

**ΠΡΟΤΑΣΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ -
ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΝΟΗΤΙΚΕΣ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΥΤΙΣΤΙΚΟΥ
ΦΑΣΜΑΤΟΣ**

A. Στόχοι

- Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση πληθυσμού στόχου για την σημασία της Σεξουαλικής Αγωγής σε ΑμεΝΑ
- Εμπλουτισμός γνώσεων ΑμεΝΑ
- Βελτίωση και γενίκευση κοινωνικών δεξιοτήτων των ΑμεΝΑ. Μείωση δυσλειτουργικών συμπεριφορών, δημιουργία ποιοτικότερων σχέσεων
- Αποτροπή περιστατικών βίας, σεξουαλικής παρενόχλησης ή/ και κακοποίησης

B. Μεθοδολογία

Το προτεινόμενο πρόγραμμα ενδείκνυται να δουλεύεται κυρίως μέσα σε ομάδες- τάξεις από δύο εκπαιδευτικούς ή ειδικούς θεραπευτές ή ειδικούς ψυχικής υγείας. Οι λόγοι που χρειάζονται δύο επαγγελματίες ως συντονιστές των ομάδων είναι οι εξής :

- > Τα θέματα τα σχετικά με την σεξουαλικότητα που θα διαπραγματεύονται κατά την διάρκεια των συναντήσεων άπτονται ευαίσθητων προσωπικών δεδομένων. Οπότε διασφαλίζεται η δεοντολογία και η επαγγελματική ακεραιότητα των συντονιστών εφόσον παρίστανται δύο στις συναντήσεις.
- > Προτείνεται να υπάρχει ένας τουλάχιστον συντονιστής του ιδίου φύλου με τους εκπαιδευόμενους ε.
- > Όταν είναι δύο οι συντονιστές μπορούν να διαχειριστούν μεγαλύτερο αριθμό συμμετεχόντων.

Προτείνεται οι ομάδες των ΑμεΝΑ που θα συμμετέχουν να είναι αμιγώς αντρικές ή γυναικείες, ώστε να συζητούνται με μεγαλύτερη ανάλυση και άνεση κάποια θέματα που αφορούν την λειτουργικότητα του κάθε φύλου. Δεν είναι όμως απαγορευτικό να είναι μεικτές οι ομάδες.

Οι ενότητες αποτελούνται από το θεωρητικό μέρος το οποίο μπορεί να παρουσιάζεται με διαφάνειες Power Point, σχεδιαγράμματα, απλούς ή διαδραστικούς πίνακες, παραδείγματα από εικόνες, βίντεο κλπ.

Το βιωματικό κομμάτι το οποίο αξιολογείται όχι απλώς ως σημαντικό αλλά ως απαραίτητο διότι μόνο μέσα από βιωματική μάθηση αποτυπώνονται οι νέες δεξιότητες και γνώσεις στα ΑμεΝΑ, υλοποιείται μέσα από παιχνίδια ρόλων, κατασκευές με εικαστικά υλικά (πλαστελίνες, κολλάζ, ζωγραφική, σχέδια), έντυπες ασκήσεις. Στη συνέχεια της παρούσας πρότασης, συμπεριλαμβάνεται αναλυτική παρουσίαση της μεθοδολογίας ανά εκπαιδευτική ενότητα.

Οι ενημερώσεις εκπαιδευτικών, επαγγελματιών και γονέων μπορούν να υλοποιηθούν με διοργάνωση ενημερωτικών συναντήσεων και επίσης βιωματικών εργαστηρίων.

Κατά την πιλοτική, εφόσον υπάρξει, εφαρμογή του, αλλά και μετέπειτα σε τακτά χρονικά διαστήματα χρειάζεται να αξιολογείται η λειτουργικότητα και αποτελεσματικότητά του από όλους τους εμπλεκόμενους (μαθητές ΑμεΝα, συντονιστικές ομάδες, εκπαιδευτικούς, ειδικούς ψυχικής υγείας, γονείς)

Γ. Πληθυσμοί στόχοι

Η παρούσα πρόταση για υλοποίηση προγραμμάτων Σεξουαλικής Αγωγής για ΑμεΝΑ απευθύνεται προς

1. Εφήβους και νεαρούς ενήλικες με Νοητική Αναπηρία και Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος
2. Γονείς παιδιών, εφήβων και ενήλικων ατόμων με Νοητικές Αναπηρίες και Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος
3. Συλλόγους Εκπαιδευτικών Ειδικής Αγωγής
4. Συλλόγους Γονέων

Το πρόγραμμα Σεξουαλικής και αναπαραγωγικής Υγείας για ΑμεΝα δύναται να υλοποιηθεί από τις παρακάτω ειδικότητες επαγγελματιών.

