organizaţie, locuri publice etc. Aşezaţi cardurile în casa reprezentând camerele casei ex.: sufragerie, baie, sală de clasă, gară, discotecă etc.
	• Întrebaţi grupul:
	  • Unde se poate manifesta sexualitatea în această casă?
	
	• Cereţi participanţilor să prezinte situaţii din viaţă reală pe care le cunosc; notaţi-le pe un card şi aşezaţi-le în planul casei în locurile/ spaţiile potrivite ex: Iulia şi Bogdan se îmbrăţişează în sufragerie; Paul se masturbează în sufrageria casei; sau şoferul de autobuz întotdeauna îmbrăţişează o tânăra cu dizabilități locomotorii.
	
	• Discutaţi în plen:
	  • Ce reiese de aici?
	  • Există vreo grupare de teme?
	  • Unde pot avea loc relaţiile şi actele sexuale?
	  • Unde sunt depăşite limitele?
	
	• Continuaţi exerciţiul cerând grupului să reflecteze la:
	  • Unde se poate manifesta sexualitatea fără să fie deranjată?
	  • Care sunt spaţiile private?
	  • Ce este permis? Ce este interzis?
	
	Permiteţi-le să marcheze locurile din casă cu ajutorul culorilor (ex. verde - sexualitatea este permisă, roşu - nu

	este permisă) • Încheiaţi cu o discuţie în plen: • Cum poate fi mai bine proiectată instituţia pentru a da posibilitatea tinerilor cu dizabilități locomotorii să îşi exprime dragostea, prietenia, să facă sex?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Subiectele recurente sunt: masturbarea, depăşirea limitelor, intimitatea, relaţiile de cuplu, lipsa oportunităţilor de a experimenta sexualitatea şi influenţa îndrumătorilor asupra realităţilor vieţii. Această metodă este foarte potrivită pentru a deschide discuţii pe aceste teme, pentru a identifica temeri în rândul grupului şi pentru a discuta orice cazuri sau situaţii şi cum să răspunzi sau să previi ca acestea să se întâmple în viitor precum şi pentru a dezvolta posibilitatea pentru ca persoanele cu dizabilități locomotorii să-şi trăiască sexualitatea.
Sursă	Pro Familia, Landesverband – metodă dezvoltată de Petra Winkler, pedagog social, facilitator de educaţie sexuală, consilier pe tema sexualităţii

Inhibăm sau stimulăm?

Subtitlu	Ce factori inhibă sau facilitează sexualitatea, intimitatea şi comportamentul tinerilor cu dizabilități locomotorii?
Obiective	● O mai bună înţelegere a complexităţii conceptului de sexualitate. ● O mai bună înţelegere a factorilor de stimulare şi de inhibare. ● O mai bună înţelegere a situaţiei din cadrul organizaţiei. ● Analiza unor moduri de optimizare a situaţiei.
Materiale necesare	● Fişă de lucru - Matrice ● Sau: post-it-uri şi un perete
Metodologie	1. Începeţi prin a explica faptul că sexualitatea este influenţată de factori biologici, psihologici şi socio-culturali. Pentru oamenii care trăiesc într-o instituţie aceşti factori pot să-şi exercite influenţa la diferite niveluri: ○ nivelul personal; ○ nivelul mediului înconjurător al clientului (partener, părinţi etc.) şi ○ nivelul angajaţilor din instituţie. 2. Cu acest exerciţiu,încercăm să evaluăm situaţia curentă din organizaţie, din punctul de vedere al unui client. 3. Cereţi participanţilor să se aşeze pe perechi. Când completează matricea trebuie să se gândească la un client. Trebuie să menţioneze factori care inhibă sau stimulează sexualitatea, intimitatea şi comportamentul sexual al clientului. 4. Discutaţi în plen: a. Au lăsat participanţii câmpuri necompletate? b. Există un echilibru între factorii inhibitori şi cei stimulanţi? c. Există moduri de a optimiza situaţia? Ce poţi face pentru a începe?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	În centre şi instituţii de îngrijire se întâlnesc foarte des mulţi factori care mai degrabă inhibă decât stimulează sexualitatea. Trebuie să faceţi legătura şi cu moduri de a îmbunătăţi situaţia.
Sursă	Sensoa, 'Draaiboek seksualiteit en handicap', Karen De Wilde; nepublicat

Fişă de lucru – Factori care stimulează şi inhibă sexualitatea, comportamentul sexual şi intimitatea

	Factori stimulatori	Factori inhibitori
Biologici Hormoni,creierul, nervi, circulaţia sângelui, organele sexuale,senzaţii şi emoţii		
Psihologici Gânduri, sentimente, dorinţe, speranţe, cunoaştere, interacţiune	**1. Nivelul clientului**	**1. Nivelul clientului**
	2. Nivelul mediului înconjurător al clientului (partener, părinţi etc.)	**2. Nivelul mediului înconjurător al clientului (partener, părinţi etc.)**
	3. Nivelul personalului angajat	**3. Nivelul personalului angajat**
Cultural Norme, reguli, etică, ritualuri, aşteptări, poziţii	**1. Nivelul clientului**	**1. Nivelul clientului**
	2. Nivelul mediului înconjurător al clientului	**2. Nivelul mediului înconjurător al clientului**
	3. Nivelul societăţii	**3. Nivelul societăţii**

	4. Nivelul instituţiei 4.1 Infrastructura 4.2. Politici 4.3. Angajaţi/personal	**4. Nivelul instituţiei** 4.1 Infrastructura 4.2. Politici 4.3. Angajaţi/personal

