



CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION

WP2 | Σεξουαλική διαπαιδαγώγηση βασισμένη σε στοιχεία

D2.1 | Εκπαιδευτικό πακέτο και Παραρτήματα



Επιμέλεια: Θεοδώρα Μώρου

Συντακτική ομάδα

Θεοδώρα Μώρου | ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας

Janita Tasa, Heidi Näppi, Lucia Hakala, Maija Ikonen | Save the Children
Φινλανδίας

Tanja Tankosić Girt | Save the Children International (Βορειοδυτικά
Βαλκάνια)

Izela Tahsimi | Save the Children Αλβανίας

Þóra Björnsdóttir | Barnaheill - Save the Children Ισλανδίας

Πίνακας Περιεχομένων

Εισαγωγή	7
Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν	12
Ενότητες	18
Ενότητα 1: Τι γνωρίζετε για τα σεξουαλικά δικαιώματα;	19
Στόχος της ενότητας	19
Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας	19
Κεφάλαιο 1: Εισαγωγή στα σεξουαλικά δικαιώματα.....	20
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	20
<i>Δραστηριότητες</i>	24
Κεφάλαιο 2: Κοινωνικοί και πολιτισμικοί προσδιοριστικοί παράγοντες της σεξουαλικότητας και των έμφυλων ρόλων	37
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	37
<i>Δραστηριότητες</i>	40
Κεφάλαιο 3: Ποικιλομορφία φύλου και σεξουαλικότητας	45
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	45
<i>Δραστηριότητες</i>	48
Υποστηρικτικό υλικό	54
Βιβλιογραφικές αναφορές	55
Ενότητα 2: Ανθρώπινο σώμα	57
Στόχος της ενότητας	57
Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας	57
Κεφάλαιο 1: Ονομάζοντας τα μέρη του σώματος και τις λειτουργίες τους	58
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	58
<i>Δραστηριότητες</i>	62
Κεφάλαιο 2: Το μοναδικό μας σώμα – Η ανάπτυξη του σώματος κατά την εφηβεία	82
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	82
<i>Δραστηριότητες</i>	86
Κεφάλαιο 3: Θετικά συναισθήματα στο σώμα – Τι είναι ένα καλό άγγιγμα;	96
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	96
<i>Δραστηριότητες</i>	99
Υποστηρικτικό υλικό	111
Βιβλιογραφικές αναφορές	111
Ενότητα 3: Συναισθηματικές και επικοινωνιακές δεξιότητες	113

Στόχος της ενότητας	113
Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας	113
Κεφάλαιο 1: Ανάπτυξη, κατανόηση και διαχείριση των συναισθημάτων.....	114
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	114
<i>Δραστηριότητες</i>	115
Κεφάλαιο 2: Ποικιλομορφία των σχέσεων και των οικογενειών.....	122
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	122
<i>Δραστηριότητες</i>	125
Κεφάλαιο 3: Επικοινωνιακές δεξιότητες	135
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	135
<i>Δραστηριότητες</i>	136
Υποστηρικτικό υλικό	142
Βιβλιογραφικές αναφορές	143
Ενότητα 4: Όρια και συναίνεση	145
Στόχος της ενότητας	145
Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας	145
Κεφάλαιο 1: Προσωπικά όρια και η σημασία τους.....	146
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	146
<i>Δραστηριότητες</i>	148
Κεφάλαιο 2: Η σημασία της συναίνεσης.....	153
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	153
<i>Δραστηριότητες</i>	156
Κεφάλαιο 3: Ενίσχυση των δεξιοτήτων ασφάλειας	162
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	162
<i>Δραστηριότητες</i>	164
Υποστηρικτικό υλικό.....	172
Βιβλιογραφικές αναφορές	173
Ενότητα 5: Προστασία των παιδιών από τη σεξουαλική κακοποίηση	175
Στόχος της ενότητας	175
Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας	175
Κεφάλαιο 1: Τι είναι η σεξουαλική κακοποίηση παιδιών και το υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών;.....	176
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	176
<i>Δραστηριότητες</i>	179
Κεφάλαιο 2: Αναγνωρίζοντας τα σημάδια της αποπλάνησης ανηλίκων (grooming)	187
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	187

<i>Δραστηριότητες</i>	190
Κεφάλαιο 3: Πρόληψη και καταπολέμηση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών.....	197
<i>Βασικές πληροφορίες</i>	197
<i>Δραστηριότητες</i>	200
Υποστηρικτικό υλικό.....	209
Βιβλιογραφικές αναφορές.....	210
Παραρτήματα	212
Ενότητα 1: Τι γνωρίζετε για τα σεξουαλικά δικαιώματα;	213
Παράρτημα 1: Κάρτες σεξουαλικών δικαιωμάτων	213
Παράρτημα 2: Φιλικός προς τα παιδιά κατάλογος σεξουαλικών δικαιωμάτων.....	216
Παράρτημα 3: Φύλλο εργασίας σχετικά με τα σεξουαλικά δικαιώματα και τις υποχρεώσεις	219
Παράρτημα 4: Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 5-8 ετών.....	223
Παράρτημα 5: Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 9-11 ετών.....	225
Παράρτημα 6: Ιστορίες ποικιλομορφίας.....	227
Παράρτημα 7: Βινιέτα «Ο/Η Φίλος/-λη ΜΟΥ»	230
Ενότητα 2: Ανθρώπινο σώμα	236
Παράρτημα 1: Καρτέλες Bingo για παιδιά.....	236
Παράρτημα 2: Μέρος του σώματος - κάρτες για τον/την εκπαιδευτικό	263
Παράρτημα 3: Λειτουργία του σώματος - κάρτες για τον/την εκπαιδευτικό	268
Παράρτημα 4: Λειτουργία του σώματος - κάρτες για τα παιδιά	273
Παράρτημα 5: Σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα - φύλλα εργασίας.....	275
Παράρτημα 6: Λειτουργίες οργάνων - φύλλο εργασίας	279
Παράρτημα 7: Κρυπτόλεξο – φύλλο εργασίας.....	281
Παράρτημα 8: Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (mix and match)	283
Παράρτημα 9: Αλλαγές στην εφηβεία – φύλλο εργασίας	289
Παράρτημα 10: Θετικό άγγιγμα - κάρτες με εικόνες για παιδιά 5-8 ετών	291
Παράρτημα 11: Θετικό άγγιγμα - κάρτες με εικόνες για παιδιά 9-11 ετών	300
Παράρτημα 12: Θετικό άγγιγμα - φύλλο εργασίας.....	310
Ενότητα 3: Συναισθηματικές και επικοινωνιακές δεξιότητες	312
Παράρτημα 1: Κάρτες συναισθημάτων	312
Παράρτημα 2: Ιστορίες «Μάντεψε το συναίσθημα»	318
Παράρτημα 3: Κάρτες οικογενειών.....	320
Παράρτημα 4: Κάρτες σχέσεων.....	324
Παράρτημα 5: «Πώς αισθάνονται;»	327
Ενότητα 4: Όρια και συναίνεση	329

Παράρτημα 1: Σενάρια για να μάθουν τα παιδιά να βάζουν όρια.....	329
Παράρτημα 2: Φύλλο εργασίας για τα προσωπικά όρια.....	333
Παράρτημα 3: Ιστορίες για τη συναίνεση (5-8 ετών)	336
Παράρτημα 4: Ιστορίες για τη συναίνεση (9-11 ετών)	342
Παράρτημα 5: Φύλλο εργασίας προτύπου κόμικ	347
Παράρτημα 6: Σενάρια σχετικά με την ασφάλεια	349
Παράρτημα 7: Φωτεινοί σηματοδότες (φύλλο εργασίας).....	352
Παράρτημα 8: Φωτεινοί σηματοδότες με emojis.....	354
Ενότητα 5: Προστασία των παιδιών από τη σεξουαλική κακοποίηση	358
Παράρτημα 1: Κάρτες με ασφαλείς και επικίνδυνες καταστάσεις.....	358
Παράρτημα 2 (i): Φυλλάδιο για τα παιδιά.....	362
Παράρτημα 2 (ii): Απαντήσεις του φυλλαδίου για τον/την εκπαιδευτικό	364
Παράρτημα 3: Πιστοποιητικά Σούπερ Ήρωα/Ηρωίδας Προσωπικής Ασφάλειας.....	366
Παράρτημα 4: Ιστορία.....	368
Παράρτημα 5: Λίστα Ελέγχου για το Κυνήγι Θησαυρού Προσωπικής Ασφάλειας	370
Παράρτημα 6: Πιστοποιητικό Προσωπικής Ασφάλειας	372

Εισαγωγή

Το παρόν εκπαιδευτικό πακέτο απευθύνεται σε επαγγελματίες που εργάζονται με παιδιά. Στόχος του είναι να σας ενημερώσει και να σας καταστήσει ικανούς/-νές να αντιμετωπίζετε το θέμα της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών με τα παιδιά και να τα βοηθάτε να αποκτήσουν ευαισθητοποίηση, δεξιότητες και γνώσεις σχετικά με το σώμα τους, τα συναισθήματα, τα όρια και τη συναίνεση. Αποτελείται από πέντε (5) ενότητες με τους εξής τίτλους: **«Τι γνωρίζετε για τα σεξουαλικά δικαιώματα;»**, **«Ανθρώπινο σώμα»**, **«Συναισθηματικές και επικοινωνιακές δεξιότητες»**, **«Όρια και συναίνεση»**, **«Προστασία των παιδιών από τη σεξουαλική κακοποίηση»**. Κάθε ενότητα περιλαμβάνει τρία (3) επιμέρους κεφάλαια που εστιάζουν σε συγκεκριμένα θέματα. Στα κεφάλαια των ενότητων, μπορείτε να βρείτε δραστηριότητες για παιδιά 5-8 ετών και 9-11 ετών σχετικά με τα θέματα που καλύπτονται, τις οποίες μπορείτε να υλοποιήσετε στην τάξη σας. Λαμβάνοντας υπόψη το σχολικό πρόγραμμα, η διάρκεια κάθε δραστηριότητας δεν υπερβαίνει τα 45 λεπτά. Εκτός από τις δραστηριότητες, κάθε κεφάλαιο περιλαμβάνει σαφείς και λεπτομερείς οδηγίες που θα σας καθοδηγήσουν στην υλοποίησή τους, καθώς και ορισμένες βασικές πληροφορίες που είναι σημαντικό να θυμάστε κατά την εφαρμογή τους. Δεν είναι υποχρεωτικό να υλοποιήσετε τις δραστηριότητες με τη σειρά. Κάθε ενότητα και οι δραστηριότητές της είναι αυτόνομες, αλλά καθεμία από αυτές συμβάλλει σε μια πιο ολιστική προσέγγιση του θέματος.

Το εν λόγω πακέτο αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του CSAPE (Child Sexual Abuse Prevention and Education) 2022-2024, ενός διετούς έργου που χρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Εσωτερικής Ασφάλειας (ISF) και στο οποίο συνεργάζονται πέντε (5) ευρωπαϊκές χώρες: Φινλανδία, Ισλανδία, Ελλάδα, Αλβανία και Βοσνία-Ερζεγοβίνη με γενικό στόχο τη βελτίωση της πρόληψης της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών.

Βασικοί κανόνες συνύπαρξης

Η εκπαίδευση συχνά αφορά την παροχή γνώσεων, στάσεων και δεξιοτήτων, αλλά ο τρόπος με τον οποίο όλα αυτά λαμβάνονται από τα εκπαιδευόμενα άτομα έχει να

κάνει με το περιβάλλον και το κλίμα. Το κλίμα της αίθουσας σεξουαλικής εκπαίδευσης αφορά το γενικό τόνο, το περιβάλλον και την επικρατούσα ατμόσφαιρα στο χώρο. Στο κλίμα συμβάλλουν τόσο οι εκπαιδευτικοί όσο και οι μαθητές/τριες, αλλά προτού δημιουργηθεί το κλίμα, η/ο εκπαιδευτικός έχει την ευκαιρία να δημιουργήσει μαζί με τα παιδιά κάποιους βασικούς κανόνες συνύπαρξης.

Ένας ακόμη λόγος που η διαμόρφωση του κλίματος είναι σημαντική, είναι ότι μερικές φορές τα όσα συζητούνται στη σεξουαλική εκπαίδευση μπορεί να προκαλέσουν διαφωνίες ανάμεσα στους/στις μαθητές/τριες για διάφορους λόγους.

Σύμφωνα με τις οδηγίες του Συμβουλίου της Ευρώπης, η ικανότητα του να μπορείς να κατανοήσεις και να συμμετάσχεις σε διάλογο με άλλα άτομα, των οποίων οι απόψεις διαφέρουν από τις δικές σου, κρίνεται ως επιτακτική για τη δημοκρατική ιδιότητα του/της πολίτη/-ισσας και απαραίτητη προϋπόθεση για την προστασία και την ενίσχυση των δημοκρατικών κοινωνιών, αλλά και τη δημιουργία μιας κουλτούρας που σέβεται τα ανθρώπινα δικαιώματα.

Μπορείτε να διαβάσετε περισσότερα για τα αμφιλεγόμενα ζητήματα στη διδασκαλία στο παρακάτω link:

Teaching controversial issues (2015)

<https://edoc.coe.int/en/human-rights-democratic-citizenship-and-interculturalism/7738-teaching-controversial-issues.html>

Ο σεβασμός, η ανεκτικότητα και οι καλοί τρόποι αποτελούν τον πυρήνα της αγωγής του/της πολίτη/-ισσας. Η δημοκρατία διαμορφώνεται από τον τρόπο που αντιμετωπίζουμε ο ένας τον άλλον στην καθημερινή ζωή, από το πώς μπορούμε να είμαστε ο εαυτός μας, να αναπτύξουμε τις προσωπικές μας απόψεις και να ορίσουμε την ατομική μας ταυτότητα.

Τα άτομα που εργάζονται με παιδιά, από την πλευρά τους, οφείλουν να δημιουργήσουν ένα ασφαλές περιβάλλον, στο οποίο τα παιδιά να τολμούν να πουν ανοιχτά τη γνώμη τους και να εκμυστηρευτούν προσωπικές τους εμπειρίες. Σε κάθε ομάδα και σε κάθε τάξη, συνηθίζεται, στην καλύτερη περίπτωση, να γίνεται μία συμφωνία με τα άτομα που συμμετέχουν για τους κανόνες προστασίας της κοινωνικής ασφάλειας, οι οποίοι περιλαμβάνουν το δικαίωμα να μην κατακρίνεται ή

να απορρίπτεται κανείς, αλλά να γίνονται όλα τα άτομα αποδεκτά, ακόμη και όταν κάποια είναι διαφορετικά από την υπόλοιπη ομάδα ή όταν εκφράζονται διαφορετικές απόψεις. Στην προκειμένη περίπτωση, ο σεβασμός είναι η λέξη-κλειδί. Οι κατάλληλες Κατευθυντήριες γραμμές θωρακίζουν τα άτομα από ασεβείς συμπεριφορές, ενώ ταυτόχρονα δημιουργείται χώρος ασφάλειας για την ανάπτυξη ενδιαφέροντος και την ανταλλαγή απόψεων.

Όπως καταδεικνύουν αρκετές έρευνες, κύριο χαρακτηριστικό των επιτυχημένων στρατηγικών για τη δημιουργία ενός ασφαλούς περιβάλλοντος είναι η καθιέρωση θετικών και σαφών βασικών κανόνων συνύπαρξης, οι οποίοι αποτελούν προϊόν διαπραγμάτευσης μεταξύ των ατόμων που εκπαιδεύουν/φροντίζουν και των παιδιών και τηρούνται από κοινού.

Όταν εργαζόμαστε με τα παιδιά πάνω στο θέμα των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων να έχουμε υπόψη ότι μπορεί να αγγίξουμε άθελά μας τραυματικές εμπειρίες τους. Είναι απαραίτητο να είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικές/-οί με το περιεχόμενο, τη γλώσσα και το λόγο που χρησιμοποιούμε ώστε να αποφύγουμε τυχόν επανα-τραυματισμό τους.

Συμβόλαιο της ομάδας

Το Συμβόλαιο που θα κάνετε με τα παιδιά μπορεί να περιλαμβάνει προτάσεις όπως:

- Ερχόμαστε στην ώρα μας
- Σηκώνουμε το χέρι μας για να πάρουμε τον λόγο
- Απενεργοποιούμε τα κινητά μας
- Ακούμε με προσοχή όταν κάποιο άτομο μιλάει χωρίς να διακόπτουμε
- Δεν αρχίζουμε παράπλευρες συνομιλίες
- Σεβόμαστε τις απόψεις όλων
- Δεν κάνουμε προσωπικές ερωτήσεις
- Δεν κρίνουμε αυτά που ακούμε. Αν θέλουμε προσθέτουμε μια δική μας σκέψη ή εμπειρία όταν έρθει η σειρά μας.
- Δεν μοιραζόμαστε τις εμπειρίες ή τα μυστικά των φίλων μας

(Θυμόμαστε ότι αν γίνει κάποια αποκάλυψη μπορεί αυτό να αποτελέσει αιτία για κουτσομπολιό, κοροϊδία κλπ Αν θέλουν να ρωτήσουν κάτι με βάση κάποιο περιστατικό του λέμε να αναφέρονται ως “κάποιος/-α γνωστός/-ή μου”, “κάποια/-ος που ξέρω” κ.α.)

-Έχουμε το δικαίωμα να πάμε πάσο αν δεν θέλουμε να απαντήσουμε σε κάποια ερώτηση *(πολύ σημαντικό να καταλάβουν τα παιδιά ότι δεν υποχρεωμένα να απαντήσουν και στόχος είναι να νιώθουν άνετα και ασφαλή)*

-Δεν κάνουμε υποτιμητικά ή ταπεινωτικά σχόλια

-Δεν κάνουμε προσωπικές επιθέσεις - δεν κατηγορούμε κανέναν

-Πριν εκφράσουμε απόψεις ή συναισθήματα, βεβαιωνόμαστε ότι έχουμε επιλέξει λέξεις και φράσεις που δεν πληγώνουν κανένα άτομο ή ομάδα ανθρώπων.

-Αποδεχόμαστε και αγκαλιάζουμε όλα τα συναισθήματά μας. Είναι φυσικό να νιώθουμε κάπως άβολα ή αμήχανα όταν συζητάμε ευαίσθητα ζητήματα, όπως για παράδειγμα, για το σώμα ή τη σεξουαλικότητα

- Δεν πειράζει να κάνουμε λάθος.

- Είναι εντάξει να περνάμε καλά

(Μπορείτε να αλλάξετε, να προσθέσετε ή να αφαιρέσετε κανόνες και βέβαια να απλοποιήσετε τη γλώσσα ώστε να είναι κατανοητή σε όλα τα παιδιά)

Συμπεριληπτική Ολοκληρωμένη Σεξουαλική Εκπαίδευση (ΣΟΣΕ)

Η ανάγκη για προγράμματα Συμπεριληπτικής - Ολοκληρωμένης Σεξουαλικής Εκπαίδευσης (Comprehensive Sexuality Education) υποστηρίζεται μέσα από πολυάριθμες έρευνες και μελέτες διεθνώς, από παγκόσμιους οργανισμούς όπως η UNESCO, η WHO η IPPF κ.α., αλλά και από την έκθεση του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου (21/05/2021), ως σημαντικός παράγοντας για την αποτροπή φαινομένων καταπάτησης των ανθρώπινων Σεξουαλικών και Αναπαραγωγικών Δικαιωμάτων, που καταγράφονται παγκόσμια.

Η Συμπεριληπτική Ολοκληρωμένη Σεξουαλική Εκπαίδευση (ΣΟΣΕ) είναι μία διαδικασία διδασκαλίας και μάθησης, η οποία είναι βασισμένη στο αναλυτικό

πρόγραμμα και σχετίζεται με τις γνωστικές, συναισθηματικές, σωματικές και κοινωνικές πτυχές της σεξουαλικότητας. Στόχος της είναι να εφοδιάσει παιδιά και νεαρά άτομα με γνώσεις, δεξιότητες και αξίες που θα τα ενδυναμώσουν, προκειμένου να πραγματώσουν την υγεία, την ευημερία και την αξιοπρέπειά τους, να αναπτύξουν κοινωνικές και σεξουαλικές σχέσεις που χαρακτηρίζονται από σεβασμό, να αναλογιστούν πώς οι επιλογές τους επηρεάζουν τη δική τους ευημερία και αυτή των άλλων και να κατανοήσουν και να διασφαλίσουν την προστασία των δικαιωμάτων τους σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους. (Τεχνικός Οδηγός για τη Σεξουαλική Εκπαίδευση, UNESCO)

Η Συμπεριληπτική Ολοκληρωμένη Σεξουαλική Εκπαίδευση (ΣΟΣΕ) περιλαμβάνει

- 1) την αναγνώριση και αμφισβήτηση στερεοτύπων και νορμών που υπάρχουν στην κοινωνία όσον αφορά τα φύλα και τη σεξουαλικότητα και οδηγούν σε φαινόμενα όπως η έμφυλη βία, αλλά και
- 2) την αναγνώριση και συμπερίληψη της διαφορετικότητας. Επίσης,
- 3) εστιάζει στην εκπαίδευση στα δικαιώματα, όπως για, παράδειγμα, στο δικαίωμα της προστασίας, μέσα από την καλλιέργεια δεξιοτήτων, ώστε ένα παιδί να λειτουργεί με ασφαλή τρόπο, αναγνωρίζοντας κινδύνους και να ζητά βοήθεια, σε περίπτωση εκφοβισμού, σεξουαλικής παρενόχλησης ή κακοποίησής του.

Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν

- ❖ Αποφύγετε τη διδασκαλία των δραστηριοτήτων λίγο πριν από τα Σαββατοκύριακα, τις αργίες ή τις διακοπές, σε περίπτωση που τα παιδιά έχουν περισσότερες απορίες.
- ❖ Προγραμματίστε τις δραστηριότητες πριν από ένα ελεύθερο χρονικό διάστημα, όπως το μεσημεριανό γεύμα ή το διάλειμμα, ώστε τα παιδιά να έχουν την ευκαιρία να σας μιλήσουν ιδιαίτερα.
- ❖ Λάβετε υπόψη σας ότι τα παιδιά ηλικίας 5-6 ετών δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν για μεγάλα χρονικά διαστήματα, όπως 45 λεπτά. Αν αυτό συμβαίνει με την ομάδα σας, μπορείτε να παραλείψετε κάποιες εργασίες ή να αφιερώσετε λιγότερο χρόνο για τη διεξαγωγή των δραστηριοτήτων αν τα παιδιά δείχνουν ότι δεν μπορούν να διατηρήσουν τη συγκέντρωσή τους για περισσότερο χρόνο.
- ❖ Αν έχετε επιπλέον χρόνο ή αν τα παιδιά φαίνονται αναστατωμένα, αφιερώστε λίγα λεπτά επιπλέον για να τα προσκαλέσετε σε μια στιγμή χαλάρωσης/μια άσκηση χαλαρής αναπνοής (κλείστε τα μάτια σας, αναπνεύστε από τη μύτη σας, γεμίστε την κοιλιά σας με αέρα, απελευθερώστε τον αέρα αργά από το στόμα σας. Επαναλάβετε 8 φορές). Μετά από αυτό, εξηγήστε στα παιδιά ότι τα παιχνίδια σχετικά με τα συναισθήματα μπορεί να προκαλούν αναστάτωση μερικές φορές. Αν κάποιο από αυτά αισθάνεται αναστατωμένο, ζητήστε του να έρθει σε εσάς για να το συζητήσει.
- ❖ Να είστε προετοιμασμένοι/-νες για στερεότυπα, αρνητικά σχόλια, παρατσούκλια και πώς να αντιμετωπίζετε αυτές τις καταστάσεις. Να παρεμβαίνετε άμεσα, τα παιδιά μαθαίνουν από την αντίδραση των ενηλίκων σε μια κατάσταση.

- ❖ Κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων, δώστε ιδιαίτερη προσοχή στα παιδιά που φέρονται παράξενα, αδιαφορούν για το θέμα ή κάνουν συγκεκριμένες ερωτήσεις. Ίσως θελήσετε να μιλήσετε ιδιαίτερα σε αυτά τα παιδιά.
- ❖ Αναγνωρίστε την πιθανή αμηχανία. Μοιραστείτε με τα παιδιά ότι «πολλοί άνθρωποι αισθάνονται άβολα όταν συζητούν σεξουαλικά θέματα και αυτό είναι ΟΚ. Ωστόσο, ο μόνος τρόπος για να σταματήσουμε τη σεξουαλική κακοποίηση είναι να μιλήσουμε γι' αυτήν».
- ❖ Βοηθήστε τα παιδιά να πιστεύουν στον εαυτό τους και να εμπιστεύονται τα συναισθήματά τους.
- ❖ Σε ό,τι αφορά στην Ενότητα 3, μπορείτε να αξιοποιήσετε τα σχόλια σχετικά με τη σεξουαλικότητα, τη συμπάθεια, τον έρωτα κ.λπ. για να ανοίξετε συζητήσεις γύρω από τα θέματα που καλύπτονται εκεί, τα οποία ενισχύουν τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις στάσεις που αναπτύχθηκαν στις Ενότητες 1 και 2.
- ❖ Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση συμβουλών σχετικά με την ασφάλεια των παιδιών στο διαδίκτυο μπορείτε να βρείτε στο υποστηρικτικό υλικό της Ενότητας 4.
- ❖ Πληροφορίες για το σώμα και τις λειτουργίες του ανάλογα με την ηλικία

5-6 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Ονόματα όλων των μερών του σώματος και των λειτουργιών τους, συμπεριλαμβανομένων των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων. • Όλα τα σώματα είναι μοναδικά και φαίνονται διαφορετικά. Κάθε άνθρωπος θα πρέπει να σέβεται το σώμα του και το σώμα των άλλων. • Το να ενδιαφέρεται ένα άτομο για το σώμα του είναι κάτι συνηθισμένο και φυσιολογικό.
6-9-ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Διαφορές στο βιολογικό γυναικείο και ανδρικό σώμα, καθώς και στα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα.

	<ul style="list-style-type: none"> • Σωματικές αλλαγές και ατομική ανάπτυξη του σώματος, συμπεριλαμβανομένης της εμμηνόρροιας και της εκσπερμάτισης.
9-11 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Πρώιμες αλλαγές στην εφηβεία. • Υγιεινή του σώματος, συμπεριλαμβανομένης της εμμήνου ρύσεως και της εκσπερμάτισης. • Εσωτερικά και εξωτερικά σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα και οι λειτουργίες τους.

(WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010, UNESCO, 2018)

❖ Πληροφορίες για την εφηβεία ανάλογα με την ηλικία

(WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010, UNESCO, 2018)

5-6 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Το σώμα του κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικό. • Υπάρχουν διαφορές στα σώματα και στην ανάπτυξη κατά την ενηλικίωση - βασικές γνώσεις για την εφηβεία. • Η ενηλικίωση συνεπάγεται πολλές φυσικές αλλαγές στο σώμα του ατόμου. • Η εφηβεία είναι ένα φυσιολογικό και υγιές μέρος της ενηλικίωσης.
6-9 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Ατομική ανάπτυξη του σώματος. • Αλλαγές στο σώμα κατά την εφηβεία. • Βασικές γνώσεις σχετικά με την έμμηνο ρύση, τη στύση και την εκσπερμάτιση.
9-11 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Γνώση των σημαντικότερων σωματικών αλλαγών που συμβαίνουν στην εφηβεία. • Η διαδικασία της εφηβείας. • Ωρίμανση του σεξουαλικού και αναπαραγωγικού συστήματος. <ul style="list-style-type: none"> ○ Εμμηνορροϊκός κύκλος ○ Σωματικά συμπτώματα και συναισθήματα που μπορεί να έχουν τα βιολογικά κορίτσια κατά την έμμηνο ρύση ○ Στύσεις λόγω διέγερσης ή χωρίς ιδιαίτερο λόγο και έκκριση υγρών τη νύχτα («υγρά όνειρα») ως φυσιολογικό μέρος της εφηβείας.

- ❖ Τι να διδάξετε στα παιδιά για τα συναισθήματα. Στον πίνακα που ακολουθεί, μπορείτε να διερευνήσετε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τις πληροφορίες, τις δεξιότητες και τις στάσεις, που σχετίζονται με τα συναισθήματα και πρέπει να αναπτυχθούν στα παιδιά, σύμφωνα με τα Πρότυπα του ΠΟΥ για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση.

5-6 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Το να αισθάνεται κανείς καλά και να είναι κοντά σε άλλα άτομα είναι φυσικό. • Το να αισθάνεται κανείς καλά στο σώμα του είναι φυσικό. • Τα σεξουαλικά συναισθήματα όπως η εγγύτητα, η απόλαυση και ο ενθουσιασμός αποτελούν μέρος άλλων φυσικών συναισθημάτων . • Τα συναισθήματα γίνονται αισθητά στο σώμα με διάφορους τρόπους. 		
6-9 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Συναισθήματα, όπως απόλαυση και ευχαρίστηση, όταν αγγίζει κανείς το σώμα του. 		
9-11 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Το να αισθάνεται ένα άτομο ευχαρίστηση από τη σωματική επαφή (π.χ. αγκαλιές, χάρδια, φιλιά ή σεξουαλική επαφή με άλλους) είναι φυσικό. • Το να αισθάνεται ένα άτομο καλά στο σώμα του είναι ένα υγιές μέρος της ανθρώπινης ύπαρξης. • Η σεξουαλικότητα είναι ένα θετικό και υγιές μέρος της ζωής των ανθρώπων από τη γέννηση έως την ενηλικίωση. • Δεν είναι κακό να έχει ένα άτομο περιέργεια για τα συναισθήματα, τα αισθήματα που συνδέονται με το σώμα και τη σεξουαλικότητα. 		
Ηλικιακή ομάδα	Πληροφορίες Δίνουμε πληροφορίες για	Δεξιότητες Ενδυναμώνουμε τα παιδιά για	Στάσεις Βοηθάμε τα παιδιά να αναπτύξουν
4-6 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • τη ζήλια, τον θυμό, την επιθετικότητα , την απογοήτευση • τη φιλία και την αγάπη προς άτομα του ίδιου φύλου • τη διαφορά μεταξύ φιλίας και αγάπης 	<ul style="list-style-type: none"> • να διαχειρίζονται τις απογοητεύσεις • να εκφράζουν και να γνωστοποιούν τα συναισθήματα, τις επιθυμίες και τις ανάγκες τους • να διαχειρίζονται τόσο τη δική τους ανάγκη όσο και των άλλων για ιδιωτικότητα 	<ul style="list-style-type: none"> • την αποδοχή ότι τα συναισθήματα αγάπης (ως μέρος όλων των συναισθημάτων) είναι φυσικά • τη στάση ότι η δική τους εμπειρία και έκφραση συναισθημάτων είναι σωστή και σημαντική (εκτιμώντας την

	<ul style="list-style-type: none"> • τους κρυφούς έρωτες, τον πρώτο έρωτα («ξεμυαλίσματα» και «κολλήματα», ανεκπλήρωτοι έρωτες). 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>να κατονομάζουν επαρκώς τα συναισθήματά τους.</u> 	<u>αξία των συναισθημάτων τους):</u>
6-9 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • τη διαφορά μεταξύ φιλίας, αγάπης και λαγνείας • τη ζήλια, τον θυμό, την επιθετικότητα, την απογοήτευση • <u>τη φιλία και την αγάπη προς άτομα του ίδιου φύλου.</u> • <u>τους κρυφούς έρωτες, τον πρώτο έρωτα («ξεμυαλίσματα» και «κολλήματα», ανεκπλήρωτοι έρωτες).</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • να εκφράζουν και να γνωστοποιούν τα συναισθήματα, τις επιθυμίες και τις ανάγκες τους • να διαχειρίζονται τις απογοητεύσεις • <u>να κατονομάζουν επαρκώς τα συναισθήματά τους.</u> • <u>να διαχειρίζονται τόσο τη δική τους ανάγκη όσο και των άλλων για ιδιωτικότητα.</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • την αποδοχή ότι τα συναισθήματα αγάπης (ως μέρος όλων των συναισθημάτων) είναι φυσικά • τη στάση ότι η δική τους εμπειρία και έκφραση συναισθημάτων είναι σωστή και σημαντική (εκτιμώντας την αξία των συναισθημάτων τους)
9-12 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • τα διαφορετικά συναισθήματα, π.χ. περιέργεια, έρωτας, αμφιθυμία, ανασφάλεια, ντροπή, φόβος και ζήλια • τις διαφορές στις ατομικές ανάγκες για οικειότητα και ιδιωτικότητα 	<ul style="list-style-type: none"> • να εκφράζουν και να αναγνωρίζουν διάφορα συναισθήματα στον εαυτό τους και στους άλλους • να εκφράζουν τις δικές τους ανάγκες, επιθυμίες, όρια και να τα σέβονται εξίσου και στους άλλους • να διαχειρίζονται τις απογοητεύσεις. 	<ul style="list-style-type: none"> • κατανόηση των συναισθημάτων και των αξιών (π.χ. να μην αισθάνονται ντροπή ή ενοχή για σεξουαλικά συναισθήματα ή επιθυμίες) • σεβασμό της ιδιωτικής ζωής των άλλων.

	<ul style="list-style-type: none"> • τη διαφορά μεταξύ φιλίας, αγάπης και λαγνείας • τη φιλία και την αγάπη προς άτομα του ίδιου φύλου. 		
--	---	--	--

(WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010)

* Κύριο θέμα (νέο) – **Με έντονη γραφή**: κύριο θέμα (εμπέδωση) – **Με έντονη πλάγια γραφή**: Πρόσθετο θέμα (νέο) – Με υπογραμμισμένη γραφή: πρόσθετο θέμα (εμπέδωση) – Με υπογραμμισμένη πλάγια γραφή.

Ενότητες

Ενότητα 1: Τι γνωρίζετε για τα σεξουαλικά δικαιώματα;

Στόχος της ενότητας

Αυτή η Ενότητα σας παρέχει δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 5 έως 11 ετών που στοχεύουν στην ενημέρωσή τους σχετικά με τα σεξουαλικά δικαιώματα. Ειδικότερα, περιλαμβάνει τα ακόλουθα τρία θέματα: **«Εισαγωγή στα σεξουαλικά δικαιώματα»**, **«Κοινωνικοί και πολιτισμικοί προσδιοριστικοί παράγοντες της σεξουαλικότητας»** και **«Ποικιλομορφία φύλου και σεξουαλικότητας»**. Κάθε θέμα, εκτός από τις δραστηριότητες, περιέχει σαφείς και λεπτομερείς οδηγίες που θα σας καθοδηγήσουν στην υλοποίησή τους, καθώς και ορισμένες βασικές πληροφορίες που είναι σημαντικό να θυμάστε κατά την εφαρμογή τους.

Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας

Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, θα είστε σε θέση να διδάσκετε στα παιδιά:

- **Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται** τα σεξουαλικά δικαιώματα.
- **Να συνδέουν** την εφαρμογή των σεξουαλικών δικαιωμάτων με καθημερινές καταστάσεις.
- **Να αποκτούν** δεξιότητες και εργαλεία για να σέβονται τα σεξουαλικά τους δικαιώματα και τα σεξουαλικά δικαιώματα των άλλων.
- **Να κατανοούν** τη σχέση μεταξύ ανθρωπίνων και σεξουαλικών δικαιωμάτων.
- **Να αναγνωρίζουν και να συνειδητοποιούν** τις δικές τους εσφαλμένες και ορθές πεποιθήσεις που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα.
- **Να επανεξετάζουν και να αναδομούν** πεποιθήσεις που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα.
- **Να μαθαίνουν και να αποκτούν** πρόσθετες γνώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα.

- **Να αναγνωρίζουν** τα κυρίαρχα στερεότυπα και τις προκαταλήψεις που σχετίζονται με τις ταυτότητες φύλου στο δικό τους περιβάλλον.
- **Να αναγνωρίζουν** τις ατομικές διαφορές που υπάρχουν μεταξύ όλων των παιδιών.
- **Να ξεκινούν** με κριτικούς αναστοχασμούς που σχετίζονται με την ταυτότητα φύλου.
- **Να αναπτύσσουν** ανεκτικότητα και κατανόηση απέναντι στην ποικιλομορφία των φύλων.
- **Να εξασκούνται και να αναπτύσσουν** ενσυναίσθηση, κατανόηση και αποδοχή απέναντι στη σεξουαλική ποικιλομορφία.
- **Να μαθαίνουν** πώς να παρέχουν επαρκή υποστήριξη σε άτομα που αντιμετωπίζουν καταστάσεις κρίσης που συνδέονται με το στίγμα, την ντροπή και τις ενοχές σχετικά με διαφορετικές σεξουαλικές ταυτότητες.
- **Να μαθαίνουν** να διακρίνουν το κοινωνικό φύλο (gender) από το βιολογικό φύλο (sex).
- **Να ευαισθητοποιούνται** σχετικά με την ποικιλομορφία των έμφυλων και σεξουαλικών ταυτοτήτων.

Κεφάλαιο 1: Εισαγωγή στα σεξουαλικά δικαιώματα

Βασικές πληροφορίες

Η εκπαίδευση στα ανθρώπινα και σεξουαλικά δικαιώματα αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της σύγχρονης παιδαγωγικής με στόχο τη δημιουργία μιας δημοκρατικής κοινωνίας που θα βασίζεται στην προώθηση της ισότητας και του σεβασμού της διαφορετικότητας (Council of Europe, 2020). Τα σεξουαλικά δικαιώματα είναι ανθρώπινα δικαιώματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα. Πρόκειται για «ένα σύνολο δικαιωμάτων που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα και απορρέουν από τα δικαιώματα στην ελευθερία, την ισότητα, την ιδιωτική ζωή, την αυτονομία, την ακεραιότητα και την αξιοπρέπεια όλων των ανθρώπων» (IPPF, 2008, vi). Η προστασία και ο σεβασμός των σεξουαλικών δικαιωμάτων κάθε ατόμου αποτελούν απαραίτητη προϋπόθεση για μια υγιή, λειτουργική, ολοκληρωμένη και παραγωγική ζωή, για τη

γενική ευημερία και υγεία. Η πλήρης ανάπτυξη της σεξουαλικότητας εξαρτάται από την ικανοποίηση βασικών ανθρώπινων αναγκών όπως: η επιθυμία για επαφή, οικειότητα, συναισθηματική έκφραση, ευχαρίστηση, τρυφερότητα και αγάπη.

Βασικές προϋποθέσεις για να προστατευθούν έγκαιρα και με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τα παιδιά και οι νέοι/-ες από τη σεξουαλική κακοποίηση είναι να γνωρίζουν τα σεξουαλικά τους δικαιώματα και να ενθαρρύνονται να αναπτύξουν μια υγιή, λειτουργική, αναπτυξιακά, κοινωνικά και πολιτισμικά προσαρμοσμένη σεξουαλικότητα.

Η γνώση των σεξουαλικών τους δικαιωμάτων για την προστασία τους καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους κρίνεται αναγκαία - ειδικά για τα παιδιά που ανήκουν σε ιδιαίτερα ευάλωτες κοινωνικές ομάδες. Χρειάζεται να διασφαλίζουμε ότι όλα τα παιδιά και τα νεαρά άτομα έχουν ίση πρόσβαση, φωνή και συμμετοχή και φροντίζουμε η γνώση των Σεξουαλικών Δικαιωμάτων να είναι εξίσου διαθέσιμη στους πιο υποβαθμισμένους και ευάλωτους πληθυσμούς.

Τον Μάιο του 2008, η Διεθνής Ομοσπονδία Οικογενειακού Προγραμματισμού (ΔΟΟΠ) υιοθέτησε το έγγραφο «Σεξουαλικά Δικαιώματα: Διακήρυξη της ΔΟΟΠ» στο οποίο επιβεβαιώνεται ότι τα σεξουαλικά δικαιώματα είναι ανθρώπινα δικαιώματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα. Συγκεκριμένα, τα δέκα (10) σεξουαλικά δικαιώματα είναι τα εξής:

- ❖ Άρθρο 1. Δικαίωμα στην ισότητα, στην ίση προστασία από τον νόμο και στην ελευθερία από κάθε μορφή διάκρισης λόγω βιολογικού φύλου, σεξουαλικότητας ή κοινωνικού φύλου. Όλοι οι άνθρωποι γεννιούνται ελεύθεροι με ίσα δικαιώματα και αξιοπρέπεια και πρέπει να προστατεύονται ισότιμα από τον νόμο έναντι διακρίσεων που βασίζονται στη σεξουαλικότητα, το βιολογικό ή το κοινωνικό φύλο τους.
- ❖ Άρθρο 2. Δικαίωμα συμμετοχής για όλα τα άτομα, ανεξαρτήτως βιολογικού φύλου, σεξουαλικότητας ή κοινωνικού φύλου. Όλα τα άτομα έχουν δικαίωμα σε ένα περιβάλλον που επιτρέπει την ενεργό, ελεύθερη και ουσιαστική συμμετοχή και συμβολή σε όλες τις πτυχές της ζωής.

- ❖ Άρθρο 3. Δικαίωμα στη ζωή, την ελευθερία, την ασφάλεια και τη σωματική ακεραιότητα του ατόμου. Όλα τα άτομα έχουν δικαίωμα στη ζωή, την ελευθερία και το δικαίωμα να είναι απαλλαγμένα από βασανιστήρια και σκληρή, απάνθρωπη και εξευτελιστική μεταχείριση λόγω βιολογικού φύλου, ηλικίας, κοινωνικού φύλου, ταυτότητας φύλου, σεξουαλικού προσανατολισμού, οικογενειακής κατάστασης και κατάστασης Ανοσολογικής Ανεπάρκειας (HIV/AIDS) και έχουν δικαίωμα να ασκούν τη σεξουαλικότητά τους χωρίς βία.
- ❖ Άρθρο 4. Δικαίωμα στην ιδιωτική ζωή. Όλα τα άτομα έχουν δικαίωμα στην ιδιωτική ζωή, η οποία είναι απαραίτητη για την άσκηση της σεξουαλικής και έμφυλης αυτονομίας.
- ❖ Άρθρο 5. Δικαίωμα προσωπικής αυτονομίας και αναγνώρισης ενώπιον του νόμου. Όλα τα άτομα έχουν το δικαίωμα να αναγνωρίζονται ενώπιον του νόμου σε θέματα που αφορούν τη σεξουαλικότητα, στο πλαίσιο της μη διάκρισης και με τον δέοντα σεβασμό των δικαιωμάτων των άλλων και της εξελισσόμενης ικανότητας των παιδιών.
- ❖ Άρθρο 6. Δικαίωμα στην ελευθερία σκέψης, άποψης και έκφρασης· δικαίωμα συνάθροισης. Όλα τα άτομα έχουν το δικαίωμα της ελευθερίας της σκέψης, της άποψης και της έκφρασης όσον αφορά ιδέες σχετικά με τη σεξουαλικότητα, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, την ταυτότητα φύλου και τα σεξουαλικά δικαιώματα, χωρίς περιορισμούς που βασίζονται στις κυρίαρχες πολιτιστικές πεποιθήσεις ή την πολιτική ιδεολογία.
- ❖ Άρθρο 7. Δικαίωμα στην υγεία και στα οφέλη της επιστημονικής προόδου. Όλα τα άτομα έχουν το δικαίωμα να απολαμβάνουν το υψηλότερο δυνατό επίπεδο σωματικής και ψυχικής υγείας.
- ❖ Άρθρο 8. Δικαίωμα στην εκπαίδευση και την πληροφόρηση. Όλα τα άτομα, χωρίς διακρίσεις, έχουν δικαίωμα στην εκπαίδευση και την πληροφόρηση γενικά και στην ολοκληρωμένη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση.
- ❖ Άρθρο 9. Δικαίωμα της επιλογής γάμου ή όχι και της δημιουργίας οικογένειας, καθώς και της απόφασης για το αν, πώς και πότε να αποκτήσεις παιδιά. Όλα τα άτομα έχουν το δικαίωμα να επιλέγουν αν θα παντρευτούν ή όχι, αν θα δημιουργήσουν οικογένεια ή όχι, πότε θα αποκτήσουν παιδιά και να

αποφασίζουν ελεύθερα και υπεύθυνα για τον αριθμό των παιδιών και το χρονικό διάστημα που θα μεσολαβήσει μεταξύ της απόκτησης του κάθε παιδιού, μέσα σε ένα περιβάλλον όπου οι νόμοι και οι πολιτικές αναγνωρίζουν την ποικιλομορφία των μορφών οικογένειας, συμπεριλαμβανομένων και εκείνων που δεν ορίζονται από την καταγωγή ή τον γάμο.

- ❖ Άρθρο 10. Δικαίωμα λογοδοσίας και επανόρθωσης. Όλα τα άτομα έχουν δικαίωμα σε αποτελεσματικά, επαρκή, προσβάσιμα και κατάλληλα εκπαιδευτικά, νομοθετικά, δικαστικά και άλλα μέτρα που εξασφαλίζουν τον σεβασμό όλων των σεξουαλικών δικαιωμάτων (IPPF, 2008).

Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν

- χρησιμοποιούμε γλώσσα βασισμένη στα δικαιώματα αντί για γλώσσα βασισμένη στις ανάγκες και στους κινδύνους - π.χ. "Τα νεαρά άτομα έχουν το δικαίωμα σε πληροφορίες και υπηρεσίες ώστε να μπορούν να προστατεύσουν τον εαυτό τους", αντί για " Τα νεαρά άτομα πρέπει να ενημερωθούν για να αποφύγουν τη μη ασφαλή σεξουαλική δραστηριότητα ή για να μην υποστούν κακοποίηση".
- παρέχουμε ευκαιρίες για να συζητήσουν χαρακτηριστικά ή περιστάσεις που μπορεί να επηρεάσουν την απόλαυση των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων τους - π.χ. επιβλαβή πρότυπα φύλου, κοινωνικές απόψεις για σεξουαλικό προσανατολισμό, η κοινωνικοοικονομική κατάσταση κ.λπ.
- διδάσκουμε εξίσου τις υποχρεώσεις προς τα άλλα άτομα που προκύπτουν από τα δικαιώματα
- βεβαιωνόμαστε ότι όλα τα παιδιά έχουν κατανοήσει τα Σεξουαλικά δικαιώματα ειδικά αυτά που ανήκουν στους πιο υποβαθμισμένους και ευάλωτους πληθυσμούς
- διασφαλίζουμε ότι όλα τα παιδιά και τα νεαρά άτομα έχουν ίση πρόσβαση, φωνή και συμμετοχή και μοιράζονται τις απόψεις και τις εμπειρίες τους

- προωθούμε την ενεργό συμμετοχή στα κοινά (ενεργή πολιτειότητα) για να διασφαλιστεί ότι τα παιδιά και τα νεαρά άτομα θα αναπτύξουν τα εργαλεία για να προστατεύουν τα δικαιώματά τους και των δικαιωμάτων των άλλων.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Γνωρίζω τα δικαιώματά μου (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τα σεξουαλικά δικαιώματα· ❖ Να συνδέουν την εφαρμογή των σεξουαλικών δικαιωμάτων με καθημερινές καταστάσεις· ❖ Να αποκτούν δεξιότητες και εργαλεία για να σέβονται τα σεξουαλικά δικαιώματα, τα δικά τους και των άλλων.
Υλικά	- Κάρτες σεξουαλικών δικαιωμάτων (Παράρτημα 1 της Ενότητας 1)
Οδηγίες	❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι στόχος της δραστηριότητας είναι να τα εισαγάγετε στα σεξουαλικά δικαιώματα. Μπορείτε να ξεκινήσετε τη δραστηριότητα με ερωτήσεις, όπως: «Ξέρετε τι σημαίνει να έχεις ένα δικαίωμα;», «Έχετε ακούσει ποτέ στο παρελθόν για κάποιο δικαίωμα;», «Έχετε ακούσει για κάποιο από τα δικαιώματά σας (των παιδιών);», «Τι νομίζετε ότι θα μπορούσε να είναι;». Εξηγήστε εν συντομία την έννοια των δικαιωμάτων στα παιδιά: «Οι άνθρωποι έχουν γράψει ένα σύνολο κανόνων που καθιστούν (κάνουν) όλους τους ανθρώπους και τα παιδιά

ίσα. Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι σαν ειδικοί κανόνες που πρέπει να ισχύουν για κάθε άτομο στον κόσμο, ανεξάρτητα από το πού ζει ή ποιος είναι. Αυτοί οι κανόνες υπάρχουν για να διασφαλίζουν ότι όλες/-α/-οι αντιμετωπίζονται με ευγένεια, δικαιοσύνη και σεβασμό. Όταν μιλάμε για τα σεξουαλικά δικαιώματα ως μέρος των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, εννοούμε ότι οι άνθρωποι έχουν το δικαίωμα να κάνουν επιλογές σχετικά με το σώμα τους και με ποιον θέλουν να είναι μαζί τους με αγάπη και σεβασμό. Σημαίνει να μπορείτε να λέτε "ναι" ή "όχι" σε πράγματα που σας κάνουν να αισθάνεστε άνετα ή άβολα όσον αφορά το σώμα και τα συναισθήματά σας. Αυτά τα δικαιώματα είναι σημαντικά επειδή προστατεύουν τον προσωπικό μας χώρο και μας βοηθούν να παραμένουμε ασφαλείς και ευτυχισμένοι. Είναι σαν να λέμε ότι όλες/-α/-οι αξίζουμε να μας φέρονται όμορφα, ανεξάρτητα από το ποιοι είμαστε ή ποιον αγαπάμε. Επομένως, τα ανθρώπινα δικαιώματα και τα σεξουαλικά δικαιώματα πάνε πακέτο για να διασφαλιστεί ότι όλοι αντιμετωπίζονται με δικαιοσύνη, ευγένεια και σεβασμό σε σχέση με το σώμα και τα συναισθήματά τους». Εξηγήστε τους ότι πρόκειται για δικαιώματα που τους παρέχουν τη δυνατότητα να προστατεύονται, να γίνονται σεβαστά και να αναγνωρίζονται ανεξάρτητα από το φύλο τους, τον τόπο διαμονής τους, το είδος της οικογένειας που θέλουν όταν μεγαλώσουν. (10 λεπτά)

- ❖ **Κύρια δραστηριότητα.** Κόψτε τις επιμέρους δηλώσεις στις κάρτες σεξουαλικών δικαιωμάτων, από τον πίνακα του Παραρτήματος 1 της Ενότητας 1. Τοποθετήστε τες σε ένα τραπέζι, επιφάνεια εργασίας ή στο πάτωμα με το κείμενο προς τα κάτω και ανακατέψτε τες καλά. Από τη στοίβα που

	<p>έχετε τοποθετήσει στο τραπέζι, τραβήξτε μία κάρτα και διαβάστε μία δήλωση κάθε φορά. Αφού διαβάσετε μεγαλόφωνα τη δήλωση της κάρτας στα παιδιά, ζητήστε τους να σας δείξουν αν συμφωνούν ή διαφωνούν με το περιεχόμενό της. Σε περίπτωση που συμφωνούν, δείχνουν με τον αντίχειρά τους προς τα πάνω (σηκώνοντας το χέρι τους πάνω από το κεφάλι τους) και σε περίπτωση που διαφωνούν, ο αντίχειράς τους δείχνει προς τα κάτω. Αν έχουν κάποια απορία σχετικά με όσα διαβάσατε ή αν κάτι δεν τους είναι σαφές ή έχουν αμφιβολίες, θα πρέπει να τοποθετήσουν τον αντίχειρά τους οριζόντια. Σε αυτή την περίπτωση, σταματήστε και διευκρινίστε στα παιδιά αυτό που δεν καταλαβαίνουν. Επαναλάβετε τη διαδικασία για όλες τις έτοιμες κάρτες. (25 λεπτά)</p> <p>❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα και ρωτώντας τα: α. Τι μάθατε σήμερα για τα δικαιώματα;, β. Γιατί πιστεύετε ότι είναι σημαντικό να μάθετε και να κατανοήσετε τα σεξουαλικά δικαιώματα;, γ. Με ποιον τρόπο μπορεί να σας βοηθήσει, τώρα, καθώς μεγαλώνετε και στο μέλλον;, δ. Σας άρεσε η δραστηριότητα;, ε. Σας εξέπληξε κάτι; Αν ναι, τι; (10 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Βάλτε τα παιδιά να καθίσουν σε ημικύκλιο μπροστά σας, ώστε να μπορείτε να βλέπετε καθαρά κάθε παιδί της ομάδας. - Τονίστε ότι δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις και ότι θα απαντήσετε στις αμφιβολίες ή τις ερωτήσεις τους. - Χρησιμοποιήστε τον αριθμό των καρτών που έχετε στη διάθεσή σας. Αν καθυστερήσετε περισσότερο σε κάποιες εξηγήσεις, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις υπόλοιπες κάρτες μια άλλη φορά.

Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές διαδικτυακό περιβάλλον	για Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision "Power of Family" - Tanja Tankosić Girt</i>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Γνωρίζω τα δικαιώματά μου (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τα σεξουαλικά δικαιώματα· ❖ Να συνδέουν την εφαρμογή των σεξουαλικών δικαιωμάτων με καθημερινές καταστάσεις· <p>Να αποκτούν δεξιότητες και εργαλεία για να σέβονται τα σεξουαλικά δικαιώματα, τα δικά τους και των άλλων.</p>
Υλικά	- Κάρτες σεξουαλικών δικαιωμάτων (Παράρτημα 1 της Ενότητας 1)
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι στόχος της δραστηριότητας είναι να τα εισαγάγετε στα σεξουαλικά δικαιώματα. Μπορείτε να ξεκινήσετε τη δραστηριότητα με ερωτήσεις, όπως: «Ξέρετε τι σημαίνει να έχεις ένα δικαίωμα;», «Έχετε ακούσει ποτέ στο παρελθόν για κάποιο δικαίωμα;», «Έχετε ακούσει για κάποιο από τα δικαιώματά σας (των παιδιών);», «Τι νομίζετε ότι θα μπορούσε να είναι;». Εξηγήστε εν συντομία την έννοια των δικαιωμάτων στα παιδιά: «Οι

άνθρωποι έχουν γράψει ένα σύνολο κανόνων που καθιστούν (κάνουν) όλους τους ανθρώπους και τα παιδιά ίσα. Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι σαν ειδικοί κανόνες που πρέπει να ισχύουν για κάθε άτομο στον κόσμο, ανεξάρτητα από το πού ζει ή ποιος είναι. Αυτοί οι κανόνες υπάρχουν για να διασφαλίζουν ότι όλες/-α/-οι αντιμετωπίζονται με ευγένεια, δικαιοσύνη και σεβασμό. Όταν μιλάμε για τα σεξουαλικά δικαιώματα ως μέρος των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, εννοούμε ότι οι άνθρωποι έχουν το δικαίωμα να κάνουν επιλογές σχετικά με το σώμα τους και με ποιον θέλουν να είναι μαζί τους με αγάπη και σεβασμό. Σημαίνει να μπορείτε να λέτε "ναι" ή "όχι" σε πράγματα που σας κάνουν να αισθάνεστε άνετα ή άβολα όσον αφορά το σώμα και τα συναισθήματά σας. Αυτά τα δικαιώματα είναι σημαντικά επειδή προστατεύουν τον προσωπικό μας χώρο και μας βοηθούν να παραμένουμε ασφαλείς και ευτυχισμένοι. Είναι σαν να λέμε ότι όλες/-α/-οι αξίζουμε να μας φέρονται όμορφα, ανεξάρτητα από το ποιο είμαστε ή ποιον αγαπάμε. Επομένως, τα ανθρώπινα δικαιώματα και τα σεξουαλικά δικαιώματα πάνε πακέτο για να διασφαλιστεί ότι όλοι αντιμετωπίζονται με δικαιοσύνη, ευγένεια και σεβασμό σε σχέση με το σώμα και τα συναισθήματά τους». Εξηγήστε τους ότι πρόκειται για δικαιώματα που τους παρέχουν τη δυνατότητα να προστατεύονται, να γίνονται σεβαστά και να αναγνωρίζονται ανεξάρτητα από το φύλο τους, τον τόπο διαμονής τους, το είδος της οικογένειας που θέλουν όταν μεγαλώσουν. (10 λεπτά)

- ❖ **Κύρια δραστηριότητα.** Πριν από την προγραμματισμένη δραστηριότητα, γράψτε τις δηλώσεις 1, 3, 7, 10, 11 και 19 που βρίσκονται στο Παράρτημα 1 της Ενότητας 1 στη μία

πλευρά του σχολικού πίνακα ή του χαρτοπίνακα (flipchart) και τις ερωτήσεις που παρατίθενται παρακάτω στο δεύτερο μέρος του σχολικού πίνακα ή του χαρτοπίνακα. Χωρίστε την ευρύτερη ομάδα των παιδιών σε μικρότερες ομάδες των 3-4 παιδιών (μπορείτε να προσθέσετε περισσότερες δηλώσεις που εκτιμάτε ότι μπορεί να αφορούν τη συγκεκριμένη ομάδα παιδιών με την οποία υλοποιείτε τη δραστηριότητα ανάλογα με το μέγεθος της ομάδας με την οποία εργάζεστε). Ο αριθμός των μικρότερων ομάδων θα πρέπει να είναι ο ίδιος με τον αριθμό των δηλώσεων που έχετε επιλέξει για αυτή τη δραστηριότητα. Δώστε σε κάθε μικρή ομάδα ένα όνομα: μπορείτε να εμπνευστείτε, για παράδειγμα, από τα ζώα, τα χρώματα, τους υπερήρωες (τα παιδιά μπορούν επίσης να επιλέξουν το όνομα της ομάδας τους). Εξηγήστε τους ότι καθεμία από τις ομάδες θα έχει την ίδια εργασία αλλά διαφορετικό θέμα. Αναθέστε μία δήλωση από το Παράρτημα 1 της Ενότητας 1 σε καθεμία από τις μικρές ομάδες. Βεβαιωθείτε ότι κάθε μικρή ομάδα παίρνει μια διαφορετική κάρτα και ότι υπάρχει ίσος αριθμός δηλώσεων σχετικά με τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις/ευθύνες. Αφού αναθέσετε σε κάθε μικρή ομάδα μία από τις δηλώσεις, ζητήστε από τα παιδιά να απαντήσουν στις ακόλουθες ερωτήσεις:

- Πώς/Με ποιον τρόπο καταλαβαίνετε αυτή την πρόταση που μόλις διάβασα;
- Ποιος μπορεί και πρέπει να σας βοηθήσει να την καταλάβετε καλύτερα;
- Ποιον χρειάζεστε και ποιος μπορεί να σας βοηθήσει να διασφαλίσετε ότι τα δικαιώματά σας γίνονται σεβαστά;

	<p>- Αφήστε τα παιδιά να εξηγήσουν πώς την καταλαβαίνουν!</p> <p>Οι μικρές ομάδες δίνουν απαντήσεις, μία προς μία. Αφού διαβαστεί κάθε δήλωση, ζητήστε από τη μικρή ομάδα στην οποία έχετε αναθέσει τη συγκεκριμένη δήλωση να προσπαθήσει να απαντήσει στις ερωτήσεις. Ενθαρρύνετε τη συζήτηση επί του θέματος και μην επιμένετε στις σωστές απαντήσεις. Είναι σημαντικό να αποκτήσετε μια εικόνα για το πώς τα παιδιά κατανοούν και βιώνουν τα σεξουαλικά δικαιώματα. (30 λεπτά)</p> <p>❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα και ρωτώντας τα α. Τι μάθατε σήμερα για τα δικαιώματα;, β. Γιατί πιστεύετε ότι είναι σημαντικό να μάθετε και να κατανοήσετε τα σεξουαλικά δικαιώματα;, γ. Με ποιον τρόπο μπορεί να σας βοηθήσει, τώρα, καθώς μεγαλώνετε και στο μέλλον;, δ. Σας άρεσε η δραστηριότητα;, ε. Σας εξέπληξε κάτι; Αν ναι, τι; (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Μπορείτε να επιλέξετε άλλες δηλώσεις από το Παράρτημα 1 της Ενότητας 1 που θεωρείτε σημαντικές. - Μην επιλέγετε περισσότερες από 6-7 δηλώσεις, ώστε να έχετε αρκετό χρόνο για να συζητήσετε την καθεμία με τα παιδιά. - Στόχος της δραστηριότητας είναι τα παιδιά να αρχίσουν να κατανοούν, να αναγνωρίζουν και να συνδέουν τα σεξουαλικά δικαιώματα με καθημερινές καταστάσεις. Μην επιμένετε στις σωστές απαντήσεις αν παρατηρήσετε ότι τα παιδιά δεν καταλαβαίνουν κάτι.

	- Προσπαθήστε να βεβαιωθείτε ότι οι δηλώσεις που επιλέγετε αντιστοιχούν σε ίσο αριθμό δικαιωμάτων και υποχρεώσεων/ευθυνών.
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision "Power of Family"</i> – <i>Tanja Tankosić Girt</i>

Δραστηριότητα 3

Τίτλος Δραστηριότητας	Γνωρίζω τα δικαιώματά μου και τις υποχρεώσεις μου (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τα σεξουαλικά δικαιώματα· ❖ Να συνδέουν την εφαρμογή των σεξουαλικών δικαιωμάτων με καθημερινές καταστάσεις· ❖ Να αποκτούν δεξιότητες και εργαλεία για να σέβονται τα σεξουαλικά δικαιώματα, τα δικά τους και των άλλων· ❖ Να κατανοούν τη σχέση μεταξύ ανθρωπίνων και σεξουαλικών δικαιωμάτων.
Υλικά	- Φιλικός προς τα παιδιά κατάλογος σεξουαλικών δικαιωμάτων (Παράρτημα 2 της Ενότητας 1)
Οδηγίες	❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εισάγετε τα παιδιά στην έννοια των σεξουαλικών και ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτή την εξήγηση: «Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι σαν ειδικοί κανόνες που

πρέπει να ισχύουν για κάθε άτομο στον κόσμο, ανεξάρτητα από το πού ζει ή ποιος είναι. Αυτοί οι κανόνες υπάρχουν για να διασφαλίζουν ότι όλες/-α/-οι αντιμετωπίζονται με ευγένεια, δικαιοσύνη και σεβασμό. Όταν μιλάμε για τα σεξουαλικά δικαιώματα ως μέρος των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, εννοούμε ότι οι άνθρωποι έχουν το δικαίωμα να κάνουν επιλογές σχετικά με το σώμα τους και με ποιον θέλουν να είναι μαζί τους με αγάπη και σεβασμό. Σημαίνει να μπορείτε να λέτε "ναι" ή "όχι" σε πράγματα που σας κάνουν να αισθάνεστε άνετα ή άβολα όσον αφορά το σώμα και τα συναισθήματά σας. Αυτά τα δικαιώματα είναι σημαντικά επειδή προστατεύουν τον προσωπικό μας χώρο και μας βοηθούν να παραμένουμε ασφαλείς και ευτυχημένοι. Είναι σαν να λέμε ότι όλες/-α/-οι αξίζουμε να μας φέρονται όμορφα, ανεξάρτητα από το ποιοι είμαστε ή ποιον αγαπάμε. Επομένως, τα ανθρώπινα δικαιώματα και τα σεξουαλικά δικαιώματα πάνε πακέτο για να διασφαλιστεί ότι όλες/-α/-οι αντιμετωπίζονται με δικαιοσύνη, ευγένεια και σεβασμό σε σχέση με το σώμα και τα συναισθήματά τους». Ρωτήστε τα παιδιά αν γνωρίζουν ήδη κάτι γι' αυτό το θέμα και αν ξέρουν τι γνωρίζουν. Οδηγήστε τα παιδιά σε μια συζήτηση προς την κατεύθυνση των αυξημένων κινδύνων και των αρνητικών συνεπειών σε περίπτωση μη σεβασμού των σεξουαλικών δικαιωμάτων (π.χ. αν κάποιος σας αγγίξει με τρόπο που δεν αισθάνεστε άνετα, μπορεί να νιώσετε φόβο, αμηχανία ή μπορεί να σας βλάψει σωματικά. Αν κοροϊδεύουμε ή αποφεύγουμε ένα παιδί μόνο και μόνο επειδή δείχνει διαφορετικό, μπορεί να το στενοχωρήσουμε πολύ και να το αναστατώσουμε). (10 λεπτά)

	<p>❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο. Τοποθετήστε τον φιλικό προς τα παιδιά κατάλογο των σεξουαλικών δικαιωμάτων (Παράρτημα 2 της Ενότητας 1) σε εμφανές σημείο. Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες έτσι ώστε κάθε ομάδα να αναλάβει να μελετήσει και να εξηγήσει 2-3 σεξουαλικά δικαιώματα. Κάθε ομάδα θα πρέπει να προσπαθήσει να απαντήσει στις παρακάτω ερωτήσεις (μπορείτε να προσαρμόσετε τις ερωτήσεις με βάση την προσωπική σας εκτίμηση). Επιπλέον, γράψτε τις ερωτήσεις για το πρώτο και το δεύτερο μέρος της δραστηριότητας σε εμφανές σημείο, ώστε τα παιδιά να μπορούν να βλέπουν καθαρά τις ερωτήσεις, καθώς εργάζονται σε μικρές ομάδες:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Τι σημαίνει αυτό το δικαίωμα για εσάς, τη ζωή σας, το μέλλον σας;</i> - <i>Σκεφτείτε τι θα συνέβαινε αν αυτό το δικαίωμα δεν γινόταν σεβαστό. Βρείτε ένα παράδειγμα και επισημάνετε τις συνέπειες για εσάς στο παρόν και στο μέλλον.</i> - <i>Τι θα κάνατε αν παραβιαζόταν αυτό το δικαίωμα; Ποιες θα ήταν οι επιλογές σας; (15 λεπτά)</i> <p>❖ <i>Μέρος 2ο. Τα παιδιά παραμένουν στις ομάδες τους και κάθε ομάδα επιλέγει ένα από τα δικαιώματα που θεωρεί ότι είναι ιδιαίτερα σημαντικά γι' αυτά σε αυτό το στάδιο της ζωής τους. Ερωτήσεις για εργασία σε μικρές ομάδες:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Ποιος είναι ο λόγος που επιλέξατε αυτό το συγκεκριμένο δικαίωμα;</i> - <i>Διαφέρουν τα σεξουαλικά σας δικαιώματα από τα σεξουαλικά δικαιώματα των ενηλίκων; Γιατί;</i> - <i>Γιατί λένε ότι εσείς, οι νέοι και οι νέες, πρέπει να προστατεύεστε περισσότερο; (15 λεπτά)</i> <p>❖ <i>Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) ρωτώντας τα παιδιά: α. Τι μπορείτε να κάνετε για να</i></p>
--	--

	<p>διασφαλίσετε ότι τα δικαιώματά σας γίνονται σεβαστά; β. Πώς προστατεύουμε τα σεξουαλικά μας δικαιώματα; γ. Πώς σεβόμαστε τα σεξουαλικά δικαιώματα των άλλων; (5 λεπτά)</p>
Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν	<ul style="list-style-type: none"> - Προσαρμόστε τις ερωτήσεις για την εργασία σε ομάδες (και για τις δύο δραστηριότητες) ανάλογα με τον διαθέσιμο χρόνο, τις δυνατότητες των παιδιών και βοηθήστε τα με το παράδειγμά σας αν παρατηρήσετε ότι κάτι είναι πιο δύσκολο για αυτά. - Μπορείτε να εκτυπώσετε τα δικαιώματα, μεμονωμένα, σε χωριστά χαρτιά και να αφήσετε τις ομάδες των παιδιών να τραβήξουν τα χαρτάκια με τα δικαιώματα και έτσι να διασφαλίσετε ότι κάθε ομάδα θα πάρει διαφορετικά δικαιώματα.
Διανεμόμενα έντυπα	- Φιλικός προς τα παιδιά κατάλογος σεξουαλικών δικαιωμάτων (Παράρτημα 2 της Ενότητας 1)
Προσαρμογές για Δ/Υ διαδικτυακό περιβάλλον	
Βιβλιογραφικές αναφορές	<p><i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision "Power of Family"</i> – Tanja Tankosić Girt</p>

Δραστηριότητα 4

Τίτλος Δραστηριότητας	Γνωρίζω τα δικαιώματά μου και τις υποχρεώσεις μου (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τα σεξουαλικά δικαιώματα

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Να συνδέουν την εφαρμογή των σεξουαλικών δικαιωμάτων με καθημερινές καταστάσεις' ❖ Να αποκτούν δεξιότητες και εργαλεία για να σέβονται τα σεξουαλικά δικαιώματα, τα δικά τους και των άλλων' ❖ Να κατανοούν τη σχέση μεταξύ ανθρωπίνων και σεξουαλικών δικαιωμάτων.
Υλικά	Δ/Υ
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εισάγετε τα παιδιά στην έννοια των σεξουαλικών και ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτή την εξήγηση: «Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι σαν ειδικό κανόνες που πρέπει να ισχύουν για κάθε άτομο στον κόσμο, ανεξάρτητα από το πού ζει ή ποιος είναι. Αυτοί οι κανόνες υπάρχουν για να διασφαλίζουν ότι όλες/-α/-οι αντιμετωπίζονται με ευγένεια, δικαιοσύνη και σεβασμό. Όταν μιλάμε για τα σεξουαλικά δικαιώματα ως μέρος των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, εννοούμε ότι οι άνθρωποι έχουν το δικαίωμα να κάνουν επιλογές σχετικά με το σώμα τους και με ποιον θέλουν να είναι μαζί τους με αγάπη και σεβασμό. Σημαίνει να μπορείτε να λέτε "ναι" ή "όχι" σε πράγματα που σας κάνουν να αισθάνεστε άνετα ή άβολα όσον αφορά το σώμα και τα συναισθήματά σας. Αυτά τα δικαιώματα είναι σημαντικά επειδή προστατεύουν τον προσωπικό μας χώρο και μας βοηθούν να παραμένουμε ασφαλείς και ευτυχισμένοι. Είναι σαν να λέμε ότι όλες/-α/-οι αξίζουμε να μας φέρονται όμορφα, ανεξάρτητα από το ποιο είμαστε ή ποιον αγαπάμε. Επομένως, τα ανθρώπινα δικαιώματα και τα σεξουαλικά δικαιώματα πάνε πακέτο για να διασφαλιστεί ότι όλοι αντιμετωπίζονται με δικαιοσύνη, ευγένεια και σεβασμό σε σχέση με το σώμα και τα συναισθήματά τους». Ρωτήστε

	<p>τα παιδιά αν γνωρίζουν ήδη κάτι γι' αυτό το θέμα και αν ξέρουν τι γνωρίζουν. Οδηγήστε τα παιδιά σε μια συζήτηση προς την κατεύθυνση των αυξημένων κινδύνων και των αρνητικών συνεπειών σε περίπτωση μη σεβασμού των σεξουαλικών δικαιωμάτων (π.χ. αν κάποιος σας αγγίξει με τρόπο που δεν αισθάνεστε άνετα, μπορεί να νιώσετε φόβο, αμηχανία ή μπορεί να σας βλάψει σωματικά. Αν κοροϊδεύουμε ή αποφεύγουμε ένα παιδί μόνο και μόνο επειδή δείχνει διαφορετικό, μπορεί να το στενοχωρήσουμε πολύ και να το αναστατώσουμε). (10 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Δώστε ένα «Φύλλο εργασίας για τα σεξουαλικά δικαιώματα και τις υποχρεώσεις» (Παράρτημα 3 της Ενότητας 1) σε καθένα από τα παιδιά και ζητήστε τους να συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας μόνα τους. Αφού τελειώσουν όλα τα παιδιά, ζητήστε τους να παρουσιάσουν αυτό που έγραψαν. Για παράδειγμα, ένα παιδί παρουσιάζει το πρώτο σεξουαλικό δικαίωμα. Μετά από αυτό, ζητήστε από τα άλλα παιδιά να παρουσιάσουν αν έγραψαν/έδωσαν ένα διαφορετικό παράδειγμα και έτσι συνεχίζετε μέχρι να εξετάσετε όλα ή τα περισσότερα δικαιώματα με τα παιδιά. (25 λεπτά)</i> ❖ <i>Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) ρωτώντας τα παιδιά: α. Τι μπορείτε να κάνετε για να διασφαλίσετε ότι τα δικαιώματά σας γίνονται σεβαστά; β. Πώς προστατεύουμε τα σεξουαλικά μας δικαιώματα; γ. Πώς σεβόμαστε τα σεξουαλικά δικαιώματα των άλλων; δ. Γιατί είναι σημαντικό όταν μιλάμε για δικαιώματα να μιλάμε και για υποχρεώσεις; (10 λεπτά)</i>
<p>Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<p>- Τονίστε στα παιδιά τη σχέση μεταξύ δικαιωμάτων και υποχρεώσεων/ευθυνών.</p>

	- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να βρουν στη στήλη Αρμοδιότητες κάποια παραδείγματα από την καθημερινή ζωή που μπορεί να τα αφορούν. Για παράδειγμα, έχω το δικαίωμα να ζητάω αυτό που θέλω σε μια σχέση - πρέπει να πω ξεκάθαρα ότι είμαι ευχαριστημένος/-νη όταν κρατιόμαστε χέρι-χέρι ή όταν με αγκαλιάζουν, δεν πρέπει να συμφωνώ να.... ή δεν μπορώ να αναγκάσω κάποιο άτομο να με φιλήσει αν δεν του αρέσει. Είναι σημαντικό τα παιδιά να το αναγνωρίζουν αυτό σε συγκεκριμένο και όχι σε αφηρημένο επίπεδο.
Διανεμόμενα έντυπα	- Φύλλο εργασίας σχετικά με τα σεξουαλικά δικαιώματα και τις υποχρεώσεις (Παράρτημα 3 της Ενότητας 1)
Προσαρμογές για Δ/Υ διαδικτυακό περιβάλλον	
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision "Power of Family"</i> – <i>Tanja Tankosić Girt</i>

Κεφάλαιο 2: Κοινωνικοί και πολιτισμικοί προσδιοριστικοί παράγοντες της σεξουαλικότητας και των έμφυλων ρόλων

Βασικές πληροφορίες

Η ανθρώπινη σεξουαλικότητα είναι ποικίλη και, εκτός από βιολογικούς, ψυχολογικούς και φυσιολογικούς παράγοντες, επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από παράγοντες κοινωνικοποίησης. Πρόκειται για μια θεμελιώδη πτυχή της ανθρώπινης ταυτότητας και ζωής, η οποία περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών, προσανατολισμών και επιθυμιών. Τα πρότυπα και οι αξίες που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα έχουν σχεδιαστεί για να παρέχουν καθοδήγηση, να καθορίζουν τα όρια και να ρυθμίζουν τις σεξουαλικές συμπεριφορές που είναι κατάλληλες για κάθε φύλο. Αποσκοπούν στο να διακρίνουν τι θεωρείται καλό και τι όχι, αποδεκτό και μη

αποδεκτό και λειτουργικό και μη λειτουργικό. Ωστόσο, είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι αυτά τα πρότυπα και οι αξίες δεν είναι πάντα καλοπροαίρετα και μπορεί να φέρουν σιωπηρές μεροληψίες, επιβλαβείς πεποιθήσεις, προκαταλήψεις και στερεότυπα. Στο πλαίσιο της διδασκαλίας, της κατανόησης και της αμφισβήτησης αυτών των ζητημάτων, είναι ζωτικής σημασίας η παροχή ολοκληρωμένης, αμερόληπτης και συμπεριληπτικής σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης.

Τα πρότυπα και οι αξίες που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα και τα φύλα είναι βαθιά ριζωμένα στις κοινωνίες και συχνά διαμορφώνονται από πολιτιστικές, θρησκευτικές και ιστορικές επιρροές. Αν και μπορούν να χρησιμεύσουν ως κατευθυντήριες οδηγίες για υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά, μπορούν επίσης να διαιωνίσουν διακρίσεις και περιορισμούς που δεν στηρίζονται σε αποδεικτικά στοιχεία ή τη λογική. Αυτά τα πρότυπα μπορεί να καλλιεργήσουν ένα περιβάλλον όπου ορισμένοι σεξουαλικοί προσανατολισμοί, σωματικότητες ή ταυτότητες φύλου στιγματίζονται ή περιθωριοποιούνται, περιορίζοντας έτσι την ελευθερία των ατόμων να εκφράζονται αυθεντικά.

Οι εκπαιδευτικοί διαδραματίζουν σπουδαίο ρόλο στην αντιμετώπιση αυτών των ζητημάτων και στην προώθηση μιας πιο συμπεριληπτικής και ενημερωμένης προοπτικής για τη σεξουαλικότητα και τα φύλα. Κατά τη διδασκαλία για τη σεξουαλικότητα και τα φύλα, είναι σημαντικό να αποφεύγεται η ενίσχυση επιβλαβών στερεοτύπων ή παρωχημένων προτύπων. Αντ' αυτού, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να προσπαθήσουν να προωθήσουν έναν ανοιχτό, μη επικριτικό διάλογο και να δημιουργήσουν έναν ασφαλή χώρο για να εξερευνήσουν οι μαθητές/-τριες τις προσωπικές τους ταυτότητες και επιθυμίες.