- Εκπαιδευτικούς ειδικών και γενικών σχολείων
- Ψυχολόγους
- Κοινωνικούς Λειτουργούς
- Παιδαγωγούς και Ειδικούς Παιδαγωγούς
- Λογοθεραπευτές
- Εργοθεραπευτές
- Επισκέπτες Υγείας
- Νοσηλευτές/ Μαίες

Δ. Απαιτούμενα χαρακτηριστικά επαγγελματιών

Οι εκπαιδευτικοί και ειδικοί θεραπευτές ψυχικής υγείας , οι οποίοι θα εγκριθούν να υλοποιήσουν το Πρόγραμμα Κοινωνικών Δεξιοτήτων και Σεξουαλικής Υγείας για ΑμεΝΑ, χρειάζεται να πληρούν τα εξής κριτήρια :

1. Προπτυχιακή ή μεταπτυχιακή ή επισήμως αναγνωρισμένη κατάρτιση/ εξειδίκευση στην εκπαίδευση/ θεραπευτική παρέμβαση για ΑμεΝΑ / Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος
2. Τουλάχιστον τριετή προϋπηρεσία εργασίας με ΑμεΝΑ
3. Να έχουν παρακολουθήσει η συμμετάσχει σε σεμινάρια/ ομάδες όπου ο τρόπος εργασίας ήταν βιωματικός

Ε. Αρχική Ενημέρωση- Ευαισθητοποίηση

Η αρχική ενημέρωση- ευαισθητοποίηση για το συγκεκριμένο πρόγραμμα προτείνεται να γίνει προς τους Σχολικούς Συμβούλους Ειδικής Αγωγής από τους ειδικούς θεραπευτές της διεπιστημονικής ομάδας του ΙΠΑΠ «Η Θεοτόκος» όπου έχει πρωταρχικά σχεδιαστεί και εφαρμοστεί.

Στη συνέχεια οι Σχολικοί Σύμβουλοι θα ενημερώσουν τους Διευθυντές (και εκπαιδευτικούς..) των περιφερειών τους και θα μπορούν να συνεργαστούν εκ νέου με τους θεραπευτές του ΙΠΑΠ «Η Θεοτόκος» για τυχόν απορίες, ανατροφοδότηση κλπ.

ΣΤ. Περιγραφή Παρέμβασης

Α. Πριν την έναρξη της εφαρμογής του προγράμματος χρειάζεται να ενημερωθούν από τις συντονιστικές ομάδες που περιγράψαν παραπάνω οι

1. Οι εκπαιδευτικοί που πρόκειται να συμμετέχουν για την εφαρμογή στα σχολεία
2. Οι γονείς ανά σχολική μονάδα/ περιφέρεια
3. Οι σύλλογοι ΑμεΝΑ και ατόμων με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος

Ενδεικτικά οι ομάδες ενημέρωσης γονέων θα μπορούσαν να έχουν την ακόλουθη δομή :

Β. Εφόσον ολοκληρωθούν οι παραπάνω ενημερώσεις, θα ακολουθήσει η φάση εκδήλωσης ενδιαφέροντος για την συμμετοχή :

1. Εφήβων και νέων ΑμεΝΑ στο πρόγραμμα. Για όλους τους εφήβους και νέους ενήλικες κρίνεται αναγκαία η γραπτή συναίνεση των γονέων τους για συμμετοχή στο εν λόγω πρόγραμμα.
2. Γονέων ΑμεΝΑ και συλλόγων τους

3. Εκπαιδευτικών, ειδικών θεραπειών και επαγγελματιών υγείας και ψυχικής υγείας οι οποίοι ενδιαφέρονται να ενημερωθούν-επιμορφωθούν ώστε να συντονίζουν τις ομαδικές συναντήσεις του προγράμματος με τα ΑμεΝΑ

Γ. Διενέργεια μονόωρων συναντήσεων

Το προτεινόμενο πρόγραμμα αποτελείται από 20 μονώρες ομαδικές συναντήσεις. Ακολουθως παρατίθενται αναλυτικά η θεματολογία, οι τίτλοι καθώς και η μεθοδολογία κάθε ενότητας.

Οι βιωματικές συναντήσεις είναι απαραίτητο να συντονίζονται από δύο άτομα πάντα όπως προαναφέρθηκε.

ΔΟΜΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΩΝ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

1^η συνάντηση ομάδας

Γνωριμία μελών και συμβόλαιο ομάδας

Γνωριμία των μελών της ομάδας μεταξύ τους (15 λεπτά)

Συζήτηση κανόνων ομάδας και υπογραφή του συμβόλαιου (45 λεπτά)

2^η συνάντηση ομάδας

Άνδρας και Γυναίκα

Στόχος είναι οι νέοι να μάθουν για τα δύο φύλα, τον άνδρα και την γυναίκα.

