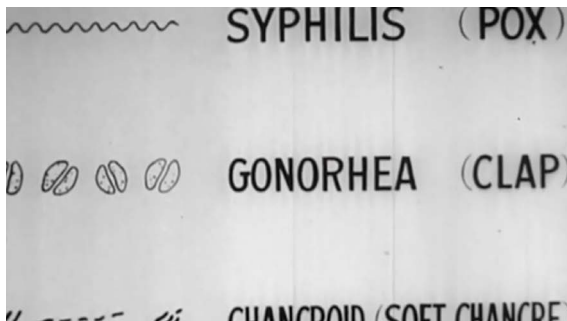




METODINĖ PRIEMONĖ FILMUI

„SEX(ED)“

APTARTI



AS LONG AS THERE HAS BEEN SEX-ED,
THERE HAVE BEEN SEX-ED FILMS



NK
KLASĖ

11 Lietuvos
žmogaus
teisių
centras

**NEPA—
TOGUS
KINAS**

STIFTUNG **evz**
ERINNERUNG • VERANTWORTUNG • ZUKUNFT

K LIETUVOS
KULTŪROS
TARYBA



Tema: Lyčių vaidmenų stereotipai, moters ir vyro vaidavimas visuomenėje, paauglio brendimas, tarpasmeniniai santykiai, lytiškumo ugdymo sąvoka ir svarba, lyties tapatumas, su lytiškumu susijusios sąvokos, lytinis švietimas

Metodas, tinkantis šiems dalykams: etikai, klasės valandėlėms

Tikslinės grupės amžius: 16–19 m. (10–12 klasės)

Grupės dydis: iki 20 moksleivių

Trukmė: 1,5–2 val.

Susijusios teisės: teisė į švietimą, teisė į reprodukcinę sveikatą.

UŽDAVINIAI:



– Šios temos tikslas – padėti dalyviams suprasti, kas yra lyčių vaidmenys, stereotipai ir kokią įtaką jie daro mūsų kasdieniam gyvenimui bei santykiams su aplinkiniais. Šių pratybų metu taip pat bus stengiamasi sumažinti diskriminacinį elgesį bei atpažinti ir permąstyti nuostatas, pagrįstas lyčių vaidmenimis bei stereotipais, supažindinti moksleivius su pagrindinėmis su lytiškumu susijusiomis sąvokomis.

PATALPA / REIKALINGOS PRIEMONĖS:



Žiūrint filmą galima susėsti klasės stiliumi, bet diskutuojant rekomenduojama sėdėti puslankiu, patalpoje be stalų, kad dalyviai vienas kitą gerai matytų. Nepamirškite susikurti grupės susitarimų, kurie padės saugiai jaustis.

Užsiėmimui reikės šių priemonių:

- Techninės įrangos filmo peržiūrai (projektorius, kolonėlės)
- Didelių lapų
- Mažų lapelių (60)
- Mažų limpančių lapelių (40)
- Storų flomasterių
- Rašiklių kiekvienam

FILME APTARIAMA PROBLEMATIKA IR JOS KONTEKSTAS:



Ypač turtingos archyvinės medžiagos prisotintas filmas pateikia edukacinių JAV lytinio ugdymo filmų istoriją nuo 1910 m. iki šių dienų. Visais atvejais keistoki – kartais moralizuojantys, komiški ar mechaniški – šie filmai puikiai iliustruoja kintančias visuomenės moralės normas, skirtingų kultūrinių ir politinių jėgų įtaką siekiant formuoti požiūrį į lytinį gyvenimą.

Lytiškumas apima ne tik biologinius aspektus, bet ir tapatybės klausimus, tarpasmeninius santykius ir gebėjimą kurti intymius ryšius visą gyvenimą. Ne vienas iš mūsų apie lytiškumą sužinojome iš knygų, neįjaukusių ir gėdinančio pokalbio su tėvais, gatvėje, iš draugų, o gal net iš pornografijos. Šis filmas parodo, kokią įtaką mums daro įgytos patirtys, galimybės, kurias turėjome gauti informaciją lytiškumo ir seksualumo temomis, bei skatina susimąstyti, kokias galimybes galėtų suteikti mokslu grįstas lytiškumo ugdymas.

Šis filmas ypač aktualus tokiose šalyse, kaip Lietuva, kur prieš kelis dešimtmečius oficialiai „seksu nebuvo“. Šiuo metu Lietuvoje vis dar nėra privalomo mokslu grįsto lytiškumo ugdymo mokyklose, kokybiškai pateikti jo turinį priešinasi Katalikų bažnyčios bei religinių organizacijų atstovai. Nors filmas vaizduoja JAV lytinio švietimo istoriją, joje atpažįstame ir Lietuvos situacijai būdingų bruožų.



Ruošdamasis filmo peržiūrai ir diskusijai vedantysis (-ioji) turėtų susipažinti su šia medžiaga, kuri bus aktuali užsiėmimo metu.

Lytiškumas yra esminis asmens aspektas, besitęsiantis visą gyvenimą nuo gimimo, ir apima lyties tapatybės, lyčių vaidmenų, seksualinės orientacijos, intymumo, malonumo ir reprodukcijos aspektus. Tai viena kompleksiausių asmens tapatybės dalių, nes jai įtakos turi psichologinių, socialinių, biologinių, politinių, istorinių, religinių veiksnių sąveika.

