

# MALO DRUGAČE

*OZAVEŠČANJE MLADOSTNIKOV S  
POSEBNIMI POTREBAMI IN NJIHOVIH  
STARŠEV O IZZIVIH PUBERTETE*

*PRIROČNIK JE NAMENJEN PEDAGOŠKIM  
DELAVCEM IN VSEM, KI SE TE TEME ŽELIJO  
LOTITI MALO DRUGAČE*



*Aleksandra Lampret Senčič prof. def.*

*Vesna Pečarič prof. def.*

## **PRIPOROČILA ZA UPORABO PRIROČNIKA**

Priročnik je namenjen delu z mladostniki s posebnimi potrebami in njihovimi starši pri obravnavanju aktualnih tem v povezavi z obdobjem odraščanja. Zapisan je v obliki delavnic, katerih pristop je naravnani k večji aktivnosti udeležencev in zanimivejšim didaktičnim pristopom. Delavnice služijo kot okvir dela, ki mora biti spremenljiv in prilagodljiv v smislu prilagajanja dnevnim potrebam skupine ter posebnostim, ki se pojavljajo v skupini, razredu. Delavnice prilagajamo glede na starost udeležencev in razvojni stopnji primerno. Tako bodo za mlajše udeležence delavnic primerne le izbrane teme v priročniku, ki jih lahko nadgrajujemo z razvojem učencev. V primeru izrazito heterogene skupine pa se lahko le-te izvajajo na različnih nivojih v ločenih skupinah, seveda, če za to obstajajo možnosti in pogoji za takšno obliko dela. Vsekakor pa je možno izbrati samo posamezne teme in jih na primeren način vključiti v pouk. Delavnice so "žive" in omogočajo udeležencem, da jih usmerjajo in izbirajo poti, po katerih bodo prišli do cilja. So le okvir, slika nastaja sproti ob uporabi različnih metodičnih pristopov. Vsak udeleženec pa s svojo osebnostjo ustvari čudovito paletto barv.



# **PROGRAM SREČANJ Z MLADOSTNIKI IN STARŠI**

## **1. DELAVNICE ZA MLADOSTNIKE**

### 1.1 SPOZNAJMO SE

- 1.1.1 Spoznam pravila dela v skupini
- 1.1.2 Predstavim se
- 1.1.3 Kdo sem jaz in kdo si ti

### 1.2 RAD/A IMAM SVOJE TELO

- 1.2.1 Zorenje mojega telesa (sekundarni spolni znaki, razlike med spoloma)

### 1.3 ZALJUBLJENOST

- 1.3.1 Moja simpatija

### 1.4 OD ZALJUBLJENOSTI DO PARTNERSKEGA ODNOSA

- 1.4.1 Vem kaj to pomeni, ali veš tudi ti?

### 1.5 ZAŠČITA

- 1.5.1 Zaščita – pametna odločitev

### 1.6 ŽENSKI/MOŠKI SPOLNI ORGANI IN OPLODITEV

- 1.6.1 Nov družinski član
- 1.6.2 Od oploditve do nosečnosti

### 1.7 NOSEČNOST IN ROJSTVO

- 1.7.1 Od kod prihajam (pravljica ali resnica)?

### 1.8 SPOLNO NADLEGOVANJE IN ZLORABA

- 1.8.1 Vem, kaj je spolno nasilje
- 1.8.2 Imam pravico reči Ne

### 1.9 PORNOGRAFIJA IN MLADOSTNIKI

- 1.9.1 Kaj je pornografija?
- 1.9.2 Pornografija in moje mnenje o njej
- 1.9.3 Vpliv pornografije na mladostnika
- 1.9.4 Otroška pornografija

### 1.10 VARNA RABA INTERNETA

- 1.10.1 Internet je "cool"
- 1.10.2 Kako se zavarujem pred pastmi interneta

## **2. DELAVNICE ZA STARŠE**

### 2.1 SREČNI STARŠI SO USPEŠNI STARŠI

- 2.1.1 Spoznam pravila dela v skupini
- 2.1.2 Starši se spoznamo
- 2.1.3 Vzgoja z ljubeznijo

### 2.2 TELESNI, DUŠEVNI IN DRUŽBENI VIDIK SPOLNOSTI

- 2.2.1 Popolnoma normalno
- 2.2.2 Moj otrok spoznava telesne užitke (samozadovoljevanje)

### 2.3 ŽELIM RESNICO

- 2.3.1 Vpliv pozitivnih vzgojnih metod na razvoj posameznikove osebnosti in njegovega odnosa do spolnosti (ustrezne, neustrezne reakcije staršev povezane glede spolnega vedenja otrok)
- 2.3.2 Dokončaj stavek

### 2.4 OTROKOM PRIJAZNEJŠI INTERNET

- 2.4.1 Oblike spletnega nasilja in zlorab
- 2.4.2 10 zmot o otrocih in internetu
- 2.4.3 10 nasvetov za varno rabo interneta



## UVOD

Vzgoja je kot hoja po hribu. Naš namen je splezati na vrh hriba in pogledati navzdol na vso lepoto pokrajine, ki jo vidimo pod sabo. Cilj je osvojiti vrh. V vzgojno-izobraževalnem procesu vodimo otroke od vznožja do hriba. Toda, kje je vrh? Za vsakega otroka drugje, vedno gledamo na individualne sposobnosti in mu pomagamo premagovati steze ob poti na njegov in samo njegov vrh, ne naš. Naš vrh so naši ideali, otrok pa ima svoje cilje, želje in potrebe. Nobene steze na poti ne smemo izpustiti, o vsakem vmesnem cilju se moramo z otrokom (mladostnikom) pogovoriti. Na poti do cilja se v določenem obdobju otroka začnejo pojavljati vprašanja vezana na temo spolnosti. Kdo sem, od kod sem prišel, kakšna so dekleta, kakšni so fantje, zakaj imamo različne spolne organe ...? Takšna in podobna vprašanja rojijo otrokom po njihovih glavah. Zavedajoč se, da je večina vedenjskih vzorcev prilagojenih, moramo že od majhnih nog otroka vzgajati za poznejši partnerski odnos, za spoštljiv odnos med spoloma, naučiti jih moramo o medsebojnih telesnih razlikah, da bodo bolje razumeli sebe in spoznavali svojo življenjsko pot.

Najin namen je vzgajati z zgledom, vendar brez pomoči in sodelovanja staršev ne gre. Vzgoja otrok brez sodelovanja staršev in učiteljev je kot luknja na poti do vrha. V sodelovanju s starši je potrebno najti pravo pot za njihovega otroka do individualnega vrha in prijetnega pogleda na lastno samopodobo.

## NAMEN

Osveščenost staršev in defektologov, učiteljev glede spolnega dozorevanja mladostnikov je ključnega pomena. Z razumevanjem biološkega zorenja deklet in fantov bomo lažje razumeli psihične in telesne spremembe, ki se odražajo pri mladostnikih. Naši mladostniki so mladostniki s posebnimi potrebami, vendar pa to ne pomeni, da zorijo drugače kot njihovi vrstniki. Individualne razlike se kažejo predvsem v različnosti dojemanja lastnega telesa, telesa drugih fantov in deklet v skupini, v dojemanju partnerskih odnosov, ki so konec koncev lahko tudi odraz družbe, v kateri živimo. Razložiti mladostniku, mladostnici na njemu, njej primeren način z ustrezno uporabo prilagojenih metod in tehnik dela, ustrezne terminologije, kaj se v obdobju pubertete dogaja, je za naju predstavljajo pedagoški izziv. Odločili sva se za pripravo delavnic, najprej za mladostnike, potem pa za njihove starše. Delavnice so namenjene spoznavanju obdobju pubertete z vsemi razvojnimi značilnostmi. Omogočajo iskrivo dejavno razmišljanje in tvorno delo v krogu in zunaj njega (risanje, sestavljanje, izdelava plakatov, risb ipd.). Namen delavnic ni suhoparno predstavljanje tem iz obdobja pubertete, pač pa tvorno razmišljanje in sodelovanje v obliki pogovora, vodenega pogovora, medsebojnega dialoga, dvostranske komunikacije. V prostoru delavnic veljajo vse zakonitosti delavnic, ki smo jih morali spoznati pred izvajanjem zaradi načina dela, upoštevanja pravil individualnih posebnosti otrok, ki so vključeni v tako široko skupino slušateljev.

## **CILJI**

- spoznavanje in sprejemanje lastnega telesa;
- spoznavanje razvojno-duševnega in vzgojnega vidika celostne spolne vzgoje;
- razvijanje zdravega odnosa do spolnosti;
- spoznavanje spolne vzgoje kot procesa;
- sprejemanje spolne vzgoje kot del naravne vzgoje;
- zbliževanje staršev in otrok skozi prepoznavanje čustev, želja in pričakovanj glede spolnosti;
- učenje kakovostnega sporazumevanja med starši in mladostniki;
- razumevanje čustvenega razvoja;
- sklepanje staršev na posledice ob neustreznem ravnanju v povezavi z otrokovim spolnim razvojem;
- spoznavanje pomena partnerskega odnosa in zaščite;
- spoznavanje procesa rojstva;
- razumevanje osnovnih pojmov vezanih na spolnost in spolno nasilje;
- prepoznavanje znakov in prikritih klicev na pomoč spolno zlorabljenega otroka;
- razlikovanje spolnosti od pornografskih vsebin;
- zavedanje pasti interneta v povezavi s spolnim nadlegovanjem, kot tudi medvrstniškimi nasiljem.

## **POTEK DELA V DELAVNICAH**

### **1. DELO V SKUPINI Z OTROKI IN S STARŠI**

Delo v skupini poteka po določenih pravilih, ki jih postavijo člani skupine s pomočjo vodje delavnic. Pomembno je, da posameznik razume pomen in namen danih pravil, ter da se po njih tudi ravna, saj se z upoštevanjem le-teh spodbuja medsebojna povezanost članov. Vsaka skupina si oblikuje svoj interni pravilnik, pri čemer upošteva specifične lastnosti članov skupine. Vloga vodje v skupini ima večji poudarek na koordinaciji in usmerjanju dela, kot pa na podajanju »snovi«. Zato je potrebno po mnenju Zorana Maksimovića, ustvariti učne in socialne situacije, v katerih ima posameznik in skupina kot celota možnost pridobiti znanja in veščine, oblikovati svoja stališča in s tem krepiti svojo osebno identiteto. Vsekakor pa tega ne moremo doseči brez ustreznega odnosa, ki temelji na medsebojnem zaupanju in spoštovanju. Prijetno in sproščeno vzdušje v skupini vpliva na pozitivno ustvarjanje odnosa med člani in vodjem skupine. Takšen način dela vzpodbuja medsebojno sodelovanje in interes za skupinsko delo. Občutek pripadnosti pa je dober izvor motivacije za delo.

Pri izvajanju skupinskega dela je potrebno upoštevati še nekatere druge dejavnike, kot so:

- pretekle izkušnje staršev, mladostnikov;
- empatijo do staršev, mladostnikov;
- individualne sposobnosti ubeseditve posameznikovega razmišljanja;

- verbalno, neverbalno komunikacijo;
- realno spremljanje vlog v skupini;
- preverjanje sprotnega počutja članov skupine.

Ob koncu posameznega srečanja izvedemo analizo dejanj, evalvacijo dela in predvidimo možnosti za nadaljnje učenje.

## 2. PRIPRAVA »TERENA »

S člani skupine se dogovorimo o pripravi »terena«, na katerem se bomo redno srečevali. Postavitev le-tega naj bo vedno enaka, saj s tem zagotovimo udeležencem znano okolje, v katerem se počutijo varno, sproščeno in prijetno (posameznik ve, kje je njegovo mesto v skupini). Tako kot pravila je tudi priprava terena specifična glede na lastnosti članov skupine. Člani skupine stalno komunicirajo - tako verbalno kot neverbalno. Z neverbalno komunikacijo izražajo svoja čustva, stališča, svoje lastnosti ... Mimika obraza in telesa so prava zakladnica informacij. To dejstvo pa je prav tako potrebno upoštevati pri pripravi prostora. Prostor naj bo odprt, brez vmesnih elementov, tako da lahko vodja skupine in njeni člani spremljajo medsebojno neverbalno komunikacijo. Velikokrat se poslužujemo razvrstitve članov v krog (kadar so potrebne mizice, jih postavimo ob strani stola), ki nam omogoča, da se gledamo v obraz. Delo izvajamo po »face to face« metodi.

## 3. NAMEN SKUPINSKEGA DELA

Skupinsko delo v krogu zagotavlja varnost in zaupanje, omogoča prepoznavanje različnih občutkov in misli, pri tem pa oseba ni postavljena v frontalno pozicijo, ampak lahko v krogu po svoji presoji vpliva na medsebojno komunikacijo, dinamiko in se vključuje po lastni želji. Da se izognemo frontalnemu delu, je takšen način najbolj sprejemljiv. Skupinsko delo temelji na zaupanju in enakopravnosti, pri čemer ima vsak otrok pravico do svojih individualnih posebnosti, zmožnosti in dožemanja. Dopolnjevanje misli, izražanje stališč ter izmenjava izkušenj so pri tem načinu dela zelo dobro izraženi. Komunikacija poteka na besedni in nebesedni ravni. Razgibana komunikacija upošteva fleksibilnost učitelja, tankočutnost dožemanja otroka z vsemi značilnostmi, ki jih prinese otrok na ta dan v delavnico. Ne bi bilo ravno preišljeno, če bi se delavnic lotevali brez poznavanja vseh vrst komunikacije. S postopnim vključevanjem staršev v povratne informacije se razbijajo tabuji, potrebno je veliko časa in potrpljenja. Predvsem potrpljenja v smislu razumevanja kulturnega okolja iz katerega prihaja otrok, kjer veljajo druge vrednote, norme ter drugačno razumevanje vlog spolov. Pojav razumevanja vlog različnih kultur je bil velik izziv za delo, saj sva se pred uro izvajanja delavnic morali sproti pogovarjati o načinu dela, postavljanju vprašanj in metodični izpeljavi delavnice. S pomočjo socialnih iger lahko razvijamo sproščen in spoštljiv odnos do vseh članov v skupini ter ob tem ustvarjamo prijetno vzdušje, ki temelji na medsebojnem zaupanju. Potrebno si je vzeti dovolj časa za pripravo, izvedbo in evalvacijo delavnice.



## **DELAVNICA NA TEMO: SPOZNAJMO SE**

Mladostnike pozdravimo in jim razložimo namen naših srečanj in potek prve delavnice. Le-ta pa je spoznavanje članov skupine. Pogovorimo se o tem, kako bomo uredili in pripravili prostor za naša srečanja, hkrati pa se dogovorimo, da bo način dela vedno potekal v krogu (mladostniki se posedejo v krog). Člani skupine spoznajo pravila lepega vedenja in se zaobljubijo, da jih bodo spoštovali. Poglavitni pravili sta, da poslušamo drug drugega in ne pripovedujemo drugim o stvareh, ki nam jih zaupajo drugi člani. Mladostnikom poveva, da bova izvajali podobna srečanja tudi z njihovimi starši.



### **1.1.2 Predstavim se**

#### **Prva igra: Ime mi je ...**

##### **Namen igre: Povedati svoje ime Zapomniti si imena drugih udeležencev**

Mladostnike zaprosimo, da vsak pove svoje ime. Ko mladostnik pove svoje ime, mu drugi člani skupine izrečejo dobrodošlico (primer: pozdravljena Maša).