Drepturile sexuale ale tinerilor cu dizabilități locomotorii	
Subtitlu	Le respectăm şi promovăm?
Obiective	● Să ne gândim la drepturile sexuale ale tinerilor cu dizabilități locomotorii. ● Să ne formăm o privire de ansamblu asupra lucrurilor care merg bine şi cele care ar putea fi îmbunătăţite în organizaţie. ● Să începem să optimizăm situaţia.
Materiale necesare	● Coli de flipchart şi marker ● Fişă de lucru cu exemple de practici bune şi rele ● Fişă de lucru cu o listă de drepturi sexuale
Metodologie	1. Împărţiţi peretele într-o parte pozitivă (stânga) şi una negativă (dreapta). 2. Cereţi participanţilor să scrie pe un post-it (unul pentru fiecare): ● Exemple pozitive: ce drepturi sexuale respectăm? ● Exemple negative: ce drepturi sexuale nu sunt respectate (suficient)? 3. Cereţi participanţilor să lipească post-it-urile pe perete acolo unde aparţin. 4. Discutaţi: ● Unde sunt mai multe exemple: pe partea pozitivă sau negativă? ● Există exemple frapante, în sens bun sau rău? ● Există moduri de a optimiza situaţia? Ce puteţi face pentru a începe? ● Cum continuăm ceea ce funcţionează bine?
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu ajută participanţii să realizeze că cele mai multe intervenţii şi remarci pe care le fac sunt negative.
Sursă	Sensoa, 'Draaiboek seksualiteit en handicap', Karen De Wilde; nepublicat.

Sistemul steguleţelor	
Cunoştinţe anterioare necesare	• Cunoştinţe despre dezvoltarea sexuală normală şi înţelegerea impactului dizabilităţii asupra dezvoltării sexuale. • Nu folosiţi acest exerciţiu dacă nu ați fost instruit în sistemul steguleţelor.
Obiective	• Să evaluăm dacă comportamentul sexual este potrivit sau inadecvat – şi cum să reacţionăm faţă de comportamentul respectiv. • Să ajutăm profesioniştii să facă o evaluare corectă – nu pe criterii emoţionale ci pe baza a 6 criterii obiective.
Materiale necesare	• Sistemul steguleţelor –pachet care conţine CD, ilustraţii şi carte
Durata	3 ore
Metodologie	1. Introduceţi subiectul cu un film scurt: http://www.youtube.com/watch?v=2VSDtwiBcMA sau http://www.youtube.com/watch?v=cv7LXhVrAFk. Scopul este de a sublinia importanţa acumulării informaţiei complete şi de a nu emite judecăţi bazate pe emoţii, prejudecăţi etc. Nu judecaţi prea repede. 2. Arătaţi câteva ilustraţii (situaţii) care fac parte din pachetul "sistemul steguleţelor" şi explicaţi cele 6 criterii (steguleţe) pentru evaluarea situaţiilor. 3. Cereţi participanţilor să evalueze (marcheze cu steguleţe) toate situaţiile care le-au fost arătate. 4. Discutaţi rezultatele în grup. 5. Adresaţi întrebări suplimentare, examinaţi prejudecăţile etc. 6. Încheiaţi prin discutarea posibilităţilor de a răspunde la comportamente.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Acest exerciţiu poate fi utilizat pe 2 nivele: • **Nivelul intermediar:** instrument pentru a evalua comportamentul sexual şi pentru a răspunde în cel mai potrivit mod. • **Nivelul direct:** pentru a ajuta persoanele să-şi evalueze şi controleze comportamentul. Subliniaţi faptul că fiecare incident trebuie interpretat ca o ocazie de a afla mai multe despre nevoile, lipsurile de cunoştinţe sau competenţe etc. ale

	tinerilor implicați. Ce ne spune acest incident despre X sau Y? Acest lucru este necesar pentru a monitoriza persoanele şi pentru a identifica ce educaţie sexuală le este necesară. Pentru a încheia exerciţiul puteţi să folosiţi cazuri din vieţile reale ale participanţilor şi să le daţi calificative, oferindu-le un steguleţ.
Sursă	Sensoa, 'Flag system manual', disponibil numai în limba engleză: http://www.seksuelevorming.be/sites/default/files/digitaal_materiaal/flagsystem.pdf

Sexualitatea pe agenda noastră	
Subtitlu	Privire rapidă
Obiective	O echipă poate face o evaluare rapidă a măsurii în care tema sexualităţii a fost integrată în activitatea lor zilnică: ce este bine integrat; ce necesită atenţie suplimentară.
Materiale necesare	● Chestionar pentru persoanele cu dizabilități locomotorii ● Chestionar pentru intermediari
Metodologie	Pot fi folosite chestionare diferite: ● Un chestionar pentru persoanele cu dizabilități locomotorii despre sentimentul de siguranţă, mediul social, respectul reciproc şi emancipară sexuală. ● Celelalte chestionare sunt completate de către profesionişti: unul despre atitudinile profesioniştilor, unul despre aspectele importante în ghidarea individuală a tinerilor cu dizabilități locomotorii şi unul despre ghidarea în grup; unul despre mediul social al grupului; unul despre educaţie şi unul despre îngrijirea medicală.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Chestionarele din Fişa de lucru sunt exemple de chestionare şi au fost create în Olanda –acestea trebuie să fie personalizate în funcţie de situaţia specifică a fiecărei ţări. Chestionarele pot fi adaptate pentru a fi folosite în situaţii diferite: pentru îngrijirea tinerilor în general dar şi în instituţii care lucrează cu persoane cu dizabilități locomotorii. Aceste chestionare pot fi folosite şi pentru a conduce interviuri cu angajaţii şi cei care îngrijesc personalul de îngrijire din instituţiile cu care lucraţi – pentru a evalua situaţia. Chestionarele pot fi folosite ca puncte de plecare pentru a dezvolta instrumentele cu care se evaluează progresul într-o anumită organizaţie.
Sursă	Rutgers WPF ● ‘Seksualiteitsbeleid of struisvogelpolitiek’, Rutgers WPF, 2012 ● Pachet de instrumente ‘Zorg voor Beter’

Fişă de lucru - Chestionare pentru evaluare rapidă

Primele 6 chestionare trebuie să fie completate de către personalul angajat; ultimul chestionar trebuie să fie completat de către tineri.