Δραστηριότητα

1. Φτιάχνουν ομοιώματα από πλαστελίνη ή ζωγραφίζουν ομοιώματα ανδρικού και γυναικείου σώματος (30 λεπτά)

2. Βλέπουμε εικόνες ανδρών και γυναικών μέσα στο πέρασμα των χρόνων στην Ελλάδα αλλά και σε άλλες χώρες. Συζητάμε για τις πολιτισμικές διαφορές στις εποχές. (30 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Συζήτηση
2. Εικαστική δημιουργία

Υλικά

1. Χαρτιά Α4
2. Η/Υ
3. Μπογιές, μαρκαδόροι, μολύβια

4. Πλαστελίνη
5. Εικόνες

3^η συνάντηση ομάδας

Μεταβάσεις από την παιδική ηλικία στην εφηβεία και την ενηλικίωση

Στόχος είναι

1. Οι νέοι να μάθουν τις αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα τους κατά το πέρασμα από την παιδική ηλικία στην εφηβική και από την εφηβική στην ενήλικη.
2. Να μπουν στην θέση των γονέων τους και να τους κατανοήσουν

Δραστηριότητα

1. Συζητάμε για τις σωματικές και ψυχοσυναισθηματικές αλλαγές που συμβαίνουν στον άνθρωπο καθώς μεγαλώνει (15 λεπτά)
2. Κάνουμε άσκηση που περιέχει προτάσεις που συμβαίνουν στην εφηβεία ή δεν συμβαίνουν και πρέπει να σημειώσει δίπλα λάθος, σωστό και εάν οι αλλαγές αυτές παρατηρούνται στα αγόρια ή τα κορίτσια ή σε κανέναν. (15 λεπτά)
3. Τους δείχνουμε εικόνες από χαρακτηριστικές σκηνές που συμβαίνουν στην εφηβεία και τις δραματοποιούν. (30 λεπτά)

Εκπαιδευτικές τεχνικές

1. Συζήτηση
2. Άσκηση
3. Παιχνίδι ρόλων

Υλικά

1. Χαρτιά A4
2. Μολύβια
3. Φωτογραφίες

4^η συνάντηση ομάδας

Μέλη Σώματος

Στόχος είναι να μάθουν τα βασικά μέλη του σώματος του ανθρώπου

Δραστηριότητα

1. Σε μια εικόνα ανθρώπου δείχνουμε και ονοματίζουμε τα βασικά μέρη του σώματος. (15 λεπτά)

2. Μιλάμε για τις ομοιότητες αλλά και τις διαφορές των δύο φύλων (σωματικές, ψυχολογικές, ρόλων στην οικογένεια, στην εργασία, στην κοινότητα)(45 λεπτά)

Μέθοδος

1.Συζήτηση

2.Άσκηση

Υλικά

1. Φωτοτυπία με σκίτσο γυμνού ανθρώπου
2. Πίνακας

5^η συνάντηση

Είδη οικογενειών και ανάληψη ρόλων

Στόχος είναι

- 1.να μάθουν τους ρόλους που μπορεί να έχουμε στην ζωή μας
- 2.να μάθουν τα είδη των οικογενειών που μπορεί να υπάρχουν

Δραστηριότητα

- 1.Έχουμε ένα κουτί που μέσα έχουμε χαρτάκια με τον ρόλο που μπορεί να έχουμε στην οικογένεια μας π.χ μητέρα, πατέρα κ.α . Οι νέοι τραβάνε ένα χαρτί και περιγράφουν τον ρόλο που τους τυχαίνει. (15 λεπτά)
2. Τους παρουσιάζουμε στον Η/Υ φωτογραφίες με τα είδη των οικογενειών που έχουμε και συζητάμε πάνω σε αυτές.(15 λεπτά)
3. Έχουν φέρει φωτογραφίες της οικογένειας τους και συζητάμε σε ποιο είδος οικογένειας ανήκει η δική τους οικογένεια τους, σε ποιον μοιάζουν κ.α (15 λεπτά)
4. Κάνουμε προσομοίωση οικογένειας. Χωρίζονται σε ομάδες και επιλέγουν να αναπαραστήσουν ένα είδος οικογένειας.(15 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1.Συζήτηση

2. Προσομοίωση

Υλικά

1. Χαρτιά Α4

2. Μολύβια
3. Φωτογραφίες
4. Η/Υ
5. Κουτί
6. Χαρτάκια που πάνω στο καθένα έχουμε γράψει ρόλους

6^η συνάντηση

Κύκλοι εγγύτητας

Στόχος είναι να μάθουν τα μοντέλα επικοινωνίας στον κάθε κύκλο.