Različica predhodne igre: Mladostnik pove svoje ime, njegov naslednik ponovi njegovo ime in pove svojega. Tako vsak član skupine poleg svojega imena, ponovi še ime predhodnikov, ki so se že predstavili.

Primer: Defektologinja: » Jaz sem Petra .«  
» To je Petra, jaz sem Maša.«

Kot tretjo različico igre pa lahko poleg imena dodamo še kaj rad/ počne. Primer: Jaz sem Maša in rada vozim kolo. Naslednji član kroga ponovi izjave predhodnikov in doda še svojo.

### **1.1.3 Kdo sem jaz in kdo si ti**

#### **Druga igra: Ilustrirana osebna izkaznica**

##### **Namen igre: Predstaviti sebe skozi ilustracijo Pomagati si s pripomočki Upoštevati mladostnikove individualne sposobnosti Postavljati vprašanja drugi osebi (aktivno poslušanje) Omogočiti mladostniku dovolj prostora za izražanje sebe**

##### **Pripomočki: Plakat z vprašanji Risalni listi Voščenske**

Mladostnikom razdelimo risalne liste in postavimo voščenske v sredino kroga. Podamo jim navodilo, da naj narišejo vse, kar se spomnijo ob stavku:«To sem jaz«. Pri tem si lahko pomagajo z vprašanji, ki so napisana na panoju. Posamezniku glede na njegove zmožnosti, razložimo vprašanja. Po dogovorjenem času, odložijo svoje risbe predse na tla in si jih skupaj ogledamo, brez podajanja mnenj. Defektologinja pozove naključno izbranega mladostnika, da se verbalno predstavi ob risbi, druge člane pa spodbuja k aktivnemu poslušanju in postavljanju morebitnih vprašanj o posamezniku. Mladostnika po predstavitvi vprašamo, če želi še kaj povedati o sebi.

Seznam vprašanj:

1. Kako se vidim, ko se pogledam v ogledalu?

2. Kaj rad/a počnem v prostem času?
3. Kdo je moj prijatelj/ica?
4. Katera je moja najljubša barva?
5. Kaj rad/a jem?

Različica igre: Udeležence delavnic razdelimo v pare s pomočjo žreba imen. Posameznik izvleče kartonček z imenom ter se s svojim parom pogovarja o prostem času, priljubljeni hrani, filmih ... Pri tem si lahko pomagajo z vprašanji, ki jih zapišemo na plakat ali tablo. Po približno desetih minutah pozovemo udeležence, naj se vrnejo v krog in predstavijo svoj par. Torej posameznik poskuša podati čim več informacij o svojem paru in ga tako predstaviti drugim udeležencem.

### Zaključek

Po končanih delavnicah omogočimo članom skupine kratek odmor (pet minut). Nato se pogovorimo o igrah, ki smo jih izvedli in o posameznikovem počutju v skupini. Pomagamo si z naslednjimi vprašanji: Kako se počutiš?

Kaj ti je bilo všeč/ni bilo všeč?

Kaj si novega spoznal/a o sebi?



## **DELAVNICA NA TEMO: RAZVOJ MOJEGA TELESA**

### **1.2.1 Razvoj mojega telesa**

#### **Prva igra: Tudi deli mojega telesa imajo imena**

**Namen igre: Pokazati določen del telesa  
Imenovati osnovne dele telesa  
Poznati osnovno funkcijo delov telesa**

Mladostniki se posedejo v krog, tako kot smo se že dogovorili na predhodni delavnici. Defektologinja zaprosi mladostnike, da jo posnemajo pri imenovanju in kazanju delov telesa. Primer: »To je moja glava.« Pri tem se dotika glave. Mladostniki ponovijo: »To je moja glava.« Pri tem se dotikajo svoje glave.

Nato defektologinja naključno določi mladostnika, ki imenuje in pokaže del telesa. Naslednji član skupine v smeri urinega kazalca ponovi predhodno imenovani del telesa in imenuje novega. Zadnji v krogu ponovi vse dele telesa. Če je v skupini več članov kot imenovanih delov teles, se igrice prične od začetka (z glavo), da pridejo na vrsto prav vsi udeleženci.

Igro stopnjujemo tako, da defektologinja pove del telesa, naključno izbrani mladostnik ga pokaže in pove njegove osnovne naloge. Pri tem ne smemo pozabiti tudi na čutila.

#### **Druga igra: Moje telo skozi moje oči**

**Namen igre: Narisati svoje telo  
Upoštevati pri risanju posamezne dele telesa (glava, vrat ...)**

**Pripomočki: Risalni list  
Barvice, voščenske, flomastri ...**

Defektologinja razdeli liste in pisala mladostnikom ter poda navodila za delo. Člani skupine narišejo svoje telo z ustreznimi deli (glava, vrat, trup, dve roki, nogi ...). Mladostnikom, ki imajo pri tem težave, pomagamo z dodatnimi navodili in nazornim prikazom. Primer: Pokažemo glavo in rečemo: »Nariši glavo. Glavo drži vrat.«

#### **Tretja igra: Moje telo odrašča**

**Namen igre: Primerjati se z nasprotnim spolom  
Poznati podobnosti in razlike med spoloma  
Pravilno imenovati spolna organa  
Spoznati rast telesa  
Poznati razlike med spoloma v dobi otroštva, odraščanja  
Imenovati sekundarne spolne znake**

**Pripomočki: Posnetek s spleta (tega si poiščemo sami na spletu glede na skupino udeležencev in njihovo zrelost)**

**Sliki dečka in deklice**

**Sliki fanta in dekleta**

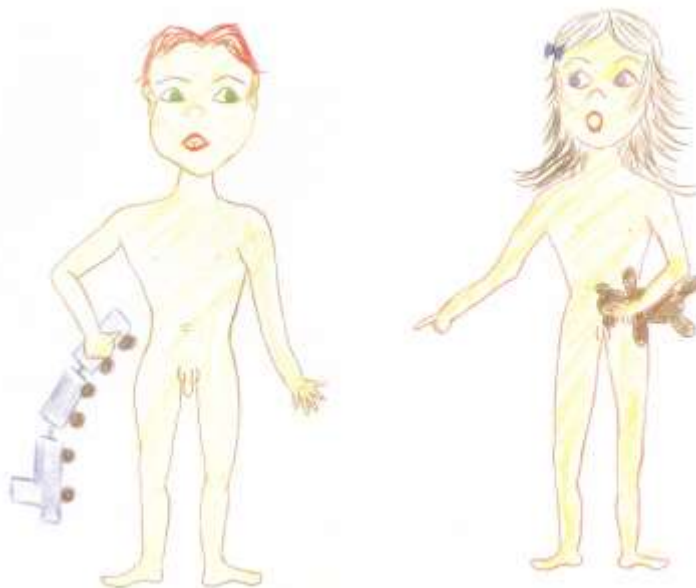
**Plakata**

**Papir A4**

**Svinčniki**

Defektologinja usmeri mladostnike, naj se opazujejo in primerjajo med seboj po zunanjih značilnostih, kot so: višina, teža, barva las, oči. Primerjajo se tudi po značajskih lastnostih. Pogovor je potrebno voditi tako, da mladostniki sprejemajo razlike na ustrezen način. Ob kakršnemkoli posmehovanju se nemudoma pogovorimo. Na ta način izpostavimo splošne značilnosti deklet in fantov po zunanjem videzu in vedenju. Le-te zapiše defektologinja na plakata: dekleta, fantje.

Po pogovoru o zunanjih značilnostih pripravi defektologinja mladostnike na ogled različnih posnetkov s spleta, ki prikazujejo odraščanje telesa in rast sekundarnih spolnih znakov. Med gledanjem lahko defektologinja večkrat ustavi posnetek ter z vprašanji preveri razumevanje vsebine le-te in poda dodatna pojasnila. Po ogledu prosi mladostnike, da se razdelijo v dve skupini. Vsaki skupini razdeli sliko dečka/fanta, deklice/dekleta. Člani posameznih skupin izberejo svojega vodja in poročevalca. Pogovorijo se o telesnih razlikah med danimi obdobji: otroštvo – puberteta. Svoje ugotovitve zapišejo na papir in jih predstavijo vsem članom. Prav tako se jih opomni, da poimenujejo spolovili. Pri tem je potrebno opozoriti, da bodo mladostniki morebiti podali tudi vulgarnе izraze. Le-te ob poročanju skupin zapišemo na tablo ali na kartončke, ki jih pripnemo na pano, ter se pogovorimo o ustreznosti danih izrazov. Ob vodenju izberemo primerne izraze za spolovili in se dogovorimo o stalni rabi le-teh. Učence pozovemo, da s table zбриšejo oziroma odstranijo kartončke s panoja z neustreznimi, manj primernimi izrazi.



## **Četrta igra: Sestavljanje telesa**

**Namen igre: Pravilno sestaviti telo dečka in deklice**  
**Pravilno dodati slike sekundarnih spolnih znakov**  
**Primerjati telo deček – deklica, fant – dekle**  
**Pravilno imenovati spolovili**

**Pripomočki igre: Naslikani deli telesa dečka in deklice na risalne liste**  
**Naslikani sekundarni spolni znaki fanta in dekleta v**  
**obdobju odraščanja na risalne liste**

Mladostnike prosimo, naj se ponovno razdelijo v dve skupini, ponudimo jim tudi to možnost, da skupini ostaneta enaki, kot pri predhodni igri. Člani skupin se posedejo v krog. V sredino kroga položimo risalne liste, na katerih so naslikani deli telesa. Prva skupina sestavlja telo deklice, druga skupina pa telo dečka. Nalogo lahko popestrimo tako, da jo časovno omejimo. Ko obe skupini končata delo, jim razdelimo še slike posameznih sekundarnih spolnih znakov fanta in dekleta. Te slike morajo postaviti na ustrezno mesto predhodno sestavljenega telesa. Po končani nalogi opišejo golo telo dekleta, fanta, naštejejo sekundarne spolne znake in pravilno poimenujejo spolovili (vulva, penis).

Kot dodatek pri slednji aktivnosti lahko dodamo tudi primera o sekundarnih spolnih znakih, ki ju preberemo, nato pa se povsem sproščeno pogovorimo o danih pripetljajih.

### **1. ZGODBICA**

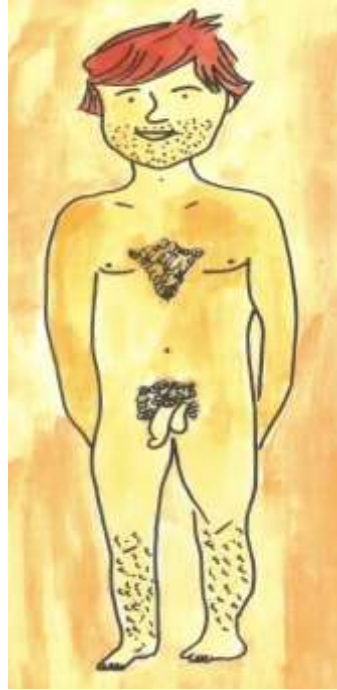
Bil sem prvi v razredu, ki so mu zrasle sramne dlake. Vem, ker so pri prhanju po športu kar naenkrat vsi strmeli vame. Bilo mi je tako neprijetno, da nisem več hotel v umivalnico. Ko se je sošolka, ki je sedela z mano v klopi, začela pritoževati nad neprijetnim vonjem, sem se spet začel prhati. Danijel (Crossick, 2011, str. 25)

### **2. ZGODBICA**

Meni so sramne dlake začele poganjati, ko sem bil star enajst let. Ker nisem hotel, da bi se prijatelji pri plavanju norčevali iz mene, sem si izposodil očetov brivnik in si jih obril. To ni bilo pametno. Dlake, ki so začele spet poganjati, so grozno bodle in srbele. Praskal sem se ves teden. To je bilo veliko hujše od vsega, kar bi se mi lahko zgodilo na kopališču. Oliver (Crossick, 2011, str. 25)

### **Zaključek**

Po delavnici sledi analiza, ki naj bo predvsem usmerjena v počutje udeležencev. Velika verjetnost je, da bodo udeleženci izrazili občutek sramu. Ob sproščenem razgovoru pojasnimo, da so spolni organi del našega telesa, ter da je odraščanje nekaj povsem običajnega. Pri tem je pomembno, da nikogar ne izpostavljam, mladostniku pustimo njegov čas, da se odpre.



## **DELAVNICA NA TEMO: ZALJUBLJENOST**

### **1.3.1 Moja simpatija**

Pogoj za izpeljavo delavnice je ogled mladinskega filma s primerno vsebino, ki se nanaša na temo spogledovanja, mladostniške ljubezni ... Vsebino filma izberemo glede na starost udeležencev, njihove značajske lastnosti, interese in zmožnosti razumevanja. Z mladostniki se pogovorimo o vsebini filma, nato pa preidemo na delavnico. Pri tem si pomagamo s slednjimi vprašanji:

1. Kaj si si zapomnil/a iz filma?
2. Kateri odlomek v filmu prikazuje zaljubljenost?
3. Kako veš, da je oseba v filmu zaljubljena?
4. Se je tudi tebi zgodilo že kaj podobnega?
5. Kaj pomeni beseda simpatija?
6. Kaj je to ljubezen? Kako jo čutimo?
7. Imaš tudi ti svojo simpatijo?
8. Primerjaj sebe in svojo simpatijo z vsebino filma.

### **Prva igra: Čustva**

#### **Namen igre: Imenovati čustva**

**Poznati pomen besede simpatija**

**Izraziti svoja čustva besedno**

**Razlikovati simpatijo od naklonjenosti**

**Pripomočki: Kartončki z besedami**  
**Slike obrazov, ki ponazarjajo čustva**  
**Papir**  
**Pisalo**

Defektologinja razdeli vsakemu mladostniku v krogu kartončke s čustvi (veselje, jeza, vznemirjenost, žalost, bes, sramežljivost ...). Mladostniki izberejo tiste kartončke s čustvi, ki najbolje opisujejo počutje posameznika, ko zagleda ali pa je v družbi svoje simpatije. Mladostnikom, ki ne berejo, razdelimo sličice z obrazi, med katerimi izberejo najustreznejše glede na zgornjo nalogo. Ko vsi udeleženci izberejo kartončke oziroma sličice z obrazi, jih položijo v krogu predse na tla. Pričnemo pogovor o naših občutkih do simpatije. Pomagamo si z naslednjimi vprašanji:

1. Kako se ti počutiš v bližini svoje simpatije?
2. Zakaj imaš takšen izraz na obrazu (sličice z obrazi)?
3. Kaj storiš, ko zagledaš svojo simpatijo?
4. Kako se vedeš v bližini svoje simpatije?
5. Kako se odziva tvoje telo, ko si v bližini svoje simpatije?
6. Komu si zaupal, da imaš simpatijo?
7. Ali smo vedno vsem simpatični ?
8. Opiši primer, kadar to nismo.

**Zaključek:**

Defektologinja si zapisuje odgovore mladostnikov na tablo. Skupaj preletimo odgovore in oblikujemo zaključek. Pri razgovoru damo poudarek na ustrezen odnos do simpatije, nasprotnega spola.