Το βασικότερο είναι να προσεγγίσουμε το θέμα με ευαισθησία και σεβασμό αναγνωρίζοντας ότι η εμπειρία του φύλου και της σεξουαλικότητας κάθε ατόμου είναι μοναδική. Οι εκπαιδευτικοί διδάσκοντας στους/στις μαθητές/-τριες να σκέφτονται κριτικά σχετικά με τα πρότυπα και τις αξίες που συναντούν μπορούν να τους/τις βοηθήσουν να αναπτύξουν μια πιο διαφοροποιημένη κατανόηση της δικής τους σεξουαλικότητας και της ποικιλομορφίας των ανθρώπινων εμπειριών. Η άρνηση της σεξουαλικότητας των παιδιών και των νεαρών ατόμων μπορεί να εμποδίσει την

κατανόηση του σώματος και των συναισθημάτων τους, οδηγώντας ενδεχομένως σε σύγχυση και δυσφορία. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε τα εξής:

- Η αποφυγή των συζητήσεων για τη σεξουαλικότητα εξ αιτίας των σχετικών ταμπού μπορεί να συμβάλει σε ένα περιβάλλον όπου διάφορες μορφές σεξουαλικής κακοποίησης και έκθεσης σε κίνδυνο μπορούν να περάσουν απαρατήρητες ή να μην αναφερθούν.
- Η ανισότητα των φύλων διακινδυνεύει επιβλαβή στερεότυπα και πρότυπα περιορίζοντας περαιτέρω την ελευθερία των ατόμων να εξερευνησουν τη σεξουαλικότητά τους με υγιή και υποστηρικτικό τρόπο.
- Η αδυναμία αναγνώρισης και κατανόησης των σεξουαλικών αναγκών του ατόμου μπορεί να οδηγήσει σε δυσαρέσκεια και απογοήτευση επηρεάζοντας τη συνολική ευημερία του.
- Οι αρνητικές, διαστρεβλωμένες και μη λειτουργικές πεποιθήσεις για τη σεξουαλικότητα μπορούν να διακινδυνεύσουν μη λειτουργικές στάσεις και συμπεριφορές προκαλώντας δυνητικά βλάβη στα άτομα και τις σχέσεις.
- Ορισμένα κοινωνικά πρότυπα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα μπορεί να αποτρέψουν την ανοιχτή και ειλικρινή συζήτηση εμποδίζοντας την ανάπτυξη μιας υγιούς σεξουαλικής ταυτότητας και προκαλώντας συναισθηματική δυσφορία.
- Προάγουμε την κατανόηση της σεξουαλικότητας ως μιας θετικής πτυχής της προσωπικότητας, μέσω της ενδυνάμωσης αντί του εκφοβισμού. Η σεξουαλικότητα δεν πρέπει να έχει να κάνει με φόβο, ντροπή ή στίγμα, αλλά με την ευτυχία, την απόλαυση και την ολοκλήρωση.
- Οι εμπειρίες της ανθρώπινης σεξουαλικής απόλαυσης είναι ποικίλες και τα σεξουαλικά δικαιώματα διασφαλίζουν ότι η απόλαυση είναι μια θετική εμπειρία για όλα τα ενδιαφερόμενα άτομα και δεν αποκτάται παραβιάζοντας τα δικαιώματα και την ευημερία άλλων ανθρώπων.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Σωστό, λάθος ή κάτι ενδιάμεσο; (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Να αναγνωρίζουν και να συνειδητοποιούν τις δικές τους εσφαλμένες και ορθές πεποιθήσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα❖ Να επανεξετάζουν και να αναδομούν τις πεποιθήσεις που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα❖ Να μαθαίνουν και να αποκτούν πρόσθετες γνώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none">- Φαρδιά αυτοκόλλητη ταινία που θα είναι ευδιάκριτη στην επιφάνεια του δαπέδου του χώρου εργασίας- Τρεις μεγαλύτεροι κύκλοι από χαρτί ή χαρτόνι στα εξής χρώματα: κόκκινο, πορτοκαλί και πράσινο- Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 5-8 ετών (Παράρτημα 4 της Ενότητας 1).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none">❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Ξεκινήστε τη δραστηριότητα λέγοντας στα παιδιά ότι θα παίξουν το παιχνίδι «Σωστό ή Λάθος». Εκτυπώστε εκ των προτέρων ένα αντίγραφο των δηλώσεων σχετικά με τη σεξουαλικότητα για παιδιά 5-8 ετών που βρίσκονται στο Παράρτημα 4 της Ενότητας 1. Ως προετοιμασία για τη δραστηριότητα, τοποθετήστε χρωματιστή αυτοκόλλητη ταινία κατά μήκος όλου του χώρου εργασίας. Τοποθετήστε/Κολλήστε έναν κόκκινο κύκλο στο ένα άκρο της ταινίας, έναν πορτοκαλί κύκλο στη μέση της ταινίας και έναν πράσινο κύκλο στο αντίθετο

άκρο. Οι κύκλοι θα πρέπει να είναι αρκετά μεγάλοι ώστε να είναι ευδιάκριτοι. Αφού διαβάσετε κάποιες από τις δηλώσεις, τα παιδιά θα πρέπει να αποφασίσουν (το καθένα για τον εαυτό του) αν η πρόταση είναι σωστή ή λάθος. Αν, κατά τη γνώμη τους, είναι σωστή, τα παιδιά παίρνουν θέση στην ταινία κοντά στον πράσινο κύκλο, δηλαδή στο ένα άκρο της ταινίας, αν πιστεύουν ότι είναι λάθος, πηγαίνουν στο αντίθετο άκρο, δηλαδή στον κόκκινο κύκλο. Σε περίπτωση που δεν είναι βέβαια, δεν γνωρίζουν, παίρνουν θέση στη μέση της ταινίας, δηλαδή στον πορτοκαλί κύκλο. Ελέγξτε με μερικές ουδέτερες προτάσεις (π.χ. σήμερα είναι Δευτέρα, βρέχει κ.λπ.) αν τα παιδιά έχουν κατανοήσει τους κανόνες του παιχνιδιού. (5 λεπτά)

❖ **Κύρια δραστηριότητα.** Διαβάστε δυνατά στα παιδιά τις «Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 5-8 ετών». Αφού διαβάσετε κάθε πρόταση/δήλωση, ζητήστε από τα παιδιά να πάρουν θέση πάνω στην ταινία όπως θεωρούν ότι είναι σωστό. Όταν παρατηρήσετε ότι τα παιδιά έχουν εσφαλμένες, επιβλαβείς, διαστρεβλωμένες ή με άλλο τρόπο λανθασμένες πεποιθήσεις, σταματήστε στη συγκεκριμένη δήλωση και συζητήστε την με τα παιδιά. (25 λεπτά)

❖ **Συζήτηση σχετικά με τις δηλώσεις.** Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) ρωτώντας τα παιδιά: α. Τι μάθατε σήμερα μέσα από αυτή τη δραστηριότητα;; β. Σας άρεσε αυτή η δραστηριότητα;; γ. Μπορείτε να μοιραστείτε ένα πράγμα που μάθατε για το σώμα σας και σας έκανε να νιώσετε περιέργεια

	<p>ή έκπληξη;; δ. Πώς νιώθετε όταν μαθαίνετε νέα πράγματα για το σώμα σας ή για το πώς τα σώματα είναι διαφορετικά; Υπάρχει κάτι καινούργιο που μάθατε για τον εαυτό σας που δεν γνωρίζατε πριν; Πώς σας κάνει να αισθάνεστε;; ε. Έχετε σκεφτεί ποτέ κάτι για τα σώματα που όμως ανακαλύψατε ότι δεν ήταν απόλυτα σωστό; Τι ήταν αυτό και πώς αισθάνεστε τώρα που ξέρετε περισσότερα;; στ. Μπορείτε να μου πείτε ένα πράγμα που βρίσκετε ενδιαφέρον ή ωραίο σχετικά με τις πληροφορίες που συζητήσαμε σήμερα; (15 λεπτά)</p>
Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν	<ul style="list-style-type: none"> - Κατά την προετοιμασία και την επιλογή των δηλώσεων, χρησιμοποιήστε εκείνες που αποτελούν κοινές προκαταλήψεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα στον πολιτισμό και το περιβάλλον σας, τις οποίες έχετε, μέχρι τώρα, συναντήσει συχνότερα με παιδιά ή/και ενήλικα άτομα. - Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει περίπου ίσος αριθμός σωστών και λανθασμένων προτάσεων/δηλώσεων. - Τονίστε ότι τα παιδιά μπορούν να επιλέξουν να σταματήσουν στον πορτοκαλί κύκλο αν δεν είναι σίγουρα.
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές διαδικτυακό περιβάλλον	για Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision “Power of Family” – Tanja Tankosić Girt</i>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Σωστό, λάθος ή κάτι ενδιαμέσο; (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν και να συνειδητοποιούν τις δικές τους εσφαλμένες και ορθές πεποιθήσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα ❖ Να επανεξετάζουν και να αναδομούν τις πεποιθήσεις που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα ❖ Να μαθαίνουν και να αποκτούν πρόσθετες γνώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Φαρδιά αυτοκόλλητη ταινία που θα είναι ευδιάκριτη στην επιφάνεια του δαπέδου του χώρου εργασίας - Τρεις μεγαλύτεροι κύκλοι από χαρτί ή χαρτόνι στα εξής χρώματα: κόκκινο, πορτοκαλί και πράσινο - Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 9-11 ετών (Παράρτημα 5 της Ενότητας 1).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Ξεκινήστε τη δραστηριότητα λέγοντας στα παιδιά ότι θα παίξουν το παιχνίδι «Σωστό ή Λάθος». Εκτυπώστε εκ των προτέρων ένα αντίγραφο των δηλώσεων σχετικά με τη σεξουαλικότητα για παιδιά 9-11 ετών που βρίσκονται στο Παράρτημα 5 της Ενότητας 1. Ως προετοιμασία για τη δραστηριότητα, τοποθετήστε χρωματιστή αυτοκόλλητη ταινία κατά μήκος όλου του χώρου εργασίας. Τοποθετήστε/κολλήστε έναν κόκκινο κύκλο στο ένα άκρο της ταινίας, έναν πορτοκαλί κύκλο στη μέση της ταινίας και έναν πράσινο κύκλο στο αντίθετο άκρο. Οι κύκλοι θα πρέπει να είναι αρκετά μεγάλοι ώστε να

	<p>είναι ευδιάκριτοι. Αφού διαβάσετε κάποιες από τις δηλώσεις, τα παιδιά θα πρέπει να αποφασίσουν (το καθένα για τον εαυτό του) αν η πρόταση είναι σωστή ή λάθος. Αν, κατά τη γνώμη τους, είναι σωστή, τα παιδιά παίρνουν θέση στην ταινία κοντά στον πράσινο κύκλο, δηλαδή στο ένα άκρο της ταινίας, αν πιστεύουν ότι είναι λάθος, πηγαίνουν στο αντίθετο άκρο, δηλαδή στον κόκκινο κύκλο. Σε περίπτωση που δεν είναι βέβαια, δεν γνωρίζουν, παίρνουν θέση στη μέση της ταινίας, δηλαδή στον πορτοκαλί κύκλο. Ελέγξτε με μερικές ουδέτερες προτάσεις (π.χ. σήμερα είναι Δευτέρα, βρέχει κ.λπ.) αν τα παιδιά έχουν κατανοήσει τους κανόνες του παιχνιδιού. (5 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Διαβάστε δυνατά στα παιδιά τις «Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 9-11 ετών», οι οποίες αντικατοπτρίζουν ορισμένες πτυχές της σεξουαλικότητας. Αφού διαβάσετε κάθε πρόταση/δήλωση, ζητήστε από τα παιδιά να πάρουν θέση πάνω στην ταινία όπως θεωρούν ότι είναι σωστό. Όταν παρατηρήσετε ότι τα παιδιά έχουν εσφαλμένες, επιβλαβείς, διαστρεβλωμένες ή με άλλο τρόπο λανθασμένες πεποιθήσεις, σταματήστε στη συγκεκριμένη δήλωση και συζητήστε την με τα παιδιά. (30 λεπτά)</i> ❖ <i>Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) ρωτώντας τα παιδιά: α. Από την προσωπική σας πείρα, τι σας κάνει να πιστεύετε ότι είναι αληθές/λάθος;; β. Έχετε δει/βιώσει κάτι που είναι διαφορετικό από αυτό που νομίζετε ότι είναι σωστό ή λάθος;; γ. Υπάρχει κάτι στη δραστηριότητα που σας εξέπληξε, κάτι που μάθατε; (10 λεπτά)</i>
--	--

Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν	<ul style="list-style-type: none"> - Κατά την προετοιμασία και την επιλογή των δηλώσεων, χρησιμοποιήστε εκείνες που αποτελούν κοινές προκαταλήψεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα στον πολιτισμό και το περιβάλλον σας, τις οποίες έχετε, μέχρι τώρα, συναντήσει συχνότερα με παιδιά ή/και ενήλικα άτομα. - Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει περίπου ίσος αριθμός σωστών και λανθασμένων προτάσεων/δηλώσεων. - Τονίστε ότι τα παιδιά μπορούν να επιλέξουν να σταματήσουν στον πορτοκαλί κύκλο αν δεν είναι σίγουρα.
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision “Power of Family” – Tanja Tankosić Girt</i>

Κεφάλαιο 3: Ποικιλομορφία φύλου και σεξουαλικότητας

Βασικές πληροφορίες

Οι άνθρωποι είναι από τη φύση τους διαφορετικοί. Διαθέτουμε μεγάλη ποικιλία στη σωματική εμφάνιση και τα χαρακτηριστικά, τα ενδιαφέροντα, τις ικανότητες, την ιδιοσυγκρασία και την προσωπικότητα. Η Ποικιλομορφία Φύλου και Σεξουαλικότητας (Gender and Sexual Diversity - GSD) περιλαμβάνει ένα φάσμα πτυχών, όπως τα χαρακτηριστικά, η ταυτότητα και η έκφραση φύλου και ο σεξουαλικός προσανατολισμός. Συμπεριλαμβάνει την αναγνώριση του πλούσιου φάσματος των ανθρώπινων εμπειριών μέσα σε αυτές τις διαστάσεις. Ως όρος αναφέρεται σε όλες τις διαφοροποιήσεις των χαρακτηριστικών φύλου, των σεξουαλικών προσανατολισμών, των ταυτοτήτων και των εκφράσεων φύλου, χωρίς την ανάγκη να

προσδιορίζεται καθεμία από τις ταυτότητες, τις συμπεριφορές ή τα χαρακτηριστικά που διαμορφώνουν αυτή την πολυμορφία. Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε και να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον που σέβεται και υποστηρίζει τις διαφορές στα χαρακτηριστικά φύλου, στις ταυτότητες φύλου, καθώς και στον σεξουαλικό προσανατολισμό και τη σεξουαλική έκφραση. Η δημιουργία μιας συμπεριληπτικής κουλτούρας αποτρέπει τα παιδιά και τα νεαρά άτομα από το να βιώνουν άγχος, διακρίσεις, εκφοβισμό και εν τέλει, αρνητικά αποτελέσματα για την υγεία.

- ❖ Η ποικιλομορφία φύλου αναφέρεται στην ποικιλία των σωμάτων, ταυτοτήτων, εκφράσεων και εμπειριών φύλου που υπάρχουν πέρα από την παραδοσιακή δυαδική αντίληψη του αρσενικού και του θηλυκού. Αναγνωρίζει ότι το φύλο δεν καθορίζεται αποκλειστικά από το βιολογικό φύλο, αλλά είναι ένα σύνθετο και ποικίλο φάσμα που περιλαμβάνει ένα εύρος ταυτοτήτων. Επιπλέον, αναγνωρίζει ότι τα άτομα μπορεί να έχουν διαφορετικές εσωτερικές αντιλήψεις και συναισθήματα για το φύλο τους, τα οποία μπορεί να μην ευθυγραμμίζονται με το φύλο που τους αποδόθηκε κατά τη γέννηση.
- ❖ Η ποικιλομορφία σεξουαλικότητας αναφέρεται στο φάσμα των σεξουαλικών προσανατολισμών, έλξεων και συμπεριφορών που υπάρχουν πέρα από την παραδοσιακή αντίληψη της ετεροφυλοφιλίας. Αναγνωρίζει ότι τα άτομα μπορεί να έλκονται από άτομα του ίδιου φύλου (ομοφυλοφιλία), του αντίθετου φύλου (ετεροφυλοφιλία) ή και των δύο φύλων (αμφιφυλοφιλία). Αναγνωρίζει επίσης την ύπαρξη και άλλων σεξουαλικών προσανατολισμών. Αμφισβητεί την αντίληψη ότι η ετεροφυλοφιλία είναι ο μόνος κανόνας και τονίζει τη σημασία της αποδοχής και του σεβασμού των σεξουαλικών προσανατολισμών και ταυτοτήτων των ατόμων.

Η ανάπτυξη της ποικιλομορφίας φύλου και σεξουαλικότητας είναι μια σύνθετη διαδικασία που διαμορφώνεται καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και μαθαίνουν για τον εαυτό τους και τον κόσμο γύρω τους. Τα ΛΟΑΤΚΙ+ παιδιά και έφηβα άτομα που καλούνται να εξερευνήσουν την ταυτότητά τους μέσα από μυστικές διαδικασίες, σ' ένα μη συμπεριληπτικό περιβάλλον, μεγαλώνουν με την αίσθηση της κατωτερότητας, της ενοχής και της ντροπής σε σχέση με αυτό που είναι, εσωτερικεύουν δηλαδή, αυτά

τα συναισθήματα. Το πιο σημαντικό είναι πως λαμβάνουν το μήνυμα ότι κάτι «λάθος» συμβαίνει με αυτά και συχνά δεν μπορούν να αντιδράσουν στη βία ή στην κακοποίηση που δέχονται, θεωρώντας την ως αποτέλεσμα του ίδιου τους του είναι. Είναι σημαντικό να παρέχουμε πληροφορίες και κατανόηση της έμφυλης και σεξουαλικής ποικιλομορφίας ανάλογα με την ηλικία, ώστε να διασφαλίσουμε ότι τα παιδιά έχουν αποκτήσει τις βάσεις της αποδοχής, του σεβασμού και της συμπεριληπτικότητας.

Δίνουμε ιδιαίτερη προσοχή στη χρήση της γλώσσας. Χρησιμοποιούμε ουδέτερη ως προς το φύλο, συμπεριληπτική γλώσσα. Σεβόμαστε τις ανωνυμίες και τις ταυτότητες των νεαρών ατόμων όταν τις γνωστοποιούν, και αποφεύγουμε τα στερεότυπα. Όταν μιλάμε για την ανατομία δεν αναφερόμαστε σε συγκεκριμένα φύλα και ταυτότητες. Η κανονικοποίηση και η ενθάρρυνση των έμφυλων στερεοτύπων σε επίπεδο γλωσσικής έκφρασης και καθημερινών πρακτικών, αλλά και στο πλαίσιο του επίσημου και του ανεπίσημου αναλυτικού προγράμματος, συμβάλλουν στη μετάδοση σαφών καθώς και ασυνείδητων μηνυμάτων σχετικά με το ποια άτομα αξίζουν και ποια όχι.

Σε αυτό το χρονικό σημείο, μπορούμε να υποθέσουμε με σιγουριά ότι σε κάθε τάξη, κοινοτική ομάδα ή κλινική θα υπάρχουν ΛΟΑΤΚΙ+ νεαρά άτομα. Ως εκ τούτου, είναι εξαιρετικά σημαντικό να διασφαλίσουμε ότι τα νεαρά αυτά άτομα αισθάνονται ασφαλή και συμπεριλαμβάνονται κατά τη διάρκεια των εμπειριών εκπαίδευσης. Η πρόσβαση σε ασφαλή και υποστηρικτικά ενήλικα άτομα, μαζί με σχετικές πληροφορίες, βελτιώνει δραστικά τα αποτελέσματα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας για τα νεαρά ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα και αυξάνει την προστασία τους από σεξουαλική κακοποίηση.

Μύθοι και πραγματικότητες για τα ΛΟΑΤΚΙ άτομα

<https://rainbowschool.gr/educational-material/66/mythoi-kai-pragmatikotites-gia-ta-loatki-atoma>

Λεξιλόγιο για τη σεξουαλική ποικιλομορφία – Πρωτοβάθμια

<https://rainbowschool.gr/educational-material/75/lexilogio-gia-ti-sexoyaliki-poikilomorfia>

Λεξιλόγιο για τη σεξουαλική ποικιλομορφία – Δευτεροβάθμια

<https://rainbowschool.gr/educational-material/59/lexilogio-gia-ti-sexoyaliki-poikilomorfia-deyterobathmia>

Ακολουθούν περιγραφές για το τι πρέπει να γνωρίζουν τα παιδιά ηλικίας 5-8 και 9-11 ετών για τα θέματα αυτά (American Academy for Pediatrics, 2017):

5-8 ετών

- Σε αυτό το στάδιο, τα παιδιά αρχίζουν να αναπτύσσουν την κατανόηση της ποικιλομορφίας του φύλου και της σεξουαλικότητας. Θα πρέπει να ενθαρρύνονται να αμφισβητούν τα στερεότυπα των φύλων και να κατανοούν ότι όλοι οι άνθρωποι πρέπει να αντιμετωπίζονται με σεβασμό ανεξάρτητα από το την εμφάνισή τους. Όλα τα παιδιά μπορούν να χορέψουν μπαλέτο ή να παίξουν ποδόσφαιρο· αυτό που προέχει είναι ότι όλα τα παιδιά έχουν δικαίωμα να ασκούν δραστηριότητες που τα γεμίζουν χαρά.
- Όσον αφορά τη σεξουαλική ποικιλομορφία, τα παιδιά αυτής της ηλικίας μπορούν να εισαχθούν στην έννοια των διαφορετικών τύπων οικογενειών, όπως: οικογένειες με δύο μαμάδες ή δύο μπαμπάδες.

9 - 11 ετών

- Σε αυτό το στάδιο, τα παιδιά έχουν μια πιο ανεπτυγμένη κατανόηση της ποικιλομορφίας του φύλου και της σεξουαλικότητας. Γι' αυτό, θα πρέπει να συζητηθεί ο σεξουαλικός προσανατολισμός με την κατάλληλη για την ηλικία γλώσσα εξηγώντας ότι οι άνθρωποι μπορούν να έλκονται από διαφορετικά φύλα, διατυπώνοντας την άποψη ότι το να είσαι π.χ. γκέι, λεσβία, αμφιφυλόφιλο, πανσέξουαλ ή ασέξουαλ άτομο κ.λπ. είναι εξίσου φυσιολογικό με το να είσαι ετεροφυλόφιλο.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος	<i>Ιστορίες ποικιλομορφίας (5-8 ετών)</i>
Δραστηριότητας	
Διάρκεια	<i>45 λεπτά</i>

Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν τα κυρίαρχα στερεότυπα και τις προκαταλήψεις που σχετίζονται με τις ταυτότητες φύλου στο δικό τους περιβάλλον· ❖ Να αναγνωρίζουν τις ατομικές διαφορές που υπάρχουν μεταξύ όλων των παιδιών· ❖ Να αναπτύσσουν ανεκτικότητα και κατανόηση απέναντι στην ποικιλομορφία των φύλων· ❖ Να μαθαίνουν να διακρίνουν το κοινωνικό φύλο (gender) από το βιολογικό φύλο (sex)· ❖ Να ξεκινούν κριτικούς αναστοχασμούς σχετικά με την ταυτότητα φύλου.
Υλικά	<p>- Ιστορίες ποικιλομορφίας (Παράρτημα 6 της Ενότητας 1)</p>
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι θα διαβάσετε μεγαλόφωνα καταστάσεις που συμβαίνουν σε ορισμένα παιδιά και αφού διαβάσετε καθεμία από αυτές, θα μιλήσετε μαζί για μία προς μία. Κατά την εισαγωγή της δραστηριότητας, τονίστε ότι όλα τα παιδιά είναι διαφορετικά, ότι μπορεί να τους αρέσουν διαφορετικά πράγματα, να θέλουν να φαίνονται διαφορετικά ή να έχουν διαφορετικές επιθυμίες και ενδιαφέροντα. (5 λεπτά) ❖ Κύρια δραστηριότητα. Εκτυπώστε τις Ιστορίες Ποικιλομορφίας που βρίσκονται στο Παράρτημα 6 της Ενότητας 1. Διαβάστε μεγαλόφωνα στα παιδιά μία κατάσταση κάθε φορά και μετά από καθεμία ξεκινήστε μια συζήτηση μαζί τους με τη βοήθεια των ακόλουθων ερωτήσεων:

	<ul style="list-style-type: none"> - Πώς νομίζετε ότι αισθάνεται αυτό το παιδί; - Τι πιστεύετε ότι το προκάλεσε; - Πώς συμπεριφέρονται ή μπορούν να συμπεριφερθούν τα άλλα παιδιά σε μια τέτοια κατάσταση; - Πώς συμπεριφέρεται ένα παιδί όταν συμβαίνει κάτι τέτοιο; - Θα χρησιμοποιούσαν άλλα παιδιά υποτιμητικές λέξεις για ένα άλλο παιδί και αν ναι, ποιες; - Τι χρειάζεται αυτό το παιδί; (30 λεπτά) <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) ρωτώντας τα παιδιά: α. Τι σας κάνει ξεχωριστούς/-στές/-ά και μοναδικούς/-κές/-ά;; β. Σε τι διαφέρετε από τους/τις φίλους/-λες ή τους/τις συμμαθητές/-τριές σας;; γ. Πώς αισθάνεστε όταν κάποιος σας φέρεται διαφορετικά λόγω της ταυτότητας, των χαρακτηριστικών ή και της έκφρασης του φύλου σας ή του σεξουαλικού σας προσανατολισμού?; δ. Υπάρχει κάτι που θα θέλατε να καταλάβαιναν καλύτερα οι άνθρωποι για εσάς;; ε. Έχετε αναρωτηθεί ποτέ γιατί οι άνθρωποι περιμένουν από τους άλλους να κάνουν διαφορετικά πράγματα ανάλογα με το φύλο τους;; στ. Τι γνώμη έχετε για αυτές τις προσδοκίες; (10 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Εκτιμήστε μόνα/-οι/-νες σας ποιες και πόσες καταστάσεις θα δουλέψετε με τα παιδιά στην τάξη. - Φροντίστε να μην κυριαρχεί μόνο ένα ζευγάρι παιδιών στη συζήτηση. Προσπαθήστε να

	<p>συμπεριλάβετε όσο το δυνατόν περισσότερα παιδιά στη συζήτηση.</p> <p>- Αν θεωρείτε ότι είναι εφικτό, μπορείτε να πραγματοποιήσετε ένα μικρό παιχνίδι ρόλων με μία ή δύο καταστάσεις.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές διαδικτυακό περιβάλλον	για Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision "Power of Family" – Tanja Tankosić Girt</i>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Ο/Η φίλος/-λη μου (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να κάνουν εξάσκηση και να αναπτύξουν ενσυναίσθηση, κατανόηση και αποδοχή της σεξουαλικής ποικιλομορφίας ❖ Να γνωρίζουν πώς να παρέχουν επαρκή υποστήριξη σε άτομα που βιώνουν καταστάσεις κρίσης που συνδέονται με το στίγμα, την ντροπή και τις ενοχές που σχετίζονται με διαφορετικές σεξουαλικές ταυτότητες ❖ Να ευαισθητοποιούνται σχετικά με την ποικιλομορφία των έμφυλων και σεξουαλικών ταυτοτήτων.
Υλικά	Δ/Υ
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι θα λάβουν μια σύντομη ιστορία με εργασίες. Η

	<p>ιστορία αναφέρεται σε ένα παιδί που χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη. Τονίστε ότι πρόκειται για μια φανταστική κατάσταση, αλλά ότι έχετε ακούσει για παρόμοια πράγματα που συνέβησαν σε ορισμένα παιδιά. (2 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο - Χωρίστε τα παιδιά σε τρεις υποομάδες: Α, Β και Γ (αφήστε τα παιδιά να επιλέξουν μόνα τους το όνομα της υποομάδας τους). Παρουσιάστε στα παιδιά μια επιλεγμένη βινιέτα, απαντήστε σε βασικές ερωτήσεις αν τις θέσουν τα παιδιά, αλλά μην είστε πολύ λεπτομερείς. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να σκεφτούν μόνα τους. (5 λεπτά)</i> ❖ <i>Μέρος 2ο - Αφήστε κάθε ομάδα να κάνει την εργασία μόνη της και καταγράψτε τα αποτελέσματα της ομαδικής εργασίας, ενώ τα παιδιά εργάζονται. Παρακολουθήστε την εργασία κάθε ομάδας και ενθαρρύνετε ή βοηθήστε τα παιδιά αν το θεωρείτε απαραίτητο. (10 λεπτά)</i> ❖ <i>Μέρος 3 - Αφού τελειώσουν και οι τρεις υποομάδες, προχωρήστε στο επόμενο μέρος της δραστηριότητας και εξηγήστε στα παιδιά ότι τώρα θα πραγματοποιήσετε ένα παιχνίδι ρόλων. Ρωτήστε την ομάδα αν κάποιος από τα παιδιά θα ήθελε να παίξει τον ρόλο της Σάλι ή του Τομ (ανάλογα με το επιλεγμένο σενάριο). Αν όμως κανένα από τα παιδιά δεν είναι έτοιμο, μην επιμείνετε, αλλά αναλάβετε εσείς τον ρόλο. Πείτε στα παιδιά να φανταστούν ότι το μυστικό της Σάλι ή του Τομ έχει αποκαλυφθεί και τώρα κάθεται μόνος/-νη του/της σε ένα κοντινό πάρκο. Ζητήστε από τα παιδιά κάθε υποομάδας να συμφωνήσουν μεταξύ τους ποιος/ποια θα παίξει το ρόλο του/της φίλου/-λης, του/της δασκάλου/-λας ή του γονέα (ανάλογα με το αν ανήκαν</i>
--	---

	<p>στην ομάδα Α, Β ή Γ). Δώστε τους λίγα λεπτά για να προετοιμαστούν για τον ρόλο. Ο στόχος είναι να φανταστούν μια σκηνή στο πάρκο και να παίξουν μια σκηνή με τέσσερις (4) χαρακτήρες: τον Τομ ή τη Σάλι, έναν/μια φίλο/-λη, έναν/μια δάσκαλο/-λα και έναν γονέα, με βάση τα αποτελέσματα της εργασίας σε υποομάδες για την αναπαράσταση της σκηνής. (15 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) ρωτώντας τα παιδιά: α. Ποιοι είναι μερικοί τρόποι με τους οποίους μπορούμε να δείξουμε ενσυναίσθηση και κατανόηση προς τα άτομα που διαφέρουν στο φύλο ή και στη σεξουαλικότητα; β. Πώς νομίζετε ότι μπορεί να αισθάνεται κάποιος που περνάει δύσκολες στιγμές (εξ αιτίας της ποικιλομορφίας του φύλου ή της σεξουαλικότητάς του; γ. Ποιοι είναι μερικοί τρόποι με τους οποίους μπορούμε να προσφέρουμε υποστήριξη;; δ. Πώς μπορούμε να διασφαλίσουμε ότι οι φίλοι/-λες και οι συμμαθητές/-τριές μας γνωρίζουν και κατανοούν την ποικιλομορφία των έμφυλων και σεξουαλικών ταυτοτήτων; (13 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Επιλέξτε μία από τις εκδοχές (είτε αυτή της Σάλι είτε αυτή του Τομ). - Φροντίστε για την αλληλουχία των δραστηριοτήτων και υπενθυμίστε στα παιδιά πόσο χρόνο έχουν στη διάθεσή τους για καθεμία από τις επιμέρους δραστηριότητες. - Παρακολουθήστε τον χρόνο και προσπαθήστε να τηρήσετε το χρονοδιάγραμμα. - Αν εκτιμήσετε ότι χρειάζεστε λιγότερο χρόνο για αυτή τη δραστηριότητα από τον αναφερόμενο, δημιουργήστε

	<p>μια άλλη βινιέτα και σκεφτείτε μια κατάσταση που να ταιριάζει με το θέμα αυτού του Κεφαλαίου.</p> <p>- Μην επιμείνετε να αναλάβει ένα από τα παιδιά της ομάδας τον ρόλο της Σάλι ή του Τομ. Αν κανένα από τα παιδιά δεν είναι έτοιμο, αναλάβετε εσείς τον ρόλο - τα παιδιά μαθαίνουν καλύτερα μέσω προτύπων.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	- Βινιέτα «Ο/Η Φίλος/-λη ΜΟΥ». 3 αντίγραφα της επιλεγμένης βινιέτας, για κάθε υποομάδα με συγκεκριμένες εργασίες (Παράρτημα 7 της Ενότητας 1)
Προσαρμογές για Δ/Υ διαδικτυακό περιβάλλον	
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Family Systemic Psychotherapy and Supervision "Power of Family" – Tanja Tankosić Girt</i>

Υποστηρικτικό υλικό

- American Academy for Pediatrics. (2017). Bright Futures Guidelines, Health Supervision of Infants, Children and Adolescents (Pg 217 – 227), 4th edition. Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από https://downloads.aap.org/AAP/PDF/Bright%20Futures/BF4_Introduction.pdf
- ISEAN. (2015). Sexual Orientation, Gender Identity and Expression (SOGIE) Training Package. Jakarta, ISEAN. Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από https://www.apcom.org/storage/2017/02/SOGIE-Training-Manual_EN.pdf
- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (2018). Detailed content in sexuality education. Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από https://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/EDUC-Contenus-Sexualite-Personnel-scolaire-Secondaire-EN.pdf

- UNESCO. (2018). International technical guidance on sexuality education. Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260770>

Βιβλιογραφικές αναφορές

Access, Services and Knowledge Programme. (2016). Essential Packages Manual: Sexual and Reproductive Health and Rights Programmes for Young People. Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από https://rutgers.international/wp-content/uploads/2021/09/Essential-Packages-Manual_SRHR-programmes-for-young-people_-2016.pdf

Council of Europe. (2020). COMPASS Manual for human rights education with young people. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://rm.coe.int/compass-eng-rev-2020-web/1680a08e40>

International HIV/AIDS Alliance. (2008). OUR FUTURE: Teaching sexuality and life-skills. Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από https://healtheducationresources.unesco.org/sites/default/files/resources/bie_alliance_teaching_sexuality_and_lifeskills_554b_en.pdf

International Planned Parenthood Federation. (2011). EXCLAIM! YOUNG people's guide to sexual rights: an IPPF declaration

International Planned Parenthood Federation. (2008). Sexual Rights: An IPPF declaration. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από https://www.ippf.org/sites/default/files/sexualrightsippfdeclaration_1.pdf

Udruga Pariter. (2017). SPOLNI MODUL ZDRAVSTVENOG ODGOJA: 8 radionica za učenike srednjih škola Priručnik za profesore/ice i stručne suradnike/ice (Association Pariter (2017). SEX MODULE OF HEALTH EDUCATION: 8 workshops for secondary

school students. Manual for teachers and professional associates). Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από https://pariter.hr/wp-content/uploads/2018/01/SPOLNI_MODUL_8_radionica_web.pdf

USAID Open Doors Project. (2019). GENDER, SEXUALITY AND SEXUAL ORIENTATION Training Manual. Ανακτήθηκε 20 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.fhi360.org/sites/default/files/media/documents/resource-zambia-open-doors-gss-training-manual.pdf>

Ενότητα 2: Ανθρώπινο σώμα

Στόχος της ενότητας

Αυτή η ενότητα σας παρέχει δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 5-11 ετών που στοχεύουν στην ενημέρωσή τους σχετικά με το ανθρώπινο σώμα. Χωρίζεται σε τρία (3) επιμέρους κεφάλαια: **«Ονομάζοντας τα μέρη του σώματος και τις λειτουργίες τους»**, **«Το μοναδικό μας σώμα – Η ανάπτυξη του σώματος κατά την εφηβεία»** και **«Θετικά συναισθήματα στο σώμα – Τι είναι ένα καλό άγγιγμα;»**. Εκτός από τις δραστηριότητες, κάθε θέμα περιέχει επίσης λεπτομερείς οδηγίες για την υλοποίησή τους, καθώς και βασικές πληροφορίες που είναι σημαντικό να γνωρίζετε κατά την εφαρμογή τους.

Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας

Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, θα είστε σε θέση να διδάσκετε στα παιδιά:

- **Να γνωρίζουν** τις σωστές ονομασίες των διαφόρων μερών του σώματος.
- **Να αναγνωρίζουν** ότι υπάρχουν διαφορετικές ονομασίες για διάφορα μέρη του σώματος.
- **Να γνωρίζουν** τις βασικές λειτουργίες των μελών του σώματος.
- **Να εκτιμούν** το δικό τους σώμα και το σώμα των άλλων όπως είναι.
- **Να αναγνωρίζουν και να γνωρίζουν** τις σωστές ονομασίες των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων.
- **Να γνωρίζουν** τις βασικές λειτουργίες των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων.
- **Να κατανοούν** ότι τα γεννητικά όργανα κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικά και μοναδικά.
- **Να κατανοούν και να εκτιμούν** ότι κάθε άτομο είναι μοναδικό και διαφορετικό.

- **Να κατανοούν** ότι το σώμα αλλάζει και αναπτύσσεται καθώς ένα παιδί μεγαλώνει.
- **Να μαθαίνουν** τις συνηθέστερες σωματικές αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα κατά την εφηβεία.
- **Να μαθαίνουν** τι είναι ένα καλό άγγιγμα.
- **Να αναγνωρίζουν** ότι το καλό άγγιγμα μπορεί να φέρει ηρεμία και να ενισχύσει την ευημερία ενός ανθρώπου.
- **Να αναγνωρίζουν** ότι είναι φυσιολογικό και όχι λάθος ή επιβλαβές να αγγίζει κανείς το σώμα του.
- **Να αναγνωρίζουν** τη σημασία του να ζητούν άδεια για να αγγίξουν το σώμα ενός άλλου ατόμου.

Κεφάλαιο 1: Ονομάζοντας τα μέρη του σώματος και τις λειτουργίες τους

Βασικές πληροφορίες

Τα παιδιά έχουν περιέργεια για το δικό τους σώμα και το σώμα των άλλων: πώς φαίνεται το σώμα, πώς λειτουργεί και γιατί τα πράγματα συμβαίνουν με τον τρόπο που συμβαίνουν. Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, συνήθως ενδιαφέρονται περισσότερο για το σώμα τους που αναπτύσσεται και χρειάζονται πιο ολοκληρωμένες πληροφορίες. Η παροχή πληροφοριών στα παιδιά τα βοηθά να κατανοήσουν, να εκτιμήσουν και να σεβαστούν το δικό τους σώμα και το σώμα των άλλων (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010).

Ενδιαφέρον του παιδιού για το δικό του σώμα και το σώμα των άλλων σε διαφορετικά στάδια ανάπτυξης:

5-6 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Τα παιδιά ενδιαφέρονται να εξερευνήσουν το σώμα τους και το σώμα των άλλων και το ενδιαφέρον τους εκφράζεται π.χ. παίζοντας τον/τη «γιατρό». • Τα παιδιά μπορεί να αρχίσουν να ντρέπονται για το σώμα τους. • Τα παιδιά κάνουν ερωτήσεις σχετικά με το σώμα τους ανοιχτά, συνήθως χωρίς να ντρέπονται.
----------	--

7-9 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Τα παιδιά μπορεί να αρχίσουν να αισθάνονται άβολα όταν είναι γυμνά μπροστά σε άλλους. • Τα παιδιά δεν κάνουν πλέον ερωτήσεις για το σώμα τους τόσο ανοιχτά, παρόλο που ενδιαφέρονται να μάθουν περισσότερα γι' αυτό το θέμα.
10-11 ετών	<ul style="list-style-type: none"> • Τα παιδιά αρχίζουν να πλησιάζουν στην εφηβεία και να ενδιαφέρονται περισσότερο για τη σεξουαλικότητα των ενηλίκων. • Τα παιδιά μπορεί να αναζητήσουν πληροφορίες σχετικά με το σώμα τους στο διαδίκτυο ή/και μιλώντας με συνομήλικα άτομα. • Τα παιδιά χρειάζονται πιο λεπτομερείς και ολοκληρωμένες πληροφορίες για το σώμα τους και τον τρόπο λειτουργίας του.

(WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010)

Όλα τα παιδιά έχουν δικαίωμα στην πληροφόρηση για το σώμα τους και τη λειτουργία του – συμπεριλαμβανομένων των απόκρυφων σημείων του σώματος, όπως: τα γεννητικά όργανα, οι γλουτοί και η περιοχή του στήθους. Είναι σημαντικό να γνωρίζει ένας άνθρωπος το δικό του σώμα αλλά και το σώμα των άλλων φύλων (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010).

Δεν λαμβάνουν όλα τα παιδιά σεξουαλική διαπαιδαγώγηση στο σπίτι, παρόλο που αποτελεί πρωτίστως ευθύνη των γονέων και των νόμιμων κηδεμόνων. Διάφοροι παράγοντες, όπως η ηλικία του/της παιδαγωγού, η εμπειρία του/της στην εν λόγω θεματολογία, η κουλτούρα, οι αξίες, οι πεποιθήσεις, το περιβάλλον διαβίωσης και οι διαθέσιμοι πόροι, επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο συζητείται η σεξουαλικότητα και το σώμα του ατόμου. Μερικές φορές, η σεξουαλικότητα μπορεί να θεωρείται προσωπικό θέμα ή μπορεί να συνδέεται με το αίσθημα της ντροπής, με αποτέλεσμα τα ενήλικα άτομα να αποκρύπτουν πληροφορίες από τα παιδιά. Η προσχολική εκπαίδευση και το σχολείο διαδραματίζουν σημαντικό και προφανή ρόλο στην παροχή πληροφοριών με ευαισθησία προς τα παιδιά (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010).

Μιλώντας με τα παιδιά για το σώμα

Η συζήτηση για τα απόκρυφα μέρη του σώματος μπορεί να σας φέρνει σε δύσκολη θέση, να σας προκαλεί αμηχανία ή/και σύγχυση. Ίσως να είναι δύσκολο να βρείτε τις σωστές λέξεις. Ωστόσο, καλό είναι να θυμόμαστε ότι η συζήτηση για αυτά τα θέματα μπορεί να είναι πιο άβολη για εμάς τα ενήλικα άτομα απ' ό,τι για τα παιδιά. Για ένα μικρό παιδί, όλα τα μέρη του σώματος είναι εξίσου σημαντικά – μπορεί να μιλάει για τα γεννητικά του όργανα τόσο ανοιχτά όσο μιλάει για τα αυτιά και τη μύτη του. Τα μεγαλύτερα παιδιά μπορεί να ντραπούν κάπως και να γελάσουν, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι δεν ενδιαφέρονται για το θέμα (Planned Parenthood A, B, Åhman & Ruuhilahti, 2019, 4-7). Μην ξεχνάτε ότι τα παιδιά δεν σεξουαλικοποιούν τα μέρη του σώματός τους. Η σεξουαλικότητα των παιδιών είναι διαφορετική από τη σεξουαλικότητα των νεαρών ή των ενηλίκων ατόμων (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010).

Όταν μιλάτε για το σώμα, θα πρέπει να απαντάτε στις ερωτήσεις των παιδιών με ειλικρίνεια, τεκμηρίωση και με τρόπο που να ανταποκρίνεται στην ηλικία τους. Αρκεί να απαντήσετε στις συγκεκριμένες ερωτήσεις που θέτουν τα παιδιά - δεν χρειάζεται να εμβραθύνετε περισσότερο. Φροντίστε να ελέγχετε πάντα ότι τα παιδιά κατανοούν αυτά που τους εξηγήσατε. Αν αποφεύγετε να μιλήσετε για το θέμα, αποφεύγετε να απαντήσετε στις ερωτήσεις των παιδιών ή χρησιμοποιείτε ευφημισμούς αντί για τους σωστούς όρους (π.χ. γεννητικά όργανα), μπορεί να μεταδώσετε στα παιδιά το μήνυμα ότι δεν επιτρέπεται να μιλάτε για τα απόκρυφα μέρη του σώματος. Δεν αποκλείεται να υπονοήσουν ότι είναι κάτι για το οποίο πρέπει να νιώθουν ντροπή (Planned Parenthood A, B).

Η ανάδειξη του θέματος μπορεί να γίνει ευκολότερη αν πρώτα αναλογιστεί κανείς τι σημαίνει η σεξουαλικότητα για τον εαυτό του και αν σκεφτεί γιατί η συζήτηση για τα μέρη του σώματος και τις σωματικές λειτουργίες αποτελεί πρόκληση. Το να αφιερώσετε ένα λεπτό για να αντιμετωπίσετε αυτά τα ζητήματα και να επιτρέψετε στον εαυτό σας να τα επεξεργαστεί μπορεί να διευκολύνει τη συζήτηση με τα παιδιά.

Επιπλέον, η εκ των προτέρων προετοιμασία και η εξάσκηση στη συζήτηση για τη σεξουαλικότητα μπορεί να είναι ωφέλιμη (Åhman & Ruuhilahti, 2019, 4-7).

Είναι σημαντικό να διασφαλιστεί ότι κάθε παιδί μπορεί να ονομάσει τα μέρη του σώματός του και να κατανοήσει τις λειτουργίες τους. Με το να μπορεί να ονομάσει τα διάφορα μέρη του σώματός του, μπορεί να περιγράψει καλύτερα αν κάτι δεν πάει καλά – αν νιώθει πόνο ή αν κάποιος/-ποια το άγγιξε με ανάρμοστο τρόπο (Åhman & Ruuhilahti, 2019, 9). Τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν πώς να μιλούν για το σώμα τους με τους σωστούς όρους – όχι με ευφημισμούς όπως τα «μέρη του εσωρούχου» (Planned Parenthood A, B).

Μια ιστορία ως παράδειγμα:

Ο/Η/Το Έιβ είναι 7 ετών. Ο/Η δάσκαλος/-λα έχει παρατηρήσει εδώ και μερικές εβδομάδες ότι το/ο/η Έιβ είναι πιο ήσυχος/-ος/-χη και πιο κλειστό/-ός/-στή από ό,τι συνήθως. Το/Τη/Τον ρωτάει αν κάτι τον/την ενοχλεί. Ο/Η/Το Έιβ λέει ότι πονάει. Ο/Η δάσκαλος/-λα ρωτάει πού πονάει, αλλά το/ο/η Έιβ δεν ξέρει πώς να απαντήσει σωστά. Αισθάνεται πόνο στα γεννητικά του/της όργανα. Ο μεγαλύτερος αδελφός του/της Έιβ αγγίζει τα γεννητικά του/της όργανα τα βράδια.

Ο/Η δάσκαλος/-λα είχε εξηγήσει παλαιότερα ότι τα παιδιά έχουν μια ιδιωτική περιοχή που ονομάζεται περιοχή των εσωρούχων, την οποία κανείς δεν επιτρέπεται να αγγίξει χωρίς άδεια. Ο/Η/Το Έιβ γνωρίζει τα ονόματα πολλών άλλων σημείων του σώματος, αλλά όχι των γεννητικών του/της οργάνων. Έτσι, απαντά ότι πονάει στην περιοχή των εσωρούχων. Ο/Η δάσκαλος/-λα ρωτάει πού ακριβώς στην περιοχή των εσωρούχων. Ο/Η/Το Έιβ μπερδεύεται και απαντά ότι πονάει στο στομάχι, επειδή δεν μπορεί να βρει τις σωστές λέξεις για την περιοχή που πονάει

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Το σώμα μου – ονομάζοντας τα μέρη του σώματος και τις λειτουργίες τους (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none">❖ Να γνωρίζουν τις σωστές ονομασίες των διαφόρων μερών του σώματος·❖ Να αναγνωρίζουν ότι υπάρχουν διαφορετικές ονομασίες για διαφορετικά μέρη του σώματος·❖ Να γνωρίζουν τις βασικές λειτουργίες των μελών του σώματος·❖ Να εκτιμούν το δικό τους σώμα και το σώμα των άλλων όπως είναι.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none">- Μπλε αυτοκόλλητη/μαγνητική ταινία·- Στοιχεία παιχνιδιού/δείκτες Bingo (π.χ. χάντρες Hama, τουβλάκια Lego, μάρκες, πετραδάκια, κομμάτια χαρτιού)·- Μέρος του σώματος - κάρτες για τον/την εκπαιδευτικό (Παράρτημα 2 της Ενότητας 2)·- Λειτουργία του σώματος - κάρτες για τον/την εκπαιδευτικό (Παράρτημα 3 της Ενότητας 2).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none">❖ Προετοιμασία. Πριν από τη διεξαγωγή της δραστηριότητας εκτυπώστε όλα τα απαραίτητα υλικά (Παραρτήματα 1-4 της Ενότητας 2). Επιπλέον, κόψτε τις κάρτες με τις εικόνες (Παραρτήματα 2-4 της Ενότητας 2) σε χωριστές κάρτες.

	<ul style="list-style-type: none">❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι θα μάθουν για το ανθρώπινο σώμα: τα ονόματα των διαφόρων μερών του σώματος και πώς λειτουργεί το σώμα. Πείτε τους ότι θα παίξουν το παιχνίδι Bingo (Μπίνγκο) για να μάθουν για τα μέρη του σώματος και στη συνέχεια, θα παίξουν ένα άλλο παιχνίδι για να μάθουν πώς λειτουργεί το σώμα. (5 λεπτά)❖ Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – Παιχνίδι Bingo: ονομάζοντας τα μέρη του σώματος<ol style="list-style-type: none">1. Δώστε σε κάθε παιδί τη δική του καρτέλα Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2) και 16 κομμάτια παιχνιδιού που πρέπει να τοποθετηθούν στην εν λόγω καρτέλα. Τα μέρη του σώματος στην καρτέλα Bingo παρουσιάζονται σε διαφορετική σειρά.2. Επιλέξτε τυχαία μια κάρτα-εικόνα (Παράρτημα 2 της Ενότητας 2). Οι κάρτες με τις εικόνες έχουν τα ίδια μέρη του σώματος όπως στην καρτέλα Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2). Δείξτε την κάρτα-εικόνα στα παιδιά και πείτε τους ποιο μέρος του σώματος υπάρχει στην εικόνα. Αν το μέρος του σώματος έχει διαφορετικά ονόματα, εξηγήστε τα στα παιδιά.3. Στόχος των παιδιών είναι να τοποθετήσουν ένα κομμάτι του παιχνιδιού στο σωστό μέρος του σώματος στην καρτέλα Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2).
--	--

	<p>4. Επιλέξτε μια νέα κάρτα-εικόνα (Παράρτημα 2 της Ενότητας 2) με ένα μέρος του σώματος και επαναλάβετε τα προηγούμενα βήματα 2 και 3.</p> <p>5. Ο στόχος των παιδιών είναι να σχηματίσουν μια ευθεία γραμμή τεσσάρων μελών του σώματος στην καρτέλα Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2). Μια ευθεία γραμμή μπορεί να αποτελείται από τέσσερα μέρη του σώματος οριζόντια, κάθετα ή διαγώνια.</p> <p>6. Όταν ένα από τα παιδιά βρει τέσσερα μέρη του σώματος με τη σωστή σειρά στην καρτέλα Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2), φωνάζει «Μπίνγκο!».</p> <p>7. Συνεχίστε το παιχνίδι μέχρι να αναφέρετε όλα τα μέρη του σώματος. Τα παιδιά που έχουν ήδη κάνει ένα μπίνγκο μπορούν να συνεχίσουν να παίζουν και να κάνουν και άλλα μπίνγκο. Θα ήταν όμως προτιμότερο να καθοδηγήσετε τα παιδιά να λένε «Μπίνγκο!» μόνο την πρώτη φορά που το καταφέρνουν. (15 λεπτά)</p> <p>❖ Μέρος 2ο – Αντιστοιχίστε τις κάρτες με τις «λειτουργίες του σώματος» στην καρτέλα Bingo. Αυτή η εργασία μπορεί να υλοποιηθεί με διάφορους τρόπους ανάλογα με τις δεξιότητες των παιδιών. Μια επιλογή είναι να χωρίσετε τα παιδιά σε μικρές ομάδες, όπου θα εργαστούν αυτόνομα. Σε αυτή την περίπτωση, δίνονται οδηγίες για την υλοποίηση της άσκησης ως μία</p>
--	--

ομάδα υπό την καθοδήγηση του/της εκπαιδευτικού.

1. Τοποθετήστε μια καρτέλα Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2) στον τοίχο ή σε ένα τραπέζι ή προβάλτε την καρτέλα στον τοίχο χρησιμοποιώντας μια κάμερα εγγράφων (*document camera*), έτσι ώστε να τη βλέπουν όλα τα παιδιά.
2. Εξηγήστε και δείξτε στα παιδιά ότι υπάρχουν 16 μεγαλύτερες κάρτες με εικόνες (Παράρτημα 3 της Ενότητας 2) που θα τους δείξετε και 16 μικρότερες κάρτες με εικόνες (Παράρτημα 4 της Ενότητας 2) με τις ίδιες εικόνες που θα τοποθετηθούν στην καρτέλα Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2) που εμφανίζεται στον τοίχο. Κάθε κάρτα απεικονίζει μια λειτουργία ενός μέρους του σώματος ή τον τρόπο με τον οποίο χρησιμοποιείται ένα συγκεκριμένο μέρος του σώματος. Τοποθετήστε τις μεγαλύτερες κάρτες στον πίνακα με τυχαία σειρά. Αφήστε τις μικρότερες κάρτες ανοιχτές στο τραπέζι.
3. Πάρτε κάθε φορά μία κάρτα-εικόνα (Παράρτημα 3 της Ενότητας 2) και δείξτε την στα παιδιά (ή ζητήστε από τα παιδιά να πάρουν μία κάρτα από τη στοίβα, μία κάθε φορά).
4. Αυτό που πρέπει να κάνουν είναι να σκεφτούν:
 - Τι συμβαίνει στην εικόνα;

	<ul style="list-style-type: none"> - Ποιο μέρος του σώματος σχετίζεται με την εικόνα στην κάρτα; <p>5. Τα παιδιά μπορούν να σηκώσουν τα χέρια τους και να απαντήσουν εναλλάξ στις ερωτήσεις. Εσείς ή ένα από τα παιδιά μπορείτε να τοποθετήσετε τη μικρότερη κάρτα-εικόνα (Παράρτημα 4 της Ενότητας 2) στο σωστό σημείο της καρτέλας Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2).</p> <p>6. Εξετάστε όλες τις κάρτες με τις εικόνες (Παράρτημα 3 της Ενότητας 2). Καθώς προχωράτε από τη μία κάρτα στην άλλη, εξηγήστε λεπτομερώς τον τρόπο λειτουργίας των μερών του σώματος. (20 λεπτά)</p> <p>❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσω αυτής της δραστηριότητας, δηλαδή: α. την εκμάθηση των σωστών ονομασιών για τα μέρη του σώματος, β. την αναγνώριση ότι υπάρχουν πολλά ονόματα για ορισμένα μέρη του σώματος και γ. την εκμάθηση της βασικής λειτουργίας των διαφόρων μερών του σώματος. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Αν έχετε τη δυνατότητα, μπορείτε να πλαστικοποιήσετε τις καρτέλες Bingo, τις κάρτες με τα μέρη του σώματος και τις κάρτες με τις λειτουργίες του σώματος. Με αυτόν τον τρόπο, θα έχουν μεγαλύτερη διάρκεια ζωής και θα μπορείτε να τις χρησιμοποιήσετε αρκετές φορές.

	<ul style="list-style-type: none">- Αν δεν μπορείτε να εκτυπώσετε το υλικό με έγχρωμο μελάνι, εκτυπώστε το με ασπρόμαυρο.- Τα παιδιά ηλικίας 5-6 ετών μπορεί να μην έχουν επαρκή συγκέντρωση για να ολοκληρώσουν και τις δύο δραστηριότητες (το παιχνίδι Bingo και τη δραστηριότητα για τις λειτουργίες του σώματος) στη διάρκεια του ίδιου μαθήματος. Σε τέτοιες περιπτώσεις, η δραστηριότητα μπορεί να διεξαχθεί σε διαφορετικές ημέρες. Αν επιλέξετε να κάνετε μόνο μία από τις δραστηριότητες σε μία μόνο συνεδρία, καλό είναι να αφιερώσετε περισσότερο χρόνο για να την εξετάσετε λεπτομερέστερα. Για παράδειγμα, ενώ παίζετε Bingo με τα μέρη του σώματος, μπορείτε επίσης να εξηγήσετε τις λειτουργίες του κάθε μέρους του σώματος. Ομοίως, όταν εργάζεστε με τις κάρτες για τις λειτουργίες του σώματος, μπορείτε να αναφέρετε διάφορες ονομασίες για διάφορα μέρη του σώματος.- Όταν στοιβάζετε τις κάρτες με τα μέρη του σώματος και τις κάρτες με τις λειτουργίες του σώματος, καλό είναι να ξεκινάτε και να τελειώνετε με κάρτες που θεωρείτε ότι είναι εύκολες για τα παιδιά, όπως «αυτί, χέρι, πόδι» και «ακούω, αγγίζω, πηδάω». Τοποθετήστε ενδιάμεσα πιο δύσκολες κάρτες, όπως «αιδοίο και στήθος» για τις λειτουργίες «ουρώ/έχω περίοδο (σερβιέτα) και θηλάζω».- Όταν επιλέγετε μια κάρτα με ένα μέρος του σώματος κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού Bingo,
--	--

	<p>αναφέρετε τις πιθανές διαφορετικές ονομασίες του – π.χ. πισινός, ποπός.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Όταν επιλέγετε ή βάζετε τα παιδιά να επιλέξουν κάρτες με τις λειτουργίες του σώματος, αν ένα παιδί δεν ξέρει την απάντηση για μια συγκεκριμένη κάρτα, τα άλλα παιδιά μπορούν να το βοηθήσουν. Επιπλέον, θα πρέπει να προσθέσετε πληροφορίες που μπορεί να μην αναφέρουν τα ίδια τα παιδιά. - Να είστε προετοιμασμένοι/-νες να συζητήσετε για τα απόκρυφα μέρη του σώματος, όπως το στήθος, τους γλουτούς, το αιδοίο και το πέος, καθώς και για θέματα όπως η έμμηνος ρύση (περίοδος), η στύση του πέους και το άγγιγμα των γεννητικών οργάνων. Αυτά τα θέματα μπορεί να προκύψουν στις συζητήσεις των παιδιών ή μπορεί να σας ρωτήσουν γι' αυτά. - Ακολουθούν μερικές συμβουλές για το πώς μπορείτε να εξηγήσετε τις λειτουργίες των μερών του σώματος: <ul style="list-style-type: none"> ○ Με τα <u>μάτια</u> μας βλέπουμε. Τα μάτια κάθε ανθρώπου έχουν διαφορετικό χρώμα. Μερικές φορές, η όραση ενός ατόμου είναι κακή και μπορεί να χρειάζεται γυαλιά ή φακούς επαφής. Μερικοί άνθρωποι είναι τυφλοί και δεν βλέπουν καθόλου. ○ Με τη <u>μύτη</u> μας μυρίζουμε διάφορες μυρωδιές. Η μύτη μας βοηθάει επίσης να αναπνέουμε. ○ Με τα <u>αυτιά</u> μας ακούμε. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να έχουν ασθενέστερη ακοή και χρειάζονται ακουστικά βαρηκοΐας που τους βοηθούν να ακούν
--	---

	<p>καλύτερα. Αν κάποιος/-ποια δεν ακούει καθόλου, είναι κωφός/-φή.</p> <ul style="list-style-type: none">○ Τα <u>χείλη</u> είναι μέρος του στόματος. Μπορούμε να φιλήσουμε με τα χείλη μας. Μπορούμε να βάλουμε βάλαμο χειλιών (lip balm) ή κραγιόν στα χείλη.○ Τα <u>δόντια</u> βρίσκονται μέσα στο στόμα. Τα δόντια είναι φτιαγμένα από σκληρό σμάλτο. Ένας ενήλικας έχει 32 δόντια. Χρησιμοποιούμε τα δόντια για να μασάμε την τροφή. Πρέπει να βουρτσίζουμε τα δόντια μας και να τα φροντίζουμε.○ Τα <u>μαλλιά</u> φυτρώνουν στο κεφάλι. Τα μαλλιά κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικά. Τα μαλλιά μπορεί να είναι κοντά ή μακριά, ίσια ή σγουρά. Ακόμη, μπορεί να είναι ξανθά, καστανά, μαύρα ή ακόμα και πορτοκαλί. Μερικοί άνθρωποι δεν έχουν μαλλιά και τότε λέμε ότι είναι φαλακροί.○ Με τα <u>χέρια</u> μας, μπορούμε να αγγίζουμε άλλους ανθρώπους ή να κρατάμε διάφορα πράγματα. Μπορούμε να χαϊδέψουμε μια γάτα, να χτυπήσουμε παλαμάκια και να πιαστούμε χέρι-χέρι με άλλους ανθρώπους. Τα χέρια μας μπορούν να αισθανθούν διαφορετικές θερμοκρασίες και πόσο μαλακά ή σκληρά είναι τα αντικείμενα.○ Με τα <u>πόδια</u> μας, μπορούμε να περπατάμε, να τρέχουμε και να πηδάμε. Μερικές φορές, τα πόδια μας μπορεί να μην λειτουργούν σωστά ή να πονάνε. Σε τέτοιες περιπτώσεις, οι άνθρωποι μπορεί να χρησιμοποιούν πατερίτσες ή αναπηρικό αμαξίδιο για να διευκολύνουν την κινητικότητά τους.○ Η <u>πλάτη</u> έχει μεγάλους μύες. Η πλάτη είναι δυνατή και στηρίζει το σώμα μας. Μπορούμε να μεταφέρουμε
--	---

	<p>ένα σακίδιο στην πλάτη μας, ενώ τα ενήλικα άτομα μπορούν να μεταφέρουν ένα παιδί στην πλάτη τους.</p> <ul style="list-style-type: none">○ Οι άνθρωποι έχουν <u>νύχια</u> στα δάχτυλα των χεριών και των ποδιών τους. Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τα νύχια για να ξύσουμε το δέρμα μας, όταν έχουμε φαγούρα. Πρέπει να κόβουμε τα νύχια μας πού και πού. Σε μερικούς ανθρώπους αρέσει να βάζουν τα νύχια τους.○ Η <u>κοιλιά</u> βρίσκεται στη μέση του σώματος. Στο εσωτερικό της κοιλιάς υπάρχει το στομάχι, όπου πηγαίνει η τροφή που τρώμε και εκεί ξεκινά η διαδικασία της πέψης. Στην περιοχή της κοιλιάς, υπάρχει επίσης η μήτρα. Όταν ένα ενήλικο άτομο μένει έγκυο, το μωρό αναπτύσσεται στη μήτρα.○ Όλοι οι άνθρωποι έχουν <u>αφαλό</u>. Όταν ένα μωρό μεγαλώνει στη/στο μήτρα/στομάχι ενός ατόμου που εγκυμονεί, το μωρό λαμβάνει τροφή μέσω του ομφάλιου λώρου. Ο ομφάλιος λώρος είναι σημαντικός για την ανάπτυξη του μωρού.○ Οι <u>γλουτοί</u> είναι για να καθόμαστε. Από τον πρωκτό βγαίνουν τα αέρια και τα κακά.○ Από το <u>αιδοίο</u> περνούν τα ούρα. Στην περιοχή του αιδοίου υπάρχουν δύο ανοίγματα: το άνοιγμα της ουρήθρας, από το οποίο βγαίνουν τα ούρα και το άνοιγμα του κόλπου. Ένα μωρό γεννιέται μέσω του κόλπου. Οι περισσότερες έφηβες και οι ενήλικες γυναίκες έχουν συνήθως κάθε μήνα αιμορραγία από τον κόλπο. Αυτό ονομάζεται έμμηνος ρύση ή περίοδος. Είναι μια συνηθισμένη λειτουργία του οργανισμού, η οποία μερικές φορές μπορεί να προκαλεί πόνο αλλά δεν είναι επιβλαβής.
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Από το <u>πέος</u> περνούν τα ούρα. Το πέος έχει ένα άνοιγμα από το οποίο βγαίνουν τα ούρα. Στα έφηβα και ανήλικα άτομα, το πέος μπορεί επίσης να απελευθερώσει ένα διαυγές υγρό που ονομάζεται σπέρμα. Το σπέρμα περιέχει σπερματοζωάρια ή «σπόρους μωρών», τα οποία είναι απαραίτητα αν τα ενήλικα άτομα θέλουν να αποκτήσουν παιδιά. Μερικές φορές, το πέος μπορεί να έρθει σε σύση, η οποία είναι μια φυσιολογική αντίδραση του σώματος. ○ Όλοι οι άνθρωποι έχουν <u>στήθος</u>. Καθώς ένα παιδί μεγαλώνει και φτάνει στην εφηβεία, το στήθος του συχνά αρχίζει να αναπτύσσεται. Όλοι έχουν διαφορετικό μέγεθος στήθους, και ακόμη και τα δύο στήθη στο ίδιο άτομο μπορεί να έχουν διαφορετικό μέγεθος. Στο κέντρο κάθε στήθους υπάρχει μια θηλή (ρώγα). Αν ένα άτομο που είναι έγκυος γεννήσει, τα στήθη του παράγουν γάλα και το μωρό μπορεί να θηλάσει το γάλα μέσω της θηλής για να τραφεί.
Διανεμόμενα έντυπα	<ul style="list-style-type: none"> - Καρτέλες Bingo (Παράρτημα 1 της Ενότητας 2) - Λειτουργία του σώματος – κάρτες για τα παιδιά (Παράρτημα 4 της Ενότητας 2)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	Save the Children Finland - Janita Tasa, Heidi Näppi

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα – ονομάζοντας τα μέρη του σώματος και μαθαίνοντας για τις λειτουργίες τους (9-11 ετών)
Διάρκεια	2 x 45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν και να γνωρίζουν τις σωστές ονομασίες των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων. ❖ Να γνωρίζουν τη βασική λειτουργία των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων. ❖ Να κατανοούν ότι τα γεννητικά όργανα κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικά και μοναδικά.
Υλικά	Δ/Υ
Οδηγίες	<p>Σημείωση. Τα δύο παρακάτω μαθήματα προβλέπεται να υλοποιηθούν ως δύο μαθήματα διάρκειας 45 λεπτών. Αν είναι εφικτό, πραγματοποιήστε δύο διαδοχικά μαθήματα.</p> <p><u>1ο Μάθημα</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Προετοιμασία. Πριν από την υλοποίηση της δραστηριότητας, εκτυπώστε ισάριθμα σελιδοδείκτες του υλικού (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2) για τα/τις ζεύγη/μικρές ομάδες που έχουν σχηματιστεί. ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι θα μάθουν για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα. Πείτε τους ότι είναι σημαντικό για όλα/-ους/-λες να γνωρίζουν τα διάφορα σώματα και τα μέρη τους ανεξάρτητα από το φύλο τους. Έχει ιδιαίτερη αξία όλα/-οι/-λες να κατανοούν πώς λειτουργεί το σώμα τους και τα σώματα των άλλων. Με αυτόν τον τρόπο, μπορούν να

κατανοήσουν καλύτερα τις σωματικές λειτουργίες και να εκφραστούν π.χ. αν αισθάνονται κάτι ασυνήθιστο στο σώμα τους, αν κάτι πονάει ή αν κάποιο άτομο άγγιξε το σώμα τους με ανάρμοστο τρόπο. Πείτε στα παιδιά ότι θα λάβουν τρία φύλλα εργασίας (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2) και στόχος είναι να ονομάσουν τα όργανα/μέρη του σώματος που υπάρχουν στις εικόνες. (5 λεπτά)

❖ **Κύρια δραστηριότητα.** Σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα - φύλλο εργασίας

1. Χωρίστε τα παιδιά σε ζεύγη ή μικρές ομάδες (ανάλογα με το μέγεθος της ομάδας και τον αριθμό των εκτυπώσεων του υλικού που διαθέτετε) και μοιράστε τους τα τρία φύλλα εργασίας (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2). (2 λεπτά)

2. Εξηγήστε στα παιδιά ότι έχουν στα χέρια τους τρία φύλλα εργασίας (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2). Στο πρώτο φύλλο εργασίας, υπάρχει η εικόνα ενός αιδoίου, στο δεύτερο φύλλο εργασίας, υπάρχει η εικόνα μιας μήτρας και άλλων αναπαραγωγικών μερών και στο τρίτο φύλλο εργασίας, υπάρχει η εικόνα ενός πέους και άλλων αναπαραγωγικών μερών. Ακόμη, σε δύο από τα φύλλα εργασίας, υπάρχουν εικόνες διαφορετικής εμφάνισης γεννητικών οργάνων.

Πείτε στα παιδιά ότι τα γεννητικά όργανα κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικά και μοναδικά. Ποτέ δεν έχουν την ίδια

	<p>εμφάνιση. Εξηγήστε τους ότι η αποστολή τους είναι να γράψουν τα σωστά ονόματα των οργάνων/μερών του οργάνου που επισημαίνονται στο φύλλο εργασίας. Τα σωστά ονόματα των οργάνων/μερών του οργάνου βρίσκονται σε κάθε φύλλο εργασίας. (5 λεπτά)</p> <p>3. Καθοδηγήστε τα παιδιά να ξεκινήσουν, για παράδειγμα, με το φύλλο εργασίας με το αιδούιο. Στη συνέχεια, μπορούν να προχωρήσουν στο φύλλο εργασίας με τη μήτρα και τέλος, στο φύλλο εργασίας με το πέος. Η σειρά δεν έχει σημασία. Κάντε κύκλους στην αίθουσα ενώ τα παιδιά συμπληρώνουν την εργασία. Αν χρειαστεί, καθοδηγήστε τα. (15 λεπτά)</p> <p>4. Μόλις τα παιδιά ολοκληρώσουν την εργασία, εξετάστε την μαζί τους. Για παράδειγμα, μπορείτε να προβάλετε τα φύλλα εργασίας (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2) σε μια οθόνη με τα όργανα/μέρη οργάνων στις σωστές θέσεις (ή μπορείτε να τοποθετήσετε το εκτυπωμένο φύλλο εργασίας στον τοίχο). Ρωτήστε τα παιδιά πώς τους φάνηκε η εργασία και αν κατάφεραν να την ολοκληρώσουν. Θυμίστε τους ότι υπάρχουν γεννητικά όργανα με διαφορετική εμφάνιση και ότι όλοι οι άνθρωποι είναι μοναδικοί. Μπορείτε να αναπτύξετε περισσότερο το θέμα αν</p>
--	--

θέλετε και να απαντήσετε σε πιθανές απορίες τεκμηριωμένα και, με τρόπο κατάλληλο για την ηλικία των παιδιών. (13 λεπτά)

- ❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που απέκτησαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. την εκμάθηση των σωστών ονομασιών των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων και β. τη συνειδητοποίηση ότι τα γεννητικά όργανα κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικά και μοναδικά. (5 λεπτά)

2ο Μάθημα

- ❖ Προετοιμασία. Πριν από την υλοποίηση της δραστηριότητας, εκτυπώστε ισάριθμα σελιδοφύλλα του υλικού (Παραρτήματα 6 και 7 της Ενότητας 2) για τα/τις ζεύγη/μικρές ομάδες που έχουν σχηματιστεί.
- ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Πείτε στα παιδιά ότι θα συνεχίσουν να μαθαίνουν για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα. Στο προηγούμενο μάθημα, έμαθαν τις σωστές ονομασίες των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων. Αν το μάθημα δεν είναι διαδοχικό, μπορείτε να υπενθυμίσετε στα παιδιά τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα δείχνοντάς τους τα φύλλα εργασίας (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2) και ανατρέχοντας στα συγκεκριμένα όργανα/μέρη οργάνων. Πείτε στα παιδιά ότι τώρα θα μάθουν ποιες είναι οι βασικές λειτουργίες των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων. Στη συνέχεια, θα μιλήσετε για τις διαφορετικές ονομασίες που υπάρχουν για τα γεννητικά όργανα. (5 λεπτά)

❖ *Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – Λειτουργίες οργάνων – φύλλο εργασίας*

1. Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να γίνει ατομικά, σε ζεύγη ή σε μικρές ομάδες (ανάλογα με τον αριθμό των εκτυπώσεων του φύλλου εργασίας που έχετε στη διάθεσή σας). Μοιράστε στα παιδιά το φύλλο εργασίας «Λειτουργίες οργάνων» (Παράρτημα 6 της Ενότητας 2). Εξηγήστε ότι στην αριστερή πλευρά του φύλλου εργασίας, θα βρουν μέρη οργάνων ενώ στη δεξιά πλευρά, θα βρουν εξηγήσεις για τις λειτουργίες των μερών των οργάνων. Αποστολή τους είναι να αντιστοιχίσουν κάθε μέρος οργάνου με τη σωστή λειτουργία του σχεδιάζοντας μια γραμμή με μολύβι. (2 λεπτά)

2. Καθοδηγήστε τα παιδιά να αρχίσουν να εργάζονται στο φύλλο εργασίας (Παράρτημα 6 της Ενότητας 2). Κάντε κύκλους στην αίθουσα ενώ τα παιδιά συμπληρώνουν την εργασία. Αν χρειαστεί, καθοδηγήστε τα. (10 λεπτά)

3. Τέλος, δείτε μαζί με τα παιδιά το φύλλο εργασίας (Παράρτημα 6 της Ενότητας 2), επανεξετάζοντας τις λειτουργίες των οργάνων. (10 λεπτά)

❖ *Μέρος 2ο - Κρυπτόλεξο, με στόχο την εύρεση λέξεων που περιγράφουν τα γεννητικά όργανα. Σε αυτή την άσκηση, το ζητούμενο είναι να μιλήσετε για τις διαφορετικές ονομασίες των γεννητικών οργάνων σε*

ένα ασφαλές περιβάλλον. Υπάρχουν διάφορα ονόματα για τα γεννητικά όργανα των διαφόρων φύλων. Απώτερος στόχος είναι να γίνει κατανοητό ποιες λέξεις είναι ουδέτερες και μπορούν να χρησιμοποιούνται και ποιες λέξεις είναι προσβλητικές και δεν είναι σωστό να χρησιμοποιούνται.

1. Η άσκηση μπορεί να διεξαχθεί ατομικά, σε ζεύγη ή σε μικρές ομάδες (ανάλογα με τον αριθμό των εκτυπώσεων του φύλλου εργασίας που έχετε στη διάθεσή σας). Μοιράστε το κρυπτόλεξο – φύλλο εργασίας (Παράρτημα 7 της Ενότητας 2) στα παιδιά. Εξηγήστε τους ότι στο φύλλο εργασίας υπάρχει ένα κρυπτόλεξο με διάφορες λέξεις που σχετίζονται με τα γεννητικά όργανα κάτω από αυτό. Αποστολή τους είναι να βρουν και να σημειώσουν τις λέξεις που ανακάλυψαν. (3 λεπτά)
2. Μόλις τα παιδιά ολοκληρώσουν την εργασία (Παράρτημα 7 της Ενότητας 2), δείξτε τους ένα φύλλο εργασίας με τις σωστές απαντήσεις. Ύστερα, ρωτήστε τα:
 - Υπήρχαν λέξεις στο κρυπτόλεξο που δεν γνωρίζατε;
 - Ποιες ήταν αυτές οι λέξεις;
 - Μπορείτε να σκεφτείτε λέξεις που δεν υπήρχαν στο κρυπτόλεξο;Συζητήστε διάφορες λέξεις, τις σημασίες τους και τις χρήσεις τους. Εξηγήστε ότι οι

	<p>λέξεις στο κρυπτόλεξο είναι ουδέτερες και μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να περιγράψουν τα γεννητικά όργανα. Υπάρχουν όμως ορισμένες λέξεις που χρησιμοποιούνται ως προσβολές. Αυτές οι λέξεις πρέπει να αντιμετωπίζονται με προσοχή και δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται. (10 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που απέκτησαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. την εκμάθηση των βασικών λειτουργιών των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών οργάνων και β. τη συνειδητοποίηση ότι υπάρχουν διάφορα ονόματα για τα γεννητικά όργανα και ότι ορισμένες λέξεις είναι ουδέτερες, ενώ άλλες μπορεί να είναι προσβλητικές. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Χωρίστε τα παιδιά σε μικρές ομάδες έτσι ώστε κάθε ομάδα να έχει άτομα διαφορετικών φύλων. Δεν έχει νόημα να δημιουργήσετε ομάδες ίδιου φύλου, καθώς είναι καλό για όλα τα παιδιά να μάθουν για τα μέρη του σώματος διαφορετικών φύλων. Επιπλέον, η εργασία σε μια ομάδα μπορεί να παρακινήσει τα παιδιά να ασχοληθούν με τη δραστηριότητα που ίσως είναι συναρπαστική ή ενδεχομένως λίγο δυσάρεστη για αυτά. - Συνιστάται να μιλήσετε για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα με τρόπο ευαίσθητο ως προς το φύλο, όπως αναφέρεται στο φύλλο εργασίας. Για παράδειγμα, όταν μιλάτε για τα

	<p>βιολογικά γυναικεία όργανα μπορείτε να μιλάτε για ένα σώμα με αιδοίο και μήτρα. Αυτό είναι πολύ σημαντικό γιατί στις τάξεις μας μπορεί να υπάρχουν ίντερσεξ παιδιά (π.χ. με μη τυπική ανάπτυξη των γεννητικών τους οργάνων ή και αναντιστοιχία των εσωτερικών με τα εξωτερικά γεννητικά όργανα) ή τρανς παιδιά (π.χ. ένα τρανς αγόρι χρειάζεται να γνωρίζει για τα γεννητικά του όργανα, αλλά θα αισθάνεται ότι δεν συμπεριλαμβάνεται όταν δεν αναφερόμαστε σε αυτά με έμφυλο τρόπο).</p> <ul style="list-style-type: none">- Η συμπλήρωση του φύλλου εργασίας – της δραστηριότητας για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα μπορεί να προκαλέσει διάφορα συναισθήματα και αντιδράσεις στα παιδιά. Ορισμένα μπορεί να προσεγγίσουν την εργασία ουδέτερα, κάποια άλλα μπορεί να αρχίσουν να χαχανίζουν από ενθουσιασμό, ενώ μερικά άλλα μπορεί να τη βρουν δυσάρεστη ή ακόμη και αγχωτική. Αυτό είναι κάτι επιτρεπτό. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να κατανοήσουν ότι η μάθηση για όλα τα μέρη του σώματος είναι σημαντική. Με αυτόν τον τρόπο, θα κατανοήσουν καλύτερα το σώμα τους.- Χρησιμοποιήστε κατάλληλες για την ηλικία των παιδιών λέξεις σχετικά με τα γεννητικά όργανα, όπως «αιδοίο» και «πέος». Μπορείτε να εξηγήσετε ότι τα γεννητικά όργανα έχουν πολλά διαφορετικά ονόματα.- Κάντε μια βόλτα στην τάξη. Ενθαρρύνετε, υποστηρίξτε και βοηθήστε τα παιδιά όταν χρειάζεται στη διάρκεια της δραστηριότητας.
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> - Όταν συζητάτε για τα διαφορετικά και ποικίλα γεννητικά όργανα, θα πρέπει να σημειωθεί ότι μπορεί να υπάρχουν παιδιά στην τάξη των οποίων τα γεννητικά όργανα έχουν ακρωτηριαστεί. Αν μπορείτε, και με τη δέουσα ευαισθησία, μπορείτε να θίξετε αυτό το θέμα συλλογικά κατά τη διάρκεια της άσκησης, για παράδειγμα, αναφέροντας ότι μερικές φορές τα γεννητικά όργανα ενός παιδιού έχουν ακρωτηριαστεί και ότι σε ορισμένους πολιτισμούς αυτό αποτελεί μέρος της παράδοσης. Σε τέτοιες περιπτώσεις, τα γεννητικά όργανα μπορεί να έχουν διαφορετική εμφάνιση από αυτή που παρουσιάζεται στις εικόνες. Τα γεννητικά όργανα δεν πρέπει να αγγίζονται· είναι καλά όπως είναι. - Η δραστηριότητα των διαφορετικών ονομάτων για τα γεννητικά όργανα είναι πιθανό να προκαλέσει ενθουσιασμό στα παιδιά αν αναφέρουν προσβλητικά ονόματα που χρησιμοποιούνται για τα γεννητικά όργανα. Αυτό επιτρέπεται κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας, αλλά η κατάσταση θα πρέπει να είναι ελεγχόμενη. Θα πρέπει βέβαια να τονιστεί ότι οι λέξεις αυτές είναι προσβλητικές και δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται σε άλλες περιστάσεις.
<p>Διανεμόμενα έντυπα</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα - φύλλο εργασίας (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2) - Λειτουργίες οργάνων - φύλλο εργασίας (Παράρτημα 6 της Ενότητας 2) - Κρυπτόλεξο – φύλλο εργασίας (Παράρτημα 7 της Ενότητας 2)

Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<p><i>Save the children Finland - Janita Tasa, Heidi Näppi</i></p> <p><i>Οι εικονογραφήσεις στα φύλλα εργασίας για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά όργανα (Παράρτημα 5 της Ενότητας 2) δημιουργήθηκαν από την Erja Keränen (Εκπαιδευτικός, Σεξουαλική θεραπεύτρια)</i></p>

Κεφάλαιο 2: Το μοναδικό μας σώμα – Η ανάπτυξη του σώματος κατά την εφηβεία

Βασικές πληροφορίες

Αυτό το μέρος με τις βασικές πληροφορίες εστιάζει κυρίως στις αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και μπαίνουν στην εφηβεία. Με τα μικρότερα παιδιά (5-8 ετών), θα μπορούσατε να επικεντρωθείτε στο να μιλήσετε για την ποικιλομορφία του σώματος και για το πώς ο κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός όπως είναι.

Πολυμορφία σώματος

Η συζήτηση με τα παιδιά για τη σωματική ποικιλομορφία και για το πώς όλα/-οι/-λες μας είμαστε διαφορετικά/-οί/-κές είναι σημαντική για την καλλιέργεια μιας θετικής εικόνας του σώματος και την αύξηση του σεβασμού για τον εαυτό μας και τους άλλους ανθρώπους. Ως ενήλικα άτομα, δίνουμε το παράδειγμα στα παιδιά και γι' αυτό πρέπει να ενισχύσουμε την κατανόηση και τις δεξιότητες των παιδιών να εκτιμούν τον εαυτό τους και τους άλλους όπως ακριβώς είναι. Χρειάζεται, μεταξύ άλλων, να τονίσουμε ότι όλα τα σώματα έχουν διαφορετικά σχήματα, μεγέθη και χρώματα και ότι ο κάθε άνθρωπος είναι πολύτιμος και μοναδικός όπως είναι. Δεν υπάρχει ένα σώμα που να είναι καλύτερο ή χειρότερο από το άλλο. Κάθε άνθρωπος έχει τα μοναδικά του χαρακτηριστικά που τον κάνουν αυτό που είναι.

Τα παιδιά προκειμένου να εκτιμήσουν την αξία του σώματός τους, είναι απαραίτητο να κατανοήσουν ότι δεν έχει σημασία η εμφάνισή τους, αλλά το τι μπορούν να κάνουν με το σώμα τους (Planned Parenthood A, B). Ενθαρρύνετε τα παιδιά να εκτιμούν και να είναι περήφανα για καθετί στο οποίο είναι καλά: κάποιο παιδί έχει δυνατά πόδια και μπορεί να πηδάει ψηλά, άλλο είναι καλό στον συντονισμό και στο ποδόσφαιρο, κάποιο έχει μακριά μαλλιά και πυκνές πλεξούδες και κάποιο άλλο φοράει γυαλιά και βλέπει καλά κ.λπ.

Στην κοινωνία μας όμως, κάποια σώματα θεωρούνται ανεπιθύμητα ή/και άσχημα: ανάπηρα, queer, ίντερσεξ, τρανς, χοντρά, αυτο-τροποποιημένα, ηλικιωμένα, άλλων φυλών, άλλων χρωμάτων, παραμορφωμένα, και σε πολλές περιπτώσεις σηματοδομημένα με διάφορα "ελαττώματα" σε συνδυασμό. Ένας βασικός τομέας του αγώνα ενάντια στους αποκλεισμούς είναι ο τρόπος που θα μιλήσουμε στα παιδιά για το έμφυλο σώμα. Προσέχουμε το οπτικό υλικό που χρησιμοποιούμε να απεικονίζει αυτή την ποικιλομορφία των σωμάτων ώστε τα παιδιά να εξοικειώνονται με αυτή.

Παιδιά που εισέρχονται στην εφηβεία

Η κατηγοριοποίηση των παιδιών σε φύλα είναι κατά κάποιον τρόπο τεχνητή, αλλά για τους σκοπούς της περιγραφής των αλλαγών της εφηβείας αναφερόμαστε εν μέρει σε κορίτσια και αγόρια σε αυτό το σημείο. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι κάθε παιδί και νεαρό άτομο που βρίσκεται στην ανάπτυξη μπορεί να βιώνει το φύλο το ως κάτι διαφορετικό από αγόρι ή κορίτσι. Υπάρχουν διαφορετικά φύλα. Για να είμαστε πιο ακριβείς χρησιμοποιούμε εκφράσεις, όπως «Τα περισσότερα κορίτσια/αγόρια...», αποφεύγουμε τις έμφυλες διχοτομήσεις και δεν ξεχνάμε να συμπεριλαμβάνουμε στις συζητήσεις μας τα ίντερσεξ και τρανς σώματα.

Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, συμβαίνουν διάφορες αλλαγές στο σώμα τους. Οι αλλαγές αυτές δείχνουν ότι το σώμα λειτουργεί όπως πρέπει. Η εφηβεία αρχίζει συνήθως μεταξύ 8 και 14 ετών και διαρκεί αρκετά χρόνια (Planned Parenthood C). Κάθε παιδί και νεαρό άτομο βιώνει τις αλλαγές της εφηβείας με διαφορετικό τρόπο, σε διαφορετικούς χρόνους και με τον δικό του/της ρυθμό (Åhman & Ruuhilahti, 2019, 22-23).

Στα βιολογικά κορίτσια, η εφηβεία αρχίζει συνήθως μεταξύ 8 και 13 ετών, και το πρώτο σημάδι της εφηβείας είναι η ανάπτυξη των μαστών. Πολλές φορές, μετά την έναρξη της ανάπτυξης των μαστών, αρχίζει να εμφανίζεται τριχοφυΐα στην ηβική περιοχή των κοριτσιών. Η αύξηση του ύψους αρχίζει συνήθως περίπου την ίδια χρονική περίοδο με την ανάπτυξη του στήθους. Ακόμη, παρατηρείται ανάπτυξη των γεννητικών οργάνων των κοριτσιών - τα χείλη μεγαλώνουν και σκουραίνουν σε χρώμα. Η έμμηνος ρύση αρχίζει συνήθως γύρω στην ηλικία των 10-14 ετών (Planned Parenthood C). Οι έμμηνοι κύκλοι μπορεί να είναι ακανόνιστοι στα πρώτα χρόνια και

να μην επαναλαμβάνονται απαραίτητα κάθε μήνα. Αυτό είναι ένα σύννηθες φαινόμενο.