Σε κάθε κύκλο αναλύουμε τον βαθμό οικειότητας ως προς

- Εάν μιλάμε στον ενικό ή στον πληθυντικό
- Σε ποιους εκμυστηρευόμαστε τα προσωπικά μας θέματα
- Πόσο χρόνο περνάμε μαζί τους
- Ποιους και πότε αγκαλιάζουμε ή φιλάμε
- Σε ποιους κάνουμε προσωπικές ερωτήσεις

Δραστηριότητα

1. Σχεδιάζουμε τον κύκλο οικειότητας και τον επεξηγούμε (15 λεπτά)
2. Κάνουμε μοντέλο επικοινωνίας
 - Πατέρας-γιός ή Μητέρα- κόρη, αδέρφια
 - Άλλοι συγγενείς
 - Φίλοι
 - Δάσκαλος-μαθητής
 - Φούρναρης ή περιπτεράς στην γειτονιά μου-πελάτης
 - Άγνωστος που συναντώ στον δρόμο. (45 λεπτά)

Δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στον άγνωστο τι θα κάναμε και τι δεν θα κάναμε π.χ. Εάν μας ζητούσαν να τους βοηθήσουμε, Εάν μας ρωτούσαν πληροφορίες για τον δρόμο ή την ώρα, Θα τους προσκαλούσαμε στο σπίτι μας;

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Ερωτήσεις – Απαντήσεις
2. Συζήτηση

3. Παιχνίδια ρόλων

Υλικά

1. Πίνακας

7^η συνάντηση

Αποδεκτές ή μη συμπεριφορές ανά χώρο

Στόχος είναι να κατανοήσουν ποιες συμπεριφορές επιτρέπονται και ποιες όχι και σε ποιους χώρους

Δραστηριότητα

1. Διαβάζουμε ιστορίες καθημερινότητας και τις συζητάμε. (30 λεπτά)
2. Φέρνουν δικά τους παραδείγματα που τους έχουν συμβεί (6 λεπτά)
3. Κάνουμε άσκηση όπου στην κάθετη στήλη αναγράφουμε ανά στήλη συμπεριφορές και οριζόντια αναφέρουμε άτομα ανά γραμμή με τα οποία έχουμε ή δεν έχουμε σχέση και συμπληρώνουμε τα κουτάκια που σχηματίζονται με το V ή με το X (7 λεπτά)
4. Συμπληρώνεται άσκηση όπως και παραπάνω όπου από την κάθετη στήλη έχουμε συμπεριφορές και στην οριζόντια στήλη μέλη (7 λεπτά)
5. Συζήτηση σχετικά με όσα αναπτύχθηκαν παραπάνω. Διερεύνηση για το ποιες συνήθειες ή συμπεριφορές θα μπορούσαν να αλλάξουν. (10 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Μελέτη περίπτωσης
2. Συζήτηση
3. Άσκηση

Υλικά

1. Κείμενα σε έντυπη μορφή
2. Πίνακας

8^η συνάντηση

Ο εαυτός μου

Στόχος είναι να αναπτύξουν αυτογνωσία.

Δραστηριότητα

1. Ζωγραφίζουμε τον εαυτό μας και μιλάμε για τα χαρακτηριστικά που έχουμε εξωτερικά και εσωτερικά. Μπορούμε να τους βοηθήσουμε γράφοντας μια λίστα με χαρακτηριστικά και να επιλέξουν από αυτά. (20 λεπτά)

2. Συζητάμε και για την άποψη που έχει η ομάδα για εμάς. Συγκρίνουμε την άποψη που έχει το άτομο για τον εαυτό του με την άποψη που έχει η ομάδα για το άτομο.(20 λεπτά)

3. Συζητάμε τι μάθαμε για τους εαυτούς μας με τις δύο αυτές δραστηριότητες. Μας αρέσει ή δεν μας αρέσει ότι ευτώθηκε για εμάς ; Θα πρέπει να δεχτούμε ότι λένε οι άλλοι για εμάς; Μπορούμε να αλλάξουμε κάποια πράγματα στον εαυτό μας και πως (20 λεπτά)

Ή θα μπορούμε να παίξουμε το

4. Παιχνίδι « Μάντεψε ποιος είναι». Ένα μέλος της ομάδας φεύγει από την τάξη. Τα υπόλοιπα μέλη διαλέγουν ένα άλλο μέλος της ομάδας . Επιστρέφει το άτομο που είχε βγει από την τάξη και αρχίζει να ρωτάει τους υπόλοιπους σχετικά με τα χαρακτηριστικά του ατόμου που έχουν επιλέξει μέχρι να μαντέψει ποιος είναι. (20 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1.Εικαστική δημιουργία

2.Συζήτηση

3.Παιχνίδι

Υλικά

1. Χαρτιά A4

2. Πίνακας

9^η συνάντηση

Συναισθήματα

Στόχος να μάθουμε τα συναισθήματα και να τα αναγνωρίσουμε όταν τα αισθανόμαστε.

Δραστηριότητα

1. Δείχνοντας εικόνες μιλάμε για τα βασικά συναισθήματα (20 λεπτά)

2. Με παντομίμα αναπαριστάνουμε τα συναισθήματα(20 λεπτά)

3. Συμπληρώνω τις προτάσεις « Νοιώθω χαρά όταν» , « Νοιώθω λύπη όταν.....»(20 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Συζήτηση
2. Παντομίμα
3. Άσκηση

Υλικά

1. Κάρτες
2. Χαρτιά A4
3. Μολύβι

10^η συνάντηση

Ο εαυτός μου στο μέλλον

Στόχος είναι η περαιτέρω

διερεύνηση αυτογνωσίας και μελλοντικών στόχων ζωής

Δραστηριότητα

1. Ζωγραφίζουν πως φαντάζονται την ζωή του στο μέλλον (μόνοι, με οικογένεια;) και μας το παρουσιάζουν. (15 λεπτά)
2. Φτιάχνουν ένα κολλάζ ομαδικό με φωτογραφίες από περιοδικά αλλά με το πως φαντάζονται την ζωή τους στο μέλλον. Μπορούμε να τους χωρίσουμε σε μικρότερες ομάδες ανάλογα με το τι ζωγράφισαν στην πρώτη δραστηριότητα.