Veţi obţine cea mai bună imagine dacă toate părţile implicate completează acelaşi chestionar (atât persoanele cât şi angajaţii). Pentru ca aceasta necesită mult timp şi, probabil, nu este fezabil, vă recomandăm ca cel puţin trei angajaţi sau tineri să completeze chestionarele.

Instrucţiuni generale pentru completarea şi procesarea datelor din chestionare:

- Cel puţin 3 reprezentanţi/unitate din organizaţie (funcţii/poziţii diferite) ar trebui să completeze chestionarele respective, fără să se consulte cu alţii.
- Calculaţi media pentru fiecare întrebare.
- Acordaţi atenție specială pentru a vedea dacă răspunsurile sunt similare sau diferite.

Pe baza rezultatelor din diferite chestionare ar trebui să fie posibil să identificaţi aspectele bune şi slabe ale implementării unei viziuni despre sexualitate. Identificaţi cele mai importante bariere şi provocări ale acestui aspect.

Discutaţi concluziile cu membri fiecărei unităţi din organizaţie şi identificați prioritățile pentru perioada următoare. Faceţi un plan de acţiune, precizaţi care subiecte sunt importante, cine este responsabil, cine ca va face şi când va fi gata.

Chestionarul 1: „Situaţia prezentă - suport individual pentru tineri”

Acordaţi-vă o nota de la 1 -10 pe baza aspectelor de mai jos.

Nivel individual	*Măsura în care se realizează* *Note de la 1 la 10*	*Orice observaţie cu privire la factorii de facilitare/îngreunare sau provocări*
1. În timpul interviului sunt abordate teme legate de relaţii, intimitate şi sexualitate.		
2. Fiecare tânăr primeşte educaţie sexuală de la mentorul său.		
3. Există o listă de lucruri/subiecte care necesită atenţie specială şi care trebuie să fie abordate în cadrul educaţiei sexuale.		
4. Noţiunea “dezvoltare sexuală/comportament sexual” face parte de planul de observaţie.		
5. Aspectele referitoare la relaţii, intimitate şi sexualitate sunt integrate în planul individual de dezvoltare.		
6. Rapoartele de grup menţionează cu regularitate comportamentul sexual şi relaţional al tânărului.		
7.Relaţiile, intimitatea şi sexualitatea sunt subiecte de discuţie sau conversaţie cu părinţii sau tutorii tinerilor.		
8. Relaţiile, intimitatea şi sexualitatea sunt subiecte incluse în discuţia sau conversaţia cu persoanele care îngrijesc tânărul.		
Scor total		
Scor maxim posibil	*80*	

Chestionar 2: „Situaţia prezentă – grupul de suport”

Acordaţi-vă o nota de la 1 -10 pe baza aspectelor de mai jos.

Nivelul grupului	*Măsura în care se realizează* *Note de la 1 la 10*	*Orice observaţie cu privire la factorii de facilitare/îngreunare sau provocări*
1. Pentru fiecare grupă de vârsta, există materiale educaţionale atractive, specifice vârstei, special create pe tema relaţiilor, intimităţii şi sexualităţii.		
2. Tema relaţiilor, intimităţii şi sexualităţii este abordată în mod regulat ca subiect de discuţie în cadrul grupului.		
3. Tema relaţiilor, intimităţii şi sexualităţii apare în mod regulat în grup ca subiect neplanificat de conversaţie şi discuţie.		
4. Tema relaţiilor, intimităţii şi sexualităţii apare în mod regulat în echipa personalului angajat ca subiect de conversaţie şi discuţie.		
5. Cercetătorii care studiază comportamentul oamenilor discută în mod regulat cu echipa despre cum poate fi influenţată în mod pozitiv dezvoltarea sexuală tinerilor.		
6. Cercetătorii care studiază comportamentul oamenilor discută în mod regulat cu echipa ce se poate face pentru a preveni incidentele de natură sexuală.		
Scor total		
Scor maxim posibil	*60*	

Chestionar 3 –„Situaţie prezentă - climat/atmosferă”

Acordaţi-vă o nota de la 1 -10 pe baza aspectelor de mai jos.

Climat/atmosferă	*Măsura în care se realizează* *Note de la 1 la 10*	*Orice observaţie cu privire la factorii de facilitare/îngreunare sau provocări*
1. Există posibilitatea de a discuta deschis despre relaţii, intimitate şi sexualitate.		
2. Persoanele se tratează reciproc cu respect.		
3. Persoanele şi aparţinătorii/personalul angajat se tratează reciproc cu respect.		
4. Aparţinătorii şi personalul angajat constituie modele pozitive pentru tineri.		
5. Aparţinătorii şi personalul angajat stabilesc limite/graniţe clare cu privire la comportamentul sexual acceptabil sau inacceptabil		
6. Aceste limite/graniţe sunt respectate.		
7. Persoanele se simt în siguranţă.		
8. Personalul angajat şi aparţinătorii se simt în siguranţă.		
Scol total		
Scor maxim posibil	*80*	

Chestionar 4: „Situaţia prezentă – educaţia”

Acordaţi-vă o nota de la 1 -10 pe baza aspectelor de mai jos.

Educaţia	*Măsura în care se realizează* *Note de la 1 la 10*	*Orice observaţie cu privire la factorii de facilitare/îngreunare sau provocări*
1. Educaţia sexuală este un element permanent al programei educaţionale în diferiţi ani şcolari.		
2. Programul de educaţie sexuală nu acordă atenţie doar prevenirii comportamentului sexual cu riscuri ci şi aspectelor pozitive a sexului şi sexualităţii.		
3. Educaţia sexuală este coerentă şi cuprinzătoare şi acordă atenţie nu doar cunoştinţelor ci şi atitudinilor şi abilităţilor.		
4. Educaţia sexuală foloseşte materiale şi intervenţii atractive, specifice vârstei sau nivelului de dezvoltare.		
5. Educaţia este accesibilă: persoanele îşi pot exprima temerile şi întrebările despre relaţii, intimitate şi sexualitate.		
Scor total		
Scor posibil maxim	*50*	

Chestionar 5: „Situaţia prezentă – serviciile medicale”

Acordaţi-vă o nota de la 1 -10 pe baza aspectelor de mai jos.