Στα βιολογικά αγόρια, η εφηβεία αρχίζει συνήθως αργότερα από ό,τι στα βιολογικά κορίτσια, δηλαδή μεταξύ 9 και 14 ετών. Το πρώτο σημάδι της εφηβείας στα αγόρια είναι συχνά η αύξηση του μεγέθους των όρχεων και το σκούρο χρώμα του δέρματος του όσχεου. Αυτές οι αλλαγές ξεκινούν συνήθως περίπου στην ηλικία των 9 έως 13 ετών. Η ανάπτυξη του πέους και της ηβικής τριχοφυΐας αρχίζει συνήθως αργότερα από την ανάπτυξη των όρχεων. Στα μισά περίπου αγόρια, μπορεί να αναπτυχθεί ο μαστικός ιστός και οι μαστοί ίσως να φαίνονται πρησμένοι. Αυτό συνήθως εξαφανίζεται μέσα σε λίγους μήνες έως έναν χρόνο. Η αύξηση του ύψους, το σπάσιμο της φωνής και η τριχοφυΐα του προσώπου εμφανίζονται στα μεταγενέστερα στάδια της εφηβείας (Planned Parenthood C).

Επιπλέον, οι βασικότερες αλλαγές που συμβαίνουν κατά την εφηβεία συνήθως σε όλα τα παιδιά και τους/τις εφήβους/-βες είναι οι εξής: αυξάνεται η μυϊκή μάζα του σώματος, αλλάζει το σχήμα του σώματος (οι γοφοί φαρδαίνουν και οι ώμοι πλαταίνουν), το δέρμα και τα μαλλιά γίνονται πιο λιπαρά, μπορεί να εμφανιστούν σπυράκια ή ακμή στο πρόσωπο ή/και στην πλάτη, τριχοφυΐα στις μασχάλες και στα άκρα και αυξημένη εφίδρωση, συχνά με εντονότερη οσμή (Planned Parenthood C).

Μιλώντας στα παιδιά για την εφηβεία

Καλό είναι να αρχίσετε να συζητάτε με τα παιδιά για την εφηβεία πολύ πριν από την έναρξή της. Η παροχή πληροφοριών από νωρίς ενισχύει τις γνώσεις των παιδιών και τα βοηθά να κατανοήσουν καλύτερα αυτές τις δυνητικά συναρπαστικές αλλαγές (Åhman & Ruuhilahti, 2019, 22-23).

Ορισμένα παιδιά μπορεί να προσεγγίζουν την εφηβεία με προσμονή και θετική διάθεση, ενώ άλλα μπορεί να τη βρίσκουν τρομακτική και άβολη. Καθώς το σώμα τους αλλάζει, τα παιδιά συχνά αποκτούν μεγαλύτερη επίγνωση του σώματός τους και μπορεί να συγκρίνουν τον εαυτό τους με άλλα παιδιά (Åhman & Ruuhilahti, 2019, 22-23). Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (social media) και το περιεχόμενό τους μπορούν

επίσης να επηρεάσουν την αυτοεκτίμηση και την εικόνα του σώματος ενός παιδιού που βρίσκεται στην ανάπτυξη – μερικές φορές αρνητικά. Για τον λόγο αυτό, θα πρέπει να εξηγήσουμε στα παιδιά ότι οι εικόνες που βλέπουμε στα social media, για παράδειγμα, τις περισσότερες φορές είναι επεξεργασμένες και διαστρεβλώνουν την αντίληψη του σώματός μας (Åhman & Ruuhilahti, 2019, 57).

Οι αλλαγές που συνοδεύουν την εφηβεία μπορεί να είναι ιδιαίτερα δυσάρεστες για τα νεαρά άτομα που παράλληλα εξετάζουν τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό και την ταυτότητα φύλου τους. Μερικές φορές, οι έντονες σωματικές αλλαγές που επιφέρει η εφηβεία μπορεί να οδηγήσουν σε στιγμές απόγνωσης, καθώς το σώμα φαίνεται να αλλάζει προς μια κατεύθυνση που έρχεται σε αντίθεση με την εμπειρία του νεαρού ατόμου (Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus). Στο πνεύμα της συμπερίληψης όλων των σωμάτων, υπάρχει ανάγκη για πληρέστερη ενσωμάτωση της ΛΟΑΤΚΙ+ ποικιλομορφίας στα μαθήματα για την εφηβεία. Παρέχουμε ακριβείς πληροφορίες που επιτρέπουν τη γνώση και την επιβεβαίωση της εμπειρίας της ανάπτυξης όλων των παιδιών και δίνουμε έμφαση στην ομοιότητα και τη διαφοροποίηση. Τονίζουμε τη μοναδικότητα των σωμάτων και δεν χρησιμοποιούμε όρους όπως, «φυσιολογικό» ή «ανώμαλο». Καθοδηγούμε και πλαισιώνουμε τα μαθήματα με προσεγγμένες προσεγγίσεις στη γλώσσα, τις οπτικές εικόνες και τις διασταυρώσεις (intersections) των εμπειριών.

Μπορείτε να προσφέρετε υποστήριξη σε ένα παιδί που αισθάνεται αβεβαιότητα και πιθανή δυσφορία ενισχύοντας τη μοναδικότητά του και επιτρέποντάς του να είναι ο εαυτός του. Θα μπορούσατε να του πείτε ότι οι σωματικές αλλαγές είναι αναπόφευκτες αλλά μπορούν να αντιμετωπιστούν με την πάροδο του χρόνου. Στην περίπτωση των τρανς παιδιών εξετάστε το ενδεχόμενο συνεργασίας του σχολείου με την οικογένεια και ενημερώστε για πιθανές δράσεις (κοινωνικές, ιατρικές, ψυχοκοινωνικές κλπ.) για την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του παιδιού.

Η συζήτηση για τις σωματικές αλλαγές θα πρέπει να γίνεται με πολιτισμικά ευαίσθητο τρόπο. Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι τα παιδιά από διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα μπορεί να θεωρούν τις συζητήσεις για την εφηβεία

πρόκληση ή η οικογένεια ενός παιδιού μπορεί να εκφράσει την άποψη ότι δεν χρειάζεται να μάθει για αυτά τα θέματα. Σε ορισμένες οικογένειες, τα θέματα σεξουαλικότητας δεν συζητούνται και οι σωματικές αλλαγές, όπως η έμμηνος ρύση, θεωρούνται ιδιωτικά θέματα. Ωστόσο, όλα τα παιδιά έχουν δικαίωμα σε τεκμηριωμένη πληροφόρηση και αυτό είναι κάτι που πρέπει να γνωστοποιείται σε όλες τις οικογένειες.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Όλα τα σώματα είναι μοναδικά – Αλλαγές στο σώμα κατά την ανάπτυξη (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να κατανοούν και να εκτιμούν ότι κάθε άτομο είναι μοναδικό και διαφορετικό. ❖ Να κατανοούν ότι το σώμα αλλάζει και αναπτύσσεται καθώς ένα παιδί μεγαλώνει. ❖ Να μαθαίνουν τις συνηθέστερες σωματικές αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα κατά την εφηβεία.
Υλικά	Δ/Υ
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Προετοιμασία. Πριν από την υλοποίηση της δραστηριότητας, εκτυπώστε τόσα «Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (mix and match)» (Παράρτημα 8 της Ενότητας 2) όσες είναι οι μικρές ομάδες που έχουν σχηματιστεί. Αφού εκτυπώσετε το υλικό, κόψτε το χαρτί στα τρία έτσι ώστε κάθε χαρακτήρας να είναι χωριστά και στη συνέχεια, κόψτε κάθε χαρακτήρα στα δύο κατά μήκος της διακεκομμένης γραμμής. ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Πείτε στα παιδιά ότι θα μιλήσετε για το σώμα και συγκεκριμένα, για το ότι τα

σώματά μας έχουν διαφορετική εμφάνιση και ότι όλοι οι άνθρωποι είμαστε μοναδικοί. Εξηγήστε ότι θα μιλήσετε για τις αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα όταν ένα παιδί μεγαλώνει και μπαίνει στην εφηβεία. Αυτές οι αλλαγές και η φάση κατά την οποία συμβαίνουν αυτές οι αλλαγές ονομάζεται εφηβεία. Μπορείτε να μιλήσετε για μερικές αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα ενός ατόμου κατά την εφηβεία (διαβάστε τις βασικές πληροφορίες για έμπνευση) ή να ρωτήσετε αν τα παιδιά γνωρίζουν κάποιες. Ενημερώστε τα παιδιά ότι θα ασχοληθούν με το «Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (mix and match)» (Παράρτημα 8 της Ενότητας 2) σε μικρές ομάδες. (5 λεπτά)

❖ *Κύρια δραστηριότητα*

1. *Ανάλογα με το μέγεθος της ομάδας, χωρίστε την ομάδα σε δύο ή περισσότερες μικρές ομάδες. Καλό είναι να μην υπάρχουν περισσότερα από 5-7 παιδιά σε μια ομάδα. (3 λεπτά)*
2. *Τοποθετήστε τα κομμάτια του παζλ των χαρακτήρων των εφήβων στα τραπέζια: αναμείξτε και τοποθετήστε τα κομμάτια του άνω και του κάτω μέρους του σώματος σε χωριστές στοίβες. Πείτε στα παιδιά ότι υπάρχουν δύο στοίβες στο τραπέζι: το πάνω μέρος του σώματος και το κάτω μέρος του σώματος. (2 λεπτά)*
3. *Αποστολή κάθε ομάδας είναι να δημιουργήσει διαφορετικούς και ποικίλους χαρακτήρες με τα κομμάτια του παζλ. Σημείωση: Σκοπός δεν είναι να βρεθούν οι ακριβείς αντιστοιχίες των*

	<p>κομματιών αλλά να δημιουργηθούν χαρακτήρες με διαφορετική εμφάνιση. Κυκλοφορήστε μεταξύ των ομάδων, ενώ τα παιδιά ασχολούνται με την εργασία. (10 λεπτά)</p> <p>4. Μόλις οι ομάδες σχηματίσουν ολοκληρωμένους χαρακτήρες με τα κομμάτια του παζλ, πείτε στα παιδιά να κοιτάξουν και να θαυμάσουν τους συνδυασμούς που έχουν δημιουργηθεί. Κατόπιν, επιλέξτε 8-10 χαρακτήρες και τοποθετήστε τους σε ένα τραπέζι ή σε έναν τοίχο, ώστε να τους βλέπουν όλοι/-λες. (5 λεπτά)</p> <p>5. Τέλος, συζητήστε μαζί τους χαρακτήρες που δημιουργήθηκαν.</p> <p>Μπορείτε να ρωτήσετε:</p> <ul style="list-style-type: none">- Πώς είναι η εμφάνιση των χαρακτήρων;- Τι κοινό έχουν;- Τι διαφορετικό έχουν;- Υπάρχει κάτι μοναδικό σε κάθε χαρακτήρα; <p>Πείτε στα παιδιά ότι τα έφηβα άτομα στις εικόνες έχουν μπει στην εφηβεία και το σώμα τους μεγαλώνει και αλλάζει. Αλλαγές συμβαίνουν και στη διάθεσή τους καθώς διανύουν την εφηβεία. Τα έφηβα άτομα μπορεί να είναι χαρούμενα, λυπημένα και θυμωμένα κατά καιρούς, όπως ακριβώς και τα μικρότερα παιδιά. Όλα τα άτομα βιώνουν μια ποικιλία συναισθημάτων, αλλά κατά τη διάρκεια της εφηβείας, τα συναισθήματα και οι διακυμάνσεις τους μπορεί να είναι εντονότερα. Στη συνέχεια, μπορείτε να ρωτήσετε τα παιδιά</p>
--	---

	<p>ποιες αλλαγές στην εφηβεία μπορούν να δουν στα σώματα των χαρακτήρων. Συζητήστε τις αλλαγές της εφηβείας, λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία και το αναπτυξιακό στάδιο των παιδιών. (15 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. να κατανοούν και να εκτιμούν ότι όλοι οι άνθρωποι είμαστε διαφορετικοί και μοναδικοί όπως είμαστε, β. να γνωρίζουν τις συνηθέστερες σωματικές αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Αν έχετε τη δυνατότητα, μπορείτε να πλαστικοποιήσετε τα κομμάτια του παζλ mix and match. Με αυτόν τον τρόπο, θα έχουν μεγαλύτερη διάρκεια ζωής και θα μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε αρκετές φορές. - Αν δεν μπορείτε να εκτυπώσετε το υλικό με έγχρωμο μελάνι, εκτυπώστε το με ασπρόμαυρο. - Τονίστε ότι το σώμα του κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικό. Κάθε άνθρωπος έχει τα ίδια μέρη σώματος και το σώμα μας λειτουργεί με τον ίδιο τρόπο, αλλά όλοι έχουμε διαφορετική εμφάνιση. Κάθε άνθρωπος είναι πολύτιμος όπως ακριβώς είναι. - Ανατρέξτε στις συνηθέστερες αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία χρησιμοποιώντας τις φιγούρες που δημιούργησαν τα παιδιά. Αν κάποιες από τις αλλαγές της εφηβείας δεν είναι ορατές στους χαρακτήρες, εξηγήστε τις στα παιδιά. - Καθοδηγήστε τη συζήτηση με θάρρος στα απόκρυφα μέρη του σώματος, όπως τα γεννητικά όργανα και το στήθος. Για παράδειγμα, μπορείτε να συζητήσετε για το

	<p>πού βγάζουν οι άνθρωποι τρίχες. Ενδεικτικά, μπορείτε να ρωτήσετε τα παιδιά: «Βγαίνουν τρίχες γύρω από το πέος και το αιδοίο;». Μπορείτε επίσης να αναφέρετε ότι όλα τα μέρη του σώματος μεγαλώνουν καθώς μεγαλώνουμε: τα χέρια μεγαλώνουν σε μήκος, ο εγκέφαλος αναπτύσσεται, το στήθος μεγαλώνει και αναπτύσσεται και το πέος και οι όρχις μεγαλώνουν και αλλάζουν.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Να είστε προετοιμασμένα/-οι/-νες για τις ευθείες ερωτήσεις των παιδιών σχετικά με το σώμα. Φροντίστε να είστε έτοιμα/-οι/-μες να μιλήσετε για θέματα όπως η έμμηνος ρύση, η στύση του πέους και η ποικιλομορφία των φύλων. - Ενθαρρύνετε τη διατύπωση αποριών και τον ανοιχτό διάλογο επιτρέποντας στα παιδιά να ρωτήσουν οτιδήποτε μπορεί να τα απασχολεί.
Διανεμόμενα έντυπα	- Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (<i>mix and match</i>) (Παράρτημα 8 της Ενότητας 2)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Save the Children Finland - Janita Tasa, Heidi Näppi</i>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Όλα τα σώματα είναι διαφορετικά – Αλλαγές στο σώμα κατά την εφηβεία (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Να κατανοούν και να εκτιμούν ότι κάθε άτομο είναι μοναδικό και διαφορετικό· ❖ Να γνωρίζουν ότι το σώμα αλλάζει και αναπτύσσεται καθώς ένα παιδί μεγαλώνει· ❖ Να γνωρίζουν τις συνηθέστερες σωματικές αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα κατά την εφηβεία.
Υλικά	Δ/Υ
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Προετοιμασία. Πριν από την υλοποίηση της δραστηριότητας, εκτυπώστε τόσα «Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (mix and match)» (Παράρτημα 8 της Ενότητας 2) όσες είναι οι μικρές ομάδες που έχουν σχηματιστεί. Αφού εκτυπώσετε το υλικό, κόψτε το χαρτί στα τρία έτσι ώστε κάθε χαρακτήρας να είναι χωριστά και στη συνέχεια, κόψτε κάθε χαρακτήρα στα δύο κατά μήκος της διακεκομμένης γραμμής. ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Πείτε στα παιδιά ότι θα μιλήσετε για το σώμα και συγκεκριμένα, για το ότι τα σώματά μας έχουν διαφορετική εμφάνιση και ότι όλοι οι άνθρωποι είμαστε μοναδικοί. Εξηγήστε ότι θα μιλήσετε για τις αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα όταν ένα παιδί μεγαλώνει και μπαίνει στην εφηβεία. Αυτές οι αλλαγές και η φάση κατά την οποία συμβαίνουν αυτές οι αλλαγές ονομάζεται εφηβεία. Μπορείτε να ρωτήσετε αν τα παιδιά μπορούν να αναφέρουν μερικές αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία. Ενημερώστε τα παιδιά ότι θα ασχοληθούν με το «Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (mix and match)» (Παράρτημα 8 της Ενότητας 2) σε μικρές ομάδες. (5 λεπτά) ❖ Κύρια δραστηριότητα <ul style="list-style-type: none"> 1. Ανάλογα με το μέγεθος της ομάδας, χωρίστε την ομάδα σε δύο ή περισσότερες μικρές

	<p>ομάδες. Καλό είναι να μην υπάρχουν περισσότερα από 5-7 παιδιά σε μια ομάδα. (3 λεπτά)</p> <p>2. Τοποθετήστε τα κομμάτια του παζλ των χαρακτήρων των εφήβων στα τραπέζια: αναμείξτε και τοποθετήστε τα κομμάτια του άνω και του κάτω μέρους του σώματος σε χωριστές στοίβες. Πείτε στα παιδιά ότι υπάρχουν δύο στοίβες στο τραπέζι: το πάνω μέρος του σώματος και το κάτω μέρος του σώματος. (2 λεπτά)</p> <p>3. Αποστολή κάθε ομάδας είναι να δημιουργήσει διαφορετικούς και ποικίλους χαρακτήρες με τα κομμάτια του παζλ. Σημείωση: Σκοπός δεν είναι να βρεθούν οι ακριβείς αντιστοιχίες των κομματιών αλλά να δημιουργηθούν χαρακτήρες με διαφορετική εμφάνιση. Κυκλοφορήστε μεταξύ των ομάδων, ενώ τα παιδιά ασχολούνται με την εργασία. (10 λεπτά)</p> <p>4. Μόλις οι ομάδες σχηματίσουν ολοκληρωμένους χαρακτήρες με τα κομμάτια του παζλ, πείτε στα παιδιά να κοιτάξουν και να θαυμάσουν τους συνδυασμούς που έχουν δημιουργηθεί. Συζητήστε μαζί για την εμφάνιση των χαρακτήρων: τι κοινό και τι διαφορετικό έχουν. Τονίστε ότι όλοι οι άνθρωποι είναι διαφορετικοί και μοναδικοί, όπως είμαστε κι εμείς. (2 λεπτά)</p> <p>5. Ύστερα, μοιραστείτε με τις ομάδες το φύλλο εργασίας «Αλλαγές στην εφηβεία» (Παράρτημα 9 της Ενότητας 2) και</p>
--	---

	<p>καθοδηγήστε τα παιδιά να απαντήσουν γραπτώς στις ερωτήσεις εντός των ομάδων τους. (10 λεπτά)</p> <p>Οι ερωτήσεις στις οποίες πρέπει να απαντήσουν είναι οι εξής:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ποιες αλλαγές της εφηβείας εντοπίζετε στους χαρακτήρες; 2. Ποιες είναι οι συνήθειες αλλαγές στην εφηβεία; Απαριθμήστε τες παρακάτω. <p>6. Αφού ολοκληρώσετε το φύλλο εργασίας (Παράρτημα 9 της Ενότητας 2), ζητήστε από κάθε ομάδα να επισημάνει π.χ. 3-4 αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία. Συζητήστε αυτές τις αλλαγές τονίζοντας άλλες που δεν αναφέρθηκαν από τα παιδιά και δώστε πρόσθετες πληροφορίες σχετικά με αυτές. (10 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. να κατανοούν και να εκτιμούν ότι όλοι οι άνθρωποι είμαστε διαφορετικοί και μοναδικοί όπως είμαστε, β. να γνωρίζουν τις συνηθέστερες σωματικές αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία. (3 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Αν έχετε τη δυνατότητα, μπορείτε να πλαστικοποιήσετε τα κομμάτια του παζλ mix and match. Με αυτόν τον τρόπο, θα έχουν μεγαλύτερη διάρκεια ζωής και θα μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε αρκετές φορές. - Αν δεν μπορείτε να εκτυπώσετε το υλικό με έγχρωμο μελάνι, εκτυπώστε το με ασπρόμαυρο.

	<ul style="list-style-type: none"> - Τονίστε ότι το σώμα του κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικό. Κάθε άνθρωπος έχει τα ίδια μέρη σώματος και το σώμα μας λειτουργεί με τον ίδιο τρόπο, αλλά όλοι/-λες έχουμε διαφορετική εμφάνιση. Κάθε άνθρωπος είναι πολύτιμος όπως ακριβώς είναι. - Ανατρέξτε στις συνηθέστερες αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία χρησιμοποιώντας τις φιγούρες που δημιούργησαν τα παιδιά. Αν κάποιες από τις αλλαγές της εφηβείας δεν είναι ορατές στους χαρακτήρες, εξηγήστε τις στα παιδιά. - Καθοδηγήστε τη συζήτηση με θάρρος στα απόκρυφα μέρη του σώματος, όπως τα γεννητικά όργανα και το στήθος. Για παράδειγμα, μπορείτε να συζητήσετε για το πού βγάζουν οι άνθρωποι τρίχες. Ενδεικτικά, μπορείτε να ρωτήσετε τα παιδιά: «Βγαίνουν τρίχες γύρω από το πέος και το αιδοίο;». Μπορείτε επίσης να αναφέρετε ότι όλα τα μέρη του σώματος μεγαλώνουν καθώς μεγαλώνουμε: τα χέρια μεγαλώνουν σε μήκος, ο εγκέφαλος αναπτύσσεται, το στήθος μεγαλώνει και αναπτύσσεται και το πέος και οι όρχις μεγαλώνουν και αλλάζουν. - Να είστε προετοιμασμένοι/-νες/-α για τις ευθείες ερωτήσεις των παιδιών σχετικά με το σώμα. Φροντίστε να είστε έτοιμοι/-μες/-α να μιλήσετε για θέματα όπως η έμμηνος ρύση, η στύση του πέους και η ποικιλομορφία των φύλων. - Τονίστε ότι οι αλλαγές στην εφηβεία αποτελούν φυσιολογικό μέρος της ενηλικίωσης. - Ενθαρρύνετε τη διατύπωση αποριών και τον ανοιχτό διάλογο επιτρέποντας στα παιδιά να ρωτήσουν οτιδήποτε μπορεί να τα απασχολεί.
--	---

Διανεμόμενα έντυπα	<ul style="list-style-type: none"> - Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (<i>mix and match</i>) (Παράρτημα 8 της Ενότητας 2) - Αλλαγές στην εφηβεία – φύλλο εργασίας (Παράρτημα 9 της Ενότητας 2)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Save the Children Finland - Janita Tasa, Heidi Näppi</i>

Κεφάλαιο 3: Θετικά συναισθήματα στο σώμα – Τι είναι ένα καλό άγγιγμα;

Βασικές πληροφορίες

Σε αυτό το κεφάλαιο, συζητούνται τα συναισθήματα και ο τρόπος με τον οποίο τα συναισθήματα γίνονται αισθητά στο σώμα. Είναι σημαντικό για τα παιδιά να αναγνωρίσουν και να κατανοήσουν ότι το να αισθάνονται καλά, να φροντίζουν τον εαυτό τους και να είναι κοντά σε άλλους ανθρώπους είναι συχνά υπέροχα πράγματα που συμβάλλουν στην ευημερία του ατόμου. Σε αυτό το κεφάλαιο γίνεται επίσης λόγος για το άγγιγμα των γεννητικών οργάνων του ατόμου. Αυτό είναι ένα θέμα για το οποίο πολλά ενήλικα άτομα δυσκολεύονται να μιλήσουν με τα παιδιά. Το άγγιγμα του σώματός μας και η εμπειρία της ευχαρίστησης, καθώς και η συζήτηση αυτών των θεμάτων, μπορεί να θεωρηθεί ένα δύσκολο και ντροπιαστικό θέμα, που συνήθως δεν εξαρτάται από την ανατροφή και το πολιτισμικό υπόβαθρο ενός ατόμου. Ωστόσο, είναι γνωστό ότι ακόμη και τα μικρά παιδιά αγγίζουν τα γεννητικά τους όργανα και μπορεί να νιώθουν όμορφα. Ένα παιδί στην εφηβεία μπορεί να νιώθει σεξουαλική ευχαρίστηση από το άγγιγμα των γεννητικών του οργάνων. Το γεγονός ότι αυτά τα θέματα εξετάζονται σε αυτό το κεφάλαιο δεν σημαίνει ότι πρέπει να τα συζητήσετε με τα παιδιά με τόση λεπτομέρεια. Παρ' όλα αυτά, είναι σημαντικό οι επαγγελματίες να γνωρίζουν αυτά τα θέματα. Σας ενθαρρύνουμε να μιλήσετε για το θέμα αυτό, καθώς αποτελεί μέρος της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης για το οποίο τα παιδιά έχουν δικαίωμα να γνωρίζουν με τρόπο κατάλληλο για την ηλικία τους.

Θετικά συναισθήματα στο σώμα

Τα συναισθήματα και οι σωματικές αισθήσεις που βιώνει το σώμα είναι στενά συνδεδεμένα μεταξύ τους. Αυτό που νιώθουμε στο μυαλό μας βιώνεται ως διάφορες αισθήσεις στο σώμα (Nummenmaa et al., 2013). Για ένα παιδί, οι σωματικές αισθήσεις είναι συχνά πολύ συγκεκριμένες. Σε ένα στάδιο που το παιδί δεν μπορεί ακόμη να εκφράσει τα συναισθήματά του, η εμπειρία των συναισθημάτων μπορεί να είναι ορατή μέσω της γλώσσας του σώματος και των σωματικών αντιδράσεων (Kaiser, 2022). Τα συναισθήματα βιώνονται ως σωματικές αισθήσεις με τον ίδιο τρόπο, ανεξάρτητα από τη γλώσσα, τον πολιτισμό ή το κοινωνικό υπόβαθρο ενός ατόμου. Για παράδειγμα, η χαρά ζεσταίνει και φωτίζει ολόκληρο το σώμα από το κεφάλι μέχρι τα

δάχτυλα των ποδιών. Αντίθετα, η λύπη κάνει το σώμα να αισθάνεται βαρύ και μουδιασμένο (Nummenmaa et al., 2013).

Τα συναισθήματα και οι σωματικές αισθήσεις είναι σημαντικά πράγματα για ένα παιδί που μεγαλώνει και αναπτύσσεται. Το σώμα για να νιώσει καλά και να αναπτυχθεί ώστε να είναι σεξουαλικά ισορροπημένο, χρειάζεται χάρη και εμπειρίες καλού αγγίγματος. Η φροντίδα και η εκτίμηση του εαυτού μας καθώς και η εμπειρία της εγγύτητας με άλλους ανθρώπους είναι απαραίτητα για ένα παιδί, ένα έφηβο άτομο και ένα ενήλικο άτομο. Η εγγύτητα με ένα παιδί, η αγκαλιά, το χάδι και το φιλί συμβάλλουν στην ευημερία, την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση του παιδιού (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010).

Είναι καλό να διδάσκουμε στα παιδιά ότι η έκφραση συναισθημάτων επιτρέπεται και ότι το να δείχνουμε εγγύτητα σε άλλους ανθρώπους αγκαλιάζοντας ή κρατώντας τους το χέρι είναι κάτι θετικό. Ωστόσο, κάθε παιδί είναι διαφορετικό: ένα μπορεί να απολαμβάνει την εγγύτητα, ενώ ένα άλλο όχι. Γι' αυτό, είναι σημαντικό να σέβεστε τα όρια κάθε παιδιού – αν ένα παιδί δεν θέλει να το αγκαλιάσουν, αυτό είναι απολύτως σεβαστό. Κάθε άνθρωπος έχει το δικαίωμα να αποφασίζει ποιος/ποια τον αγγίζει και πώς.

Άγγιγμα των γεννητικών οργάνων – τι πρέπει να γνωρίζετε γι' αυτό;

Είναι σημαντικό να μιλάτε στα παιδιά για τη φροντίδα του σώματός τους και για το άγγιγμα των γεννητικών τους οργάνων. Ακόμη και ένα βρέφος αγγίζει τα γεννητικά του όργανα καθώς εξερευνά το σώμα του. Τα νήπια και τα μικρά παιδιά αρχίζουν να αγγίζουν σκόπιμα τα γεννητικά τους όργανα και συνειδητοποιούν ότι αισθάνονται ωραία. Μερικά παιδιά αγγίζουν τα γεννητικά τους όργανα όταν πέφτουν για ύπνο, για να ηρεμήσουν ή όταν χαλαρώνουν, όπως για παράδειγμα όταν βλέπουν τηλεόραση. Σε νεαρή ηλικία, το άγγιγμα των γεννητικών οργάνων συνδέεται με την περιέργεια, ένα ευχάριστο συναίσθημα και δεν σχετίζεται με μια σεξουαλική εμπειρία, όπως συνήθως συμβαίνει με τους/τις εφήβους/-βες και τους/τις ενήλικες. Όλα αυτά είναι φυσιολογικές και υγιείς συμπεριφορές των παιδιών (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010, Planned Parenthood D).

Μερικές φορές, το άγγιγμα των γεννητικών οργάνων μπορεί να γίνει ψυχαναγκαστικό και πιο συχνό για ένα παιδί οδηγώντας το να αγγίζει τα γεννητικά του όργανα σε δημόσιους χώρους, όπως το σχολείο ή το παντοπωλείο. Καλό είναι να προσπαθήσετε να περιορίσετε μια τέτοια υπερβολική συμπεριφορά λέγοντας στο παιδί ότι το άγγιγμα των γεννητικών του οργάνων είναι φυσιολογικό και μπορεί να είναι καταπραϋντικό και να το νιώθει ωραία, αλλά είναι καλύτερο να γίνεται στην ιδιωτική του ζωή και στον προσωπικό του χώρο, όπως για παράδειγμα στο δωμάτιό του. Το να μην το κάνει δημόσια είναι επίσης ένας τρόπος να δείχνει ότι σέβεται τους άλλους. Δεν είναι σωστό να μαλώνετε ένα παιδί ή να απαγορεύετε εντελώς το άγγιγμα των γεννητικών του οργάνων, καθώς στέλνει το μήνυμα ότι το άγγιγμα του εαυτού του είναι λάθος, γεγονός που μπορεί να το κάνει να νιώσει αμηχανία και ενοχές (Planned Parenthood D).

Όταν ένα παιδί μπαίνει στην εφηβεία, οι σεξουαλικές σκέψεις, τα συναισθήματα και η περιέργεια για τη σεξουαλικότητά του και τη σεξουαλικότητα των άλλων συχνά αυξάνονται (Planned Parenthood E). Ένας/Μια έφηβος/-βη μπορεί να αγγίξει τα γεννητικά του/της όργανα και να αυνανιστεί πιο συνειδητά και αυτό μπορεί να τον/την κάνει να νιώθει καλά. Κάτι τέτοιο είναι απολύτως φυσιολογικό (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010, Planned Parenthood E).

Πώς να μιλήσετε στα παιδιά για το άγγιγμα του σώματός τους;

Όταν συζητάτε με ένα παιδί για το άγγιγμα του σώματός του και τις θετικές αισθήσεις στο σώμα, να είστε ήρεμοι/-μες και ουδέτεροι/-ρες, να χρησιμοποιείτε τη σωστή ορολογία και να λαμβάνετε υπόψη την ηλικία και το αναπτυξιακό επίπεδο του παιδιού. Είναι σημαντικό να τονίζετε στα παιδιά ότι η φροντίδα του εαυτού τους και το άγγιγμα του σώματός τους επιτρέπεται. Όλοι οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα να αισθάνονται καλά από το άγγιγμα του σώματός τους. Δεν πρόκειται για κάτι που είναι λάθος ή που πρέπει να προκαλεί ντροπή (Planned parenthood A, Planned parenthood B).

Η συζήτηση για τη σεξουαλικότητα μπορεί και πρέπει να εξασκηθεί εκ των προτέρων. Μπορείτε να γράψετε λέξεις και να προετοιμάσετε ακόμη και ολοκληρωμένες προτάσεις για τον εαυτό σας. Τα παιδιά είναι περίεργα για θέματα

που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα. Τα μικρότερα παιδιά, τα οποία δεν έχουν ακόμη αναστολές λόγω ντροπαλότητας ή ντροπής, μπορεί να κάνουν πολύ τολμηρές και αναπάντεχες ερωτήσεις, ενώ τα μεγαλύτερα παιδιά μπορεί να κάνουν ερωτήσεις μέσω των οποίων ζητούν να μάθουν περισσότερες λεπτομέρειες. Να είστε προετοιμασμένοι/-νες να απαντήσετε με ειλικρίνεια στις διάφορες ερωτήσεις των παιδιών. Να θυμάστε ότι δεν χρειάζεται να τους λέτε τα πάντα. Ωστόσο, όταν συζητάτε για αυτά τα θέματα, φροντίστε να είστε ειλικρινείς λαμβάνοντας παράλληλα υπόψη την ηλικία τους. Αν δεν ξέρετε πώς να απαντήσετε στην ερώτηση ενός παιδιού ή δεν μπορείτε να βρείτε τις κατάλληλες λέξεις εκείνη τη στιγμή, μπορείτε να του πείτε ότι η ερώτησή του είναι πολύ καλή και ότι θα την απαντήσετε στο επόμενο μάθημα. Με αυτόν τον τρόπο, μπορείτε να προετοιμάσετε καλύτερα την απάντησή σας στην ερώτησή του. Μην ξεχνάτε ότι είναι σημαντικό να απαντήσετε στην ερώτηση του παιδιού στο επόμενο μάθημα.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Θετικά συναισθήματα στο σώμα – Τι είναι ένα καλό άγγιγμα; (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να μαθαίνουν τι είναι ένα καλό άγγιγμα ❖ Να αναγνωρίζουν ότι το καλό άγγιγμα μπορεί να φέρει ηρεμία και να ενισχύσει την ευημερία ενός ανθρώπου ❖ Να αναγνωρίζουν ότι είναι φυσιολογικό και όχι λάθος ή επιβλαβές να αγγίζει κανείς το σώμα του ❖ Να αναγνωρίζουν τη σημασία του να ζητούν άδεια για να αγγίξουν το σώμα ενός άλλου ατόμου.
Υλικά	- Μπλε αυτοκόλλητη/μαγνητική ταινία

Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none">❖ Προετοιμασία. Αν η ομάδα των παιδιών είναι μικρή, με μέγιστο αριθμό 15 παιδιά, μπορείτε να διεξάγετε αυτή τη δραστηριότητα ως μία ομάδα. Αν τα παιδιά είναι περισσότερα από 15, καλό είναι να τα χωρίσετε σε μικρότερες ομάδες. Οι παρακάτω οδηγίες είναι γραμμένες για την ολοκλήρωση της δραστηριότητας σε μια μικρή ομάδα. Μπορείτε να προσαρμόσετε την εργασία αν έχετε μεγαλύτερη ομάδα και να χωρίσετε τα παιδιά σε μικρές ομάδες. Πριν από την υλοποίηση της δραστηριότητας, εκτυπώστε τις κάρτες που απεικονίζουν θετικά συναισθήματα (Παράρτημα 10 της Ενότητας 2) και κόψτε τις σε χωριστές κάρτες.❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι σκοπός της δραστηριότητας είναι να μιλήσετε για το άγγιγμα και να τους μάθετε τι είναι ένα καλό άγγιγμα. Μπορείτε να πείτε στα παιδιά ότι στους περισσότερους ανθρώπους αρέσει να τους αγγίζουν με θετικό τρόπο. Το άγγιγμα συχνά προσφέρει μια ευχάριστη αίσθηση και μπορεί να ενισχύσει την ευημερία του ατόμου. Όταν κάποιο άτομο αισθάνεται λυπημένο ή θυμωμένο, ένα άγγιγμα μπορεί να τον ηρεμήσει και να τον κάνει να αισθανθεί καλύτερα. Ένα καλό άγγιγμα μπορεί να είναι μια αγκαλιά, το κράτημα του χεριού, το χτύπημα της πλάτης κάποιου ή ακόμη και ένα "high-five" («Κόλλα το!»). Ωστόσο, δεν αρέσει σε όλους τους ανθρώπους το ίδιο είδος αγγίγματος και σε μερικούς δεν αρέσει καθόλου να τους αγγίζουν και αυτό είναι απολύτως αποδεκτό. Κάθε άτομο έχει δικαίωμα να αγγίζει το σώμα του, αλλά είναι σημαντικό να ζητάτε άδεια για να αγγίξετε το σώμα
---------	---

κάποιου άλλου ατόμου. Για παράδειγμα, θα πρέπει να ρωτήσετε αν μπορείτε να αγκαλιάσετε έναν/μία φίλο/λη σας. (10 λεπτά)

❖ *Κύρια δραστηριότητα*

1. Πείτε στα παιδιά ότι έχετε κάρτες με εικόνες (Παράρτημα 10 της Ενότητας 2) που όλες δείχνουν πώς είναι ένα καλό άγγιγμα. Ως παράδειγμα, δείξτε στα παιδιά μερικές κάρτες και εξηγήστε τι συμβαίνει στην εικόνα. Τοποθετήστε τις κάρτες με τις εικόνες (Παράρτημα 10 της Ενότητας 2) σε ένα τραπέζι ή στο πάτωμα, ώστε να τις βλέπουν όλα τα παιδιά. Ζητήστε από κάθε παιδί να επιλέξει μια κάρτα που του αρέσει. Μόλις όλα τα παιδιά επιλέξουν μια κάρτα που τους αρέσει, αφαιρέστε τις υπόλοιπες κάρτες. Κάθε παιδί μπορεί να κρατήσει την κάρτα που επέλεξε. (5 λεπτά)

2. Στη συνέχεια, εξετάστε όλες τις επιλεγμένες κάρτες μαζί με τα παιδιά. Τα παιδιά μπορούν το ένα μετά το άλλο να δείξουν την κάρτα τους και να την τοποθετήσουν π.χ. στον τοίχο/πίνακα. Αν ένα παιδί δεν θέλει να εξηγήσει την κάρτα του, βοηθήστε το. Αν παρατηρήσετε ότι τα παιδιά δεν επέλεξαν κάρτες π.χ. που απεικονίζουν ένα φιλί ή το άγγιγμα του σώματος, επιλέξτε μερικές κάρτες τις οποίες θα εξηγήσετε και θα συζητήσετε με τα παιδιά.

	<p>Μπορείτε να συζητήσετε τις κάρτες χρησιμοποιώντας για παράδειγμα τις ακόλουθες ερωτήσεις:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Τι συμβαίνει στην εικόνα; - Πώς μπορεί να είναι η αίσθηση του αγγίγματος στην εικόνα; - Σε ποιο σημείο του σώματος θα μπορούσατε να νιώσετε αυτή την αίσθηση; - Ποιο άτομο επιτρέπεται να αγγίξει με τον τρόπο που δείχνει η εικόνα; - Σε ποιες καταστάσεις ή μέρη μπορείτε να αγγίξετε τον εαυτό σας ή κάποιο άλλο άτομο με τον τρόπο που δείχνει η εικόνα; (20 λεπτά) <p>3. Τέλος, ενώ συζητάτε για τις εικόνες και το άγγιγμα, επιβεβαιώστε και τονίστε αυτά που λένε τα παιδιά. Αν τα παιδιά δυσκολεύονται να εκφράσουν λεκτικά αυτό που βλέπουν, βοηθήστε τα να το εκφράσουν. (5 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. τι είναι ένα καλό άγγιγμα, β. το καλό άγγιγμα μπορεί να φέρει ηρεμία και να ενισχύσει την ευημερία ενός ατόμου, γ. είναι φυσιολογικό ένα άτομο να αγγίζει το σώμα του και να νιώθει όμορφα, και δ. είναι απαραίτητο να ζητάτε πάντα άδεια για να αγγίξετε ένα άλλο άτομο. (5 λεπτά)</p>
--	---

<p>Συμβουλές για τα άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Αν έχετε τη δυνατότητα, μπορείτε να πλαστικοποιήσετε τις κάρτες με τις εικόνες θετικού αγγίγματος. Με αυτόν τον τρόπο, θα έχουν μεγαλύτερη διάρκεια ζωής και θα μπορείτε να τις χρησιμοποιήσετε αρκετές φορές.</i> - <i>Αν δεν μπορείτε να εκτυπώσετε το υλικό με έγχρωμο μελάνι, εκτυπώστε το με ασπρόμαυρο.</i> - <i>Οι κάρτες με τις εικόνες δείχνουν διάφορες μορφές καλού αγγίγματος. Ορισμένες κάρτες απεικονίζουν την εγγύτητα, το φιλί, ακόμη και το άγγιγμα ή το πλύσιμο των γεννητικών οργάνων. Μη διστάσετε να επιλέξετε τέτοιες κάρτες. Οι κάρτες αυτές μπορεί να προκαλέσουν σύγχυση, δυσφορία ή γέλιο στα παιδιά. Αυτό είναι απολύτως κατανοητό. Αν τα παιδιά δυσκολεύονται να περιγράψουν το άγγιγμα στην εικόνα, βοηθήστε τα. Αν ο τρόπος διατύπωσης του θέματος αποτελεί πρόκληση για εσάς, μπορείτε να εξασκηθείτε εκ των προτέρων, σκεπτόμενοι/-νες τις λέξεις που θα χρησιμοποιήσετε ή τον τρόπο με τον οποίο θα εκφραστείτε.</i> - <i>Υπάρχουν διαθέσιμες διάφορες κάρτες με εικόνες. Έχετε τη δυνατότητα να παραλείψετε ορισμένες κάρτες αν θεωρείτε ότι δεν είναι κατάλληλες για την ομάδα ή την ηλικία ή το αναπτυξιακό επίπεδο των παιδιών.</i> - <i>Αν παρατηρήσετε κατά τη διάρκεια του μαθήματος ότι κάποιο από τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ανήσυχο, μπερδεμένο ή νιώθει άβολα, καλό είναι να συζητήσετε ιδιαιτέρως μαζί του μετά το μάθημα. Ρωτήστε το πώς αισθάνεται και αν υπάρχει κάτι συγκεκριμένο από το μάθημα που θα ήθελε να</i>
---	--

	<p>συζητήσει περαιτέρω. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί έχει δει ή ακούσει τους γονείς του να κάνουν σεξ ή αν έχει υποστεί βία ή σεξουαλική κακοποίηση, μπορεί να βρει τη συζήτηση για το άγγιγμα άβολη ή συγκεκριμένη. Γι' αυτό, φροντίστε να είστε ήρεμοι/-μες, παρόντες/-ρούσες και διαθέσιμοι/-μες στο παιδί. Αν χρειαστεί, συμβουλευτείτε έναν/μια συνάδελφο ή, ανάλογα με την αποκάλυψη του παιδιού, τους γονείς/νόμιμους κηδεμόνες του παιδιού. Ακολουθήστε τις νομικές διατάξεις όσον αφορά την αναφορά και την εμπιστευτικότητα.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	- Θετικό άγγιγμα - κάρτες με εικόνες για παιδιά 5-8 ετών (Παράρτημα 10 της Ενότητας 2)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	Save the Children Finland - Janita Tasa, Heidi Näppi

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Θετικά συναισθήματα στο σώμα – Τι είναι ένα καλό άγγιγμα; (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να μαθαίνουν τι είναι ένα καλό άγγιγμα· ❖ Να αναγνωρίζουν ότι το καλό άγγιγμα μπορεί να φέρει ηρεμία και να ενισχύσει την ευημερία ενός ανθρώπου·

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Να αναγνωρίζουν ότι είναι φυσιολογικό και όχι λάθος ή επιβλαβές να αγγίζει κανείς το σώμα του</i> ❖ <i>Να αναγνωρίζουν τη σημασία του να ζητούν άδεια για να αγγίξουν το σώμα ενός άλλου ατόμου.</i>
Υλικά	- Μολύβια
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Προετοιμασία. Πριν από την υλοποίηση της δραστηριότητας, εκτυπώστε τις κάρτες που απεικονίζουν θετικά συναισθήματα (Παράρτημα 11 της Ενότητας 2) και κόψτε τες σε χωριστές κάρτες.</i> ❖ <i>Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι σκοπός της δραστηριότητας είναι να μιλήσετε για το άγγιγμα και να τους μάθετε τι είναι ένα καλό άγγιγμα. Μπορείτε να πείτε στα παιδιά ότι στους περισσότερους ανθρώπους αρέσει να τους αγγίζουν με θετικό τρόπο. Το άγγιγμα συχνά προσφέρει μια ευχάριστη αίσθηση και μπορεί να ενισχύσει την ευημερία του ατόμου. Όταν κάποιο άτομο αισθάνεται λυπημένο ή θυμωμένο,, ένα άγγιγμα μπορεί να τον ηρεμήσει και να τον κάνει να αισθανθεί καλύτερα. Ένα καλό άγγιγμα μπορεί να είναι μια αγκαλιά, το κράτημα του χεριού, το χτύπημα της πλάτης κάποιου ή ακόμη και ένα "high-five" («Κόλλα το!»). Ωστόσο, δεν αρέσει σε όλους τους ανθρώπους το ίδιο είδος αγγίγματος και σε μερικούς δεν αρέσει καθόλου να τους αγγίζουν και αυτό είναι απολύτως αποδεκτό. Κάθε άτομο έχει δικαίωμα να αγγίζει το σώμα του, αλλά είναι σημαντικό να ζητάτε άδεια για να αγγίξετε το σώμα κάποιου άλλου. Για παράδειγμα, θα πρέπει να ρωτήσετε αν μπορείτε να αγκαλιάσετε έναν/μια φίλο/λη σας. Πείτε στα παιδιά ότι θα πάρουν κάρτες</i>

με εικόνες (Παράρτημα 11 της Ενότητας 2) που όλες απεικονίζουν ένα καλό άγγιγμα. (5 λεπτά)

❖ *Κύρια δραστηριότητα*

1. Χωρίστε τα παιδιά σε μικρές ομάδες, με μέγιστο αριθμό περίπου πέντε παιδιών ανά ομάδα. Τοποθετήστε τις κάρτες με τις εικόνες (Παράρτημα 11 της Ενότητας 2) στα τραπέζια, φροντίζοντας ώστε κάθε ομάδα να έχει ελαφρώς διαφορετικές κάρτες. Αν υπάρχουν, για παράδειγμα, 5 παιδιά σε μια ομάδα, αφήστε 8-10 κάρτες με εικόνες στο τραπέζι. (2 λεπτά)
2. Ζητήστε από κάθε παιδί να επιλέξει μια κάρτα που του αρέσει. Αν τα παιδιά σε μια ομάδα είναι λιγότερα, ζητήστε τους να επιλέξουν συλλογικά μερικές ακόμα κάρτες, ώστε κάθε ομάδα να έχει πέντε κάρτες με εικόνες. (3 λεπτά)
3. Μόλις κάθε ομάδα επιλέξει πέντε κάρτες με εικόνες, εξετάστε όλες τις κάρτες μαζί. Τα παιδιά μπορούν να δείξουν τις κάρτες που επέλεξαν στην υπόλοιπη τάξη (ή αν υπάρχει βιντεοπροβολέας στην αίθουσα, ένα παιδί από κάθε ομάδα μπορεί να δείξει τις κάρτες μέσω αυτής της συσκευής). Τα παιδιά μπορούν να εξηγήσουν εν συντομία τι συμβαίνει σε κάθε κάρτα. Σκοπός είναι να δημιουργηθεί μια κοινή αντίληψη για το ποιες μπορεί να είναι οι διάφορες μορφές καλού αγγίγματος. (5 λεπτά)

	<p>4. Επιλέξτε μια κάρτα για κάθε ομάδα με την οποία θα εργαστούν πάνω σε μια γραπτή εργασία. Σημείωση: Επιλέξτε κάρτες για τις μικρές ομάδες που να είναι όσο το δυνατόν πιο διαφορετικές. (1 λεπτό)</p> <p>5. Δώστε σε κάθε μικρή ομάδα το «Φύλλο εργασίας για το θετικό άγγιγμα» (Παράρτημα 12 της Ενότητας 2). Τα παιδιά, στις ομάδες τους, θα πρέπει να απαντήσουν στις ερωτήσεις που σχετίζονται με την κάρτα εικόνας που επέλεξαν. Κάθε παιδί μπορεί να γράψει μόνο του τις απαντήσεις ή η συγγραφή των απαντήσεων μπορεί να μοιραστεί σε περισσότερα παιδιά. Οι ερωτήσεις που σχετίζονται με την κάρτα-εικόνα είναι οι εξής:</p> <ul style="list-style-type: none">- Τι συμβαίνει στην εικόνα;- Πώς μπορεί να είναι η αίσθηση του αγγίγματος στην εικόνα;- Ποιο άτομο επιτρέπεται να αγγίξει με τον τρόπο που δείχνει η εικόνα;- Σε ποιες καταστάσεις ή μέρη μπορείτε να αγγίξετε τον εαυτό σας ή κάποιο άλλο άτομο με τον τρόπο που δείχνει η εικόνα; (10 λεπτά) <p>6. Τέλος, εξετάστε το φύλλο εργασίας (Παράρτημα 12 της Ενότητας 2) και τις ερωτήσεις με κάθε ομάδα μία προς μία. Τα παιδιά μπορούν να μοιραστούν τις απαντήσεις τους σχετικά με τις κάρτες</p>
--	--

	<p>εικόνων τους στις αντίστοιχες ομάδες τους. Όταν τα παιδιά μιλούν για τις κάρτες, αναγνωρίστε και επιβεβαιώστε όσα λένε. Αν τα παιδιά δυσκολεύονται να περιγράψουν μια συγκεκριμένη εικόνα, βοηθήστε τα να εκφράσουν τι συμβαίνει στην εικόνα ή τι είδους άγγιγμα μπορεί να απεικονίζεται. Σημείωση: Αν υπάρχουν περισσότερες από τρεις μικρές ομάδες, ένα μάθημα 45 λεπτών μπορεί να μην είναι αρκετό για να εξεταστούν όλες οι ομάδες. (14 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. τι είναι ένα καλό άγγιγμα, β. το καλό άγγιγμα μπορεί να φέρει ηρεμία και να ενισχύσει την ευημερία ενός ατόμου, γ. είναι φυσιολογικό να αγγίζει κανείς το σώμα του και να νιώθει όμορφα, και δ. είναι απαραίτητο να ζητάτε πάντα άδεια για να αγγίξετε ένα άλλο άτομο. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Αν έχετε τη δυνατότητα, μπορείτε να πλαστικοποιήσετε τις κάρτες με τις εικόνες θετικού αγγίγματος. Με αυτόν τον τρόπο, θα έχουν μεγαλύτερη διάρκεια ζωής και θα μπορείτε να τις χρησιμοποιήσετε αρκετές φορές. - Αν δεν μπορείτε να εκτυπώσετε το υλικό με έγχρωμο μελάνι, εκτυπώστε το με ασπρόμαυρο. - Κατά τη διανομή των καρτών-εικόνων στις μικρές ομάδες, μοιράστε διάφορες κάρτες διασφαλίζοντας ότι κατά τη διάρκεια της συλλογικής εξέτασης των

	<p><i>εικόνων, υπάρχει μια μεγάλη ποικιλία εικόνων που δείχνουν διαφορετικά είδη αγγίγματος.</i></p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Όταν επιλέγετε μία κάρτα για κάθε ομάδα για περαιτέρω επεξεργασία, επιλέξτε κάρτες που να είναι όσο το δυνατόν πιο διαφορετικές.</i>- <i>Οι κάρτες με τις εικόνες δείχνουν διάφορες μορφές καλού αγγίγματος. Ορισμένες κάρτες απεικονίζουν την εγγύτητα, το φιλί, ακόμη και το άγγιγμα ή το πλύσιμο των γεννητικών οργάνων. Μη διστάσετε να επιλέξετε τέτοιες κάρτες. Οι κάρτες αυτές μπορεί να προκαλέσουν σύγχυση, δυσφορία ή γέλιο στα παιδιά. Αυτό είναι απολύτως κατανοητό. Αν τα παιδιά δυσκολεύονται να περιγράψουν το άγγιγμα στην εικόνα, βοηθήστε τα. Αν ο τρόπος διατύπωσης του θέματος αποτελεί πρόκληση για εσάς, μπορείτε να εξασκηθείτε εκ των προτέρων, σκεπτόμενοι/-νες τις λέξεις που θα χρησιμοποιήσετε ή τον τρόπο με τον οποίο θα εκφραστείτε.</i>- <i>Υπάρχουν διαθέσιμες διάφορες κάρτες με εικόνες. Έχετε τη δυνατότητα να παραλείψετε ορισμένες κάρτες αν θεωρείτε ότι δεν είναι κατάλληλες για την ομάδα ή την ηλικία ή το αναπτυξιακό επίπεδο των παιδιών.</i>- <i>Αν παρατηρήσετε κατά τη διάρκεια του μαθήματος ότι κάποιο από τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ανήσυχο, μπερδεμένο ή νιώθει άβολα, καλό είναι να συζητήσετε ιδιαίτερα μαζί του μετά το μάθημα. Ρωτήστε το πώς αισθάνεται και αν υπάρχει κάτι συγκεκριμένο από το μάθημα που θα ήθελε να συζητήσει περαιτέρω. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί έχει δει ή ακούσει τους γονείς του να κάνουν σεξ ή αν</i>
--	---

	<p>έχει υποστεί βία ή σεξουαλική κακοποίηση, μπορεί να βρει τη συζήτηση για το άγγιγμα άβολη ή συγκεκριμένη. Γι' αυτό, φροντίστε να είστε ήρεμοι/-μες, παρόντες/-ρούσες και διαθέσιμοι/-μες στο παιδί. Αν χρειαστεί, συμβουλευτείτε έναν/μία συνάδελφο ή, ανάλογα με την αποκάλυψη του παιδιού, τους γονείς/νόμιμους κηδεμόνες του παιδιού. Ακολουθήστε τις νομικές διατάξεις όσον αφορά την αναφορά και την εμπιστευτικότητα.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	<ul style="list-style-type: none"> - Θετικό άγγιγμα – κάρτες με εικόνες για παιδιά 9-11 ετών (Παράρτημα 11 της Ενότητας 2) - Θετικό άγγιγμα – φύλλο εργασίας (Παράρτημα 12 της Ενότητας 2)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Save the Children Finland - Janita Tasa, Heidi Näppi</i>

Υποστηρικτικό υλικό

- International Planned Parenthood Federation. Comprehensive sex education. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.ippf.org/our-approach/services/comprehensive-sex-education>

Βιβλιογραφικές αναφορές

Åhman S & Ruuhilahti S. (2019). Willie and Fanny – simple sex education for 7-12-year-olds. Folkhälsan & Nektaria. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://indd.adobe.com/view/2e939b01-7142-4f1b-ae79-db5dde72fd07>

Kaiser E. (2022). 3 tips on helping kids understand emotions and body language. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://betterkids.education/blog/3-tips-on-helping-kids-understand-emotions-and-body-language>

Nummenmaa L., Glerean E., Hari R & Hietanen JK. (2013). Bodily maps of emotions. Journal of Psychological and Cognitive Sciences, 111(2), 646-651. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://doi.org/10.1073/pnas.1321664111>.

Planned parenthood A. How do I talk to my preschooler about their body? Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.plannedparenthood.org/learn/parents/preschool/how-do-i-talk-my-preschooler-about-their-body>

Planned parenthood B. What should I teach my elementary school aged child about their body? Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.plannedparenthood.org/learn/parents/elementary-school/what-should-i-teach-my-elementary-school-aged-child-about-their->

Planned parenthood C. What should I teach my middle schooler about their body? Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από

<https://www.plannedparenthood.org/learn/parents/middle-school/what-should-i-teach-my-middle-schooler-about-their-body>

Planned Parenthood D. What should I teach my preschooler about sex and sexuality?

Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από

<https://www.plannedparenthood.org/learn/parents/preschool/what-should-i-teach-my-preschooler-about-sex-and-sexuality>

Planned Parenthood E. What should I teach my middle schooler about sex and sexuality? Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από

<https://www.plannedparenthood.org/learn/parents/middle-school/what-should-i-teach-my-middle-schooler-about-sex-and-sex>

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus. Sukupuolidysforian omahoito (in English: Self-care for gender dysphoria, Gender Diversity & Intersex Centre of Expertise).

Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από

<https://sukupuolenosaamiskeskus.fi/omahoito/sukupuolidysforia-omahoito/>

UNESCO. (2018). International technical guidance on sexuality education – An evidence-informed approach. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από

https://cdn.who.int/media/docs/default-source/reproductive-health/sexual-health/international-technical-guidance-on-sexuality-education.pdf?sfvrsn=10113efc_29&download=true

WHO Regional Office for Europe and BZgA. (2010). Standards for sexuality education in Europe. Ανακτήθηκε 12 Δεκεμβρίου, 2023 από

https://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/BZgA_Standards_English.pdf

Ενότητα 3: Συναισθηματικές και επικοινωνιακές δεξιότητες

Στόχος της ενότητας

Αυτή η ενότητα φιλοδοξεί να σας παράσχει δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 5-11 ετών που αποβλέπουν στην ενίσχυση των δεξιοτήτων συναισθηματικής έκφρασης και επικοινωνίας τους με σκοπό την πρόληψη και την προστασία από τη σεξουαλική κακοποίηση. Αποτελείται από τρεις επιμέρους θεματικές ενότητες: **«Ανάπτυξη, κατανόηση και διαχείριση των συναισθημάτων»**, **«Ποικιλομορφία των σχέσεων και των οικογενειών»** και **«Επικοινωνιακές δεξιότητες»**. Κάθε θεματική ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες, οι οποίες συνοδεύονται από λεπτομερείς οδηγίες, καθώς και ορισμένες βασικές πληροφορίες που είναι σημαντικό να λαμβάνονται υπόψη κατά την εφαρμογή τους.

Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας

Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, θα είστε σε θέση να διδάσκετε στα παιδιά:

- **Να αναγνωρίζουν** συναισθήματα.
- **Να διαφοροποιούν** τις αντιδράσεις στα συναισθήματα.
- **Να αναπτύσσουν** υγιείς αντιδράσεις στα συναισθήματα.
- **Να αναγνωρίζουν** τη σημασία και την ποικιλομορφία των οικογενειών και των σχέσεων.
- **Να σέβονται** την ποικιλομορφία των οικογενειών και των σχέσεων.
- **Να αλληλεπιδρούν** με τρόπο που σέβεται τις σχέσεις και την ποικιλομορφία.
- **Να κατανοούν** τι είναι η επικοινωνία.
- **Να εκτιμούν** τη σημασία της καλής επικοινωνίας.

- **Να αναπτύσσουν** την ενεργητική ακρόαση και να μαθαίνουν πώς να εκφράζονται με σαφήνεια.

Κεφάλαιο 1: Ανάπτυξη, κατανόηση και διαχείριση των συναισθημάτων

Βασικές πληροφορίες

Τα συναισθήματα είναι πολύ βραχύβια αισθήματα που προέρχονται από μια γνωστή αιτία. Εμφανίζονται μέσω της αιφνίδιας φυσικής γλώσσας του σώματος και των εκφράσεων του προσώπου και βοηθούν τους ανθρώπους να κατανοήσουν τι συμβαίνει μέσα τους και στη συνέχεια να σκεφτούν τι πρέπει να κάνουν γι' αυτό. Όλα τα συναισθήματα είναι φυσικά, αν και ορισμένα από αυτά μπορεί να είναι άνετα ή άβολα, ευχάριστα ή δυσάρεστα (Study.com, n.d.). Η συζήτηση για τα συναισθήματα είναι σημαντική. Η συζήτηση για τα σεξουαλικά συναισθήματα ως μέρος του «συναισθηματικού μας πακέτου» είναι εξίσου σημαντική, προκειμένου να βοηθήσουμε τα παιδιά να τα κατανοήσουν, να τα αναγνωρίσουν και να τα διαχειριστούν με υγιή τρόπο. Τα σεξουαλικά συναισθήματα είναι η αντίδραση ενός ατόμου που σχετίζεται με τη σεξουαλικότητά του. Τα σεξουαλικά συναισθήματα μπορεί να περιλαμβάνουν διέγερση, επιθυμία ή ευχαρίστηση. Συχνά, τα σεξουαλικά συναισθήματα εμφανίζονται κατά την έναρξη της εφηβείας. Ωστόσο, είναι απολύτως φυσιολογικό για ένα άτομο να μην βιώνει σεξουαλικά συναισθήματα· κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός.

Τα παιδιά αναπτύσσουν τρόπους διαχείρισης των συναισθημάτων τους, όπως και τα ενήλικα άτομα. Η ρύθμιση των συναισθημάτων είναι μια διαδικασία, η οποία αναπτύσσεται σταδιακά, και είναι πολύ σημαντική για την ευημερία του παιδιού. Πρόκειται για μια σύνθετη εργασία και τα παιδιά χρειάζονται τη βοήθεια των ενήλικων ατόμων για να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα που βιώνουν, να ηρεμούν όταν είναι αναστατωμένα και να χρησιμοποιούν λέξεις για την περιγραφή συναισθημάτων και την αντιμετώπιση προκλήσεων. Όταν τα ενήλικα άτομα παρέχουν υποστήριξη και εξηγήσεις, βοηθούν τα παιδιά να κατανοήσουν τι μπορούν να κάνουν για να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους. Τα παιδιά που έχουν μεγαλύτερη

κοινωνική και συναισθηματική επίγνωση και δεξιότητα έχουν καλύτερες σχέσεις με άλλα παιδιά και αισθάνονται καλύτερα με τον εαυτό τους. Ακόμη, μπορούν να εκφράζουν τις ανάγκες, τις απογοητεύσεις και τους φόβους τους, να ζητούν βοήθεια και επομένως, αυξάνουν την ικανότητά τους να προστατεύουν τον εαυτό τους από οποιαδήποτε παραβίαση των ορίων τους, συμπεριλαμβανομένης της σεξουαλικής κακοποίησης (American Psychological Association, 2023).

Ένα πρώτο βήμα στη διαδικασία εκμάθησης της διαχείρισης των συναισθημάτων είναι να βοηθήσετε τα παιδιά να αναγνωρίζουν και να κατονομάζουν τα συναισθήματα. Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας μαθαίνουν το συναισθηματικό λεξιλόγιο και την αναγνώριση των συναισθημάτων με τον δικό τους ρυθμό. Η ανάπτυξη της αναγνώρισης των συναισθημάτων μπορεί να επηρεαστεί από παράγοντες όπως πολιτισμικά ή νευροψυχολογικά φαινόμενα. Τα ενήλικα άτομα επηρεάζουν την κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών όταν ονομάζουν τα συναισθήματα και μιλούν γι' αυτά. Τα παιδιά που μαθαίνουν πώς να κατανοούν τα συναισθήματα στον εαυτό τους και στους άλλους μπορούν να ρυθμίζουν καλύτερα τις προσωπικές τους αντιδράσεις σε έντονα συναισθήματα.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	<i>Πώς αισθάνομαι και τι μπορώ να κάνω γι' αυτό; (5-8 ετών)</i>
Διάρκεια	<i>45 λεπτά</i>
Μαθησιακοί Στόχοι	<i>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</i> <ul style="list-style-type: none"><i>❖ Να αναγνωρίζουν συναισθήματα</i><i>❖ Να διαφοροποιούν τις αντιδράσεις στα συναισθήματα</i><i>❖ Να αναπτύσσουν υγιείς αντιδράσεις στα συναισθήματα.</i>

Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Κάρτες συναισθημάτων (Παράρτημα 1 της Ενότητας 3)· - Ιστορίες «Μάντεψε το συναίσθημα» (Παράρτημα 2 της Ενότητας 3).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Εισαγωγή. Αφιερώστε λίγα λεπτά για να συγκεντρώσετε τα παιδιά στην αίθουσα και να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε τους ότι στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να κατανοήσουν τα συναισθήματά τους και να μάθουν να τα αντιμετωπίζουν. (2 λεπτά) ❖ Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – «Κάνε μια γκριμάτσα». Αυτή η εργασία γίνεται με όλη την ομάδα, οπότε τα παιδιά μπορούν να συγκεντρωθούν σε έναν κύκλο ή να καθίσουν στο πάτωμα ή στα τραπέζια τους. Τοποθετήστε ένα σετ από κάρτες συναισθημάτων (Παράρτημα 1 της Ενότητας 3) με τις εικόνες να κοιτάζουν προς τα κάτω. Γυρίστε την κάρτα που βρίσκεται στην κορυφή της στοίβας. Ρωτήστε τα παιδιά: «Ονομάστε το συναίσθημα και κάντε μια γκριμάτσα που να ταιριάζει». Επαναλάβετε μέχρι να ονοματίσουν όλες τις κάρτες. (13 λεπτά) ❖ Μέρος 2ο – «Μάντεψε το συναίσθημα». Διαβάστε στα παιδιά τις σύντομες ιστορίες του Παραρτήματος 2 της Ενότητας 3. Αφού διαβάσετε κάθε ιστορία, ανοίξτε μια συζήτηση σχετικά με αυτήν. Ρωτήστε τα παιδιά: «Ποια είναι τα συναισθήματα που αναφέρονται στην ιστορία;». Τα παιδιά μπορούν να απαντήσουν σηκώνοντας τα χέρια τους. Δείξτε τους την αντίστοιχη κάρτα συναισθημάτων (Παράρτημα 1 της Ενότητας 3).

	<p>Ανάλογα με την ιστορία, συζητήστε τη συμπεριφορά των χαρακτήρων. Για παράδειγμα, για την ιστορία του Νταν και της Πατ, αν ρωτήσετε τα παιδιά: «Τι έκανε η Πατ μετά;» και ένα από τα παιδιά απαντήσει: «Η Πατ είπε στον Νταν να σταματήσει, γιατί δεν θέλει να την αγκαλιάσει τώρα», ρωτήστε τα παιδιά: «Είναι αυτή η απάντηση επαρκής;». Στη συνέχεια, ρωτήστε: «Γιατί η Πατ εξέφρασε αυτά τα συναισθήματα;». Αν ένα άλλο παιδί απαντήσει: «Η Πατ δεν είπε τίποτα», ρωτήστε τα παιδιά αν αυτή είναι επαρκής απάντηση και συζητήστε γιατί (Αν δεν μας αρέσει η συμπεριφορά των άλλων απέναντί μας, πρέπει να εκφράσουμε τα συναισθήματά μας, προκειμένου να προστατεύσουμε τον εαυτό μας). (25 λεπτά)</p> <p>- Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. την αναγνώριση συναισθημάτων, β. την κατανόηση ότι τα συναισθήματα μπορεί να είναι άνετα ή άβολα, αλλά το να τα νιώθουμε είναι φυσικό, γ. το πώς ενεργούμε με βάση τα συναισθήματά μας μπορεί να είναι μια καλή ή μια προβληματική αντίδραση, δ. οι καλές αντιδράσεις στα συναισθήματα είναι αυτές που μας επιτρέπουν να εκφράσουμε τα συναισθήματά μας, αλλά με σεβασμό/χωρίς να πληγώνουμε τους άλλους. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<p>- Όταν απευθύνετε ερωτήσεις στα παιδιά, γράψτε τες επίσης στον πίνακα ή στον χαρτοπίνακα</p>

	<i>(flipchart). Μπορείτε να τις προετοιμάσετε εκ των προτέρων για να εξοικονομήσετε χρόνο. Αυτό μπορεί να βοηθήσει ορισμένα παιδιά να συγκεντρωθούν καλύτερα.</i>
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Childhood 101. (n.d.). Printable Feelings & Emotions Cards with 8 Matching Card Games Ideas.</i> https://childhood101.com/helping-children-manage-big-emotions-printable-emotions-cards/

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	<i>Πώς αισθάνομαι και τι μπορώ να κάνω γι' αυτό; (9-11 ετών)</i>
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν συναισθήματα' ❖ Να διαφοροποιούν τις αντιδράσεις στα συναισθήματα' ❖ Να αναπτύσσουν υγιείς αντιδράσεις στα συναισθήματα.
Υλικά	- Κάρτες συναισθημάτων (Παράρτημα 1 της Ενότητας 3) - Χαρτιά και σιλό.
Οδηγίες	❖ Εισαγωγή. Αφιερώστε λίγα λεπτά για να συγκεντρώσετε τα παιδιά στην αίθουσα και να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε τους ότι στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να

	<p>κατανοήσουν τα συναισθήματά τους και να μάθουν να τα αντιμετωπίζουν. (2 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – «Παντομίμα συναισθημάτων». Χωρίστε τα παιδιά και τις κάρτες (Παράρτημα 1 της Ενότητας 3) σε δύο «ανταγωνιστικές» ομάδες (επιλέξτε τόσες κάρτες όσες μπορούν να ολοκληρωθούν σε 9 λεπτά). Ζητήστε από τα παιδιά μιας ομάδας το εξής: «Επιλέξτε μια κάρτα και αναπαραστήστε εναλλάξ το συγκεκριμένο συναίσθημα (με παντομίμα), καθώς η άλλη ομάδα προσπαθεί να μαντέψει ποιο είναι». «Νικήτρια» είναι η ομάδα που αναπαριστά τα συναισθήματα με μεγαλύτερη σαφήνεια. (9 λεπτά)</i> ❖ <i>Μέρος 2ο – «Ήχοι συναισθημάτων». Είναι παρόμοια με την προηγούμενη δραστηριότητα, αλλά αυτή τη φορά, για να μαντέψει η ομάδα θα πρέπει να βασιστεί στους ήχους που ακούει και όχι στις πράξεις που βλέπει. Οι παίκτες/-κτριες θα λάβουν ο/η καθένας/-μία από μια κάρτα συναισθημάτων (Παράρτημα 1 της Ενότητας 3) με μια λέξη γραμμένη πάνω της (επιλέξτε όσες κάρτες μπορούν να ολοκληρωθούν σε 9 λεπτά). Στη συνέχεια, θα παραστήσουν τη λέξη χρησιμοποιώντας ήχους αντί για πράξεις. Για παράδειγμα, αν η λέξη είναι «λυπημένος/-νη», τα παιδιά μπορούν να κάνουν ήχους κλάματος. (9 λεπτά)</i> ❖ <i>Μέρος 3ο – «Δημιουργήστε μια ιστορία συναισθημάτων». Φτιάξτε πολλά αντίγραφα της τράπουλας με τις κάρτες συναισθημάτων</i>
--	---

(Παράρτημα 1 της Ενότητας 3). Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες των 3-4 ατόμων (ανάλογα με τον αριθμό ολόκληρης της ομάδας). Ζητήστε από τις μικρές ομάδες το εξής: «Επιλέξτε τρία ή τέσσερα συναισθήματα και χρησιμοποιήστε τα για να γράψετε μια ιστορία στα χαρτιά που θα σας δώσω. Επικεντρωθείτε στο κύριο θέμα που σας ενδιαφέρει (π.χ. να συμπαθείτε κάποιον, να έχετε ένα φλερτ, μια φιλία, ζήλια για κάποιο άλλο άτομο κ.λπ.)». Αν χρειαστεί, διαβάστε στα παιδιά τις παρακάτω ιστορίες ως παραδείγματα:

- Η αγαπημένη στιγμή της Τζιλ είναι το βράδυ, όταν μπορεί να χωθεί στην αγκαλιά του πατέρα της και να ακούσει το αγαπημένο της παραμύθι.
- Ο Νταν έχει μια φίλη στο νηπιαγωγείο, την Πατ. Του αρέσει να την αγκαλιάζει. Μερικές φορές, η Πατ δεν θέλει να την αγκαλιάζει.

Ενθαρρύνετε τα παιδιά να σκεφτούν το σκηνικό, έναν ή δύο χαρακτήρες, μια πλοκή ή ένα γεγονός που συμβαίνει, καθώς και ένα τέλος. Αφού γράψουν την ιστορία, ζητήστε τους το εξής: «Συνδέστε 3-4 κάρτες συναισθημάτων στην ιστορία, για να δείξετε τι είδους συναισθήματα υπάρχουν σε αυτήν». Βοηθήστε τα παιδιά να τοποθετήσουν τις κάρτες συναισθημάτων με τη σειρά που εμφανίζονται. Ζητήστε τους να διηγηθούν την ιστορία στην ευρύτερη ομάδα. Συζητήστε την ιστορία από την άποψη των τρόπων διαχείρισης των συναισθημάτων με υγιή τρόπο,

	<p>λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες όλων των προσώπων της ιστορίας. (20 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. την αναγνώριση συναισθημάτων, β. την κατανόηση ότι τα συναισθήματα μπορεί να είναι άνετα ή άβολα, αλλά το να τα νιώθουμε είναι φυσικό, γ. το πώς ενεργούμε με βάση τα συναισθήματά μας μπορεί να είναι μια καλή ή μια προβληματική αντίδραση, δ. οι καλές αντιδράσεις στα συναισθήματα είναι αυτές που μας επιτρέπουν να εκφράσουμε τα συναισθήματά μας, αλλά με σεβασμό/χωρίς να πληγώνουμε τους άλλους. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Όταν απευθύνετε ερωτήσεις στα παιδιά, γράψτε τις επίσης στον πίνακα ή στον χαρτοπίνακα (flipchart). Μπορείτε να τις προετοιμάσετε εκ των προτέρων για να εξοικονομήσετε χρόνο. Αυτό μπορεί να βοηθήσει ορισμένα παιδιά να συγκεντρωθούν καλύτερα. - Οι δραστηριότητες μπορούν να συμπυκνωθούν ή να επεκταθούν ανάλογα με τον αριθμό των παιδιών στην ομάδα. Αν η ομάδα είναι μικρή ή τα δύο πρώτα μέρη αναπτύσσονται γρήγορα από την ομάδα, μπορείτε να επιλέξετε να ζητήσετε από τα παιδιά να διηγηθούν περισσότερες ιστορίες στο τρίτο μέρος (την εργασία δημιουργίας ιστοριών) και να χωρίσετε την ομάδα σε πολλές μικρότερες. Αν υπάρχει πρόβλημα χρόνου, μοιράστε τα μέλη της ομάδας μόνο σε δύο μέρη. Αν η ομάδα είναι

	<p>μεγάλη ή αρκετά διαδραστική, μπορείτε να επιλέξετε μόνο μία από τις δύο πρώτες δραστηριότητες (την παντομίμα συναισθημάτων ή τους ήχους συναισθημάτων).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Στη δραστηριότητα της παντομίμας συναισθημάτων, αν η ομάδα είναι πολύ μεγάλη, μπορείτε να διευκρινίσετε στις οδηγίες που θα δώσετε στα παιδιά ότι κάθε ομάδα θα παρουσιάσει τόσες κάρτες όσες επιτρέπει ο χρόνος της δραστηριότητας, ώστε να γνωρίζουν ότι μπορεί να μην έχουν όλα την ευκαιρία να παρουσιάσουν μια κάρτα. - Για τον καθορισμό της νικήτριας ομάδας, λάβετε υπόψη σας παράγοντες όπως: ο χρόνος που απαιτείται για τη μαντεψιά ή οι πόντοι που κερδίζονται από τις σωστές μαντεψιές.
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<p>Οι δραστηριότητες προσαρμόστηκαν από:</p> <p><i>Hamish and Milo. (n.d.). Emotion card activities.</i></p> <p>https://hamishandmilo.org/emotion-card-activities/</p>

Κεφάλαιο 2: Ποικιλομορφία των σχέσεων και των οικογενειών

Βασικές πληροφορίες

Αυτό το κεφάλαιο εστιάζει στις σχέσεις και στο πώς εμείς ως ανθρώπινα όντα υπάρχουμε μέσα από αυτές και κατανοούμε τον κόσμο μας μέσα από αυτές. Οι σχέσεις αποτελούν πολύ σημαντικό μέρος της ζωής των παιδιών τόσο με τους/τις

ενήλικες όσο και με τους/τις συνομηλίκους/-κές τους. Οι σχέσεις παρέχουν ασφάλεια, υποστήριξη, άνεση, καθώς και ευχαρίστηση και διασκέδαση. Επομένως, η ανάπτυξη και διατήρηση καλών σχέσεων είναι απαραίτητη για τη συνολική ευημερία των παιδιών. Όλες οι σχέσεις απαιτούν ένα επίπεδο δέσμευσης, εμπιστοσύνης και εργασίας, προκειμένου να αναπτυχθούν και να ευδοκιμήσουν (Twinkl (n.d)).

Υπάρχουν διάφοροι τύποι σχέσεων:

- ❖ **Σχέση με τον εαυτό μας.** Αυτό είναι κάτι που τα παιδιά συνήθως δεν σκέφτονται, αλλά είναι μια σημαντική έννοια που πρέπει να τους διδάξουμε. Το να έχουμε καλή σχέση με τον εαυτό μας σημαίνει να φερόμαστε με καλοσύνη στον εαυτό μας, να κατανοούμε και να εκφράζουμε τις ανάγκες μας και να ακολουθούμε τις επιθυμίες μας. Βοηθά επίσης στη δημιουργία υγιών σχέσεων με άλλα άτομα, με το να κρατάμε τα όριά μας και να μην «χανόμαστε» σε μια σχέση (π.χ. να κάνουμε πράγματα που δεν μας αρέσουν, επειδή φοβόμαστε μήπως χάσουμε έναν/μια φίλο/-λη). Τα παιδιά πρέπει να μάθουν να είναι καλοί/-λές φίλοι/-λες όχι μόνο για τους άλλους ανθρώπους, αλλά και για τον εαυτό τους.
- ❖ **Οικογενειακές σχέσεις.** Οι οικογένειες είναι ποικιλόμορφες. Η οικογενειακή ποικιλομορφία δίνει έμφαση στην αποδοχή και τον σεβασμό των διαφόρων τρόπων με τους οποίους οι άνθρωποι δημιουργούν και βιώνουν τις οικογενειακές μονάδες. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει: μια μητέρα, έναν πατέρα και το βιολογικό τους παιδί ή τα βιολογικά τους παιδιά, ένα ζευγάρι χωρίς παιδιά, μικτές οικογένειες, μονογονεϊκές οικογένειες, γονείς του ίδιου φύλου, ανάδοχες οικογένειες, θετές οικογένειες, οικογένειες με παιδί που έχει συλληφθεί μέσω θεραπείας γονιμότητας και πολλά άλλα. Μια ευρύτερη, πιο συμπεριληπτική έννοια της οικογένειας τη θεωρεί ως μια μονάδα που αποτελείται από δύο ή περισσότερα άτομα, τα οποία συνδέονται με οικειότητα και συγγένεια. Για παράδειγμα, μια γιαγιά μεγαλώνει μόνη της την ανιψιά της, ένα ζευγάρι υιοθετεί ένα παιδί, μια γυναίκα με δύο παιδιά υπό την επιμέλειά της ζει με τον σύντροφό της, ένας άνδρας με έναν γιο υπό την κοινή επιμέλεια της συζύγου του κ.λπ. Σε καθεμία από αυτές τις περιπτώσεις,

αυτή η ομάδα προσώπων είναι μια οικογένεια που συνδέεται με οικειότητα και συγγένεια.

Η ποικιλία των οικογενειών που παρατηρείται στις μέρες μας επιτάσσει από τους ενήλικες την έναρξη συζητήσεων σχετικά με τις οικογενειακές δομές με τα παιδιά. Με αυτό τον τρόπο, θα τα βοηθήσουν να κατανοήσουν ευρύτερα την ποικιλομορφία των οικογενειών και των σχέσεων.

- ❖ **Φιλικές σχέσεις.** Οι φίλοι/-λες είναι εκείνοι/-νες με τους/τις οποίους/-ες τα παιδιά περνούν ευχάριστα τον χρόνο τους και συνήθως έχουν κοινά ενδιαφέροντα για τα οποία μπορούν να συζητήσουν. Οι φίλιες για τους περισσότερους ανθρώπους περιλαμβάνουν έναν συνδυασμό στοργής, αφοσίωσης, αγάπης, σεβασμού και εμπιστοσύνης. Τα παιδιά μπορούν να κάνουν φίλους/-λες στο νηπιαγωγείο, στο σχολείο, στη γειτονιά τους, στο διαδίκτυο, καθώς και μέσω των χόμπι τους.
- ❖ **Ρομαντικές σχέσεις.** Περιλαμβάνουν συμπάθεια, πάθος, οικειότητα και αγάπη για το άλλο άτομο (Twinkl. (n.d)).