## **DELAVNICA NA TEMO: OD ZALJUBLJENOSTI DO PARTNERSKEGA ODNOSA**

### **1.4.1 Vem, kaj to pomeni, ali veš tudi ti?**

#### **Prva igra: Oblikujmo plakat**

**Namen igre: Oblikovati plakat na temo zaljubljenost**  
**Opremiti plakat z ustreznimi članki in slikami**  
**Prepoznati občutja, ki so opisana v člankih**  
**Podati svoje mnenje o nastajanju plakata**

**Pripomočki: Šeleshamer**  
**Flomastri**  
**Lepilo**  
**Časopisni članki**  
**Časopisni izrezki fotografij**  
**Lepilni trak**  
**Pano**

Mladostnike razdelimo v dve skupini, pri čemer smo pozorni, da je v obeh skupinah približno enako število fantov in deklet. Defektologinja predstavi članom skupin njihovo nalogo pri oblikovanju plakata na temo zaljubljenost. Na izbiro imajo ponujene različne časopisne članke v povezavi s to temo in fotografije. Pri vsaki skupini je navzoča ena defektologinja, ki mladostnike usmerja pri delu, a pri tem moramo biti pozorni, da delo poteka spontano, nevsiljivo. Sposobnejši mladostniki si lahko pri oblikovanju plakata pomagajo s flomastri (plakat likovno popestrijo, napišejo svoje mnenje, izkušnjo ...). Ko sta plakata končana, ju razstavimo na pano in si ju ogledamo. Nato se pogovorimo o delu in ugotovitvah obeh skupin:

1. Kako je potekalo vaše delo pri izdelavi plakata?
2. Kaj predstavlja vaš plakat?
3. Katere članke ste izbrali in zakaj?
4. Katere fotografije ste izbrali in zakaj?
5. Ali ste imeli težave pri izboru člankov in fotografij?
6. Dopolni: Zaljubljen/a si, ko ...

#### **Druga igra: Reši dilemo**

**Namen: Poiskati ustrezne rešitve pri težavah v povezavi z zaljubljenostjo**  
**Razlikovati med dobrimi in slabimi odločitvami**

#### **Pripomočki: Kratke zgodbice**

Učenci si poiščejo par glede na lastne želje ali pa pare določi defektologinja. Vsak par izžreba zgodbico ali trditev na kartončku, jo prebere ter poskuša poiskati rešitev za dano dilemo. Pri predstavitvi lahko predlagajo rešitve tudi drugi učenci, še posebej, če je določeni par imel težave pri iskanju predlogov. Ob koncu oblikujemo skupne zaključke, zakaj nekatere stvari tudi v mladostniški ljubezni niso najbolj sprejete.



1. Ne morem si pomagati, a tako sem nor na punce. Všeč so mi dolgaske, pa tudi kratkolaske, modrooke ... Ker se ne morem odločiti, katera mi je bolj všeč, sem zaljubljen kar v dve in z obema hodim na zmenke. Saj itak ne vesta druga za drugo.
2. Tvoja najboljša prijateljica ima novega fanta. Res je seksi, pa še prijazen po vrhu. Zdaj bi se najraje pognala v boj in ga pridobila zase.
3. Z dekletom sva skupaj kratek čas, zato veliko časa preživljava skupaj. Občasno pa si zaželim družbe svojih prijateljev. Kadar to omenim, postane užaljena in reče, da je ne maram. To seveda ni res, a potrebujem tudi čas zase in svoje hobije.
4. V šoli smo dobili novega učitelja. Je mlad, pravi lepotec in se rad šali. Do ušes sem zaljubljena vanj in ves čas mislim samo o njemu in kako bi bilo, če bi bila par. Mogoče mu pa ob priložnosti prišepnem na uho ...
5. Že nekaj časa se mi zdi, da nisem zaljubljen v svoje dekle. Rad bi končal najino razmerje. Najlažje bo, če to storim kar na facebooku ali pa ji pošljem SMS.
6. Podrl se mi je cel svet. Pustila me je punca, ki jo še vedno ljubim. Nikoli več ne bom našel dekleta, ki ga bom imel tako rad kot njo. Najbolje, bi bilo, če me ne bi bilo več na svetu.

### **Tretja igra: Izberi besedo**

**Namen igre: Razložiti pomen besed povezanih s spolnostjo**

**Spraševati na temo spolnost**

**Pogovarjati se o spolnosti brez sramu**

**Spoznati posledice nepremišljenih dejanj v spolnosti**

**Pripomočki: Kartončki z besedami**

**Škatlica**

**Knjige na temo odraščanja, spolnosti, zaljubljenosti**

Z drugo igro pričnemo takoj po ogledu plakata, povsem spontano in brez predhodnega uvoda. Mladostniki se usedejo nazaj v krog ter s pogovorom, ki ga vodi defektologinja, preidemo na temo spolnosti. V sredino kroga postavimo knjige na temo odraščanja, zaljubljenosti, spolnosti. Le-te pa so jim ves čas na voljo. Mladostniki iz škatlice izlečejo kartončke z besedami v povezavi z omenjeno temo. Njegova/njena naloga je, da s svojimi besedami razloži pomen izvlečenega izraza. Tistim, ki ne znajo brati, besedo prebere defektologinja. Če ima mladostnik/ca težavo pri razlagi izvlečene besede, ji na pomoč priskočijo drugi člani. Kadar vsem udeležencem zmanjka idej, razloži pomen dane besede defektologinja. Vsekakor se

mladostniki lahko zatečejo po pomoč h knjigam. Vsi skupaj se ob vsakem kartončku dogovorimo o poenotenem pomenu besede.

Vsekakor izberemo tiste pojme, ki so primerni razvojni stopnji udeležencev. Primeri: seks, erekcija, mokre sanje, vzburljenost, predigra, penis, vulva, spolni ud, spolovilo, spolni odnos, nosečnost, moda, sperma, sramne dlake ...

Zaključek:

Besedno povzamemo potek celotne delavnice tako, da defektologinja opiše vse kar so mladostniki počeli in skupaj naredijo povzetek na temo spolnosti. Z mimiko telesa in obraza ponazorimo svoje počutje, ko smo zaljubljeni.



## DELAVNICA NA TEMO: ZAŠČITA

### 1.5.1 Zaščita – pametna odločitev

**Prva igra: Kaj pa zaščita?**

**Namen igre: Spoznati različna zaščitna sredstva  
Spoznati namen zaščitnih sredstev  
Razlikovati zaščitna sredstva za ženske in moške  
Poznati način uporabe zaščitnih sredstev  
Sodelovati pri pogovoru**

**Pripomočki: Zaščitna sredstva (tabletki, kondomi, nožnični prstan ...)  
Brošurice na temo zaščite  
Slike zaščitnih sredstev s spleta  
Odeja oziroma kakšna druga podlaga**

Mladostnike prvotno pozdravimo in jih prosimo, da za nekaj minut odidejo iz prostora. Vodja razgrne odejo na tla. Nanjo položi različna zaščitna sredstva in

brošurice o zaščiti. Vodja med tem časom pove mladostnikom, da bodo na odeji našli različne predmete, katere bodo poskušali opisati, poimenovati in določiti njihov namen. Ko je vse pripravljeno, pozove vodja mladostnike nazaj v prostor. Pustimo jim pet minut časa, da si razstavljenе stvari ogledajo in pri tem opazujemo njihove reakcije. Defektologinji se usedeta zraven na odejo in si skupaj sistematično ogledajo in spoznavajo zaščitna sredstva. Pred sistematično obravnavo zaščitnih sredstev pa povemo njihov namen, ter kje jih lahko kupimo, oziroma kdo nam jih predpiše. Zaščitna sredstva si s starejšimi mladostniki lahko ogledamo tudi na spletu, predvsem tista, ki niso pogosto v rabi, oziroma so bolj primerna v obdobju odraslosti. Le-ta predstavimo zgolj v smislu informativnega značaja.

1. Povemo, kako se imenuje izbrano zaščitno sredstvo.
2. Povemo, kdo ga uporablja (ženska, moški).
3. Razložimo način delovanja izbranega zaščitnega sredstva.
4. Povemo zanesljivost zaščitnega sredstva.
5. Pogovorimo se o spolno prenosljivih boleznih (kondom).
6. Pogovorimo se o morebitnih posledicah nerednega jemanja zaščitnih sredstev.
7. Mladostniki obkrožijo pravilne trditve na vprašalniku, s katerim preverijo svoje pridobljeno znanje. Vprašalnik je namenjen samo posamezniku in starejšim mladostnikom. Ob skupnem razgovoru, ki poteka po danih točkah vprašalnika, sprotno preverja ustreznost lastnih odgovorov.

## Vprašalnik

### 1. Ali je pomembno, da uporabimo kontracepcijo pri prvem spolnem odnosu?

- a) Ne, saj pri prvem spolnem odnosu dekle ne more zanositi.
- b) Da, tudi pri prvem spolnem odnosu lahko dekle zanosi.
- c) Ne vem.

### 2. Kdo mora poskrbeti za kontracepcijo?

- a) Dekle - to je njena odgovornost.
- b) Fant - njemu je lažje poskrbeti za kontracepcijo, kot dekletu.
- c) Oba - vsak prevzame svoj del odgovornosti.

### 3. Ali so vsa kontracepcijska sredstva primerna za dekleta?

- a) Joj, kako težko vprašanje.
- b) Da, brez težav lahko dekleta uporabljajo vsa kontracepcijska sredstva.
- c) Ne, nekatera kontracepcijska sredstva so primernejša za odrasle ženske.

### 4. Ali kondom lahko uporabimo večkrat?

- a) Seveda, ker s tem prihranimo denar. Pred ponovno uporabo jih dobro operemo.
- b) Ne, kondom lahko uporabimo le enkrat.
- c) Ne, kondom uporabimo samo enkrat. Če pa nimaš drugega, ga lahko tudi opereš.

### 5. Katero kontracepcijsko sredstvo ščiti tudi pred spolno prenosljivimi boleznimi?

- a) Kondom je edino kontracepcijsko sredstvo, ki ščiti pred spolno prenosljivimi boleznimi

b) Tabletke so bolj zanesljive, zato bolj ščitijo pred okužbo s spolno prenosljivimi boleznimi kot kondom

c) Za zaščito pred spolno prenosljivimi boleznimi potrebujemo tabletke in kondom  
Zaključek:

Vsak mladostnik pove, kaj je novega spoznal/a pri tej delavnici in si iz kupa vzame brošuro o zaščiti.

**Po zaključeni delavnici odidemo na predhodno dogovorjeni obisk z ginekologom/injo. Le-ta jim predstavi svoje delo in na kratko spregovori o zaščitnih sredstvih. Po obisku se z mladostniki pogovorimo o njihovih vtisih in jim damo možnost, da postavijo še kakšna vprašanja. Spodbujamo jih k pravilnemu izrazoslovju.**

Naloga za naslednjo delavnico: Mladostnikom naročimo, da prinesejo fotografije iz otroštva, ko so bili še dojenčki.

## **DELAVNICA NA TEMO: ŽENSKI/MOŠKI SPOLNI ORGANI IN OPLODITEV**

### **1.6.1 Nov družinski član**

#### **Prva igra: Poslušajmo zgodbo**

**Namen igre: Pozorno poslušati branje zgodbe**

**Ugotoviti, o čem pripoveduje zgodba**

**Obnoviti zgodbo s pomočjo vprašanj**

**Pripovedovati o prihodu bratca ali sestrice v družino**

**Pripovedovati o svojih občutjih ob prihodu novega družinskega člana**

**Predstaviti sebe kot dojenčka ob fotografiji**

**Pripomočki: Fotografije dojenčkov**

**Flomastri**

**Šeleshamer**

**Izbrana zgodba iz revij za starše o prihodu dojenčka**

Mladostniki se posedejo v krog in prisluhnejo zgodbi, ki jo prebere defektologinja. Namesto zgodbe iz revije pa se lahko odločimo, da jo pripovedujemo iz lastnih izkušenj.

Povprašamo jih, o čem pripoveduje zgodba in jo s pomočjo vprašanj obnovimo. Po kratki obnovi jih pozovemo, da povedo svoje izkušnje glede prihoda dojenčka v družino (bratec, sestrice). Pri tem se spomnijo svoje družine in sorodnikov. Ob fotografiji predstavijo sebe in svoje občutke. Fotografije razstavimo na pano. Vprašanja, s katerimi si lahko pomagamo pri pogovoru;

- Kako si se počutil/a ob prihodu dojenčka v družino?
- Kaj si čutil/a v odnosu do drugih članov družine?
- Kako so se do tebe vedli drugi člani družine?

- Ali ste se doma pogovorili o prihodu dojenčka?
- Kaj so ti starši povedali o prihodu dojenčka na svet?
- Kaj sedaj misliš o tem, ko si že starejši/a?

Ko vodja, ob doživetem pripovedovanju, sprotno oblikuje miselni vzorec na temo prihod dojenčka, zapisuje vse ugotovitve in odgovore otrok.

Nato jih pozovemo, da nalepijo svojo sliko iz zgodnjega otroštva na list ter dopišejo čustva, ki se porajajo ob gledanju slike. Prav tako poskušajo predvideti čustva staršev ob lastnem rojstvu ter starejših bratov ali sester. Zapis pokaže staršem in se skupaj pogovorijo o poteku rojstva in danih čustvih ob tem.

## **1.6.2 Od oploditve do nosečnosti**

### **Prva igra: Dirka motoristov**

**Namen igre: Spoznati zgradbo ženskih in moških spolnih organov**  
**Poimenovati dele spolnih organov**  
**Spoznati pomen spolnih organov pri oploditvi**  
**Spoznati pot semenčic do jajčeca**  
**Razumeti pomen besede oploditev**

**Pripomočki: Slike spolnih organov (plakati ali slike s spleta)**  
**Slike semenčic, jajčeca, jajcevoda (plakati ali slike s spleta)**  
**Zgodbica z naslovom Dirka motoristov**

Pred mladostnike razgrnemo plakate, na katerih so narisana: semenčica, jajčece, jajcevod ter moški in ženski spolni organi v prerezu. Vse slike popestrimo s kančkom humorja in z barvami. Ob slikah razložimo zgradbo ženskih in moških spolnih organov. Sproti preverjamo razumevanje mladostnikov z naslednjimi vprašanji:

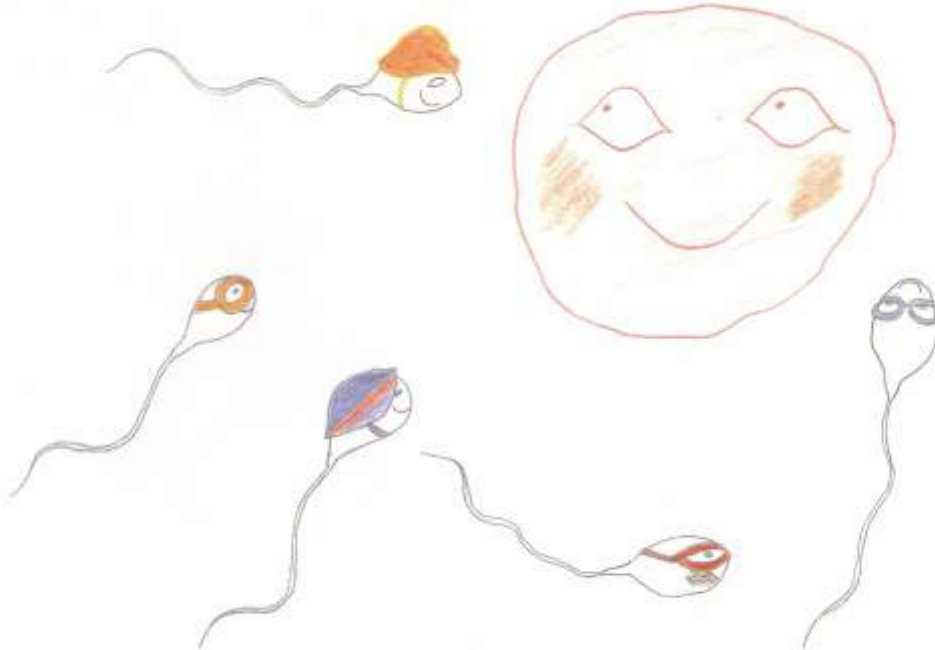
- Kaj je na sliki?
- Katera slika te najbolj pritegne?
- Poimenuj tiste dele spolnih organov, ki si si jih zapomnil/a?
- Kakšna je vloga ženskih in moških spolnih organov pri oploditvi?