Serviciile medicale	*Măsura în care se realizează* *Note de la 1 la 10*	*Orice observaţie cu privire la factorii de facilitare/îngreunare sau provocări*
1. Sănătatea sexuală este un aspect obligatoriu al asistenţei medicale acordate fiecărei persoane tinere.		
2. Informaţia despre comportamentul sănătos din punct de vedere sexual (în sensul larg) este specifică vârstei, bazată pe dovezi ştiinţifice.		
3. Serviciile medicale sunt accesibile: persoanele pot pune întrebări despre relaţii, intimitate şi sexualitate (inclusiv despre infecţiile cu transmitere sexuală, sarcină, violenţă sexuală, durerea în timpul actului sexual etc.) şi primesc sfaturi şi consiliere personalizată.		
Scor total		
Scor maxim posibil	*30*	

Chestionar 6: „Personalul angajat”

Acordaţi-vă o nota de la 1 -10 pe baza aspectelor de mai jos.

Personalul angajat	*Măsura în care se realizează* *Note de la 1 la 10*	*Orice observaţie cu privire la factorii de facilitare/îngreunare sau provocări*
1. Cred că este sarcina mea să susţin persoanele în dezvoltarea lor sexuală sănătoasă.		
2. Pot să vorbesc liber cu colegii mei despre oferirea de suport tinerilor în legătură cu relaţiile, intimitatea şi sexualitatea.		
3. Atmosfera din echipa noastră îmi permite să vorbesc liber şi în siguranţă cu persoanele despre relaţii, intimitate şi sexualitate.		
4. Am suficiente cunoştinţe şi abilităţi pentru a susţine dezvoltarea sexuală a tinerilor.		
5. Mă simt capabil să vorbesc cu persoanele despre relaţii, intimitate şi sexualitate.		
6. Mă simt capabil să îndrum persoanele către informaţiile corecte sau către cele mai potrivite servicii dacă au probleme sau întrebări.		
Scor total		
Scor maxim posibil	*60*	

Chestionar 7 – „Persoanele ”

Notă: adaptaţi chestionarul instituţiei şi completaţi numele instituţiei în zonele punctate “...”

Chestionar: „Persoanele şi intimitatea, relaţiile, sexualitatea şi securitatea”

Dragă,

La..., considerăm foarte important să oferim tinerilor o bună susţinere pentru ca ei să continue să se dezvolte şi după ce încep reintegrarea în societate. Susţinerea eficientă include educaţie şi muncă, inclusiv subiecte despre sexualitate. Persoanele trebuie să înveţe cum să gestioneze relaţiile şi sexualitatea. Noi dezvoltăm în mod permanent educaţia pe această temă la...

Pentru ca să putem face acest lucru credem că este important să aflăm ce cred persoanele înşişi despre această temă. De aceea am creat acest chestionar.

Te rog să răspunzi întrebărilor cât mai sincer astfel încât noi să putem folosi părerea ta pentru a aborda acest subiect important.

Acest chestionar este anonim, deci nimeni nu va şti ce crezi tu personal despre aceste lucruri. Dacă ai orice întrebare despre chestionar sau despre tema sexualităţii, poţi contacta personalul sau pe cineva din serviciile medicale din.

…

Grup: _____

A. Întrebări generale despre grup, şcoală şi serviciile medicale

Alegeţi un răspuns pentru fiecare întrebare	*Sunt/nu sunt de acord*	*Observaţii*
1. Printre persoanele din grup este o atmosferă plăcută şi plină de respect.	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	
2. Subiectul despre sexualitate, relaţii şi intimitate este discutat în grup într-un mod frumos şi plăcut	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	

3. Persoanele şi personalul se tratează reciproc cu respect.	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	
4. Persoanele din grup îşi respectă reciproc limitele. Dacă cineva spune ”nu”, ceilalţi respectă acest lucru şi se conformează.	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	
5. Când vine vorba despre relaţii, intimitate şi sexualitate, persoanele din grup îşi pot exprima limitele şi dorinţele cu uşurinţă.	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	
6. Personalul angajat oferă ajutor şi susţinere atunci când ai întrebări sau probleme în legătura cu sexualitatea, intimitatea şi relaţiile.	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	
7. Mă simt confortabil întrebând şi discutând în grup despre relaţii, intimitate şi sexualitate.	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	
8. La şcoală primeşti informaţii suficiente despre sexualitate, intimitate şi relaţii	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	

9. La şcoală dobândeşti abilităţi pentru a face propriile alegere cu privire la sănătatea sexuală	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	
10. Serviciile medicale îţi oferă informaţii valoroase atunci când ai întrebări sau pui întrebări despre sexualitate.	☐ Întotdeauna ☐ Aproape întotdeauna ☐ Câteodată ☐ Niciodată ☐ Nu ştiu	

B. Întrebări despre tine

Răspundeţi cu ☺, 😐 sau ☹

Mă simt în siguranţă	☺	😐	☹
În grup			
În camera mea			
În clădire			
La şcoală			
Pe terenul de joacă			
In altă parte, menţionaţi unde:			

2. Ai completat ☹ la întrebarea 1? Te rog răspunde la această întrebare:	
Mă simt nesigur din cauza:	☐ Membrilor grupului ☐ Personalului de îngrijire ☐ Altor oameni care lucrează aici şi anume..... ☐ Celor de la şcoală ☐ Iluminatului prost, este pustiu etc. ☐ Altceva, şi anume....