Οι καλές σχέσεις από νωρίς στη ζωή βοηθούν τα παιδιά να συνδεθούν με τους άλλους ανθρώπους, να οικοδομήσουν θετικές φιλίες και να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους. Για να έχουν νόημα οι σχέσεις, οι αλληλεπιδράσεις πρέπει να είναι εγκάρδιες, στοργικές και ανταποδοτικές. Όταν δίνεται προσοχή στην οικοδόμηση δεσμών και στη διατήρησή τους με την πάροδο του χρόνου, τα παιδιά είναι πιο πιθανό να αισθάνονται μια αίσθηση ασφάλειας, ευημερίας και ανήκειν. Για να οικοδομήσουν θετικές σχέσεις με τους άλλους ανθρώπους, τα παιδιά πρέπει να αναπτύξουν «κοινωνική επάρκεια» και την ικανότητα να αλληλεπιδρούν μαζί τους με ενδιαφέρον, ενσυναίσθηση και σεβασμό. Η κοινωνική επάρκεια είναι το θεμέλιο που επιτρέπει στα παιδιά να κατανοούν και να ρυθμίζουν τα συναισθήματά τους και να διαπραγματεύονται τις αλληλεπιδράσεις τους με τους άλλους (Australian Children's Education & Care Quality Authority, 2016). Τα παιδιά έχουν σχέσεις και στο διαδικτυακό περιβάλλον (χρησιμοποιώντας ψηφιακές συσκευές και πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης), καθώς είναι ο χώρος στον οποίο περνούν πολύ χρόνο και κάνουν νέες γνωριμίες - φίλιες και παρέες. Για τα παιδιά, είναι φυσικό και συγχρόνως σημαντικό να έχουν και να διατηρούν σχέσεις στο διαδίκτυο.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Οικογένειες και σχέσεις (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<i>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</i> <ul style="list-style-type: none">❖ <i>Να αναγνωρίζουν τη σημασία και την ποικιλομορφία των οικογενειών και των σχέσεων'</i>❖ <i>Να σέβονται την ποικιλομορφία των οικογενειών και των σχέσεων'</i>❖ <i>Να αλληλεπιδρούν με τρόπο που σέβεται τις σχέσεις και την ποικιλομορφία.</i>
Υλικά	<ul style="list-style-type: none">- <i>Κάρτες οικογενειών (Παράρτημα 3 της Ενότητας 3)'</i>- <i>Κάρτες σχέσεων (Παράρτημα 4 της Ενότητας 3).</i>
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none">❖ <i>Εισαγωγή. Αφιερώστε λίγα λεπτά για να συγκεντρώσετε τα παιδιά στην αίθουσα και να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να κατανοήσουν πόσο σημαντικές και διαφορετικές είναι οι οικογένειες και οι σχέσεις και ότι πρέπει να τις σεβόμαστε όλες. (2 λεπτά)</i>❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – «Κάρτες οικογενειών και σχέσεων». Χρησιμοποιήστε τις κάρτες οικογενειών (Παράρτημα 3 της Ενότητας 3) για να παρουσιάσετε στα παιδιά διάφορους τύπους οικογενειών (π.χ. μικτές οικογένειες, μονογονεϊκές οικογένειες, ομόφυλοι γονείς, ανάδοχες οικογένειες, θετές οικογένειες κ.λπ.). Ομοίως, χρησιμοποιήστε τις</i>

κάρτες σχέσεων (Παράρτημα 4 της Ενότητας 3) για να παρουσιάσετε διάφορα είδη σχέσεων (π.χ. φίλοι/-λες, γείτονες/-νισσες, ερωτικοί/-κές σύντροφοι κ.λπ.). Δείξτε μία προς μία τις κάρτες και παρουσιάστε στα παιδιά τους διάφορους τύπους οικογενειών και σχέσεων. Στη συνέχεια, ενθαρρύνετε τη συζήτηση λέγοντας, για παράδειγμα: «Πόσο ενδιαφέρον! Η οικογένειά τους έχει ένα παιδί, μια μαμά και μια γιαγιά στο σπίτι. Πώς σας φαίνεται αυτό;». Επαναλάβετε αυτή τη διαδικασία για κάθε κάρτα. Αναπτύξτε τις ερωτήσεις σας γύρω από την ιδέα ότι όλες οι οικογένειες, συμπεριλαμβανομένων: των γονέων του ίδιου φύλου, των ανάδοχων/θετών οικογενειών, των μικτών οικογενειών, των οικογενειών χωρίς παιδιά κ.λπ. είναι εξίσου πολύτιμες· δεν είναι κάτι λιγότερο και δεν πρέπει να κρίνονται ή να γίνονται διακρίσεις λόγω του ποιοι/ποιες είναι. Τονίστε κατά τη διάρκεια της συζήτησης ότι οι οικογένειες μπορεί να είναι διαφορετικές, αλλά όλες φροντίζουν τα μέλη τους και επίσης ότι οι σχέσεις είναι ποικίλες και τις χρειαζόμαστε όλοι/-λες. (23 λεπτά)

- ❖ **Μέρος 2ο – «Κι εγώ το ίδιο!».** Αυτό το παιχνίδι βοηθά τα παιδιά να αλληλογνωριστούν και να έρθουν σε επαφή, ενώ παράλληλα διασκεδάζουν. Πρώτα, ζητήστε τους να σταθούν σε έναν κύκλο. Στη συνέχεια, καλέστε τα ένα-ένα να κάνουν ένα βήμα μπροστά και να αναφέρουν μία πληροφορία για τον εαυτό τους - με γνώμονα τις οικογενειακές σχέσεις (π.χ. έχω έναν/μία αδελφό/-φή, οι γονείς μου ζουν/δεν ζουν μαζί, έχω μητριά/πατριό, έχω έναν αδελφό από την πλευρά του/της πατέρα/μητέρας μου, η γιαγιά μου με

	<p>φροντίζει συχνά, τα ξαδέλφια μου υιοθέτησαν έναν/μία γιο/κόρη, κ.λπ.). Αν αυτή η δήλωση ισχύει και για άλλα παιδιά, πείτε τους να κάνουν ένα βήμα μπροστά και να πουν: «Κι εγώ το ίδιο!». Συνεχίστε μέχρι όλα τα παιδιά να έχουν την ευκαιρία να το κάνουν (και μπορείτε να συνεχίσετε αν έχετε χρόνο). Δώστε έμφαση στο ότι είμαστε διαφορετικοί/-κές, αλλά έχουμε και ομοιότητες μεταξύ μας. (15 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσω αυτής της δραστηριότητας, δηλαδή: α. την κατανόηση ότι οι οικογένειες και οι σχέσεις είναι ποικιλόμορφες/διαφορετικές και εξίσου σημαντικές, β. την εκτίμηση της ποικιλομορφίας των οικογενειών και των σχέσεων, συμπεριφερόμενοι/-νες με σεβασμό προς όλες τις οικογένειες και τις σχέσεις. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<p>❖ Όταν απευθύνετε ερωτήσεις στα παιδιά, γράψτε τις επίσης στον πίνακα ή στον χαρτοπίνακα (flipchart). Μπορείτε να τις προετοιμάσετε εκ των προτέρων για να εξοικονομήσετε χρόνο. Αυτό μπορεί να βοηθήσει ορισμένα παιδιά να συγκεντρωθούν καλύτερα.</p> <p>❖ Αν γνωρίζετε εκ των προτέρων ποιες διαφορετικές οικογενειακές δομές μπορεί να εκπροσωπούνται στην τάξη, θα σας βοηθήσει να κάνετε συγκεκριμένες ερωτήσεις που μπορεί να αφορούν διαφορετικά παιδιά, ώστε να ακούσουν τις οικογένειές τους να εκπροσωπούνται. Αν αυτό δεν είναι εφικτό, μπορείτε να κάνετε μια ποικιλία ερωτήσεων που να αφορούν διαφορετικές οικογενειακές δομές.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Εξίσου σημαντικό είναι να γνωρίζετε ότι ορισμένα παιδιά μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολίες ή θλιβερές καταστάσεις, όπως: διαζύγιο, ενδοοικογενειακή βία, κακοποίηση, κατάχρηση ουσιών, ασθένεια ή θάνατο στην οικογένειά τους. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή σε αυτά τα παιδιά (αν τα γνωρίζετε). Είναι βασικό για τα παιδιά να αναγνωρίσουν ότι μερικές φορές, οι οικογένειες μπορεί να είναι στενοχωρημένες ή μπορεί να αλλάξουν αν αν κάποιο άτομο πεθάνει ή μετακομίσει και αυτό μπορεί να είναι μια δύσκολη κατάσταση. ❖ Παράλληλα, είναι φυσιολογικό κάποια παιδιά να αντιδρούν όταν ακούνε για οικογενειακές δομές με τις οποίες δεν είναι εξοικειωμένα λέγοντας πράγματα όπως: «αυτό είναι παράξενο» ή «αυτό δεν είναι οικογένεια». Σε μια τέτοια περίπτωση, είναι σημαντικό να υπενθυμίσουμε στην ομάδα τον ορισμό της οικογένειας που συζητήθηκε (π.χ. άνθρωποι που αγαπιούνται και φροντίζουν ο ένας τον άλλον) και ότι κάθε άνθρωπος έχει τη δική του οικογένεια για την οποία νοιάζεται πολύ. Τέλος, υπενθυμίστε στα παιδιά ότι όλες οι οικογένειες είναι μοναδικές και ξεχωριστές με τον δικό τους τρόπο και ότι καμία οικογένεια δεν είναι ακριβώς ίδια.
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	Οι δραστηριότητες προσαρμόστηκαν από:

	<p>Australian Children’s Education & Care Quality Authority, 2016. <i>Relationships with children.</i> https://www.acecqa.gov.au/sites/default/files/acecqa/files/QualityInformationSheets/QualityArea5/QualityArea</p> <p>Twinkl. (n.d). <i>What are relationships.</i> https://www.twinkl.co.uk/teaching-wiki/relationships</p>
--	--

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Οικογένειες και σχέσεις (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν τη σημασία και την ποικιλομορφία των οικογενειών και των σχέσεων’ ❖ Να σέβονται την ποικιλομορφία των οικογενειών και των σχέσεων’ ❖ Να αλληλεπιδρούν με τρόπο που σέβεται τις σχέσεις και την ποικιλομορφία.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Κάρτες οικογενειών (Παράρτημα 3 της Ενότητας 3)’ - Κάρτες σχέσεων (Παράρτημα 4 της Ενότητας 3).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Εισαγωγή. Αφιερώστε λίγα λεπτά για να συγκεντρώσετε τα παιδιά στην αίθουσα και να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να κατανοήσουν πόσο σημαντικές και διαφορετικές είναι οι οικογένειες και οι σχέσεις και ότι πρέπει να τις σεβόμαστε όλες. (2 λεπτά) ❖ Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – «Συζήτηση για τις οικογένειες». Εξηγήστε στα παιδιά ότι το θέμα αυτής

της εργασίας είναι η οικογένεια. Ρωτήστε τα: «Ποιο παιδί μπορεί να εξηγήσει τι είναι η οικογένεια;», «Γιατί χρειαζόμαστε την οικογένεια;» (Μερικοί ενδεικτικοί ορισμοί είναι οι εξής: «άνθρωποι που ζουν μαζί και φροντίζουν ο ένας τον άλλον» ή «άνθρωποι που αγαπιούνται και φροντίζουν ο ένας τον άλλον». Οι οικογένειες συχνά αποτελούνται από ενήλικες και τα παιδιά που φροντίζουν ή οικογένειες όπου υπάρχουν μόνο ενήλικες.) Μετά από μια σύντομη συζήτηση, παρουσιάστε στα παιδιά τις κάρτες οικογενειών (Παράρτημα 3 της Ενότητας 3), λέγοντας: «Αυτές οι κάρτες έχουν ως θέμα τις οικογένειες και τους τρόπους με τους οποίους μοιάζουν και διαφέρουν μεταξύ τους». Δείξτε όλες τις κάρτες, τη μία μετά την άλλη, και κάντε στα παιδιά την ακόλουθη ερώτηση για κάθε κάρτα: «Σας θυμίζει αυτό τη δική σας οικογένεια ή μια οικογένεια που γνωρίζετε;». Τα παιδιά μπορούν να απαντήσουν σηκώνοντας τα χέρια τους. Αφού ολοκληρώσετε την παρουσίαση όλων των καρτών, ξεκινήστε μια συζήτηση σχετικά με τις οικογένειες ρωτώντας: «Ποιο παιδί μπορεί να θυμηθεί έναν τύπο οικογένειας από αυτές που μόλις παρουσίασα;». Στη συνέχεια, ρωτήστε: «Τι είναι σημαντικό σε όλες τις οικογένειες;» (Πιθανές απαντήσεις: να αγαπιούνται μεταξύ τους, να φροντίζει ο ένας τον άλλο, να γιορτάζουν μαζί ειδικές περιστάσεις). Ύστερα, πείτε: «Η οικογένεια είναι πολύ σημαντική για εμάς. Μας αγαπάει και μας φροντίζει». Αν δεν έχει ήδη αναφερθεί στην προηγούμενη συζήτηση, υπενθυμίστε στα παιδιά ότι όλες οι οικογένειες είναι ξεχωριστές με τον δικό τους τρόπο και ότι όλες οι οικογένειες είναι

μοναδικές. Κατόπιν, ρωτήστε τα παιδιά: «Με ποιους τρόπους μπορεί η τάξη μας να δείξει ότι σεβεται όλους τους διαφορετικούς τύπους οικογενειών, τόσο αυτές που μοιάζουν με τη δική μας όσο και εκείνες που είναι διαφορετικές από τη δική μας;». (Ορισμένες ενδεικτικές απαντήσεις μπορεί να είναι οι εξής: να φτιάξουμε μια πινακίδα, ένα πανό ή μια αφίσα που να γράφει «Όλες οι Οικογένειες είναι Ξεχωριστές»· να ζητήσουμε από κάθε παιδί να φέρει κάτι ξεχωριστό από την οικογένειά του και να μιλήσουμε γι' αυτό· να ζητήσουμε από τους/τις φίλους/-λες να μας μιλήσουν για τις οικογένειές τους – τι τους αρέσει να κάνουν, τι τους αρέσει να τρώνε, πώς γιορτάζουν τις γιορτές· να θυμόμαστε ότι όλοι/-λες/-α αγαπούν τις οικογένειές τους με τον ίδιο τρόπο που αγαπώ τη δική μου). Τελειώστε τη συζήτηση λέγοντας: «Όλοι έχουν στη ζωή ανθρώπους που είναι η οικογένειά τους. Μερικοί άνθρωποι συμπεριλαμβάνουν ακόμη και τα κατοικίδια τους στην οικογένεια! Είναι ωραίο να αισθάνεστε καλά με την οικογένειά σας και να καταλαβαίνετε ποια είναι τα μέλη της. Επίσης, είναι σημαντικό να σέβεστε όλες τις διαφορετικές οικογένειες, γιατί όποιο είδος οικογένειας και αν έχετε, είναι ξεχωριστή». (20 λεπτά)

- ❖ **Μέρος 2ο – «Συζήτηση για τις σχέσεις».** Αφού ολοκληρώσετε τη συζήτηση για τις οικογένειες, αξιοποιήστε τη στιγμή για να μιλήσετε για άλλες σχέσεις. Μπορείτε να πείτε: «Οι οικογενειακές σχέσεις είναι πολύ σημαντικές για εμάς. Τι είναι μια σχέση, κατά τη γνώμη σας;». Βοηθήστε τα παιδιά να καταλήξουν σε έναν ορισμό. Ρωτήστε τα για άλλα είδη

	<p>σχέσεων που γνωρίζουν, εκτός από τις οικογενειακές, δείχνοντας τις κάρτες σχέσεων (Παράρτημα 4 της Ενότητας 3). Βεβαιωθείτε ότι αναφέρονται όλα τα είδη σχέσεων (π.χ. σχέση με τον εαυτό σας, τους/τις φίλους/-λες, τους/τις συμμαθητές/-τριες, τους/τις γείτονες/-νισσες, τους/τις ερωτικούς/-κές συντρόφους κ.λπ.). Γράψτε τα σε έναν χαρτοπίνακα (flipchart) για να τα δουν τα παιδιά. Έπειτα, ρωτήστε τα: «Γιατί οι σχέσεις είναι σημαντικές στη ζωή μας;», «Τι πρέπει να κάνει ένας άνθρωπος για να δημιουργήσει σχέσεις;», «Μπορείτε να μου δώσετε ένα παράδειγμα για κάτι που κάνατε για να ξεκινήσετε μια σχέση;». Συνεχίστε ρωτώντας: «Τι κάνετε για να διατηρήσετε καλές σχέσεις με τους άλλους (παιδιά και ενήλικες);». Τα παιδιά μπορούν να απαντήσουν σηκώνοντας το χέρι τους. Συνοψίστε τα σημαντικότερα σημεία που αναφέρθηκαν και προσθέστε αν χρειαστεί τα εξής: εμπιστοσύνη, σεβασμός, ενδιαφέρον κ.λπ. Τοποθετήστε τα παιδιά της ομάδας σε ζεύγη με άτομα που δεν γνωρίζουν πολύ καλά (δηλαδή με άτομα που δεν είναι φίλοι/-λες τους ή οι πιο στενοί/-νές τους φίλοι/-λες). Αρχικά, ζητήστε τους να κάνουν μια ερώτηση στο άλλο άτομο για κάτι που θέλουν να μάθουν γι' αυτό (Για παράδειγμα: «Θα ήθελα να μου πεις για τη σχέση σου με τη γιαγιά/μητέρα σου / τον/την κολλητό/-τη σου / τη γάτα σου ή για το χόμπι σου κ.λπ.». Οι ερωτήσεις θα πρέπει να γίνονται εναλλάξ. Δεύτερον, ζητήστε από τα παιδιά το εξής: «Πείτε στο άλλο παιδί κάτι θετικό που σκέφτεστε γι' αυτό». Στο τέλος, ρωτήστε τα παιδιά πώς τα έκανε να νιώσουν αυτή η εργασία. Τονίστε πόσο</p>
--	---

	<p>σημαντικό είναι να δείχνουμε ενδιαφέρον και θετικότητα προς τους άλλους ανθρώπους για να δημιουργούμε και να διατηρούμε καλές σχέσεις. (18 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσω αυτής της δραστηριότητας, δηλαδή: α. την κατανόηση ότι οι οικογένειες και οι σχέσεις είναι ποικιλόμορφες/διαφορετικές και εξίσου σημαντικές, β. την εκτίμηση της ποικιλομορφίας των οικογενειών και των σχέσεων, συμπεριφερόμενοι/-νες με σεβασμό προς όλες τις οικογένειες και τις σχέσεις. (5 λεπτά)
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Όταν απευθύνετε ερωτήσεις στα παιδιά, γράψτε τις επίσης στον πίνακα ή στον χαρτοπίνακα (flipchart). Μπορείτε να τις προετοιμάσετε εκ των προτέρων για να εξοικονομήσετε χρόνο. Αυτό μπορεί να βοηθήσει ορισμένα παιδιά να συγκεντρωθούν καλύτερα. ❖ Αν γνωρίζετε εκ των προτέρων ποιες διαφορετικές οικογενειακές δομές μπορεί να εκπροσωπούνται στην τάξη, θα σας βοηθήσει να κάνετε συγκεκριμένες ερωτήσεις που μπορεί να αφορούν διαφορετικά παιδιά, ώστε να ακούσουν τις οικογένειές τους να εκπροσωπούνται. Αν αυτό δεν είναι εφικτό, μπορείτε να κάνετε μια ποικιλία ερωτήσεων που να αφορούν διαφορετικές οικογενειακές δομές. ❖ Εξίσου σημαντικό είναι να γνωρίζετε ότι ορισμένα παιδιά μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολίες ή θλιβερές καταστάσεις, όπως: διαζύγιο, ενδοοικογενειακή βία, κακοποίηση, κατάχρηση ουσιών, ασθένεια ή θάνατο στην οικογένειά τους.

	<p>Δώστε ιδιαίτερη προσοχή σε αυτά τα παιδιά (αν τα γνωρίζετε). Είναι βασικό για τα παιδιά να αναγνωρίσουν ότι μερικές φορές, οι οικογένειες μπορεί να είναι στενοχωρημένες ή μπορεί να αλλάξουν αν κάποιος/-ποια πεθάνει ή αν κάποιος/-ποια μετακομίσει και αυτό μπορεί να είναι μια δύσκολη κατάσταση.</p> <p>❖ Παράλληλα, είναι φυσιολογικό κάποια παιδιά να αντιδρούν όταν ακούνε για οικογενειακές δομές με τις οποίες δεν είναι εξοικειωμένα λέγοντας πράγματα όπως: «αυτό είναι παράξενο» ή «αυτό δεν είναι οικογένεια». Σε μια τέτοια περίπτωση, είναι σημαντικό να υπενθυμίσουμε στην ομάδα τον ορισμό της οικογένειας που συζητήθηκε (π.χ. άνθρωποι που αγαπιούνται και φροντίζουν ο ένας τον άλλον) και ότι κάθε άνθρωπος έχει τη δική του οικογένεια για την οποία νοιάζεται πολύ. Τέλος, υπενθυμίστε στα παιδιά ότι όλες οι οικογένειες είναι μοναδικές και ξεχωριστές με τον δικό τους τρόπο και ότι καμία οικογένεια δεν είναι ακριβώς ίδια.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<p>Οι δραστηριότητες προσαρμόστηκαν εν μέρει από: <i>Advocates for Youth. Different kinds of families.</i> http://3rs.org/wp-content/uploads/3rscurric/documents/OK-Lesson-1-3Rs-DifferentKindsofFamilies.pdf</p>

	<i>The inspired educator. 8 quick relationship building activities.</i> http://the-inspired-educator.com/8-quick-relationship-building-activities/
--	--

Κεφάλαιο 3: Επικοινωνιακές δεξιότητες

Βασικές πληροφορίες

Η επικοινωνία είναι μία από τις σπουδαιότερες πτυχές των σχέσεων με τους άλλους ανθρώπους. Τα παιδιά αναπτύσσουν δεξιότητες επικοινωνίας από την ημέρα που γεννιούνται και αρχίζουν να αλληλεπιδρούν με τα άτομα που τα φροντίζουν. Όταν τα ενήλικα άτομα επικοινωνούν με τα παιδιά, τους διδάσκουν τι είναι η αγάπη, ο σεβασμός, τα όρια και η ασφάλεια. Οι επικοινωνιακές δεξιότητες είναι σημαντικές, διότι όταν τα παιδιά επικοινωνούν καλά, μπορούν να αλληλεπιδρούν καλύτερα με τα άλλα άτομα (ενήλικα και παιδιά) και να αναπτύσσουν αρμονικές σχέσεις. Οι επικοινωνιακές δεξιότητες ωφελούν την ψυχική ευημερία, τη συναισθηματική νοημοσύνη, τη διεκδικητικότητα, την ενσυναίσθηση και τη συμπόνια, τον αυτοέλεγχο, τα κίνητρα και τα όρια (Lingo Kids, 2022).

Οι επικοινωνιακές δεξιότητες σχετίζονται με την ικανότητα να μοιράζεσαι πληροφορίες με άλλους και να λαμβάνεις πληροφορίες από άλλα άτομα. Είναι ζωτικής σημασίας να βοηθήσουμε τα παιδιά να αναπτύξουν δεξιότητες που τους επιτρέπουν να εκφράζουν τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους με σαφήνεια προστατεύοντας έτσι τα όρια και την ασφάλειά τους. Παράλληλα, είναι σημαντικό να βοηθήσουμε τα παιδιά να αναπτύξουν δεξιότητες που τους επιτρέπουν να κατανοούν καλύτερα τα μηνύματα που στέλνουν οι άλλοι σχετικά με τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους, ώστε να μπορούν να τις σέβονται.

Η επικοινωνία είναι μια πολύ ευρύτερη έννοια σε σχέση με τη λεκτική επικοινωνία (στην οποία εντάσσονται ο τόνος και το ύψος της φωνής, η επιλογή των λέξεων και η γλώσσα/διάλεκτος). Περιλαμβάνει όλες τις πτυχές της ανθρώπινης συμπεριφοράς, όπως: τη βλεμματική επαφή, τις εκφράσεις του προσώπου, τις χειρονομίες, τη στάση του σώματος, το σωματικό άγγιγμα, τον προσωπικό χώρο του σώματος και όλους

εκείνους τους τρόπους με τους οποίους ένα άτομο αλληλεπιδρά με τους άλλους. Η επικοινωνία μπορεί να επηρεάσει τη σκέψη ή τη συμπεριφορά ενός άλλου ατόμου. Αποτελεί βασική προϋπόθεση για την αλληλεπίδραση, καθώς χωρίς λεκτική ή μη λεκτική επικοινωνία δεν μπορεί να υπάρξει αλληλεπίδραση (Lingo Kids, 2022).

Εκτός από το να μαθαίνουμε να εκφραζόμαστε με σαφήνεια, βασικό στοιχείο της αποτελεσματικής επικοινωνίας είναι να είμαστε καλοί/-λές ακροατές/-τριες, που σημαίνει: να μην διακόπτουμε τους άλλους ανθρώπους ενώ μιλούν, να ακούμε προσεκτικά, να κάνουμε ερωτήσεις αν δεν καταλαβαίνουμε κάτι που ειπώθηκε και χρειαζόμαστε διευκρινίσεις και να απαντάμε με τρόπο που να δείχνει ότι δώσαμε προσοχή σε αυτά που είπε ο/η συνομιλητής/-τρια μας. Η ενεργητική ακρόαση είναι μια προσέγγιση με την οποία συμμετέχουμε στην ακρόαση ενός άλλου ατόμου με τρόπο που να αισθάνεται ότι ακούμε τα λεγόμενά του. Στην ενεργητική ακρόαση, καθοριστικό ρόλο διαδραματίζουν οι χειρονομίες, η στάση του/της ακροατή/-τριας και η βλεμματική επαφή (Empowered Parents, 2023).

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Μιλήστε και ακούστε (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να κατανοούν τι είναι η επικοινωνία ❖ Να εκτιμούν τη σημασία της καλής επικοινωνίας ❖ Να αναπτύσσουν την ενεργητική ακρόαση και να μαθαίνουν πώς να εκφράζονται με σαφήνεια.
Υλικά	- «Πώς αισθάνονται;» (Παράρτημα 5 της Ενότητας 3)
Οδηγίες	❖ Εισαγωγή. Αφιερώστε λίγα λεπτά για να συγκεντρώσετε τα παιδιά στην αίθουσα και να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε τους ότι στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να

	<p>κατανοήσουν τη σημασία της επικοινωνίας και να μάθουν να επικοινωνούν καλύτερα μεταξύ τους. (2 λεπτά)</p> <p>❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – «Ας εκφραστούμε».</i> Πείτε μια σύντομη ιστορία (Παράρτημα 5 της Ενότητας 3) και ζητήστε από ένα από τα παιδιά να επαναλάβει την ιστορία. Αν το πρώτο παιδί που του ζητήθηκε δεν επαναλάβει σωστά την ιστορία, συνεχίστε ζητώντας από άλλα παιδιά, μέχρι να επαναλάβουν σωστά την ιστορία.</p> <p>Κατόπιν, ρωτήστε τα παιδιά:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Πώς αισθάνονται τα παιδιά της ιστορίας; Γιατί; - Ποιες είναι οι ανάγκες τους; - Τι μπορούν να πουν/κάνουν για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους; <p>Μετά από κάθε ιστορία, τονίστε τη σημασία που έχει το/τα παιδί/-διά στην ιστορία να εκφράζει/-ζουν τις ανάγκες του/τους.</p> <p>Υπογραμμίστε ότι για να επικοινωνούμε καλά μεταξύ μας πρέπει να μιλάμε και να εκφραζόμαστε με σαφήνεια, διότι έτσι καταλαβαίνουμε καλύτερα ο ένας τον άλλον και ερχόμαστε πιο κοντά. (18 λεπτά).</p> <p>❖ <i>Μέρος 2ο – «Διπλή αφήγηση».</i> Ζητήστε από κάθε παιδί να πει λίγα λόγια για ένα από τα αγαπημένα του πρόσωπα. Ξεκινήστε εσείς το παιχνίδι δείχνοντας πώς παίζεται. Έπειτα, ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σε ζεύγη και πείτε τους να κάνουν το ίδιο μεταξύ τους. Επειδή η εργασία αυτή μπορεί να είναι δύσκολο να διεξαχθεί από παιδιά ηλικίας 5-6 ετών, περπατήστε γύρω από τα ζεύγη για να τα βοηθήσετε, όποτε χρειαστεί. Αφού τελειώσουν όλα τα παιδιά, ζητήστε</p>
--	--

	<p>από κάθε ζεύγος να διηγηθεί την ιστορία που διηγήθηκε το άλλο παιδί. Μόλις ολοκληρώσει κάθε ζεύγος, ελέγξτε με το άλλο παιδί αν οι πληροφορίες ήταν σωστές και ζητήστε του να διευκρινίσει αν είναι απαραίτητο. Όταν τελειώσουν όλα τα παιδιά, τονίστε ότι για να επικοινωνήσουμε καλά μεταξύ μας πρέπει όχι μόνο να εκφραζόμαστε με σαφήνεια, όπως συζητήθηκε στην πρώτη δραστηριότητα, αλλά και να ακούμε προσεκτικά τους άλλους. Πείτε τους ότι τυχαίνει να μην ακούμε προσεκτικά και να παρεξηγούμε ο ένας τον άλλον. Η προσεκτική ακρόαση είναι ένας τρόπος με τον οποίο μπορούμε να κατανοήσουμε καλύτερα ο ένας τον άλλον και να έρθουμε πιο κοντά. (20 λεπτά)</p> <p>❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. την κατανόηση της σημασίας της καλής επικοινωνίας για τη φροντίδα του εαυτού μας, αλλά και την οικοδόμηση καλών και στενών σχέσεων με τους άλλους, β. η καλή επικοινωνία περιλαμβάνει την έκφραση του εαυτού σας, των αναγκών και των επιθυμιών σας με σαφήνεια στους άλλους, γ. η καλή επικοινωνία περιλαμβάνει το να είστε καλός/-λή ακροατής/-τρια, ακούγοντας προσεκτικά όταν σας μιλούν οι άλλοι. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<p>❖ Όταν απευθύνετε ερωτήσεις στα παιδιά, γράψτε τις επίσης στον πίνακα ή στον χαρτοπίνακα (flipchart). Μπορείτε να τις προετοιμάσετε εκ των προτέρων για να εξοικονομήσετε χρόνο. Αυτό μπορεί να βοηθήσει ορισμένα παιδιά να συγκεντρωθούν καλύτερα.</p>

	❖ Τα παιδιά μπορεί να ενθουσιαστούν και κατά τη διάρκεια των δύο δραστηριοτήτων να μιλούν ταυτόχρονα. Αξιοποιήστε αυτές τις στιγμές για να τους ζητήσετε να μιλούν εναλλάξ και να τους πείτε πώς αυτό είναι σημαντικό για την καλή επικοινωνία.
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	Οι δραστηριότητες προσαρμόστηκαν εν μέρει από: <i>Empowered Parents. (2023, April 24). 17 simple listening activities for kids. https://empoweredparents.co/8-games-to-improve-your-childs-listening-skills/</i> <i>Lingo Kids. (2022, December 23). 10 games and activities that foster communication skills. https://lingokids.com/blog/posts/10-games-and-activities-that-foster-communication-skills-for-kids</i>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Μιλήστε και ακούστε (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να κατανοούν τι είναι η επικοινωνία ❖ Να εκτιμούν τη σημασία της καλής επικοινωνίας ❖ Να αναπτύσσουν την ενεργητική ακρόαση και να μαθαίνουν πώς να εκφράζονται με σαφήνεια.

Υλικά	❖ <i>Ύφασμα/μαντήλι για την κάλυψη των ματιών</i>
Οδηγίες	<p>❖ <i>Εισαγωγή. Αφιερώστε λίγα λεπτά για να συγκεντρώσετε τα παιδιά στην αίθουσα και να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε τους ότι στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να κατανοήσουν τη σημασία της επικοινωνίας και να μάθουν να επικοινωνούν καλύτερα μεταξύ τους. (2 λεπτά)</i></p> <p>❖ <i>Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – «Διπλή αφήγηση». Πείτε στα παιδιά να σκεφτούν μερικές λέξεις για ένα από τα αγαπημένα τους πρόσωπα. Δείξτε τους πώς παίζεται το παιχνίδι λέγοντάς τους μερικές λέξεις για ένα από τα αγαπημένα σας πρόσωπα. Στη συνέχεια, ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σε ζεύγη και πείτε τους να κάνουν το ίδιο ο/η ένας/μία με τον/την άλλον/-λη. Αφού τελειώσουν όλα τα παιδιά, ζητήστε από κάθε ζεύγος να επαναλάβει την ιστορία που είπε το άλλο παιδί. Μόλις ολοκληρώσει, ελέγξτε με το άλλο παιδί αν οι πληροφορίες ήταν σωστές και ζητήστε του να διευκρινίσει. Όταν τελειώσουν όλα τα παιδιά, τονίστε ότι για να επικοινωνούμε καλά μεταξύ μας πρέπει αφενός να ακούμε προσεκτικά και αφετέρου να μιλάμε και να εκφραζόμαστε με σαφήνεια. Έτσι, καταλαβαίνουμε</i></p>

	<p>καλύτερα ο ένας τον άλλον και ερχόμαστε πιο κοντά. (25 λεπτά)</p> <p>❖ Μέρος 2ο – «Παιχίδι με δεμένα μάτια». Δημιουργήστε μια διαδρομή εμποδίων με καθημερινά αντικείμενα στην τάξη. Χωρίστε τα παιδιά σε δύο ομάδες. Ένα άτομο και στις δύο ομάδες έχει δεμένα τα μάτια, ενώ η υπόλοιπη ομάδα αποφασίζει πώς θα δώσει (από τις θέσεις της) οδηγίες για το πώς να κινηθεί κατά μήκος της διαδρομής με δεμένα τα μάτια. Μετρήστε τον χρόνο που χρειάζεται το παιδί με τα δεμένα μάτια σε κάθε ομάδα για να περάσει μέσα από τα εμπόδια. Όταν τελειώσουν και οι δύο ομάδες, συζητήστε ποιος τρόπος επικοινωνίας ήταν ο πιο αποτελεσματικός και γιατί. Τονίστε τη σημασία των καλών δεξιοτήτων επικοινωνίας. Αυτή η δραστηριότητα ενισχύει την εμπιστοσύνη και απαιτεί σαφή επικοινωνία για την επιτυχή πλοήγηση κατά μήκος της διαδρομής. (13 λεπτά)</p> <p>❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. την κατανόηση της σημασίας της καλής επικοινωνίας για τη φροντίδα του εαυτού μας, αλλά και την οικοδόμηση καλών και στενών σχέσεων με τους άλλους, β. η καλή</p>
--	---

	<p>επικοινωνία περιλαμβάνει την έκφραση του εαυτού σας, των αναγκών και των επιθυμιών σας με σαφήνεια στους άλλους, γ. η καλή επικοινωνία περιλαμβάνει το να είστε καλός/-λή ακροατής/-τρια, ακούγοντας προσεκτικά όταν σας μιλούν άλλα άτομα. (5 λεπτά)</p>
Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν	<p>- Φροντίστε να υπάρχει τουλάχιστον ένα άτομο κοντά στο παιδί που έχει δεμένα τα μάτια για να το βοηθήσει να παραμείνει ασφαλές κατά τη διάρκεια της διαδρομής.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<p>Οι δραστηριότητες προσαρμόστηκαν εν μέρει από:</p> <p><i>Positive Psychology</i>. (2019, May 21). 39 <i>Communication Games and Activities for Kids and Students</i>.</p> <p>https://positivepsychology.com/communication-activities-adults-students/#elementary</p>

Υποστηρικτικό υλικό

- American Psychological Association. (2023). How to help kids understand and manage their emotions. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.apa.org/topics/parenting/emotion-regulation>
- Australian Children’s Education and Care Quality Authority. (2016). Quality area 5. Relationships with children. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.acecqa.gov.au/sites/default/files/acecqa/files/QualityInformationSheets/QualityArea5/QualityArea5OrangeRelationshipsWithChildren.pdf>

- Healthy Children. Types of Families. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.healthychildren.org/English/family-life/family-dynamics/types-of-families/Pages/default.aspx#:~:text=We%20have%20stepfamilies%3B%20single%2Dparent,their%20grandparents%20or%20other%20relatives>
- WHO Regional Office for Europe and BZgA. (2010). Standards for Sexuality Education in Europe. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από https://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/BZgA_Standards_English.pdf

Βιβλιογραφικές αναφορές

Advocates for Youth. Different kinds of families. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <http://3rs.org/wp-content/uploads/3rscurric/documents/OK-Lesson-1-3Rs-DifferentKindsofFamilies.pdf>

American Psychological Association. (2023). How to help kids understand and manage their emotions. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.apa.org/topics/parenting/emotion-regulation>

Australian Children's Education & Care Quality Authority. (2016). Relationships with children. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.acecqa.gov.au/sites/default/files/acecqa/files/QualityInformationSheets/QualityArea5/QualityArea5OrangeRelationshipsWithChildren.pdf>

Childhood 101. (n.d.). Printable Feelings & Emotions Cards with 8 Matching Card Games Ideas. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://childhood101.com/helping-children-manage-big-emotions-printable-emotions-cards/>

Empowered Parents. (2023). 17 simple listening activities for kids. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://empoweredparents.co/8-games-to-improve-your-childs-listening-skills/>

Hamish and Milo. (n.d.). Emotion card activities. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://hamishandmilo.org/emotion-card-activities/>

Lingo Kids. (2022). 10 games and activities that foster communication skills. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://lingokids.com/blog/posts/10-games-and-activities-that-foster-communication-skills-for-kids>

Positive Psychology. (2019). 39 Communication Games and Activities for Kids and Students. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://positivepsychology.com/communication-activities-adults-students/#elementary>

Study.com. (n.d.). Emotions vs. Moods. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://study.com/learn/lesson/emotions-moods-types-list-examples.html>

The inspired educator. (n.d.). 8 quick relationship building activities. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <http://the-inspired-educator.com/8-quick-relationship-building-activities/>

Twinkl. (n.d.). What are relationships. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.twinkl.co.uk/teaching-wiki/relationships>

WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010. Standards for Sexuality Education in Europe. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από https://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/BZgA_Standards_English.pdf

Ενότητα 4: Όρια και συναίνεση

Στόχος της ενότητας

Αυτή η ενότητα σας παρέχει δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 5 έως 11 ετών που αποσκοπούν στην ενημέρωσή τους σχετικά με τα προσωπικά όρια και τη συναίνεση. Ειδικότερα, η ενότητα αποτελείται από τρία επιμέρους κεφάλαια: **«Προσωπικά όρια και η σημασία τους»**, **«Η σημασία της συναίνεσης»** και **«Ενίσχυση των δεξιοτήτων ασφάλειας»**. Κάθε κεφάλαιο εκτός από τις δραστηριότητες, περιέχει επίσης σαφείς και λεπτομερείς οδηγίες που θα σας καθοδηγήσουν στην υλοποίησή τους, καθώς και ορισμένες βασικές πληροφορίες που είναι σημαντικό να έχετε υπόψη σας κατά την εφαρμογή τους.

Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας

Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, θα είστε σε θέση να διδάσκετε στα παιδιά:

- **Να γνωρίζουν** πώς να θέτουν υγιή όρια χωρίς να αισθάνονται άσχημα ή ένοχα και να σέβονται τα όρια των άλλων.
- **Να αναγνωρίζουν** ότι είναι πολύ σημαντικό να έχουν όρια και εξίσου σημαντικό να σέβονται τα όρια που θέτουν οι άλλοι για τους εαυτούς τους.
- **Να αναγνωρίζουν** αν υπάρχει ή όχι συναίνεση σε μια κατάσταση.
- **Να γνωρίζουν** πώς να ενεργούν σε καταστάσεις όπου δεν υπάρχει συναίνεση.
- **Να αναγνωρίζουν** επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου.
- **Να γνωρίζουν** πώς να ενεργούν σε επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου.

Κεφάλαιο 1: Προσωπικά όρια και η σημασία τους

Βασικές πληροφορίες

Τα προσωπικά όρια είναι τα όρια και οι κανόνες που θέτουν οι άνθρωποι για τον εαυτό τους σε σχέση με άλλα άτομα για να αισθάνονται ασφαλείς και σεβαστοί. Ο καθορισμός ορίων είναι μια μορφή αυτοφροντίδας (University of Illinois Chicago, 2022). Είναι ένας τρόπος να προστατεύουν τον χρόνο, τον χώρο και την ενέργειά τους δημιουργώντας σαφείς οδηγίες για το πώς θέλουν να τους φέρονται. Ενημερώνουν τους άλλους ανθρώπους για το τι είναι και τι δεν είναι αποδεκτό.

Ένα άτομο με υγιή όρια μπορεί να λέει «όχι» σε άλλα άτομα όταν το θέλει, ενώ παραμένει ανοιχτό σε προσωπικές και στενές σχέσεις. Ένα άτομο που διατηρεί σταθερά αποστάσεις από τους άλλους περιγράφεται ως άτομο με αυστηρά όρια. Αντιθέτως, ένα άτομο που έχει την τάση να ασχολείται υπερβολικά με τους άλλους περιγράφεται ως άτομο με χαλαρά όρια (University of California, Berkeley, 2016).

Κοινά γνωρίσματα των αυστηρών, χαλαρών και υγιών ορίων		
Αυστηρά Όρια	Χαλαρά Όρια	Υγιή Όρια
Προστατεύει πολύ τα προσωπικά του στοιχεία.	Κοινοποιεί σε υπερβολικό βαθμό τα προσωπικά του στοιχεία.	Κοινοποιεί προσωπικά στοιχεία με τον κατάλληλο τρόπο (δεν τα κοινοποιεί ούτε υπερβολικά ούτε ελάχιστα).
Είναι απίθανο να ζητήσει βοήθεια.	Δυσκολεύεται να πει «όχι» στα αιτήματα των άλλων.	Αποδέχεται τα «όχι» των άλλων.
Έχει λίγες στενές σχέσεις.	Εξαρτάται από τις απόψεις των άλλων.	Εκτιμά τις δικές του απόψεις.
Κρατάει τα άλλα άτομα σε απόσταση για να αποφύγει την πιθανότητα απόρριψης.	Φοβάται την απόρριψη αν δεν συμμορφωθεί με τα άλλα άτομα	Δεν κάνει συμβιβασμούς σε θέματα αξιών για άλλα άτομα.
Αποφεύγει την οικειότητα και τις στενές σχέσεις.	Αποδέχεται την κακοποίηση ή την έλλειψη σεβασμού.	Αναγνωρίζει τις επιθυμίες και τις ανάγκες του και μπορεί να τις γνωστοποιήσει.

* (University of California, Berkeley, 2016)

Οι άνθρωποι έχουν συνήθως ένα μείγμα διαφορετικών τύπων ορίων. Για παράδειγμα, κάποιος μπορεί να έχει χαλαρά όρια στις φιλίες, αυστηρά όρια στην

οικογένειά του και υγιή όρια στο σχολείο. Τα κατάλληλα όρια εξαρτώνται από το περιβάλλον και τα άτομα που βρίσκονται γύρω μας. Για παράδειγμα, αυτό που μπορεί να είναι κατάλληλο να πούμε σε μια ομάδα στενών φίλων μπορεί να μην είναι κατάλληλο να το πούμε σε έναν/μια εκπαιδευτικό. Ακόμη, τα όρια μπορεί να εξαρτώνται από την κουλτούρα. Για παράδειγμα, σε ορισμένες κουλτούρες μπορεί να είναι ακατάλληλο να συζητάμε ανοιχτά για τη σεξουαλικότητα, ενώ σε άλλες μπορεί να ενθαρρύνονται τέτοιες συζητήσεις.

Είναι σημαντικό να αρχίσετε να συζητάτε τα προσωπικά όρια με τα παιδιά από νωρίς, ώστε να μάθουν να τα θέτουν στην καθημερινή τους ζωή. Θέτοντας όρια και μαθαίνοντας πώς να τα τηρούν, τα παιδιά καλλιεργούν τον αυτοσεβασμό και την αίσθηση του ελέγχου. Επιπλέον, μαθαίνουν πώς να σέβονται τα όρια των άλλων και είναι πιο πιθανό να εξελιχθούν σε ευτυχισμένα και ικανοποιημένα ενήλικα άτομα (Superpower Kids, 2022).

Μερικές χρήσιμες συμβουλές για να ξεκινήσετε τη συζήτηση με τα παιδιά σχετικά με τα όρια είναι οι ακόλουθες:

- Εξηγήστε στα παιδιά ότι υπάρχουν τρία (3) είδη προσωπικών ορίων: τα σωματικά όρια (περιλαμβάνουν: ποιος/ποια μπορεί να σας αγγίξει, πόσο μπορεί να σας αγγίξει και πού μπορεί να σας αγγίξει), τα συναισθηματικά όρια (περιλαμβάνουν: πόσο κοντά νιώθετε με ένα άτομο, τον χρόνο που περνάτε μαζί του και το επίπεδο των προσωπικών στοιχείων που επιλέγετε να μοιραστείτε μαζί του) και τα συμπεριφορικά όρια (περιλαμβάνουν: τα πράγματα στα οποία είστε πρόθυμοι/-μες/-α ή απρόθυμοι/-μες/-α να εμπλακείτε) (Calvo, 2021).
- Βοηθήστε τα παιδιά να κατανοήσουν και να εκτιμήσουν τους κανόνες για τα προσωπικά όρια. Διδάξτε τους τη σημασία του σεβασμού των ορίων του σώματός τους, με τον ίδιο τρόπο που τους διδάσκετε να φορούν τη ζώνη ασφαλείας τους ή να αποφεύγουν να δαγκώνουν ή να χτυπούν άλλα παιδιά.
- Δώστε στα παιδιά τη δυνατότητα να λένε «όχι!/σταμάτα!» αν κάποιο άτομο παραβιάζει τα όριά τους.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Μαθαίνω πώς να βάζω όρια (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Να γνωρίζουν πώς να θέτουν υγιή όρια χωρίς να αισθάνονται άσχημα ή ένοχα και να σέβονται τα όρια των άλλων❖ Να αναγνωρίζουν ότι είναι πολύ σημαντικό να έχουν όρια και εξίσου σημαντικό να σέβονται τα όρια που θέτουν οι άλλοι για τους εαυτούς τους.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none">- Σενάρια για να μάθουν τα παιδιά να βάζουν όρια (να εκτυπωθούν και να κοπούν πριν από τη δραστηριότητα) (Παράρτημα 1 της Ενότητας 4)
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none">❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε ότι θα παίξετε το «Παιχνίδι των ορίων». Ο στόχος είναι να μάθετε πώς να θέτετε υγιή όρια χωρίς να αισθάνεστε άσχημα ή να νιώθετε ενοχές. (2 λεπτά)❖ Πριν από την έναρξη της δραστηριότητας, εξηγήστε στα παιδιά την έννοια των προσωπικών ορίων. Πείτε τους ότι το να έχεις όρια είναι σαν να έχεις ειδικούς κανόνες για να νιώθεις καλά, άνετα, ευχάριστα και ότι είσαι ασφαλής. Είναι απολύτως φυσιολογικό να έχεις αυτούς τους κανόνες, γιατί σε βοηθούν να εκφράζεις και να γνωστοποιείς τις ανάγκες και τις επιθυμίες σου. Σε βοηθούν να φροντίζεις τον εαυτό σου, όπως ακριβώς τρως νόστιμο, υγιεινό φαγητό για να γίνεις δυνατός/-τή ή όπως φοράς ζεστά ρούχα τον χειμώνα για να είσαι

	<p>άνετος/-τη. Ακριβώς όπως εσείς έχετε κανόνες που ονομάζονται όρια, έτσι έχουν και οι άλλοι άνθρωποι. Είναι εξίσου σημαντικό να σέβεστε τα όρια των άλλων ανθρώπων. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μερικά παραδείγματα για να επεξηγήσετε την έννοια των προσωπικών ορίων: α. Αν κάποιος/-ποια θέλει να δανειστεί τα παιχνίδια σας, αλλά εσείς τα χρησιμοποιείτε, μπορείτε να πείτε: «Τα χρησιμοποιώ τώρα, αλλά μπορώ να τα μοιραστώ μαζί σου όταν τελειώσω», β. Αν παίζετε και κάποιος/-ποια είναι πολύ σκληρός/-ρή, μπορείτε να πείτε: «Έι, δεν μου αρέσει όταν παίζουμε πολύ σκληρά. Ας παίξουμε πιο ήρεμα». (8 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Δώστε στα παιδιά τις οδηγίες για το παιχνίδι. Πείτε τους ότι ένα προς ένα τα παιδιά θα επιλέξουν ένα από τα σενάρια (Παράρτημα 1 της Ενότητας 4) που θα τους δώσετε. Θα το διαβάσουν δυνατά και στη συνέχεια, σύμφωνα με αυτό, θα εξασκηθούν στο να βάλουν τα δικά τους όρια στην κατάσταση που περιγράφεται. (5 λεπτά) ❖ Παίξτε το παιχνίδι. (25 λεπτά) ❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας τι έμαθαν τα παιδιά μέσα από τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. τη σημασία του να θέτουν όρια και να σέβονται τα όρια των άλλων για τη συνολική τους ευημερία, β. πώς να θέτουν υγιή όρια χρησιμοποιώντας φράσεις όπως: «Χρειάζομαι λίγο χώρο», «Θα ήθελα...», «Προτιμώ να...», «Θα προτιμούσα να μην...» και να σέβονται τα όρια των άλλων. (5 λεπτά)
--	---

Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν	<ul style="list-style-type: none"> - Αποφύγετε να πιέζετε τα παιδιά να συμμετάσχουν στη δραστηριότητα. Αφήστε τα να συμμετέχουν με τον δικό τους ρυθμό. - Επιβραβεύστε και επιβεβαιώστε τα παιδιά όταν δείχνουν ότι κατανοούν τα όρια, είτε πρόκειται για τον καθορισμό των δικών τους ορίων είτε για τον σεβασμό των ορίων των άλλων. - Θυμηθείτε να είστε ευαίσθητοι/-τες σε πιθανές αφορμές ή ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας. Δώστε σε κάθε περίπτωση προτεραιότητα στη συναισθηματική ευημερία των συμμετεχόντων παιδιών.
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου, Barnaheill - Save the Children Iceland - Þóra Björnsdóttir

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Μαθαίνω πώς να βάζω όρια (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Να γνωρίζουν πώς να θέτουν υγιή όρια χωρίς να αισθάνονται άσχημα ή ένοχα και να σέβονται τα όρια των άλλων ❖ Να αναγνωρίζουν ότι είναι πολύ σημαντικό να έχουν όρια και εξίσου σημαντικό να σέβονται τα όρια που θέτουν οι άλλοι για τους εαυτούς τους.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Φύλλα χαρτιού. Ένα για κάθε παιδί. - Στιλό/μολύβια. Ένα για κάθε παιδί.
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι σε αυτή τη δραστηριότητα θα μάθουν για τα όρια και πώς να θέτουν υγιή όρια σε διάφορα πλαίσια χωρίς να αισθάνονται άσχημα ή να νιώθουν ενοχές. (5 λεπτά) ❖ Δώστε στα παιδιά τις οδηγίες. Ζητήστε τους να σχεδιάσουν 3 ομόκεντρους κύκλους στο χαρτί που τους δώσατε (έναν <u>μικρό</u>, έναν <u>μεσαίο</u>, έναν <u>μεγάλο</u>). Σχεδιάστε και εσείς 3 τέτοιους κύκλους σε ένα φύλλο χαρτί και δείξτε τους στα παιδιά ως παράδειγμα προτού αρχίσουν να ζωγραφίζουν. Τονίστε ότι θα πρέπει να υπάρχει αρκετός χώρος για να γράψουν μέσα στους κύκλους. Στο εσωτερικό του μικρού κύκλου, ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν ποια άτομα στη ζωή τους νιώθουν πιο κοντά τους, π.χ. οι γονείς, τα αδέρφια ή όποιος/-ποια νιώθουν ότι είναι πιο κοντά τους. Στον μεσαίο κύκλο, ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν ποια άτομα νιώθουν κοντά τους, αλλά δεν είναι οι πιο κοντινοί τους άνθρωποι, π.χ. παππούδες, γιαγιάδες, φίλοι/-λες ή συμμαθητές/-τριες. Στον μεγάλο κύκλο, ζητήστε από τα παιδιά να συμπεριλάβουν ανθρώπους στη ζωή τους που συναντούν μερικές

	<p>φορές ή συχνά, αλλά που μπορεί να μην τους νιώθουν πολύ κοντά τους, π.χ. έναν/μία δάσκαλο/-λα ή έναν/μία προπονητή/-τρια. Τα άτομα θα πρέπει να επιλεγούν από τα παιδιά. Μπορούν να διαφέρουν από παιδί σε παιδί, καθώς κάποια μπορεί να θεωρούν για παράδειγμα τον/τη δάσκαλό/-λα τους πιο κοντά τους (στον μικρό κύκλο) ή τον παππού τους, ενώ η μητέρα τους θα μπορούσε να βρίσκεται στον δεύτερο κύκλο. (8 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Συζητήστε με τα παιδιά για κάθε κύκλο και για το πώς τα παιδιά μπορούν να θέσουν όρια για τους διάφορους ανθρώπους που υπάρχουν στη ζωή τους. Ενημερώστε τα ότι μπορεί να είναι πιο δύσκολο να θέσουν όρια για τους ανθρώπους που έχουν συμπεριλάβει στους μικρότερους κύκλους. (2 λεπτά) ❖ Δώστε τους το φύλλο εργασίας για τα προσωπικά όρια (Παράρτημα 2 της Ενότητας 4) και ζητήστε τους να το συμπληρώσουν με καταστάσεις στις οποίες περιλαμβάνονται άτομα από κάθε κύκλο που σχεδίασαν. Ενημερώστε τα παιδιά ότι δεν θα σας δώσουν πίσω αυτά τα φύλλα εργασίας μετά το τέλος της δραστηριότητας. Θα τα κρατήσουν. Αυτό είναι πολύ σημαντικό ώστε να εκφραστούν ελεύθερα. (25 λεπτά) ❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας τι έμαθαν τα παιδιά μέσα από τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. τη σημασία του να θέτουν όρια και να σέβονται τα όρια των άλλων για τη συνολική τους ευημερία, β. πώς να
--	---

	<i>θέτουν υγιή όρια χρησιμοποιώντας φράσεις όπως: «Δεν μου αρέσει όταν...», «Μου αρέσει όταν...», «Χαίρομαι όταν...», «Λυπάμαι όταν...» και να σέβονται τα όρια των άλλων. (5 λεπτά)</i>
Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν	<i>- Θυμηθείτε να είστε ευαίσθητοι/-τες σε πιθανές αφορμές ή ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας. Δώστε σε κάθε περίπτωση προτεραιότητα στη συναισθηματική ευημερία των συμμετεχόντων παιδιών.</i>
Διανεμόμενα έντυπα	<i>- Φύλλο εργασίας για τα προσωπικά όρια (Παράρτημα 2 της Ενότητας 4). Ένα για κάθε παιδί.</i>
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	<i>Δ/Υ</i>
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου, Barnaheill – Save the Children Iceland - Þóra Björnsdóttir</i>

Κεφάλαιο 2: Η σημασία της συναίνεσης

Βασικές πληροφορίες

Τι είναι η συναίνεση;

Συναίνεση είναι η άδεια ενός ατόμου να επιτρέψει να συμβεί κάτι ή να συμφωνήσει να κάνει κάτι. Στηρίζεται στην επικοινωνία, τη σύνδεση και τις σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων. Αποτελεί βασικό κομμάτι κάθε υγιούς σχέσης, καθώς η συναίνεση και η έλλειψη συναίνεσης μπορούν να κοινοποιούνται ελεύθερα. Η προφορική έκφραση συναίνεσης είναι ο ευκολότερος και σαφέστερος τρόπος κοινοποίησης της συναίνεσης, ο οποίος εξασφαλίζει ότι και τα δύο μέρη γνωρίζουν και σέβονται τα όρια του άλλου.

Τα παιδιά αρχίζουν να μαθαίνουν για τη συναίνεση σε νεαρή ηλικία, όταν αλληλεπιδρούν με τους ανθρώπους γύρω τους. Η εκμάθηση της συναίνεσης αποτελεί σημαντικό μέρος της εκμάθησης της επικοινωνίας με τους άλλους και της δημιουργίας υγιών σχέσεων (Safe Secure Kids).

Η συναίνεση είναι έγκυρη μόνο αν παρέχεται με ελεύθερη βούληση, πράγμα που σημαίνει ότι το άτομο δεν έχει δεχθεί εκφοβισμό, πίεση, εξαναγκασμό ή απειλή για να δώσει τη συναίνεσή του (Rape, Abuse & Incest National Network). Για παράδειγμα, αν η Τζένιφερ ζητήσει να αγκαλιάσει τον Τζον και ο Τζον πει «ναι», τότε η Τζένιφερ ζήτησε και έλαβε συναίνεση από τον Τζον. Όμως, αν η Τζένιφερ ζητήσει από τον Τζον να την αγκαλιάσει και τον απειλήσει λέγοντας του ότι αν δεν την αγκαλιάσει, θα πει στους άλλους το μυστικό του, τότε η Τζένιφερ τον εξαναγκάζει να την αγκαλιάσει και ακόμη και αν ο Τζον πει «ναι», αυτό δεν θεωρείται ως ελεύθερη συναίνεση.

Η συναίνεση πρέπει να είναι ενημερωμένη, πράγμα που σημαίνει ότι το άτομο πρέπει να κατανοεί πλήρως για ποιον λόγο δίνει τη συναίνεσή του (Planned parenthood). Για παράδειγμα, υπάρχει ένα νόμιμο όριο ηλικίας για την παροχή συναίνεσης σε σεξουαλικές δραστηριότητες, καθώς τα παιδιά κάτω από αυτή την ηλικία δεν μπορούν να δώσουν ενημερωμένη συναίνεση σε τέτοιες πράξεις. Μπορεί να μην κατανοούν πλήρως τι είναι οι σεξουαλικές δραστηριότητες και ακόμη και αν μπορεί να έχουν περιέργεια για αυτές, δεν μπορούν να δώσουν τη συναίνεσή τους για αυτές. Το νόμιμο όριο ηλικίας για την παροχή συναίνεσης μπορεί επίσης να εξαρτάται από τις θέσεις των εμπλεκόμενων προσώπων. Σε ορισμένες χώρες, το όριο ηλικίας είναι υψηλότερο αν το πρόσωπο που συμμετέχει σε σεξουαλικές δραστηριότητες με το παιδί κατέχει θέση εμπιστοσύνης σε σχέση με το εν λόγω παιδί, δηλαδή αν είναι δάσκαλος/-λα, προπονητής/-τρια ή συγγενής του.

Επιπλέον, η συναίνεση πρέπει να δίνεται με ενεργητικό τρόπο, δηλαδή πρέπει να υπάρχει επικοινωνία καθ' όλη τη διάρκεια της πράξης για την οποία δίνεται η συναίνεση (Rape, Abuse & Incest National Network). Μπορεί να εκφραστεί προφορικά ή με θετικές μη λεκτικές ενδείξεις όπως ένα νεύμα ή η διατήρηση βλεμματικής επαφής. Για παράδειγμα, ένα παιδί μπορεί να δώσει τη συναίνεσή του για να το φιλήσει κάποιος/-ποια. Ωστόσο, αυτό δεν σημαίνει ότι δίνει τη συναίνεσή του για να το ξαναφιλήσει την επόμενη μέρα, καθώς η συναίνεση πρέπει να

παρέχεται κάθε φορά για κάθε είδους δραστηριότητα. Αν δώσει τη συναίνεσή του για το φίλι, αυτό δεν σημαίνει ότι συναινεί στο να βγάλει τα ρούχα του. Συναίνεση δεν μπορεί να δοθεί από άτομα που κοιμούνται, δεν έχουν τις αισθήσεις τους, βρίσκονται σε κατάσταση μέθης ή ανικανότητας λόγω χρήσης αλκοόλ ή ναρκωτικών.

Η συναίνεση είναι πάντα αναστρέψιμη, πράγμα που σημαίνει ότι ακόμη και αν έχει δοθεί συναίνεση, το άτομο έχει τη δυνατότητα να αλλάξει γνώμη ανά πάσα στιγμή (Rape, Abuse & Incest National Network). Για παράδειγμα, ένα παιδί μπορεί να συναινέσει για μια αγκαλιά, αλλά αν αποφασίσει ότι τελικά δεν έχει όρεξη, μπορεί να αλλάξει γνώμη και να ζητήσει από το άτομο που θέλει να το αγκαλιάσει να σταματήσει. Η απόσυρση της συναίνεσης μπορεί μερικές φορές να είναι δύσκολο να εκφραστεί λεκτικά και για τον λόγο αυτό, θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη οι μη λεκτικές ενδείξεις. Για παράδειγμα, αν το παιδί δεν θέλει πλέον αγκαλιά, αλλά δεν ξέρει πώς να το εκφράσει με λόγια, μπορεί να σπρώξει απαλά το άλλο άτομο μακριά του.

Γιατί είναι σημαντική η συναίνεση;

Η διδασκαλία των παιδιών από μικρή ηλικία σχετικά με τη συναίνεση είναι πολύ σημαντική για διάφορους λόγους. Πρώτον, μπορεί να βοηθήσει ένα παιδί να κατανοήσει ότι οι διάφοροι άνθρωποι έχουν διαφορετικά όρια και μπορεί να αισθάνονται διαφορετικά για ορισμένες πράξεις, όπως η σωματική επαφή. Αυτό που ένα παιδί μπορεί να θεωρεί καλό ή άνετο, μπορεί να είναι μια αρνητική εμπειρία για ένα άλλο παιδί.

Δεύτερον, η λήψη και η παροχή συναίνεσης βοηθά το παιδί να αναγνωρίσει πότε κάνει κάτι που κάνει κάποιον άλλο άτομο να αισθάνεται άβολα ή ανασφάλεια και, αντίστροφα, πότε κάποιον άλλο κάνει κάτι που το κάνει να αισθάνεται έτσι. Με άλλα λόγια, το παιδί θα μάθει ότι το να ζητάει τη συναίνεση από ένα άλλο άτομο είναι ο καλύτερος τρόπος για να βεβαιωθεί ότι αισθάνεται άνετα και νιώθει ασφαλές. Η λήψη και η παροχή συναίνεσης είναι εξίσου σημαντική και όταν το παιδί αλληλεπιδρά στο διαδικτυακό περιβάλλον. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί θέλει να ανεβάσει μια φωτογραφία που έχει τραβήξει μαζί με τον/τη φίλο/-λη του στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, θα πρέπει να ζητήσει την άδεια του/της προτού τη δημοσιεύσει.

Τρίτον, η συναίνεση έχει καθοριστική σημασία για την πρόληψη της βίας, όπως η σεξουαλική κακοποίηση.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Συναίνεση ή μη συναίνεση; (5–8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν αν υπάρχει ή όχι συναίνεση σε μια κατάσταση ❖ Να γνωρίζουν πώς να ενεργούν σε καταστάσεις όπου δεν υπάρχει συναίνεση.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Ιστορίες για τη συναίνεση για παιδιά 5-8 ετών (Παράρτημα 3 της Ενότητας 4) - Πολύχρωμες ξυλομπογιές ή μαρκαδόροι για κάθε παιδί - Φύλλα χαρτιού, ένα για κάθε παιδί.
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας, θα ακούσουν μερικές ιστορίες σχετικά με τη συναίνεση και θα ζωγραφίσουν μια εικόνα που αντιπροσωπεύει τη συναίνεση γι' αυτά. Εξηγήστε με τρόπο κατάλληλο για τα παιδιά τι σημαίνει συναίνεση. Για παράδειγμα: Επιτρέπεται να αποφασίζεις για το τι κάνεις με το σώμα σου και πώς μπορούν να σε αγγίζουν οι άλλοι. Αν είσαι εντάξει με το να συμβεί κάτι, μπορείς να δώσεις τη συναίνεσή σου, για παράδειγμα λέγοντας «ναι» ή γνέφοντας καταφατικά. Συναίνεση σημαίνει να

δίνεις την άδεια να συμβεί κάτι ή να συμφωνείς να κάνεις κάτι. Στόχος μας σήμερα είναι να μάθουμε πώς να αναγνωρίζουμε καταστάσεις στις οποίες δεν υπάρχει συναίνεση και τι να κάνουμε σε τέτοιες καταστάσεις. (2 λεπτά)

- ❖ *Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – Ιστορίες για τη συναίνεση. Προτού ξεκινήσετε τη δραστηριότητα, συγκεντρώστε τα παιδιά σε κύκλο και καθίστε μαζί τους. Διαβάστε μία ιστορία κάθε φορά (Παράρτημα 3 της Ενότητας 4). Ζητήστε από τα παιδιά να ακούσουν προσεκτικά τι συμβαίνει στις ιστορίες. Μετά από κάθε ιστορία, κάντε κάποιες ερωτήσεις (υπάρχουν παραδείγματα ερωτήσεων μετά από κάθε ιστορία στο Παράρτημα 3 της Ενότητας 4) σχετικά με το πώς η ιστορία έκανε τα παιδιά να αισθανθούν και ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος να ενεργήσουν αν ήταν τα ίδια ο/η πρωταγωνιστής/-στρια της ιστορίας. Διαβάστε όσες περισσότερες ιστορίες προλαβαίνετε να διαβάσετε στον προβλεπόμενο χρόνο. (25 λεπτά)*
- ❖ *Μέρος 2ο - Ζωγραφική για τη συναίνεση. Αφού διαβάσετε τις ιστορίες που επιλέξατε και τις συζητήσετε με τα παιδιά, ζητήστε τους να καθίσουν στο θρανίο τους ή γύρω από ένα τραπέζι. Δώστε σε κάθε παιδί ένα φύλλο χαρτί και τις πολύχρωμες ξυλομπογιές ή τους μαρκαδόρους. Ζητήστε τους να σκεφτούν τι έμαθαν από τις ιστορίες που μόλις άκουσαν σχετικά με τη συναίνεση και να ζωγραφίσουν μια εικόνα μιας κατάστασης που έχει να κάνει με τη συναίνεση. Μπορεί να είναι μια θετική εικόνα όπου η συναίνεση δίνεται ή μια*

	<p>αρνητική εικόνα όπου η συναίνεση δεν ζητείται ή δεν δίνεται. Αν θέλουν, μπορούν να αντλήσουν έμπνευση από μια από τις ιστορίες που μόλις άκουσαν. Μόλις τα παιδιά τελειώσουν τις ζωγραφιές τους, μπορείτε να τα ρωτήσετε αν κάποιο θέλει να δείξει τη ζωγραφιά του σε όλους/-λες και να εξηγήσει τι έχει ζωγραφίσει. (15 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας τι έμαθαν τα παιδιά μέσα από τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. να αναγνωρίζουν καταστάσεις όπου υπάρχει και δεν υπάρχει συναίνεση, β. πώς να αντιδρούν σε καταστάσεις όπου δεν υπάρχει συναίνεση. (3 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Μπορείτε να αποφασίσετε πόσες ιστορίες θα διαβάσετε ανάλογα με τη διάρκεια που τα παιδιά με τα οποία εργάζεστε μπορούν να συγκεντρωθούν σε μια εργασία. Μπορείτε ακόμη να επιλέξετε τις ιστορίες ανάλογα με την ηλικία των παιδιών (και μπορείτε να τροποποιήσετε τις ηλικίες των παιδιών στις ιστορίες, αν το κρίνετε απαραίτητο). Οι ιστορίες είναι ταξινομημένες με βάση την ηλικία των πρωταγωνιστών/-στριών για να είναι πιο εύκολη η επιλογή. - Αν μια ιστορία περιλαμβάνει το όνομα ενός παιδιού που τυχαίνει να υπάρχει στην ομάδα παιδιών με την οποία εργάζεστε, μπορείτε να το αλλάξετε. - Μπορείτε να επιλέξετε να αξιοποιήσετε και τα 45 λεπτά που διατίθενται για τη δραστηριότητα διαβάζοντας τις ιστορίες και κάνοντας συζήτηση γι'

	<i>αυτές και να αφήσετε το μέρος 2 εκτός (ειδικά στην περίπτωση που εργάζεστε με μικρότερα παιδιά).</i>
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Save the Children Finland - Lucia Hakala</i>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	<i>Συναίνεση ή μη συναίνεση; (9-11 ετών)</i>
Διάρκεια	<i>45 λεπτά</i>
Μαθησιακοί Στόχοι	<p><i>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <i>❖ Να αναγνωρίζουν αν υπάρχει ή όχι συναίνεση σε μια κατάσταση·</i> <i>❖ Να γνωρίζουν πώς να ενεργούν σε καταστάσεις όπου δεν υπάρχει συναίνεση.</i>
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> <i>- Ιστορίες για τη συναίνεση για παιδιά 9–11 ετών (Παράρτημα 4 της Ενότητας 4)·</i> <i>- Πολύχρωμες ξυλομπογιές ή μαρκαδόροι για κάθε παιδί.</i>
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> <i>❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Εξηγήστε στα παιδιά ότι κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας, θα ακούσουν μερικές ιστορίες σχετικά με τη συναίνεση και θα ζωγραφίσουν ένα κόμικ μιας ιστορίας που αφορά τη συναίνεση. Εξηγήστε με τρόπο κατάλληλο για τα παιδιά τι σημαίνει συναίνεση. Για παράδειγμα: Επιτρέπεται</i>

να αποφασίζεις για το τι κάνεις με το σώμα σου και πώς μπορούν να σε αγγίζουν οι άλλοι. Αν είσαι εντάξει με το να συμβεί κάτι, μπορείς να δώσεις τη συναίνεσή σου, για παράδειγμα λέγοντας «ναι» ή γνέφοντας καταφατικά. Συναίνεση σημαίνει να δίνεις την άδεια να συμβεί κάτι ή να συμφωνείς να κάνεις κάτι. Στόχος μας σήμερα είναι να μάθουμε πώς να αναγνωρίζουμε καταστάσεις στις οποίες δεν υπάρχει συναίνεση και τι να κάνουμε σε τέτοιες καταστάσεις. (2 λεπτά)

- ❖ *Κύρια δραστηριότητα. Μέρος 1ο – Ιστορίες για τη συναίνεση. Προτού ξεκινήσετε τη δραστηριότητα, συγκεντρώστε τα παιδιά σε κύκλο και καθίστε μαζί τους ή εναλλακτικά βάλτε τα να καθίσουν στα θρανία τους στην τάξη. Διαβάστε μία ιστορία κάθε φορά (Παράρτημα 4 της Ενότητας 4). Ζητήστε από τα παιδιά να ακούσουν προσεκτικά τι συμβαίνει στις ιστορίες. Μετά από κάθε ιστορία, κάντε κάποιες ερωτήσεις (υπάρχουν παραδείγματα ερωτήσεων μετά από κάθε ιστορία στο Παράρτημα 4 της Ενότητας 4) σχετικά με το πώς η ιστορία έκανε τα παιδιά να αισθανθούν και ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος να ενεργήσουν αν ήταν τα ίδια ο/η πρωταγωνιστής/-στρια της ιστορίας. Διαβάστε όσες περισσότερες ιστορίες προλαβαίνετε να διαβάσετε στον προβλεπόμενο χρόνο. (20 λεπτά)*
- ❖ *Μέρος 2ο – Κόμικ για τη συναίνεση. Αφού διαβάσετε τις ιστορίες που επιλέξατε και τις συζητήσετε με τα παιδιά, ζητήστε τους να καθίσουν στο θρανίο τους ή γύρω από ένα τραπέζι. Δώστε σε κάθε παιδί ένα φύλλο χαρτί και τις πολύχρωμες*

	<p>ξυλομπογιές ή τους μαρκαδόρους (Παράρτημα 5 της Ενότητας 4). Ζητήστε τους να σκεφτούν τι έμαθαν από τις ιστορίες που μόλις άκουσαν σχετικά με τη συναίνεση και το φύλλο εργασίας με το τριμερές κόμικ. Μπορεί να είναι μια θετική ιστορία όπου η συναίνεση δίνεται ή μια αρνητική ιστορία όπου η συναίνεση δεν δίνεται. Μόλις τα παιδιά τελειώσουν τα κόμικς τους, μπορείτε να τα ρωτήσετε αν κάποιο θέλει να δείξει τη ζωγραφιά του σε όλους/-λες και να εξηγήσει τι έχει ζωγραφίσει. (20 λεπτά)</p> <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας τι έμαθαν τα παιδιά μέσα από τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. να αναγνωρίζουν καταστάσεις όπου υπάρχει και δεν υπάρχει συναίνεση, β. πώς να αντιδρούν σε καταστάσεις όπου δεν υπάρχει συναίνεση. (3 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Μπορείτε να διαβάσετε όλες ιστορίες έχετε χρόνο να διαβάσετε στα 20 λεπτά που διατίθενται για το 1ο Μέρος της δραστηριότητας. Το ζητούμενο είναι να δώσετε στα παιδιά έμπνευση σχετικά με το θέμα της συναίνεσης για το 2ο Μέρος της δραστηριότητας. - Αν μια ιστορία περιλαμβάνει το όνομα ενός παιδιού που τυχαίνει να υπάρχει στην ομάδα παιδιών με την οποία εργάζεστε, μπορείτε να το αλλάξετε. - Αν είναι πιο κατάλληλο για την ομάδα παιδιών με την οποία εργάζεστε, μπορείτε να αφιερώσετε περισσότερο χρόνο στις ιστορίες και λιγότερο χρόνο στη ζωγραφική. Αν τα παιδιά δεν καταφέρουν να

	ολοκληρώσουν τα κόμικς τους, μπορούν να τα συνεχίσουν στο σπίτι ως εργασία για το σπίτι.
Διανεμόμενα έντυπα	- Φύλλο εργασίας προτύπου κόμικ (Παράρτημα 5 της Ενότητας 4)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	Save the Children Finland - Lucia Hakala

Κεφάλαιο 3: Ενίσχυση των δεξιοτήτων ασφάλειας

Βασικές πληροφορίες

Η διδασκαλία δεξιοτήτων ασφάλειας στα παιδιά τόσο στο διαδικτυακό όσο και στο μη διαδικτυακό περιβάλλον είναι υψίστης σημασίας. Τους δίνει τη δυνατότητα να αποφεύγουν πολλαπλούς κινδύνους, όπως: (διαδικτυακό) εκφοβισμό, (διαδικτυακή) κακοποίηση, grooming (προσέλκυση παιδιού για σεξουαλικούς σκοπούς), ακατάλληλο και επιβλαβές περιεχόμενο και να πορεύονται με αυτοπεποίθηση σε διάφορες καταστάσεις, είτε πρόκειται για τη διάβαση του δρόμου είτε για την αναγνώριση αξιόπιστων διαδικτυακών πηγών.

Καταρχάς, τα παιδιά πρέπει να διδάσκονται να αναγνωρίζουν τους πιθανούς κινδύνους και να προστατεύουν τον εαυτό τους. Για παράδειγμα, εξηγήστε στα παιδιά ότι δεν πρέπει ποτέ να πηγαίνουν οπουδήποτε με έναν άγνωστο άνθρωπο, ακόμη και αν αυτός φαίνεται καλός ή προσφέρει κάτι δελεαστικό. Τα παιδιά είναι επιρρεπή σε ατυχήματα, ιδίως αν δεν επιβλέπονται από κάποιο ενήλικο άτομο. Εκτός από το να μην αφήνετε ποτέ τα παιδιά να παίζουν κοντά σε δρόμους χωρίς επίβλεψη, μπορείτε να ελαχιστοποιήσετε τους κινδύνους εκπαιδεύοντάς τα στα εξής: «α. Να κοιτάζουν δεξιά, να κοιτάζουν αριστερά, να κοιτάζουν ξανά δεξιά πριν διασχίσουν το δρόμο και να τον διασχίζουν μόνο αν κρατούν το χέρι ενός ενήλικα ή ενός μεγαλύτερου παιδιού, β. Να μην τρέχουν κοντά σε δρόμο, γ. Να γνωρίζουν τη

σημασία των σημάτων και των φωτεινών σηματοδοτών, δ. Να βγαίνουν από το αυτοκίνητο μόνο από την πλευρά του πεζοδρομίου, ε. Να φορούν πάντα κράνος όταν οδηγούν ποδήλατο, πατίνι ή όταν κάνουν σκέιτμπορντ» (Bellamy's Organic). Παράλληλα, θα πρέπει να μάθουν να μην παίζουν ποτέ με πράγματα που είναι επικίνδυνα, όπως σπίρτα, μαχαίρια και οποιαδήποτε άλλα επικίνδυνα αντικείμενα.

Τα παιδιά θα πρέπει επίσης να μάθουν να κρατούν τις προσωπικές τους πληροφορίες ιδιωτικές – εντός και εκτός διαδικτύου. Ειδικότερα, θα πρέπει να ενημερώνονται, με σαφή τρόπο, ότι τα προσωπικά στοιχεία που δεν πρέπει να κοινοποιούνται είναι: το ονοματεπώνυμο, η ημερομηνία γέννησης, ο αριθμός τηλεφώνου, η διεύθυνση κατοικίας/σχολείου ή άλλη τοποθεσία (Childline). Τα παιδιά θα πρέπει να γνωρίζουν ότι ορισμένοι άνθρωποι κρύβονται πίσω από ψεύτικα προφίλ στο διαδίκτυο και ότι αν τα προσωπικά τους στοιχεία καταλήξουν σε λάθος χέρια, μπορούν να χρησιμοποιηθούν καταχρηστικά για να προκαλέσουν βλάβη στο παιδί ή στην οικογένειά του. Επιπλέον, ενημερώστε τα ότι οι περισσότερες εφαρμογές (apps), δίκτυα και συσκευές διαθέτουν λειτουργίες γεωγραφικής σήμανσης (geo-tagging) που καθιστούν δημόσια την τοποθεσία τους και μπορούν να οδηγήσουν κάποιον απευθείας σε αυτά. Αυτές οι λειτουργίες θα πρέπει να απενεργοποιούνται.

Τα παιδιά πιθανότατα θα δημιουργήσουν προσωπικούς λογαριασμούς σε διάφορες πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης και άλλες διαδικτυακές υπηρεσίες, όπως το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (email). Είναι σημαντικό να γνωρίζουν πώς να χρησιμοποιούν ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης και να μην τους κοινοποιούν ποτέ σε κανέναν, ούτε καν στους/στις φίλους/-λες τους (UNICEF). Αν χρειαστεί να γράψουν τους κωδικούς τους για να τους θυμούνται, θα πρέπει να τους φυλάξουν εκτός διαδικτύου σε ένα μυστικό και ασφαλές μέρος.

Ένα μέρος της διαδικτυακής κοινωνικοποίησης των παιδιών είναι η λήψη φωτογραφιών και βίντεο του εαυτού τους και η αποστολή τους σε φίλους/-λες ή η ανάρτησή τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Ωστόσο, τα μικρά παιδιά θα πρέπει να λαμβάνουν οδηγίες να μην κοινοποιούν ποτέ γυμνές/προσωπικές φωτογραφίες του εαυτού τους ή άλλων παιδιών σε κανένα άτομο.

Τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει η διαδικτυακή τους δραστηριότητα τόσο στους εαυτούς τους όσο και στους άλλους. Ξεκινήστε μια συζήτηση με την τάξη σας σχετικά με τα δεδομένα στο διαδίκτυο και βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά κατανοούν πού πηγαίνουν οι πληροφορίες τους και πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν. Επισημάνετε ότι από τη στιγμή που στέλνουν ή δημοσιεύουν μια φωτογραφία, αυτή μπορεί να διαδοθεί στο διαδίκτυο χωρίς να έχουν τον έλεγχό της. Αυτό σημαίνει ότι μπορεί να προωθηθεί, να αποθηκευτεί ή να εκτυπωθεί από άλλους χρήστες του διαδικτύου. Η διαγραφή μιας εικόνας ή ενός βίντεο από το διαδίκτυο δεν εγγυάται την εξαφάνισή του. Το περιεχόμενο μπορεί να παραμείνει προσβάσιμο μέσω ενός δικτυακού τόπου αρχειοθέτησης ή κάποιος μπορεί να έχει τραβήξει στιγμιότυπα οθόνης (screenshots) (Nash, 2022).

Τέλος, τα παιδιά θα πρέπει να ενημερώνονται ότι το διαδικτυακό περιεχόμενο μπορεί να είναι ακατάλληλο για την ηλικία τους και αναξιόπιστο. Είναι σημαντικό για τα παιδιά να εξετάζουν την αξιοπιστία του διαδικτυακού υλικού και να γνωρίζουν ότι μπορεί να μην είναι αληθινό ή να είναι γραμμένο με προκατάληψη. Ενθαρρύνετέ τα να αντιμετωπίζουν με κριτική σκέψη ό,τι βλέπουν στο διαδίκτυο και καλλιεργήστε ένα ασφαλές και ανοιχτό περιβάλλον όπου τα παιδιά θα νιώθουν άνετα να μοιραστούν μαζί σας οτιδήποτε μπορεί να τα έκανε να νιώσουν άβολα ή ανασφαλή (UNHCR).

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Φωτεινοί σηματοδότες ασφαλείας (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου. ❖ Να γνωρίζουν πώς να ενεργούν σε επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου.

Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Σενάρια σχετικά με την ασφάλεια (Παράρτημα 6 της Ενότητας 4)
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Προετοιμασία. Τα παιδιά μπορούν να καθίσουν στα θρανία τους ή γύρω από ένα τραπέζι για αυτή τη δραστηριότητα. Πριν ξεκινήσετε τη δραστηριότητα, θα πρέπει να εκτυπώσετε αρκετά φύλλα εργασίας «Φωτεινοί σηματοδότες» (Παράρτημα 7 της Ενότητας 4) για όλα τα παιδιά. Μπορείτε να επιλέξετε αν θέλετε να κόψετε εσείς οι ίδιοι/-διες τα φυλλάδια σε τρία μέρη κατά μήκος των διακεκομμένων γραμμών ή, ειδικά αν τα παιδιά είναι λίγο μεγαλύτερα, μπορείτε να τους ζητήσετε να κόψουν μόνο τους το φυλλάδιο σε τρία μέρη. ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Πείτε στα παιδιά ότι το σημερινό θέμα που θα συζητήσετε είναι η ασφάλεια και οι δεξιότητες ασφάλειας. Εξηγήστε ότι κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα ακούσουν κάποια σενάρια και ο στόχος τους είναι να αναγνωρίσουν αν τα σενάρια τα κάνουν να αισθάνονται χαρούμενα, καλά και ασφαλή ή λυπημένα, άσχημα και ανασφαλή. (5 λεπτά) ❖ Σενάρια σχετικά με την ασφάλεια: Δώστε τις ακόλουθες οδηγίες στα παιδιά για να ξεκινήσει η δραστηριότητα: Εξηγήστε στα παιδιά ότι έχουν μπροστά τους τρία εμοjis που αντιπροσωπεύουν συναισθήματα (Παράρτημα 7 της Ενότητας 4). Το πράσινο εμοji αντιπροσωπεύει το αίσθημα της χαράς, της ευχαρίστησης ή της ασφάλειας. Το κόκκινο εμοji αντιπροσωπεύει το αίσθημα της λύπης, της δυσαρέσκειας ή της

ανασφάλειας. Το κίτρινο emoji στη μέση αντιπροσωπεύει ένα συναίσθημα ανάμεσα στο καλό και το κακό ή το αίσθημα αβεβαιότητας. Πείτε στα παιδιά ότι θα διαβάσετε μερικά σενάρια (Παράρτημα 6 της Ενότητας 4). Ζητήστε τους να σκεφτούν προσεκτικά τι συναισθήματα τους προκαλούν τα σενάρια. Αν τα σενάρια τα κάνουν να αισθάνονται χαρούμενα, καλά ή ασφαλή, ζητήστε τους να πάρουν το πράσινο emoji και να το σηκώσουν στον αέρα για να μπορείτε να το δείτε. Αν το σενάριο τα κάνει να αισθάνονται λυπημένα, άσχημα ή ανασφαλή, ζητήστε τους να σηκώσουν το κόκκινο emoji. Αν το σενάριο τα κάνει να αισθάνονται κάτι μεταξύ καλού και κακού ή δεν είναι σίγουρα για το πώς τους κάνει να αισθάνονται, ζητήστε τους να σηκώσουν το κίτρινο emoji. Ζητήστε τους να κρατήσουν το emoji σηκωμένο ψηλά, ώστε να έχετε χρόνο να δείτε όλες τις απαντήσεις.

Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι όλα τα συναισθήματα είναι έγκυρα, οπότε δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις. Πείτε τους ότι κάθε παιδί μπορεί να πάρει τη δική του απόφαση για το emoji που θα αποφασίσει να δείξει και ότι επιτρέπεται ανά πάσα στιγμή να αλλάξει γνώμη και να σηκώσει ένα άλλο emoji.

Μετά από κάθε σενάριο, συζητήστε πώς αισθάνθηκαν τα παιδιά και δώστε τους την ευκαιρία να εξηγήσουν γιατί επέλεξαν το emoji που σήκωσαν. Αν για παράδειγμα τα περισσότερα παιδιά επέλεξαν το πράσινο και λίγα το κίτρινο,

	<p>μπορείτε να ζητήσετε και από τις δύο ομάδες να εξηγήσουν την επιλογή τους. Κατά τη διάρκεια του απολογισμού, τα παιδιά έχουν τη δυνατότητα να επιλέξουν ένα άλλο emoji αν θεωρούν ότι το επιχείρημα ενός από τα άλλα παιδιά είναι πειστικό ή ταιριάζει περισσότερο με αυτά που πιστεύουν. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις παρακάτω ερωτήσεις για τον απολογισμό μετά από κάθε σενάριο:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Θα ήθελε κάποιο παιδί να μας πει γιατί επέλεξε το συγκεκριμένο emoji; - Αν κάποια παιδιά επέλεξαν το κόκκινο ή το κίτρινο emoji: Τι πιστεύετε ότι κάνει αυτή την κατάσταση επικίνδυνη; Ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος να ενεργήσετε αν βρισκόσασταν σε αυτή την κατάσταση; (35 λεπτά) <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας τι έμαθαν τα παιδιά μέσα από τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. να αναγνωρίζουν επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου, β. πώς να ενεργούν σε επικίνδυνες καταστάσεις. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Μπορείτε να επιλέξετε τα σενάρια που θεωρείτε πιο κατάλληλα για την ομάδα παιδιών με την οποία εργάζεστε και να τροποποιήσετε τα σενάρια εάν το κρίνετε απαραίτητο. Μπορείτε επίσης να επινοήσετε και άλλα σενάρια αν το επιθυμείτε. - Όταν παρουσιάζετε τα σενάρια και ζητάτε από τα παιδιά να μοιραστούν το πώς τα έκαναν να αισθανθούν, μπορείτε να κάνετε ερωτήσεις

	<p>μεταπαρακολούθησης (<i>follow-up questions</i>) και να καθοδηγήσετε τη συζήτηση, αν πιστεύετε ότι υπάρχει κάτι σημαντικό που πρέπει να σημειωθεί σχετικά με το σενάριο. Για παράδειγμα, όταν συζητάτε το σενάριο: «Ο/Η φίλος/-λη σας δημοσίευσε μια φωτογραφία στα <i>social media</i> με εσάς τους δύο μαζί», μπορείτε να συζητήσετε ότι θα πρέπει πάντα να ζητάτε τη συναίνεση ενός ατόμου προτού δημοσιεύσετε μια φωτογραφία στο διαδίκτυο μαζί του και ότι από τη στιγμή που μια φωτογραφία δημοσιεύεται στο διαδίκτυο, ο τρόπος με τον οποίο διαμοιράζεται, αποθηκεύεται ή χρησιμοποιείται από άλλους ανθρώπους δεν μπορεί πλέον να ελεγχθεί.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	- Φωτεινοί σηματοδότες – φύλλο εργασίας (Παράρτημα 7 της Ενότητας 4)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Save the Children Finland - Lucia Hakala, Barnaheill - Save the Children Iceland - Þóra Björnsdóttir</i>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Φωτεινοί σηματοδότες ασφαλείας (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου*

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Να γνωρίζουν πώς να ενεργούν σε επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Σενάρια σχετικά με την ασφάλεια (Παράρτημα 6 της Ενότητας 4): - Φωτεινοί σηματοδότες με emoji (Παράρτημα 8 της Ενότητας 4).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Προετοιμασία. Πριν από την έναρξη της δραστηριότητας, θα πρέπει να εκτυπώσετε τρία χαρτιά με τα πράσινα, κίτρινα και κόκκινα emoji (Φωτεινοί σηματοδότες με emoji, Παράρτημα 8 της Ενότητας 4) και να τα τοποθετήσετε στο πάτωμα σε μια γραμμή, έτσι ώστε το πράσινο emoji να βρίσκεται στη μία πλευρά της αίθουσας, το κίτρινο emoji στη μέση και το κόκκινο emoji στην άλλη πλευρά της αίθουσας. ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Πείτε στα παιδιά ότι το σημερινό θέμα που θα συζητήσετε είναι η ασφάλεια και οι δεξιότητες ασφάλειας. Εξηγήστε ότι κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα ακούσουν κάποια σενάρια και ο στόχος τους είναι να αναγνωρίσουν αν τα σενάρια τα κάνουν να αισθάνονται χαρούμενα, καλά και ασφαλή ή λυπημένα, άσχημα και ανασφαλή. (5 λεπτά) ❖ Σενάρια σχετικά με την ασφάλεια: Δώστε τις ακόλουθες οδηγίες στα παιδιά για να ξεκινήσει η δραστηριότητα: Πείτε στα παιδιά ότι έχετε τοποθετήσει τρία emoji που αντιπροσωπεύουν συναισθήματα σε διαφορετικά σημεία της αίθουσας. Το πράσινο emoji αντιπροσωπεύει το αίσθημα της χαράς, της

ευχαρίστησης και της ασφάλειας. Το κόκκινο εμοjί αντιπροσωπεύει το αίσθημα της λύπης, της δυσαρέσκειας και της ανασφάλειας. Το κίτρινο εμοjί στη μέση αντιπροσωπεύει ένα συναίσθημα ανάμεσα στο καλό και το κακό ή το αίσθημα αβεβαιότητας. Πείτε στα παιδιά ότι θα διαβάσετε μερικά σενάρια (Παράρτημα 6 της Ενότητας 4). Ζητήστε τους να σκεφτούν προσεκτικά τι συναισθήματα τους προκαλούν τα σενάρια. Αν το σενάριο τα κάνει να αισθάνονται χαρούμενα, καλά ή ασφαλή, ζητήστε τους να πάνε να σταθούν δίπλα στο πράσινο εμοjί. Αν το σενάριο τα κάνει να αισθάνονται λυπημένα, άσχημα και ανασφαλή, ζητήστε τους να πάνε να σταθούν δίπλα στο κόκκινο εμοjί. Αν το σενάριο τα κάνει να αισθάνονται κάτι μεταξύ καλού και κακού ή δεν είναι σίγουρα για το πώς τα κάνει να αισθάνονται, ζητήστε τους να σταθούν στη μέση της αίθουσας. Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι όλα τα συναισθήματα είναι έγκυρα, οπότε δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις. Πείτε τους ότι κάθε παιδί μπορεί να πάρει τη δική του απόφαση για το πού θα σταθεί και ότι επιτρέπεται ανά πάσα στιγμή να αλλάξει γνώμη και να πάει σε άλλο εμοjί. Μετά από κάθε σενάριο, συζητήστε μαζί με τα παιδιά για το πώς τα έκανε να αισθανθούν και ζητήστε τους να εξηγήσουν γιατί επέλεξαν το εμοjί που επέλεξαν να σταθούν δίπλα του. Αν για παράδειγμα τα περισσότερα παιδιά επέλεξαν το πράσινο και λίγα το κίτρινο, μπορείτε να ζητήσετε και από τις δύο ομάδες να εξηγήσουν την επιλογή

	<p>τους. Κατά τη διάρκεια του απολογισμού, τα παιδιά μπορούν να μετακινηθούν σε ένα άλλο ετοjί, αν θεωρούν ότι το επιχείρημα της άλλης ομάδας είναι πειστικό ή ταιριάζει περισσότερο με αυτά που πιστεύουν. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις παρακάτω ερωτήσεις για τον απολογισμό μετά από κάθε σενάριο:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Θα ήθελε κάποιο παιδί να μας πει γιατί επέλεξε το συγκεκριμένο ετοjί για να σταθεί δίπλα του; - Αν κάποια παιδιά επέλεξαν το κόκκινο ή το κίτρινο ετοjί: Τι πιστεύετε ότι κάνει αυτή την κατάσταση επικίνδυνη; Ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος να ενεργήσετε αν βρισκόσασταν σε αυτή την κατάσταση; (35 λεπτά) <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας τι έμαθαν τα παιδιά μέσα από τη δραστηριότητα, δηλαδή: α. να αναγνωρίζουν επικίνδυνες καταστάσεις εντός και εκτός διαδικτύου, β. πώς να ενεργούν σε επικίνδυνες καταστάσεις. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Τοποθετήστε τα ετοjίς στην αίθουσα σε μεγάλη απόσταση το ένα από το άλλο, ώστε τα παιδιά να έχουν αρκετό χώρο για να κινηθούν μεταξύ τους. Η δραστηριότητα μπορεί να διεξαχθεί και σε εξωτερικό χώρο, αν το προτιμάτε, αλλά σε αυτή την περίπτωση, φροντίστε να έχετε κάτι για να συγκρατήσετε τα ετοjίς στις θέσεις τους. - Μπορείτε να επιλέξετε τα σενάρια που θεωρείτε πιο κατάλληλα για την ομάδα παιδιών με την οποία

	<p>εργάζεστε και να τροποποιήσετε τα σενάρια εάν το κρίνετε απαραίτητο. Μπορείτε επίσης να επινοήσετε και άλλα σενάρια αν το επιθυμείτε.</p> <p>- Όταν παρουσιάζετε τα σενάρια και ζητάτε από τα παιδιά να μοιραστούν το πώς τα έκαναν να αισθανθούν, μπορείτε να κάνετε ερωτήσεις μεταπαρακολούθησης (<i>follow-up questions</i>) και να καθοδηγήσετε τη συζήτηση, αν πιστεύετε ότι υπάρχει κάτι σημαντικό που πρέπει να σημειωθεί σχετικά με το σενάριο. Για παράδειγμα, όταν συζητάτε το σενάριο: «Ο/Η φίλος/-λη σας δημοσίευσε μια φωτογραφία στα <i>social media</i> με εσάς τους δύο μαζί», μπορείτε να συζητήσετε ότι θα πρέπει πάντα να ζητάτε τη συναίνεση ενός ατόμου προτού δημοσιεύσετε μια φωτογραφία στο διαδίκτυο μαζί του και ότι από τη στιγμή που μια φωτογραφία δημοσιεύεται στο διαδίκτυο, ο τρόπος με τον οποίο διαμοιράζεται, αποθηκεύεται ή χρησιμοποιείται από άλλους ανθρώπους δεν μπορεί πλέον να ελεγχθεί.</p>
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<i>Save the Children Finland - Lucia Hakala, Barnaheill - Save the Children Iceland - Þóra Björnsdóttir</i>

Υποστηρικτικό υλικό

- Be Internet Awesome curriculum. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.gstatic.com/gumdrop/files/bia-curriculum-en-june-2023.pdf>

- Blue Seat Studios, Tea Consent. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.youtube.com/watch?v=fGoWLWS4-kU>
- Blue Seat Studios, Consent for kids. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=h3nhM9UIJc&t=43s>
- Hopscotch. The Boundaries Song - “That’s a Boundary”. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=aSFvJbSQdA4>
- Safekids. Kid’s Rules for Online Safety. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.nypl.org/sites/default/files/safekidslist.pdf>
- Teaching Sexual Health, Consent. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/sexual-health-education/information-by-topic/consent/>

Βιβλιογραφικές αναφορές

Bellamy’s Organic. 12 Basic Safety Rules Every Child Should Know. Ανακτήθηκε 21 Νοεμβρίου, 2023 από <https://bellamysorganic.com.au/blogs/childhood-nutrition/12-basic-safety-rules-every-child-should-know>

Calvo, A. (2021). Must-Read Tips For Teaching Kids about Boundaries. Ανακτήθηκε 21 Σεπτεμβρίου, 2023 από <https://www.ymca.org/blog/articles/teaching-kids-boundaries>

Childline. Tips to stay safe online. Ανακτήθηκε 21, Νοεμβρίου 2023 από <https://www.childline.org.uk/info-advice/bullying-abuse-safety/online-mobile-safety/staying-safe-online/>

Nash, V. (2022). Seven ways to protect your child’s privacy online. Ανακτήθηκε 21 Νοεμβρίου, 2023 από <https://www.oii.ox.ac.uk/news-events/7-ways-to-protect-your-childs-privacy-online/>

Planned Parenthood. Sexual consent. Ανακτήθηκε 10 Οκτωβρίου, 2023 από <https://www.plannedparenthood.org/learn/relationships/sexual-consent>

Rape, Abuse & Incest National Network. What consent looks like. Ανακτήθηκε 10 Οκτωβρίου, 2023 από <https://www.rainn.org/articles/what-is-consent>

Safe Secure Kids. Teaching consent. Ανακτήθηκε 29 Σεπτεμβρίου, 2023 από <https://www.safesecurekids.org/teaching-consent>

Superpower Kids. (2022). Simple Ways to Help Your Child Set Boundaries. Ανακτήθηκε 21 Σεπτεμβρίου, 2023 από <https://www.superpowerkids.net/2022/05/27/simple-ways-to-help-your-child-set-boundaries/>

UNHCR. Protect children from online threats. Ανακτήθηκε 21 Νοεμβρίου, 2023 από <https://help.unhcr.org/romania/tips-on-staying-safe/protect-children-from-online-threats/>

UNICEF. How to keep your child safe online. 5 ways to help keep your child's online experiences positive and safe. Ανακτήθηκε 21 Νοεμβρίου, 2023 από <https://www.unicef.org/parenting/child-care/keep-your-child-safe-online>

University of California, Berkeley. (2016). What are personal boundaries? TherapistAid.com. Ανακτήθηκε 20 Σεπτεμβρίου, 2023 από https://uhs.berkeley.edu/sites/default/files/relationships_personal_boundaries.pdf

University of Illinois Chicago. (2022). Boundaries: What are they and how to create them. Ανακτήθηκε 20 Σεπτεμβρίου, 2023 από <https://wellnesscenter.uic.edu/news-stories/boundaries-what-are-they-and-how-to-create-them/>

Ενότητα 5: Προστασία των παιδιών από τη σεξουαλική κακοποίηση

Στόχος της ενότητας

Αυτή η ενότητα σας παρέχει δραστηριότητες για παιδιά ηλικίας 5 έως 11 ετών που αποσκοπούν στην προστασία τους από τη σεξουαλική κακοποίηση. Συγκεκριμένα, αποτελείται από τρία επιμέρους κεφάλαια: **«Τι είναι η σεξουαλική κακοποίηση παιδιών και το υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών;»**, **«Αναγνωρίζοντας τα σημάδια της αποπλάνησης ανηλίκων (grooming)»** και **«Πρόληψη και καταπολέμηση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών»**. Κάθε κεφάλαιο πέραν των δραστηριοτήτων, περιέχει συν τοις άλλοις, σαφείς και λεπτομερείς οδηγίες που θα σας καθοδηγήσουν στην υλοποίησή τους, καθώς και ορισμένες βασικές πληροφορίες που είναι σημαντικό να έχετε υπόψη σας κατά την εφαρμογή τους.

Μαθησιακοί στόχοι της ενότητας

Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, θα είστε σε θέση να διδάσκετε στα παιδιά:

- **Να αναγνωρίζουν** συγκεκριμένους κανόνες για το σώμα, εφαρμόζοντάς τους τόσο στο φυσικό όσο και στο διαδικτυακό περιβάλλον, ώστε να προστατεύονται από τη σεξουαλική κακοποίηση παιδιών.
- **Να αναγνωρίζουν** τις ασφαλείς και τις επικίνδυνες καταστάσεις (οι τελευταίες σχετίζονται με το grooming).
- **Να κατανοούν** τι είναι η αποπλάνηση ανηλίκων.
- **Να αναγνωρίζουν** τα/τις σημάδια/τακτικές του grooming.
- **Να κατανοούν** ότι όχι μόνο άγνωστοι ενήλικες μπορεί να αποτελέσουν κίνδυνο για αυτά, αλλά και οι ενήλικες που γνωρίζουν.

- **Να αναγνωρίζουν** τη σημασία του να θέτουν όρια λέγοντας «όχι», όταν αισθάνονται άβολα ή ότι δεν είναι ασφαλή.
- **Να αναγνωρίζουν και να εκμυστηρεύονται** σε έμπιστους ενήλικες που είναι πάντα εκεί για να μιλήσουν μαζί τους αν δουν κάτι που τους προκαλέσει δυσφορία ή αν κάποιο άτομο προσπαθήσει να τα αγγίξει/επικοινωνήσει μαζί τους με τρόπο που τα κάνει να αισθανθούν άβολα ή ότι κινδυνεύουν.

Κεφάλαιο 1: Τι είναι η σεξουαλική κακοποίηση παιδιών και το υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών;

Βασικές πληροφορίες

Η Σεξουαλική Κακοποίηση Παιδιών (ΣΚΠ) είναι ένα αυξανόμενο φαινόμενο με πρωτοφανείς συνέπειες για τα παιδιά που την υφίστανται. Πρόκειται για έναν γενικό όρο που περιλαμβάνει όλες τις πράξεις που παραβιάζουν τη σεξουαλική ακεραιότητα και τον αυτοπροσδιορισμό ενός παιδιού (Save the Children Finland). Μπορεί να συμβεί σε οποιοδήποτε περιβάλλον, όπως στο σπίτι, σε δημόσιο χώρο ή στο διαδίκτυο. Ενδεικτικά παραδείγματα σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών είναι τα εξής:

- ❖ Σχολιασμός της φωτογραφίας ενός παιδιού ή του σώματός του με σεξουαλικά υπονοούμενα·
- ❖ Αποστολή ή/και αίτημα για υλικό σεξουαλικού περιεχομένου από ένα παιδί·
- ❖ Οποιαδήποτε σεξουαλική δραστηριότητα προς ένα παιδί, π.χ. επιδειξιμανία, άγγιγμα ενός παιδιού με σεξουαλικό τρόπο, διείσδυση·
- ❖ Πρόσκληση ή παράκληση σε ένα παιδί να αγγίξει σεξουαλικά ένα άλλο άτομο ή παιδί, ακόμη και αν η επαφή ή το άγγιγμα δεν συμβεί.

Το Υλικό Σεξουαλικής Κακοποίησης Παιδιών (ΥΣΚΠ) αναφέρεται σε υλικό που απεικονίζει πράξεις σεξουαλικής κακοποίησης ή/και εστιάζει στην περιοχή των γεννητικών οργάνων ή/και του πρωκτού του παιδιού. Συνήθως, ο όρος ΥΣΚΠ αναφέρεται σε ένα από τα ακόλουθα:

- ❖ Υλικό που απεικονίζει τη σεξουαλική κακοποίηση ενός παιδιού και έχει καταγραφεί από τον/τη δράστη/-στιδα. Η σεξουαλική κακοποίηση που απεικονίζεται στο υλικό μπορεί να έχει διαπραχθεί στο διαδίκτυο ή στην πραγματική ζωή και η καταγραφή του να διανέμεται στο διαδίκτυο.
- ❖ Εικόνες και βίντεο σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών που δημιουργούνται με τη χρήση smartphones ή webcams και στη συνέχεια, κοινοποιούνται στο διαδίκτυο. Σε ορισμένες περιπτώσεις, τα παιδιά προσεγγίζονται, εξαπατώνται ή εκβιάζονται για να δημιουργήσουν και να μοιραστούν μια σεξουαλική εικόνα ή βίντεο του εαυτού τους από κάποιο άτομο που δεν είναι φυσικά παρόν στο ίδιο δωμάτιο (Internet Watch Foundation). Επιπρόσθετα, το ΥΣΚΠ περιλαμβάνει υλικό που αρχικά τραβήχτηκε από ένα παιδί και κοινοποιήθηκε με τη συναίνεση ενός άλλου παιδιού, το οποίο έπειτα κοινοποιήθηκε από τον/την παραλήπτη/-πτρια χωρίς τη συναίνεσή του σε τρίτα μέρη ή στο διαδίκτυο.

Η τελευταία μορφή ονομάζεται συχνά «αυτοπαραγόμενο υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών». Σε ό,τι αφορά αυτόν τον όρο, είναι σημαντικό να έχουμε επίγνωση του κινδύνου να επιρρίψουμε εμμέσως ή ακούσια την ευθύνη στο παιδί που παρήγαγε την εικόνα παρά τη θέλησή του. Για κάθε αυτοπαραγόμενο σεξουαλικό υλικό που απεικονίζει ένα μικρό παιδί, θα πρέπει να θεωρείται ότι είναι αποτέλεσμα μιας καταχρηστικής ή καταναγκαστικής κατάστασης με έναν/μία ενήλικα ή ένα άλλο παιδί (ECPAT, 2016, p. 43).

Αποκάλυψη

Τα παιδιά σπάνια αποκαλύπτουν τη σεξουαλική κακοποίηση αμέσως μετά το συμβάν για πολλούς λόγους. Μπορεί να νιώθουν φόβο ή/και αμηχανία, μπορεί να μην έχουν καταλάβει τι τους έχει συμβεί, μπορεί να μην έχουν το κατάλληλο λεξιλόγιο για να μιλήσουν σε κάποιον για την κακοποίηση ή μπορεί να πιστεύουν ότι η κακοποίηση δεν είναι σημαντικό να αναφερθεί. Επιπλέον, η κουλτούρα της υπακοής στα ενήλικα άτομα χωρίς ερωτήσεις μπορεί να μετατρέψει τα παιδιά σε σιωπηλά θύματα σεξουαλικής κακοποίησης. Συνήθως, όταν ένα παιδί επιλέγει να αποκαλύψει τι του

έχει συμβεί, είναι πιο πιθανό να εμπιστευτεί τους/τις φίλους/-λες του παρά να απευθυνθεί στις αρχές.

Είναι σημαντικό να γνωρίζετε τα σημάδια που μπορεί να υποδηλώνουν ότι ένα παιδί έχει υποστεί σεξουαλική κακοποίηση. Τα σημάδια ότι ένα παιδί υφίσταται σεξουαλική κακοποίηση είναι συχνά παρόντα, αλλά μπορεί να μην διακρίνονται από άλλα σημάδια παιδικής δυσφορίας ή τραύματος. Τα συναισθηματικά και κοινωνικά σημάδια περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων: άγχος, κατάθλιψη, διαταραχές ύπνου, αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες, στη διάθεση, στη συμπεριφορά, ασυνήθιστο φόβο για ορισμένα άτομα ή μέρη. Τα σωματικά σημάδια μπορεί να είναι άμεσα ή έμμεσα. Τα άμεσα σωματικά σημάδια περιλαμβάνουν: μώλωπες, αιμορραγία ή ψώρα. Στα έμμεσα σωματικά σημάδια περιλαμβάνονται χρόνιος πόνος στο στομάχι, επίμονος ή επαναλαμβανόμενος πόνος κατά την ούρηση και ατυχήματα που δεν σχετίζονται με την εκπαίδευση στην τουαλέτα (Darkness to light. End child sexual abuse).

Σενάρια που θα σας βοηθήσουν να αναγνωρίσετε ότι ένα παιδί παρουσιάζει πιθανά σημάδια σεξουαλικής κακοποίησης

- ❖ Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, η Σάρα, μια φυσιολογικά εξωστρεφής 7χρονη, έχει αποτραβηχτεί και αποφεύγει τη σωματική επαφή. Ζωγραφίζει εικόνες με λυπημένα πρόσωπα και κάνει ερωτήσεις για τα γεννητικά όργανα. Όταν την πλησιάζει ένας δάσκαλος, μαζεύεται και δείχνει να αισθάνεται άβολα.
- ❖ Ο Μάριος, ένας 10χρονος, έχει αρχίσει να παρουσιάζει ξαφνικές και ακραίες εναλλαγές στη διάθεσή του. Συμπεριφέρεται άσχημα στην τάξη και εκδηλώνει επιθετική συμπεριφορά προς τους/τις συμμαθητές/-τριές του. Επίσης, έχει αρχίσει να δείχνει μια ξαφνική απέχθεια στο να αλλάζει ρούχα για το μάθημα της γυμναστικής και συχνά ζητάει να πάει στην τουαλέτα κατά τη διάρκεια αυτού του μαθήματος.

Όταν συζητάτε το θέμα της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών με παιδιά, θα πρέπει να προσεγγίζετε το θέμα με τη δέουσα ευαισθησία και προσοχή. Ακολουθούν ορισμένες συμβουλές:

- Ξεκινήστε με Δεκτικότητα και Διαβεβαίωση. Ξεκινήστε τη συζήτηση δίνοντας στα παιδιά να καταλάβουν ότι είναι σημαντικό να μιλήσουν γι' αυτό το θέμα για να είναι ασφαλή Διαβεβαιώστε τα ότι δεν υπάρχει πρόβλημα να κάνουν ερωτήσεις είτε στην τάξη είτε κατ' ιδίαν.
- Χρησιμοποιήστε Απλή και Κατάλληλη για την Ηλικία Γλώσσα. Να είστε σαφείς και συγκεκριμένοι/-νες στην επικοινωνία σας. Για παράδειγμα, χρησιμοποιήστε την ακριβή ονομασία κάθε μέρους του σώματος και αποφύγετε τους ευφημισμούς. Προσαρμόστε τη γλώσσα σας στην ηλικία και το επίπεδο κατανόησης του παιδιού.
- Αναγνωρίστε τα Συναισθήματα. Ενημερώστε τα παιδιά ότι είναι φυσιολογικό να νιώθουν μια σειρά συναισθημάτων, όταν συζητούν αυτό το θέμα. Διαβεβαιώστε τα ότι τα συναισθήματά τους είναι έγκυρα.
- Αποφύγετε τη Χρήση Γλώσσας που Κατηγορεί ή Ντροπιάζει. Βεβαιωθείτε ότι το παιδί γνωρίζει ότι δεν φταίει το ίδιο για οποιαδήποτε ανάρμοστη συμπεριφορά έχει συναντήσει.
- Προσέξτε τις Μη Λεκτικές Ενδείξεις. Δώστε προσοχή στη γλώσσα του σώματος και στις εκφράσεις του προσώπου του παιδιού. Αν φαίνεται να νιώθει άβολα, δώστε του χώρο και ενημερώστε το ότι μπορεί να μιλήσει όταν είναι έτοιμο.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Το Σώμα Μου, Οι Κανόνες Μου (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν συγκεκριμένους κανόνες για το σώμα, εφαρμόζοντάς τους τόσο στο φυσικό όσο και στο διαδικτυακό περιβάλλον, ώστε να

	<p>προστατεύονται από τη σεξουαλική κακοποίηση παιδιών'</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν το ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης τους που είναι πάντα εκεί για να μιλήσει μαζί τους αν δουν κάτι που τους προκαλέσει δυσφορία ή αν κάποιο άτομο προσπαθήσει να τα αγγίξει/επικοινωνήσει μαζί τους με τρόπο που τα κάνει να αισθανθούν άβολα ή ότι κινδυνεύουν.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Μικρά φύλλα χαρτιού. Ένα για κάθε παιδί' - Κηρομπογιές ή ξυλομπογιές.
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Συγκεντρώστε τα παιδιά σε έναν κύκλο και εξηγήστε τους ότι σκοπός της δραστηριότητας «Το σώμα μου, οι κανόνες μου» είναι να τους παρουσιάσετε ορισμένους σημαντικούς κανόνες για το σώμα, που ισχύουν τόσο στο φυσικό όσο και στο διαδικτυακό περιβάλλον και που μπορούν να διασφαλίσουν ότι θα είναι πάντα ασφαλή και υγιή. (5 λεπτά) ❖ Μοιράστε σε όλα τα παιδιά ένα μικρό φύλλο χαρτί καθώς και μια κηρομπογιά/ξύλομπογιά και ζητήστε τους να σκεφτούν και να ζωγραφίσουν ένα ενήλικο άτομο στην οικογένειά τους που τα κάνει να νιώθουν πιο ασφαλή και πιο άνετα. Στη συνέχεια, ζητήστε από κάθε παιδί να δείξει στα άλλα παιδιά τη ζωγραφιά και το πρόσωπο που απεικονίζεται σε αυτήν και να πει ποιος/ποια είναι. Αφού, όλα τα παιδιά έχουν δείξει και εξηγήσει τις ζωγραφιές τους, πείτε τους ότι το πρόσωπο αυτό είναι το ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης. (15 λεπτά)

	<p>❖ Ξεκινήστε μια συζήτηση σχετικά με τη σημασία των Σωματικών Κανόνων και παρουσιάστε τους στα παιδιά:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Έχετε τον έλεγχο του σώματός σας και τα άλλα άτομα έχουν τον έλεγχο του σώματός τους. 2. Εσείς επιλέγετε ποιο άτομο μπορεί να σας αγκαλιάσει και να σας φιλήσει ή να κάνει στιδήποτε με το σώμα σας. 3. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να αγγίξει ορισμένα μέρη του σώματός σας, π.χ. στήθος, αιδοίο, πέος, όσχεο, γλουτούς, εκτός από τους γονείς, τις νοσοκόμες και τους/τις γιατρούς, αλλά θα πρέπει πάντα να εξηγούν τι κάνουν και γιατί και να ζητούν άδεια. 4. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να σας αναγκάσει να αγγίξετε το στήθος, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας, ούτε κάποιου άλλου ατόμου. 5. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να τραβήξει φωτογραφίες ή βίντεο από τα στήθη, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας. Κανείς δεν επιτρέπεται να μοιράζεται ή να διανέμει τέτοιες εικόνες. (10 λεπτά) <p>❖ Παρουσιάστε και εξηγήστε τους τη μαγική φράση για την ασφάλειά τους: «Πάντα να λέτε σε ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης αν δείτε κάτι που σας κάνει να νιώθετε άσχημα ή αν κάποιο άτομο προσπαθήσει να σας αγγίξει/επικοινωνήσει μαζί σας με τρόπο που σας κάνει να νιώθετε άβολα ή ότι κινδυνεύετε· μην το κρατάτε μυστικό, ακόμη και αν το άλλο άτομο σας είπε να το κρατήσετε μυστικό». (5 λεπτά)</p>
--	--

	<p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή ότι Έχετε τον έλεγχο του σώματός σας και τα άλλα άτομα έχουν τον έλεγχο του σώματός τους. β. Εσείς επιλέγετε ποιο άτομο μπορεί να σας αγκαλιάσει και να σας φιλήσει ή να κάνει οτιδήποτε με το σώμα σας. γ. Κανείς δεν επιτρέπεται να αγγίξει ορισμένα μέρη του σώματός σας, π.χ. στήθος, αιδοίο, πέος, όσχεο, γλουτούς, εκτός από τους γονείς, τις νοσοκόμες και τους/τις γιατρούς, αλλά θα πρέπει πάντα να εξηγούν τι κάνουν και γιατί και να ζητούν άδεια. δ. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να σας αναγκάσει να αγγίξετε το στήθος, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας, ούτε κάποιου άλλου ατόμου. ε. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να τραβήξει φωτογραφίες ή βίντεο από τα στήθη, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να μοιράζεται ή να διανέμει τέτοιες εικόνες. Κανείς δεν επιτρέπεται να μοιράζεται ή να διανέμει τέτοιες εικόνες, στ. πρέπει πάντα να μιλούν σε έναν ενήλικα που εμπιστεύονται αν δουν κάτι που τα κάνει να νιώθουν άσχημα ή αν κάποιος άτομο προσπαθήσει να τα αγγίξει/επικοινωνήσει μαζί τους με τρόπο που τα κάνει να νιώθουν άβολα ή ότι κινδυνεύουν. Δεν πρέπει να το κρατούν μυστικό, ακόμη και αν το άλλο άτομο τους είπε να το κρατήσουν μυστικό. (10 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<p>- Αν ένα παιδί διστάζει να δείξει τη ζωγραφιά του ή να μιλήσει για τον/την ενήλικα που εμπιστεύεται, μην το πιέζετε να μιλήσει στην τάξη. Συνεχίστε με</p>

	<p>τα παιδιά που είναι πρόθυμα να δείξουν τις ζωγραφιές τους και να μιλήσουν γι' αυτές.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Το άτομο που εκπαιδεύει θα πρέπει να είναι έτοιμο να αντιμετωπίσει περίπλοκα ή ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν. Να είναι προετοιμασμένος/-νη για το πώς να αντιδράσει αν ένα παιδί αποκαλύψει σεξουαλική κακοποίηση ή άλλη βία που έχει βιώσει. Το άτομο που εκπαιδεύει θα μπορούσε να αντιδράσει λέγοντας: «σε ευχαριστώ που μου/μας το είπες αυτό», «αν θέλεις, μπορούμε να το συζητήσουμε ιδιαιτέρως».
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	<p><i>Save the Children, Respect! My body! Second edition, 2019, available at:</i> https://resourcecentre.savethechildren.net/document/stopp-min-kropp-second-edition/, ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου</p>

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Το Σώμα Μου, Οι Κανόνες Μου (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Να αναγνωρίζουν συγκεκριμένους κανόνες για το σώμα, εφαρμόζοντάς τους τόσο στο φυσικό όσο και στο διαδικτυακό περιβάλλον, ώστε να προστατεύονται από τη σεξουαλική κακοποίηση παιδιών.</i> ❖ <i>Να αναγνωρίζουν το ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης τους που είναι πάντα εκεί για να μιλήσει μαζί τους αν δουν κάτι που τους προκαλέσει δυσφορία ή αν κάποιο άτομο προσπαθήσει να τα αγγίξει/επικοινωνήσει μαζί τους με τρόπο που τα κάνει να αισθανθούν άβολα ή ότι κινδυνεύουν.</i>
Υλικά	-
Οδηγίες	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Παρουσιάστε τη δραστηριότητα. Συγκεντρώστε τα παιδιά σε έναν κύκλο και εξηγήστε τους ότι σκοπός της δραστηριότητας «Το σώμα μου, οι κανόνες μου» είναι να τους παρουσιάσετε ορισμένους σημαντικούς κανόνες για το σώμα, που ισχύουν τόσο στο φυσικό όσο και στο διαδικτυακό περιβάλλον και που μπορούν να διασφαλίσουν ότι θα είναι πάντα ασφαλή και υγιή. (5 λεπτά)</i> 2. <i>Ξεκινήστε ρωτώντας τα παιδιά:</i> 3. <i>Ποιο είναι το ενήλικο άτομο στην οικογένειά σας που σας κάνει να αισθάνεστε πιο ασφαλείς και πιο άνετα και γιατί; Ακούστε προσεκτικά τις απαντήσεις τους και πείτε τους ότι αυτό το άτομο είναι ο/η ενήλικας που εμπιστεύονται. (10 λεπτά)</i> 4. <i>Συνεχίστε ρωτώντας τα:</i> 5. <i>Τι σας έρχεται στο μυαλό όταν ακούτε τη φράση «κανόνες για το σώμα»; Μπορείτε να φανταστείτε μερικούς από αυτούς τους κανόνες;</i>

	<p>Ακούστε τις απαντήσεις τους, τονίστε τη σημασία των κανόνων για το σώμα και παρουσιάστε τους στα παιδιά:</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Έχετε τον έλεγχο του σώματός σας και τα άλλα άτομα έχουν τον έλεγχο του σώματός τους. 7. Εσείς επιλέγετε ποιο άτομο μπορεί να σας αγκαλιάσει και να σας φιλήσει ή να κάνει οτιδήποτε με το σώμα σας. 8. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να αγγίξει ορισμένα μέρη του σώματός σας, π.χ. στήθος, αιδοίο, πέος, όσχεο, γλουτούς, εκτός από τους γονείς, τις νοσοκόμες και τους/τις γιατρούς, αλλά θα πρέπει πάντα να εξηγούν τι κάνουν και γιατί και να ζητούν άδεια. 9. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να σας αναγκάσει να αγγίξετε το στήθος, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας, ούτε κάποιου άλλου ατόμου. 10. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να τραβήξει φωτογραφίες ή βίντεο από τα στήθη, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας. Κανείς δεν επιτρέπεται να μοιράζεται ή να διανέμει τέτοιες εικόνες. (15 λεπτά) 11. Παρουσιάστε και εξηγήστε τους τη μαγική φράση για την ασφάλειά τους: «Πάντα να λέτε σε ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης αν δείτε κάτι που σας κάνει να νιώθετε άσχημα ή αν κάποιο άτομο προσπαθήσει να σας αγγίξει/επικοινωνήσει μαζί σας με τρόπο που σας κάνει να νιώθετε άβολα ή ότι κινδυνεύετε· μην το κρατάτε μυστικό, ακόμη και αν το άλλο άτομο σας είτε να το κρατήσετε μυστικό». (5 λεπτά) <p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες που</p>
--	--

	<p>έμαθαν τα παιδιά μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, δηλαδή ότι Έχετε τον έλεγχο του σώματός σας και τα άλλα άτομα έχουν τον έλεγχο του σώματός τους. β. Εσείς επιλέγετε ποιο άτομο μπορεί να σας αγκαλιάσει και να σας φιλήσει ή να κάνει οτιδήποτε με το σώμα σας. γ. Κανείς δεν επιτρέπεται να αγγίξει ορισμένα μέρη του σώματός σας, π.χ. στήθος, αιδοίο, πέος, όσχεο, γλουτούς, εκτός από τους γονείς, τις νοσοκόμες και τους/τις γιατρούς, αλλά θα πρέπει πάντα να εξηγούν τι κάνουν και γιατί και να ζητούν άδεια. δ. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να σας αναγκάσει να αγγίξετε το στήθος, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας, ούτε κάποιου άλλου ατόμου. ε. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να τραβήξει φωτογραφίες ή βίντεο από τα στήθη, το αιδοίο, το πέος, το όσχεο, τους γλουτούς σας. Κανένα άτομο δεν επιτρέπεται να μοιράζεται ή να διανέμει τέτοιες εικόνες. Κανείς δεν επιτρέπεται να μοιράζεται ή να διανέμει τέτοιες εικόνες, στ. πρέπει πάντα να μιλούν σε έναν ενήλικα που εμπιστεύονται αν δουν κάτι που τα κάνει να νιώθουν άσχημα ή αν κάποιο άτομο προσπαθήσει να τα αγγίξει/επικοινωνήσει μαζί τους με τρόπο που τα κάνει να νιώθουν άβολα ή ότι κινδυνεύουν. Δεν πρέπει να το κρατούν μυστικό, ακόμη και αν το άλλο άτομο τους είπε να το κρατήσουν μυστικό. (10 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Αν ένα παιδί διστάζει να μιλήσει για τον/την ενήλικα που εμπιστεύεται, μην το πιέζετε να μιλήσει στην τάξη. Συνεχίστε με τα παιδιά που είναι πρόθυμα να μιλήσουν γι' αυτό το άτομο. - Το άτομο που εκπαιδεύει θα πρέπει να είναι έτοιμος/-μη να αντιμετωπίσει περίπλοκα ή

	ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν. Να είναι προετοιμασμένος/-νη για το πώς να αντιδράσει αν ένα παιδί αποκαλύψει σεξουαλική κακοποίηση ή άλλη βία που έχει βιώσει. Ο/Η εκπαιδευτής/-τρια θα μπορούσε να αντιδράσει λέγοντας: «σε ευχαριστώ που μου/μας το είπες αυτό», «αν θέλεις, μπορούμε να το συζητήσουμε ιδιαίτερα».
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	Save the Children, Respect! My body! Second edition, 2019, available at: https://resourcecentre.savethechildren.net/document/stopp-min-kropp-second-edition/ , ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου

Κεφάλαιο 2: Αναγνωρίζοντας τα σημάδια της αποπλάνησης ανηλίκων (grooming)

Βασικές πληροφορίες

Τα άτομα που έχουν ως στόχο τη σεξουαλική κακοποίηση ενός παιδιού μπορεί να κερδίσουν την εμπιστοσύνη των πιθανών παιδιών-θυμάτων με τη μεθοδική «προετοιμασία» τους. Το "grooming" περιγράφει την προπαρασκευαστική φάση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών, η οποία συνήθως διεξάγεται για να εδραιωθεί η εμπιστοσύνη ή/και η συμμόρφωση του παιδιού ή του νεαρού ατόμου ώστε να εξασφαλιστεί η μυστικότητα και η σιωπή για να αποφευχθεί η αποκάλυψη (Bravehearts Foundation).

Η διαδικασία του grooming βασίζεται σε πέντε στάδια. Βέβαια, το grooming δεν είναι πάντα μια διαδικασία και μπορεί να περιλαμβάνει μερικά και όχι όλα τα παρακάτω στοιχεία (Winters, Jeglic, & Kaylor, 2020):

- ❖ Στοχοποίηση του θύματος. Τα άτομα που έχουν ως στόχο τη σεξουαλική κακοποίηση παιδιών συχνά επιλέγουν τα θύματά τους κάνοντας μια εκτίμηση της ευαλωτότητας, της ανάγκης, της χαμηλής αυτοπεποίθησης του παιδιού, καθώς και της απουσίας επαρκούς γονικής εποπτείας.
- ❖ Πρόσβαση και απομόνωση του παιδιού. Τα άτομα που αποσκοπούν στη σεξουαλική κακοποίηση παιδιών δημιουργούν καταστάσεις στις οποίες είναι μόνα τους μαζί με το παιδί. Η φύλαξη παιδιών (babysitting), η κατ' ιδίαν διδασκαλία μαθημάτων, η προπόνηση και τα ειδικά ταξίδια, για παράδειγμα, επιτρέπουν αυτό το είδος απομόνωσης.
- ❖ Απόκτηση της εμπιστοσύνης του θύματος ή/και των γονέων. Τα άτομα που έχουν ως στόχο τη σεξουαλική κακοποίηση παιδιών συνήθως προσπαθούν να κερδίσουν την εμπιστοσύνη του παιδιού πριν το εκμεταλλευτούν. Παρακολουθούν και συγκεντρώνουν πληροφορίες για το παιδί, του προσφέρουν δώρα ή χρήματα χωρίς ιδιαίτερο λόγο, μαθαίνουν τις ανάγκες του και προσπαθούν να τις καλύψουν. Μπορεί επίσης να προσπαθήσουν να κερδίσουν την εμπιστοσύνη των γονέων/φροντιστών παρέχοντάς τους για παράδειγμα βοήθεια στα εξής: να πηγαίνουν το παιδί σε εξωσχολικές δραστηριότητες, να το βοηθούν με τα μαθήματα στο σπίτι.
- ❖ Κατάρριψη των προσωπικών ορίων του παιδιού. Μόλις δημιουργηθεί μια σχέση εμπιστοσύνης, αρχίζουν σταδιακά να σεξουαλικοποιούν τη σχέση. Η απευαισθητοποίηση συμβαίνει πολύ αργά και συχνά παρουσιάζεται ως «αθώες συναντήσεις» (π.χ. όταν οι επιτήδριοι δήθεν τυχαία βλέπουν το παιδί ή το αφήνουν να τους δει όταν είναι γυμνοί ή δημιουργώντας καταστάσεις – όπως το να πάνε για κολύμπι – στις οποίες και τα δύο μέρη είναι λιγότερο ντυμένα), συζητήσεις για σεξουαλικοποιημένα θέματα (π.χ. λέγοντας ακατάλληλα αστεία, παρέχοντας σεξουαλική διαπαιδαγώγηση).
- ❖ Διατήρηση της σχέσης μετά την κακοποίηση. Αφού συντελεστεί η σεξουαλική κακοποίηση, τα άτομα που κακοποιούν χρησιμοποιούν τη μυστικότητα, τα

δώρα, τις κατηγορίες, τις απειλές για να διατηρήσουν τη συνεχή συμμετοχή και τη σιωπή του παιδιού.

Η αποπλάνηση ανηλίκων μπορεί να συμβεί δια ζώσης ή διαδικτυακά ή με συνδυασμό και των δύο. Το διαδικτυακό grooming είναι ένα φαινόμενο που παρουσιάζει αυξητική τάση σε όλο τον κόσμο. Τα άτομα που έχουν ως στόχο τη σεξουαλική κακοποίηση ενός παιδιού στο διαδίκτυο μπορούν να έρθουν σε επαφή με πολλά παιδιά ταυτόχρονα και τους είναι εύκολο να ενεργούν ανώνυμα ή να χρησιμοποιούν ψεύτικο προφίλ. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την υιοθέτηση της ταυτότητας ενός συνομηλικού ατόμου ή ενός υποστηρικτικού ενήλικου ατόμου (Save the Children Finland, 2021, p. 2). Είναι πολύ δύσκολο για ένα παιδί να αναγνωρίσει την κατάσταση και το πόσο επιβλαβής μπορεί να είναι (Save the Children Finland, 2021, p. 31). Ορισμένα παραδείγματα διαδικτυακού grooming είναι τα εξής: γνωριμία με το παιδί, αποστολή αιτημάτων φιλίας στους/στις φίλους/-λες του παιδιού, ερωτήσεις για τα χόμπι του, προσποίηση ότι βρίσκεται στην ίδια κατάσταση με το παιδί, προσφορά παρηγοριάς, παροχή δώρων, αίτημα προς το παιδί να κάνει γυμναστική στη live κάμερα και στη συνέχεια, μετακίνηση της συζήτησης σιγά-σιγά προς τη σεξουαλικότητα. Μερικές φορές, το grooming είναι πολύ άμεσο και γρήγορο, για παράδειγμα, όταν ζητούνται γυμνές φωτογραφίες από το παιδί ή όταν στέλνεται πορνογραφικό υλικό στο παιδί.

Πολλοί άνθρωποι, σκεπτόμενοι τα άτομα που κακοποιούν σεξουαλικά παιδιά, φαντάζονται συχνά ότι πρόκειται για άσχετα, άγνωστα άτομα, αλλά ο μεγαλύτερος κίνδυνος δεν είναι αυτός. Οι άνθρωποι που κακοποιούν σεξουαλικά παιδιά μπορεί να είναι άτομα που είναι ήδη γνωστά στο παιδί που στοχοποιούν, όπως συγγενείς και γείτονες/-νισσες (Singh, Parsekar, & Nair, 2014). Αυτή είναι η περίπτωση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών εντός του κύκλου εμπιστοσύνης. Επιπλέον, τα άτομα που κακοποιούν μοιάζουν και, ως επί το πλείστον, συμπεριφέρονται ακριβώς όπως και τα άτομα που δεν κακοποιούν. Με αυτόν τον τρόπο καταφέρνουν να συνεχίσουν την κακοποίηση (Women's Centre for Change, 2015, pp. 9-10). Για τον λόγο αυτό, είναι απαραίτητο να εκπαιδεύσουμε τα παιδιά όχι μόνο για το πώς να αντιδρούν σε δυσάρεστες καταστάσεις, αλλά και να τα κάνουμε να

συνειδητοποιήσουν ότι θύτες/-τριες μπορεί να είναι και άνθρωποι που ήδη γνωρίζουν.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Αναγνωρίζοντας «ασφαλείς καταστάσεις» και «επικίνδυνες καταστάσεις» (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να αναγνωρίζουν τις ασφαλείς και τις επικίνδυνες καταστάσεις (οι τελευταίες σχετίζονται με το grooming)· ❖ Να αναγνωρίζουν τη σημασία του να θέτουν όρια λέγοντας «όχι», όταν αισθάνονται άβολα ή ότι δεν είναι ασφαλή και να μιλούν σε ενήλικα άτομα εμπιστοσύνης για πράγματα που τα ανησυχούν.
Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Κάρτες (Παράρτημα 1 της Ενότητας 5)· - Βάζο.
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Συγκεντρώστε τα παιδιά και καθίστε σε σχήμα κύκλου με το βάζο στο κέντρο και εξηγήστε ότι θα παίξετε το παιχνίδι «Ασφαλής ή Επικίνδυνη;». (2 λεπτά) ❖ Πριν ξεκινήσετε το παιχνίδι, ζητήστε από τα παιδιά να μοιραστούν παραδείγματα πραγμάτων που τα κάνουν να αισθάνονται ασφαλή και πραγμάτων που τα κάνουν να αισθάνονται άβολα ή ανασφαλή. (8 λεπτά) ❖ Ενημερώστε τα παιδιά ότι ο στόχος του παιχνιδιού είναι να συζητήσουν διάφορα σενάρια και να αποφασίσουν αν πρόκειται για ασφαλείς ή

	<p>επικίνδυνες καταστάσεις. Για παράδειγμα, μπορείτε να πείτε: «Θα συζητήσουμε για κάποιες καταστάσεις. Μερικές είναι ασφαλείς, που σημαίνει ότι είναι εντάξει, αλλά κάποιες άλλες είναι επικίνδυνες, που σημαίνει ότι πρέπει να είμαστε προσεκτικοί/-κές». (2 λεπτά)</p> <p>❖ Βάλτε εναλλάξ κάθε παιδί να διαλέξει μια κάρτα σεναρίου από το βάζο (οι κάρτες σεναρίων βρίσκονται στο Παράρτημα 1 της Ενότητας 5), να το διαβάσει δυνατά και, στη συνέχεια, να το συζητήσει με την υπόλοιπη ομάδα:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Είναι αυτή η κατάσταση ασφαλής ή επικίνδυνη; - Γιατί πιστεύετε ότι αυτή η κατάσταση είναι ασφαλής ή επικίνδυνη; - Πώς θα νιώθατε και τι θα μπορούσατε να κάνετε αν βρισκόσασταν σε μια τέτοια κατάσταση; Ενθαρρύνετε τα παιδιά να εξηγήσουν το σκεπτικό των απαντήσεών τους. (23 λεπτά) <p>❖ Αφού συζητήσετε όλα τα σενάρια, ενισχύστε την ιδέα ότι έχουν το δικαίωμα και την υποχρέωση απέναντι στον εαυτό τους να θέτουν όρια, λέγοντας «όχι» σε οτιδήποτε αισθάνονται ότι είναι λάθος ή τα κάνει να νιώθουν άβολα. Διαβάστε στα παιδιά την παρακάτω ιστορία που εξηγεί τι είναι τα όρια: «Φανταστείτε ότι έχετε μια ειδική φούσκα γύρω σας, κάτι σαν ένα δυναμικό πεδίο! Αυτή η φούσκα είναι φτιαγμένη από αόρατη μαγεία και ονομάζεται ο «προσωπικός σας χώρος». Είναι εξαιρετικά σημαντικός, γιατί σας βοηθά να αισθάνεστε ασφαλείς και άνετα. Μέσα σε αυτή τη φούσκα, μπορείτε να αποφασίσετε τι αισθάνεστε εντάξει και τι όχι σε σχέση με το πώς σας</p>
--	--

συμπεριφέρονται οι άνθρωποι. Αυτό το λέμε αλλιώς «προσωπικά όρια». Είναι σαν να έχετε τους δικούς σας κανόνες για το πώς θέλετε να σας φέρονται οι άλλοι. Για παράδειγμα, αν δεν σας αρέσουν οι αγκαλιές από ανθρώπους που δεν γνωρίζετε πολύ καλά, δεν υπάρχει πρόβλημα. Αυτό είναι το δικό σας όριο. Μπορείτε να πείτε: «Θα προτιμούσα να μη με αγκαλιάσεις». Το να θέτετε αυτά τα όρια είναι σαν να φροντίζετε τον εαυτό σας. Είναι σαν να λέτε: «Εί, αυτό είναι που με κάνει να αισθάνομαι καλά και ασφαλής». Είναι σαν να έχετε μια λίστα με τα πράγματα που σας κάνουν χαρούμενους/-νες/-α και μπορείτε να τη μοιραστείτε με άλλους ανθρώπους. Έτσι, φανταστείτε ότι είναι σαν να έχετε έναν χάρτη θησαυρού που δείχνει τα πράγματα που σας κάνουν να αισθάνεστε χαρούμενοι/-νες/-α, ασφαλείς και σεβαστοί/-στές/-στά. Όταν λέτε σε κάποιον για τα όριά σας, του δείχνετε τον χάρτη του θησαυρού σας. Τον ενημερώνετε για το πώς να σας φέρεται με τρόπο που σας κάνει να αισθάνεστε καλά». Υστερα, τονίστε τη σημασία του να μιλήσουν σε ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης, όπως έναν γονέα, έναν/μία δάσκαλο/-λα ή ένα μέλος της οικογένειας, αν κάποιος τα κάνει να αισθάνονται άβολα ή προσπαθεί να κρατήσει μυστικά. Προσθέστε ότι τα ενήλικα άτομα εμπιστοσύνης είναι εκεί για να τα βοηθήσουν και να τα κρατήσουν ασφαλή και ότι δεν πρέπει ποτέ να φοβούνται να μοιραστούν τα συναισθήματά τους μαζί τους, γιατί θέλουν να τα ξέρουν. (8 λεπτά)

- ❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας στα παιδιά όλα όσα

	<p>έμαθαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, δηλαδή: α. την αναγνώριση ασφαλών και επικίνδυνων καταστάσεων (η τελευταία σχετίζεται με το grooming), β. τη σημασία του να θέτουν όρια, να λένε «όχι» όταν αισθάνονται άβολα και να μιλούν σε ενήλικα άτομα εμπιστοσύνης για τις ανησυχίες τους. (2 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Καλέστε όλα τα παιδιά να μοιραστούν τις σκέψεις τους, αλλά μην πιέζετε εκείνα που είναι ντροπαλά ή διστακτικά. Ορισμένα παιδιά μπορεί να αισθάνονται πιο άνετα παρατηρώντας. - Επιβραβεύστε τα παιδιά για την ενεργό συμμετοχή τους και τις προσεγμένες απαντήσεις τους. Η θετική ενίσχυση ενθαρρύνει ένα ασφαλές και ανοιχτό περιβάλλον μάθησης. - Ενθαρρύνετε τη συζήτηση με ερωτήσεις ανοικτού τύπου, όπως αυτές που παρατίθενται παραπάνω. Με αυτό τον τρόπο, τα παιδιά καλούνται να σκεφτούν κριτικά και να εκφράσουν τις προσωπικές τους απόψεις. - Αναγνωρίστε και επικυρώστε τα συναισθήματα και τις αντιδράσεις των παιδιών, ακόμη και αν διαφέρουν από τη δική σας οπτική γωνία. Αποφύγετε να επικρίνετε ή να ντροπιάσετε οποιοδήποτε παιδί για τις απόψεις του. - Το άτομο που εκπαιδεύει θα πρέπει να είναι έτοιμος/-μη να αντιμετωπίσει περίπλοκα ή ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν. Να είναι προετοιμασμένο για το πώς να αντιδράσει αν ένα παιδί αποκαλύψει σεξουαλική κακοποίηση ή άλλη βία που έχει βιώσει. Το άτομο που εκπαιδεύει

	θα μπορούσε να αντιδράσει λέγοντας: «σε ευχαριστώ που μου/μας το είπες αυτό», «αν θέλεις, μπορούμε να το συζητήσουμε ιδιαίτερα».
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει τα σενάρια από το βάζο.
Βιβλιογραφικές αναφορές	ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Αποπλάνηση ανηλίκων (Grooming). Εντοπίστε τα σημάδια (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να κατανοούν τι είναι η αποπλάνηση ανηλίκων (grooming)· ❖ Να αναγνωρίζουν τα/τις σημάδια/τακτικές του grooming· ❖ Να αναγνωρίζουν τη σημασία του να θέτουν όρια λέγοντας «όχι», όταν αισθάνονται άβολα ή ότι δεν είναι ασφαλή και να μιλούν σε ενήλικες που εμπιστεύονται για πράγματα που τα ανησυχούν.
Υλικά	- Απαντήσεις του φυλλαδίου (Παράρτημα 2 (ii) της Ενότητας 5) για τον/την εκπαιδευτικό
Οδηγίες	❖ Ξεκινήστε τη δραστηριότητα ρωτώντας τα παιδιά τι τους έρχεται στο μυαλό όταν ακούνε τη φράση «αποπλάνηση ανηλίκων». Αφού τα παιδιά

	<p>απαντήσουν, εξηγήστε τους ότι ένας ορισμός της αποπλάνησης ανηλίκων (grooming) είναι όταν ένα ενήλικο άτομο αναπτύσσει εμπιστοσύνη και δεσμούς με ένα παιδί ώστε να μπορεί να το κακοποιήσει. Αυτό μπορεί να συμβεί τόσο στο διαδίκτυο όσο και εκτός διαδικτύου. Οι άνθρωποι που έχουν ως στόχο τη σεξουαλική κακοποίηση ενός παιδιού μπορεί να είναι ήδη γνωστοί σε αυτό ή άγνωστοι. Επίσης, εξηγήστε τους ότι στόχος της δραστηριότητας είναι να τα ενημερώσετε για τα σημάδια του grooming τόσο στο offline όσο και στο online περιβάλλον. (5 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Χωρίστε τα παιδιά σε τρεις ομάδες και εξηγήστε τους ότι κάθε ομάδα θα έχει ένα φυλλάδιο με τις/τα τακτικές/σημάδια του grooming (κάποια από αυτά είναι δείκτες και κάποια όχι) (Παράρτημα 2 (i) της Ενότητας 5). Από τον κατάλογο που τους δόθηκε, θα συζητήσουν στις ομάδες τους και θα αποφασίσουν ποιες από τις περιγραφόμενες καταστάσεις αποτελούν ενδείξεις (σημάδια) αποπλάνησης ανηλίκων και ποιες όχι. Αφού λάβουν τις αποφάσεις τους, θα επιλέξουν έναν/μία εκπρόσωπο που θα παρουσιάσει τις απαντήσεις τους. (10 λεπτά) ❖ Κάθε εκπρόσωπος θα έχει στη διάθεσή του/της 5 λεπτά για να παρουσιάσει τα αποτελέσματα και το σκεπτικό του/της στην τάξη. Συζητήστε με τα παιδιά τις απαντήσεις τους (οι απαντήσεις του φυλλαδίου βρίσκονται στο Παράρτημα 2 (ii) της Ενότητας 5). (15 λεπτά) ❖ Αφού συζητήσετε όλα τα σενάρια, ενισχύστε την ιδέα ότι έχουν το δικαίωμα και την υποχρέωση απέναντι στον εαυτό τους να θέτουν όρια, λέγοντας «όχι» σε
--	---

	<p>οτιδήποτε αισθάνονται ότι είναι λάθος ή τα κάνει να νιώθουν άβολα. Πείτε τους ότι τα προσωπικά όρια είναι τα όρια και οι κανόνες που θέτουμε για τον εαυτό μας σε σχέση με άλλα άτομα για να νιώθουμε ότι είμαστε ασφαλείς και ότι μας σέβονται. Το να βάζουμε όρια είναι μια μορφή αυτοφροντίδας. Είναι ένας τρόπος προστασίας του χρόνου, του χώρου και της ενέργειάς μας, καθώς δημιουργούμε σαφείς οδηγίες για το πώς θέλουμε να μας φέρονται. Τα όρια δίνουν τη δυνατότητα στους άλλους να γνωρίζουν τι είναι και τι δεν είναι αποδεκτό. Στη συνέχεια, τονίστε τη σημασία του να μιλήσουν σε ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης, όπως έναν γονέα, έναν/μια δάσκαλο/-λα ή ένα μέλος της οικογένειας, αν κάποιος τα κάνει να αισθάνονται άβολα ή προσπαθεί να κρατήσει μυστικά. Προσθέστε ότι τα ενήλικα άτομα εμπιστοσύνης είναι εκεί για να τα βοηθήσουν και να τα κρατήσουν ασφαλή και ότι δεν πρέπει ποτέ να φοβούνται να μοιραστούν τα συναισθήματά τους μαζί τους, γιατί θέλουν να τα ξέρουν. (13 λεπτά)</p> <p>❖ Συνεχίστε με την απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας στα παιδιά όλα όσα έμαθαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, δηλαδή: α. τι είναι η αποπλάνηση ανηλίκων (grooming) - online και offline, β. τα/τις σημάδια/τακτικές του grooming, γ. τη σημασία του να θέτουν όρια λέγοντας «όχι» όταν αισθάνονται άβολα και να μιλούν σε ενήλικα άτομα εμπιστοσύνης για τις ανησυχίες τους. (2 λεπτά)</p>
--	---

Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν	- Το άτομο που εκπαιδεύει θα πρέπει να είναι έτοιμο να αντιμετωπίσει περίπλοκα ή ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν. Να είναι προετοιμασμένο για το πώς να αντιδράσει αν ένα παιδί αποκαλύψει σεξουαλική κακοποίηση ή άλλη βία που έχει βιώσει. Το άτομο που εκπαιδεύει θα μπορούσε να αντιδράσει λέγοντας: «σε ευχαριστώ που μου/μας το είπες αυτό», «αν θέλεις, μπορούμε να το συζητήσουμε ιδιαίτερα».
Διανεμόμενα έντυπα	- Τρία Φυλλάδια (Παράρτημα 2 (i) της Ενότητας 5), ένα για κάθε ομάδα
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δεν χωρίζετε τα παιδιά σε ομάδες. Στέλνετε τα φυλλάδια με τα σημάδια της αποπλάνησης ανηλίκων (grooming) στα παιδιά μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mail).
Βιβλιογραφικές αναφορές	ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου

Κεφάλαιο 3: Πρόληψη και καταπολέμηση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών

Βασικές πληροφορίες

Ένα σημαντικό στοιχείο της πρόληψης και της καταπολέμησης της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών είναι η παροχή ολοκληρωμένης σεξουαλικής εκπαίδευσης στα παιδιά. Διδάσκοντάς τα για τα μέρη του σώματος, τα όρια και τη συναίνεση, τις υγιείς σχέσεις, τα ανησυχητικά σημάδια και τις δεξιότητες ασφάλειας, αποκτούν την ευαισθητοποίηση και την κατανόηση που χρειάζονται για να προστατευτούν από τη σεξουαλική κακοποίηση, αν και δεν είναι ευθύνη του παιδιού να προστατεύσει τον εαυτό του, τουλάχιστον αποκλειστικά. Τα ενήλικα άτομα οφείλουν να προστατεύουν τα παιδιά. Εξίσου σημαντική είναι η δημιουργία ανοικτών και αξιόπιστων σχέσεων με τα ενήλικα άτομα, καθώς και η ύπαρξη ενός ασφαλούς περιβάλλοντος για να

αναπτυχθούν. Επιπλέον, η αντιμετώπιση των ατόμων με σεξουαλικό ενδιαφέρον για τα παιδιά αποτελεί σπουδαία πτυχή της πρόληψης, αν και δεν εξετάζεται στο παρόν έγγραφο λεπτομερώς.

Ως εκπαιδευτικοί θα πρέπει να διδάσκετε, μεταξύ άλλων, στα παιδιά:

- ❖ τις ακριβείς ονομασίες των ιδιωτικών μερών του σώματος, δηλαδή στήθη, αιδού, πέος, όσχεο, γλουτοί και τη διαφορά μεταξύ του καλού αγγίγματος (π.χ. όταν ο μπαμπάς σας δίνει μια αγκαλιά και ένα φιλί για καληνύχτα, όταν η μαμά σας δίνει μια αγκαλιά και ένα φιλί αφού ξυπνήσετε, όταν η γιαγιά και ο παππούς έρχονται να σας επισκεφτούν και όλοι αγκαλιάζονται και φιλιούνται) και του κακού αγγίγματος (π.χ. όταν κάποιος αγγίζει τα ιδιωτικά μέρη του σώματός σας)·
- ❖ τη διάκριση μεταξύ καλών μυστικών (π.χ. εκπλήξεις γενεθλίων) και κακών μυστικών (π.χ. εκείνων που κάνουν το παιδί να αισθάνεται ανασφαλές ή άβολα)·
- ❖ τη σημασία των ορίων και της συναίνεσης·
- ❖ τα προειδοποιητικά σημάδια·
- ❖ να φεύγουν από κάποιο μέρος αν αισθάνονται άβολα ή ότι κινδυνεύουν.

Η ενθάρρυνση των παιδιών να φεύγουν αν αισθάνονται άβολα ή ότι κινδυνεύουν σε μια συγκεκριμένη κατάσταση είναι ένας πολύ αποτελεσματικός μηχανισμός πρόληψης και καταπολέμησης της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών. Τα περισσότερα παιδιά κοινωνικοποιούνται να σέβονται τα ενήλικα άτομα, αλλά το να σέβεσαι δεν σημαίνει ότι συμμορφώνεσαι με όλα όσα θέλουν να κάνουν τα ενήλικα άτομα. Τα άτομα που έχουν ως στόχο τη σεξουαλική κακοποίηση ενός παιδιού μπορεί να χρησιμοποιούν τη δύναμη και την εξουσία τους ως τα ενήλικα άτομα για να ξεγελάσουν, να διατάξουν, να απειλήσουν ή να χειραγωγήσουν. Όταν στα παιδιά λένε να συμμορφώνονται με τα πάντα, αυτό τα καθιστά πιο ευάλωτα στη σεξουαλική κακοποίηση. Τα παιδιά έχουν δικαίωμα να λένε «όχι» όσον αφορά το ποιο άτομο τα αγγίζει και ποιο άτομο αγγίζουν και γενικά όταν αισθάνονται ανασφάλεια ή αμηχανία. Αυτός ο κανόνας τους διδάσκει ότι είναι σωστό να υπερασπίζονται τον εαυτό τους και να είναι διεκδικητικά αν κάτι τους φαίνεται λάθος.

Θα πρέπει να θυμάστε ότι ως εκπαιδευτικοί διαδραματίζετε καθοριστικό ρόλο στη ζωή ενός παιδιού και ότι μπορείτε συγχρόνως να λειτουργήσετε ως ενήλικα άτομα εμπιστοσύνης στους οποίους τα παιδιά αισθάνονται άνετα να εκμυστηρεύονται τα θέματα που τα απασχολούν. Προάγοντας ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον, μπορείτε να δημιουργήσετε μια ατμόσφαιρα όπου τα παιδιά θα νιώθουν ότι μπορούν να μοιραστούν τις εμπειρίες, τις ανησυχίες και τους φόβους τους. Αυτό μπορεί να συμβάλει αποφασιστικά στον εντοπισμό σημαδιών κακοποίησης και στην παροχή της απαραίτητης βοήθειας. Είναι ζωτικής σημασίας να αναγνωρίσετε ότι τα παιδιά, ιδίως τα πιο μικρά, μπορεί να μην αντιλαμβάνονται πάντα ότι υφίστανται σεξουαλική κακοποίηση. Ενδεχομένως να πιστεύουν ότι είναι κάτι σύνηθες ή ότι είναι κάτι που το παιδί πρέπει να κάνει. Αν ένα παιδί σας πει ότι έχει κακοποιηθεί, προσπαθήστε να παραμείνετε ήρεμοι/-μες, να το ακούσετε και να μην του επιρρίψετε ποτέ την ευθύνη (Child Welfare Information Gateway; Canadian Centre for Child Protection, p. 4).

Μία από τις βασικές προκλήσεις για την καταπολέμηση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών είναι να διασφαλιστεί ότι τα παιδιά αποκαλύπτουν τα περιστατικά εγκαίρως. Τα παιδιά όμως σπάνια αποκαλύπτουν τη σεξουαλική κακοποίηση αμέσως μετά το συμβάν. Μπορεί να νιώθουν φόβο, αμηχανία, ίσως να μην έχουν καταλάβει τι τους έχει συμβεί, μπορεί να μην έχουν το κατάλληλο λεξιλόγιο για να μιλήσουν σε κάποιον για την κακοποίηση ή να πιστεύουν ότι η κακοποίηση δεν είναι σημαντικό να αναφερθεί. Όταν ένα παιδί επιλέγει να αποκαλύψει τι του έχει συμβεί, είναι πιο πιθανό να εμπιστευτεί τους/τις φίλους/-λες του παρά να απευθυνθεί στις αρμόδιες αρχές, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε καθυστερημένη αναφορά ή σε περιπτώσεις που δεν αναφέρονται καθόλου. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να εμπεδώσουν τα παιδιά τη σημασία του να μιλούν σε ενήλικα άτομα εμπιστοσύνης που εμπιστεύονται, τα οποία μπορούν αφενός να τους παράσχουν την απαραίτητη υποστήριξη και αφετέρου να πραγματοποιήσουν την κατάλληλη παρέμβαση.

Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1

Τίτλος Δραστηριότητας	Περιπέτεια με Σούπερ Ήρωες/Ηρωίδες Προσωπικής Ασφάλειας (5-8 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Να κατανοούν ότι όχι μόνο άγνωστα ενήλικα άτομα μπορεί να αποτελέσουν κίνδυνο για αυτά, αλλά και ενήλικα άτομα που γνωρίζουν·❖ Να λένε «όχι» όταν αισθάνονται άβολα ή ότι δεν είναι ασφαλή·❖ Να εκμυστηρεύονται όσα τα απασχολούν σε ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης..
Υλικά	<ul style="list-style-type: none">- Ένα εμπόδιο με κώνους, χούλα χουπ ή άλλα ασφαλή αντικείμενα·- Πιστοποιητικά Σούπερ Ήρωα/Ηρωίδας Προσωπικής Ασφάλειας (Παράρτημα 3 της Ενότητας 5)·- Αυτοκόλλητα·- Ιστορία (Παράρτημα 4 της Ενότητας 5).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none">❖ Πριν από την έναρξη της δραστηριότητας, δημιουργήστε διάφορους σταθμούς γύρω από τον χώρο, καθένας από τους οποίους θα επικεντρώνεται σε μια συγκεκριμένη δεξιότητα προσωπικής ασφάλειας (Σταθμός 1: Λέω «Όχι» – τοποθετήστε την ιστορία που βρίσκεται στο Παράρτημα 4 της Ενότητας 5, Σταθμός 2: Φεύγω Μακριά – στήστε ένα απλό εμπόδιο με κώνους, χούλα χουπ ή κάποιο άλλο ασφαλές αντικείμενο, Σταθμός 3: Ζητάω Βοήθεια).

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Συγκεντρώστε τα παιδιά σε έναν κύκλο και καλωσορίστε τα στην «Περιπέτεια με Σούπερ Ήρωες/Ηρωίδες Προσωπικής Ασφάλειας». Εξηγήστε τους ότι θα μάθουν σημαντικές δεξιότητες που θα τα βοηθήσουν να μείνουν ασφαλή. (3 λεπτά) ❖ Αφηγηθείτε την «Ιστορία με Σούπερ Ήρωες/Ηρωίδες Προσωπικής Ασφάλειας»: «Μια φορά κι έναν καιρό, σε μια πολυσύχναστη πόλη που ονομαζόταν <i>Safetyville</i>, υπήρχαν τρεις εξαιρετικοί φίλοι/-ες που ήταν γνωστοί ως οι Σούπερ Ήρωες/Ηρωίδες Προσωπικής Ασφάλειας. Καθένας από αυτούς είχε μια ιδιαίτερη δύναμη που βοηθούσε να κρατούν τα παιδιά του <i>Safetyville</i> ασφαλή. 1. Ο <i>Captain Courageous</i>. Ο <i>Captain Courageous</i> είχε τη δύναμη να λέει «όχι» με αυτοπεποίθηση. Μπορούσε να σηκωθεί και να πει με αποφασιστικότητα «όχι» όταν κάτι δεν του φαινόταν σωστό, 2. <i>Swift Sprinter</i>. Ο <i>Swift Sprinter</i> ήταν αστραπιαία γρήγορος. Μπορούσε να ξεφύγει από οποιαδήποτε δυσάρεστη κατάσταση στο άψε-σβήσε και να βρει ένα ασφαλές σημείο σε χρόνο μηδέν, 3. <i>Helpful Heart</i>. Η <i>Helpful Heart</i> είχε μια καρδιά γεμάτη καλοσύνη και ήξερε ακριβώς πώς να ζητήσει βοήθεια όταν χρειαζόταν. Δεν φοβόταν ποτέ να προσεγγίσει ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης για βοήθεια. Μια ηλιόλουστη μέρα στο <i>Safetyville</i>, οι Σούπερ Ήρωες/Ηρωίδες Προσωπικής Ασφάλειας συγκέντρωσαν όλα τα παιδιά στην πλατεία της πόλης. Μοιράστηκαν ιστορίες από τις περιπέτειές τους διδάσκοντας στα παιδιά τις ιδιαίτερες δυνάμεις τους και πώς τις χρησιμοποιούσαν για να παραμένουν ασφαλείς. Από
--	--

	<p>εκείνη την ημέρα, τα παιδιά του Safetyville ένωσαν δυνατά και έτοιμα να χρησιμοποιήσουν τις δικές τους δυνάμεις ασφαλείας. Ήξεραν ότι αν ποτέ αισθάνονταν αβέβαια ή άβολα, μπορούσαν να γίνουν ακριβώς όπως οι Σούπερ Ήρωες/Ηρωίδες Προσωπικής Ασφάλειας – να πουν «όχι», να φύγουν μακριά και να ζητήσουν βοήθεια. Και έτσι, οι περιπέτειες των Σούπερ Ηρώων/Ηρωίδων Προσωπικής Ασφάλειας συνεχίζονται, διαδίδοντας το μήνυμα της προσωπικής ασφάλειας σε όλο τον κόσμο και εξασφαλίζοντας ότι τα παιδιά παντού θα νιώθουν δυνατά και ασφαλή». (5 λεπτά)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Δώστε στα παιδιά οδηγίες σχετικά με τους σταθμούς ανάπτυξης δεξιοτήτων. Ενημερώστε τα ότι έχετε δημιουργήσει τρεις σταθμούς γύρω από τον χώρο, καθένας από τους οποίους επικεντρώνεται σε μια συγκεκριμένη δεξιότητα προσωπικής ασφάλειας. (2 λεπτά) ❖ Ζητήστε από ένα παιδί που θέλει να πάει στον Σταθμό 1: Λέω «Όχι» και διαβάστε την ιστορία. Μετά τη συζήτηση για την ιστορία (Παράρτημα 4 της Ενότητας 5), ενθαρρύνετε όλα τα παιδιά να πουν «Όχι, δεν το θέλω». Δώστε θετική ενίσχυση για τη χρήση ενός σταθερού και διεκδικητικού τόνου. Υπογραμμίστε ότι είναι εντάξει να λένε «όχι» σε καταστάσεις που τα κάνουν να νιώθουν άβολα και είναι ενάντια στα προσωπικά τους όρια. (10 λεπτά) ❖ Ζητήστε από τα παιδιά να σηκωθούν και να πλησιάσουν τον «Σταθμό 2: Φεύγω Μακριά». Εξηγήστε ότι αυτός ο σταθμός αφορά τη γρήγορη μετακίνηση για να φτάσουν σε ένα ασφαλές μέρος.
--	--

	<p><i>Ενθαρρύνετέ τα να περάσουν μέσα από τη διαδρομή όσο πιο γρήγορα μπορούν χωρίς να προσκρούσουν στα εμπόδια. Δείξτε τους πώς να περιηγηθούν κατά μήκος της διαδρομής εμποδίων τονίζοντας τη σημασία της γρήγορης αλλά ασφαλούς κίνησης. Υπενθυμίστε τους να κοιτάζουν πάντα προς τα πού πηγαίνουν και να έχουν επίγνωση του περιβάλλοντός τους. (10 λεπτά)</i></p> <p>❖ <i>Πηγαίνετε στον «Σταθμό 3: Ζητάω Βοήθεια». Χρησιμοποιήστε τα ακόλουθα σενάρια παιχνιδιού ρόλων που αφορούν καταστάσεις όπου ένα παιδί μπορεί να χρειαστεί βοήθεια: α. κάποιο άτομο σας αγκαλιάζει υπερβολικά, παρόλο που του έχετε πει ότι δεν το θέλετε, β. κάποιο άτομο σας ζητά να κρατήσετε ένα μυστικό που σας κάνει να νιώθετε άβολα, γ. κάποιο άτομο συζητά μαζί σας ακατάλληλα θέματα. Πείτε στα παιδιά ότι πρέπει να απευθυνθούν σε εσάς, διότι είστε «ένα ενήλικο άτομο που εμπιστεύονται περισσότερο» και να ζητήσουν βοήθεια. Ενισχύστε θετικά τις προσπάθειές τους και υπενθυμίστε τους ότι είναι απολύτως σωστό να ζητούν βοήθεια όταν τη χρειάζονται. (10 λεπτά)</i></p> <p>❖ <i>Πιστοποιητικά Σούπερ Ήρωα/Ηρωίδας Προσωπικής Ασφάλειας</i></p> <p><i>Συγκεντρώστε τα παιδιά και δώστε τους τα «Πιστοποιητικά Σούπερ Ήρωα/Ηρωίδας Προσωπικής Ασφάλειας» για την ολοκλήρωση της περιπέτειας. Αν είναι εφικτό, αφήστε τα να επιλέξουν ένα αυτοκόλλητο για να το φορέσουν ως σύμβολο των</i></p>
--	--

	<p>νέων τους δεξιότητων προσωπικής ασφάλειας. (3 λεπτά)</p> <p>❖ <i>Υπόσχεση και Αποχαιρετισμοί για την Ασφάλεια των Σούπερ Ηρώων/Ηρωίδων</i></p> <p><i>Βάλτε τα παιδιά να σταθούν σε έναν κύκλο και καθοδηγήστε τα στην απαγγελία μιας απλής υπόσχεσης ασφάλειας. Για παράδειγμα: «Υπόσχομαι να γίνω Σούπερ Ήρωας/Ηρωίδα Προσωπικής Ασφάλειας και να προσέχω τον εαυτό μου. Θα λέω «όχι», θα φεύγω μακριά και θα ζητάω βοήθεια όταν τη χρειάζομαι». Ευχαριστήστε τα παιδιά που είναι Σούπερ Ήρωες/Ηρωίδες Προσωπικής Ασφάλειας και υπενθυμίστε τους να εξασκήσουν τις νέες τους δεξιότητες σε πραγματικές καταστάσεις. (2 λεπτά)</i></p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Εξηγήστε με σαφήνεια κάθε σενάριο παιχνιδιού ρόλων. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να εξασκηθούν στο να ζητούν βοήθεια.</i> - <i>Προσφέρετε καθοδήγηση για το πώς να προσεγγίσουν ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης σε αυτές τις καταστάσεις. Για παράδειγμα, μπορούν να πουν: «Με συγχωρείτε, πρέπει να σας μιλήσω για κάτι σημαντικό».</i> - <i>Επιβραβεύστε τα παιδιά για τις προσπάθειές τους στα σενάρια παιχνιδιού ρόλων. Τονίστε ότι το να ζητούν βοήθεια είναι μια γενναία και σημαντική πράξη.</i> - <i>Αν ένα παιδί φαίνεται να νιώθει άβολα ή να μην είναι σίγουρο κατά τη διάρκεια μιας δραστηριότητας, αντιμετωπίστε τις ανησυχίες του και καθησυχάστε το.</i>

	<p>- Το άτομο που εκπαιδεύει θα πρέπει να είναι έτοιμο να αντιμετωπίσει περίπλοκα ή ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν. Να είναι προετοιμασμένο για το πώς να αντιδράσει αν ένα παιδί αποκαλύψει σεξουαλική κακοποίηση ή άλλη βία που έχει βιώσει. Το άτομο που εκπαιδεύει θα μπορούσε να αντιδράσει λέγοντας: «σε ευχαριστώ που μου/μας το είπες αυτό», «αν θέλεις, μπορούμε να το συζητήσουμε ιδιαίτερα».</p>
Διανεμόμενα έντυπα	Δ/Υ
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου

Δραστηριότητα 2

Τίτλος Δραστηριότητας	Κυνήγι Θησαυρού Προσωπικής Ασφάλειας (9-11 ετών)
Διάρκεια	45 λεπτά
Μαθησιακοί Στόχοι	<p>Μετά την ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας, τα παιδιά θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Να κατανοούν ότι όχι μόνο άγνωστα ενήλικα άτομα μπορεί να αποτελέσουν κίνδυνο για αυτά, αλλά και ενήλικα άτομα που γνωρίζουν ❖ Να λένε «όχι» όταν αισθάνονται άβολα ή ότι δεν είναι ασφαλή ❖ Να εκμυστηρεύονται όσα τα απασχολούν σε ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης.