Postopno preidemo na razlago o oploditvi ob slikah. Le-te so nam v pomoč pri razlagi potovanja semenčic do jajčeca. Opisovanje popestrimo s humorno zgodbo:

### **DIRKA MOTORISTOV**

Motoristi moto kluba Hitra strela so se odločili, da bodo preizkusili svoje jeklene konjičke. Štirinajstega v mesecu juliju, na lep sončen dan, so se zbrali na motokros stezi. Postavili so se v vrsto in pričeli s štetjem. Bilo jih je ogromno. Prešteli so se samo do števila milijon, si predstavljate koliko jih je bilo? Za polovico prebivalcev naše države. Cilj njihove dirke je prevoziti celotno stezo in osvojiti zmagovalni pokal. Steza je bila resnično težka in polna raznih ovir. Sodnik Vinko je označil začetek dirke s pokom iz startne pištrole. Motoristi so se pognali v dir, a žal jih je nekaj izpadlo že takoj na začetku, saj so prehitro speljali, še preden je sodnik dal znak. Na težkem delu steze, so se nekaterim pokvarili motorji, in niso mogli nadaljevati tekme. Nekaj nespretnih pa niso dobro speljali ovinke in so popadali po tleh. Le še nekaj

pogumnih, iznajdljivih motoristov je drvelo proti cilju. Pred ciljno ravnino jih je čakala še ovira v gozdu. Ovira je bila ogromna skala, pred katero so klonili še tako pogumni. Na motorju je ostal samo še Jaka, ki se je na vso moč trudil priti do cilja. V gruči je bil med prvimi, izbral je pravo pot mimo skale in si tako izboril znatno prednost pred drugimi motoristi, ki jih je presenetila gromozanska skala. Tik pred ciljem je pogledal nazaj in ugotovil, da je čisto sam na stezi. Ni imel časa za razmišljanje, ker ga je gnala želja po zmagi. Ves srečen je prispel na cilj in osvojil pokal. Za nagrado pa je dobil tudi devetmesečno potovanje okoli sveta. S seboj je na pot vzel svojo veliko ljubezen. Le kaj jima bo prineslo to devetmesečno potovanje?



Po pripovedovanju ali branju zgodbice, postavimo naslednja vprašanja:

- Kako ti je bila všeč zgodbica?
- Kaj si si zapomnil/a iz zgodbice?
- S čim lahko primerjamo motoriste, Jaka, Jakovo ljubezen, devetmesečno potovanje?
- Na kaj te to spominja?
- O čem misliš, da smo se pogovarjali?
- Kako vam je všeč tak način spoznavanja snovi, pridobivanje znanja?

Naloga za naslednjo delavnico: Mladostnikom naročimo, naj prosijo svoje matere za kakšno fotografijo iz njihovega obdobja nosečnosti, ki jo prinesejo na naslednjo delavnico. Prav tako pa skupaj s starši oblikujejo enostaven miselni vzorec o rojstvu.



## **DELAVNICA NA TEMO: NOSEČNOST IN ROJSTVO**

### **1.7.1 Od kod prihajam (pravljica ali resnica)?**

#### **Prva igra: Moja mamica s trebuščkom**

**Namen igre: Ogledati si fotografije svojih mamic v času nosečnosti**  
**Primerjati materino telo v času nosečnosti in sedaj**  
**Sodelovati pri pogovoru z nosečnico**  
**Postaviti vprašanja, ki ga/jo zanimajo v zvezi z nosečnostjo?**  
**Prepoznati spremembe ženskega telesa v nosečnosti na slikah**

**Pripomočki: Fotografije mamic v času nosečnosti**  
**Slike posameznega obdobja nosečnosti**

Fotografije postavimo na sredino kroga na tla. Le-te so nam v pomoč pri razvijanju pogovora o nosečnosti. Pogovor pričnemo povsem konkretno in se nanaša na njihove mame, tete, starejše sestre. Postopno prehajamo na splošni pogovor o nosečnici. Mladostnike ob tem povprašamo, kakšen je njihov odnos do nosečnic, kako se počutijo v njeni družbi, kaj si predstavljajo o trebuhu in podobno.

V skupino povabimo nosečnico, ki mladostnikom predstavi svoje počutje in spremembe v svojem telesu. Mladostnikom damo možnost, da ji postavijo vprašanja, ki jih zanimajo. Nato pa spontano nadaljujemo pogovor o poteku nosečnosti, posameznih obdobjih. Pri tem si pomagamo s humornim ponazoritvenim materialom, ki ga pripravimo sami ali pa ga poiščemo na spletu.

#### **Druga igra: Jaz rišem nosečnico**

**Namen igre: Narisati nosečnico skozi svoje oči**

**Pripomočki: Suhe barvice**

**Flomastri**  
**Vodene barvice**  
**Tempera barve**  
**Voščenke**  
**Oglje**  
**Risalni listi**

Pred mladostnike položimo risalne liste in različen likovni material. Podamo navodila za risanje nosečnice. Pomagajo si lahko s slikami, fotografijami. Vsak si izbere likovno tehniko, ki mu najbolj ustreza. Pri risanju je pomembno, da se osredotočijo na proces razvoja ploda v maternici. Ni pomembna kvaliteta narisane, pač pa dožemanje procesa.

**Tretja igra: Kako sem se rodil/a?**

**Namen igre: Pripovedovati o svojem rojstvu ob miselnem vzorcu**  
**Razumeti pomen besede rojstvo**  
**Spoznati osnovne informacije o rojstvu**

**Pripomočki: Prineseni izpolnjeni miselni vzorci**  
**Fotografije porodnih sob, mamic in očkov, rojenih otrok ...**

Prinesene miselne vzorce razgrnemo na tla, tako da jih vsi dobro vidijo. Pogovorimo se o vsakem miselnem vzorcu posebej, prav tako pa mladostniki opišejo čustva, ki so jih doživljali ob pogovoru s starši pri reševanju danega miselnega vzorca. V primeru, da starši niso želeli sodelovati pri oblikovanju miselnega vzorca, mladostnika ne izpostavljam, pač pa mu ponudimo pomoč pri oblikovanju prilagojenega miselnega vzorca glede na znane informacije.

Po dani predstavitvi povprašamo mladostnike, kako si predstavljajo porod, pri čemer si pomagajo z informacijami iz domačega okolja. Prav tako jim lahko ponudimo osnovne fotografije porodnišnice, porodne sobe, porodničarja, bodočih mamic in očkov, kot tudi rojenih otrok. Defektologinja poda osnovne informacije glede poroda, pri čemer pazi, da so le-te v okviru sprejemljive meje glede na sogovornike. Če pa mladostniki pokažejo zanimanje, se lahko pogovorimo tudi o vlogi očeta pri porodu ter o osnovni negi dojenčka neposredno po porodu (tehtanje, umivanje ...).

**DELAVNICA NA TEMO: SPOLNO NADLEGOVANJE IN ZLORABA**

**Prva igra: Vem, kaj je spolno nasilje**

**Namen igre: Razumeti termina spolno nadlegovanje, spolna zloraba**  
**Spoznati različne oblike spolnega nadlegovanja, zlorabe**  
**Razlikovati ustrezno vedenje posameznika do mladostnika od neustreznega**  
**Izraziti svoje mnenje o spolnem nadlegovanju, zlorabah**

**Pripomočki igre: Časopisni članki (prilagojeni zmoglostim udeležencev)**  
**Flomastri**



## **Šeleshamer Simbolične fotografije**

Defektologinja postavi izrezane časopisne članke in simbolične fotografije v povezavi s spolnim nadlegovanjem na sredino kroga ter spodbudi mladostnike/ce, da preberejo dane članke na glas. Skozi pogovor preverja razumevanje vsebine člankov in hkrati poskuša na preprost in mladostnikom razumljiv način približati termina spolno nadlegovanje, spolna zloraba. Pri tem pa mora upoštevati čustva mladostnikov in njihova mnenja o dani temi. Časopisne članke in fotografije uporabijo za oblikovanje plakata na temo spolna zloraba. Na plakat dopišejo tudi svoje trenutne misli, mnenja, čustva, ki se jim porodijo ob ustvarjanju plakata. Mladostniki, ki ne pišejo, pa lahko svoja čustva izrazijo z risanjem obrazov. Izdelan plakat razstavijo in se pogovorijo o samem procesu nastajanja plakata:

Kako ste si razdelili naloge pri oblikovanju plakata?

Kako ste se počutili pri oblikovanju plakata na to temo?

Kaj ste dopisali na plakat, narisali in zakaj?

Kaj želite sporočiti s tem plakatom?

OPOMBA: Namesto časopisnih člankov si lahko pomagamo z zgodbicami o spolni zlorabi, ki so predstavljene v priročniku TO SEM JAZ (<http://www.tosemjaz.net/si/clanki/498/detail.html>).

### **Druga igra: Vem, kaj je prav in kaj ne**

**Namen igre: Spoznati neustrezno vedenje morebitnih storilcev  
Poiskati možne rešitve za različne oblike spolnega nadlegovanja**

**Okrepiti zavedanje, da lahko početje preprečimo, prekinemo, če poiščemo pomoč**

**Vedeti, da žrtve niso odgovorne za dejanja storilca**

**Pripomočki: A4 listi**

**Barvna pisala**

**SOS seznam**

**Vprašalnik za prepoznavanje spolne zlorabe**

Mladostnike razdelimo v manjše skupine. Vsaka skupina dobi list, na katerem je na sredini zapisana splošna oblika spolnega nadlegovanja (žvižgi in neprimerne pripombe, nezaželeni dotiki, neprimerni telefonski klici, razkazovanje golega telesa v javnosti). Člani skupine oblikujejo miselni vzorec, pri čemer si pomagajo z naslednjimi vprašanji:

Kaj si predstavljaš, da pomenijo zapisane besede?

Si že kdaj slišal/a za takšno početje?

Kaj lahko storimo, da preprečimo takšno obliko spolnega nadlegovanja?

Po dogovorjenem času mladostniki predstavijo nastale miselne vzorce, ki jih sprotno dopolnjujemo z dodatno razlago pojmov, posledic takšnega početja, predvsem pa se usmerimo v iskanje rešitev in pomoči.

Primer:



Pogovor postopno usmerimo k pojmu spolne zlorabe. Pri tem moramo biti izrazito tankočutni in pozorni, da je le-ta prilagojen dani populaciji. Hkrati pa je potrebno upoštevati dejstvo, da je v skupini mogoče otrok, ki ima izkušnje s spolno zlorabo. V razgovoru lahko nanizamo splošne primere spolne zlorabe za lažje razumevanje le-te (Odrasla oseba prisili otroka, da se sleče ter ga pri tem opazuje ali fotografira., Odrasla oseba se dotika otrokovih spolovil, zadnjice., Odrasli se želi poljubljati z otrokom.) Pomagamo si lahko tudi z razlago Nataše Končnik Goršič, specialistka klinične psihologije; "O spolni zlorabi govorimo takrat, ko odrasel človek otroka ali mladostnika slači, otipava, mu razkazuje svoje intimne dele telesa ali želi, da se ga otrok ali mladostnik dotika na intimnih delih telesa, ko opazuje otroka pri intimnih opravilih, ali se hoče z njim kopati in se pri tem naslaja, ko ga golega slika ali sili, da gleda pornografske filme, ko ga sili v prostitucijo in ko ima z njim spolni odnos." (<http://www.tosemjaz.net/si/clanki/499/detail.html>).

Skupaj oblikujemo SOS LISTO; seznam kamor se lahko obrnejo po pomoč (starši, učitelji, svetovalni delavci, prijatelji, Združenje proti spolnemu zlorabljanju, TOM telefon, SOS telefon ...). Mladostnike podučimo, da si s seznama izberejo osebo, ki ji zaupajo. Ves čas izvedbe delavnic sporočamo, da žrtve niso krive za dejanja storilcev, in da je nujno poiskati pomoč. SOS listo razdelimo vsem udeležencem delavnice, kot

tudi vprašalnik za lažje prepoznavanje spolne zlorabe. Vprašalnik preberemo in razložimo pomen posameznega vprašanja.

#### VPRAŠALNIK

1. Ali te to, kar se dogaja, spravlja v izrazito nelagodje?
  2. Ali ti je bilo rečeno, da tega, kar počne s teboj, ne smeš nikomur povedati?
  3. Ali ti to počne za svoj užitek in ga/jo pri tem nič ne zanima, kako se počutiš ti?
  4. Ali ti grozi, če se hočeš njegovemu početju upreti?
  5. Ali ti reče, da se ti bo kaj hudega zgodilo, če boš komu povedal/a?
- (Fenwick, Walker, 1996, str. 89)

### **Tretja igra: Obris telesa**

**Namen igre: Okrepiti mladostnikovo zaznavanje prijetnih in neprijetnih dotikov**

**Povedati na glas, kateri dotiki mu/ji niso všeč**

**Pripomočki: Obris dekliškega in fantovskega telesa**

**Rdeča in zelena barvica**

Defektologinja pripravi obrise dekliškega in fantovskega telesa. Vsak udeleženec delavnic dobi kopijo svojega spola. Prvi del igre je sestavljen iz vprašanj in obdelave le-teh v skupnem pogovoru: Kaj so prijetni, neprijetni in čudni dotiki?

Kdo vse se dotika mladostnika/ce?

Ali se dotiki različnih oseb med seboj razlikujejo?

Čigavega dotikanja mladostnik/ca ne prenese?

Po pogovoru vsak mladostnik/ca pobarva svojo kopijo obrisa telesa. Z zeleno barvico označi dele telesa, kjer imajo dotikanje radi, in z rdečo barvico pa kje ga ne marajo. Svojo kopijo predstavijo drugim in poskušajo razložiti, zakaj so se tako odločili, katere barve je več na kopiji, in kaj posledično to pomeni ...

### **Četrta igra: Imam pravico reči NE**

**Namen igre: Spoznati, da imajo pravico reči ne, kadar jim nekaj ne ugaja**  
**Okrepiti zavedanje, da njihovo telo pripada samo njim**

**Pripomočki: Zgodbica Mali in veliki Ne**

**Trditve napisane na plakat**

Defektologinja prebere kratko zgodbico z naslovom Veliki in mali Ne (Glej prilogo). Mladostniki izrazijo svoje mnenje o zgodbi in poskušajo razložiti njen pomen, pri tem jim pomagamo z vprašanji: Zakaj meniš, da malega Ne sprva ni nihče slišal?