3. Aţi fost confruntat cu una sau mai multe situaţii descrise mai jos în cazul instituţiei?	Da, o dată	Da, de mai multe ori	Nu, niciodată
Comentarii sexuale explicite (“glume”, întrebări despre viaţa voastră sexuală, comentarii despre aspectul vostru)			
Hărţuire sexuală cum ar fi: • Fixatul cu privirea • Apropriere prea mare • Încolţire • Forţarea de a privi acte sexuale • Arătarea de imagini sau filme pornografice nesolicitate			
Ultraj/pipăire, cum ar fi: mângâiere nedorită, sărutare, atingere, ciupire.			
Viol: vaginal, penetrare orală sau anală cu penisul, degetele sau obiecte			

4. Ai nevoie de...?	☺	😐	☹
Mai multe informaţii despre sex şi sexualitate			
Mai multe informaţii despre contracepţie sau prezervative			
Mai multe informaţii despre plăcerea sexuală			
Mai multe informaţii despre experienţele sexuale neplăcute			
Mai multă atenţie pentru a fi tu însuţi			
Altceva, descrieţi: ……			

5. Întrebări despre sexualitate	
Cu cine preferi să vorbeşti sau să clarifici întrebările tale despre sexualitate?	☐ Membru/(i) grupului ☐ Membru al personalului/persoanei de îngrijire ☐ Altcineva care lucrează aici, cine anume... ☐ Cineva de la şcoală ☐ Cineva de la serviciile medicale ☐ Altcineva, numiţi...

C. Observaţi, ponturi

Aveţi alte observaţii sau comentarii cu privire la sexualitate, intimitate şi relaţii?
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……

Mulţumim pentru colaborare

Procesarea informaţiei

Partea A: Grup, şcoală, servicii medicale

Puteţi calcula scorul individual:

- "Întotdeauna" şi "Aproape întotdeauna" se notează cu 1
- „Câteodată","Niciodată" şi " Nu ştiu " se notează cu 0

Adunaţi punctele de la toate cele 10 întrebări şi veţi avea rezultatul total.
Apoi, adunaţi scorurile tuturor tinerilor din acelaşi grup. Împărţiţi scorul total la numărul de tineri din grup. Acum veţi avea scorul mediu al grupului.

Partea B: Întrebări despre tine

1. Mă simt sigur şi protejat	☺	😐	☹

Scoruri:
☺ = 2
😐 = 1
☹ = 0

Acesta este un mod de a calcula un scor pentru fiecare persoană şi un scor pentru grup. Categoria "Altceva/altcineva, numiţi... " nu primeşte niciun punct. Rolul ei este de a aduna informaţii suplimentare.

2. Mă simt nesigur din cauza:	

Aceasta este o informaţie calitativă. Informaţia obținută prin această întrebare poate duce la intervenții: observaţii, discuţii etc.

3. Ţi s-a întâmplat vreodată ceva din cele de mai jos?	Da, o dată	Da, mai mult de o dată	Nu, niciodată

Aceasta este o informaţie calitativă. Informaţia obținută prin această întrebare poate duce la intervenții: observaţii, discuţii etc.

4. Ai nevoie …?	☺	😐	☹
Mai multe informaţii…			

Aceasta este o informaţie calitativă. Informaţia obținută prin această întrebare poate duce la intervenții: observaţii, discuţii etc.

5. Întrebări despre sexualitate

Cu cine preferi să vorbeşti sau să clarifici întrebările tale despre sexualitate?	

Preferinţele pot indica (lipsa de) accesibilitate la anumite servicii sau persoane.

Planifică, execută, studiază, acţionează	
Subtitlu	Lucrul cu un ciclu de învăţare – învăţatul prin experimentare.
Obiective	Să învăţăm să începem un proces de schimbare – spre exemplu, să introducem vorbitul despre sexualitate cu clienţii.
Metodologie	Cereţi participanţilor să: 1. Planifice o scurtă activitate. 2. Execute conform planului. 3. Studieze rezultatele şi cum a decurs. 4. Acționeze, modifice planul dacă este necesar, facă una sau mai multe încercări şi să decidă dacă îl implementează sau nu.
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	Este un mod lipsit de ameninţări de a începe un proces prin încercarea a ceva ce vreţi să schimbaţi, la scară mică. Acest exerciţiu generează creativitate. Nu poţi să eşuezi, doar înveţi. Nu este nevoie de mult timp suplimentar la locul de muncă. Dacă pare a fi folositor/eficient îl puteţi introduce la o scară mai mare.
Sursă	Rutgers WPF, 'Kennisplein gehandicaptenzorg, leernetwerk seksualiteit', http://www.kennispleingehandicaptensector.nl/kennisplein/Kennisplein-verbeterprogramma-gehandicaptenzorg-Preventie-seksueel-misbruik.html

Abuzul sexual într-o instituţie de îngrijire	
Subtitlu	Studiu de caz
Obiective	Să înţelegem mai bine responsabilitatea diferiţilor profesionişti şi posibilele obstacole în implementarea protocoalelor şi procedurilor.
Materiale necesare	● Studiu de caz ● Fişă de lucru - Întrebări ajutătoare
Metodologie	● Este un exemplu de situaţie dintr-o instituţie. ● Participanţii analizează situaţia cu întrebări ajutătoare: ○ Este acesta un lucru care ar fi putut apărea în organizaţia/instituţia voastră? ○ De ce, cu certitudine, nu ar fi putut apărea această situaţie în organizaţia/instituţia ta? ○ In ce circumstanţe ar fi posibil să apară această situaţie în organizaţia/instituţia ta?
Sursă	Rutgers WPF, 'Zorg voor Beter, Verbetertrajecten, workshop incident seksueel grensoverschrijdend gedrag', 2012

Fişă de lucru: Studiu de caz

Petru

Petru este un bărbat tânăr în vârsta de 25 de ani. A stat într-o instituţie 3 săptămâni şi nu se ştiu multe despre el. Înainte, a fost într-o altă instituţie, dar acolo nu i-au putut oferi suportul şi îndrumarea de care avea nevoie.