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Εικαστική δημιουργία- ζωγραφική –κολλάζ
2. Συζήτηση
3. Ομάδες εργασίας

Υλικά

1. Χαρτιά A4
2. Μολύβια

3. Χρώματα
4. Χαρτόνια μεγάλα
5. Παλιά περιοδικά
6. Κόλλες
7. Ψαλίδια

11^η συνάντηση

Προσέγγιση του ατόμου που μας ενδιαφέρει

Στόχος να σκεφτούν τι τους αρέσει σε ένα αγόρι ή ένα κορίτσι και να μάθουν πως να προσεγγίζουν το αγόρι ή το κορίτσι που τους αρέσει.

Δραστηριότητα

1. Έχουμε μικρά χαρτάκια που το καθένα έχει ένα επίθετο που μπορεί να είναι τα χαρακτηριστικά ενός αγοριού ή κοριτσιού. Τα χαρτάκια αναφέρουν πολλές φορές το ίδιο επίθετο ώστε να τα επιλέξουν περισσότεροι νέοι. Τα αφήνουμε ανακατεμένα πάνω στο τραπέζι. Κάθε νέος παίρνει από πέντε χαρτάκια και με βάση αυτά μας παρουσιάζει στην ομάδα πως θα ήθελε να είναι ο/η σύντροφος του. Συζητάμε για τις αξίες, τι είναι σημαντικό και τι όχι και το δικαίωμα της προσωπικής προτίμησης και επιλογής.
2. Βλέπω-γνωρίζω ένα αγόρι/ κορίτσι που μου αρέσει πως το προσεγγίζω. Κάνουν όλοι/όλες την άσκηση και οι υπόλοιποι σχολιάζουν

Εκπαιδευτικές τεχνικές

1. Παιχνίδι ρόλων
2. Συζήτηση
3. Άσκηση

Υλικά

1. Κάρτες με επίθετα

12^η συνάντηση

Διάκριση είδους σχέσεων

Στόχος είναι να κατανοήσουν την διαφορά ανάμεσα στην «συντροφική σχέση» και την «φιλία» και μπορούν να διακρίνουν μια καλή από μία κακή σχέση.

Με σχόλια [Π1]: Τίτλος" πως προσεγγίζω το αγόρι που μου αρέσει"

1. Συζητάμε αν υποθέσουμε ότι μια κοπέλα ή ένα αγόρι μας φαίνεται ενδιαφέρουσα/ ενδιαφέρων και θέλουμε να έχουμε σχέση μαζί της/ του τι σημαίνει για την καθεμία/ τον καθένα το να έχω συντροφική σχέση (30 λεπτά)

2. Ζωγραφίζουμε στον πίνακα ένα ζευγάρι που κρατιέται χέρι- χέρι. Κάθε ένας σηκώνεται και γράφει στον πίνακα μια λέξη που να εκφράζει μια καλή σχέση (15 λεπτά)

3. Ζωγραφίζουμε στον πίνακα ένα ζευγάρι που κάθετα με γυρισμένη την πλάτη. Κάθε ένας σηκώνεται και γράφει στον πίνακα μια λέξη που να εκφράζει μία δύσκολη σχέση. (15 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Συζήτηση
2. Άσκηση

Υλικά

1. Πίνακας

13^η συνάντηση

Ατομική Υγιεινή

Στόχος είναι να μάθουν για την ατομική υγιεινή.

Δραστηριότητες

1. Συζητάμε τι εννοούμε όταν λέμε ατομική υγιεινή. Λέμε τι κάνουμε βήμα- βήμα σε κάθε κατηγορία (καθαριότητα σώματος, μαλλιών , προσώπου, χεριών, βούρτσισμα δοντιών καθαρά ρούχα). Δείχνουμε εικόνες. (30 λεπτά)
2. Διαβάζουμε προτάσεις και βρίσκουμε το σωστό – λάθος (15 λεπτά)
3. Απαντάνε σε ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής (15 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Συζήτηση
2. Επίδειξη
3. Άσκηση

Υλικά

1. Εικόνες

2. Έντυπα ασκήσεων

14^η συνάντηση

Αναπαραγωγικά συστήματα των δύο φύλων

Στόχος να μάθουν το αναπαραγωγικό σύστημα του άντρα και της γυναίκας.

