



**ZdrowveLove**

**co nastolatek i nastolatka  
o seksualności wiedzieć powinni**



# „ZdrovveLove – co nastolatek i nastolatka o seksualności wiedzieć powinni”

Cykl zajęć obejmuje 8 godz. lekcyjnych po 45 minut, o następującej tematyce:

1. **Wprowadzenie do seksualności (dzisiejsze spotkanie)**
2. Dojrzewanie – rozwój psychoseksualny
3. Anatomia – zdrowie i higiena
4. Metody planowania rodziny i antykoncepcja
5. Ryzykowne zachowania seksualne i infekcje przenoszone drogą płciową
6. Role płciowe i społeczne
7. Bezpieczne relacje – cz. I
8. Bezpieczne relacje – cz. II

# Cel zajęć

dowiemy się, co to jest **zdrowie seksualne**, jak o nie dbać i jak je chronić, zgodnie z aktualnym stanem wiedzy medycznej, psychologicznej i seksuologicznej.

# Deklaracja Praw Seksualnych Człowieka

# Deklaracja Praw Seksualnych

- Seksualność jest szczególnie intymną i wrażliwą sferą w życiu człowieka, dlatego powinna podlegać szczególnej ochronie.
- Deklaracja opisuje prawa i obowiązki, które wiążą się z poszanowaniem seksualności, zarówno własnej, jak i w relacjach z innymi.

# Deklaracja Praw Seksualnych

- Seksualność jest ważną częścią osobowości każdego człowieka.
- Seksualność wiąże się z ważnymi potrzebami, takimi jak pragnienie obcowania, intymności, ekspresji uczuć, czułości i miłości.
- Pełen rozwój seksualności jest niezbędny do osiągnięcia dobrostanu.
- Prawa seksualne należą do uniwersalnych praw człowieka, bazujących na niezbywalnej wolności, godności i równości wszystkich istot ludzkich.

# Deklaracja Praw Seksualnych

- Zdrowie jest fundamentalnym prawem człowieka, tak samo podstawowym prawem musi być jego **zdrowie seksualne**.
- W celu zapewnienia zdrowego rozwoju seksualności jednostek ludzkich i społeczeństw wszystkie społeczeństwa muszą uznawać, promować, szanować zdefiniowane prawa seksualne i bronić ich wszystkimi środkami.
- Zdrowie seksualne rozwija się w środowisku, które uznaje, respektuje i stosuje te prawa seksualne.

# Deklaracja Praw Seksualnych

- Światowa Organizacja Zdrowia Seksualnego (*World Association for Sexual Health, WASH*), stworzyła dokument w którym opisała prawa seksualne (16 praw, WASH 2014) należne każdej osobie.
- Uznała, że prawa te są niezbędne do osiągnięcia najlepszego możliwego stanu zdrowia seksualnego.
- Deklaracja Praw Seksualnych Człowieka opisuje sytuację optymalną, do której należy dążyć, żeby wspierać zdrowy rozwój seksualny. Niestety w wielu krajach prawa te są łamane.



# Deklaracja Praw Seksualnych (WASH, 2014)

- **Zdrowie seksualne** to dobrostan fizyczny, emocjonalny, psychiczny i społeczny związany z seksualnością, czyli więcej niż stan braku choroby, dysfunkcji lub ułomności
- Zachowanie zdrowia seksualnego wymaga pozytywnego i pełnego poszanowania stosunku do seksualności i relacji seksualnych, jak również do samej możliwości przeżywania przyjemnych i bezpiecznych doświadczeń seksualnych, wolnych od przymusu, dyskryminacji i przemocy.

# Deklaracja Praw Seksualnych (WASH, 2014)

Prawa seksualne mają swoje źródło w **niezbywalnej wolności, godności i równości wszystkich istot ludzkich\***, jak też wiążą się z zobowiązaniem do zapewnienia im **ochrony i nietykalności**.

\*bez względu na pochodzenie, kolor skóry, płeć, język, religię, poglądy, narodowość, stan majątkowy, (niepełno)sprawność, wiek, narodowość, stan cywilny, sytuację rodzinną, orientację seksualną, tożsamość płciową, stan zdrowia, miejsce zamieszkania, sytuację ekonomiczną itd.