Υλικά	<ul style="list-style-type: none"> - Ένα εμπόδιο με κώνους, χούλα χουπ ή άλλα ασφαλή αντικείμενα - Πιστοποιητικά Προσωπικής Ασφάλειας (Παράρτημα 6 της Ενότητας 5).
Οδηγίες	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Πριν από την έναρξη της δραστηριότητας, δημιουργήστε διάφορους σταθμούς γύρω από τον χώρο, καθένας από τους οποίους θα επικεντρώνεται σε μια συγκεκριμένη δεξιότητα προσωπικής ασφάλειας (Σταθμός 1: Λέω «Όχι» – τοποθετήστε την ιστορία που βρίσκεται στο Παράρτημα 4 της Ενότητας 5, Σταθμός 2: Φεύγω Μακριά – στήστε ένα απλό εμπόδιο με κώνους, χούλα χουπ ή κάποιο άλλο ασφαλές αντικείμενο, Σταθμός 3: Ζητάω Βοήθεια). ❖ Συγκεντρώστε τα παιδιά σε έναν κύκλο και καλωσορίστε τα στο «Κυνήγι Θησαυρού Προσωπικής Ασφάλειας». Εξηγήστε τους ότι θα επισκεφθούν διάφορους σταθμούς για να μάθουν σημαντικές δεξιότητες προσωπικής ασφάλειας. Μοιράστε σε κάθε παιδί τη «Λίστα Ελέγχου για το Κυνήγι Θησαυρού Προσωπικής Ασφάλειας» (Παράρτημα 5 της Ενότητας 5). (5 λεπτά) ❖ Ζητήστε από ένα παιδί που θέλει να πάει στον Σταθμό 1: Λέω «Όχι» και διαβάστε την ιστορία. Μετά τη συζήτηση για την ιστορία (Παράρτημα 4 της Ενότητας 5), ενθαρρύνετε όλα τα παιδιά να πουν «Όχι, δεν το θέλω». Δώστε θετική ενίσχυση για τη χρήση ενός σταθερού και διεκδικητικού τόνου. Υπογραμμίστε ότι είναι εντάξει να λένε «όχι» σε καταστάσεις που τα κάνουν να νιώθουν άβολα και είναι ενάντια στα προσωπικά τους όρια. (10 λεπτά)

	<p>❖ Ζητήστε από τα παιδιά να σηκωθούν και να πλησιάσουν τον «Σταθμό 2: Φεύγω Μακριά». Εξηγήστε ότι αυτός ο σταθμός αφορά τη γρήγορη μετακίνηση για να φτάσουν σε ένα ασφαλές μέρος. Ενθαρρύνετέ τα να περάσουν μέσα από τη διαδρομή όσο πιο γρήγορα μπορούν χωρίς να προσκρούσουν στα εμπόδια. Δείξτε τους πώς να περιηγηθούν κατά μήκος της διαδρομής εμποδίων τονίζοντας τη σημασία της γρήγορης αλλά ασφαλούς κίνησης. Υπενθυμίστε τους να κοιτάζουν πάντα προς τα πού πηγαίνουν και να έχουν επίγνωση του περιβάλλοντός τους. (10 λεπτά)</p> <p>Πηγαίνετε στον «Σταθμό 3: Ζητάω Βοήθεια». Χρησιμοποιήστε τα ακόλουθα σενάρια παιχνιδιού ρόλων που αφορούν καταστάσεις όπου ένα παιδί μπορεί να χρειαστεί βοήθεια: α. κάποιος σας αγκαλιάζει υπερβολικά, παρόλο που του έχετε πει ότι δεν το θέλετε, β. κάποιος σας ζητά να κρατήσετε ένα μυστικό που σας κάνει να νιώθετε άβολα, γ. κάποιος συζητά μαζί σας ακατάλληλα θέματα. Πείτε στα παιδιά ότι πρέπει να απευθυνθούν σε εσάς, διότι είστε «ο/η ενήλικας που εμπιστεύονται περισσότερο» και να ζητήσουν βοήθεια. Ενισχύστε θετικά τις προσπάθειές τους και υπενθυμίστε τους ότι είναι απολύτως σωστό να ζητούν βοήθεια όταν τη χρειάζονται. (10 λεπτά)</p> <p>❖ Πιστοποιητικά Προσωπικής Ασφάλειας. Συγκεντρώστε τα παιδιά και δώστε τους τα «Πιστοποιητικά Προσωπικής Ασφάλειας» για την ολοκλήρωση του κυνηγιού θησαυρού. (5 λεπτά)</p>
--	--

	<p>❖ Προχωρήστε στην απολογιστική ενημέρωση (debriefing) συνοψίζοντας όλες τις δεξιότητες προσωπικής ασφάλειας που έμαθαν τα παιδιά, δηλαδή: α. ότι όχι μόνο άγνωστα ενήλικα άτομα μπορεί να αποτελέσουν κίνδυνο γι' αυτά, αλλά και ενήλικα άτομα που γνωρίζουν, β. ότι όχι μόνο δεν είναι αγένεια να λένε «όχι», αλλά αντιθέτως είναι απολύτως απαραίτητο να το λένε σε ορισμένες περιπτώσεις, γ. ότι πρέπει να εκμυστηρεύονται όσα τα απασχολούν σε ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης. Υπενθυμίστε τους να εξασκήσουν τις νέες τους δεξιότητες στην καθημερινή τους ζωή. (5 λεπτά)</p>
<p>Συμβουλές για άτομα που εκπαιδεύουν</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Εξηγήστε με σαφήνεια κάθε σενάριο παιχνιδιού ρόλων. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να εξασκηθούν στο να ζητούν βοήθεια. - Προσφέρετε καθοδήγηση για το πώς να προσεγγίσουν ένα ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης σε αυτές τις καταστάσεις. Για παράδειγμα, μπορούν να πουν: «Με συγχωρείτε, πρέπει να σας μιλήσω για κάτι σημαντικό». - Επιβραβεύστε τα παιδιά για τις προσπάθειές τους στα σενάρια παιχνιδιού ρόλων. Τονίστε ότι το να ζητούν βοήθεια είναι μια γενναία και σημαντική πράξη. - Αν ένα παιδί φαίνεται να νιώθει άβολα ή να μην είναι σίγουρο κατά τη διάρκεια μιας δραστηριότητας, αντιμετωπίστε τις ανησυχίες του και καθησυχάστε το. - - Το άτομο που εκπαιδεύει θα πρέπει να είναι έτοιμο να αντιμετωπίσει περίπλοκα ή ευαίσθητα θέματα που μπορεί να προκύψουν. Να είναι

	<p>προετοιμασμένο για το πώς να αντιδράσει αν ένα παιδί αποκαλύψει σεξουαλική κακοποίηση ή άλλη βία που έχει βιώσει. Το άτομο που εκπαιδεύει θα μπορούσε να αντιδράσει λέγοντας: «σε ευχαριστώ που μου/μας το είπες αυτό», «αν θέλεις, μπορούμε να το συζητήσουμε ιδιαίτερα».</p>
Διανεμόμενα έντυπα	- Λίστα Ελέγχου για το Κυνήγι Θησαυρού Προσωπικής Ασφάλειας (Παράρτημα 5 της Ενότητας 5)
Προσαρμογές για διαδικτυακό περιβάλλον	Δ/Υ
Βιβλιογραφικές αναφορές	ΚΜΟΡ – Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας – Θεοδώρα Μώρου

Υποστηρικτικό υλικό

- Peter Ledwon, Marilyn Mets, Mia's Secret
- Carol A. Plummer. (1984). Preventing Sexual Abuse. Activities and Strategies for Those Working with Children and Adolescents, Learning Publications, Florida
- Committee for Children. (2022). How to talk with kids about personal safety and sexual abuse. A conversation guide for Parents and Caregivers. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από <https://www.cfchildren.org/wp-content/uploads/resources/child-abuse-prevention/docs/all-ages-sexual-abuse-prevention-conversation-guide.pdf>
- Women's Centre for Change. (2015). Teaching Children to be Safe. Ανακτήθηκε 13 Δεκεμβρίου, 2023 από: https://www.wccpenang.org/01important/books/Teaching_Children_to_be_Safe_ENG.pdf

Βιβλιογραφικές αναφορές

Bravehearts Foundation. (n.d.). What is grooming? Ανακτήθηκε 24 Ιουλίου, 2023 από <https://bravehearts.org.au/about-child-sexual-abuse/what-is-grooming/>

Canadian Centre for Child Protection. (n.d.). Child Sexual Abuse. It is your business. 2014. Ανακτήθηκε 30 Αυγούστου, 2023 από https://www.protectchildren.ca/pdfs/C3P_ChildSexualAbuse_ItIsYourBusiness_en.pdf

Child Welfare Information Gateway. (n.d.). Preventing Child Sexual Abuse. Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου, 2023 από <https://www.childwelfare.gov/topics/preventing/promoting/parenting/>

Darkness to light. End child sexual abuse. (n.d.). Identifying child sexual abuse. Ανακτήθηκε 26 Ιουλίου, 2023 από <https://www.d2l.org/get-help/identifying-abuse/>

ECPAT. (2016). Terminology Guidelines for the Protection of Children from Sexual Exploitation and Sexual Abuse. Ανακτήθηκε 27 Ιουλίου, 2023 από https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/terminology_guidelines_396922-e.pdf/

Internet Watch Foundation. (n.d.). Annual Report. 2022. Ανακτήθηκε 9 Οκτωβρίου, 2023 από <https://annualreport2022.iwf.org.uk/trends-and-data/self-generated-csam/>

Manly Stewart Finaldi. (2021). What is visual sexual abuse? Ανακτήθηκε 26 Ιουλίου, 2023 από <https://www.manlystewart.com/what-is-visual-sexual-abuse/>

NSPCC. (n.d.). What is child sexual abuse? Ανακτήθηκε 27 Ιουλίου, 2023 από <https://www.nspcc.org.uk/what-is-child-abuse/types-of-abuse/child-sexual-abuse/>

Save the Children. (2003). Save the Children's Policy on: Protecting Children from Sexual Abuse and Exploitation.

Save the Children Finland. (n.d.). Child Sexual Abuse. Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου, 2023 από <https://www.pelastakaalapset.fi/en/child-protection-and-finnish-hotline/information-about-child-sexual-abuse/child-sexual-abuse/>

Save the Children Finland. (2021). Grooming in the eyes of a child - A report on the experiences of children on online grooming.

Save the Children Finland. (n.d.). Child sexual abuse materials. Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου, 2023 από <https://www.pelastakaalapset.fi/en/child-protection-and-finnish-hotline/information-about-child-sexual-abuse/child-sexual-abuse-materials/>

Singh, M., Parsekar, S., & Nair, S. (2014). An Epidemiological Overview of Child Sexual Abuse. *J Family Med Prim Care*, 430-435. Ανακτήθηκε 27 Ιουλίου, 2023 από <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4311357/>

Srivastana, K., Chaudhury, S., Bhat, P., & Patkar, P. (2017). Child sexual abuse: the suffering untold. *Ind Psychiatry J.*, 1-3. Ανακτήθηκε 26 Ιουλίου, 2023 από <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5810157/>

Winters, G., Jeglic, E., & Kaylor, L. (2020). Validation of the Sexual Grooming Model of Child Sexual Abusers. *7(29)*, 855-875.

Women's Centre for Change. (2015). A Teacher's Manual on Child Sexual Abuse. Teaching Children to be Safe.

Παραρτήματα

Ενότητα 1: Τι γνωρίζετε για τα σεξουαλικά δικαιώματα;

Παράρτημα 1: Κάρτες σεξουαλικών δικαιωμάτων

Κάρτες σεξουαλικών δικαιωμάτων

1	Έχω το δικαίωμα να αντιδράσω και να πω ΟΧΙ αν κάποιος/-ποια προσπαθήσει να με αγγίξει με τρόπο που δεν μου αρέσει.
2	Έχω το δικαίωμα να αντιδράσω και να πω ΟΧΙ αν κάποιος/-ποια με αγγίξει και δεν αισθάνομαι ασφαλής.
3	Έχω το δικαίωμα να μαθαίνω και να ανακαλύπτω ό,τι χρειάζομαι για το σώμα μου.
4	Έχω το δικαίωμα να μαθαίνω και να ανακαλύπτω οτιδήποτε με ενδιαφέρει και σχετίζεται με το σώμα μου.
5	Δεν πρέπει να κοροϊδεύω τα παιδιά όλων των φύλων που τους αρέσει να παίζουν με κούκλες.
6	Δεν πρέπει να κοροϊδεύω τα παιδιά όλων των φύλων που τους αρέσει να παίζουν με αυτοκίνητα.
7	Δεν πρέπει να μιλάω άσχημα για άλλα παιδιά που ντύνονται διαφορετικά από εμένα.
8	Έχω το δικαίωμα να συμμετέχω σε όλα τα παιχνίδια ανεξάρτητα από το φύλο μου.
9	Έχω το δικαίωμα να πηγαίνω μόνος/-νη μου στην τουαλέτα και να κλείνω την πόρτα.
10	Δεν μπορώ να αναγκάσω κανένα άλλο άτομο να μου δείξει τα μέρη του σώματός του.
11	Έχω το δικαίωμα να καταλαβαίνω πώς γεννιούνται τα μωρά.
12	Έχω το δικαίωμα να γνωρίζω τα ακριβή ονόματα όλων των μερών του σώματός μου.
13	Δεν έχω δικαίωμα να αναγκάσω άλλο άτομο να με αφήσει να αγγίξω τα μέρη του σώματός του.

14	Όλα τα παιδιά έχουν τα ίδια δικαιώματα ανεξάρτητα από το φύλο τους.
15	Κανείς/-μία δεν μπορεί να με κοροϊδεύει επειδή έχω μακριά μαλλιά.
16	Κανείς/-μία δεν μπορεί να με κοροϊδεύει επειδή έχω κοντά μαλλιά.
17	Δεν πρέπει να απαγορεύω σε κανέναν/-μία να παίξει λόγω του φύλου του.
18	Έχω το δικαίωμα να αποφασίσω αν θα κάνω δικά μου παιδιά όταν μεγαλώσω.
19	Έχω το δικαίωμα να αποφασίσω πόσα παιδιά θα κάνω όταν μεγαλώσω.



Funded by
the European Union

Παράρτημα 2: Φιλικός προς τα παιδιά κατάλογος σεξουαλικών δικαιωμάτων

Φιλικός προς τα παιδιά κατάλογος σεξουαλικών δικαιωμάτων

Έχω το δικαίωμα να μου φέρονται με σεβασμό, πράγμα που σημαίνει ότι κανείς δεν μπορεί να με κοροϊδεύει, να με προσβάλλει ή να με πληγώνει με οποιονδήποτε τρόπο.
Έχω το δικαίωμα να δείχνω και να λέω πώς αισθάνομαι ή τι σκέφτομαι για το σώμα μου.
Έχω το δικαίωμα να ζητάω αυτό που θέλω σε μια σχέση με συνομήλικα άτομα και σε ερωτικές σχέσεις.
Έχω το δικαίωμα να λαμβάνω κατάλληλες για την ηλικία μου πληροφορίες σχετικά με το σεξ, την αντισύλληψη και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.
Έχω το δικαίωμα να αισθάνομαι ασφαλής και προστατευμένος/-νη στις σχέσεις μου με συνομηλικούς/-κες και ενήλικες και ότι οι άλλοι άνθρωποι σέβονται τη σεξουαλική μου υγεία και ευημερία.
Έχω το δικαίωμα να διαμαρτυρηθώ και να αντιδράσω αν κάποιος/-ποια από τους/τις συνομηλικούς/-κές μου ή τους/τις ενήλικες μου ζητήσει να συμμετάσχω σε κάτι που μου προκαλεί φόβο, δυσφορία ή μπορεί να με βλάψει με οποιονδήποτε τρόπο που αφορά το σώμα μου.
Έχω πάντα το δικαίωμα να λέω «όχι» στη σεξουαλική δραστηριότητα μέχρι να νιώσω έτοιμος/-μη.
Έχω δικαίωμα πρόσβασης σε ιατρικές υπηρεσίες και συμβουλευτικά κέντρα που θα ανταποκρίνονται επαρκώς στις ιδιαίτερες ανάγκες των παιδιών και των νέων. Έχω δικαίωμα σε ιατρική περίθαλψη υψηλής ποιότητας και εύκολης πρόσβασης, η οποία σέβεται την ιδιωτική μου ζωή και την αξιοπρέπειά μου.
Έχω το δικαίωμα να προγραμματίσω τη δημιουργία οικογένειας ελεύθερα και υπεύθυνα. Έχω το δικαίωμα να αποφασίσω αν θέλουμε ή όχι να αποκτήσουμε παιδιά, σχετικά με την πιο ευνοϊκή στιγμή για να γίνουμε γονείς.

Όλοι οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα στη σεξουαλική απόλαυση. Όλοι οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα να απολαμβάνουν το σεξ ανεξάρτητα από το φύλο ή/και τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό.



Funded by
the European Union

Παράρτημα 3: Φύλλο εργασίας σχετικά με τα σεξουαλικά δικαιώματα και τις υποχρεώσεις

Φύλλο εργασίας σχετικά με τα σεξουαλικά δικαιώματα και τις υποχρεώσεις

Σεξουαλικά δικαιώματα των παιδιών	Οι υποχρεώσεις μου – Πρέπει ή Δεν Πρέπει
Έχω το δικαίωμα να μου φέρονται με σεβασμό, πράγμα που σημαίνει ότι κανένα άτομο δεν μπορεί να με κοροϊδεύει, να με προσβάλλει ή να με πληγώνει με οποιονδήποτε τρόπο.	
Έχω το δικαίωμα να δείχνω και να λέω πώς αισθάνομαι ή τι σκέφτομαι για το σώμα μου.	
Έχω το δικαίωμα να ζητάω αυτό που θέλω σε μια σχέση με συνομήλικα άτομα και σε ερωτικές σχέσεις.	
Έχω το δικαίωμα να λαμβάνω κατάλληλες για την ηλικία μου πληροφορίες σχετικά με το σεξ, την αντισύλληψη και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.	
Έχω το δικαίωμα να αισθάνομαι ασφαλής και προστατευμένος/-νη στις	

<p>σχέσεις μου με συνομήλικα και ενήλικα άτομα και ότι οι άλλοι άνθρωποι σέβονται τη σεξουαλική μου υγεία και ευημερία.</p>	
<p>Έχω το δικαίωμα να διαμαρτυρηθώ και να αντιδράσω αν κάποιο από τα συνομήλικα παιδιά ή τα ενήλικα άτομα μου ζητήσει να συμμετάσχω σε κάτι που μου προκαλεί φόβο, δυσφορία ή μπορεί να με βλάψει με οποιονδήποτε τρόπο που αφορά το σώμα μου.</p>	
<p>Έχω πάντα το δικαίωμα να λέω «όχι» στη σεξουαλική δραστηριότητα μέχρι να νιώσω έτοιμος/-μη.</p>	
<p>Έχω δικαίωμα πρόσβασης σε ιατρικές υπηρεσίες και συμβουλευτικά κέντρα που θα ανταποκρίνονται επαρκώς στις ιδιαίτερες ανάγκες των παιδιών και των νεαρών ατόμων. Έχω δικαίωμα σε ιατρική περίθαλψη υψηλής ποιότητας και εύκολης πρόσβασης, η οποία σέβεται την ιδιωτική</p>	

μου ζωή και την αξιοπρέπειά μου.	
Έχω το δικαίωμα να προγραμματίσω τη δημιουργία οικογένειας ελεύθερα και υπεύθυνα. Έχω το δικαίωμα να αποφασίσω αν θέλουμε ή όχι να αποκτήσουμε παιδιά, σχετικά με την πιο ευνοϊκή στιγμή για να γίνουμε γονείς.	
Όλοι οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα στη σεξουαλική απόλαυση. Όλοι οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα να απολαμβάνουν το σεξ ανεξάρτητα από το φύλο ή/και τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό.	



Funded by
the European Union

Παράρτημα 4: Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 5-8 ετών

Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 5-8 ετών

- ❖ Όλα τα φύλα ουρούν («κάνουν τσίσα») με τον ίδιο τρόπο.
- ❖ Τα περισσότερα αγόρια έχουν πέος, ενώ τα περισσότερα κορίτσια έχουν κόλπο.
- ❖ Δεν πρέπει να παίζουμε με αγόρια που τους αρέσουν οι κούκλες.
- ❖ Δεν είναι καλό να αγγίζεις τον ποπό ή το πιπί σου.
- ❖ Για να γεννηθεί ένα μωρό, είναι απαραίτητο να συναντηθούν το ωάριο και το σπέρμα.
- ❖ Η εφηβεία οδηγεί σε αλλαγές στο σώμα μας.
- ❖ Τα κορίτσια είναι πιο όμορφα από τα αγόρια.
- ❖ Όλα τα αγόρια είναι σκληρά και τα άλλα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν πολύ μαζί τους.
- ❖ Μόνο παιδιά διαφορετικού φύλου μπορούν να φιλιούνται μεταξύ τους.
- ❖ Όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως φύλου μπορούν να είναι λυπημένα και να κλαίνε.
- ❖ Όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως φύλου μπορούν να είναι εξίσου καλά στα αθλήματα.



Παράρτημα 5: Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 9-11 ετών

Δηλώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Παιδιά 9-11 ετών

- ❖ *Η εφηβεία οδηγεί σε αλλαγές στο σώμα μας.*
- ❖ *Ο αυνανισμός είναι επικίνδυνος για την υγεία.*
- ❖ *Τα κορίτσια και τα αγόρια που τους αρέσουν άλλα άτομα του ίδιου φύλου πρέπει να εξετάζονται από γιατρό.*
- ❖ *Τα περισσότερα κορίτσια μπορούν να μείνουν έγκυες μετά την πρώτη τους περίοδο.*
- ❖ *Είναι πολύ αγενές να αγγίζεις τα γεννητικά σου όργανα.*
- ❖ *Όταν το στήθος των κοριτσιών αρχίζει να μεγαλώνει, σημαίνει ότι είναι έτοιμα να κάνουν σχέση με αγόρι.*
- ❖ *Ένα κορίτσι μπορεί να ερωτευτεί ένα άλλο κορίτσι.*
- ❖ *Τα αγόρια είναι πιο δυνατά από τα κορίτσια.*
- ❖ *Δεν είναι σωστό για ένα κορίτσι να ζητήσει από ένα αγόρι να βγουν ραντεβού.*
- ❖ *Τα κορίτσια είναι καλύτερα από τα αγόρια στον αθλητισμό.*
- ❖ *Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, τόσο τα κορίτσια όσο και τα αγόρια αρχίζουν να βγάζουν τρίχες στο σώμα τους.*
- ❖ *Είναι πολύ σωστό τα κορίτσια να μην έχουν καμία σεξουαλική επαφή πριν από τον γάμο.*
- ❖ *Είναι απολύτως σωστό να σε αγγίζει κάποιο άτομο που γνωρίζεις καλά, ακόμη και αν δεν σου αρέσει αυτό το άγγιγμα.*



Παράρτημα 6: Ιστορίες ποικιλομορφίας

Ιστορίες ποικιλομορφίας

<p>1. Ο Άντι ήρθε στο σχολείο σήμερα με βαμμένα νύχια. Είχε βάψει τα νύχια του ροζ και πολλά παιδιά τον κοροϊδευσαν.</p>
<p>2. Η Μπέτι θέλει να εγγραφεί (γραφτεί) στην τοπική ομάδα ποδοσφαίρου, η οποία μέχρι στιγμής περιλαμβάνει μόνο αγόρια, καθώς κανένα κορίτσι δεν έχει εγγραφεί (γραφτεί) στο παρελθόν σε αυτό το ποδοσφαιρικό σωματείο. Τα αγόρια της ομάδας δεν χάρηκαν που η Μπέτι θέλει να παίξει ποδόσφαιρο μαζί τους.</p>
<p>3. Ο Κούπερ είναι πολύ λυπημένος, επειδή έχασε το κατοικίδιό του. Κλαίει στην αυλή του σχολείου και πολλά παιδιά τον κοροϊδεύουν και λένε ότι τα αγόρια δεν πρέπει να κλαίνε.</p>
<p>4. Η Ντίνα δεν έλαβε πρόσκληση για το πάρτι γενεθλίων της συμμαθήτριάς της, επειδή δεν της αρέσουν τα ίδια πράγματα με τα άλλα κορίτσια της τάξης της, δεν της αρέσει να μιλάει για ρούχα και μαλλιά και δεν της αρέσουν τα ίδια παιχνίδια που αρέσουν στα άλλα κορίτσια.</p>
<p>5. Ο Ίθαν είναι πολύ ντροπαλός. Δεν συμμετέχει σε παιχνίδια με άλλα αγόρια, γιατί φοβάται ότι κάποιος θα τον χτυπήσει ή θα του φερθεί άσχημα.</p>
<p>6. Η Φιόνα δέχεται αγενείς χαρακτηρισμούς, επειδή ντύνεται σαν αγόρι.</p>
<p>7. Ο Γιώργος, όταν είναι μόνος στο σπίτι, του αρέσει να δοκιμάζει τα ρούχα της μαμάς και της αδελφής του. Ντρέπεται τρομερά γι' αυτό και φοβάται ότι κάποιος θα το μάθει.</p>
<p>8. Η Χάνα δεν προσκαλεί ποτέ άλλα παιδιά από το σχολείο στο σπίτι της, επειδή ζει με τις δύο μητέρες της και δεν ξέρει πώς να το εξηγήσει αυτό στα άλλα παιδιά.</p>

9. Ο Άιζακ θα ήθελε μερικές φορές να φέρνει τα δικά του παιχνίδια για να παίξει με τα άλλα παιδιά. Όμως, φοβάται πολύ ότι τα άλλα παιδιά θα νομίζουν ότι είναι παιχνίδια για κορίτσια.

10. Η Τζέιν συχνά κρυφοκοιτάζει από την κλειδαρότρυπα, όταν ο αδελφός της κάνει μπάνιο, επειδή θέλει να δει πώς είναι τα αγόρια γυμνά. Οι γονείς της ανησυχούν γι' αυτήν.



Funded by
the European Union

Παράρτημα 7: Βινιέτα «Ο/Η Φίλος/-λη ΜΟΥ»

Βινιέτα «Ο/Η Φίλος/-λη ΜΟΥ»

Η Σάλι χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη. Εμείς θα είμαστε οι βοηθοί της σήμερα.

Η Σάλι είναι 11 ετών. Δεν της αρέσει να ντύνεται όπως τα άλλα κορίτσια. Δεν φοράει φορέματα ή φούστες. Δεν της αρέσει να φοράει χρώματα που αρέσουν στα άλλα κορίτσια. Προτιμά τα μαλλιά της κοντά. Τα άλλα κορίτσια μιλάνε για το ποιο αγόρι τους αρέσει και η Σάλι δεν ξέρει τι να πει - της αρέσει ένα κορίτσι. Δεν θέλει να το πει σε κανέναν γιατί φοβάται ότι όλα τα άλλα παιδιά θα την κοροϊδέψουν. Κανείς δεν το γνωρίζει. Νιώθει μεγάλη ντροπή και φόβο και πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά με τον εαυτό της. Είσαι φίλος/-λη της Σάλι και αποφάσισε να σου πει το μυστικό της.

Ας τη βοηθήσουμε!

Ομάδα Α:

Αναφέρετε τέσσερις (4) ιδιότητες ενός/μιας καλού/-λής φίλου/-λης που μπορούν να βοηθήσουν τη Σάλι.

Αναφέρετε τέσσερις (4) τρόπους με τους οποίους οι καλοί/-λές φίλοι/-λες μπορούν να συμπεριφέρονται προς τη Σάλι.

Η Σάλι χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη. Εμείς θα είμαστε οι βοηθοί της σήμερα.

Η Σάλι είναι 11 ετών. Δεν της αρέσει να ντύνεται όπως τα άλλα κορίτσια. Δεν φοράει φορέματα ή φούστες. Δεν της αρέσει να φοράει χρώματα που αρέσουν στα άλλα κορίτσια. Προτιμά τα μαλλιά της κοντά. Τα άλλα κορίτσια μιλάνε για το ποιο αγόρι τους αρέσει και η Σάλι δεν ξέρει τι να πει - της αρέσει ένα κορίτσι. Δεν θέλει να το πει σε κανέναν γιατί φοβάται ότι όλα τα άλλα παιδιά θα την κοροϊδέψουν. Κανείς δεν το γνωρίζει. Νιώθει μεγάλη ντροπή και φόβο και πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά με τον εαυτό της. Είσαι φίλος/-λη της Σάλι και αποφάσισε να σου πει το μυστικό της.

Ας τη βοηθήσουμε!

Ομάδα Β:

Πώς πρέπει να συμπεριφέρονται οι δάσκαλοι/-λες απέναντι στη Σάλι;

Αναφέρετε τέσσερα (4) πράγματα που θα μπορούσαν να πουν οι δάσκαλοι/-λες στη Σάλι για να την κάνουν να νιώσει καλύτερα.

Η Σάλι χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη. Εμείς θα είμαστε οι βοηθοί της σήμερα.

Η Σάλι είναι 11 ετών. Δεν της αρέσει να ντύνεται όπως τα άλλα κορίτσια. Δεν φοράει φορέματα ή φούστες. Δεν της αρέσει να φοράει χρώματα που αρέσουν στα άλλα κορίτσια. Προτιμά τα μαλλιά της κοντά. Τα άλλα κορίτσια μιλάνε για το ποιο αγόρι τους αρέσει και η Σάλι δεν ξέρει τι να πει - της αρέσει ένα κορίτσι. Δεν θέλει να το πει σε κανέναν γιατί φοβάται ότι όλα τα άλλα παιδιά θα την κοροϊδέψουν. Κανείς δεν το γνωρίζει. Νιώθει μεγάλη ντροπή και φόβο και πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά με τον εαυτό της. Είσαι φίλος/-λη της Σάλι και αποφάσισε να σου πει το μυστικό της.

Ας τη βοηθήσουμε!

Ομάδα Γ:

Αν ήσασταν γονέας αυτού του μικρού κοριτσιού, πώς θα θέλατε να του φέρονται τα άλλα παιδιά;

Αναφέρετε τέσσερις (4) τρόπους με τους οποίους εσείς, ως γονέας, μπορείτε να βοηθήσετε τη Σάλι.

Ο Τομ χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη. Εμείς θα είμαστε οι βοηθοί του σήμερα. Ο Τομ είναι 11 ετών. Δεν του αρέσει να παίζει ποδόσφαιρο όπως τα άλλα αγόρια. Δεν φοράει μπλε ή πράσινα ρούχα όπως τα άλλα αγόρια, αλλά ενδιαφέρεται για τη μόδα, την οικολογία και την κηπουρική. Προτιμά το διάβασμα και τη σιωπή. Τα άλλα αγόρια μιλούν για το ποιο κορίτσι τους αρέσει και ο Τομ δεν ξέρει τι να πει - του αρέσει ένα αγόρι. Δεν θέλει να το πει σε κανέναν γιατί φοβάται ότι όλα τα άλλα παιδιά θα τον κοροϊδέψουν. Κανείς δεν το γνωρίζει. Αισθάνεται μεγάλη ντροπή και φόβο και πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά με τον εαυτό του. Είσαι φίλος/-λη του Τομ και αποφάσισε να σου πει το μυστικό του.

Ας τον βοηθήσουμε!

Ομάδα Α:

Αναφέρετε τέσσερις (4) ιδιότητες ενός/μιας καλού/-λής φίλου/-λης που μπορούν να βοηθήσουν τον Τομ.

Αναφέρετε τέσσερις (4) τρόπους με τους οποίους οι καλοί/-λές φίλοι/-λες μπορούν να συμπεριφέρονται προς τον Τομ.

Ο Τομ χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη. Εμείς θα είμαστε οι βοηθοί του σήμερα. Ο Τομ είναι 11 ετών. Δεν του αρέσει να παίζει ποδόσφαιρο όπως τα άλλα αγόρια. Δεν φοράει μπλε ή πράσινα ρούχα όπως τα άλλα αγόρια, αλλά ενδιαφέρεται για τη μόδα, την οικολογία και την κηπουρική. Προτιμά το διάβασμα και τη σιωπή. Τα άλλα αγόρια μιλούν για το ποιο κορίτσι τους αρέσει και ο Τομ δεν ξέρει τι να πει - του αρέσει ένα αγόρι. Δεν θέλει να το πει σε κανέναν γιατί φοβάται ότι όλα τα άλλα παιδιά θα τον κοροϊδέψουν. Κανείς δεν το γνωρίζει. Αισθάνεται μεγάλη ντροπή και φόβο και πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά με τον εαυτό του. Είσαι φίλος/-λη του Τομ και αποφάσισε να σου πει το μυστικό του.

Ας τον βοηθήσουμε!

Ομάδα Β:

Πώς πρέπει να συμπεριφέρονται οι δάσκαλοι/-λες απέναντι στον Τομ;

Αναφέρετε τέσσερα (4) πράγματα που θα μπορούσαν να πουν οι δάσκαλοι/-λες στον Τομ για να τον κάνουν να νιώσει καλύτερα.

Ο Τομ χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη. Εμείς θα είμαστε οι βοηθοί του σήμερα. Ο Τομ είναι 11 ετών. Δεν του αρέσει να παίζει ποδόσφαιρο όπως τα άλλα αγόρια. Δεν φοράει μπλε ή πράσινα ρούχα όπως τα άλλα αγόρια, αλλά ενδιαφέρεται για τη μόδα, την οικολογία και την κηπουρική. Προτιμά το διάβασμα και τη σιωπή. Τα άλλα αγόρια μιλούν για το ποιο κορίτσι τους αρέσει και ο Τομ δεν ξέρει τι να πει - του αρέσει ένα αγόρι. Δεν θέλει να το πει σε κανέναν γιατί φοβάται ότι όλα τα

άλλα παιδιά θα τον κοροϊδέψουν. Κανείς δεν το γνωρίζει. Αισθάνεται μεγάλη ντροπή και φόβο και πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά με τον εαυτό του. Είσαι φίλος/-λη του Τομ και αποφάσισε να σου πει το μυστικό του.

Ας τον βοηθήσουμε!

Ομάδα Γ:

Αν ήσασταν γονέας αυτού του μικρού αγοριού, πώς θα θέλατε να του φέρονται τα άλλα παιδιά;

Αναφέρετε τέσσερις (4) τρόπους με τους οποίους εσείς, ως γονέας, μπορείτε να βοηθήσετε τον Τομ.