Δραστηριότητα

1. Ζωγραφίζουμε στον πίνακα τα γεννητικά όργανα του άντρα και της γυναίκας και αναφέρουμε από ποια μέρη αποτελούνται. (15 λεπτά)
2. Φτιάχνουν με πλαστελίνη τα γεννητικά όργανα ή τα ζωγραφίζουν. (15 λεπτά)
3. Έχουμε ένα σκίτσο με τα γεννητικά όργανα και λέξεις αντιστοιχίζουμε κάθε λέξη με το σημείο που βρίσκεται (15 λεπτά)
4. Έχουμε τα ονόματα των μερών του γεννητικού συστήματος του άντρα και της γυναίκας ανακατεμένα και πρέπει να βρουν ποια βρίσκονται στο γυναικείο γεννητικό σύστημα και ποια στο αντρικό. (15 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Εισήγηση
2. Εικαστική Δημιουργία
3. Άσκηση

Υλικά

1. Πίνακας
2. Έντυπο με σκίτσο του αντρικού γεννητικού συστήματος και λέξεις με τα μέρη από τα οποία αποτελείται.
3. Έντυπο με σκίτσο του γυναικείου γεννητικού συστήματος και λέξεις με τα μέρη από τα οποία αποτελείται.
4. Έντυπο με λέξεις με τα μέρη του γυναικείου και του αντρικού γεννητικού συστήματος.
5. Πλαστελίνη

15^η συνάντηση

Αναπαραγωγική διαδικασία

Στόχος να μάθουν

1. για το πως γίνεται η αναπαραγωγική διαδικασία

Δραστηριότητες

1. Σχεδιασμός αναπαραγωγικής διαδικασίας στον πίνακα
2. Τους δείχνουμε βίντεο που δείχνει πως γίνεται η αναπαραγωγική διαδικασία (20 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Εισήγηση
2. Παρακολούθηση βίντεο

Υλικά

1. Πίνακας
2. Η/Υ

(Αντίστοιχα γίνεται συνάντηση ξεχωριστά για τα αγόρια)

Η 15η συνάντηση γίνεται ξεχωριστά για αγόρια και κορίτσια και μπορεί να επαναληφθεί με διενέργεια επόμενης, λόγω της ιδιαίτερης σημασίας και έκτασης των θεμάτων που πραγματεύεται

16^η συνάντηση

Έμμηνος ρύση / Αυνανισμός

Στόχοι

1. Να γίνει κατανοητός ο κύκλος της εμμήνου ρύσεως και η λειτουργικότητά του σε σχέση με την αναπαραγωγική διαδικασία
2. Να εξηγηθεί η διαδικασία του αυνανισμού, οι χώροι στους οποίους επιτρέπεται και απαγορεύεται, καθώς και οι σχετιζόμενοι κανόνες υγιεινής και ατομικής ασφάλειας

Στην ομάδα των αγοριών δίνεται μεγαλύτερη έμφαση στην διαδικασία του αυνανισμού, ενώ στην ομάδα των κοριτσιών για την έμμηνο ρύση. Η συγκεκριμένη ενότητα δομείται διαφορετικά για τις ομάδες αγοριών και κοριτσιών.

Δραστηριότητες κοριτσιών

1. Συζήτηση για τον κύκλο εμμήνου ρύσεως με την συντονίστρια ίδιου φύλου. Επίδειξη ειδών υγιεινής που χρησιμοποιούνται κατά την έμμηνο ρύση (σερβιέτες – ταμπόν)
2. Εκπαίδευση στην καταγραφή ημερομηνιών έμμηνου κύκλου σε φυσικό ή ηλεκτρονικό ημερολόγιο
3. Συζήτηση για την διαδικασία αυνανισμού, τους χώρους όπου επιτρέπεται και τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας

Δραστηριότητες αγοριών

1. Ενημέρωση- συζήτηση για τον κύκλο εμμήνου ρύσεως. Επίδειξη ειδών υγιεινής που χρησιμοποιούνται για την έμμηνο ρύση (σερβιέτες- ταμπόν)
4. Συζήτηση με τον συντονιστή ίδιου φύλου για την διαδικασία αυνανισμού, τους χώρους όπου επιτρέπεται και τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Εισήγηση
2. Άσκηση καταγραφών
3. Επίδειξη υλικών

Υλικά

4. Πίνακας
5. Ημερολόγια
6. Σερβιέτες- Ταμπόν

17^η συνάντηση

Απόφαση για συμμετοχή σε σεξουαλική εμπειρία

Στόχος είναι το κάθε μέλος της ομάδας να διερευνήσει για τον εαυτό του, αν έχει την διάθεση ή την ετοιμότητα να προχωρήσει σε σεξουαλική εμπειρία. Εφόσον αποφασίσει να κάνει αυτό το βήμα, τι χρειάζεται να προσέξει

Δραστηριότητα

1. Διαβάζουμε δύο ιστορίες και τις συζητάμε. Στην μία ιστορία αποφασίζουν να προχωρήσουν να κάνουν έρωτα και στην δεύτερη να μην προχωρήσουν. Συζητάμε για αυτές.