# Deklaracja Praw Seksualnych (WASH, 2014)

- Wszelkie formy przemocy, napastowania, nękania i molestowania, dyskryminacji, wykluczenia i stygmatyzacji stanowią naruszenie praw człowieka, mając wpływ na dobrostan jednostki, rodziny i społeczności.
- Prawa seksualne obejmują ochroną prawo każdego człowieka do korzystania ze swojej seksualności i jej wyrażania oraz do **zachowania zdrowia seksualnego z należyтым poszanowaniem praw innych.**

# Ćwiczenia Deklaracja Praw Seksualnych

# Deklaracja Praw Seksualnych:

(oprac. na podstawie Deklaracji Praw Seksualnych Człowieka WAS, 2014)

1. Prawo do prywatności
2. Prawo do nauki oraz prawo do kompletnej i wyczerpującej edukacji seksualnej
3. Prawo do równości i wolności od dyskryminacji
4. Prawo do podejmowania decyzji o posiadaniu lub nieposiadaniu dzieci
5. Prawo do wolności od wszelkich form przemocy przymusu.
6. Prawo do zawierania, życia w i rozwiązywania małżeństw, związków partnerskich i innych relacji
7. Prawo do wolności myśli, opinii oraz wyrażania ich

# Prawo do wolności od wszelkich form przemocy i przymusu

Każdy człowiek ma prawo do wolności od wszelkich form przemocy oraz przymusu w zakresie seksualności, w tym do wolności od: gwałtu, niegodziwego traktowania w celach seksualnych, molestowania, nękania i napastowania seksualnego, zastraszania, wykorzystywania i niewolnictwa seksualnego, sprawdzania dziewictwa itp..

Prawo mówi też o wolności od przemocy ze względu na płeć, orientację seksualną, tożsamość płciową i sposób jej wyrażania.

# Prawo do prywatności

Każdy człowiek ma prawo do prywatności w zakresie seksualności, życia seksualnego, wyborów dotyczących własnego ciała oraz do relacji i praktyk seksualnych opartych na zgodzie każdej ze stron. Obejmuje też prawo do kontroli nad ujawnianiem informacji osobistych z zakresu seksualności osobom trzecim.

# Prawo do równości i wolności od dyskryminacji

Każdy człowiek ma prawo do korzystania ze wszystkich praw seksualnych wymienionych w Deklaracji, bez różnicowania ze względu na rasę, pochodzenie etniczne, kolor skóry, płeć, język, religię, poglądy polityczne i wszelkie inne poglądy, kraj pochodzenia, pochodzenie społeczne, miejsce zamieszkania, stan majątkowy, urodzenie, niepełnosprawność, wiek, narodowość, stan cywilny i sytuację rodzinną, orientację seksualną, tożsamość płciową, płeć społeczno-kulturową i jej wyraz, stan zdrowia, sytuację ekonomiczną, sytuację społeczną oraz stan lub status danej osoby.



# Prawo do nauki oraz prawo do kompletnej i wyczerpującej edukacji seksualnej

Każdy człowiek ma prawo do nauki oraz do kompletnej i wyczerpującej edukacji w zakresie seksualności. Kompletna i wyczerpująca edukacja seksualna musi być dostosowana do wieku, zgodna z naukowym stanem wiedzy oraz opracowana w oparciu o prawa człowieka, równość płciową, jak też pozytywne nastawienie do seksualności i przyjemności.

# Prawo do zawierania, życia w i rozwiązywania małżeństw, związków partnerskich i innych relacji

Każdy człowiek ma prawo do zawarcia związku, życia w związku oraz do jego rozwiązania, bez bycia poddanym jakiegokolwiek rodzajowi dyskryminacji czy wykluczenia. Niniejsze prawo obejmuje także równe prawa do świadczeń społecznych oraz innych świadczeń bez względu na formę i rodzaj związku lub relacji.

# Prawo do podejmowania decyzji o posiadaniu lub nieposiadaniu dzieci

Każdy człowiek ma prawo do podejmowania decyzji o nieposiadaniu lub posiadaniu dzieci, o ich liczbie oraz odstępach czasowych między kolejnymi dziećmi.

Korzystanie z niniejszego prawa wymaga dostępu do świadczeń i usług w zakresie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego w zakresie ciąży, antykoncepcji, płodności, przerwania i zakończenia ciąży oraz adopcji.

# Podsumowanie

- Czego nowego dowiedziałeś i dowiedziałaś się w trakcie dzisiejszych zajęć?
- Jak zdobyta wiedza będzie przydatna w Twoim codziennym życiu?



ZdrovveLove