Ali se je mali Ne znal postaviti zase?  
Kdaj mu je končno prekipelo in se je postavil zase?  
Ali se ti znaš postaviti zase?  
Kako se postaviš zase?  
Kaj rečeš, kadar ti nekaj ne ugaja?  
Ali meniš, da imaš pravico reči Ne?

Nato pa jih prosimo, da odigrajo igro vlog, kjer en mladostnik sili drugega k določeni dejavnosti, katero le-ta zavrača. Jasno in glasno mora reči, da tega ne želi storiti oziroma NE. Pomagamo si lahko tako, da predhodno vprašamo udeležence delavnice, česa ne marajo, kaj jih zelo moti ... in njihove izjave uporabimo pri igri. Igra traja toliko časa, da vsak udeleženec odigra obe vlogi (žrtve, storilca) in nato pojasni, kako se je počutil v obeh vlogah, v katero vlogo se je težje vživel, kako se je počutil, ko se je postavil zase ... Pomembno je, da spoznajo, da imajo pravico reči ne in se postaviti zase ob neprijetnih dogodkih. Prav tako imajo pravico reči NE pri sodelovanju v tej delavnici, ker bi se ob igri vlog morebiti počutili neprijetno. Delavnico podkrepimo s trditvami, ki jih defektologinja napiše na plakat. O trditvah se pogovorimo, jih razložimo in spodbudimo udeležence, da povedo svoje mnenje.

**MOJE TELO PRIPADA MENI.**

**LAHKO SE ZANESEM NA SVOJE OBČUTKE.**

**OBSTAJAJO DOBRI, SLABI, NENAVADNI DOTIKI.**

**SMEM REČI »NE«.**

**OBSTAJAJO DOBRE IN SLABE SKRIVNOSTI.**

**SMEM PROSITI ZA POMOČ, SMEM GOVORITI O TEM, TUDI ČE MI JE NEKDO TO PREPOVEDAL.**

**Četrta igra: ZGODBICA K BESEDICI NE**

**MALI IN VELIKI »NE«**

Mali Ne sedi v parku in se baše s čokolado. Prav zares je čisto majčken, drobcen in ves tih. Mimo pride velika, debela ženska in ga vpraša: »Lahko sedem zraven tebe?« mali Ne tiho zašepeta: »Ne, prosim, rajši bi bil sam.« Velika, debela ženska nič na sliši in se usede na klop. Tedaj priteče fant in vpraša: »Lahko vzamem tvojo čokolado?« Mali Ne spet zašepeta: » Ne, rad bi jo sam pojedel.« Ampak fant ga ne sliši, vzame mu čokolado in jo začne jesti. Tedaj pride mimo moški, ki ga je mali Ne

že dostikrat videl v parku, in pravi: »Hej, mali. Tako si ljubek, ti lahko dam poljubček?« Mali Ne tretjič zašepeta: »Ne, ne maram poljubčka.« Ampak zdi se, da ga tudi moški ni razumel, kajti že stopi proti njemu in našobi ustnice za poljubček. Zdaj pa mali Ne izgubi potrpljenje in na vsa usta zavpije: »NEEEEEEE!« In spet: » NE; NE; NE! Sam hočem sedeti na svoji klopi, sam hočem pojesti čokolado, nočem, da me kdo poljublja. Takoj me pustite pri miru!« Tista velika ženska pa tudi fant in moški, ga debelo pogledajo: »Zakaj nisi tega takoj povedal?« in gredo naprej vsak po svoji poti. In kdo sedaj sedi na klopi? Ne, to ni mali Ne, to je veliki NE. Velik je, močan in glasen. Če govoriš svoj ne samo tiho in plaho, te ljudje sploh ne slišijo. Moraš reči ne jasno in glasno, tako da te vsi slišijo. »Tako je iz malega Ne zrasel veliki NE.« (Frei, 1996, str. 85)



## **DELAVNICA NA TEMO: PORNOGRAFIJA IN MLADOSTNIKI**

**Prva igra: Kaj je pornografija - razlaga pojma**

**Namen igre: Razumeti in znati razložiti pojem pornografija**

**Potreben material: Kartončki s črkami, iz katerih sestavimo besedo pornografija**

Mladostnikom razdelimo kartončke s posameznimi črkami in jih pozovemo, da naj iz vseh črk sestavijo besedo. Čas omejimo na približno pet minut, po preteku le-teh pa jih ob vodenju pripeljeva do pravilne rešitve PORNOGRAFIJA. Mladostnike razdelimo v manjše skupine (3 - 4 člani) z namenom, da poskusijo razložiti omenjeno besedo. Svoje ugotovitve, razlago pojasnijo pred celotno skupino. Ko vodja delavnic zapiše osnovne informacije, ki jih člani podajo z razlago, na tablo, nato pa skupaj izberejo najbolj ustrezno razlago danega pojma in jo skupaj dopolnijo.

**Druga igra: Pornografija in moje mnenje o njej**

**Namen igre: Spoznati namen pornografije**

**Razlikovati spolnost iz ljubezni od pornografske vsebine  
Zavedati se posledic, ki jih prinesejo takšne odločitve**

## **Potreben material: Animirani filmček "seksting" ([www.safe.si](http://www.safe.si))**

Ogledamo si kratek animirani filmček na spletu v povezavi s sekstingom ter se pogovorimo o vsebini le-tega. Pogovor postopno usmerjamo na temo pornografije, pri čemer si pomagamo z vprašanji:

- Kaj je storila ovčka v filmčku?
- Zakaj meniš, da se je odločila za takšno početje?
- Kakšne so bile posledice njenega početja?
- Kako se je ovčka počutila, ko je posnela golo fotografijo in kako, ko je izvedela, da so njeno fotografijo dobili vsi?
- Kje vse lahko vidimo gole fotografije oseb?
- Je težko najti gole fotografije na spletu? Meniš, da je prav tako?
- Kaj bi storil/a če bi na fotografiji prepoznal svojega prijatelja/ico?
- Meniš, da so pornografija samo fotografije?
- Kdaj prikazujejo pornografske filme na televiziji?
- Zakaj takšnim filmom rečemo filmi za odrasle?
- Kakšne so po tvojem mnenju lahko posledice takšnega počutja na mladostnikovo življenje, starše, prijatelje?

(V primeru, da se mladostniki na želijo izpostavljati, jim ponudimo vprašanja v pisni obliki, na katera odgovorijo pisno v paru, individualno; odgovore preberejo).

V paru izpolni tabelo pozitivne in negativne strani pornografije, kot jih vidi sam. Če želi, lahko tabelo predstavi pred skupino.

## **Tretja igra: Vpliv pornografije na mladostnike**

**Namen igre: Sklepati na vpliv pornografskih vsebin na mladostnike  
Razlikovati ustrezno vedenje do nasprotnega spola od  
neustreznega**

## **Potreben material: Dileme mladostnikov zapisane v obliki zgodbe**

Mladostnike razdelimo v dve skupini. Vsaka skupina dobi svojo zgodbo, ki jo prebere, obnovi, nato pa skuša dognati ustrezen odgovor na vprašanje. Odgovor lahko podajo tudi ob igri vlog, vendar v tem primeru uporabimo temu primerne zgodbe (na primer: prijatelja, ki se pogovarjata o pornografiji. Eden izmed prijateljev zagovarja gledanje takšnih vsebin, drugi pa temu nasprotuje). Bistveno je, da skupaj oblikujemo zaključek o pomembnih razlikah med pornografijo in ljubeznijo.

## **PRIMERI ZGOBIC ZA: VPLIV PORONGRAFIJE NA MLADOSTNIKE**

Star sem 14 let in vsak večer gledam porniče, ko starša zaspita. K sreči imam televizijo v svoji sobi. V porničih samo seksajo in nihče se ne pogovarja o ljubezni in podobnih bedarijah. Pomemben je samo seks. To je zelo kul. Želim si, da bi imel tudi jaz dobro bejbo, a ko omenim, da rad gledam porniče, mi vsaka obrne hrbet in odide proč. **Tam moškim vedno uspe dobiti žensko, zakaj meni ne?**

Stara sem 15 let, moj fant pa 16. Skupaj sva že 6 mesecev in moj fant bi rad imel spolne odnose z menoj. Redno gleda porno filme ter pravi, da je seks ful dober, in da bi rad tudi sam poskusil. Občasno me sili, da gledam porno filme z njim, čeprav si tega ne želim. V filmih ženske noro uživajo in kričijo od užitka, a se mi zdi čudno, da nikoli ne govorijo o ljubezni. Prav tako pravi, da ne potrebujeva zaščite, saj jih tudi v porničih nihče ne uporablja, in se nikoli nič ne zgodi. **Naj mu verjamem? Ali me ima resnično rad?**

## **Četrta igra: Otroška pornografija**

**Namen igre: Spoznati pojem otroška pornografija**

**Naučiti se razlikovati manipulativno vedenje odrasle osebe v smislu pretiranega zanimanja za mladostnikovo telo  
Zavedati se pomena iskanja pravočasne pomoči**

**Potreben material: Izpoved dečka v obliki zgodbe**

**Kartončki**

**Listki z imeni**

Poslušajo branje kratke zgodbe o izkušnjah desetletnega fanta. Na kartonček zapišejo prvo misel, stavek, ki jim "pade na pamet" ob poslušanju le-te. Zapis preberejo na glas in ga poskušajo razložiti.

### **PRIMER ZGODBICE: OTROŠKA PORNOGRAFIJA**

Star sem deset let. Očetov prijatelj mi nenehno kupuje igrače in me obiskuje, kadar staršev ni doma. V zameno za igrače me želi fotografirati golega. Pravi, da imam zelo lepo telo, in da so moje fotografije vseč veliko ljudem, ki si jih ogledajo na spletu. Ob golih fotografijah se počutim zelo neprijetno, a so mi igrače, ki jih dobim ful vseč. **Imam občutek, da to kar počnem ni prav - no ne vem - kaj misliš ti?**

Sledi ogled reklame, ki opozarja na morebitne pasti spleta v povezavi z otroško pornografijo: <http://www.intimatemedicine.si/seksi-humor/video-decka-odkrijeta-svet-pornografije/>

Z učenci se pogovorimo tudi o morebitnih zlorabah na spletu, predvsem navedemo primere, kako odrasli poiščejo žrtve otroške pornografije. Pri tem bodimo izvirni. Mladostnike pozovemo, naj povsem realno povedo, kako bi odreagirali v danih primerih, nato pa skupaj poiščimo rešitve, kako do tega ne bi prišlo. Predvsem pa ves čas poudarjamo, da je potrebno poiskati pomoč pri odrasli osebi, ki ji zaupajo (starši, drugi sorodniki, pedagoški delavci, anonimni telefon ...).

### **PRIMER:**

Nekdo, ki ga ne poznaš ti pošlje vabilo za prijateljstvo na facebooku. S teboj se redno dopisuje, nato pa te začne vabiti na srečanje. Ko prideš na dogovorjeno mesto, ugotoviš, da te v resnici čaka odrasel moški in ne vrstnik tvojih let, kot se je predstavil tebi na družabnem omrežju. **Kaj storiš?**

## **DELAVNICA NA TEMO: VARNA RABA INTERNETA**

### **Prva igra: Internet je "cool"**

**Namen igre: Spoznati, v kolikšni meri udeleženci uporabljajo splet  
Preveriti ali se zavedajo pasti, ki jih prinaša uporaba  
spletnih omrežij**

**Pripomočki: Seznam predlogov za varno rabo spletnih omrežij in primeri  
kršitve le-teh**

Z mladostniki pričnemo sproščen pogovor:

- Kdo izmed vas ima doma računalnik?
- Kaj vse lahko z računalnikom počnemo?
- Ali veste tudi, kaj je to internet?
- Za kaj ga uporabljamo?
- Kdo izmed vas je že bil na internetu?
- Kaj vse lahko tam počnemo in kaj lahko tam najdemo?
- Zagotovo poznate mobilne telefone. Ima kdo izmed vas svoj mobilni telefon?
- Za kaj vse uporabljate mobilni telefon?

Vprašanja prilagodimo starosti otrok v skupini, s katero delamo. Poleg tega, da na takšen način pripravimo mladostnike na temo našega srečanja, nam vprašanja pomagajo, da bolje spoznamo tudi, kakšne izkušnje imajo otroci s posameznimi tehnologijami. Dane informacije nam omogočajo ustreznejše prilagoditve pri vodenju razgovora.

Po razgovoru razdelimo udeležence na dve skupini. Vsaka skupina dobi seznam predlogov za varno rabo interneta in primere kršitev spletnih pravil. Le-ti seznam najprej preberejo, nato pa razvrstijo dane trditve v tabelo glede na lastno presojo. V primeru, ko menite, da so predlogi vsebinsko prezahtevni za razumevanje, je smiselno, da pred reševanjem preberete dane predloge in jih razložite (najprej udeleženci skupine in nato vodja).

### **Navodilo :**

Spodnje trditve razvrstite v tabelo glede na pomembnost in se pogovorite, kaj je prav, in kaj ne.

POMEMBNO	VARNO	NEPOMEMBNO

Neznancem na spletu ne razkrivam svoje zasebnosti in osebnih podatkov.

Ko naletim na neprimerno internetno vsebino, se o tem tudi pogovorim z osebo, ki ji zaupam.



Spoštujem druge uporabnike interneta, z njimi se pogovarjam tako, kakor želim, da se oni z mano.

Preko mobilnega telefona ne pošiljam svojih razgaljenih slik .

Na internetu za zabavo ne preživim več kot 1-2 uri na dan.

Sem previden pri izpolnjevanju spletnih obrazcev in ne posredujem svojih osebnih podatkov!

Prepisovanje z interneta je lahko tudi nezakonito, zato ob uporabi gradiv z interneta navedem tudi avtorja gradiva oziroma naslov spletne strani.

Preden si naložim brezplačno aplikacijo na svoj pametni telefon ali tablico, preverim, če aplikacija v ozadju ne skriva skritih stroškov. O tem se posvetujem z odraslim.

Ne razpošiljam sporočil, slik, video posnetkov, ki nekomu škodijo.

Razpošiljanje posnetkov preteпов, trpinčenja, ki jih sami prejmemo, naprej svojim prijateljem ni OK. Taka sporočila brišem oz. jih pokažem odrasli osebi, ki ji zaupam !

Moje geslo je moja skrivnost, ki je ne povem nikomur. Občasno ga spremenim.

Redno preverjam preko spletnih iskalnikov in v družabnih omrežjih, kaj je o meni objavljeno na spletu.

Elektronskih sporočil neznanih pošiljateljev ne odpiram.

Preden objavim svojo fotografijo na internetu, premislim katero fotografijo objavim, in v kakšne namene to počnem.

Na internetu objavim le tisto, za kar mi je vseeno, če vidi kdorkoli!

Preko mobilnega telefona ali interneta ne nadlegujem ali izsiljujem drugih oseb.

Če bi se to zgodilo meni, bi se takoj zaupal odrasli osebi, ki ji zaupam!

Po internetu pošiljam predloge za zmenke, saj je to najbolj varno.

Preko facebooka lahko napišem karkoli, ker me nihče ne vidi.

Za zmenke preko facebooka lahko uporabim drugo ime in priimek ter spremenim podatke.