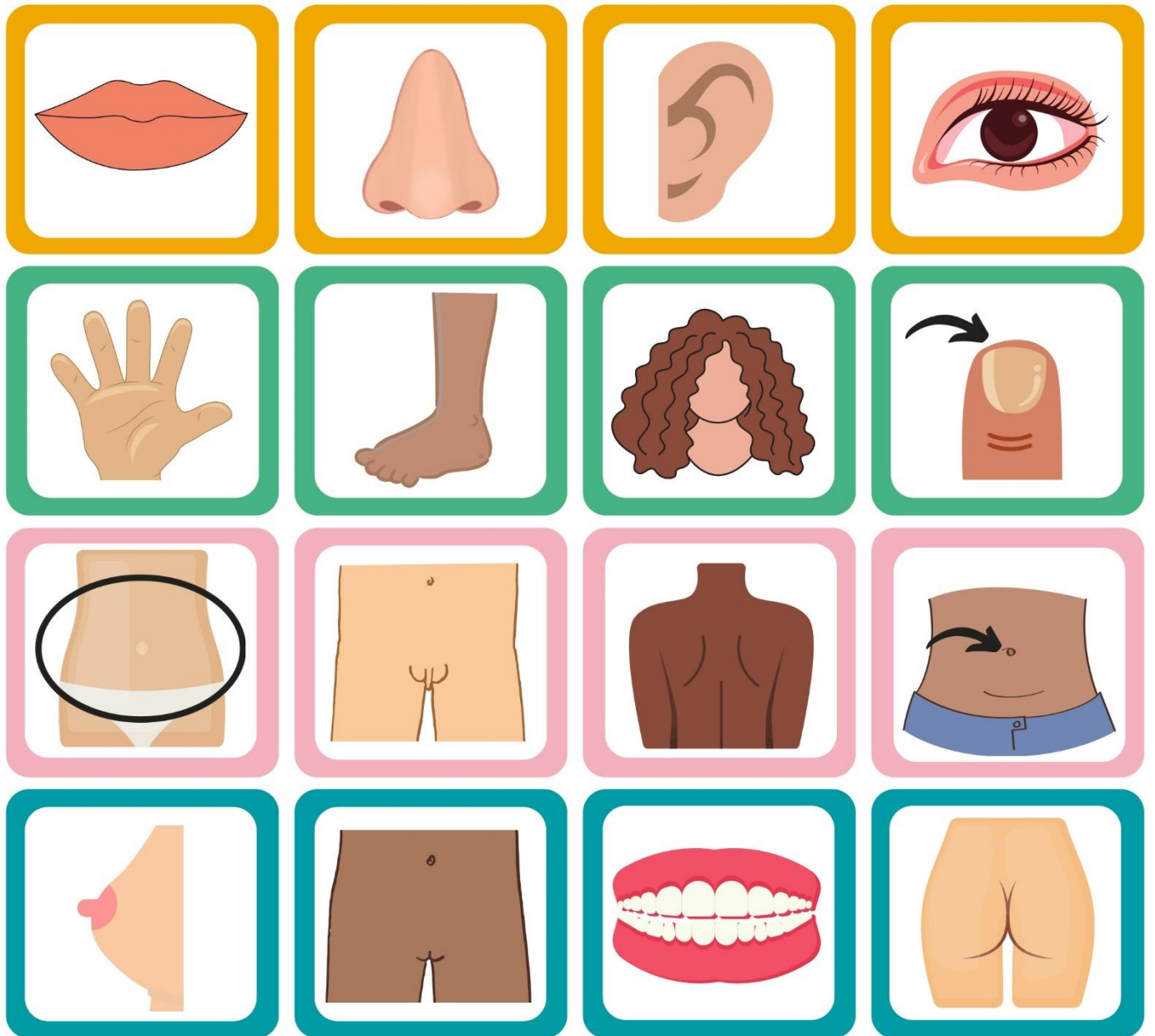
Funded by
the European Union

Ενότητα 2: Ανθρώπινο σώμα

Παράρτημα 1: Καρτέλες Bingo για παιδιά

Bingo

Μέρη του σώματος



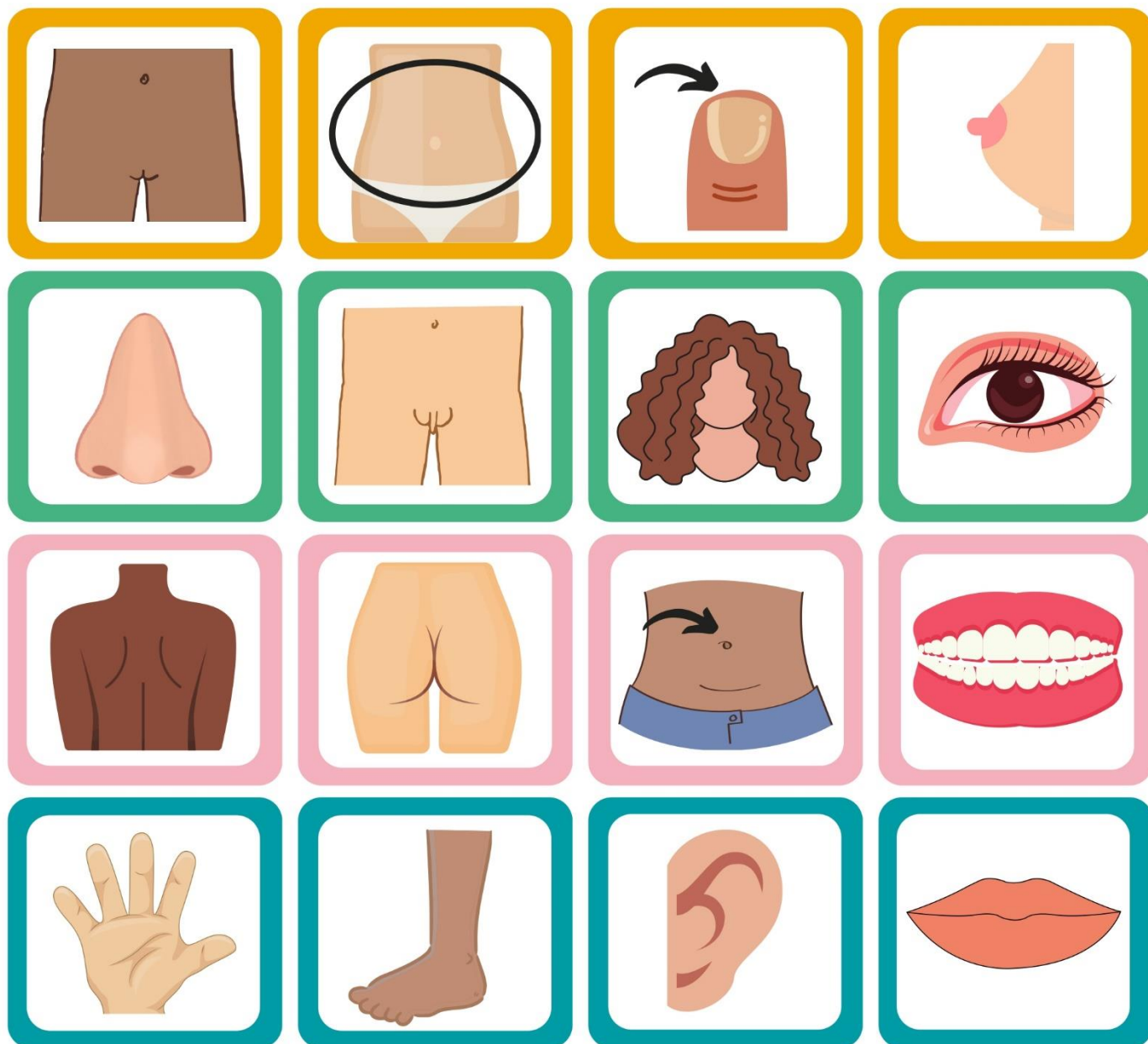
Bingo

Μέρη του σώματος



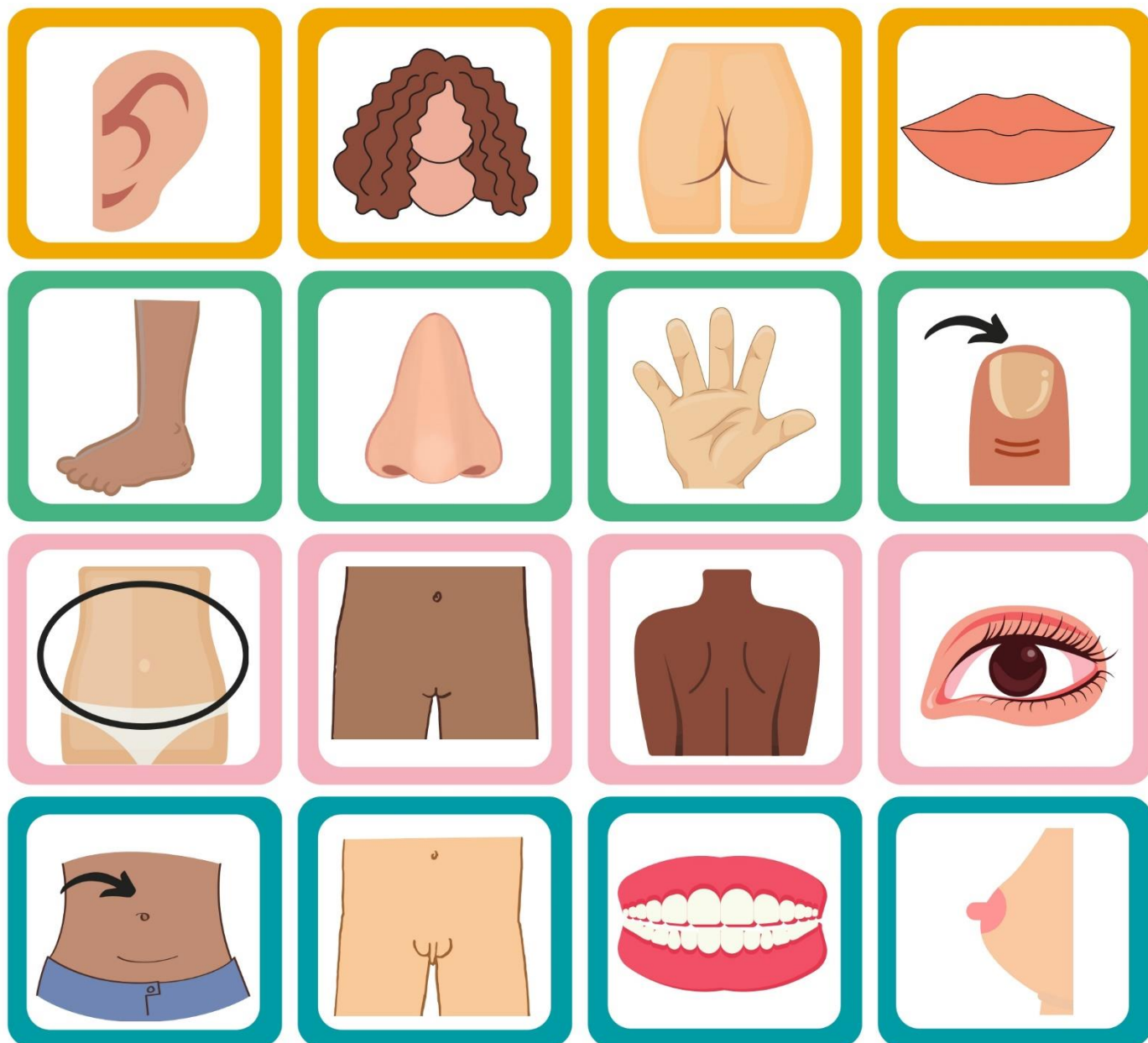
Bingo

Μέρη του σώματος



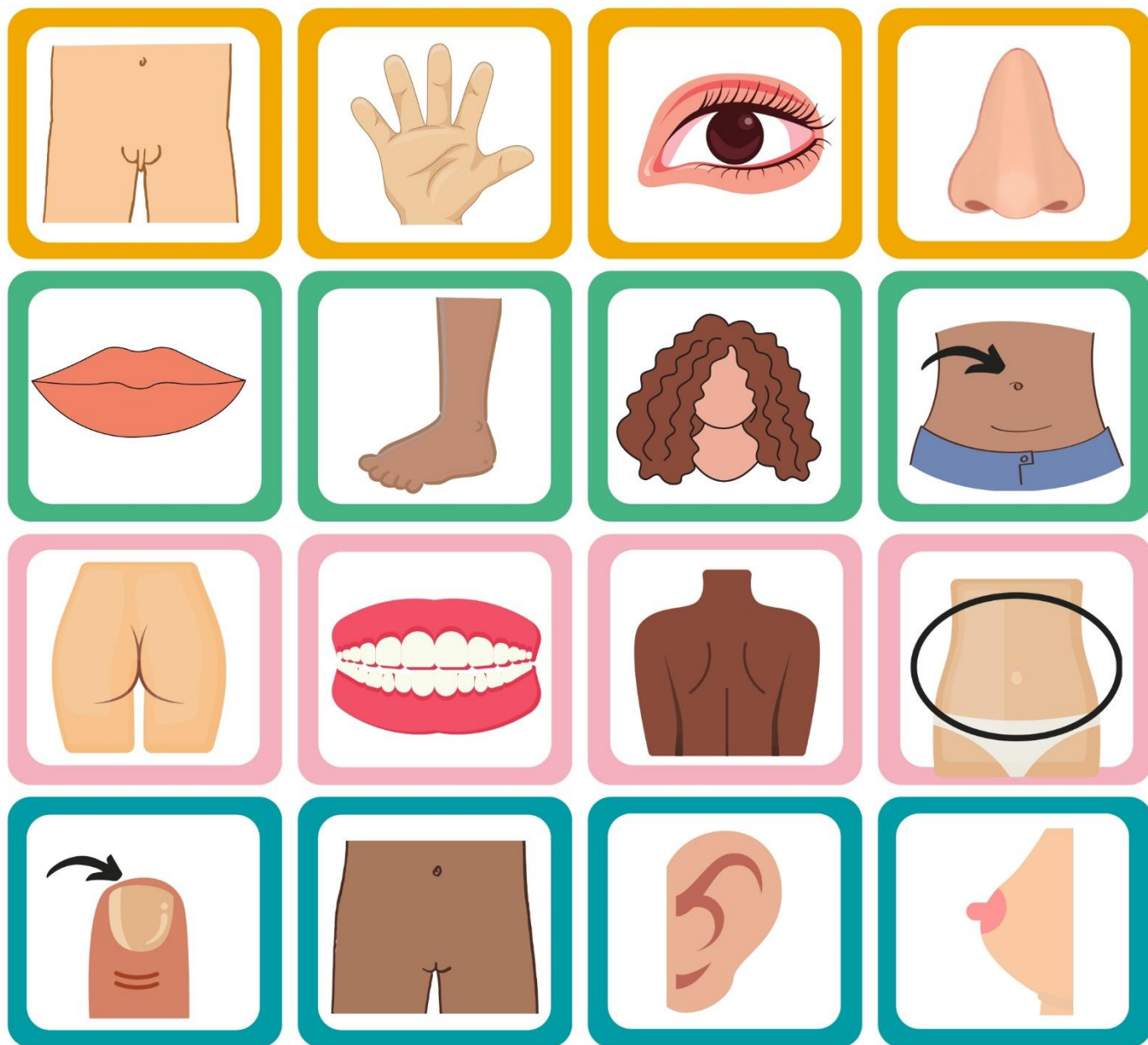
Bingo

Μέρη του σώματος



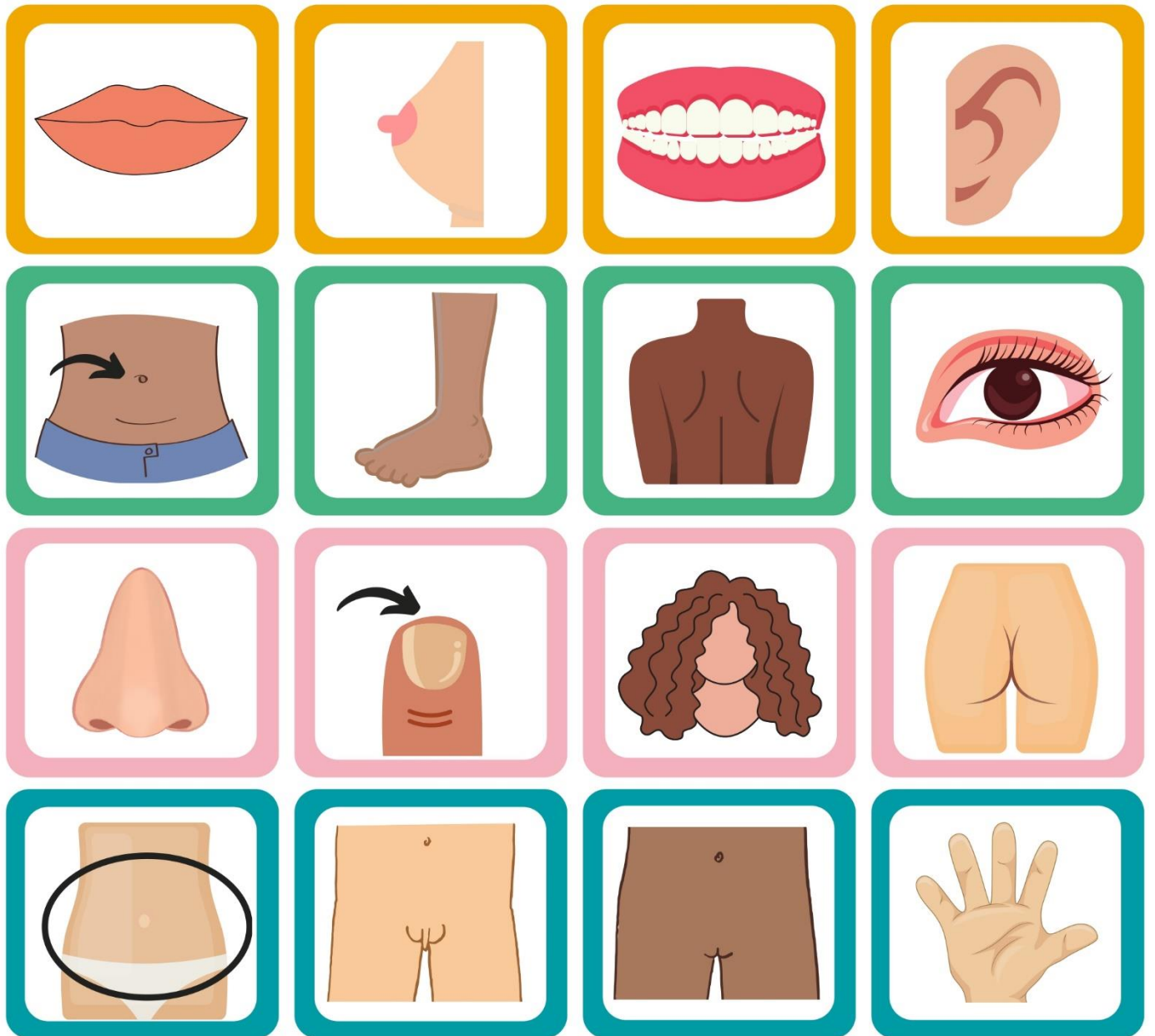
Bingo

Μέρη του σώματος



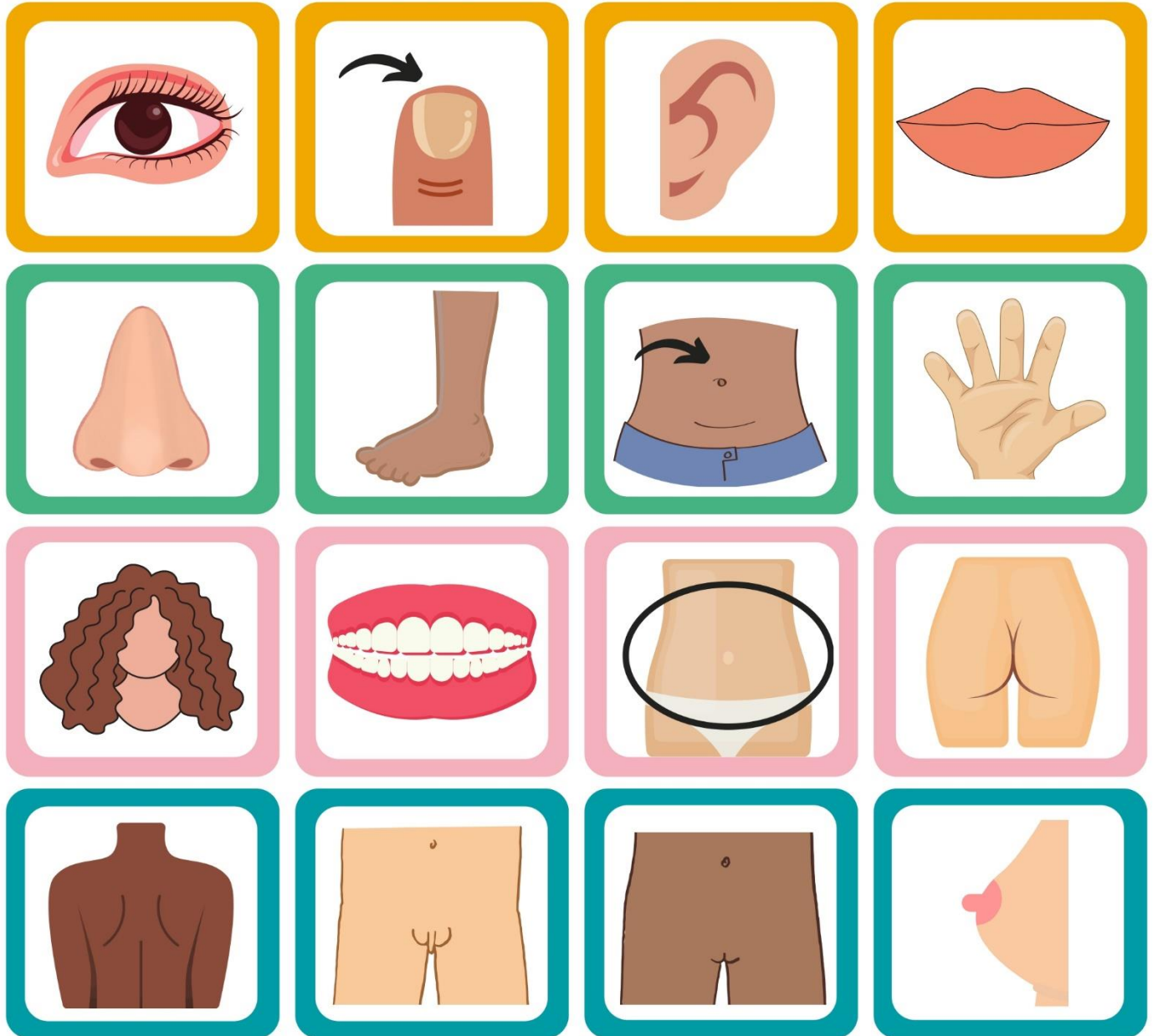
Bingo

Μέρη του σώματος



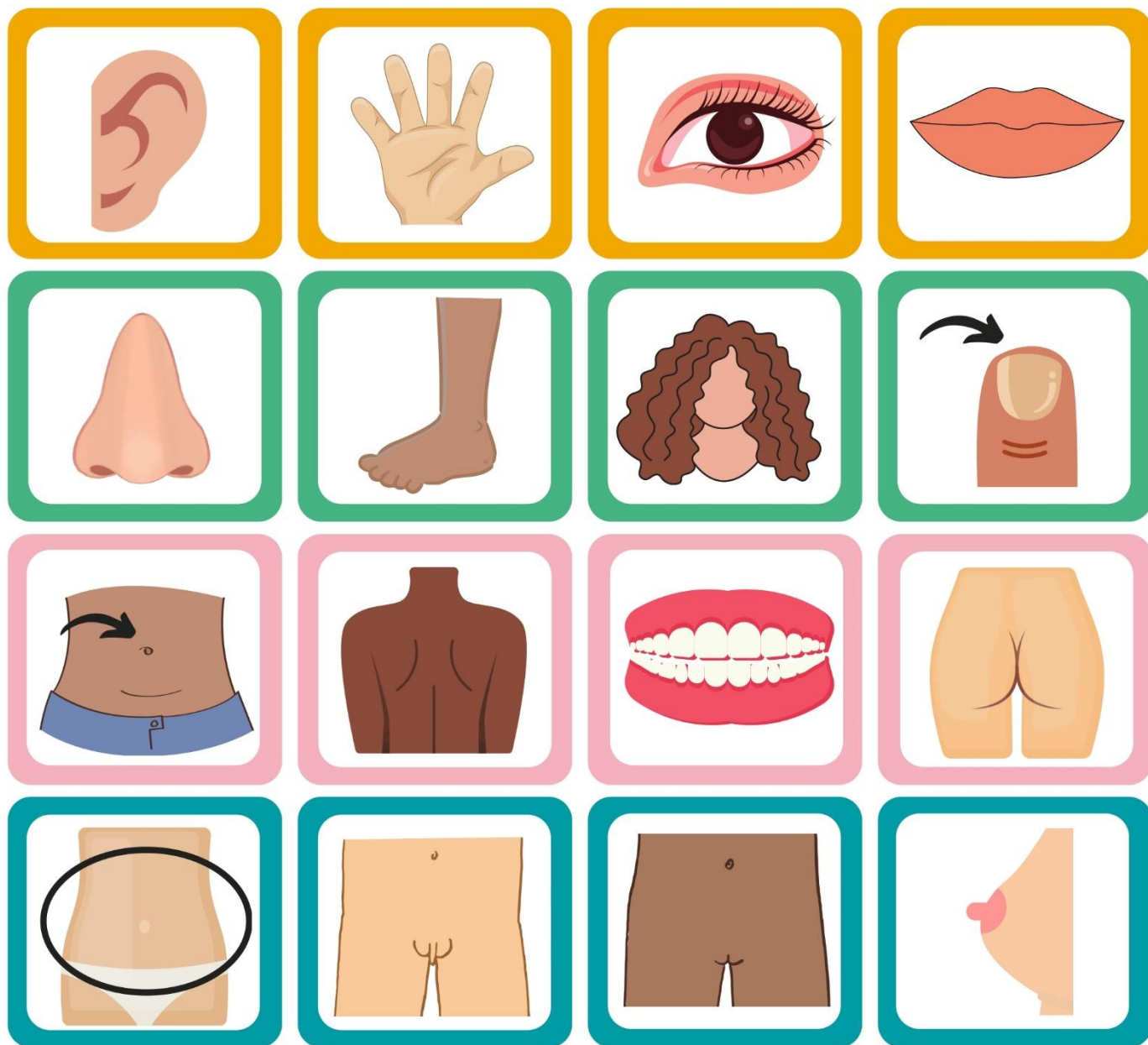
Bingo

Μέρη του σώματος



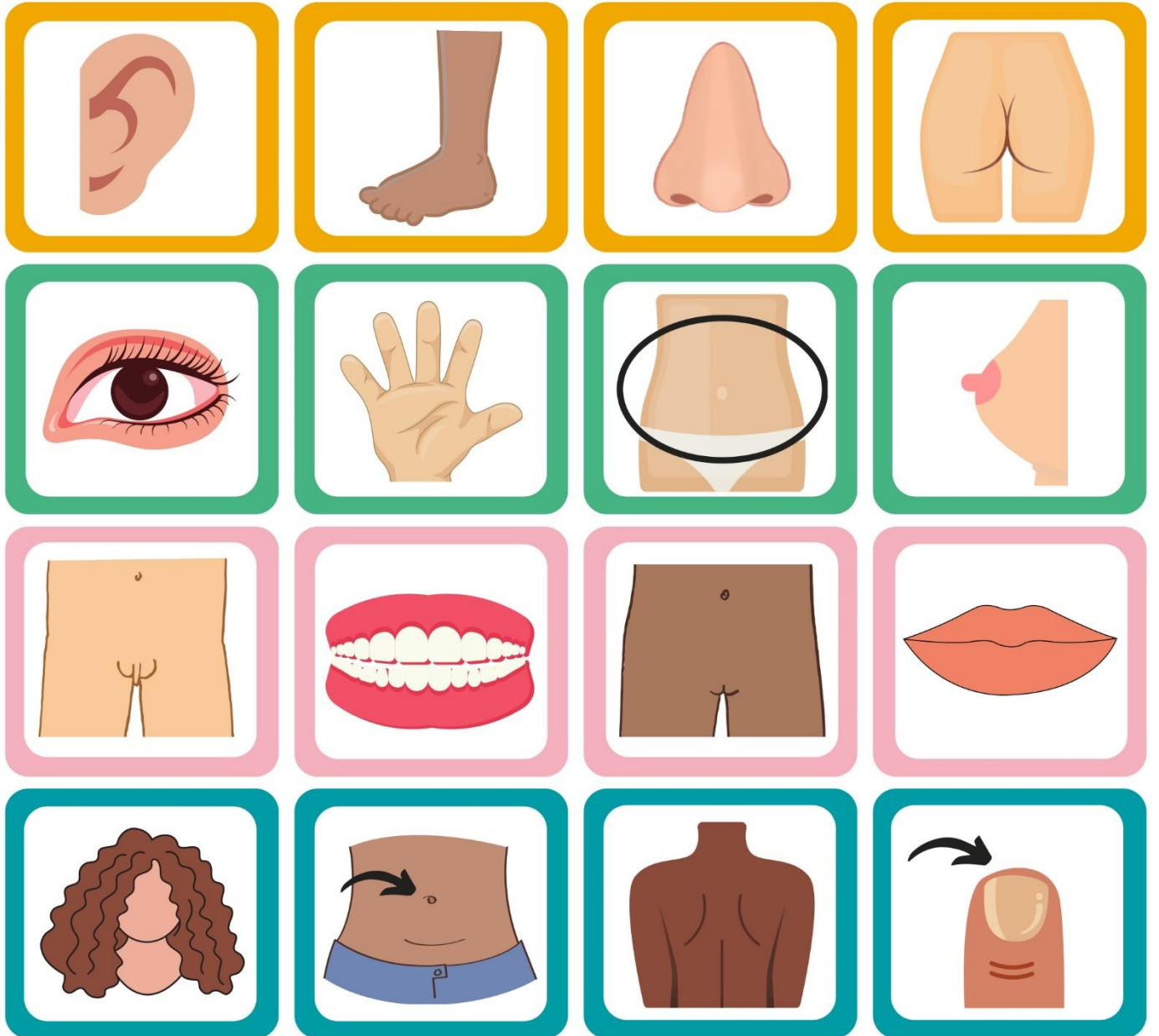
Bingo

Μέρη του σώματος



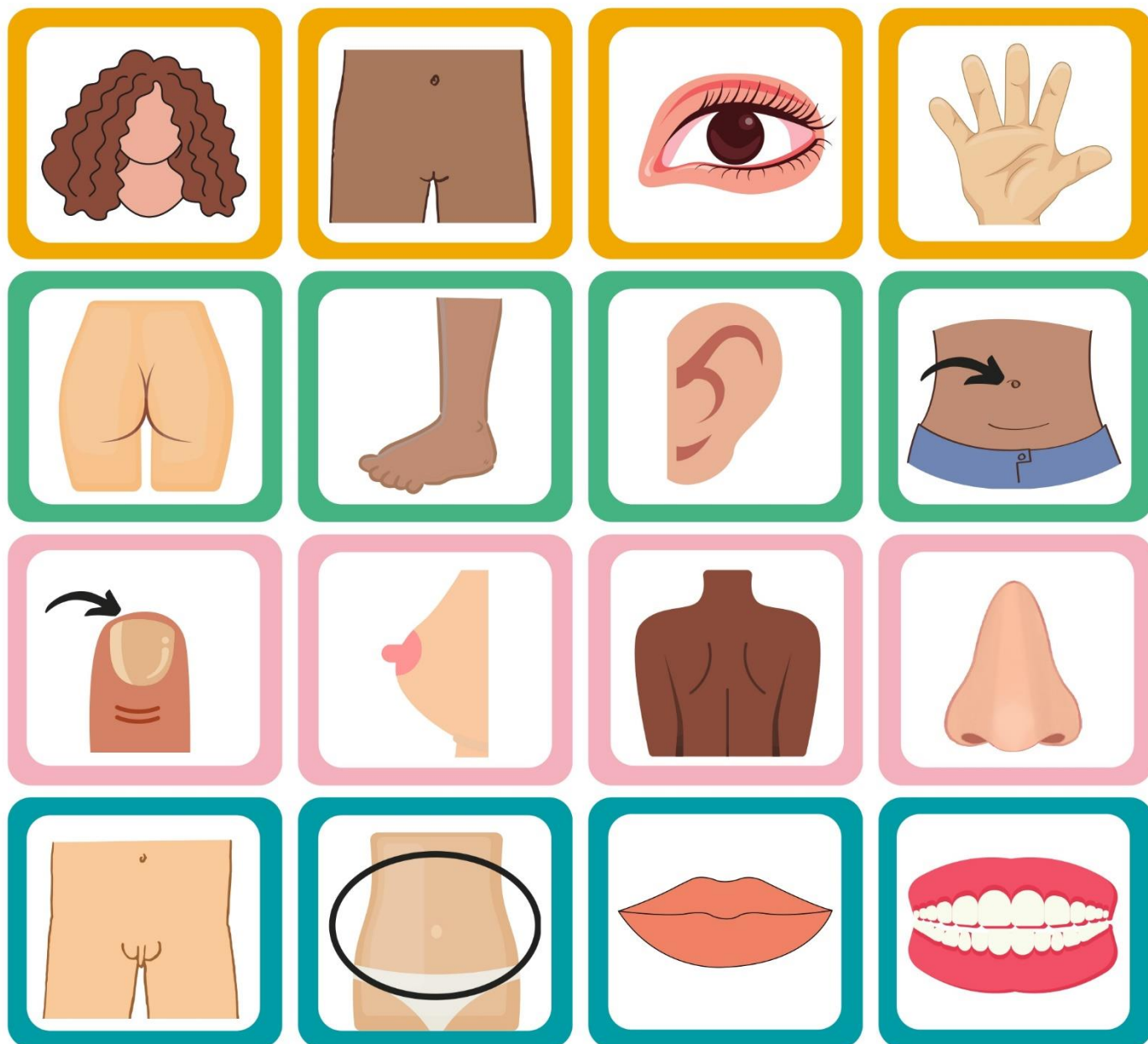
Bingo

Μέρη του σώματος



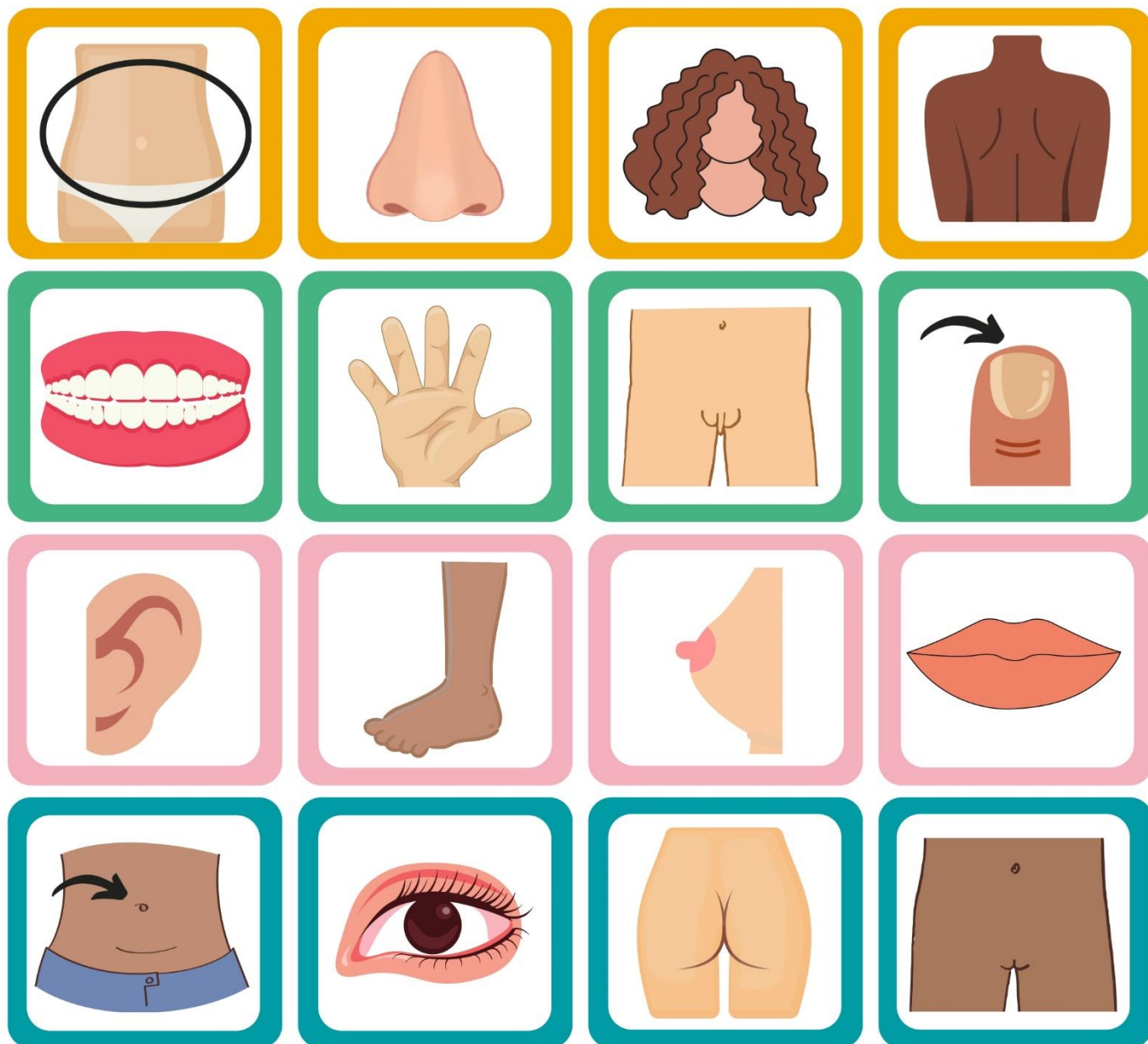
Bingo

Μέρη του σώματος



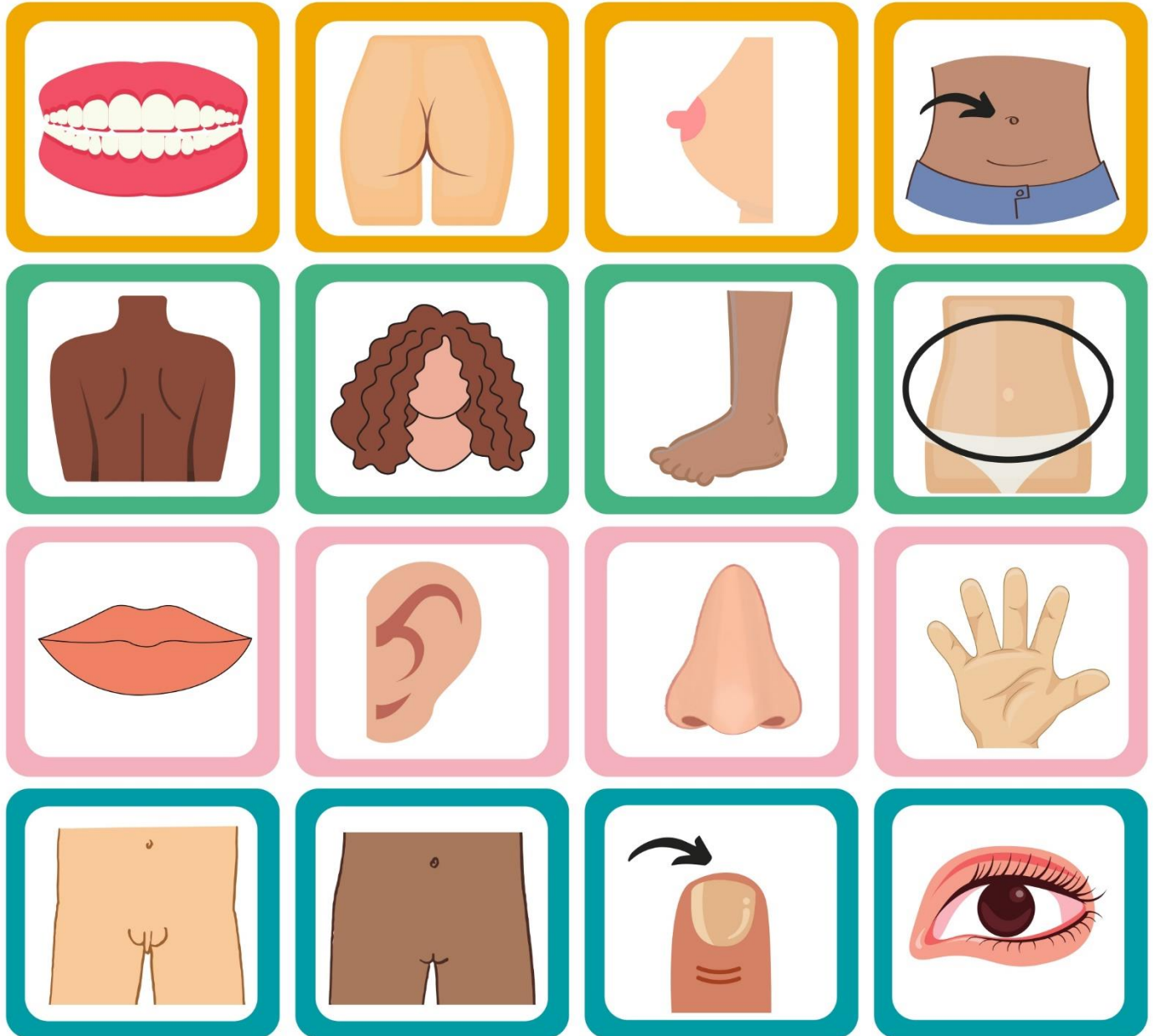
Bingo

Μέρη του σώματος



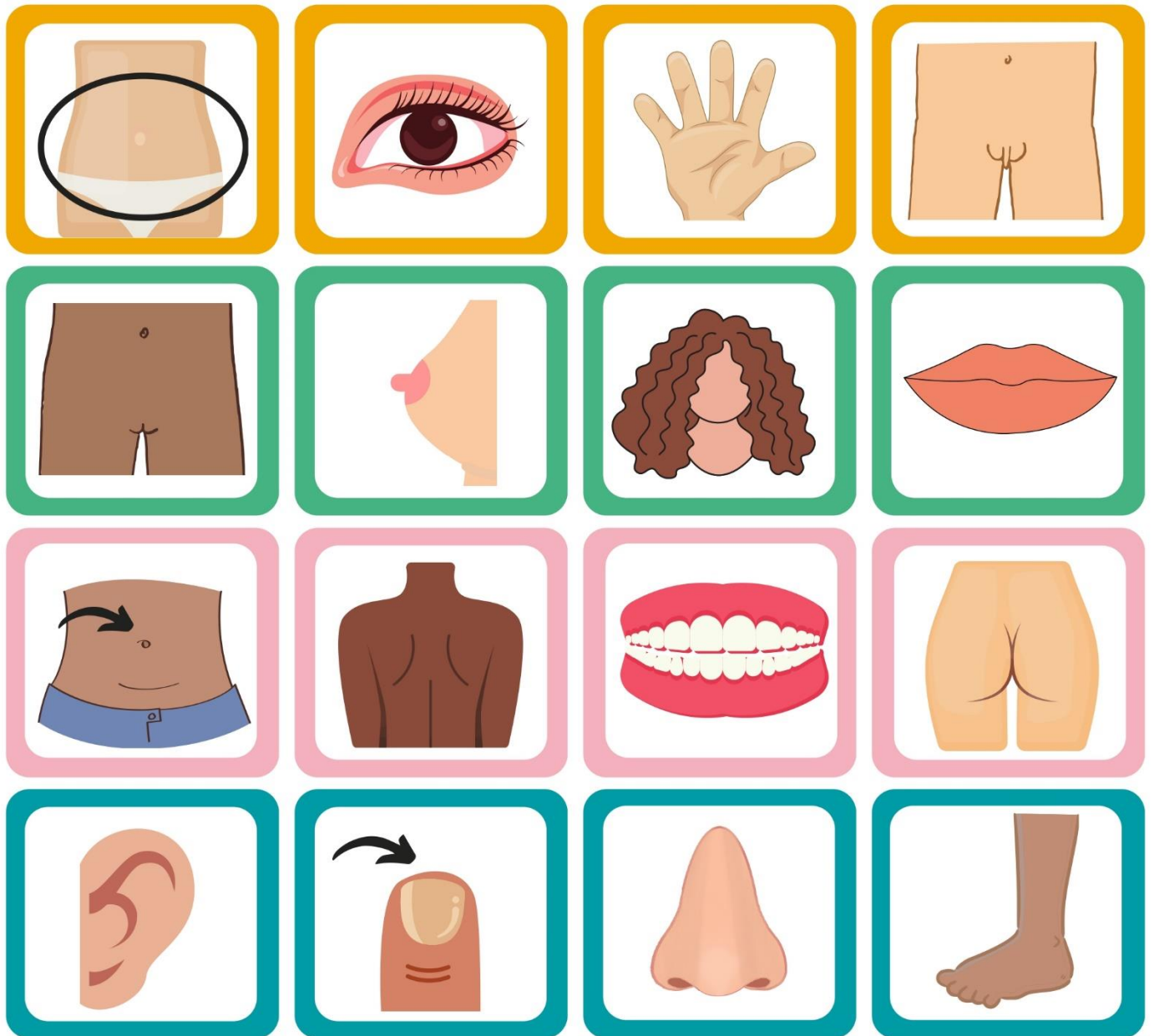
Bingo

Μέρη του σώματος



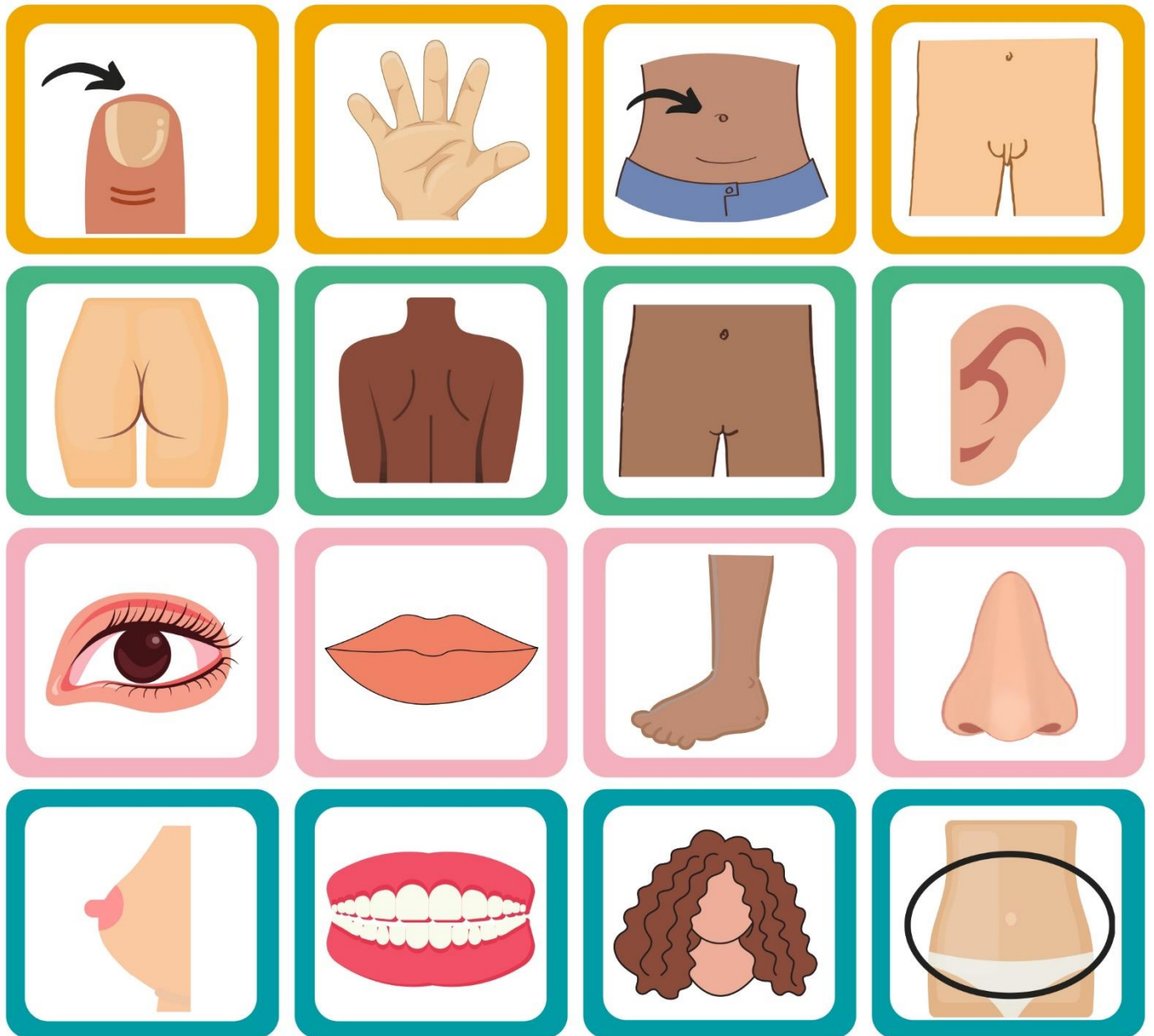
Bingo

Μέρη του σώματος



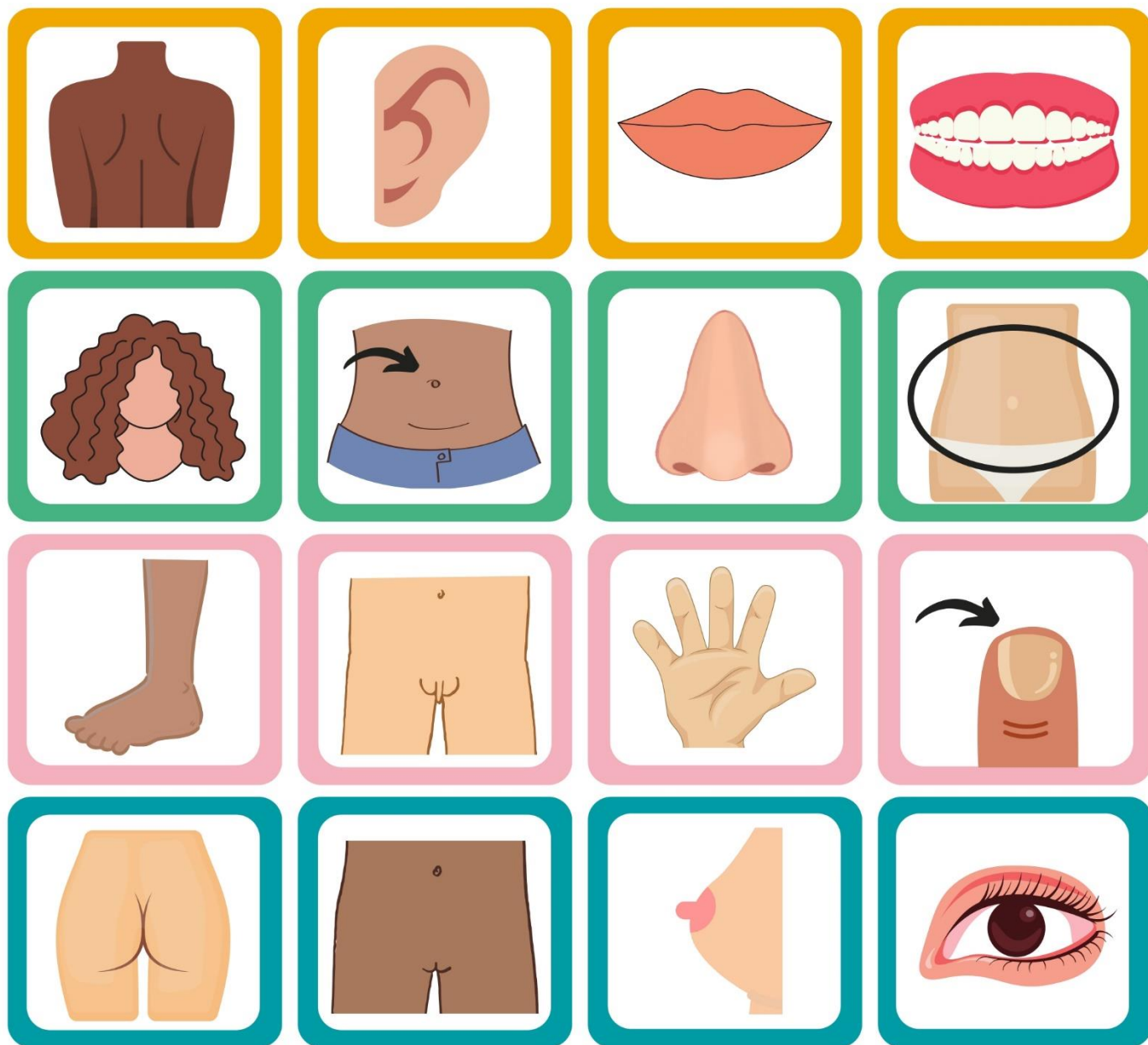
Bingo

Μέρη του σώματος



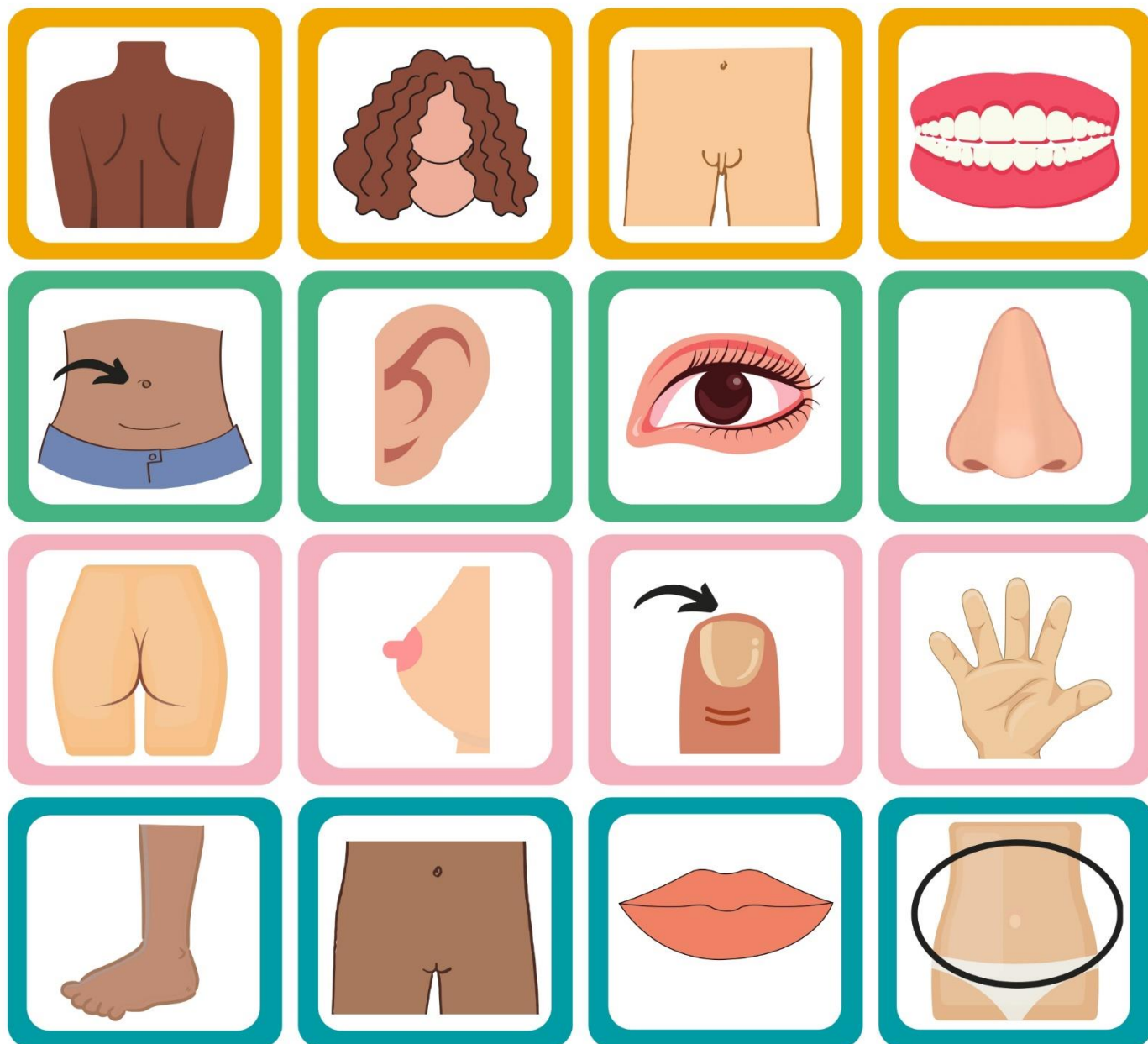
Bingo

Μέρη του σώματος



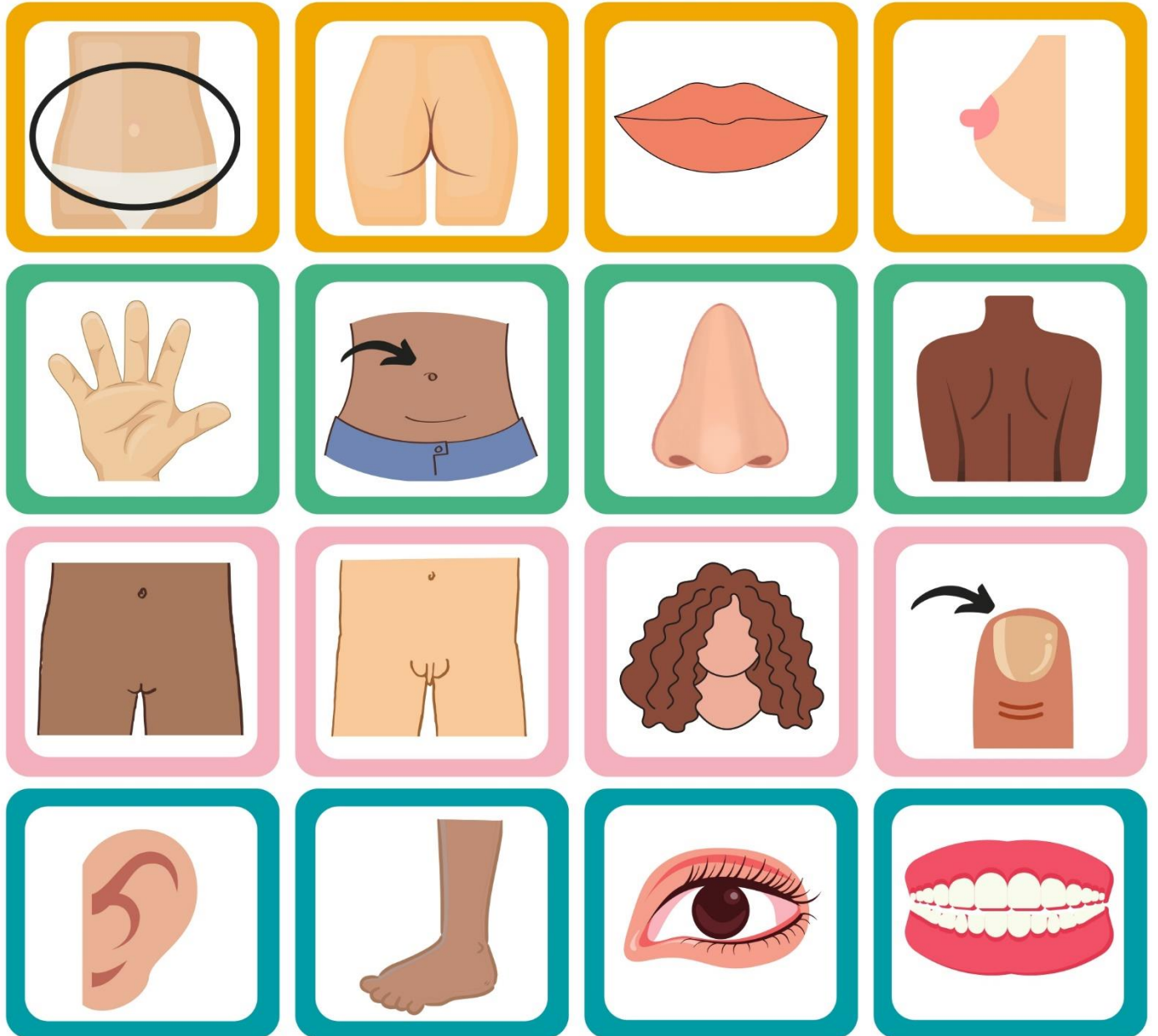
Bingo

Μέρη του σώματος



Bingo

Μέρη του σώματος



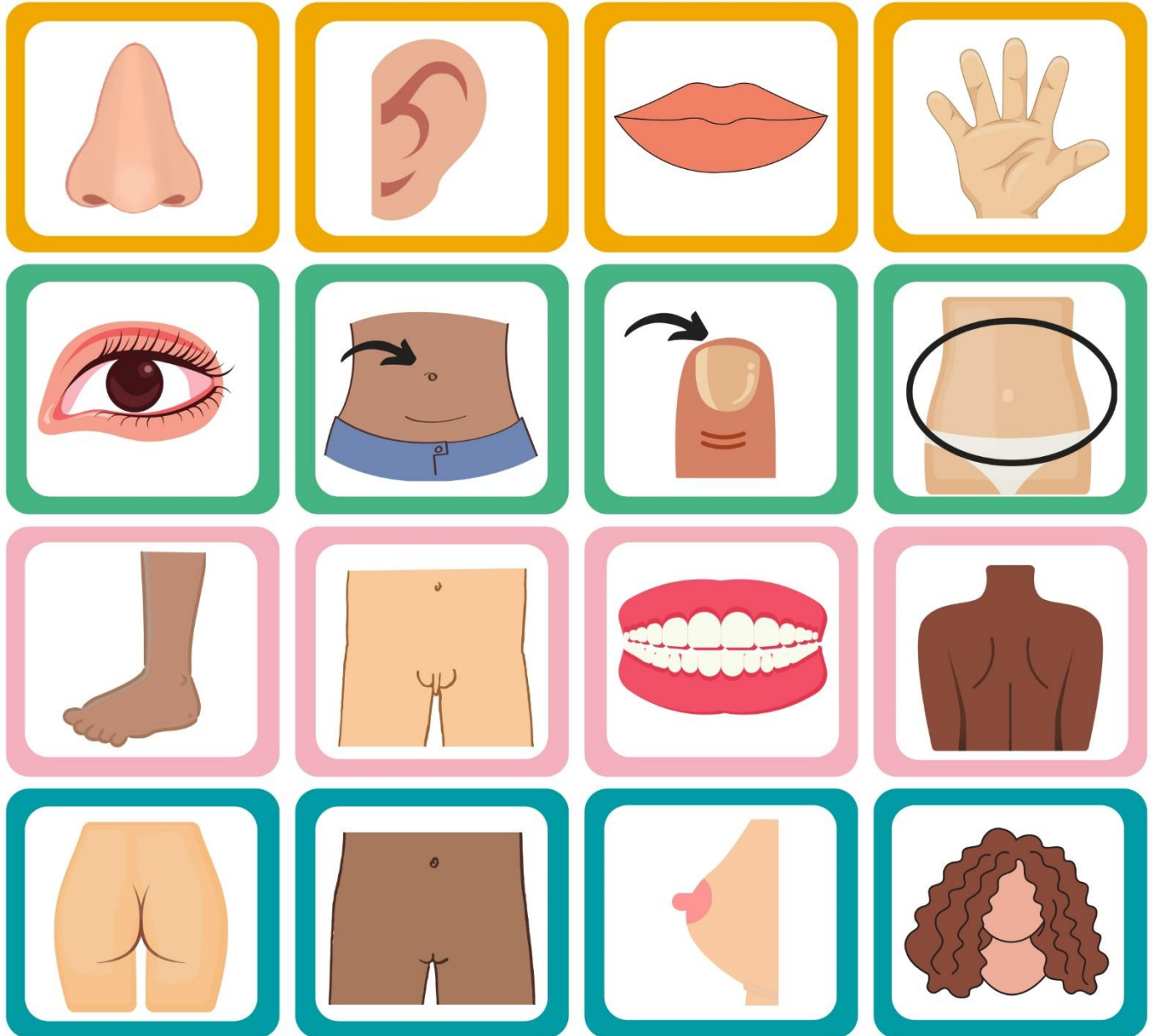
Bingo

Μέρη του σώματος



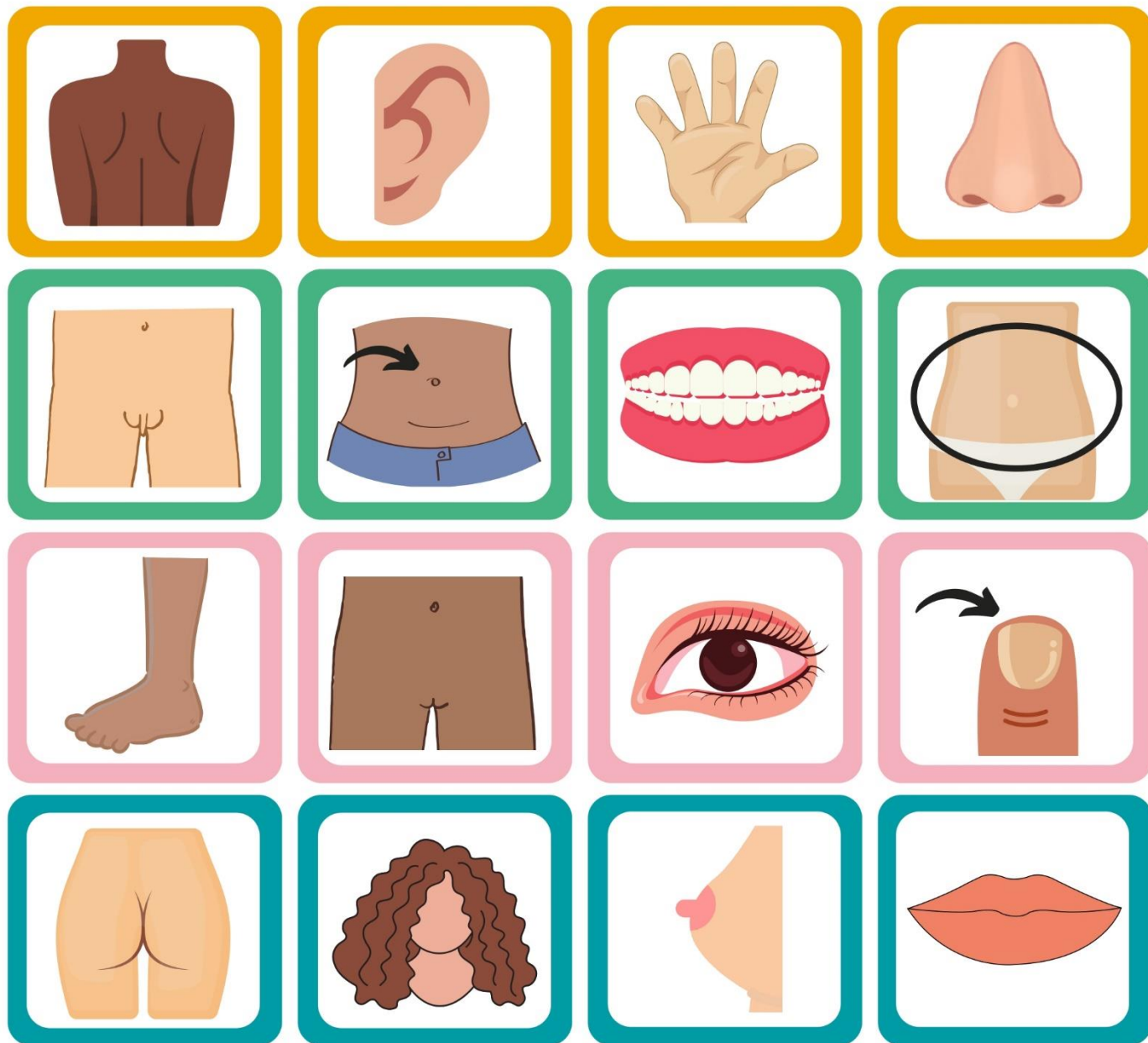
Bingo

Μέρη του σώματος



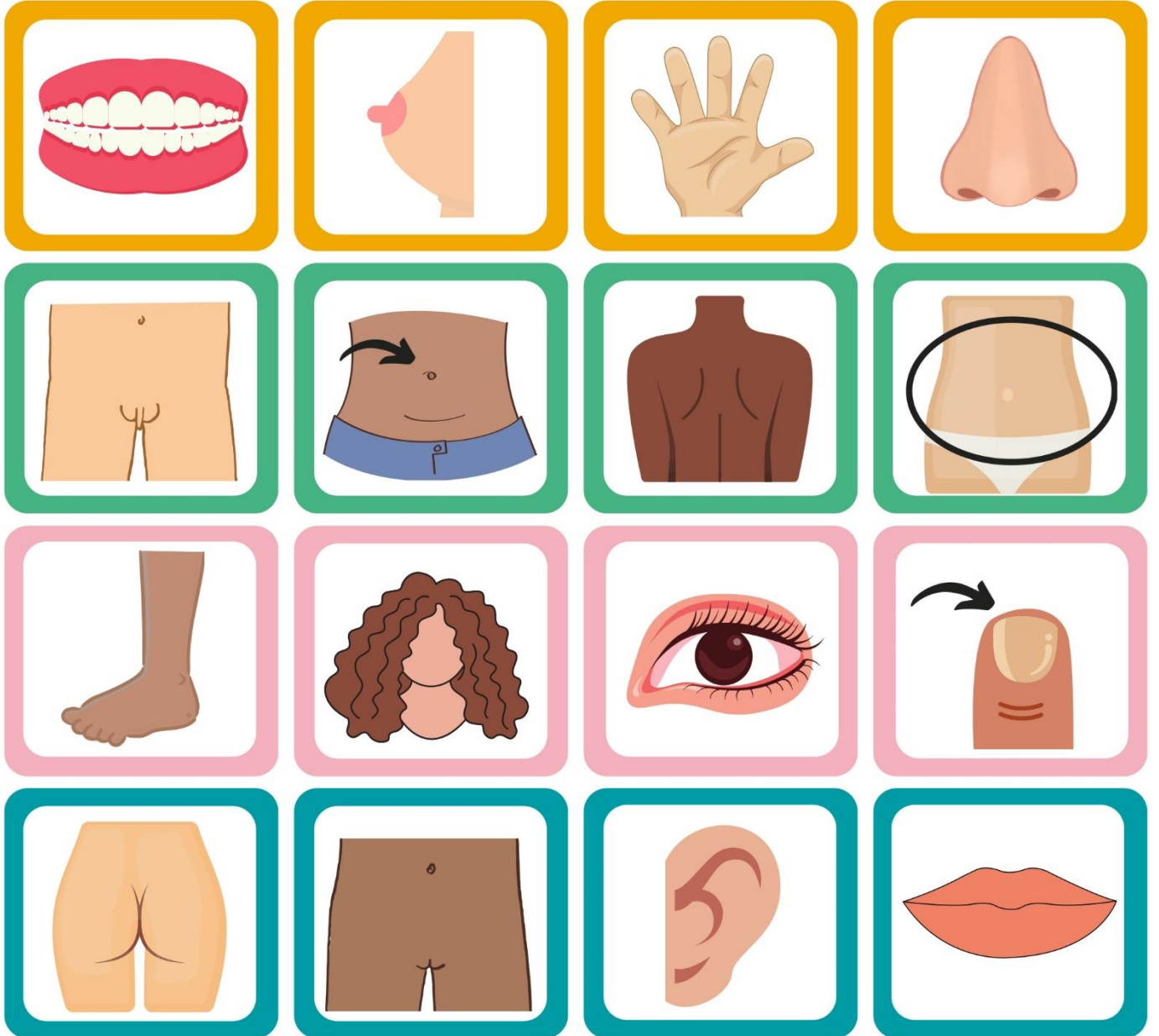
Bingo

Μέρη του σώματος



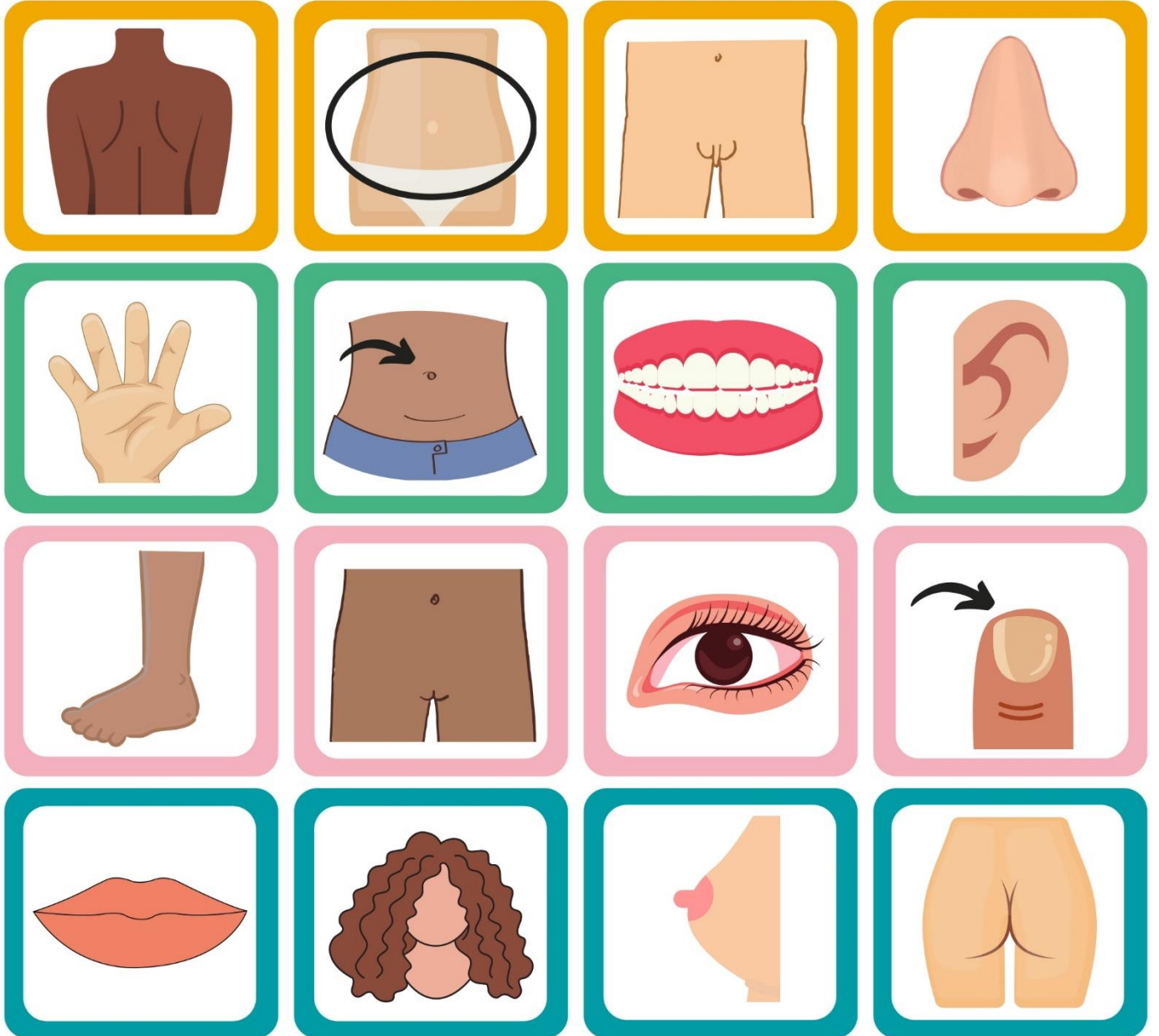
Bingo

Μέρη του σώματος



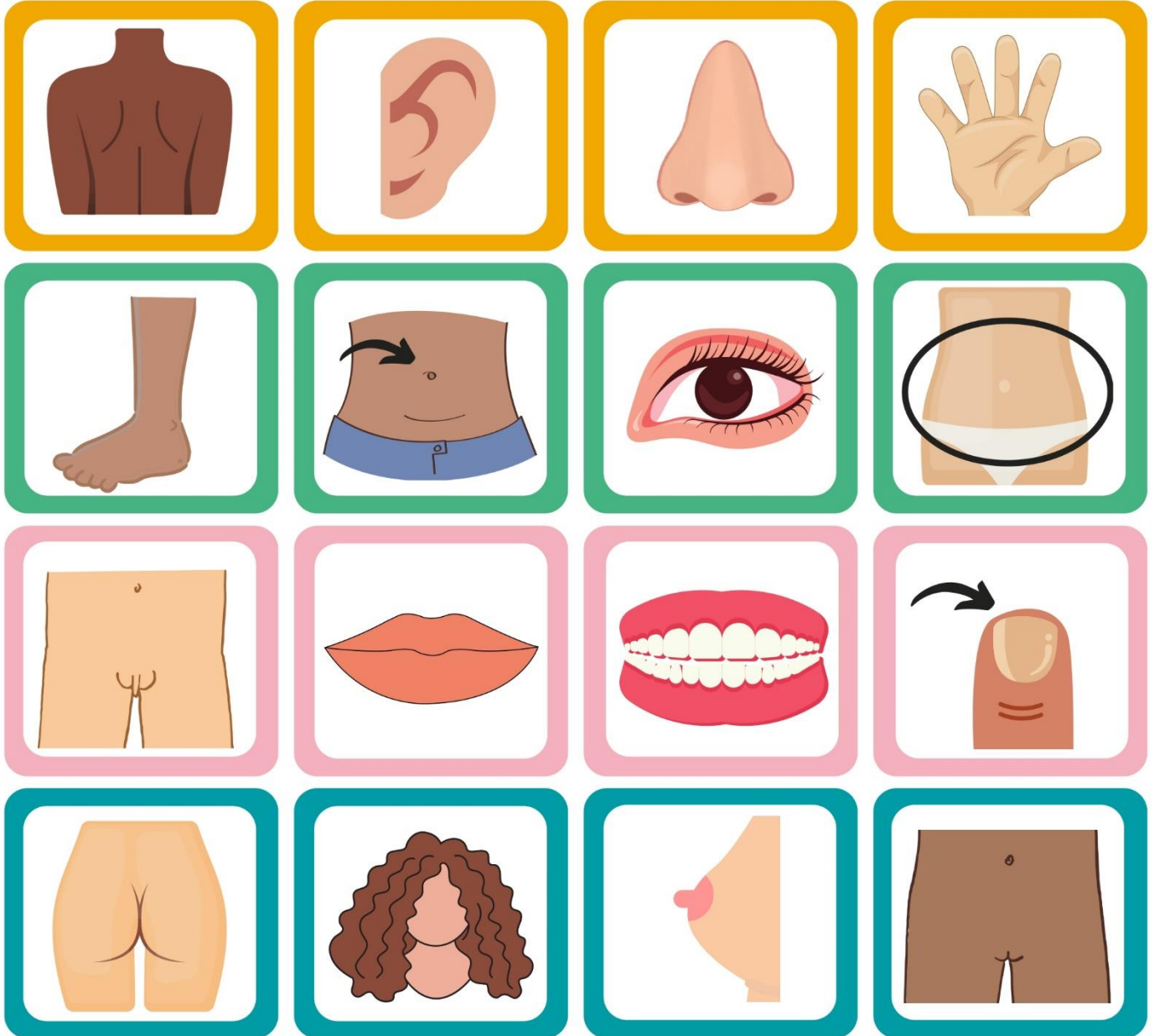
Bingo

Μέρη του σώματος



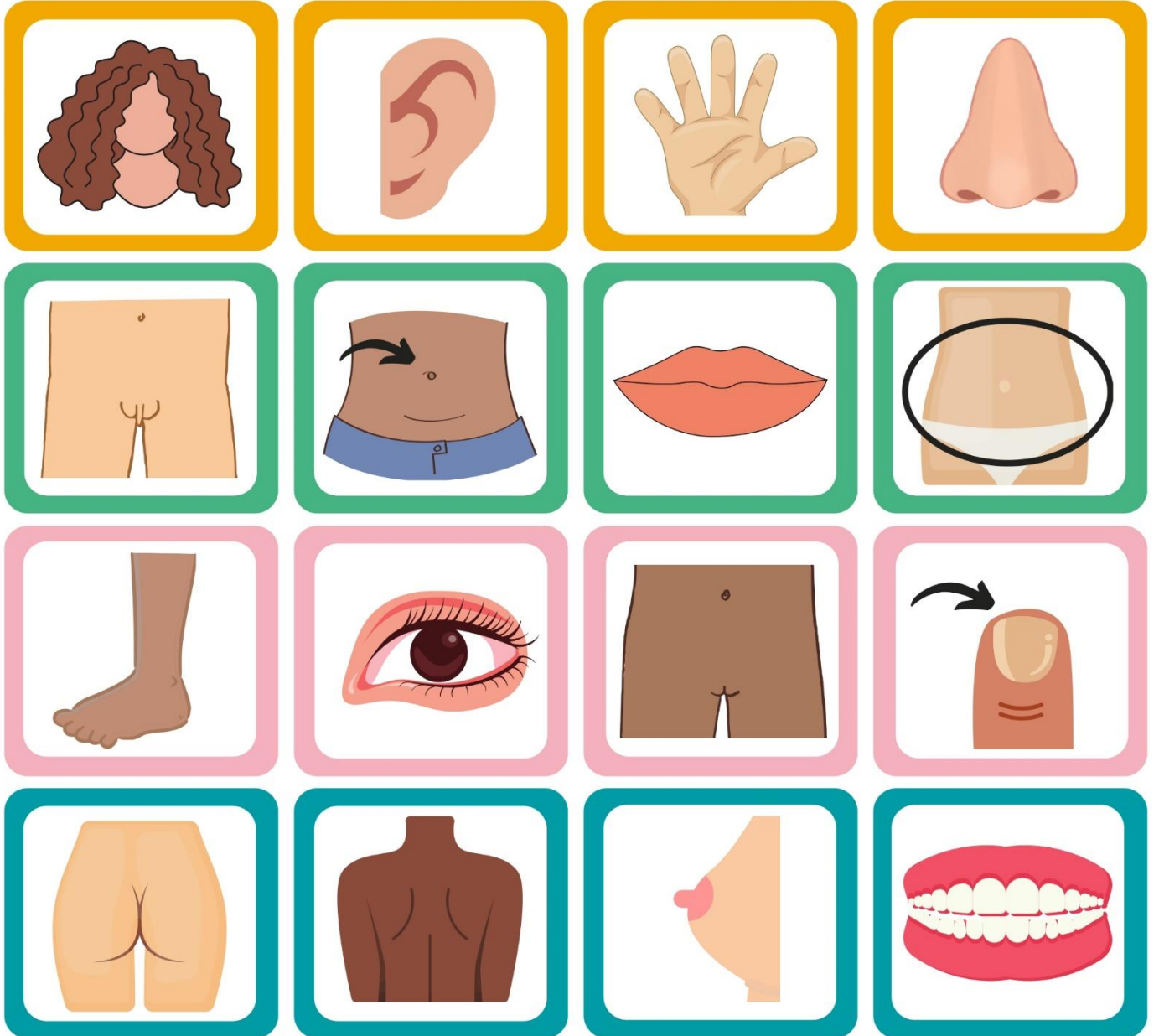
Bingo

Μέρη του σώματος



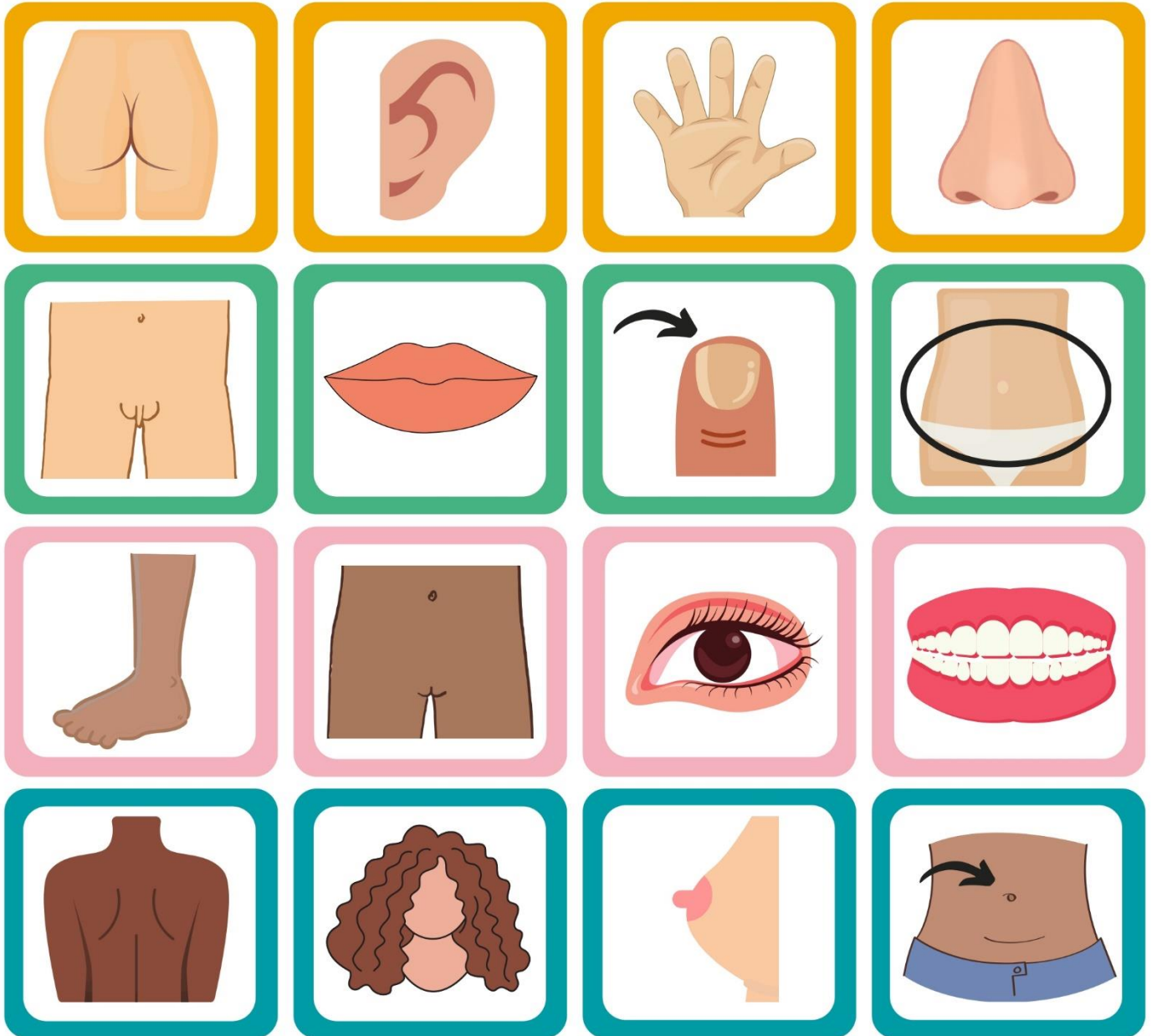
Bingo

Μέρη του σώματος

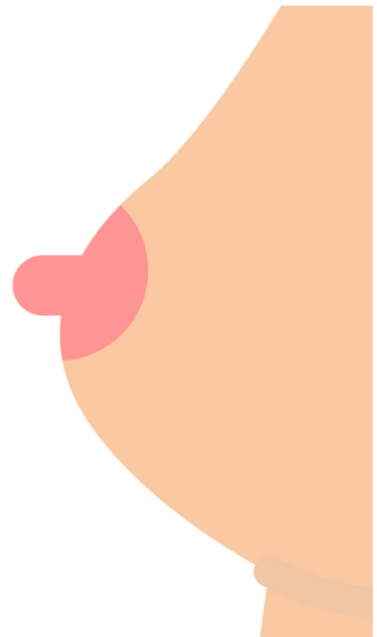
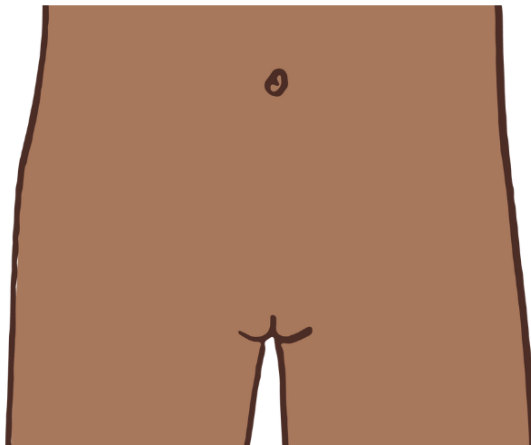
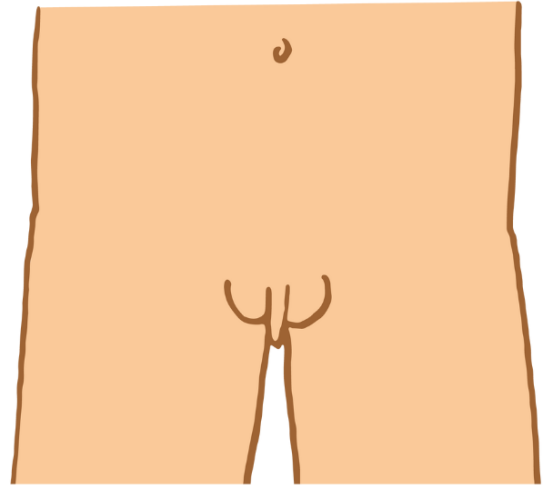
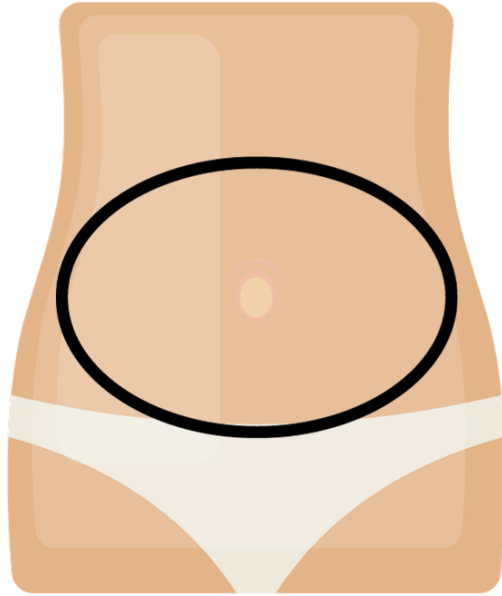


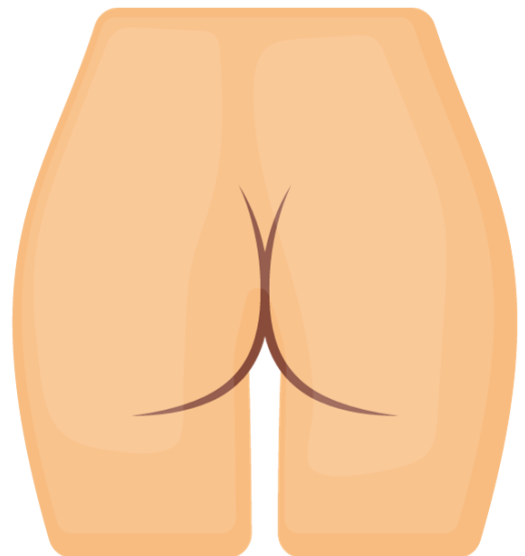
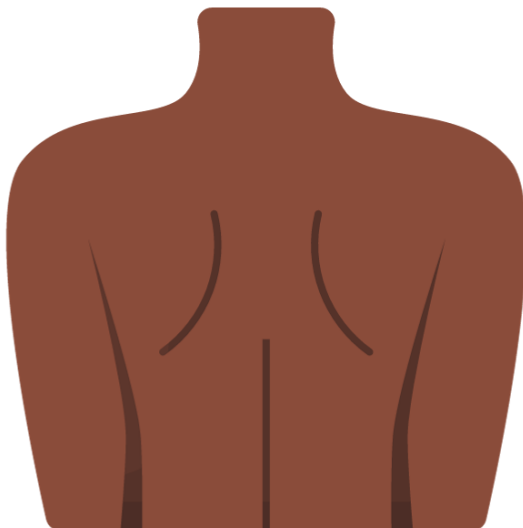
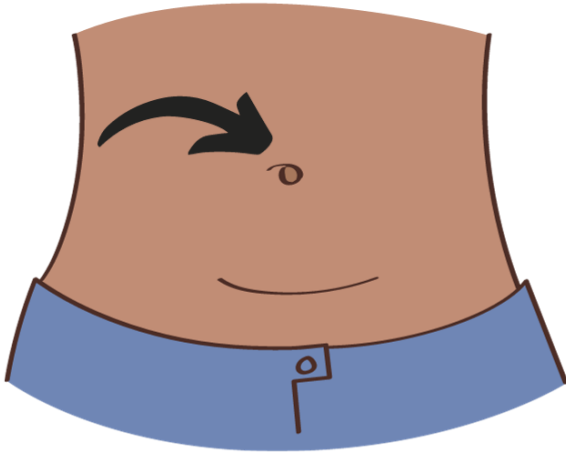
Bingo

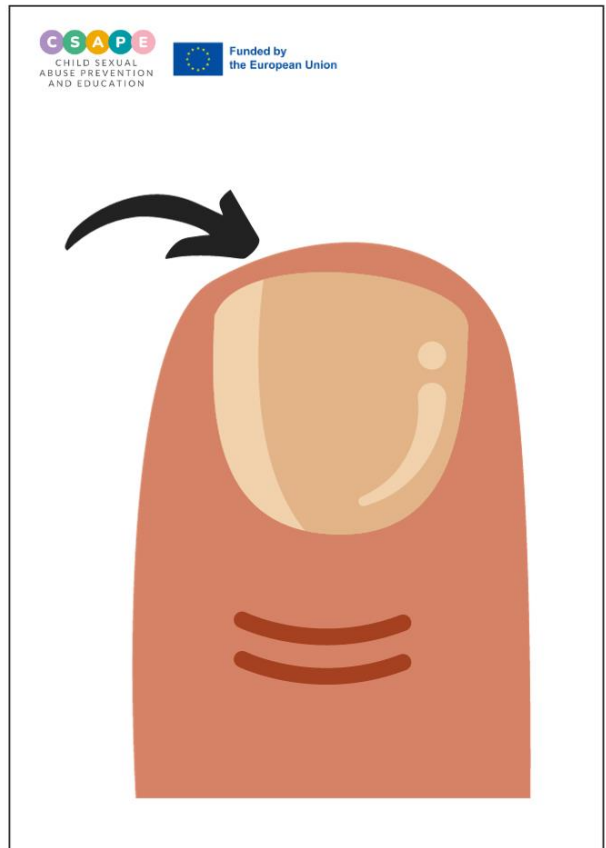
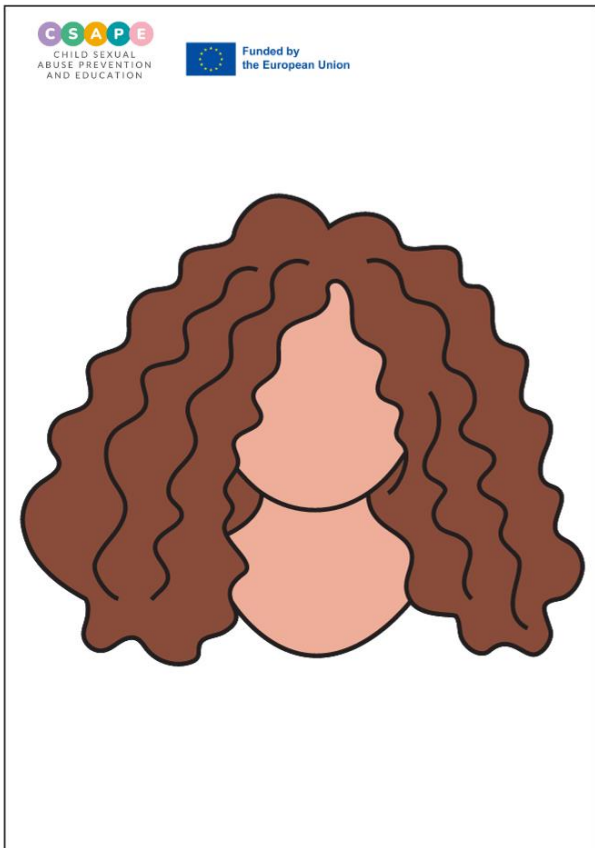
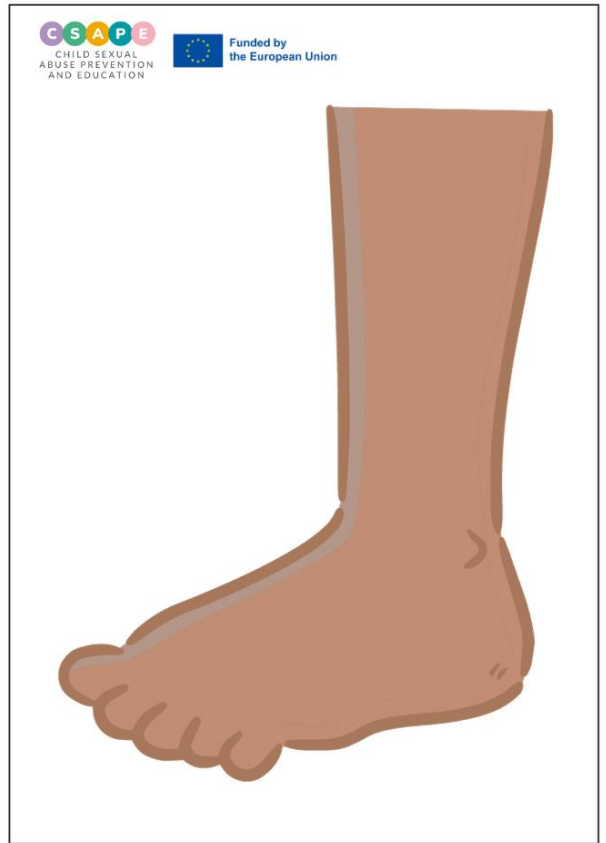
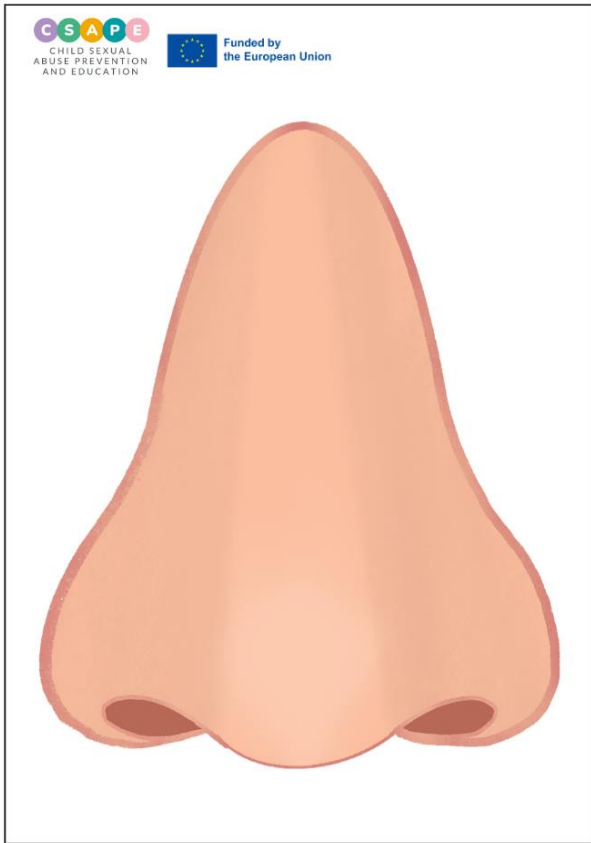
Μέρη του σώματος

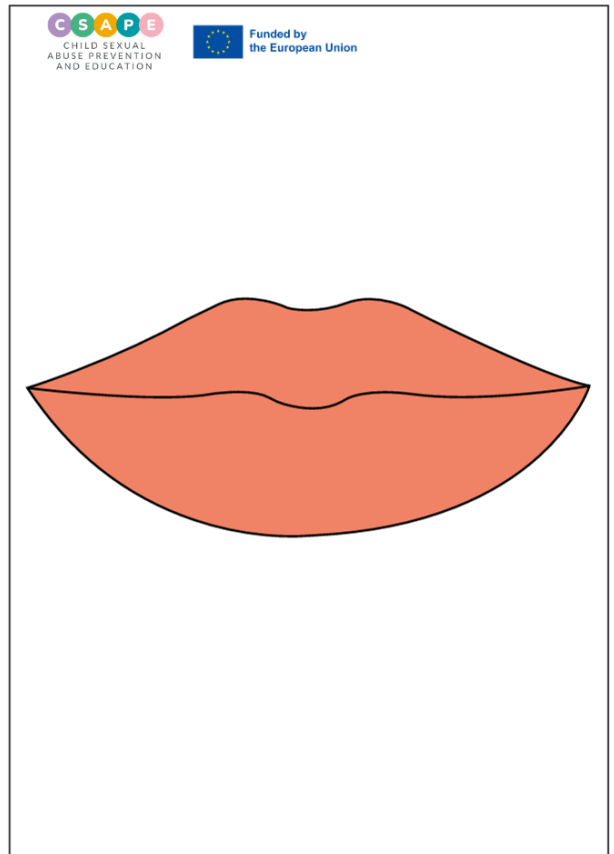
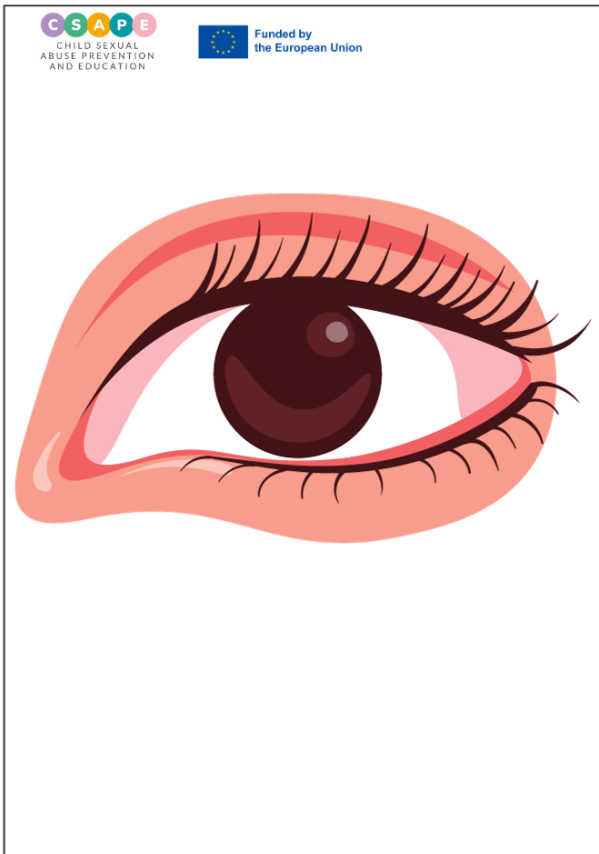
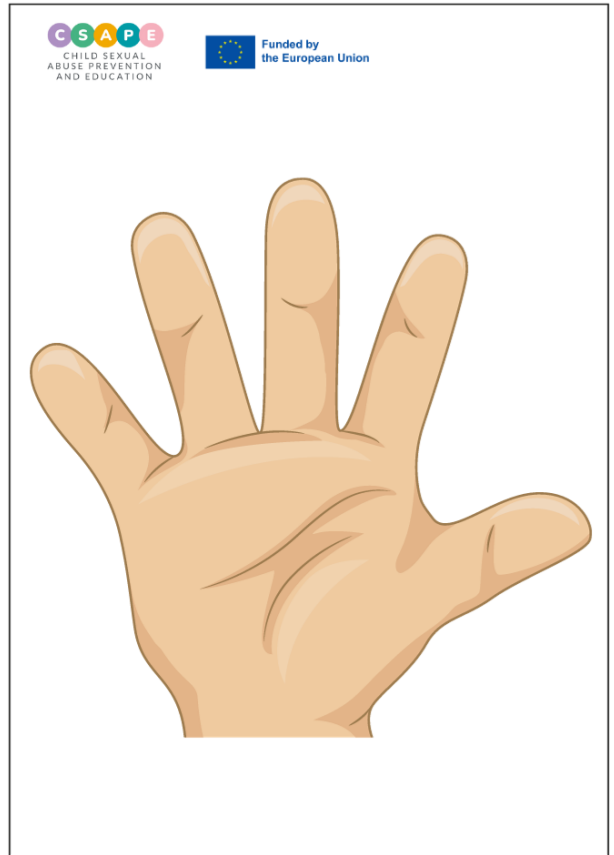
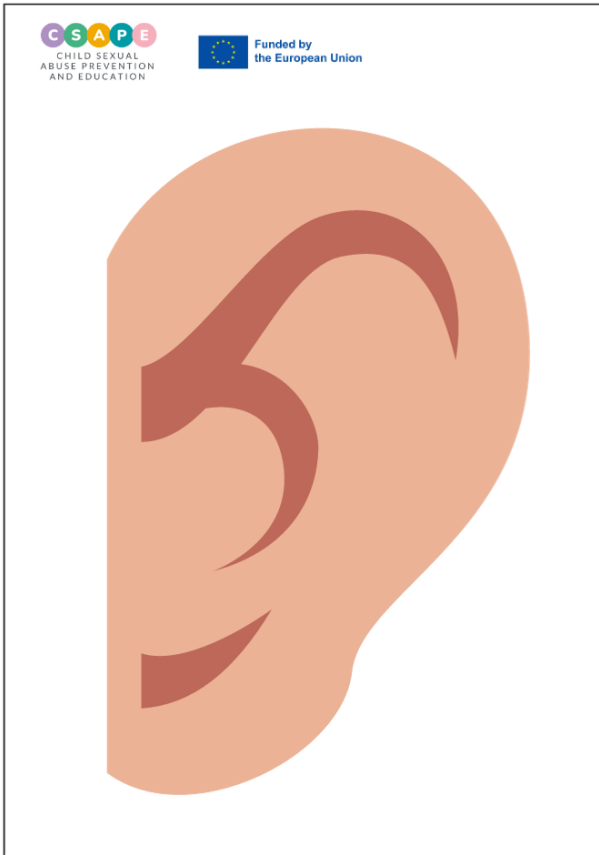


Παράρτημα 2: Μέρος του σώματος - κάρτες για τον/την εκπαιδευτικό

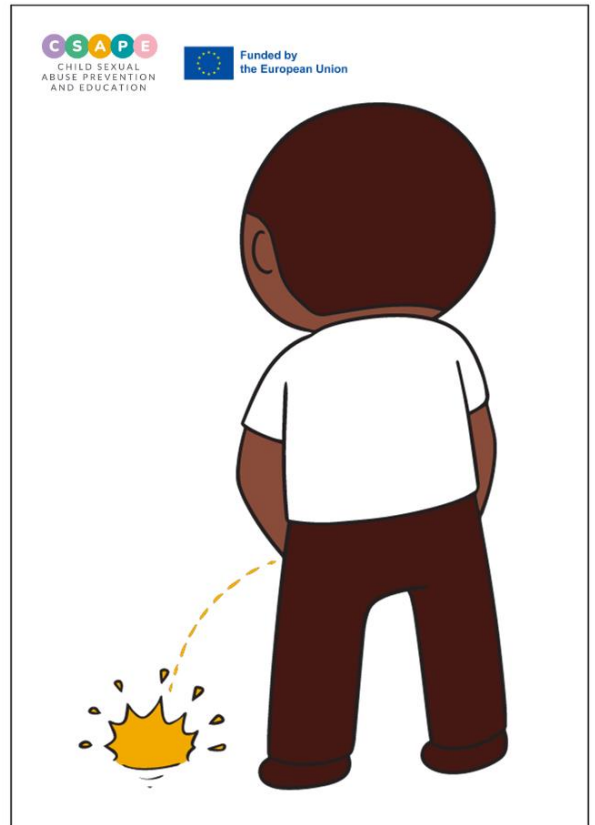
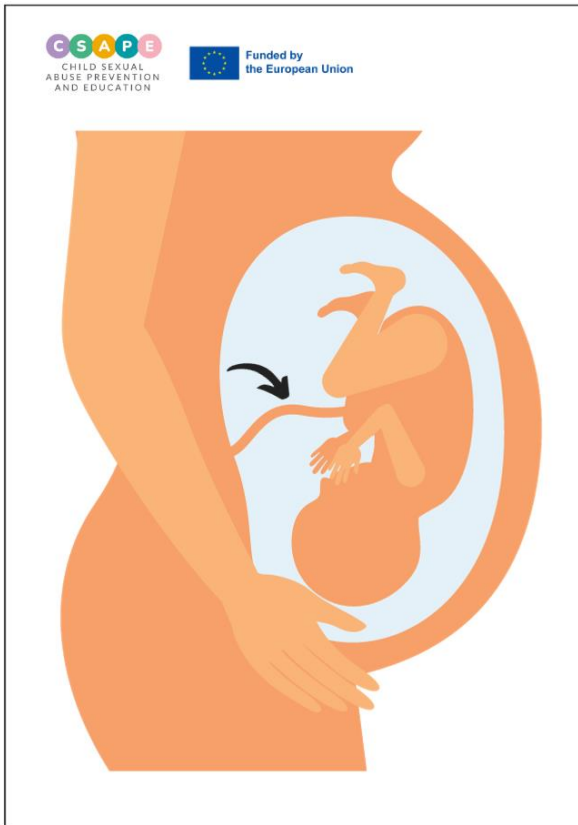


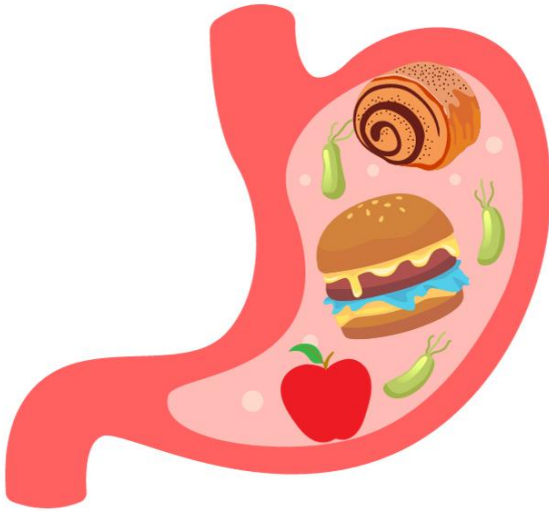






Παράρτημα 3: Λειτουργία του σώματος - κάρτες για τον/την εκπαιδευτικό



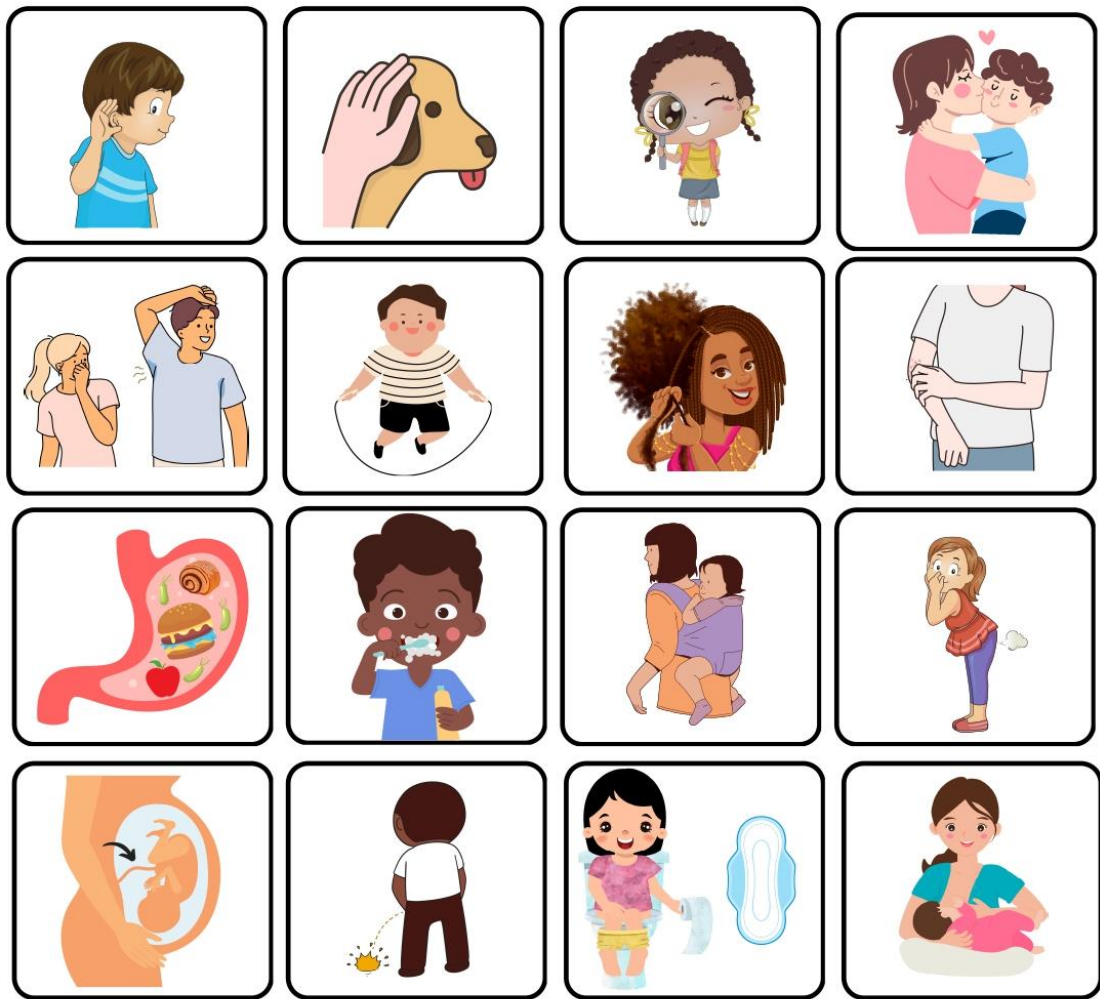






Παράρτημα 4: Λειτουργία του σώματος - κάρτες για τα παιδιά

Λειτουργία του σώματος - κάρτες

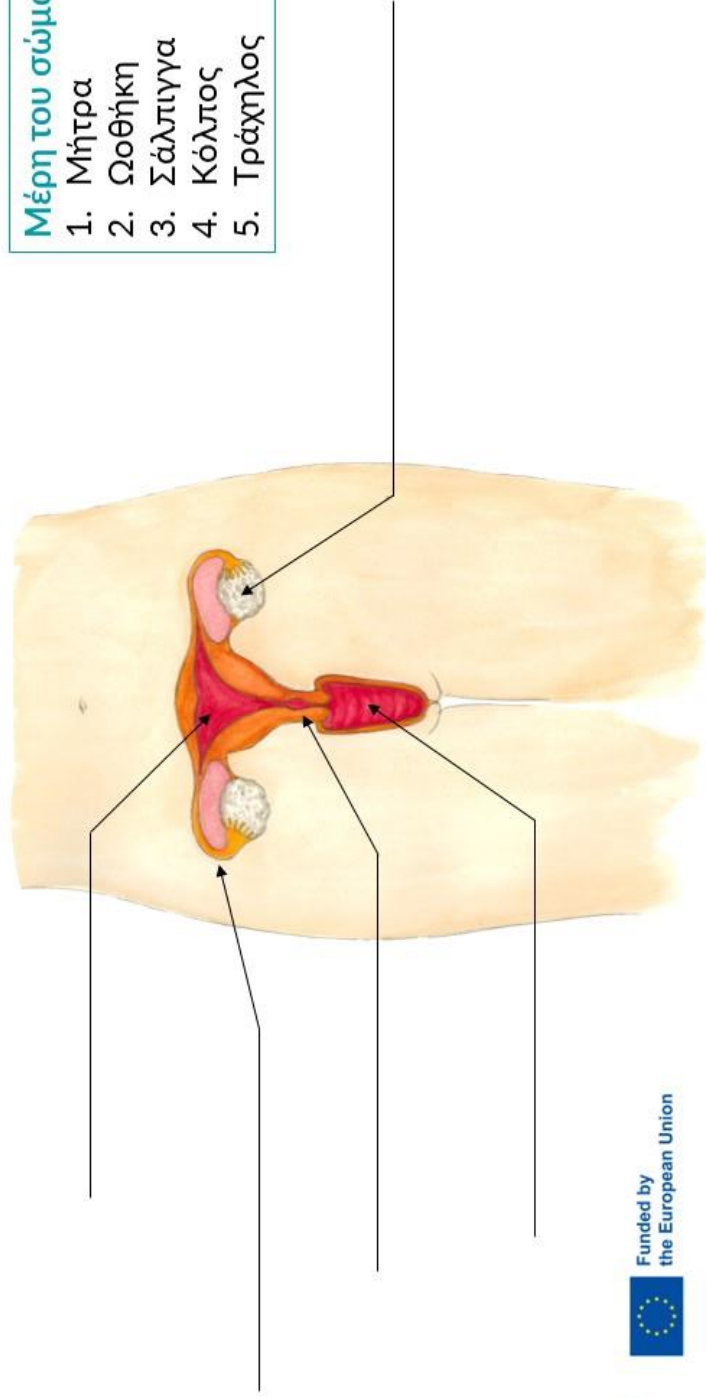


Παράρτημα 5: Σεξουαλικά και
αναπαραγωγικά όργανα - φύλλα
εργασίας

Ένα σώμα με μήτρα και άλλα αναπαραγωγικά όργανα

Μαθαίνω τα μέρη του σώματος.

Γράψτε το όνομα του μέρους του σώματος στο σωστό σημείο της εικόνας.



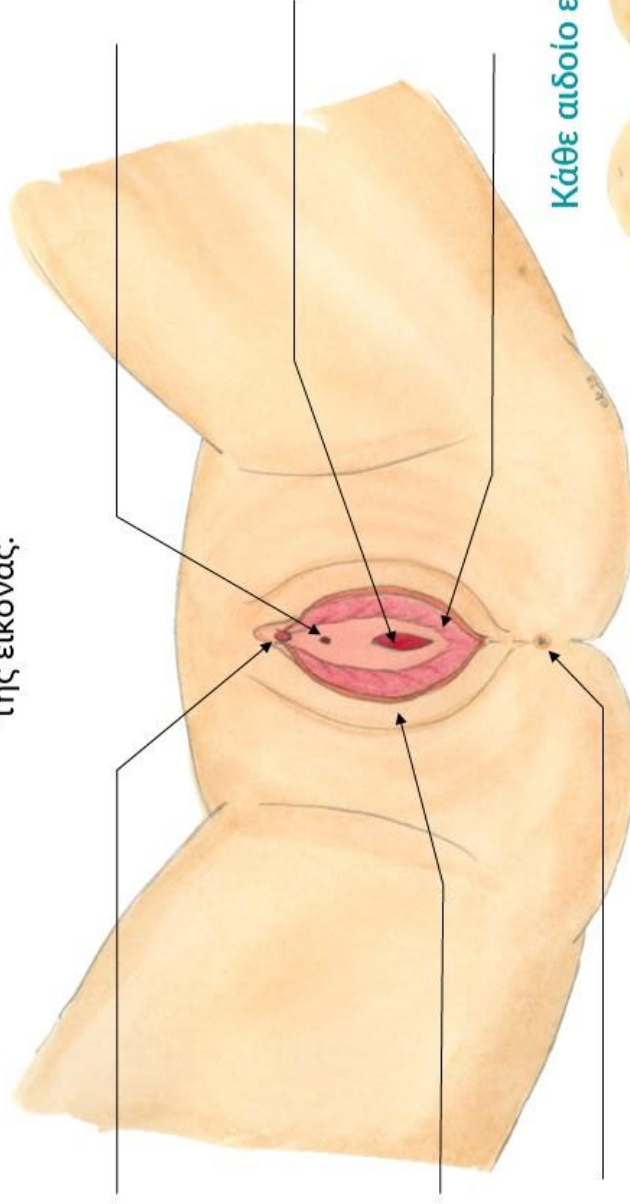
Μέρη του σώματος

1. Μήτρα
2. Ωοθήκη
3. Σάλπιγγα
4. Κόλπος
5. Τράχηλος

Ένα σώμα με αιδού

Μαθαίνω τα μέρη του σώματος.

Γράψτε το όνομα του μέρους του σώματος στο σωστό σημείο της εικόνας.



Μέρη του σώματος

1. Κλειτορίδα
2. Άνοιγμα ουρήθρας
3. Μεγάλα χείλη
4. Μικρά χείλη
5. Άνοιγμα κόλλου
6. Πρωκτός

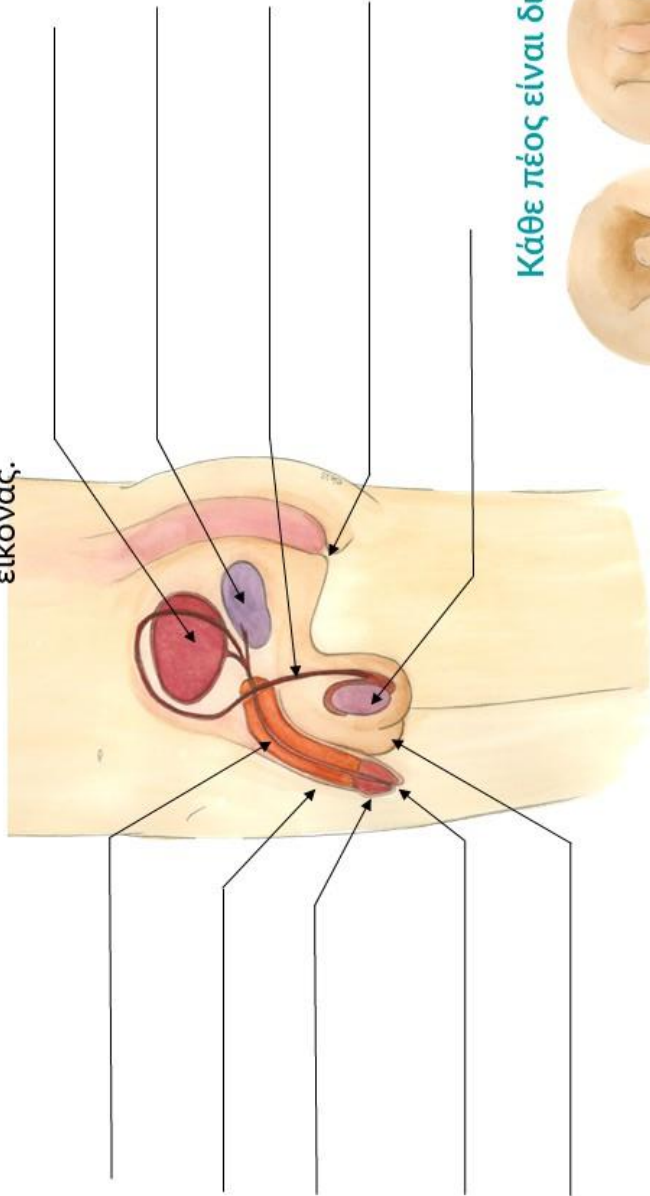
Κάθε αιδού είναι διαφορετικό και μοναδικό.



Ένα σώμα με Πέος και άλλα αναπαραγωγικά όργανα

Μαθαίνω τα μέρη του σώματος.

Γράψτε το όνομα του μέρους του σώματος στο σωστό σημείο της εικόνας.



Μέρη του σώματος

1. Πέος
2. Βάλανος πέους
3. Όρχις
4. Όσχεο
5. Άνοιγμα ουρήθρας
6. Ουρήθρα
7. Ουροδόχος κύστη
8. Προστάτης
9. Σπερματικός πόρος

10. Πρωκτός

Κάθε πέος είναι διαφορετικό και μοναδικό.



Παράρτημα 6: Λειτουργίες οργάνων -
φύλλο εργασίας

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΟΡΓΑΝΩΝ

Αντιστοιχίστε το όργανο/μέρος του οργάνου με τη σωστή περιγραφή.

ΜΗΤΡΑ
ΣΠΕΡΜΑΤΟΣΩΜΑΡΙΟ
ΠΡΟΣΤΑΤΗΣ
ΟΡΧΕΙΣ
ΩΟΘΗΚΕΣ
ΩΑΡΙΟ
ΚΟΛΠΟΣ

Ένα μυϊκό κανάλι που οδηγεί από το εξωτερικό του σώματος στη μήτρα. Τα σπερματοζώαρια μπορούν να εισέλθουν μέσω του καναλιού και το αίμα της εμμήνου ρύσεως μπορεί να περάσει από το κανάλι κατά τη διάρκεια της εμμήνου ρύσεως.
Βιολογικό θηλυκό αναπαραγωγικό κύτταρο.
Μιώδες όργανο σε σχήμα αχλαδιού. Ένα γονιμοποιημένο ωάριο εμφυτεύεται στο τοίχωμα του οργάνου κατά την έναρξη της εγκυμοσύνης. Το μωρό αναπτύσσεται και μεταφέρεται στο όργανο μέχρι τη γέννηση. Αν ένα ωάριο δεν γονιμοποιηθεί, το τοίχωμα του οργάνου αποβάλλεται ως αίμα κατά την εμμηνο ρύση.
Όργανα σε σχήμα αυγού όπου παράγονται σπερματοζώαρια.
Παράγει και αποθηκεύει ωάρια και απελευθερώνει ορμόνες που αποτελούν μέρος του εμμηνορροϊκού κύκλου. Κάθε μήνα απελευθερώνεται ένα ωάριο. Αν ένα σπερματοζώαριο γονιμοποιήσει το ωάριο, μπορεί να ξεκινήσει η εγκυμοσύνη.
Ένας αδένας που παράγει και περιέχει υγρό που σχηματίζει το σπέρμα. Το σπέρμα είναι υγρό που περιέχει επίσης σπερματοζώαρια. Το σπέρμα και τα σπερματοζώαρια είναι απαραίτητα για την έναρξη μιας εγκυμοσύνης.
Βιολογικό αρσενικό αναπαραγωγικό κύτταρο.

Παράρτημα 7: Κρυπτόλεξο – φύλλο εργασίας



ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΑ ΟΡΓΑΝΑ

ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ ΛΕΞΕΩΝ

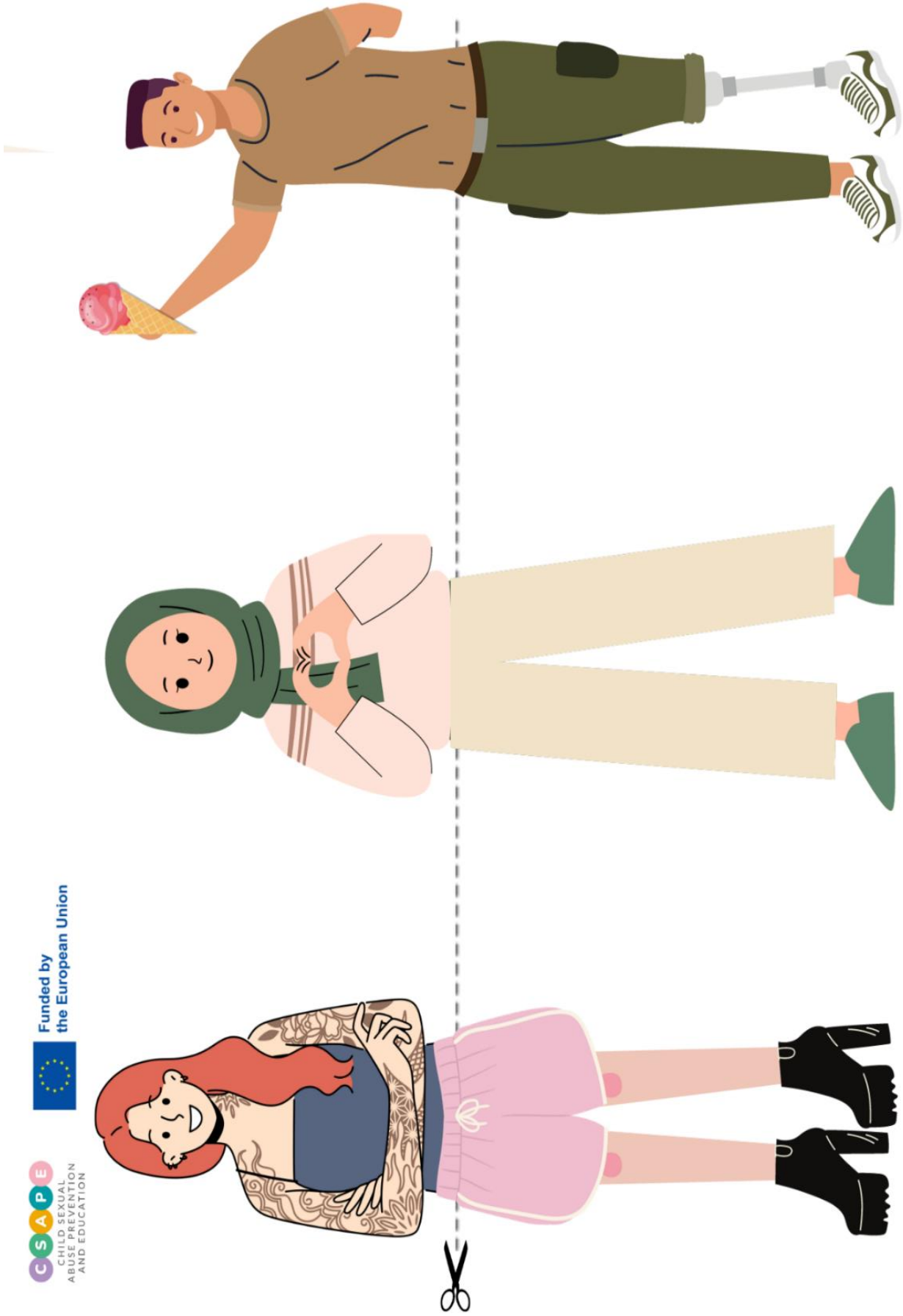
Βρείτε τις παρακάτω λέξεις και σημειώστε τις.