2. Χωρίζονται σε δύο ομάδες. Η μία ομάδα θα βρει λόγους υπέρ του να προχωρήσει κάποιος σε σεξουαλική εμπειρία και η άλλη λόγους για να μην προχωρήσει κάποιος σε σεξουαλική εμπειρία.

3. Μιλάμε για την αντισύλληψη, για τις μεθόδους που υπάρχουν και φτιάχνουμε έναν πίνακα με τα ποσοστά επιτυχίας για κάθε μέθοδο.

4. Πολύ σύντομα αναφερόμαστε και στα ΣΜΝ και τους δίνουμε μια άσκηση όπου γράφουμε ονομασίες από διάφορες ασθένειες. Βάζουν σε κύκλο αυτές τις ασθένειες που είναι σεξουαλικά μεταδιδόμενες.

5. Παρουσιάζεται προφυλακτικό, εξηγείται ο τρόπος χρήσης του και στη συνέχεια γίνεται εξάσκηση από τους συμμετέχοντες της ομάδας πάνω σε πλαστικές ράβδους. Την διαδικασία αυτή έχει δείξει προηγουμένως ένας/ μία από τους συντονιστές της ομάδας

Λόγω της ιδιαίτερης σημασίας και έκτασης του θέματος θα πρέπει να διενεργηθεί και δεύτερη συνάντηση όπου θα συζητηθούν θέματα αντισύλληψης, τα ΣΜΝ καθώς και το δικαίωμα που έχει ο καθένας να αρνηθεί ανά πάσα στιγμή μια σεξουαλική εμπειρία

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Μελέτη περίπτωσης
2. Ομάδες εργασίας
3. Εισήγηση
4. Άσκηση
5. Μίμηση μοντέλου

Υλικά

1. Έντυπα με ιστορίες
2. Έντυπα με λέξεις για ΣΜΝ.
3. Πίνακας
4. Προφυλακτικά
5. Πλαστικοί ράβδοι

18^η συνάντηση

Σεξουαλική Παρενόχληση και Κακοποίηση

Στόχος να αναγνωρίζουν την σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση.

Δραστηριότητες

1. Εξηγούμε τι είναι σεξουαλική παρενόχληση και τι είναι σεξουαλική κακοποίηση. (10 λεπτά)
2. Διαβάζουμε προτάσεις σχετικές όπου θα αναφέρουν τι είναι μύθος και τι πραγματικότητα. (5 λεπτά)
3. Διαβάζουμε «Η Κίκο και το Χέρι» και μιλάμε για τον Κανόνα του εσώρουχου. (10 λεπτά)
4. Βλέπουμε το DVD « Η Νίκη και το μυστικό». (10 λεπτά)
5. Κάνουμε παιχνίδι ρόλων πως λέμε ΟΧΙ όταν κάτι δεν μας αρέσει και μας κάνει να αισθανθούμε άβολα. (15 λεπτά)
6. Συζητάμε με ποιόν μιλάμε εάν μας συμβεί σεξουαλική παρενόχληση/κακοποίηση. Το Δίκτυο ασφαλείας μας. (10 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Ερωτήσεις - Απαντήσεις
2. Συζήτηση
3. Άσκηση
4. Παιχνίδι ρόλων

Υλικά

1. Έντυπο με άσκηση
2. «Η Κίκο και το Χέρι»
3. DVD « Η Νίκη και το μυστικό»
4. Πίνακας

19^η συνάντηση

Κίνδυνοι στο διαδίκτυο

Στόχος να ενημερωθούν για τους κινδύνους του διαδικτύου

Δραστηριότητα

1. Συζητάμε για τους κινδύνους που υπάρχουν και πως μπορούμε να προφυλαχτούμε. (30 λεπτά)

2. Αναφέρουν θέματα που έχουν τύχει στους ίδιους ή σε φίλους τους (30 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

1. Συζήτηση

20η^η συνάντηση

Κλείσιμο ομάδας

Δραστηριότητες

1.Κάνουμε επανάληψη

- Ατομική υγιεινή και μέρη σώματος
- Κύκλοι οικειότητας
- Σεξουαλική πράξη- Αντισύλληψη-ΣΜΝ
- Διαφορά συντροφικής σχέσης- φιλίας
- Σεξουαλική παρενόχληση (15 λεπτά)

1.Κάνουμε παιχνίδι ρόλων

- Πως πλησιάζω κάποιον που με ενδιαφέρει
- Ραντεβού σε καφετέρια
- Πως αποφεύγω κάποιον άγνωστο που μου μιλάει στον δρόμο(30 λεπτά)

1. Ζωγραφίζουν κάτι που μου έκανε εντύπωση από την ομάδα και το παρουσιάζουν (10 λεπτά)

2. Συμπληρώνουν την αξιολόγηση τους για το πρόγραμμα.(5 λεπτά)