Starši se ne smejo vtikati v moj facebook naslov.

Preko facebooka lahko druge zmerjam, saj mi nič ne morejo.

Preko facebooka lahko objavljam ocene drugih, spričevala in zgodbe o drugih, sploh, če spremenim svoje podatke.

Če poznam geslo sošolca, mu lahko spreminjam podatke.

Gesla sošolcev in sošolk redno spreminjam.

Mene ne zanima internetna stran mojih staršev.

Z učiteljico in učiteljem si redno dopisujeva preko facebooka.

Vsak dan prijatelje obveščam, kaj se dogaja na šoli, uporabljam FB in mail.

Po rangiranju trditev z mladostniki naredimo plakat o pomembnosti, nepomembnosti in varnosti podatkov, ki se mladostnikom zdijo zanimivi. Pogovorimo se o pasteh in kršitvi ali varnosti, ki jo ponuja izbrano dejanje.

## **Druga igra: Kako se zavarujem pred pastmi interneta**

**Namen igre: Spoznati načine, kako lahko reagiramo v danih situacijah  
Zavedati se pomena preventive**

**Pripomočki: Posnetki s spletne strani [www.safe.si](http://www.safe.si)  
Kartončki s primeri spletnih zlorab**

Defektologinja pozove udeležence, da si skupaj ogledajo kratke filmčke o varni rabi interneta na spletni strani [www.safe.si](http://www.safe.si), kjer si izberemo filmčke z naslednjimi naslovi:

- 1000 prijateljev (o razliki med pravimi in spletnimi prijatelji)
- nadlegovanje (neprimerni stiki in vsebine na internetu)
- mobimanija (zmerna in etična uporaba mobilnega telefona)
- mišičnjak (trpinčenje z ustvarjanjem lažnega profila na spletu)

Po vsakem filmčku pozovemo udeležence, da razložijo vsebino le-tega in jo poskušajo primerjati z realnim življenjem. Poskušamo jih opogumiti, da spregovorijo o svojih izkušnjah. Pri tem vodimo razgovor v smislu iskanja rešitev za dano izkušnjo oziroma v smislu preventive: Kaj storiti, da do tega ne bi prišlo?

Nadaljujemo s kartončki, na katerih so napisani primeri zlorabe. Udeleženec izvleče kartonček in ga prebere. Poskuša razložiti vsebino kartončka ter podati ideje za rešitev dane situacije. Na pomoč lahko priskočijo tudi drugi.

## **PRIMERI SPLETNIH ZLORAB**

Tvoj sošolec je ukradel virtualno osebnost sošolcu in jo zlorablja (pošilja naokrog neprimerne vsebine, žali, grozi, izsiljuje). Kaj mu svetuješ ?

Tvoj prijatelj žali in ustrahuje druge sošolce po Facebooku. Kako boš ukrepal?

Tvoja sošolka je na Facebooku objavila neprimerno in žaljivo vsebino o svojih učiteljih ali starših. Kako boš ukrepal ?

Tvoj prijatelj je objavil neprimerno vsebino o samemu sebi (fotografijo, podatke, video). Kako boš ukrepal ?

Ti imaš Facebook profil, čeprav še nisi star 13 let.  
Kaj na to pravijo tvoji starši ?

Tvoj sošolec je prišel v stik z osebo na internetu, ki ga spolno nadleguje.  
Kako boš ukrepal ?

Obvestili so te, da ti je neznana oseba vdrla v računalnik. Kaj boš naredil?

Opazil si, da tvoj sošolec uporablja kartico staršev za neprimerne in prekomerne nakupe po netu. Kaj boš naredil ?

Naletel si na neprimerno vsebino na internetu (pornografija, sovražni govor).  
Kaj boš naredil ?

Na spletu si opazil, da sošolka objavlja svoje gole fotografije.  
Kako boš reagiral ?

Preko Facebooka te je starejši sosed povabil v kino.  
Kaj boš naredil-a ?

S sošolci ste se preko Facebooka zmerjali , v šolo ste prišli vsi razburjeni.  
Kako boste ukrepali ?

Mama ti je zaradi slabe ocene zagrozila preko Facebooka. Kaj boš storila?

Sošolec ti je preko Facebooka sporočil, da bosta po pouku »obračunala ». Kaj boš storil-a ?

## **ZAKLJUČEK**

Udeležence prosimo, da nam povedo, kaj so se naučili od dane delavnice, kako se počutijo ... Predvsem pa jim za popotnico obnovimo, komu se lahko obrnejo po potrebno pomoč.

## DELAVNICE ZA STARŠE

Sodelovanje s starši pri ozaveščanju mladostnikov v obdobju pubertete in izzivih, ki jih le-to prinaša s seboj, je zelo žaželjeno in priporočljivo, saj starši ob sodelovanju spoznavajo metodično-didaktične pristope, spoznavajo načine dela z mladostniki, hkrati pa se poglobimo v spoznavanje dane tematike tudi z njihove strani. Pred pričetkom delavnic z mladostniki se posvetujemo tudi s starši, predvsem pa jim predstavimo vsebine in potek dela v delavnicah. Glede na želje staršev organiziramo različna izobraževanja v povezavi s puberteto in spolnostjo mladostnikov. Ena izmed teh oblik so vsekakor delavnice, ki nudijo drugačen pristop pri obravnavanju dane teme tudi pri starših. Pri tem moramo biti pozorni, da so starši pri delu v skupini sproščeni, kažejo zaupanje v člane skupine in brez pretiranega sramu izražajo svoje občutke. Oblika delavnic ni primerna za vse starše, še posebej za tiste, ki so nekoliko bolj "zaprti", so negotovi pri razgovoru glede omenjenih tem in se ne želijo izpostavljeni. V takšnih primerih je bolje poseči po drugačnih oblikah izobraževanja. Kadar pa se odločimo za delo v delavnicah, je potrebno zastavljati cilje postopno in počasi prehajati na višje nivoje. Začnemo z delavnicami za spoznavanje članov, vzpostavljanje kroga zaupanja in sproščenega vzdušja v skupini. Ko začutimo, da so člani ustvarili medsebojno zaupanje in sprejemanje, pričnemo z obravnavo zahtevnejših tem. Vsekakor pa se dogovorimo o skupnih pravilih, ki jih predlagajo člani skupine, kot tudi o postavitvi prostora in načinih srečevanja.

Pravila skupine so :

- pravilo aktivnega poslušanja (kadar nekdo govori, ga poslušamo)
- pravilo molčečnosti (stvari ostanejo v skupini)
- pravilo zaupnosti (drug drugemu zaupamo)
- vsak ima pravico reči ne (nikogar ne silimo k sodelovanju)

Kontinuiteta izvajanja delavnic je odvisna tako od vodij delavnic kot od staršev, lastne angažiranosti, aktivnosti, zanimanja in motivacije.



## **DELAVNICA NA TEMO: SREČNI STARŠI SO USPEŠNI STARŠI**

Starše pozdravimo in jim razložimo namen naših srečanj in potek prve delavnice. Leta pa je spoznavanje članov skupine. Pogovorimo se o tem, kako bomo uredili in pripravili prostor za naša srečanja, hkrati pa se dogovorimo, da bo način dela vedno potekal v krogu (starši se posedejo v krog). Člani skupine spoznajo pravila lepega vedenja in se zaobljubijo, da jih bodo spoštovali.

Pravila skupine so: Pravilo aktivnega poslušanja (kadar nekdo govori, ga poslušamo)  
Pravilo molčečnosti (stvari ostanejo v skupini)  
Pravilo zaupnosti (drug drugemu zaupamo)  
Vsak ima pravico reči ne (nikogar ne silimo k sodelovanju)

### **2.1.2 Starši se spoznamo**

**Prva igra: Ime mi je ...**

**Namen igre: Povedati svoje ime**

Vodja srečanja zaprosi starše, da v smeri urinega kazalca povedo svoje ime. Začne naključno izbrani starš.

**Druga igra: Lovljenje » ježka »**

**Namen igre: Zapomniti si imena članov skupine**

**Pripomočki: Žogica**

Igro prične član skupine, ki se prostovoljno javi. Pove svoje ime, kateremu doda pridevnik » nasmejan/a ». Nato pokliče nekoga iz skupine tako, da ponovno doda izbrani pridevnik k imenu in vrže žogico (primer: Nasmejani Peter, kliče nasmejano Alenko). Član, ki je ujel žogico, ponovi postopek. Igra traja toliko časa, da pridejo na vrsto vsi člani skupine.

**Tretja igra: Avtoportret**

**Namen igre: Narisati avtoportret**

**Interpretirati vsebino risbe**

**Povedati nekaj o drugemu**

**Opisati svoje pozitivne lastnosti**

**Pripomočki: Beli listi A4 format**

**Svinčniki**

**Lepilni trak**

**Pano**

**Platnena vrečka**

**Kartončki s številkami**

Članom skupine razdelimo papir in svinčnike. Njihova naloga je narisati avtoportret, katerega opremi z najljubšimi dejavnostmi, jedmi, oblikami družinskega in prijateljskega življenja. Udeležencem svetujemo, da naj se pri tem ne ozirajo na svoje risarske spretnosti, le-te so postranskega pomena. Po dogovorjenem času vodja pobere risbe in jih prilepi na pano. Risbe označi s številkami (glede na število udeležencev). Vsak udeleženec izžreba eno številko, razen vodje in kovodje. Tisti, ki ima številko identično številki risbe, opiše dani avtoportret in ugiba avtorja. Po interpretaciji se javi avtor risbe, ki potrdi ali ovrže ugotovitve, in po svojih željah zaupa skupini nekaj o sebi.

### **2.1.3 Vzgoja z ljubeznijo**

#### **Prva igra: Poslušaj mojo zgodbo**

##### **Namen igre: Pogovoriti se ob zgodbah**

**Podati svoje mnenje o vsebini dane zgodbe**

**Opisati podobne izkušnje s svojimi otroki na temo zgodbe**

##### **Pripomočki: Tri različne zgodbe**

**Listi A4 formata**

**Listi A3 formata**

**Pisala**

Člani skupine se prostovoljno razdelijo v tri skupine, pri tem upoštevamo število udeležencev srečanja. Vsaka skupina določi vodjo in poročevalca. Vodja razdeli zgodbe in poda navodila za delo. Člani posameznih skupin preberejo zgodbo ter podajo svoja mnenja o vsebini zgodbe. Prav tako pa je njihova naloga, da tudi sami razmislijo, kako bi ravnali v podobni situaciji pri svojem otroku. Po poteku vnaprej določenega časa, pričnemo s poročanjem o delu skupin. Poročevalec prebere zgodbo tudi drugim članom srečanja ter poda ugotovitve in mnenja skupine. Kovodja zapisuje mnenja staršev in njihove predloge na pano. Po vsakem poročanju sledi pogovor z vsemi člani srečanja. Čisto na koncu pa skupaj pregledamo ključne ugotovitve.

Naloga staršev za naslednje srečanje: Napišejo vprašanja, ki jih zanimajo v zvezi s spolnostjo, ginekologijo, zaščito, zorenjem mladostnikovega telesa in pozitivnih vzgojnih metod na razvoj posameznikove osebnosti in njegovega odnosa do spolnosti.

## **1. ZGOBICA**

Mati pri pospravljanju hčerine sobe najde pod posteljo zaprt kondom. Ob najdbi je resnično presenečena, saj je hči stara 13 let in niti pomislila ni, da bi lahko razmišljala o spolnih odnosih. Pri tem postane nekoliko panična in razmišlja, kaj naj stori.

Izberite trditev, ki se vam po vašem mnenju zdi najbolj primerna, in poskušajte pojasniti, zakaj.

1. Mogoče bi bilo bolje, da vse skupaj pustim pri miru in nič ne omenim.
2. Ti smrklja, kaj si misli koliko je stara. Ji bom že povedala svoje, ko se vrne iz šole.
3. Očitno je napočil čas, da se pogovoriva o določenih rečeh.

## 2. ZGODBICA

Na sprehodu v parku srečate staro dobro prijateljico. Ker se nista videli že kar nekaj časa, se zapleteta v daljši klepet, pri katerem vam zaupa, da je zalotila 12- letnega sina pri samozadovoljevanju v sobi. Bilo ji je tako nerodno, da je nemudoma zaprla vrata. S sinom se o dogodku nista pogovorila. Oba se pretvarjata, kot da se ni nič zgodilo.

1. Kaj svetujete prijateljici?
2. Kako bi ravnali v podobni situaciji z vašim otrokom?
3. Se vam zdi, da je samozadovoljevanje le prehodna faza v odraščanju?

## 3. ZGODBICA

Kot vsak petek, vas pokliče prijatelj/ica iz oddaljenega mesta, da poklepetata o tekočih dogodkih v tem tednu. Prijatelj/ica vam zaupa, da je doživel/a s svojim sinom neprijetno situacijo. Okoli polnoči je slišal/a televizijo iz dnevne sobe, nekoliko se je začudil/a, saj bi morali že vsi spati. Potiho je stopil/a v sobo in zagledal/a svojega 11- letnega sina med gledanjem filmov za odrasle. V trenutku ga je napodil/a iz sobe in mu zabrusil/a, da nikoli več ne sme gledati filmov s takšno vsebino.

1. Je bila reakcija prijatelja/ice ustrezna?
2. Kako bi sami ravnali v podobni situaciji?
3. Menite, da takšni filmi odražajo realno spolnost?
4. Je sploh primerno, da se otroci srečajo s takšnimi temami?



## **DELAVNICA NA TEMO: TELESNI, DUŠEVNI IN DRUŽBENI VIDIK SPOLNOSTI**

### **1.7.1 Popolnoma normalno**

#### **Prva igra: Moje mnenje**

**Namen igre: Opredeliti samozadovoljevanje kot pozitivno ali negativno početje  
Razložiti svoje mnenje  
Spoznati, kako lasten odnos do spolnosti vpliva na oblikovanje mnenja našega otroka do spolnosti**

**Pripomočki: Odlomek zgodbe iz knjige Dese Muck: Blazno resno o seksu  
Vprašalnik  
Pisala  
Šeleshamer**

Starše razdelimo v dve skupini in jim damo zgodbo. Vsak starš si prebere zgodbo, pri tem pa si vzame dovolj časa za branje in razumevanje le-te. Poleg odlomka zgodbe, jim razdelimo še kratek vprašalnik o samozadovoljevanju. Vprašalnik reši vsak član zase. Ta jim je v pomoč pri oblikovanju svojega mnenja na to temo. Skupini določita zapisovalca, ki zapiše odgovore, poročevalec pa poroča o delu skupine. Skupaj si ogledamo končni izdelek obeh skupin in primerjamo njihova mnenja. Poiščemo skupne točke. Ustavimo se tam, kjer so mnenja zelo različna. Defektologinja si pri vodenju razgovora pomaga z naslednjimi vprašanji:

- Kako se počutite sedaj, ko ste prebrali to zgodbo?
- Kako bi vi reagirali v dani situaciji?
- Kaj menite o samozadovoljevanju?
- Kako ste se doma z mladostnikom pogovorili o tem problemu?
- Če se še niste pogovorili, zakaj tega niste storili, in kaj sedaj nameravate storiti?
- Kako meniti, da se vaš odnos do spolnosti kaže v dojetanju spolnosti vašega mladostnika/ce?