Sorina

Sorina este o fată vulnerabilă în vârstă de 15 ani. Locuieşte în instituţie de mai mult de un an. Este la pubertate şi este foarte interesată de tot ce ţine de băieţi şi sex.

Ce s-a întâmplat?

Doi clienţi, Sorina şi Petru, locuind în corpuri diferite (Pavilionul Vest şi Est) ale aceleiași instituţii au fost descoperiţi de către un vizitator făcând sex în tufişuri. Fata striga „nu, opreşte-te că nu vreau” dar bărbatul nu s-a oprit.

Vizitatorul, domnul Simion, în vârstă de 75 de ani, a auzit strigătele venite din tufişuri, a mers să vadă de unde vin şi când a văzut ce s-a întâmplat, a strigat “Hei, opreşte-te!“.

A raportat la recepţie ce s-a întâmplat şi a cerut să se acţioneze imediat.

După aceea, a mers să-şi viziteze fiica, Ioana, în vârstă de 38, care locuieşte în Pavilionul Sud. Când mentorul ei, Nicolae a venit să discute, domnul Simion i-a spus ce s-a întâmplat. Nicolae i-a spus să nu-şi facă griji şi că el se va asigura că acest incident va fi rezolvat. Nicolae a completat un raport de caz/incident şi l-a pus pe biroul şefului său de echipă.

Două săptămâni mai târziu, tatăl Ioanei îl vede din nou pe Nicolae şi îl întreabă cum s-a soluţionat incidentul. Nicolae îi spune că el a raportat incidentul şefului său de echipă, dar nu a mai auzit nimic de atunci. Nicolae nu crede că este ceva în neregulă pentru că incidentul avea legătura cu clienţi din Pavilioanele Est şi Vest şi nu din Pavilionul Sud, unde lucrează el.

Pe domnul Simion îl sâcâie acest caz şi după ce ajunge acasă. Pentru că el nu ştie ce poate face, decide să o sune pe doamna Popescu. Ea este preşedinta comitetului de părinţi şi fiul ei locuieşte în acelaşi pavilion cu Ioana. Ea îl va contacta pe directorul regional. Domnul Simion este bucuros că ea este dispusă să facă acest lucru.

Directorul regional este şocat când aude povestea şi îi spune doamnei Popescu că va investiga de urgenţă cazul. El îl contactează pe şeful de echipă care-i spune că el l-a informat pe managerului Pavilionului Est, unde locuieşte Petru.

Pentru ca doamna Popescu nu a avut veşti de la directorul regional câteva zile, ea decide să sune alţi părinţi să afle dacă ei ştiu mai multe. După câteva telefoane, ea înţelege că incidentul are legătură probabil cu Sorina şi Petru. Un părinte ştie că mama Sorinei este puţin îngrijorată pentru că fiica ei a devenit foarte retrasă tăcută în ultima vreme, iar mama ei a expus acest fapt mentorului ei. Un alt părinte al cărui fiu locuieşte în aceeaşi instituţie cu Petru îi spune că Petru nu este bun. A fost acuzat de viol în urmă cu câţiva ani dar nu s-a dat nici o sentinţă pentru că nu au fost suficient probe. Câţiva părinţi cu care doamna Popescu a vorbit la telefon, devin supăraţi când află ce s-a întâmplat, pentru că fiicele lor locuiesc în acelaşi pavilion cu Petru şi ei nu au ştiut nimic despre trecutul lui. Ei pun o serie de întrebări:

- Cum s-a întâmplat incidentul?
- De ce nu s-a luat nici o măsură pentru a garanta siguranţa locatarilor?
- De ce i se permite lui Petru să locuiască în instituţie?
- De ce nu ştim nimic despre trecutul lui Peter?
- Este personalul angajat suficient de capabil?

Pentru că doamna Popescu nu a primit veşti de la directorul regional timp de o săptămână, ea îl contactează din nou pe domnul Simion şi îl întreabă dacă el a mai auzit ceva. Nici el nu a mai aflat nimic altceva, deci ei decid împreună ca ea să-l contacteze din nou şi să afle ce se întâmpla şi să-l informeze că şi ceilalţi părinţi sunt îngrijoraţi.

Fişa de lucru - S-ar fi putut întâmpla acest eveniment în organizaţia/instituţia ta?

Discutaţi unii cu alţii:

- **Acest incident ar fi putut să apară în organizaţia/instituţia ta?**

1. ……
……
……
……
……
……
……
……

2. ……
……
……
……
……
……
……
……

- **De ce nu ar fi putut să apară în mod sigur acest incident în organizaţia/instituţia ta?**

1. ……
……
……
……
……
……
……
……

2. ……
……
……
……
……
……
……
……

- **În ce circumstanţe ar fi fost posibil să apară în organizaţia/instituţia ta?**

1. ……
……
……
……
……
……
……
……

2. ……
……
……
……
……
……
……
……

Fişă de lucru: Punctele tari şi punctele slabe ale instituţiei

Identificaţi punctele tari şi punctele slabe: care factori au făcut ca situaţia/incidentul din instituţie să escaladeze? Folosiți 4 indicatori de prevenire a evalua „tendinţa spre îmbunătăţire”

***Atitudinea profesională**: Cum calificaţi atitudinea profesioniştilor implicaţi? Care sunt punctele lor tari? Care sunt punctele lor slabe?*	
Puncte tari	Puncte slabe

***Cunoştinţe şi abilităţi**: cum calificaţi cunoştinţele şi abilităţile profesioniştilor? Care sunt punctele lor tari şi punctele slabe din acest punct de vedere?*	
Puncte tari	Puncte slabe

***Îndrumare şi sprijin**: cum calificaţi îndrumarea şi sprijinul acordat în cadrul instituţiei?*	
Puncte tari	Puncte slabe

***Procedura de raportare a cazului/experienţei clienţilor:** cum calificaţi siguranţa clienţilor? Care sunt punctele tari şi punctele slabe?*	
Puncte tari	Puncte slabe

Fişă de lucru: Auto-evaluare

Evaluaţi propria organizaţie pe baza a 4 factori de prevenire. Cum evaluaţi situaţia actuală în organizaţia voastră?