Εκπαιδευτικές Τεχνικές

- Ερωτήσεις -Απαντήσεις
- Παιχνίδι ρόλων
- Εικαστική δημιουργία

Υλικά

- Χαρτιά Α4
- Χρώματα

Η παραπάνω θεματολογία αφορά τα ίδια τα ΑμεΝΑ

Ζ. Για τις ομάδες ενημέρωσης – συμβουλευτικής γονέων προτείνεται η ακόλουθη δομή/ θεματολογία

Σε ένα πρόγραμμα 5 συναντήσεων και αναπτύσσονται τα εξής θέματα:

- Γνωριμία-κανόνες ομάδας, προσδοκίες-τι είναι σεξουαλικότητα-οφέλη σεξουαλικής υγείας- και αγωγής ως σκέφτονται την σεξουαλική ζωή των παιδιών τους
- Ανησυχίες γονέων-Μύθοι και αλήθειες για την σεξουαλικότητα των ατόμων με ΝΥ/ΔΑΔ
- Αυνανισμός
- Αμειβόμενη σεξουαλική εμπειρία/πράξη- Σεξουαλική παρενόχληση- κακοποίηση
- Μελέτη περυπτώσεων που έχουν σεξουαλικές ανησυχίες

Παράλληλα δίνονται οι παρακάτω οδηγίες στους γονείς σχετικά με τα θέματα σεξουαλικότητας των παιδιών τους :

- Να μιλήσουν για θέματα σεξουαλικότητας με αφορμή τα γεγονότα του κύκλου ζωής π.χ. γέννηση ενός παιδιού στην οικογένεια, ένας γάμος .
- Να μιλήσουν με φυσικό και απλό τρόπο.
- Να χρησιμοποιούν ακριβείς όρους/λέξεις όταν μιλούν για τα μέρη του σώματος .
- Να αποφεύγουν να χρησιμοποιούν το δικό τους σώμα για να μιλήσουν στα παιδιά τους για αυτό το θέμα. Να χρησιμοποιήσουν βιβλία, εικόνες, σκίτσα.
- Να αποφεύγουν να κοιμούνται μαζί με τα παιδιά τους, όπως έχουμε διαπιστώσει ότι συμβαίνει.
- Να έχουν υπόψη τους ότι μπορεί το παιδί τους να μην θυμάται όλες τις πληροφορίες που του δίνουν και να είναι πρόθυμοι να τις επαναλάβουν.
- Να απαντούν σε ερωτήσεις των παιδιών τους λαμβάνοντας υπόψιν το γνωστικό επίπεδο τους.
- Να κάνουν ερωτήσεις κατανόησης ,για να διαπιστώσουν, εάν το παιδί τους έχει καταλάβει ακριβώς αυτό που του έχουν πει.
- Εάν δυσκολευτούν κάπου μπορούν να κερδίσουν χρόνο. Να πουν «πολύ ωραία ερώτηση. Έχω μια απάντηση αλλά θα ήθελα λίγο χρόνο για να την σκεφτώ για να

είναι περισσότερο χρήσιμη για σένα». Και μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί μας για να μας ρωτήσουν.

Η. Σύνδεση με εκπαιδευτικό πρόγραμμα

Τα μέλη της Συντονιστικής Ομάδας και ιδιαίτερα όσοι συμμετέχουν στην διενέργεια των συναντήσεων, καλούνται να αξιοποιούν και να μεταφέρουν γνώσεις, υλικό, παραδείγματα, εμπειρίες κλπ που εμπεριέχονται σε άλλες εκπαιδευτικές ενότητες-μαθήματα ή δραστηριότητες του εκπαιδευτικού προγράμματος, κατά την υλοποίηση των συναντήσεων. Αντίστοιχα υλικό και παραδείγματα από το πλαίσιο των συναντήσεων είναι δυνατόν, με την συνεργασία και άλλων εκπαιδευτικών, να συσχετίζονται με την ύλη άλλων μαθημάτων ώστε να ενισχύονται και να εμπειδώνονται οι γνώσεις, να ξεκαθαρίζονται οι συμπεριφορές και να είναι πιο κατανοητή η επιλογή και η δραστηριοποίηση των εφήβων-νέων σε ανάλογα θέματα.

Θ. Προσδοκώμενα αποτελέσματα προγράμματος Κοινωνικών Δεξιοτήτων για την σεξουαλική-αναπαραγωγική υγεία για Άτομα με Νοητικές Αναπηρίες και Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος.

- Διαμόρφωση κουλτούρας συνεργασίας μεταξύ φορέων, επαγγελματιών υγείας, εκπαιδευτικών και γονέων
- Εμπλουτισμός γνώσεων και απόκτηση δεξιοτήτων
- Διασύνδεση υπηρεσιών και διεπιστημονικών συνεργασιών
- Αποφυγή και μείωση περιστατικών σεξουαλικής παρενόχλησης και κακοποίησης για ΑμεΝΑ
- Καταπολέμηση προκαταλήψεων μέσω ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης
- Προάσπιση ισότιμων δικαιωμάτων