Po opravljenem delu naredimo kratek odmor.

### **ODLOMEK IZ KNJIGE DESE MUCK: BLAZNO RESNO O SEKSU**

»In Fredi? Njegovo seksualno življenje je doživelo prvi stres. Sedel je v kopalnici in mislil na Tino in nekaj počel. O.K., ne bom se delala fino – samozadovoljeval se je. Toda, pozabil je zakleniti vrata kopalnice in noter je nič hudega sluteč vkorakala njegova mama (res je, vedno so mame). Oba sta izbuljila oči in mamo je odneslo nazaj na hodnik. Stekla je k očetu in tarnala: »Ježeš, kaj pa zdaj?!!! Misliš, da bi se morala pogovoriti z njim? Ti povej! Ti si moški!«  
»Najbolje, da se delava, kot da nisi nič videla!«



Fredi jo je poceni odnesel. Ko sem bila vaših let, je naša sošolka Vesna hodila vsa zelena v šolo. Neprestano jo je nekaj bolelo. Ko smo ji končno rekly, naj že vendar zgine k zdravniku ali pa naj neha jamrat, nam je vsa sesuta zaupala: »Raka imam.« Povedala nam je, da jo je mama zalotila med samozadovoljevanjem in ji rekla, da se od tega dobi raka.

»Jaz pa to počnem že nekaj let...in...čutim, da sem že precej na koncu, »je strto končala svojo pripoved.« (Muck, 1994, str.54).

**VPRAŠALNIK: KAKŠNO JE VAŠE MNENJE O SAMOZADOVOLJEVANJU? Pri naslednjih vprašanjih odgovorite DA, NE, NE VEM.**

1. V začetku pubertetnega odraščanja se samozadovoljuje večina mladostnikov. \_\_\_\_\_
2. Samozadovoljujejo se tako dekleta kot fantje. \_\_\_\_\_
3. Vsak spol doživlja intimnost samozadovoljevanja na svoj način. \_\_\_\_\_
4. Dekleta o samozadovoljevanju govorijo javno in se včasih s tem tudi hvalijo, fantom pa je bolj nerodno in redko povejo v javnosti o svojem intimnem početju. \_\_\_\_\_
5. Če se dekle samozadovoljuje, je nevarno, da bo neplodno. \_\_\_\_\_
6. Če se fant samozadovoljuje, vpliva to početje na njegovo spolno dozorevanje in dobi prvi nočni izliv pozno in ima v življenju probleme z erekcijo. \_\_\_\_\_
7. Samozadovoljevanje je grda razvada razvajenih najstnikov. \_\_\_\_\_
8. Samozadovoljevanje je zelo pomembna in koristna faza v spolnem razvoju mladostnikov, saj na tak način spoznavajo svoje telo, spolne organe in njihov odziv na draženje. \_\_\_\_\_
9. Pri samozadovoljevanju ni mogoče doseči orgazma.- \_\_\_\_\_
10. Kdor je začel s samozadovoljevanjem že v puberteti, s tem nikoli ne neha, tudi če ima kasneje stalnega partnerja. \_\_\_\_\_

(Približanje zdrave spolnosti najstnikom, Katarina Vodopivec, 2003, str. 51)

### 1.7.2 Moj otrok spoznava telesne užitke; pogovor z medicinsko sestro z oddelka za ginekologijo

Starše povabimo, da se usedejo v krog, svoja predhodno napisana vprašanja, pa oddajo v škatlico na mizi. Predstavimo medicinsko sestro, ki bo staršem odgovarjala na njihova vprašanja. Poskrbimo, da pogovor poteka v prijetnem, sproščenem vzdušju.



#### DELAVNICA NA TEMO: ŽELIM RESNICO

**Prva igra: Igrajmo se starše in otroke**

**Namen igre: Vživeti se v vlogo mladostnika**

**Ovrednotiti vlogo starša, mladostnika pri pogovoru o spolnosti**

**Spoznati pomembnost takšnega pogovora za starše in mladostnike**

**Pripomočki: Kartončki z vprašanji  
Škatlica**

Starše prosimo, da se razdelijo v skupini s podobnim številom članov. Defektologinja jim poda nazorna navodila za delo. Prva skupina prevzame vlogo staršev, druga skupina pa vlogo mladostnika. Skupina mladostnikov vleče kartončke z vprašanji in jih postavlja »staršem«. Le-ti se morajo pri odgovarjanju na vprašanja čim bolj potruditi. Če mladostniki niso zadovoljni z odgovorom, lahko staršem postavijo tudi podvprašanja. Po 15 – 20 minutah skupini zamenjata vlogi. Ob koncu se pogovorimo:

- Kako ste se počutili v vlogi starša, mladostnika?
- V kateri vlogi ste se bolje počutili in zakaj?
- Kaj ste o sebi spoznali pri tej igri?
- Kakšno mnenje imate sedaj o pogovoru o spolnosti z mladostnikom?
- Ali je težko biti starš in zakaj?
- Ali je težko biti mladostnik in zakaj?
- Ali bi znali prepoznati pravi trenutek za pogovor o spolnosti?
- Kako bi prepoznali ustrezen trenutek za pogovor?

Mladostnik (starši) v igri vlog postavlja naslednja vprašanja :

- Kako vem, da sem zaljubljena ?
- Zakaj imam menstruacijo ?
- Kaj so to mokre sanje ?
- Kdaj lahko zanosim ?
- Kaj je to zaščita ?
- Kaj je samozadovoljevanje ?
- Kaj se dogaja pri spolnem odnosu ?
- Zakaj še nimam menstruacije, ko jo druga dekleta že imajo ?
- Kdaj je pravi čas za prvi poljub ?
- Kako se uporabi kondom ?

### **Druga igra: Dokončaj stavek**

**Namen igre: Dokončati stavek na osnovi svojih izkušenj**

**Razložiti dane stavke**

**Ovrednotiti njihovo zahtevnost pri dopolnjevanju**

**Pripomočki: Nedokončani stavki**

**Pisala**

Staršem razdelimo list z nedokončanimi stavki, ki jih vsak zase dopolni. Starš piše na svojem prostoru brez konzultacij z drugimi. Prebere svoje dopolnjene stavke in jih pojasni. Pove, katere stavke je lažje/težje dopolnil. Prav tako pa pojasni ali je imel več težav pri dopolnjevanju pozitivnih oziroma negativnih trditev.

**Dopolnite sledeče povedi.**

1. Srečen/a sem, zato ker \_\_\_\_\_.
2. Vesel/a sem, zato ker \_\_\_\_\_.

3. Spoštujem se, zato ker \_\_\_\_\_.
4. Svoboden/a sem, zato ker \_\_\_\_\_.
5. Priznavam si, zato ker \_\_\_\_\_.

1. Mladostnika poslušam, ker \_\_\_\_\_.
2. Mladostniku zaupam, ker \_\_\_\_\_.
3. Mladostniku dovolim \_\_\_\_\_, ker \_\_\_\_\_.
4. Mladostniku ponudim \_\_\_\_\_, ker \_\_\_\_\_.
5. Mladostnika imam rad/a, ker \_\_\_\_\_.

1. Neprijetno se počutim, kadar me mladostnik \_\_\_\_\_.
2. Sram me je, kadar mladostnik \_\_\_\_\_.
3. Vesel/a sem, kadar mladostnik \_\_\_\_\_.
4. Žalosten/a sem, kadar mladostnik \_\_\_\_\_.
5. Izogibam se pogovoru, kadar mladostnik \_\_\_\_\_.

1. \_\_\_\_\_, kadar se mi otrok zlaže.
2. \_\_\_\_\_, kadar je mojega otroka sram.
3. \_\_\_\_\_, kadar je moj otrok ljubosumen.
4. \_\_\_\_\_, kadar je moj otrok nesramen do drugih.
5. \_\_\_\_\_, kadar me otrok sprašuje o spolnosti.

## **DELAVNICA NA TEMO: OTROKOM PRIJAZNEJŠI INTERNET**

### **Prva igra: Ali prepoznam oblike spletnega nasilja in zlorab?**

**Namen igre: Prepoznati različne oblike spletnega nasilja in zlorab  
Znati predstaviti dane oblike spletnega nasilja otrokom,  
mladostnikom  
Naučiti se ustreznega ukrepanja ob morebitnem spletnem  
nasilju**

**Pripomočki: Kratki filmčki o spletnem nasilju (safe.si)  
Kartončki z zapisanimi oblikami neustrezne uporabe spleta**

S starši pričnemo povsem sproščen pogovor o uporabi tehnologije v vsakdanjem življenju. Predvsem jih pozovemo, da nam pojasnijo, kaj jim pomeni računalnik, tablica, mobilni telefon. Na šaljiv način jih povprašamo, koliko časa bi zdržali brez omenjenih predmetov, oziroma kateremu bi se najlažje odpovedali. Pogovor postopno usmerjamo v mladostnike in uporabo spletnega omrežja. Starši, ki želijo, lahko povedo, koliko časa njihovi otroci preživijo za računalnikom, zakaj ga uporabljajo ter ali vršijo nadzor nad uporabo le-tega. Razdelimo jim listke z vprašanji

o spletni zlorabi, na katere odgovorijo, in če želijo predstavijo odgovore pred skupino. VPRAŠANJA:

- Ste že slišali za pojma spletna zloraba in spletno nasilje?
- Poskušajte s svojimi besedami razložiti zapisana pojma?
- Ali ste doma poskrbeli za varno rabo spleta?

Nato si ogledamo izbrane filmčke s spletne strani: [www. safe.si](http://www.safe.si). Po vsakem filmčku opredelimo obliko spletne zlorabe in nasilja ter poskušamo poiskati rešitve. Predlagani filmčki: FOTO ALBUM - neprijetne posledice objavljanja fotografij na internetu, BREZ KOŽUŠČKA - objavljanje fotografij in videov z razgaljenimi deli telesa, SKRIVNI PRIJATELJ - navezovanje stikov z namenom spolne zlorabe, KEPANJE - snemanje nasilnih in ponižujočih prizorov, MAŠKARADA - lažno predstavljanje na internetu. Število filmčkov je odvisno od zanimanja staršev, vsekakor pa je priporočljivo, da jih ni preveč. Namesto filmčkov ali v kombinaciji z njimi, lahko uporabimo primere spletnih zlorab zapisanih na kartončkih, ki jih starši preberejo ter skupaj opredelijo težavno vedenje in nanizajo morebitne rešitve.

## **Druga igra: 10 zmot o otrocih in internetu**

**Namen igre: Prepoznati napačna prepričanja o tveganjih in nevarnostih pri uporabi spleta s strani otrok**  
**Poiskati ustrezno alternativo zmotnemu mišljenju**

### **Pripomočki: List s petimi primeri zmotnega mišljenja**

Starše na osnovi žrebanja razdelimo v dve skupini (parna, neparna števila). Vsaka skupina prejme list s petimi trditvami. Člani skupine preberejo dane trditve ter se pogovorijo o njih v smislu ali tudi sami mislijo tako, poiščejo alternativo dani trditvi, ideje za ukrepanje v posameznih primerih. Po približno desetih minutah predstavijo dane mite in svoje ugotovitve pred celotno skupino. Vodja delavnic spodbuja in usmerja komunikacijo med člani, predvsem pa skrbi za sproščeno, zaupljivo vzdušje.

#### **1. LIST**

Otroci obvladajo internet bolje kot starši. Sami ga ne moremo ničesar naučiti.

Če je na internetu, počne nekaj pametnega.

Filtri za preprečevanje neustreznih spletnih vsebin so prava rešitev za zaposlene starše.

Pedofili in drugi nadlegovalci so največja nevarnost na spletu.

Računalniške igre naredijo otroka nasilnega in samotarskega.

## 2. LIST

Mobilni telefoni so manj nevarni kot računalniki.

Mlajši od 13 let ne morejo uporabljati družabnih omrežij.

Vsi gledajo internetno pornografijo.

Vsakodnevna tveganja so se preselila na internet.

Če imam računalnik v dnevni sobi, ne more do neustreznih vsebin.

(povzeto po <http://safe.si/gradiva-in-orodja/egradiva/prirocnik-za-starse-napotki-za-otrokom-prijaznejsi-internet>)

### **Tretja igra: 10 nasvetov za varno rabo interneta**

**Namen igre: Spoznati načine preventive za varno rabo interneta  
Ozavestiti pomen varne rabe interneta**

#### **Pripomočki: Kartončki z nasveti**

Starši izvečejo kartončke z nasveti za varno rabo interneta. Preberejo zapisan nasvet, nato pa se pogovorimo o pomenu, namenu danega zapisa in o realnih možnostih izvedbe le-tega v domačem okolju.

#### **Nasveti za varno rabo interneta:**

1. Zaščitite svoj računalnik in mobilno napravo s **požarnim zidom** in **protivirusnim programom**, ki ga redno posodablajte. Če tega ne zmorete sami, poiščite pomoč.
2. Računalnik postavite v **dnevni prostor** ter skupaj s svojimi otroki raziskujte internet. Pustite jim, da vas tudi oni naučijo česa o novih tehnologijah.
3. Določite družinska pravila, **koliko prostega časa na dan ali na teden** lahko otroci preživijo na internetu oz. z mobilno napravo.
4. Naj prepoved interneta ne bo način reševanja morebitnih težav. Z otroki **vzpostavite dialog** o tem, kaj počnejo na spletu. Otroci naj zaupajo svojim občutkom – če jim je zaradi česar koli na internetu neprijetno, naj vam o tem povedo.
5. Otroci naj na internetu ne objavljajo svojega **naslova, telefonske številke, naslova elektronske pošte, šole, ki jo obiskujejo, in drugih osebnih informacij**. Kjer se da, naj uporabljajo vzdevek, ki ne razkriva njihove identitete.

6. **Nadlegovanje, trpinčenje** preko spleta in drugih tehnologij je nedopustno. Naučite svoje otroke, da pravila lepega obnašanja veljajo tudi na spletu. Učite jih, da je razlika med tem, kaj je prav in kaj ne, na internetu enaka kot v resničnem življenju.

7. Otroke poučite, da sta posedovanje in uporaba **piratskih kopij** računalniških programov, filmov in glasbe nezakonita. Pojasnite jim, da je nezakonito presnemavanje rezultatov dela drugih ljudi povsem enako, kot če bi to ukradli v trgovini.

8. Otroke učite, da ni nujno, da vse, kar preberejo ali vidijo na internetu, tudi drži. Spodbujajte jih, naj vas, če niso prepričani, vprašajo in **preverijo še druge vire**.

9. Otrokom **prepovejte, da bi se brez vaše vednosti sestajali s »prijatelji« z interneta**. Pojasnite jim, da internetni prijatelji morda niso to, za kar se izdajajo.

10. Zavedajte se, da noben **filter za neprimerno vsebino** ni 100-odstoten. Filtri so morda primerna rešitev za mlajše otroke, pri večjih pa se ni priporočljivo zanašati nanje. Otrok bo slej ko prej naletel na določene vsebine (pri prijatelju, v knjižnici) – morda je bolje, da ste takrat poleg.