Propria organizaţie	
Situaţie curentă	**Necesită îmbunătăţire**
Atitudinea profesională	
Cunoştinţe şi abilităţi	
Îndrumare şi sprijin (politici?)	
Raportarea cazului/experienţe?	

Evaluare

Pana sau aluna	
Subtitlu	Ce progres am făcut?
Obiective	● Reprezentarea propriilor puncte slabe şi puncte tari ale participanţilor. ● Identificarea şi listarea punctelor ce necesită îmbunătăţire.
Materiale necesare	Fişă de lucru - “Pana sau aluna“
Metodologie	● Participanţii primesc o “Fişă de lucru” cu o listă de competenţe la care să se gândească individual. Trebuie să identifice din această listă care sunt punctele lor tari - la ce sunt buni –şi care sunt cele care pot fi îmbunătăţite şi la care mai trebuie să lucreze? ● In plen, puteţi discuta şi trece pe o listă ce lucruri funcționează deja bine şi ce aspecte au nevoie de îmbunătăţire.
Sursă	Sensoa, ‘Draaiboek seksualiteit en handicap’

Fişă de lucru – Pana sau aluna

Parcurgeţi competenţele listate mai jos. Puneţi o pană în căciula voastră pentru competenţele pe care deja le aveţi. Marcaţi competenţele care sunt încă o provocare cu o alună (acestea sunt încă o „nucă greu de spart”).

Pot să vorbesc cu clienţi despre sexualitate, cum ar fi denumirea şi identificarea organelor sexuale etc.	
Când am de a face cu sexualitatea unui client, pornesc de la perspectiva sa – întrebările, gândurile, observaţiile despre sexualitate – şi las deoparte valorile şi normele mele personale, cât mai mult posibil.	
Empatizez cu clienţii şi cu lumea în care trăiesc ei.	
Vorbesc cu clienţii despre riscuri şi sexul neprotejat.	
Încerc să dezvolt şi să sporesc rezilienţa clienţilor.	
Iau în considerare observaţiile celorlalte persoane implicate (părinţi, profesori, directori etc.) şi îmi personalizez programul în conformitate cu acestea.	
Pot să colaborez cu celeilalte persoane implicate cum ar fi părinţii sau membri familiei.	
Am o viziune pozitivă asupra sexualităţii şi nu consider sexualitatea tinerilor cu dizabilităţi ca fiind în primul rând o problemă.	

Lucrurile pe care le-am învăţat

Subtitlu	Ce am învăţat?
Obiective	Angajarea activă a participanţilor în propriul lor proces de învăţare.
Materiale necesare	Coli de hârtie şi pix
Durata	Pe toată durata instruirii
Metodologie	Cereţi participanţilor să scrie pe o foaie cu titlul “Lucrurile pe care le-am învăţat“ ce au învăţat sau cu ce au rămas din fiecare exerciţiu. La sfârşitul zilei/instruirii, participanţii pot alege principalul lucru pe care l-au învăţat. Dacă aveţi timp, puteţi discuta aceste lucruri în plen.
Sursă	Sensoa

Sunt în stare să răspund la întrebări?

Subtitlu	Auto-evaluarea nevoilor de învăţare în privinţa abilităţilor de a răspunde la întrebări.
Obiective	• Să evaluăm cât de confortabil se simt participanţii în discutarea anumitor subiecte şi în a răspunde la întrebări despre sex şi sexualitate? • Să evaluăm nivelele de conştientizare şi confort când explorăm cuvinte asociate cu sexul şi sexualitatea înainte şi după instruire.
Materiale necesare	Lista cu subiecte într-un chestionar
Durata	15 minute la începutul instruirii şi 15 minute la sfârşit.
Metodologie	1. Listă cu subiecte cum ar fi: pubertate, penis, vagin, avort, plăcere sexuală, produse sanitare, igienă, masturbare, contracepţie, boli cu transmitere sexuală, relaţii, graniţe, sex oral, anal şi vaginal, homosexualitate etc. 2. Cereţi participanţilor să le evalueze pe o scară de la 1 la 10 (1 = foarte greu de discutat, 10 = foarte uşor)
Ghid şi puncte de discuţie pentru facilitator	În timpul acestui exerciţiului acordaţi atenţie atât problemelor personale care pot apărea sau care pot avea legătură cu subiectul cât şi sistemului personal de credinţe. Acest chestionar este anonim iar participanţii ar trebui să răspundă la întrebări cât de sincer pot. Aceasta va fi o parte din propria lor evaluare pe durata instruirii.
Sursă	Departamentul de training al IFPA (asociaţia membră IPPF din Irlanda); nepublicat