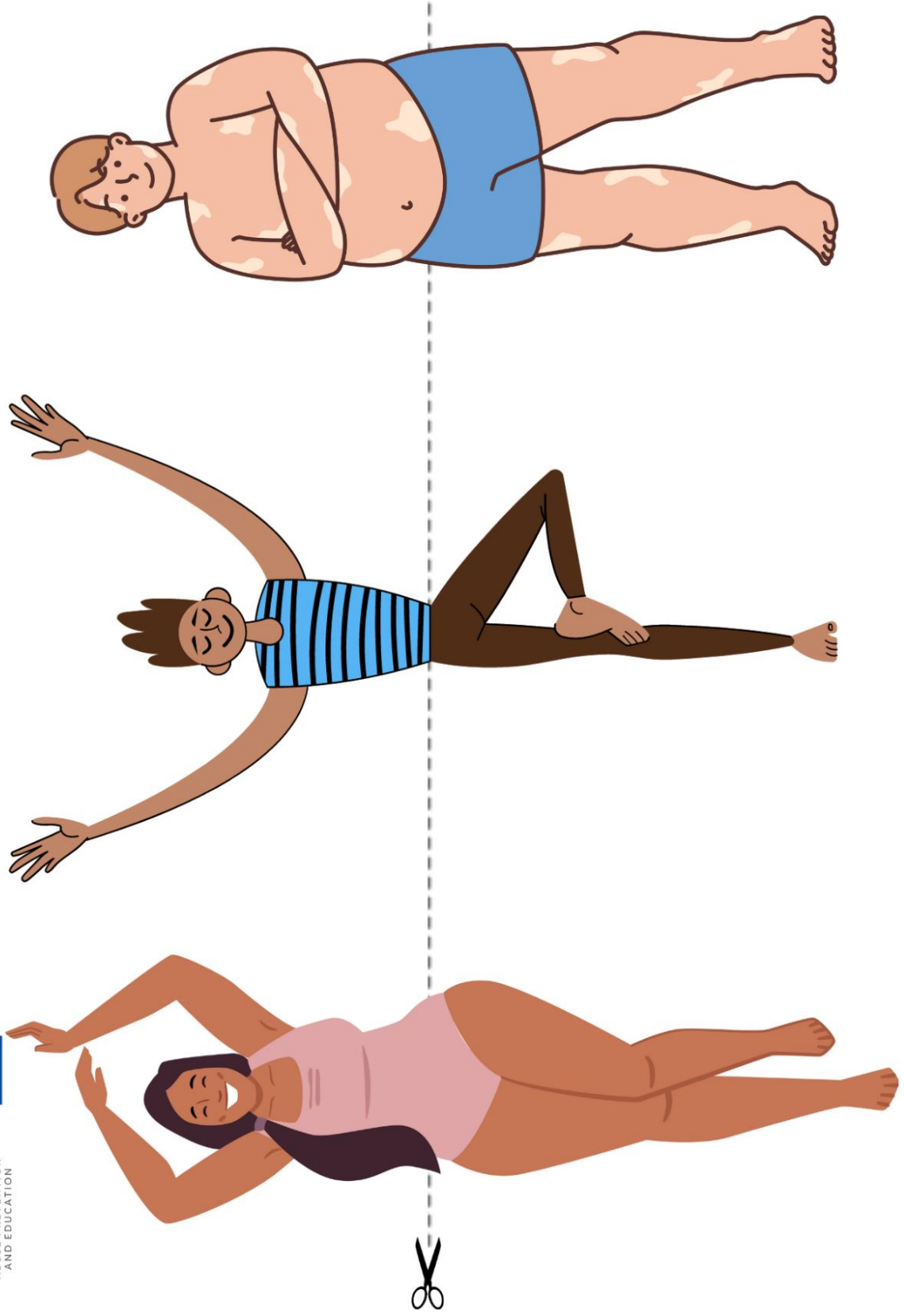
Α	Ν	Α	Π	Α	Ρ	Α	Γ	Ω	Γ	Η	Α
Β	Ζ	Κ	Ξ	Σ	Χ	Κ	Β	Θ	Υ	Ρ	Ι
Γ	Η	Λ	Ο	Ρ	Χ	Ε	Ι	Σ	Φ	Π	Δ
Δ	Θ	Μ	Π	Υ	Ω	Μ	Ν	Δ	Χ	Ο	Ο
Ρ	Γ	Ε	Ν	Ν	Η	Τ	Ι	Κ	Α	Ξ	Ι
Π	Λ	Μ	Ν	Ξ	Ο	Π	Ρ	Σ	Ω	Ν	Ο
Ε	Κ	Λ	Ε	Ι	Τ	Ο	Ρ	Ι	Δ	Α	Η
Ο	Ν	Η	Ν	Β	Η	Α	Η	Χ	Δ	Λ	Θ
Σ	Υ	Π	Ι	Κ	Ο	Λ	Π	Ο	Σ	Κ	Ι

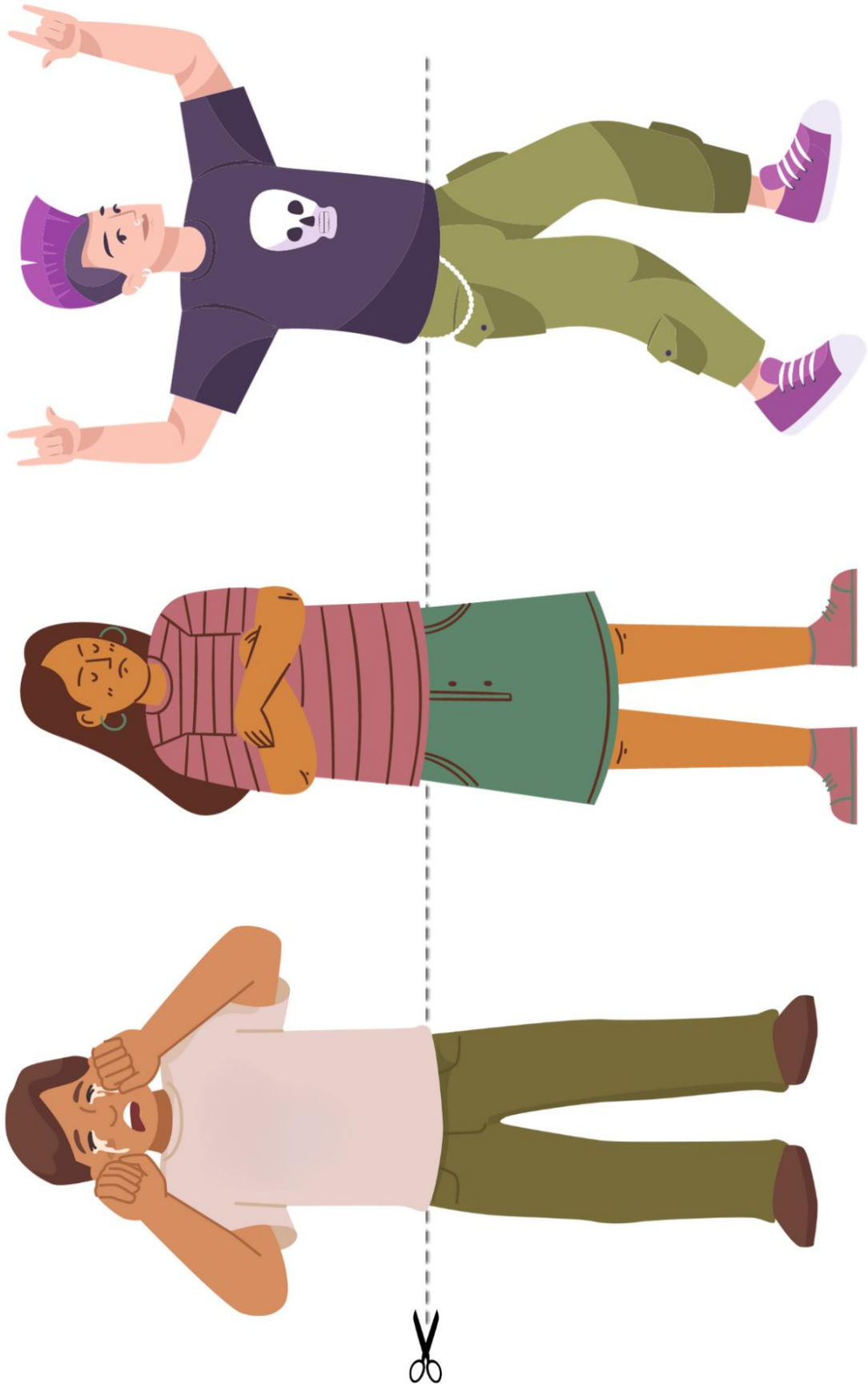
- ΓΕΝΝΗΤΙΚΑ
- ΑΙΔΟΪΟ
- ΟΡΧΕΙΣ
- ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗ
- ΚΌΛΠΟΣ
- ΠΈΟΣ
- ΚΛΕΙΤΟΡΪΔΑ



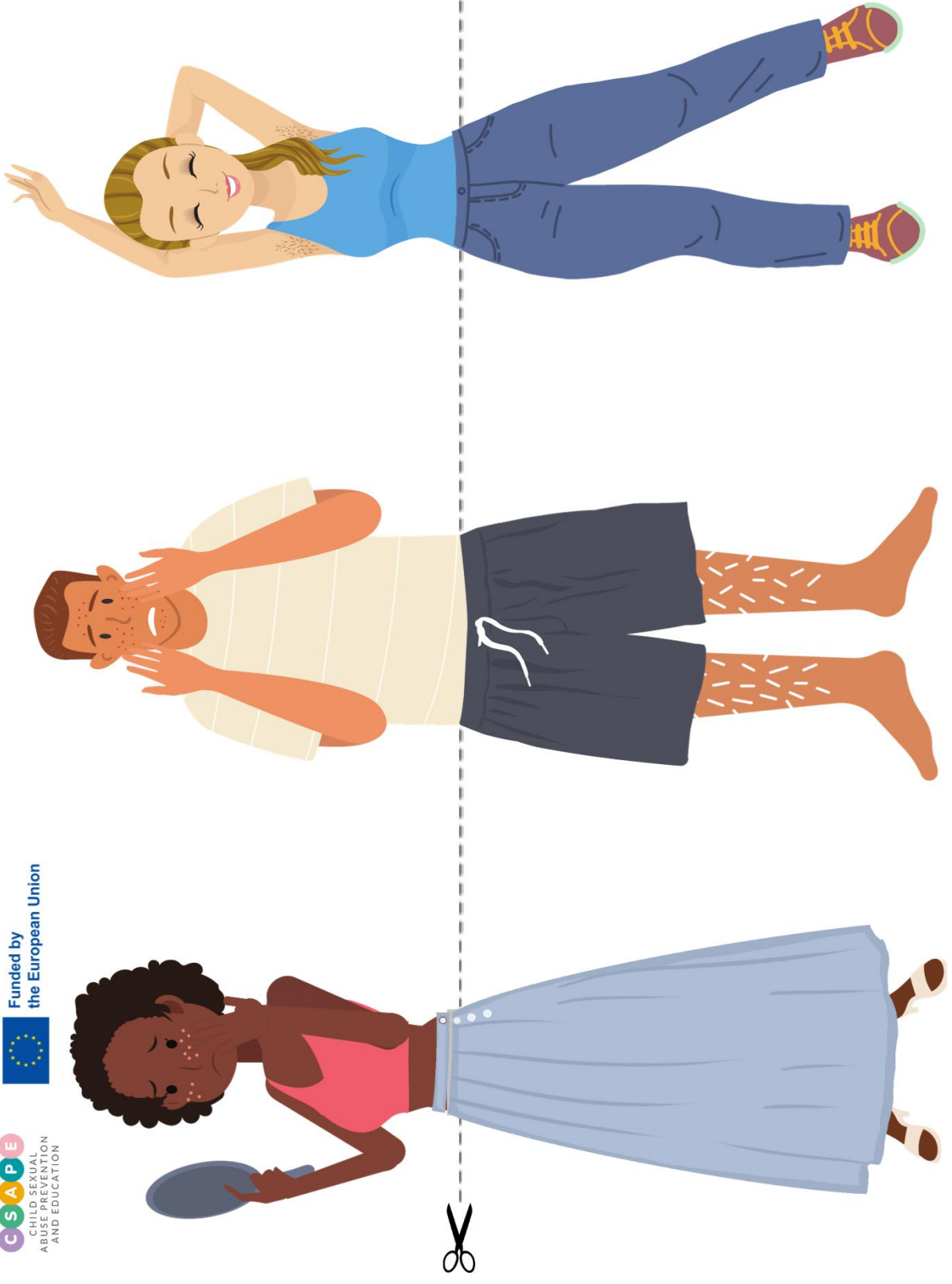
Παράρτημα 8: Παζλ μίξης και αντιστοίχισης (mix and match)











Παράρτημα 9: Αλλαγές στην εφηβεία – φύλλο εργασίας

Αλλαγές στην εφηβεία – φύλλο εργασίας

1. Ποιες αλλαγές της εφηβείας εντοπίζετε στους χαρακτήρες;

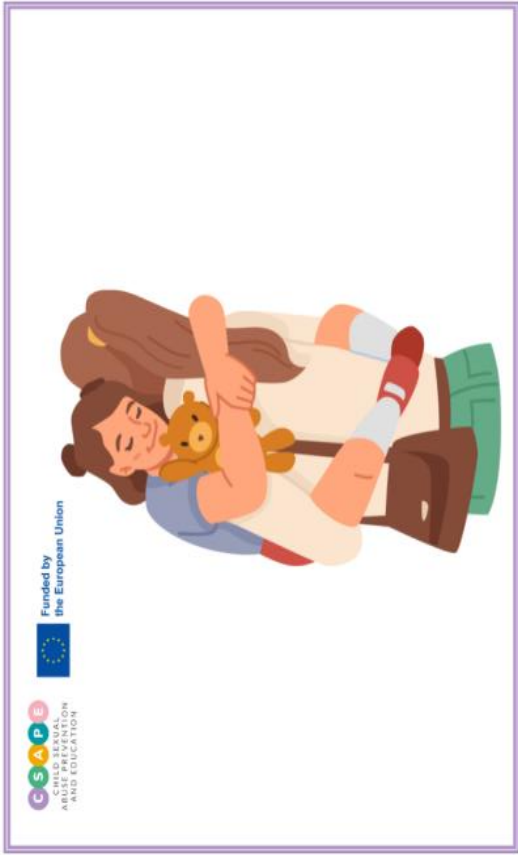
2. Ποιες είναι οι συνήθεις αλλαγές στην εφηβεία; Απαριθμήστε τες παρακάτω.

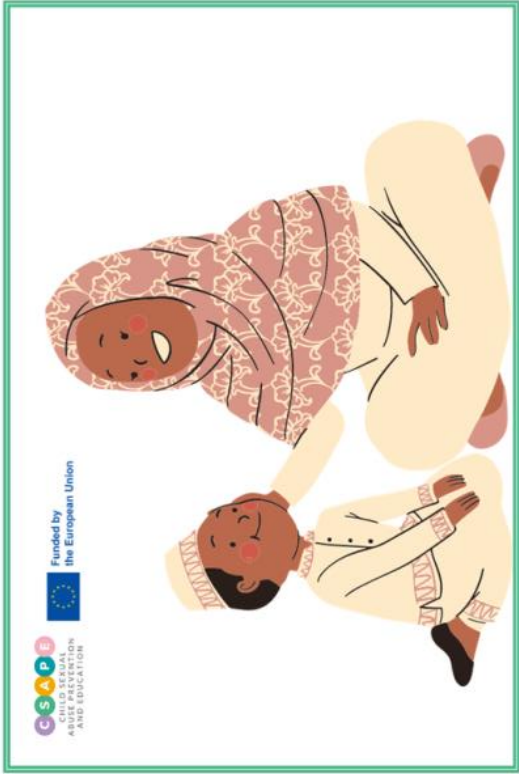
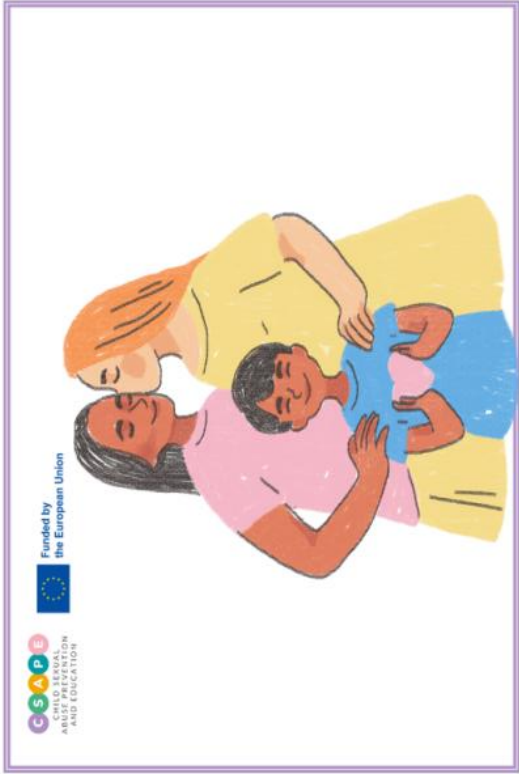


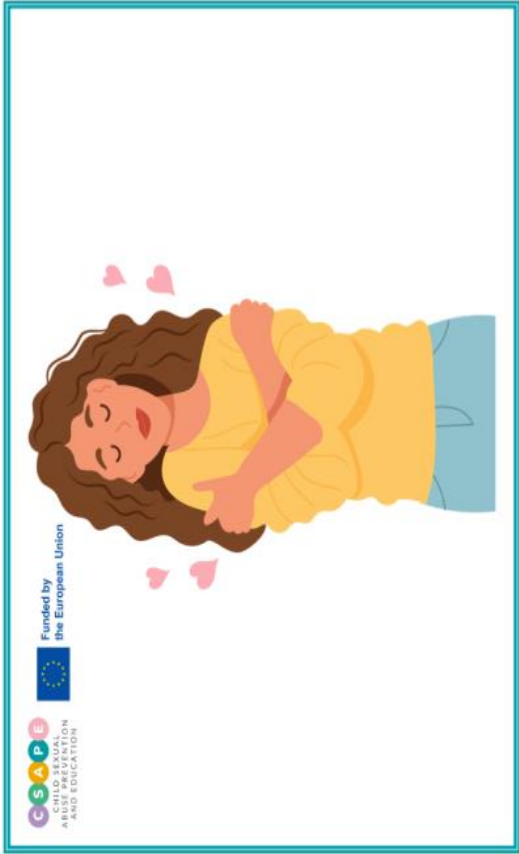
Funded by
the European Union

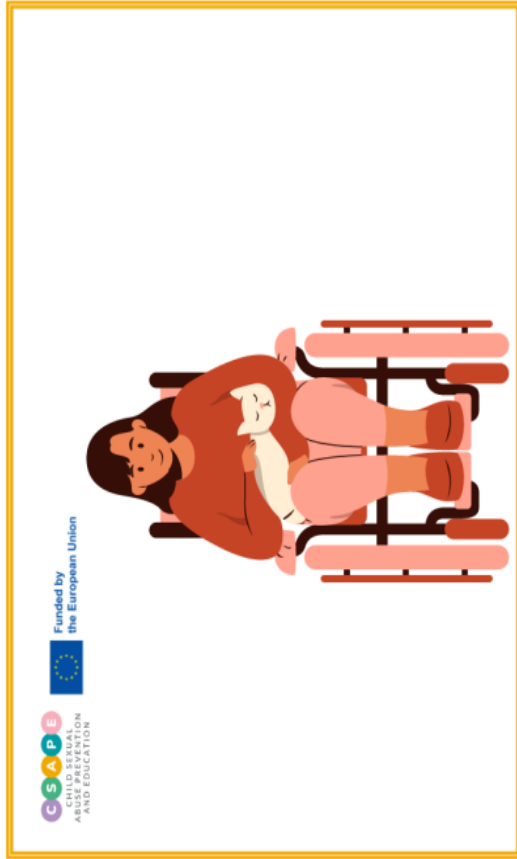
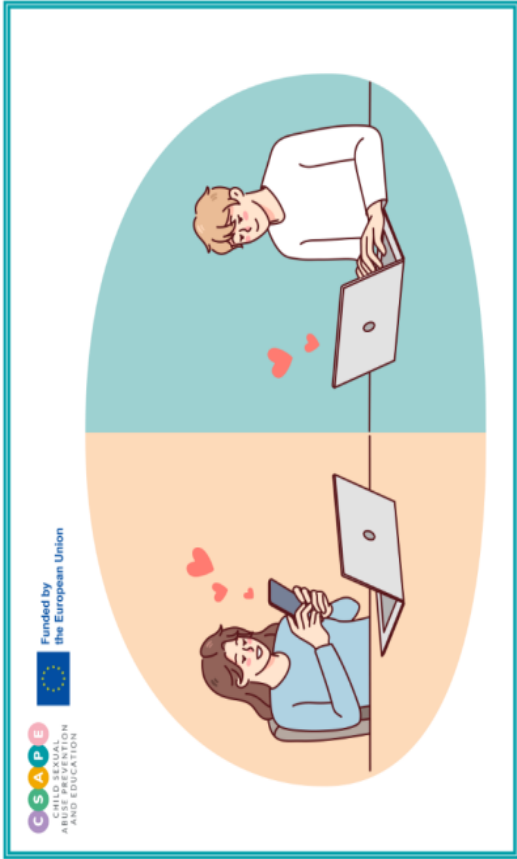
Παράρτημα 10: Θετικό άγγιγμα- κάρτες με εικόνες για παιδιά 5-8 ετών



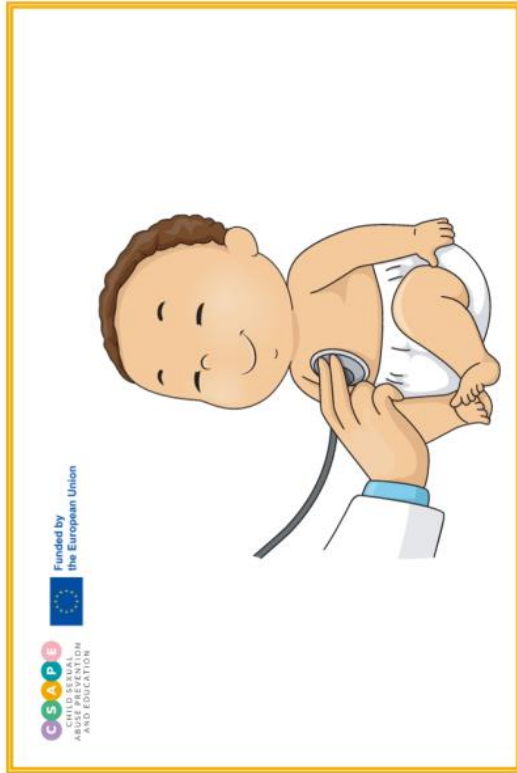






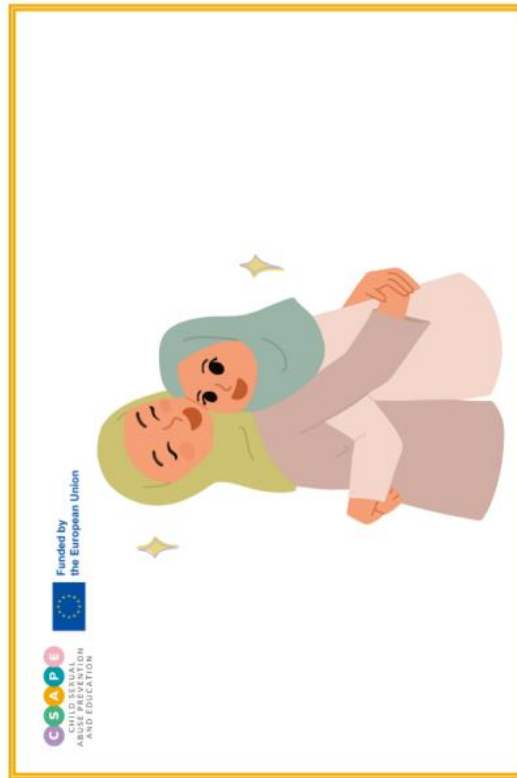
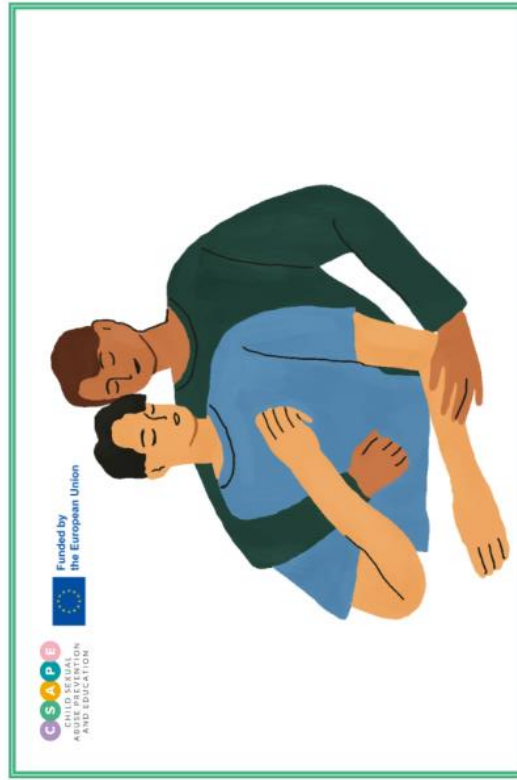


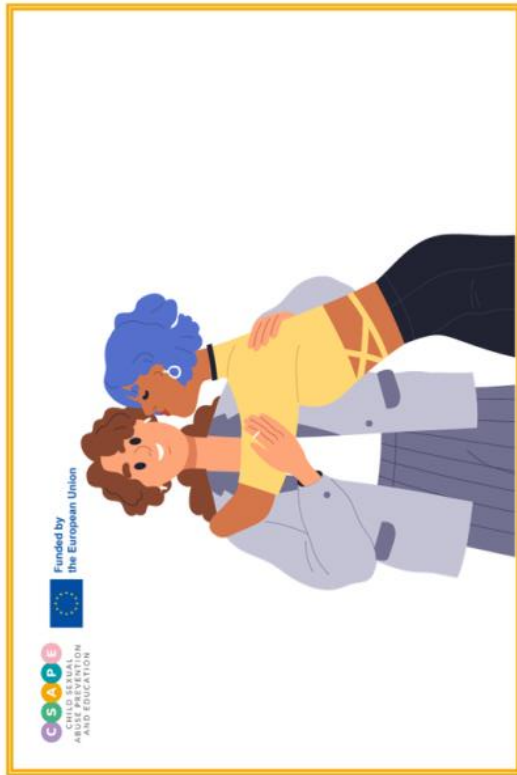
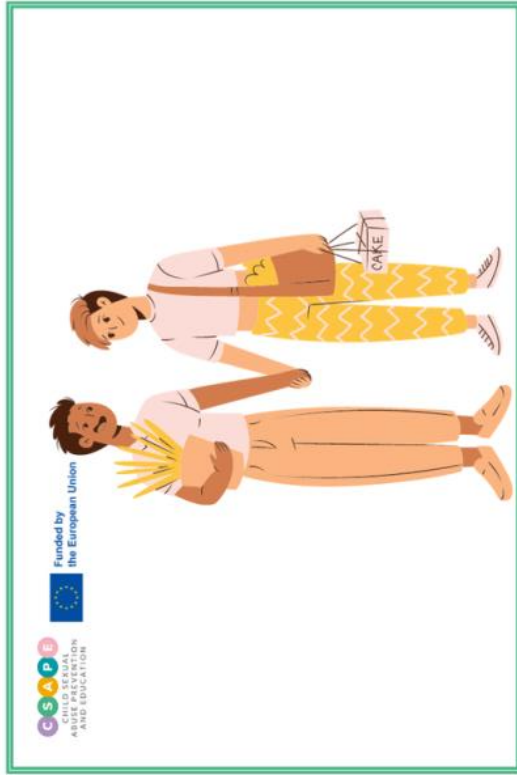


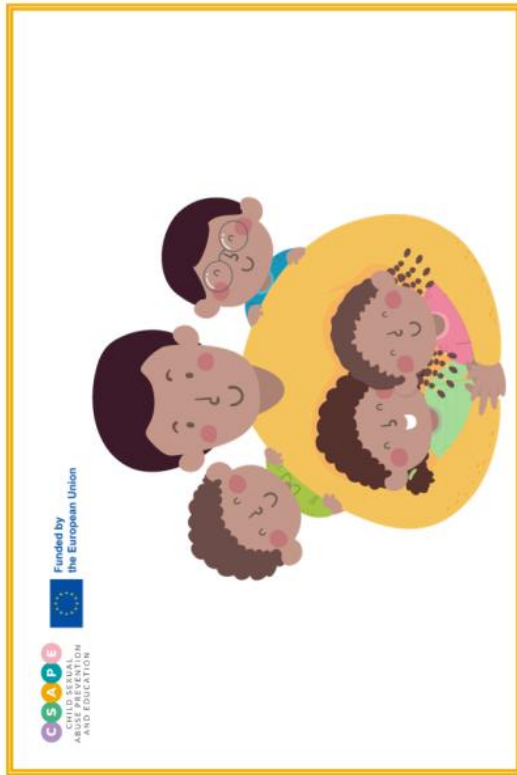
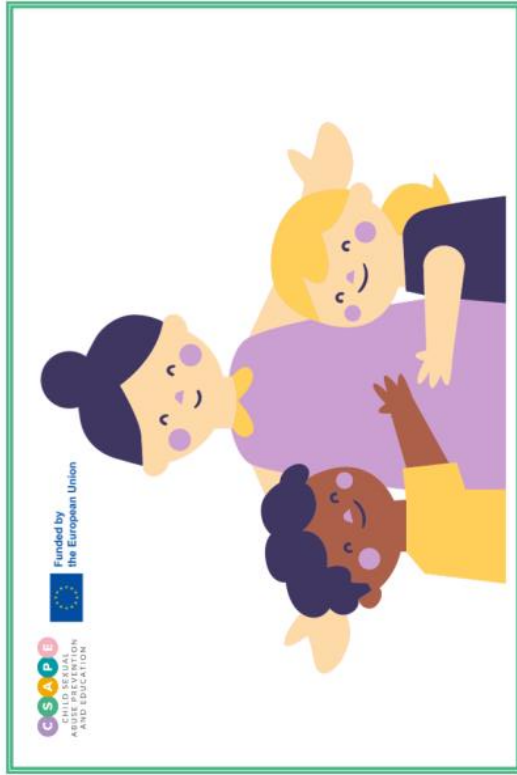
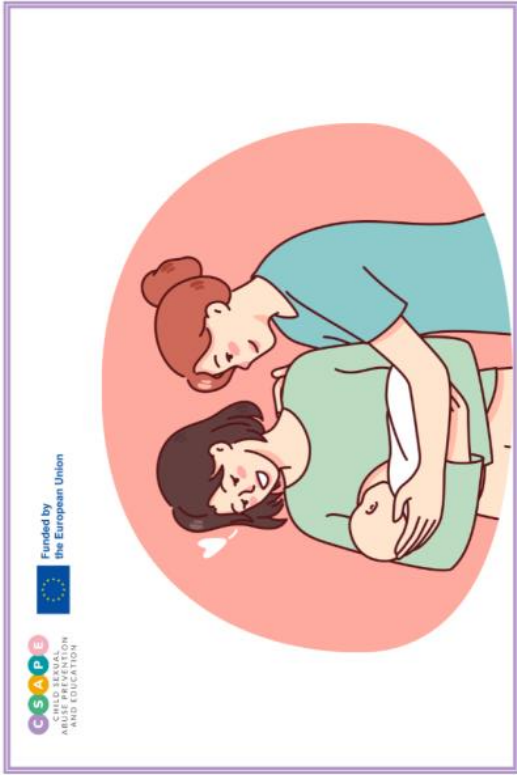


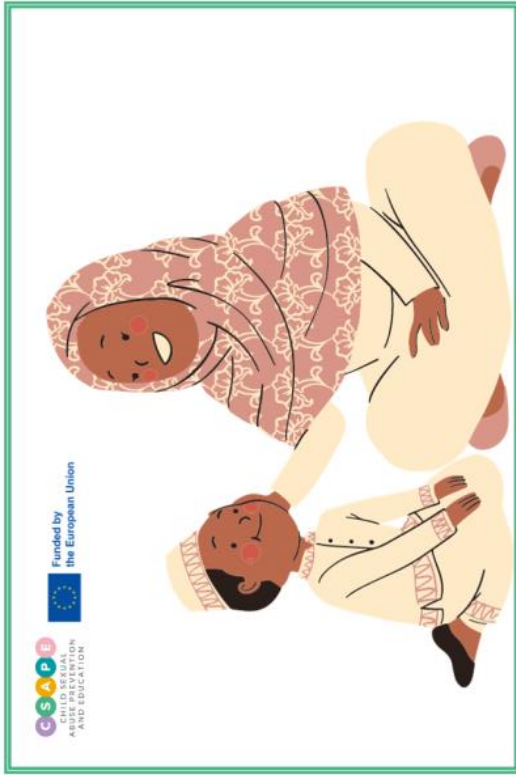
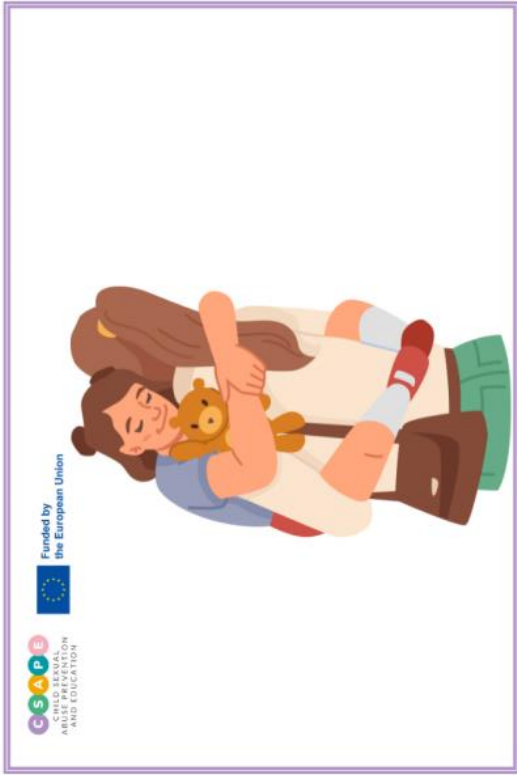


Παράρτημα 11: Θετικό άγγιγμα- κάρτες με εικόνες για παιδιά 9-11 ετών



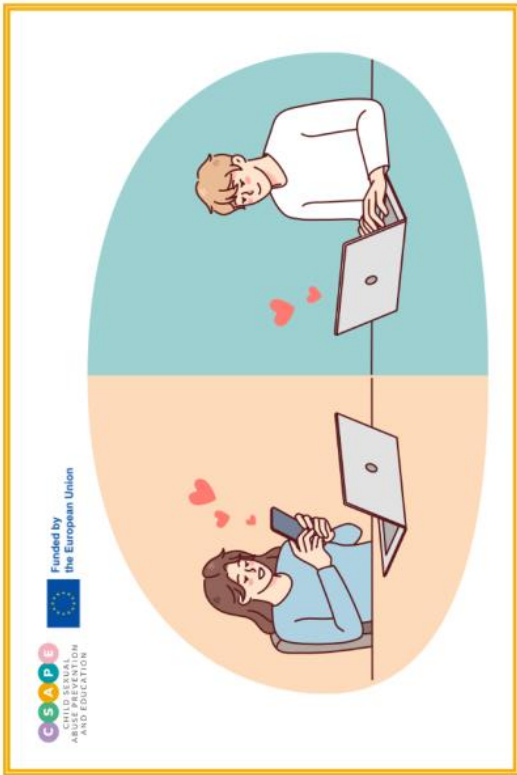
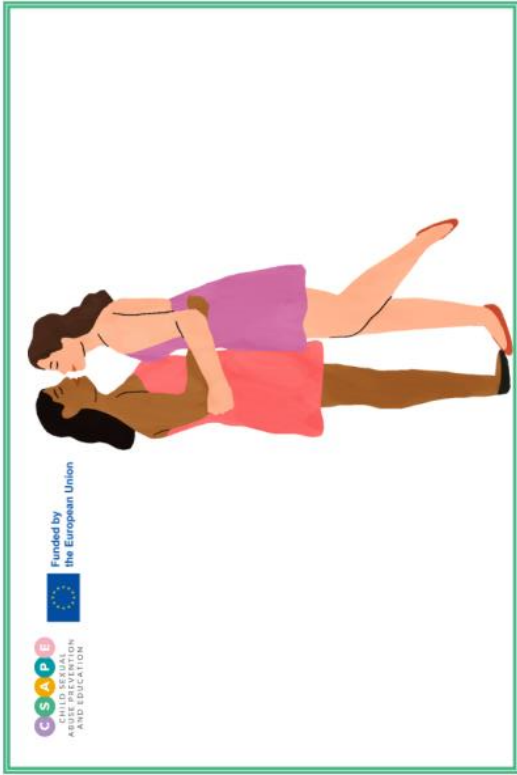
















Παράρτημα 12: Θετικό άγγιγμα - φύλλο εργασίας



Θετικό άγγιγμα - φύλλο εργασίας

- 1. Τι συμβαίνει στην εικόνα;**
- 2. Πώς μπορεί να είναι η αίσθηση του αγγίγματος στην εικόνα;**
- 3. Ποιο άτομο επιτρέπεται να αγγίξετε με τον τρόπο που δείχνει η εικόνα;**
- 4. Σε ποιες καταστάσεις ή μέρη μπορείτε να αγγίξετε τον εαυτό σας ή κάποιο άλλο άτομο με τον τρόπο που δείχνει η εικόνα;**



Funded by
the European Union

Ενότητα 3: Συναισθηματικές και επικοινωνιακές δεξιότητες

Παράρτημα 1: Κάρτες συναισθημάτων



Απογοήτευση



Ενθουσιασμός



Θυμός



Γενναιότητα



Ευτυχία



Αισθάνομαι πληγωμένος/η



Φόβος



Αγάπη



Θλίψη



Έκπληξη



Ντροπή



Ζήλια



Ανησυχία



Νευρικότητα



Απογοήτευση



Υπερηφάνεια



Ηρεμία



Ελπίδα



Σύγχυση



Αποθάρρυνση

Παράρτημα 2: Ιστορίες «Μάντεψε το συναίσθημα»

Ιστορίες «Μάντεψε το συναίσθημα»

- Η θεία Λίλη έχει βρει έναν νέο σύντροφο και φιλιούνται πολύ και αυτό κάνει τα παιδιά της και τους/τις φίλους/-λες τους να χαχανίζουν.
- Η αγαπημένη στιγμή της Τζιλ είναι το βράδυ, όταν μπορεί να χωθεί στην αγκαλιά του πατέρα της και να ακούσει το αγαπημένο της παραμύθι.
- Ο Νταν έχει μια φίλη στο νηπιαγωγείο, την Πατ. Του αρέσει να την αγκαλιάζει. Μερικές φορές, η Πατ δεν θέλει να την αγκαλιάζει.
- Όταν ο Αλαντίν είδε τη Γιασμίν, τα μάτια του έλαμψαν και άρχισε να τρέχει προς το μέρος της.
- Η Τζέιν και ο Τζορτζ κάθονται στο ίδιο θρανίο και παίζουν μαζί στο διάλειμμα. Τελευταία, η Τζέιν άρχισε να παίζει και με τον Χένρι στο διάλειμμα και αυτό δεν αρέσει στον Τζορτζ.
- Η Μίρα, η Άνα και η Έιμι είναι φίλες που κάνουν τα πάντα μαζί. Η Μίρα ανακάλυψε ότι η Άνα και η Έιμι πήγαν μαζί στον κινηματογράφο κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου χωρίς να την καλέσουν και δεν της άρεσε αυτό.
- Ο Τζιμ έτρεχε στο διάλειμμα. Έπεσε στο έδαφος και χτύπησε τα γόνατά του. Τα αγόρια από την ομάδα του νηπιαγωγείου του που στέκονταν κοντά του, άρχισαν να γελάνε και να τον πειράζουν.



Παράρτημα 3: Κάρτες οικογενειών



Γονείς του ίδιου φύλου



Θετή οικογένεια



Θετός πατέρας, θετή μητέρα, δύο παιδιά



Ανύπαντρη μητέρα



Διευρυμένη οικογένεια



Μητέρα, γιαγιά, παιδί



Μητέρα, πατέρας, δύο παιδιά



Ανύπαντρος πατέρας



Ανάδοχες οικογένειες



Μητέρα, πατέρας, ένα παιδί



Ο σύζυγος και η σύζυγος, χωρίς παιδιά

Παράρτημα 4: Κάρτες σχέσεων



Φίλοι



Γείτονες



Ρομαντικό ζευγάρι



Σχέση δασκάλου/ας - μαθητών



Σχέση με την Κοινότητα



Οικογενειακή/συγγενική σχέση



Εργασιακή σχέση



Σχέση με τον εαυτό μας

Παράρτημα 5: «Πώς αισθάνονται;»

«Πώς αισθάνονται;»

- Ο Τζον ήθελε να αγκαλιάσει τη Μίρα, αλλά εκείνη δεν ήθελε.
- Τα κορίτσια είπαν ότι η Εύα φίλησε τον Τζιμ και στην Εύα δεν άρεσε που μιλούσαν για το φιλί.
- Η Άννα κάθεται πολύ κοντά στον Έβαν και εκείνος προσπαθεί να κρατήσει κάποια απόσταση, αλλά εκείνη έρχεται όλο και πιο κοντά.
- Ο Ρομπ γαργαλάει τον Χένρι και τον σπρώχνει.
- Η Τζόι και η Έλεν κάθονται μαζί στην τάξη, αλλά σήμερα η Τζόι πήγε να καθίσει με ένα άλλο κορίτσι, χωρίς να πει τίποτα στην Έλεν.



Ενότητα 4: Όρια και συναίνεση

Παράρτημα 1: Σενάρια για να μάθουν τα παιδιά να βάζουν όρια

Σενάρια για να μάθουν τα παιδιά να βάζουν όρια

-Εκτυπώστε και κόψτε ένα προς ένα τα σενάρια

1	Ο/Η καλύτερός/-ρή σου φίλος/-λη θέλει να σου κρατάει το χέρι ενώ περπατάτε μαζί στο πάρκο, αλλά εσύ δεν θέλεις. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Μπορούμε να περπατήσουμε μαζί χωρίς να μου κρατάς το χέρι;»</i>
2	Η γιαγιά σου θέλει να σε αγκαλιάσει και να σε φιλήσει στο μάγουλο, αλλά εσύ δεν θέλεις. Μπορείς να της πεις: <i>«Δεν θέλω αγκαλιά τώρα, ίσως αργότερα».</i>
3	Ένας/Μια φίλος/-λη σου θέλει να παίξει με το αγαπημένο σου παιχνίδι, αλλά θέλεις να παίξεις και εσύ με αυτό. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Θα ήθελα να παίξω με αυτό τώρα, αλλά ίσως μπορούμε να παίξουμε εναλλάξ αργότερα».</i>
4	Ο θείος σου σε γαργαλάει και εσύ δεν θέλεις. Μπορείς να του πεις: <i>«Δεν θέλω να με γαργαλάς τώρα, σε παρακαλώ σταμάτα».</i>
5	Ένας/Μια συμμαθητής/-τρια σου σε διακόπτει συνεχώς την ώρα που μιλάς. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Θέλω πρώτα να τελειώσω αυτό που λέω και μετά είναι η σειρά σου».</i>
6	Νιώθεις κουρασμένος/-νη ή έχεις την ανάγκη να μείνεις μόνος/-νη σου. Ενημέρωσε την οικογένειά σου λέγοντας: <i>«Χρειάζομαι λίγη ησυχία τώρα, σας παρακαλώ».</i>
7	Ένας/Μια φίλος/-λη σου θέλει να δει τη ζωγραφιά σου, αλλά εσύ δεν είσαι έτοιμος/-μη να τη μοιραστείς. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Δεν θέλω να τη μοιραστώ τώρα, ίσως αργότερα».</i>
8	Ένας/Μια φίλος/-λη σου είναι πολύ σκληρός/-ρή όταν παίζετε. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Δεν μου αρέσει όταν παίζουμε τόσο σκληρά. Ας βρούμε ένα άλλο παιχνίδι».</i>

9	Ένας/Μια φίλος/-λη σου θέλει να δανειστεί τις κηρομπογιές σου, αλλά εσύ τις χρησιμοποιείς. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Τις χρησιμοποιώ τώρα, αλλά μπορώ να τις μοιραστώ μαζί σου, όταν τελειώσω».</i>
10	Ο/Η αδελφός/-φή σου μπαίνει συνέχεια στο δωμάτιό σου χωρίς να σε ρωτήσει. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Χρειάζομαι τον χώρο μου, χτύπα σε παρακαλώ πριν μπεις».</i>
11	Παίζεις ένα παιχνίδι και θέλεις να ορίσεις κανόνες. Μπορείς να πεις: <i>«Ας συμφωνήσουμε σε μερικούς κανόνες ώστε να περάσουν όλοι/-λες καλά».</i>
12	Ένας/Μια φίλος/-λη προσπαθεί να πάρει τη σειρά σου σε ένα παιχνίδι. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Τώρα είναι η σειρά μου, αλλά σύντομα θα έρθει η δική σου σειρά».</i>
13	Είσαι λυπημένος/-νη και δεν θέλεις να μιλήσεις. Μπορείς να πεις: <i>«Είμαι λυπημένος/-νη τώρα, θα μιλήσω όταν είμαι έτοιμος/-μη».</i>
14	Ένας/Μια συμμαθητής/-ριά σου προσπαθεί να σου πάρει την καρέκλα. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Κάθομαι σε αυτή την καρέκλα. Μπορείς να βρεις μια άλλη;»</i>
15	Ένας/Μια φίλος/-λη σου θέλει να έρθει στο σπίτι σου, αλλά εσύ δεν έχεις διάθεση. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Θα ήθελα να μείνω λίγο μόνος/-νη μου σήμερα, ίσως κάποια άλλη φορά».</i>
16	Ένας/Μια φίλος/-λη σου μιλά πολύ δυνατά. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Προτιμώ να μιλάμε πιο σιγά, σε παρακαλώ».</i>
17	Κάνεις τα μαθήματά σου και πρέπει να συγκεντρωθείς, αλλά ο αδελφός σου θέλει να παίξετε. Μπορείς να του πεις: <i>«Χρειάζομαι ησυχία για να τελειώσω τις εργασίες μου. Μπορούμε να παίξουμε αργότερα;»</i>
18	Ένας/Μια φίλος/-λη σου θέλει να ψάξει το σακιδιό σου. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Θα προτιμούσα να μην πειράζεις τα πράγματά μου. Ευχαριστώ για την κατανόηση».</i>
19	Ένας/Μια φίλος/-λη σου σου ζητάει συνεχώς σνακ. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Έχω αρκετά μόνο για τον εαυτό μου. Μακάρι να μπορούσα να σου δώσω».</i>

20	Ένας/Μια φίλος/-λη σου χρησιμοποιεί τα είδη ζωγραφικής σου χωρίς να σε ρωτήσει. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Θα ήθελα να με ρωτάς πριν χρησιμοποιήσεις τα πράγματά μου, σε παρακαλώ».</i>
21	Ο πατέρας σου στέκεται πολύ κοντά σου ενώ παίζεις ένα παιχνίδι. Μπορείς να του πεις: <i>«Χρειάζομαι λίγο χώρο για να παίξω άνετα. Μπορείς να πας λίγο πιο πέρα;»</i>
22	Ένας/Μια συμμαθητής/-ριά σου σε ρωτάει συνεχώς για τα προσωπικά σου θέματα. Μπορείς να του/της πεις: <i>«Προτιμώ να μη μιλήσω γι' αυτό. Ας μιλήσουμε για κάτι άλλο».</i>



Funded by
the European Union

Παράρτημα 2: Φύλλο εργασίας για τα προσωπικά όρια

Φύλλο εργασίας για τα προσωπικά όρια

Παρακαλώ, συμπληρώστε τις ακόλουθες προτάσεις με καταστάσεις στις οποίες περιλαμβάνονται άτομα από καθέναν από τους κύκλους σας:

Μικρός Κύκλος. Ποια άτομα συμπεριλάβατε;

❖ Δεν μου αρέσει όταν...

❖ Μου αρέσει όταν...

❖ Χαίρομαι όταν...

❖ Λυπάμαι όταν...

Μεσαίος Κύκλος. Ποια άτομα συμπεριλάβατε;

❖ Δεν μου αρέσει όταν...

❖ Μου αρέσει όταν...

❖ Χαίρομαι όταν..

❖ Λυπάμαι όταν...

Μεγάλος Κύκλος. Ποια άτομα συμπεριλάβατε;

❖ Δεν μου αρέσει όταν...

❖ Μου αρέσει όταν...

❖ Χαίρομαι όταν...

❖ Λυπάμαι όταν...



Funded by
the European Union

Παράρτημα 3: Ιστορίες για τη συναίνεση (5-8 ετών)

Ιστορίες για τη συναίνεση (5-8 ετών)

Ιστορία 1

Η Σοφία και ο Ραούλ είναι και οι δύο 5 ετών και πηγαίνουν στην ίδια τάξη νηπιαγωγείου. Παίζουν μαζί στο σκάμμα με την άμμο και ο Ραούλ χτίζει ένα κάστρο από άμμο. Η Σοφία θα ήθελε να χρησιμοποιήσει τον κουβά που χρησιμοποιεί ο Ραούλ και απογοητεύεται όταν ο Ραούλ δεν της τον δίνει. Η Σοφία τσιμπάει τον Ραούλ και του αφήνει ένα κόκκινο σημάδι. Του λέει να το κρατήσει μυστικό, γιατί φοβάται ότι θα βρει τον μπελά της.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι γνώμη έχετε για τον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρθηκε η Σοφία;
- Της έδωσε ο Ραούλ τη συναίνεσή του για να πάρει τον κουβά;
- Είναι σωστό να ζητήσει η Σοφία από τον Ραούλ να μην μιλήσει για το τσίμπημα;
- Ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος για να βρεθεί μια λύση για αυτή την κατάσταση αντί να τσιμπήσει η Σοφία τον Ραούλ;

Ιστορία 2

Η Άννα και η Σούζαν είναι 5 ετών και πηγαίνουν στην ίδια τάξη νηπιαγωγείου. Παίζουν συχνά μαζί κατά τη διάρκεια του διαλείμματος και τους αρέσει να εξασκούνται στο να πλέκουν η μία τα μαλλιά της άλλης. Σήμερα, η Άννα έχει την ιδέα να παίξει το παιχνίδι του «γιατρού» με τη Σούζαν. Τα κορίτσια πηγαίνουν μαζί στην τουαλέτα για να μπορούν να παίξουν με την ησυχία τους. Στην τουαλέτα, η Άννα, που παίζει τον ρόλο της γιατρού, ζητάει από τη Σούζαν να βγάλει το παντελόνι και το εσώρουχό της. Η Σούζαν που παίζει την ασθενή κάνει ό,τι της ζητάει η Άννα. Η Άννα κοιτάζει τα γεννητικά όργανα και τα οπίσθια της Σούζαν από κοντινή απόσταση και αγγίζει τα οπίσθια της.

Σημεία για συζήτηση:

- Είναι σωστό να κοιτάζετε το γυμνό σώμα ενός άλλου παιδιού αν είναι πρόθυμο να σας το δείξει;
- Είναι σωστό να αγγίζετε το σώμα ενός άλλου παιδιού χωρίς να ζητάτε πρώτα την άδειά του;
- Είναι σωστό να αγγίζει κανείς το σώμα του;

Ιστορία 3

Η Τία είναι 6 ετών. Επισκέπτεται συχνά τον παππού και τη γιαγιά της, καθώς μένουν μόλις 10 λεπτά με τα πόδια από το σπίτι της. Η Τία τους αγαπάει πολύ, γιατί παίζουν πάντα μαζί της και για όση ώρα θέλει. Ο παππούς φτιάχνει επίσης πολύ ωραία μάφινς με βατόμουρα· είναι η αγαπημένη λιχουδιά της Τία. Ωστόσο, όταν η Τία τους επισκέπτεται, ο παππούς πιάνει πάντα τη Τία για να την αγκαλιάσει και τη σφίγγει πολύ δυνατά χωρίς να ρωτήσει πρώτα αν είναι εντάξει. Η Τία αισθάνεται άβολα όταν ο παππούς την πιάνει και την αγκαλιάζει σφιχτά. Θα ήθελε να μπορεί να επιλέγει πότε θέλει να αγκαλιάζει τον παππού και πότε όχι.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι γνώμη έχετε για τη συμπεριφορά του παππού της Τία; Επιτρέπεται στον παππού να πιάνει την Τία και να την αγκαλιάζει;
- Πώς θα μπορούσε ο παππούς να λάβει τη συναίνεση της Τία για να την αγκαλιάσει;
- Τι θα μπορούσε να κάνει η Τία σε αυτή την κατάσταση;

Ιστορία 4

Ο Όλιβερ είναι 6 ετών και έχει έναν μεγαλύτερο αδελφό, τον Σάμιουελ, ο οποίος είναι 9 ετών. Ο Όλιβερ παίζει συχνά ποδόσφαιρο με τον αδελφό του και τους φίλους τους μετά το σχολείο. Σήμερα, όταν φτάνουν στο γήπεδο ποδοσφαίρου, όλα τα άλλα παιδιά είναι συγκεντρωμένα γύρω από ένα αγόρι που κρατάει ψηλά το τηλέφωνό του. Τους δείχνει ένα βίντεο. Όταν ο Όλιβερ και ο Σάμιουελ πλησιάζουν την ομάδα,

ο Όλιβερ βλέπει με μια ματιά ότι στο βίντεο που παρακολουθούν υπάρχουν δύο γυμνοί άνθρωποι. Ο Όλιβερ αισθάνεται άβολα βλέποντας το βίντεο.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι θα πρέπει να κάνει ο Όλιβερ σε αυτή την κατάσταση;
- Είναι σωστό τα παιδιά να παρακολουθούν βίντεο με γυμνούς ανθρώπους; (Συζητήστε περαιτέρω: Κανείς δεν πρέπει να δείχνει σε τρίτα άτομα βίντεο με προσωπικές στιγμές άλλων ανθρώπων χωρίς τη συναίνεσή τους. Η παρακολούθηση πορνογραφικού υλικού είναι παράνομη για άτομα κάτω των 18 ετών και η κοινοποίηση γυμνών εικόνων/βίντεο παιδιών είναι σε κάθε περίπτωση παράνομη).
- Γίνεται να λάβετε τη συναίνεση όλων των παιδιών σε αυτή την περίπτωση για την προβολή ενός τέτοιου βίντεο; (ευθύνη του ατόμου που το δείχνει)
- Σε ποιον/ποια πρέπει να μιλήσει ο Όλιβερ για αυτό που είδε;

Ιστορία 5

Η Σάρα είναι 7 ετών και πηγαίνει στην πρώτη δημοτικού. Έχει κάνει μερικούς/-κές φίλους/-λες στην τάξη της, με τους/τις οποίους/-ες περνάει ευχάριστα τον χρόνο της στο διάλειμμα. Ωστόσο, ένας από τους συμμαθητές της Σάρα, ο Μπράιαν, την ενοχλεί. Την έχει χτυπήσει στα οπίσθια μερικές φορές στην αυλή. Επίσης, κατά τη διάρκεια του μαθήματος, της δίνει χαρτάκια στα οποία γράφει άσχημες λέξεις. Η Σάρα αισθάνεται άβολα με τη συμπεριφορά του Μπράιαν.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι γνώμη έχετε για τον τρόπο που συμπεριφέρεται ο Μπράιαν; (χτυπήματα, άσχημες λέξεις)
- Έχει λάβει ο Μπράιαν τη συναίνεση της Σάρα για να την αγγίξει ή να της στείλει αγενή μηνύματα;
- Τι θα πρέπει να κάνει η Σάρα σε αυτή την κατάσταση;

Ιστορία 6

Η Στέισι είναι 7 ετών. Κάθε μέρα, παίρνει το λεωφορείο για να πάει στο σχολείο. Συνήθως, κάθεται δίπλα στην αδελφή της, Λίντια, στο λεωφορείο. Σήμερα, η Λίντια είναι άρρωστη και η Στέισι θα μπει μόνη της στο λεωφορείο. Υπάρχουν πολλές ελεύθερες θέσεις στο λεωφορείο, αλλά η Στέισι επιλέγει να ρωτήσει αν μπορεί να καθίσει δίπλα στον Σάμπρι, τον συμμαθητή της από το σχολείο. Ωστόσο, ο Σάμπρι της λέει «όχι», γιατί θέλει να καθίσει μόνος του.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι θα πρέπει να κάνει η Στέισι σε αυτή την περίπτωση;
- Έδωσε ο Σάμπρι τη συναίνεσή του στη Στέισι να καθίσει δίπλα του;
- Θα ήταν διαφορετική η κατάσταση αν όλες οι άλλες θέσεις στο λεωφορείο ήταν ήδη πιασμένες και η Στέισι δεν είχε άλλη θέση να καθίσει;
- Είναι σωστό να μην επιτρέπετε σε κάποιον/-ποια να καθίσει δίπλα σας;

Ιστορία 7

Η Σάλι και ο Τομ είναι 8 ετών και πηγαίνουν στη δευτέρα δημοτικού. Συμπαθούν ο ένας τον άλλον από την αρχή της σχολικής χρονιάς και παίζουν μαζί στο διάλειμμα σχεδόν κάθε μέρα. Μερικές φορές, φιλιούνται κρυφά, όταν δεν τους βλέπει κανείς, και έχουν πει και οι δύο ο ένας στον άλλον ότι τους αρέσει να το κάνουν αυτό. Ωστόσο, ο Τομ έχει αρχίσει να προσπαθεί να φιλήσει τη Σάλι, όταν παρακολουθούν άλλοι/-λες συμμαθητές/-τριές του. Στη Σάλι δεν αρέσει να τη φιλάει δημόσια και νιώθει άβολα γι' αυτό.

Σημεία για συζήτηση:

- Είναι σωστό να προσπαθεί ο Τομ να φιλήσει τη Σάλι μπροστά σε κόσμο;
- Έλαβε ο Τομ τη συναίνεση της Σάλι για να τη φιλήσει μπροστά στους/στις συμμαθητές/-τριές τους;
- Τι θα πρέπει να κάνει η Σάλι σε αυτή την κατάσταση;

Ιστορία 8

Ο Γκρεγκ είναι 8 ετών και πηγαίνει στη δευτέρα δημοτικού. Του αρέσει να παίζει με τους/τις φίλους/-λες του στο σχολείο και του αρέσει ιδιαίτερα να παίζει σχοινάκι κατά τη διάρκεια του διαλείμματος. Μερικές φορές, ο Γκρεγκ δυσκολεύεται να συγκεντρωθεί στο μάθημα. Κάποιες φορές, μουτζουρώνει στο τετράδιό του ή παίζει με το μολύβι του. Άλλες φορές, ο Γκρεγκ αγγίζει και παίζει με το πέος του κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Προσπαθεί να το κάνει διακριτικά, αλλά σήμερα ο/η συμμαθητής/-τριά του το πρόσεξε.

Σημεία για συζήτηση:

- Είναι σωστό ο Γκρεγκ να αγγίζει το πέος του;
- Είναι η σχολική τάξη το κατάλληλο μέρος για να το κάνει αυτό;
- Σε ποιες περιπτώσεις επιτρέπεται ένα παιδί να αγγίζει το σώμα του;



Παράρτημα 4: Ιστορίες για τη συναίνεση (9-11 ετών)

Ιστορίες για τη συναίνεση (9-11 ετών)

Ιστορία 1

Η Τία είναι 8 ετών. Επισκέπτεται συχνά τον παππού και τη γιαγιά της, καθώς μένουν μόλις 10 λεπτά με τα πόδια από το σπίτι της. Η Τία τους αγαπάει πολύ, γιατί παίζουν πάντα μαζί της και για όση ώρα θέλει. Ο παππούς φτιάχνει επίσης πολύ ωραία μάφινς με βατόμουρα: είναι η αγαπημένη λιχουδιά της Τία. Ωστόσο, όταν η Τία τους επισκέπτεται, ο παππούς πιάνει πάντα τη Τία για να την αγκαλιάσει και τη σφίγγει πολύ δυνατά χωρίς να ρωτήσει πρώτα αν είναι εντάξει. Η Τία αισθάνεται άβολα όταν ο παππούς την πιάνει και την αγκαλιάζει σφιχτά. Θα ήθελε να μπορεί να επιλέγει πότε θέλει να αγκαλιάζει τον παππού και πότε όχι.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι γνώμη έχετε για τη συμπεριφορά του παππού της Τία; Επιτρέπεται στον παππού να πιάνει την Τία και να την αγκαλιάζει;
- Πώς θα μπορούσε ο παππούς να λάβει τη συναίνεση της Τία για να την αγκαλιάσει;
- Τι θα μπορούσε να κάνει η Τία σε αυτή την κατάσταση;

Ιστορία 2

Ο Όλιβερ είναι 8 ετών. Παίζει συχνά ποδόσφαιρο με τους φίλους τους μετά το σχολείο. Σήμερα, μόλις φτάνει στο γήπεδο ποδοσφαίρου, βλέπει όλα τα άλλα παιδιά να είναι συγκεντρωμένα γύρω από ένα αγόρι που κρατάει ψηλά το τηλέφωνό του. Τους δείχνει ένα βίντεο. Όταν ο Όλιβερ πλησιάζει την ομάδα, βλέπει με μια ματιά ότι στο βίντεο που παρακολουθούν υπάρχουν δύο γυμνοί άνθρωποι. Ο Όλιβερ αισθάνεται άβολα βλέποντας το βίντεο.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι θα πρέπει να κάνει ο Όλιβερ σε αυτή την κατάσταση;

- Σε ποιον/ποια θα πρέπει να μιλήσει ο Όλιβερ αν εξακολουθεί να αισθάνεται άβολα για αυτό που είδε;

Ιστορία 3

Ο Γκρεγκ είναι 9 ετών και πηγαίνει στην τρίτη δημοτικού. Του αρέσει να παίζει με τους/τις φίλους/-λες του στο σχολείο και του αρέσει ιδιαίτερα να παίζει σχοινάκι κατά τη διάρκεια του διαλείμματος. Μερικές φορές, ο Γκρεγκ δυσκολεύεται να συγκεντρωθεί στο μάθημα. Κάποιες φορές, μουτζουρώνει στο τετράδιό του ή παίζει με το μολύβι του. Άλλες φορές, ο Γκρεγκ αγγίζει και παίζει με το πέος του κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Προσπαθεί να το κάνει διακριτικά, αλλά σήμερα ο/η συμμαθητής/-τρια του το πρόσεξε.

Σημεία για συζήτηση:

- Είναι σωστό ο Γκρεγκ να αγγίζει το πέος του;
- Είναι η σχολική τάξη το κατάλληλο μέρος για να το κάνει αυτό;
- Σε ποιες περιπτώσεις επιτρέπεται ένα παιδί να αγγίζει το σώμα του;

Ιστορία 4

Η Σάρα είναι 9 ετών και πηγαίνει στην τρίτη δημοτικού. Έχει κάνει μερικούς/-κές φίλους/-λες στην τάξη της, με τους/τις οποίους/-ες περνάει ευχάριστα τον χρόνο της στο διάλειμμα. Ωστόσο, ένας από τους συμμαθητές της Σάρα, ο Μπράιαν, την ενοχλεί. Την έχει χτυπήσει στα οπίσθια μερικές φορές στην αυλή. Επίσης, της στέλνει αγενή μηνύματα στο διαδίκτυο. Η Σάρα αισθάνεται άβολα με τη συμπεριφορά του Μπράιαν.

Σημεία για συζήτηση:

- Τι γνώμη έχετε για τον τρόπο που συμπεριφέρεται ο Μπράιαν; (χτυπήματα, αγενή μηνύματα)
- Έχει λάβει ο Μπράιαν τη συναίνεση της Σάρα για να την αγγίξει ή να της στείλει αγενή μηνύματα;
- Τι θα πρέπει να κάνει η Σάρα σε αυτή την κατάσταση;

Ιστορία 5

Η Σάλι και ο Τομ είναι 10 ετών και πηγαίνουν στην τετάρτη δημοτικού. Συμπαθούν ο ένας τον άλλον από την αρχή της σχολικής χρονιάς και παίζουν μαζί στο διάλειμμα σχεδόν κάθε μέρα. Μερικές φορές, φιλιούνται κρυφά, όταν δεν τους βλέπει κανείς, και έχουν πει και οι δύο ο ένας στον άλλον ότι τους αρέσει να το κάνουν αυτό. Ωστόσο, ο Τομ έχει αρχίσει να προσπαθεί να φιλήσει τη Σάλι, όταν παρακολουθούν άλλοι/-λες συμμαθητές/-τριές του. Στη Σάλι δεν αρέσει να τη φιλάει δημόσια και νιώθει άβολα γι' αυτό.

Σημεία για συζήτηση:

- Είναι σωστό να προσπαθεί ο Τομ να φιλήσει τη Σάλι μπροστά σε κόσμο;
- Έλαβε ο Τομ τη συναίνεση της Σάλι για να τη φιλήσει μπροστά στους/στις συμμαθητές/-τριές τους;
- Τι θα πρέπει να κάνει η Σάλι σε αυτή την κατάσταση;

Ιστορία 6

Ο Σάιμον μόλις έκλεισε τα 11 και πηγαίνει στην πέμπτη δημοτικού. Μόλις πήρε το δικό του κινητό τηλέφωνο ως δώρο γενεθλίων και τώρα μαθαίνει πώς να το χρησιμοποιεί. Έχει προστεθεί σε μια ομαδική συνομιλία με πέντε από τους πιο κοντινούς του συμμαθητές και συνομιλούν καθημερινά μετά το σχολείο. Συχνά στέλνουν φωτογραφίες τους στην ομαδική συνομιλία από διάφορες δραστηριότητες που κάνουν με τις οικογένειές τους τα Σαββατοκύριακα. Στον Σάιμον αρέσει ένα από τα κορίτσια της τάξης του, η Αμάντα. Ο Σάιμον και η Αμάντα συνομιλούν συχνά και στέλνουν φωτογραφίες ο ένας στον άλλον. Χθες, η Αμάντα έστειλε στον Σάιμον μια προσωπική φωτογραφία της χωρίς μπλούζα. Ο Σάιμον αποφασίζει να μοιραστεί αυτή τη φωτογραφία στην ομαδική συνομιλία με τους φίλους του.

Σημεία για συζήτηση:

- Επιτρέπεται ο Σάιμον να κοινοποιήσει τη φωτογραφία της Αμάντα σε άλλους χωρίς τη συναίνεσή της;

- Έλαβε ο Σάιμον τη συναίνεση των φίλων του στην ομαδική συνομιλία για την αποστολή της φωτογραφίας;
- Τι θα κάνατε αν ήσασταν ένας από τους φίλους του Σάιμον και λαμβάνατε τη φωτογραφία της Αμάντα από τον Σάιμον;

Ιστορία 7

Ο Θίοντορ είναι 10 ετών και ο καλύτερός του φίλος, ο Λίο, είναι επίσης 10 ετών. Και στους δύο αρέσει να παίζουν μαζί βιντεοπαιχνίδια μετά το σχολείο στο σπίτι του Λίο. Ο Λίο έχει μια μικρή αδελφή, την Έμμα. Είναι μόλις 4 ετών. Ο Θίοντορ πιστεύει ότι η Έμμα είναι λίγο ερωτευμένη μαζί του, γιατί κάθε φορά που πηγαίνει στο σπίτι τους, η Έμμα αρχίζει να τον αγκαλιάζει και προσπαθεί να τραβήξει την προσοχή του. Το μόνο που θέλει ο Θίοντορ είναι να παίζει βιντεοπαιχνίδια με τον Λίο. Σήμερα, η Έμμα φόρεσε τη στολή της πριγκίπισσας και άρχισε να αγκαλιάζει τον Θίοντορ και μάλιστα του έδωσε ένα φιλί στα χείλη. Αυτό έκανε τον Θίοντορ να νιώσει πολύ άβολα και δεν ήξερε τι να κάνει.

Σημεία για συζήτηση:

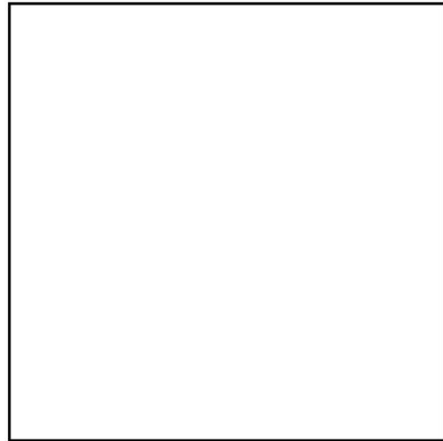
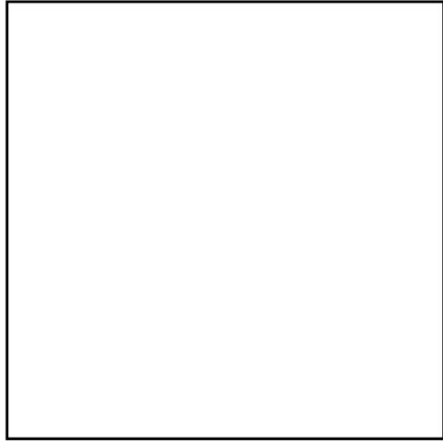
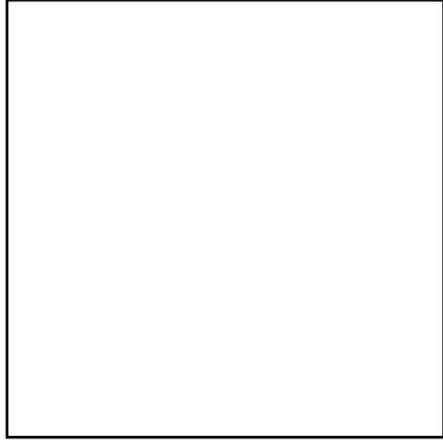
- Τι θα πρέπει να κάνει ο Θίοντορ;
- Μπορεί ο Θίοντορ να πει ότι δεν θέλει ούτε αγκαλιές ούτε φιλιά από την Έμμα;
- Θα πρέπει η Έμμα να ζητήσει τη συναίνεσή του;
- Υπάρχει μια ηλικία που θεωρείται πολύ μικρή για να χρειάζεται κάποιος/-ποια να ζητήσει συναίνεση;



Funded by
the European Union

Παράρτημα 5: Φύλλο εργασίας προτύπου κόμικ

Κόμικς



Funded by
the European Union

Παράρτημα 6: Σενάρια σχετικά με την ασφάλεια

Σενάρια σχετικά με την ασφάλεια

- ❖ Ένα άλλο παιδί σας γαργαλάει.
- ❖ Ένα άλλο παιδί σας γαργαλάει λίγο δυνατά και σας πονάει κάπως.
- ❖ Ένα άλλο παιδί ζητάει να σας αγκαλιάσει.
- ❖ Ένας ενήλικας που γνωρίζετε ζητάει να σας αγκαλιάσει.
- ❖ Ένα άλλο παιδί σας δείχνει στο τηλέφωνό του ένα βίντεο με σκηνές βίας.
- ❖ Ένας ενήλικας που δεν γνωρίζετε σας δείχνει πορνογραφικό υλικό στο τηλέφωνό του.
- ❖ Ένα άτομο που γνωρίζετε σας στέλνει ένα μήνυμα στο διαδίκτυο, στο οποίο σας ζητά προσωπικά σας στοιχεία (για παράδειγμα τη διεύθυνσή σας).
- ❖ Ένα άτομο που δεν γνωρίζετε σας στέλνει μήνυμα στο διαδίκτυο και σας ζητάει να κάνετε βιντεοσυνομιλία (video chat).
- ❖ Ένας άγνωστος ενήλικας έρχεται να σας μιλήσει όταν γυρνάτε σπίτι από το σχολείο και σας ζητάει να έρθετε μαζί του για να δείτε κάτι συναρπαστικό (π.χ. ένα συναρπαστικό παιχνίδι ή ένα γατάκι)
- ❖ Ο/Η φίλος/-λη σας σας καλεί να περάσετε από το σπίτι του/της για να δείτε το νέο του κουτάβι.
- ❖ Έχετε ξεμείνει από μπαταρία στο τηλέφωνό σας και δεν μπορείτε να καλέσετε τους γονείς σας για να τους πείτε ότι έχετε αργήσει να γυρίσετε σπίτι.
- ❖ Ο/Η φίλος/-λη σας δημοσίευσε μια φωτογραφία στα social media με εσάς τους δύο μαζί.
- ❖ Κάποιος/-ποια δημοσίευσε μια φωτογραφία σας στο διαδίκτυο χωρίς να σας ρωτήσει αν συμφωνείτε με αυτό.
- ❖ Ο/Η συμμαθητής/-τρια σας σας κοροϊδεύει για το πουλόβερ που φοράτε.
- ❖ Πηγαίνετε στην ίδια τουαλέτα με τον/τη φίλο/-λη σας και σας δείχνει τα γεννητικά του/της όργανα.
- ❖ Ένας ενήλικας σας δείχνει τα γεννητικά του όργανα αλλά σας ζητά να μην το πείτε σε κανέναν.
- ❖ Χτυπάει το κουδούνι της πόρτας και είστε μόνοι/-νες στο σπίτι.

- ❖ Παρατηρείτε ότι κάποιο άτομο σας ακολουθεί, καθώς επιστρέφετε στο σπίτι από το σχολείο.
- ❖ Ο/Η φίλος/-λη σας σας ζητάει τη διεύθυνσή σας, επειδή τον/την καλέσατε στα γενέθλιά σας, αλλά έχασε την πρόσκληση που είχε γραμμένη τη διεύθυνση του σπιτιού σας.
- ❖ Ένα άγνωστο άτομο σας ζητάει τη διεύθυνσή σας σε μια συνομιλία διαδικτυακού παιχνιδιού (online gaming chat).
- ❖ Ένα άλλο παιδί που μένει στη γειτονιά σας, σας ρωτάει αν θέλετε να πάτε να παίξετε μαζί στην παιδική χαρά.
- ❖ Ένα άλλο παιδί που έχετε γνωρίσει στο διαδίκτυο σας ζητάει να συναντηθείτε από κοντά.



Funded by
the European Union

Παράρτημα 7: Φωτεινοί σηματοδότες (φύλλο εργασίας)



C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION

Funded by
the European Union

C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION

Funded by
the European Union

C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION

Funded by
the European Union

Παράρτημα 8: Φωτεινοί σηματοδότες με emoji





Funded by
the European Union



CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Ενότητα 5: Προστασία των παιδιών από τη σεξουαλική κακοποίηση

Παράρτημα 1: Κάρτες με ασφαλείς και επικίνδυνες καταστάσεις

- Εκτυπώστε, πλαστικοποιήστε (αν είναι εφικτό) και κόψτε τις κάρτες
-


C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Παίζετε στην αυλή με τους φίλους σας

Funded by the
European Union


C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Γνωρίζετε έναν νέο φίλο/η στην παιδική χαρά

Funded by the
European Union


C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Σας απομονώνουν και σας ζητούν να κρατήσετε ένα ακατάλληλο μυστικό από τους γονείς ή τον/την νόμιμο/η κηδεμόνα σας.

Funded by the
European Union


C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Κάποιος/α που δεν ξέρετε σας προσφέρει γλυκά

Funded by the
European Union


C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Φοβάστε ή αισθάνεστε άβολα κοντά σε κάποιο άτομο

Funded by the
European Union


C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Λαμβάνετε ακατάλληλα μηνύματα ή εικόνες

Funded by the
European Union


C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Ένας/μία άγνωστος/η σας ζητάει να κάνετε βιντεοκλήση μαζί του/της αργά το βράδυ

Funded by the
European Union

C S A P E
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Ένας/μία άγνωστος/η στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης σας ζητάει να βγείτε μαζί του/της

Funded by the
European Union



Σας δίνονται ανεξήγητα δώρα όπως παιχνίδια, ρούχα, ηλεκτρονικά είδη και σας ζητείται να το κρατήσετε μυστικό από τους γονείς σας ή το/τη νόμιμο κηδεμόνα σας.



Funded by the European Union



Παίρνετε δώρα από τους φίλους σας για τα γενέθλιά σας.



Funded by the European Union



Σας ενθαρρύνουν να κάνετε πράγματα που οι γονείς σας δεν το επιτρέπουν



Funded by the European Union



Επισκεψτεστε ένα μουσείο με τους παππούδες σας



Funded by the European Union



Κάποιος σας αγγίζει υπερβολικά -αγκαλιάζει, φιλάει, γαργαλάει, κρατάει- ακόμη και όταν δεν το θέλετε.



Funded by the European Union



Κάποιος συζητά μαζί σας ακατάλληλα θέματα ενηλίκων



Funded by the European Union



Ένας φίλος σας, σας ζητάει να ζωγραφίσετε μαζί



Funded by the European Union



Σας προσκαλούν σε ένα πάρτυ οι φίλοι σας



Funded by the European Union

Παράρτημα 2 (i): Φυλλάδιο για τα παιδιά

Ποια από τα παρακάτω είναι σημάδια αποπλάνησης ανηλίκων (grooming);

Ένα άτομο που:

- Δίνει αδικαιολόγητα δώρα ή ιδιαίτερη προσοχή σε ένα παιδί κάνοντας το να αισθάνεται ξεχωριστό ή υποχρεωμένο σε έναν/μια ενήλικα.
- Ελέγχει ένα παιδί μέσω απειλών, βίας ή χρήσης εξουσίας κάνοντας το να φοβάται να αναφέρει μια ανεπιθύμητη συμπεριφορά.
- Ενθαρρύνει ένα παιδί να έχει μια ειλικρινή σχέση με τους γονείς του.
- Δίνει σε ένα παιδί ένα δώρο γενεθλίων.
- Αγγίζει υπερβολικά ένα παιδί – το αγκαλιάζει, το φιλάει, το γαργαλάει, το κρατάει – ακόμη και όταν το παιδί δεν το ζητάει.
- Λέει σε ένα παιδί ότι έχει μεγαλώσει από την τελευταία φορά που το είδε.
- Εκθέτει ανοιχτά ή προσποιείται ότι εκθέτει τυχαία το παιδί σε γυμνό, σεξουαλικό υλικό και σεξουαλικές πράξεις.
- Ρωτάει ένα παιδί πώς ήταν η μέρα του.
- Στέλνει ακατάλληλα μηνύματα ή φωτογραφίες στο παιδί.
- Κάνει κομπλιμέντα για την εμφάνιση του παιδιού ή το ρωτάει αν το έχει φιλήσει ποτέ κανείς.
- Προσφέρεται να βοηθήσει τους γονείς ή τους νόμιμους κηδεμόνες ενός παιδιού για να κερδίσει προσωπικό χρόνο μαζί του.

Παράρτημα 2 (ii): Απαντήσεις του φυλλαδίου για τον/την εκπαιδευτικό

Ποια από τα παρακάτω είναι σημάδια αποπλάνησης ανηλίκων (grooming);

Ένα άτομο που:

- Δίνει αδικαιολόγητα δώρα ή ιδιαίτερη προσοχή σε ένα παιδί κάνοντας το να αισθάνεται ξεχωριστό ή υποχρεωμένο σε έναν/μια ενήλικα. (Σ)
- Ελέγχει ένα παιδί μέσω απειλών, βίας ή χρήσης εξουσίας κάνοντας το να φοβάται να αναφέρει μια ανεπιθύμητη συμπεριφορά. (Σ)
- Ενθαρρύνει ένα παιδί να έχει μια ειλικρινή σχέση με τους γονείς του.
- Δίνει σε ένα παιδί ένα δώρο γενεθλίων.
- Αγγίζει υπερβολικά ένα παιδί – το αγκαλιάζει, το φιλάει, το γαργαλάει, το κρατάει – ακόμη και όταν το παιδί δεν το ζητάει. (Σ)
- Λέει σε ένα παιδί ότι έχει μεγαλώσει από την τελευταία φορά που το είδε.
- Εκθέτει ανοιχτά ή προσποιείται ότι εκθέτει τυχαία το παιδί σε γυμνό, σεξουαλικό υλικό και σεξουαλικές πράξεις. (Σ)
- Ρωτάει ένα παιδί πώς ήταν η μέρα του.
- Στέλνει ακατάλληλα μηνύματα ή φωτογραφίες στο παιδί. (Σ)
- Κάνει κομπλιμέντα για την εμφάνιση του παιδιού ή το ρωτάει αν το έχει φιλήσει ποτέ κανείς. (Σ)
- Προσφέρεται να βοηθήσει τους γονείς ή τους νόμιμους κηδεμόνες ενός παιδιού για να κερδίσει προσωπικό χρόνο μαζί του. (Σ)



Παράρτημα 3: Πιστοποιητικά Σούπερ Ηρωα/Ηρωίδας Προσωπικής Ασφάλειας



CSAPE
CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION

**ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ
ΥΠΕΡΗΡΩΑ-ΥΠΕΡΗΡΩΙΔΑΣ ΓΙΑ ΤΗ
ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑ**

(Ο/Η)

**Έχει κερδίσει αυτό το πιστοποιητικό.
Μπράβο! Συνέχισε τη σπουδαία δουλειά!**



Funded by the European Union

Παράρτημα 4: Ιστορία



Ένας/Μια γείτονας/-νισσα φέρνει ένα κινητό τηλέφωνο

Ένας/Μια γείτονας/-νισσα δίνει στον Τομ ένα καινούργιο κινητό τηλέφωνο που ήθελε εδώ και καιρό και του ζητάει να το κρατήσει μυστικό από τους γονείς του. Δεν είναι ούτε τα γενέθλιά του ούτε η ονομαστική του εορτή.

Συζήτηση

Πιστεύετε ότι ο Τομ πρέπει να το πάρει; Ποιες είναι οι οδηγίες ασφάλειας που πρέπει να θυμάται ο Τομ;



Funded by
the European Union

Παράρτημα 5: Λίστα Ελέγχου για το Κυνήγι Θησαυρού Προσωπικής Ασφάλειας



Λίστα Ελέγχου για το Κυνήγι Θησαυρού Προσωπικής Ασφάλειας

- Σταθμός Λέω «Όχι»

Εργασία: Τέσσερις εθελοντές/-τριες θα επιλεγούν για να παίξουν τα δύο σενάρια που βρίσκονται εκεί.

- Σταθμός «Φεύγω Μακριά»

Εργασία: Περάστε γρήγορα μέσα από τη διαδρομή εμποδίων για να φτάσετε στην ασφαλή ζώνη.

- Σταθμός «Ζητάω Βοήθεια»

Εργασία: Πλησιάστε τον/τη δάσκαλο/-λα και προσπαθήστε να ζητήσετε να σας βοηθήσει σε κάτι που χρειάζεστε.



Funded by
the European Union

Παράρτημα 6: Πιστοποιητικό Προσωπικής Ασφάλειας



Πιστοποιητικό Προσωπικής Ασφάλειας

Ο/Η()

Κέρδισε αυτό το Πιστοποιητικό.

Μπράβο! Συνέχισε τη σπουδαία δουλειά!



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Αριθμός έργου: 101083832



CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION



Save the Children



**Funded by
the European Union**

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