(<http://safe.si/podrocja/vzgoja-in-nadzor-za-starse/10-naj-nasvetov-za-starse>)

**Ob koncu srečanja jim ponudimo manjšo brošuro z zapisanimi nasveti za varno rabo interneta in spletnimi naslovi:**

**[www.safe.si](http://www.safe.si)**

**[www.spletno-okno.si](http://www.spletno-okno.si)**

**TOM telefon: 116 - 111**

## ZAKLJUČEK

### **Sodelovanje s starši in mladostniki v Osnovni šoli s prilagojenim programom Glazija.**

Ko sva razmišljali o poteku najinih delavnic z mladostniki in starši, nisva niti v sanjah pomislili na tolikšno zanimanje. Drugačno delo, bolj intimen pristop k problematiki mladostnikov in vprašanih staršev, naju je vodilo k prvim stopnicam sodelovanja v delavnicah, tako v posebnem programu kot tudi v "šolskem" programu.

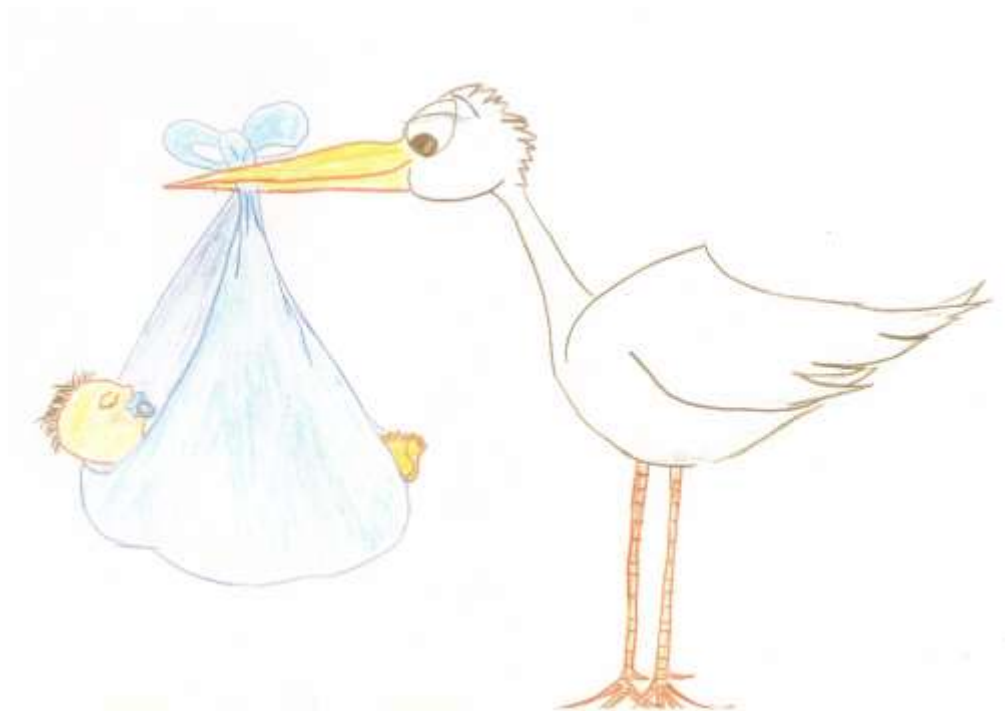
Sodelovanje v skupini nama je predstavljalo izziv, saj sva porabili veliko časa za organizacijo dela, priprave, pridobivanje ustreznega materiala in navsezadnje tudi za najine dileme in bojzani glede izbora teme in oblike dela. Aktivnosti, ki sva jih izvedli, so pripomogle k boljšemu soočanju staršev s težavami in vprašanji o spolnosti, ki zanimajo njihove najstnike.

Odziv mladostnikov na delo v delavnicah je bil pozitiven. Z zanimanjem so spremljali in izvajali dane aktivnosti ter s tem pridobili pozitivne izkušnje pri skupinskem delu. Spoštovali so dana pravila in se ravnali po njih, zato je delo v skupini potekalo sproščeno v medsebojnem zaupanju. Z izvedbo omenjenih delavnic sva resnično zadovoljni. Obe sva imeli možnost osebno in strokovno rasti, s tem pa sva tudi staršem in mladostnikom ponudili možnost za razširjanje obzorja spoznanj na svež in didaktično zanimiv način.

Ustvarjanje okolja za otroke, da se lahko izrazijo tudi o perečih temah, je ključnega pomena za proces vzgoje in izobraževanja. Posodabljanje in spremljanje tem, ki obkrožajo nas in naše mladostnike pa je v učno-vzgojnem procesu nuja.

Vsem, ki se bodo lotili delavnic, želiva veliko ustvarjalnih navdihov.

Vesna in Aleksandra





## MNENJA MLADOSTNIKOV O DELAVNICAH

Všeč mi je bilo, da sem se naučila veliko o puberteti in spolnosti, ker nisem vedela česa smem in česa ne smem. Želim si, da bi bile delavnice tudi naslednje šolsko leto. Počutila sem se prijetno. (Deniza OŠPP)

Delavnice o puberteti so mi bile všeč in poučne. Želim si, da bi jih imeli vsako leto. Počutil sem se odlično, ker sem se vsak petek naučil nekaj novega. (David OŠPP).

O delavnicah si mislim, da so koristne in "fajne". Naučil sem se veliko novega. Na začetku mi je bilo nerodno, sedaj pa nič več. Želim, da bi z delavnicami nadaljevali. (Sandi OŠPP)

Naučila sem se veliko o telesu, in kdaj je primerno imeti spolne odnose. Zanimiva delavnica je bila tudi o spolnem nasilju. (Ana OŠPP)

Naučila sem se veliko, ker prej nisem ničesar vedela o puberteti in spolnosti. Želim si, da se delavnice ne bi nikoli končala. (Tjaša OŠPP)

Sem brez besed, tako je bilo "fajn". Naučil sem se, kdaj bom postal moški. (Žan OŠPP)

Všeč mi je, ker se pogovarjamo o čustvih, puberteti, zaščiti. Imela sem se lepo. Hvala vam, da ste mi povedali stvari, ki me zanimajo. (Sabina, vzgojna skupina posebni program)

Želim si, da bi delavnice imeli dvakrat na teden. Bilo mi je "fajn", ker smo se učili zanimive stvari in se družili. (Maja, vzgojna skupina OŠPP)

Bilo je super. Pogovarjali smo se o ljubezni, prijateljstvu, zaščiti, nosečnosti, kot tudi o spolni zlorabi. Delavnice ocenjujem s čisto desetko. (Amela, vzgojna skupina OŠPP)

Izvedela sem nove stvari o mojem telesu, ki me zanimajo. Zdaj vem, da spolnost ni takšna, kot sem mislila, da je. (Lavra, OŠPP).

Rad sodelujem pri delavnicah in se pogovarjam o spolnosti. Ni me sram. Doma se ne bi mogel tako pogovarjati o tej temi. (Muhamet, OŠPP).

Na začetku nama je bilo nerodno. Sedaj pa si tudi sami izposodiva knjige na temo spolnega zorenja, pubertete. (Janja in Natalija, OŠPP)

Na delavnicah o spolnosti mi je bilo všeč. Izvedela sem za razliko med spoloma. Izvedela sem veliko o človeškem telesu. (Sabina, posebni program)

## MNENJA STARŠEV O DELAVNICAH

Že doma se pogovarjamo o puberteti, spolnosti in Ana je navdušena nad izbranimi temami. Otroci v šoli drugače dojemajo takšen pogovor kot doma. O delavnicah je pripovedovala tudi doma, predvsem v smislu, kaj se je naučila v šoli. Še veliko takšnih delavnic v bodoče ... (gospa Mateja)

Menim, da so delavnice potrebne zaradi tega, ker otroci nekaterih stvari ne povedo staršem (jim je bolj nerodno). Pri delavnicah se bolj sprostijo in se več pogovarjajo ter se bolje spoznavajo med seboj. (gospa Josipa)

Delavnice otroke temeljito poučijo, kaj se z njimi dogaja v času pubertete. (gospa Marija)

Delavnice so pomembne, ker pripomorejo k lepšemu vedenju otrok v času pubertete. (gospa Mojca)

Dobro je, da otroci vedo kako in kaj. Da so obveščeni. (gospod Mustafa)

Ob delavnicah otroci lažje razumejo svoje telo in s tem tudi svoje občutke. Raste jim samopodoba, spoznavajo, da smo si ljudje različni in lažje sprejemajo zunanji izgled posameznika. (gospa Zdenka)

Delavnice na temo zorenja mladostnikov bi bilo potrebno uvesti v vzgojno izobraževalni proces. (gospa Nina)

Delavnice predstavljajo osnovne informacije, ki jih mora otrok vedeti o zorenju lastnega telesa, saj se ves čas s tem sooča. Neznanje o dani temi lahko privede do hudih posledic. (gospa Elvira)

Prav je, da mladostniki izvedo informacije o zorenju telesa iz več virov. Včasih so rekli: " Več ljudi, več ve". (gospa Hermina)

Menim, da jim učitelji na primeren način predstavijo zorenje telesa. Starši se z otrokom tudi pogovarjamo o tej temi, če jim le ni neprijetno, da jo slišijo od nas. (gospa Irena)

Menim, da je Lara z delavnicami pridobila znanje v povezavi z zorenjem telesa, zaščito, spolno zlorabo, ki ji je ostalo vse do danes (Lara je delavnice obiskovala pred dvema letoma). Tudi doma se veliko pogovarjava o marsikateri zadevi v povezavi z odraščanjem, predvsem pa jo učim, da se mora takoj obrniti name ali učitelje, če bi se zgodilo karkoli nepredvidljivega. Zato je še toliko bolj pomembno, da se z delavnicami nadaljuje v vseh razredih, saj ti to znanje pride prav v življenju. (gospa Petra)

Moj otrok je z delavnicami pridobil veliko znanja, ko jih je pred leti obiskoval. Vsekakor je prav in potrebno, da se z njimi nadaljuje. (gospa Jasminka)

## MNENJA UČITELJEV O IZVAJANJU DELAVNIC

Učenci so na začetku ure nekoliko sramežljivi, nato pa se sprostijo ter lepo sodelujejo pri urah. Mnogi izmed njih se tovrstnih tem ne lotevajo v domačem okolju. Spolnost jih zelo zanima. Pri vodenem razgovoru lahko pomagamo mladostnikom oblikovati drugačne predstave o spolnosti kot so si jih ustvarili iz medijev. Večina mladostnikov tudi ne pozna sprememb, ki se jim dogajajo pri vstopu v puberteto, ob ustreznem vodenju se podučijo o spremembah na telesu. Pomembni se mi zdijo tudi razgovori o čustvovanju ter o željah in mejah mladostnika. Učijo se prepoznati in izraziti svoja čustva, ki so v tem obdobju zelo vihrava. Učenci so se tudi na konkretni ravni prvič srečali s kontracepcijo ter si tako lažje predstavljali ustrezno zaščito.

Mladostniki so pri svojem odzivanju zelo spontani. Menim, da jim delavnice pomagajo pri razumevanju vseh sprememb (tako telesnih kot čustvenih), ki se jim dogajajo. Delavnice toplo priporočam za vse učence, ki se srečujejo s puberteto. (Matejka Boben, prof.def., OŠPP)

Na začetku šolskega leta sem bila popolnoma neobremnjena ali so delavnice potrebne ali ne. Niti nisem razmišljala ali je to za naše najstnike potrebno, ali bi jim bilo to všeč. Po nekaj srečanjih pa se je izkazalo, da učenci radi obiskujejo in sodelujejo pri delavnicah. Spoznala sem, da so delavnice več kot dobrodošle. Mladostniki se radi pogovarjajo o tem, še raje pa so aktivni. Menim, da je smiselno nadaljevati s tovrstnim delom. (Sandra Zelko Sitar, vzgojiteljica v domu)

Ko sem imela delavnice o spolnosti v svoji skupini sem zaznala, da ta tematika učence zelo zanima. In to tako učence z višjimi kot tudi tiste z nižjimi intelektualnimi sposobnostmi. Učenci so mi povedali, da se o spolnosti doma s starši zelo malo oziroma nič ne pogovarjajo. Jih pa seveda to zanima, saj te stvari tudi sami doživljajo in občutijo. Ob pogovoru jim je bilo na začetku nerodno, po večkratnem sodelovanju pa so se sprostili. Seveda pa sproščen pogovor o spolnosti mora predhodno temeljiti na dobrem sodelovanju in spoštljivem odnosu med učenci in učiteljem. Menim, da bi bila TEMA O SPOLNOSTI v učnem načrtu za učence dobra popotnica za kasnejše življenje. (Karmen Šertel Pantner, prof. def., PP)

## LITERATURA

- Haffner, W. D. (2000). *Od pleníc do zmenkov*. Tržič: Učila International.
- Crossick, M. (2011). *Fantje, tako gre to pri nas*. Tržič: Učila International.
- Frith, A. (2007). *Kaj se dogaja z mano*. Ljubljana: Karantanija.
- Lhote, O., Berthement, F., Fournier, M., Hamonic, V. (2008). *Hura za fante*. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije.
- Elfyn, M. (1997). *Roke stran*. Ljubljana: Društvo za razvijanje preventivnega in prostovoljnega dela.
- Weber, U. (2009). *Vse o spolnosti za fante*. Tržič: Učila International.
- Semelin, J. (2000). *Kako sem hčerkama razložil nenasilje*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Frei, K. (1996). *Spolna zloraba: z odkrito besedo do varnosti*. Ljubljana: Kres.
- Ipavec, D. (1999). *Celostna spolna vzgoja*. Ljubljana: Spes.
- Kopietz, G. (2002). *SOS za mularijo: mega kul leksikon od A do Ž*. Radovljica: Didakta.
- Raith-Paula, E. (2003). *Kaj se dogaja v mojem telesu*. Ljubljana: Mladinska knjiga Založba.
- Fenwick, E., Walker, R. (1996). *Čisto zares o seksu*. Ljubljana: Mladinska knjiga Založba.
- Pautsch, S., Pautsch, O. (2012). *Skrivni leksikon za punce*. Ljubljana: Mladinska knjiga Založba.
- Fisher, N. (2002). *Živeti z lulčkom*. Ljubljana: Karantanija.
- Carrell, S. (2002). *Skupinske aktivnosti za mladostnike*. Ljubljana: Institut za psihologijo osebnosti.
- Muck, D. (2010). *Blazno resno o seksu*. Ljubljana: Mladinska knjiga Založba.
- Hirscher, P. (2005). *Samo za dekleta*. Tržič: Učila International.
- Parker, S. (2006). *Razmnoževanje*. Ljubljana: Založba Grlica.
- Husch, T. (2002). *Ej fant: 1000 odgovorov na tvoja vprašanja*. Ljubljana: Učila International.
- Schuster, G. (2004). *Ej, punca: 1000 odgovorov na tvoja vprašanja*. Ljubljana: Učila International.
- Polak, A. (2001). *Aktivnosti za spodbujanje in razvijanje timskega dela*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Maxwell, C. J. (2003). *17 nespornih zakonov o skupinskem delu*. Ljubljana: Lisac@Lisac.
- Vodopivec, K. (2003). *Približanje zdrave spolnosti najstnikom*. Ljubljana: Zveza prijateljev maline Slovenije.
- <http://www.amnesty.si/>
- <http://www.safe.si/>
- <http://www.intimatemedicine.si/seksi-humor/video-decka-odkrijeta-svet-pornografije/>
- <http://www.tosemjaz.net/si/clanki/category.html>
- <http://www.bbchiarodiluna.it/> (slika na naslovnici)