Scara colegialităţii	
Obiective	• Împărtăşirea experienţelor în cu colegii. • Discutarea modurilor de îmbunătăţire
Materiale necesare	Fişă de lucru
Durata	60 minute
Metodologie	1. Prezentaţi exerciţiul participanţilor. Explicaţi că pe scara colegialităţii, vor găsi diferite trepte care corespund diferitelor teme. Scopul exerciţiului este să ne gândim, să discutăm şi să schimbăm informaţii pe fiecare temă, cu un partener diferit. 2. Daţi fiecărui participant o Fişă de lucru. 3. Cereţi participanţilor să aleagă un partener şi o temă. • Aleg partenerul • Împreună aleg tema • Dacă doriţi, puteţi să îi lăsaţi să adauge şi alte teme. 4. Perechile culeg informaţiile. • Ei citesc cu voce tare sarcina. • Îşi pregătesc întrebările, sugestiile şi informaţiile pe care vor să le împărtăşească. • Împărtăşesc informaţia cu partenerul lor. • Concluzionează prin rezumarea a ceea ce au învăţat/cu ce mesaj pleacă acasă. • Cereţi-le să noteze un anume punct de lucru. 5. După 20 de minute lăsaţi-i să îşi aleagă un alt partener, să discute altă temă. Încercaţi să-i lăsaţi să acopere 3 teme în total. Temele sunt: • Politici • Drepturi • Începerea unei conversaţii • Tehnici de conversaţie • Trimiterea către specialist • Resurse utile • (propria temă) Pentru fiecare temă există câteva întrebări ajutătoare, dar puteţi să

	adăugaţi şi propriile voastre întrebări.
Sursă	Sensoa

Fişă de lucru – Scara colegialităţii

Tema 1: Politici

Sarcina 1: Optimizarea politicilor Ce poţi face, ca angajat, pentru a influenţa politicile organizaţiei despre relaţii şi sexualitate? Ce ai încercat deja? Ce a funcţionat? Ai avut experienţe negative? Ce ai învăţat din ele?
Analize, întrebări, sugestii
Notiţe luate pe durata sesiunii de schimb de informaţii
Sursă, detalii de contact, acorduri
Concluzie: Ce am învăţat? Cu ce mesaj merg acasă?

Tema 2: Drepturi

Sarcina 2: Respectarea drepturilor În ce măsură sunt respectate drepturile clienţilor? Ce obiective ai în legătură cu acest lucru? Cum lucrezi cu echipa pentru a te asigura că drepturile sunt respectate? Ce ai reuşit să îmbunătăţeşti? Ai întâlnit rezistenţă? Cum ai gestionat experienţele negative?
Analize, întrebări, sugestii
Notiţe luate pe durata sesiunii de schimb de informaţii
Sursă, detalii de contact, acorduri
Concluzie: Ce am învăţat? Cu ce mesaj merg acasă?

Tema 3: Promovarea conversaţiei

Sarcina 3: Începerea conversaţiei Cum începi o conversaţie despre sex cu un client? Ce instrumente şi materiale ai pentru

asta? Ponturi pentru a linişti clientul? Ai avut experienţe bune? Experienţe negative? Ce surse de informare poţi să foloseşti?
Analize, întrebări, sugestii
Notiţe luate pe durata sesiunii de schimb de informaţii
Sursă, detalii de contact, acorduri
Concluzie: Ce am învăţat? Cu ce mesaj merg acasă?

Tema 4: Tehnici de conversaţie

Sarcina 4: Tehnici de conversaţie Care sunt experienţele tale în a vorbi despre sex? Consideri facil sau nu? Ce faci sau ai făcut pentru a-ţi îmbunătăţi abilităţile? Care este atitudinea ta faţă de clienţi? Care sunt sursele tale de informare? Ai ceva ponturi, instrumente sau metodologie pentru a face conversaţia să continue? Care sunt posibilele capcane?
Analize, întrebări, sugestii
Notiţe luate pe durata sesiunii de schimb de informaţii
Sursă, detalii de contact, acorduri
Concluzie: Ce am învăţat? Cu ce mesaj merg acasă?

Tema 5: Trimiteri

Sarina 5: Trimiterea Ştii către cine să îndrumi un client în caz de urgenţă? Pe cine te poţi baza dacă ai nevoie de suport? Către cine poţi să îndrumi clientul? Cum urmăreşti clientul după trimitere?
Analize, întrebări, sugestii

Notiţe luate pe durata sesiunii de schimb de informaţii
Sursă, detalii de contact, acorduri
Concluzie: Ce am învăţat? Cu ce mesaj merg acasă?

Tema 6: Resurse utile

Sarcina 6: Căutarea resurselor Ai resurse utile, unelte sau metodologii pentru a începe o conversaţie despre sex? Cum vei aborda acest subiect cu o echipă? Ce poţi să faci să te pregăteşti? Ai experienţe interesante pe care le poţi împărtăşi? Cum să faci acest lucru cu un client? Ce funcţionează şi ce nu funcţionează cu grupul tău ţintă?
Analize, întrebări, sugestii
Notiţe luate pe durata sesiunii de schimb de informaţii
Sursă, detalii de contact, acorduri
Concluzie: Ce am învăţat? Cu ce mesaj merg acasă?

Formular de evaluare

Formator/i: _____
Data: _____

Vă rugăm să completaţi acest formular oferindu-ne cât mai multe informaţii care ne vor permite îmbunătăţirea atelierelor viitoare. Aceste informaţii sunt confidenţiale şi vor fi folosite în procesul de revizuire al atelierului.

Scopul acestui atelier este să confirma şi îmbunătăţească abilităţile pe care la au practicienii experimentaţi în munca cu persoane cu dizabilități locomotorii în domeniul sexualităţii şi sănătăţii sexuale. În ce măsură ne-am atins acest scop?

- ☐ Insuficient
- ☐ Parţial
- ☐ Bine
- ☐ Foarte bine

Vă rugăm să notaţi măsură în care au fost atinse rezultatele propuse.

Vă rugăm să evaluaţi rezultatul pentru fiecare componentă prin încercuirea cifrei corespunzătoare de pe o scară de la 1 la 5 în care 1 = insuficient şi 5 = foarte bine

Rezultate	**Insuficient**				**Foarte bine**
Cunoştinţe actualizate privind aspectele legale şi procedurile interne referitoare la persoanele cu dizabilități locomotorii	1	2	3	4	5

Luând în considerare rezultatele menţionate mai sus, credeţi că v-aţi îmbunătăţit cunoştinţele şi abilităţile în urma participării la acest atelier? (Vă rugăm bifaţi)

- ☐ da
- ☐ nu

Ce vi s-a părut cel mai folositor în cadrul acestui atelier?

_____

_____

Resurse