Lytiškumo ugdymas – tai nuoseklus asmens ugdymas, pritaikytas pagal amžių, atspindintis šio laikmečio aktualijas, apimantis asmens raidą ir lyties tapatumo suvokimą, pateikiantis mokslu grįstą ir be išankstinių nuostatų informaciją apie reprodukcinę sveikatą, lytinę elgseną, įgalinantis asmenį priimti saugius sprendimus bei komunikuoti įvairiais lytiškumo aspektais

Lytiškumo ugdymo situacija Lietuvoje Pasaulio sveikatos organizacija [išskiria](#) tris lytinio ugdymo programų rūšis, kurios padeda geriau perprasti jų efektyvumą. Pirmoji rūšis – susilaikymu grįstos programos, akcentuojančios susilaikymo nuo lytinių santykių svarbą; antroji rūšis – visapusiškos programos, kurios šalia informacijos apie saugų seksą ir kontracepciją įterpia ir susilaikymą kaip vieną iš pasirinkimo variantų; trečioji rūšis – holistinės programos, kurioms būdingi antrosios rūšies programų aspektai, taip pat ir platesnė lytiškumo perspektyva, siejama su asmenybės ir seksualine branda. Lietuviškoji programa turi panašumų tiek į pirmosios, tiek į antrosios rūšies programas.

Nuo 2017 m. rugsėjo mėn. mokyklose įgyvendinama [Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa](#), kuri gali būti integruota į kelis dalykus, pavyzdžiui, per biologijos pamokas dėstoma fiziologinė jos pusė, per etikos – kalbama apie santykius. Gali būti ir dar kitoks, konkrečios mokyklos pasirinktas, modelis. Numatyta, kad mokyklos išsirinks koordinatorius, kurie užtikrins mokyklos partnerių bendradarbiavimą ir programos įgyvendinimą, bet kol kas nėra aišku, kaip mokytojai galės didinti savo kompetencijas, kad galėtų kokybiškai įgyvendinti šią programą. Nėra paruošta nuoseklios metodinės medžiagos, o portale www.ugdymosodas.lt ne visa

pateikta medžiaga grįsta mokslu, informacija neatitinka tikrovės ir iškreipia realybę. Labai svarbu, kad pedagogai lytiškumo ugdymo užsiėmimuose skatintų kritinį mąstymą, patys gebėtų kritiškai vertinti socialinius reiškinius, turėtų sukaupę pakankamai mokslu grįstos informacijos ir remtūsi tuo, o ne išankstinėmis nuostatomis ar religiniais įsitikinimais.

Statistika apie jaunimo lytiškumą

PSO 2013–2014 m. apklausos duomenys rodo, kad lytinių santykių jau turėjo 7 proc. penkiolikmečių merginų ir 22 proc. vaikynų. Statistikos departamento duomenimis, 2014 m. Lietuvoje pagimdė beveik 300 nepilnamečių, 100 merginų iki 17 metų amžiaus nėštumą nutraukė.

Kita lytinio švietimo trūkumo pasekmė – tarp jaunimo plintančios lytiškai infekcijos. Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centro duomenimis, 2014 m. daugiau kaip pusė naujai užsikrėtusiųjų chlamidioze (55,3 proc.) ir gonorėja (50,1 proc.) buvo 20–29 metų amžiaus žmonės, tarp visų užsikrėtusiųjų sifiliu jaunimas sudarė trečdalį, ŽIV – penktadalį.

Pagal: <http://www.veidas.lt/lytiskumo-ugdymas-kada-baigsis-kopustu-ir-gandru-pasakos>

Koks lytinis ugdymas sukelia pozityvių pokyčių?

Į susilaikymą orientuotos ir kontracepciją besistengiančios apeiti lytinio ugdymo programos, kaip rodo [tyrimai JAV](#), nesukelia jokio reikšmingo pozityvaus poveikio jaunuolių lytinei elgsenai, įskaitant ir susilaikymą nuo ankstyvų lytinių santykių. Tokios programos tiesiog neveikia. Tuo tarpu [ištyrus](#) 48 skirtingų valstybių visapusiškas lytinio ugdymo programas, kurios visapusiškai ugdo asmenį ir suteikia mokslu grįstos informacijos, paaiškėjo, kad du trečdaliai jų turėjo teigiamų rezultatų, pvz., 60 proc. tokių programų sumažino nesaugaus sekso atvejus, o 40 proc. atidėjo lytinį debiutą ir sumažino partnerių skaičių ir pan.

Panašią tendenciją atskleidžia ir dar svarbesni tyrimai. UNESCO organizacija, 2008-2009 m. apžvelgusi net 87 studijas, nagrinėjančias skirtingų valstybių lytinio ugdymo programas (išskyrus grįstas susilaikymu), gavo [duomenis](#), kurie įrodo, kad visapusiškas lytiškumo ugdymas sukelia teigiamų pokyčių jaunuolių lytinės elgsenos atžvilgiu. 37 proc. programų atidėjo lytinį debiutą, 31 proc. sumažino lytinių santykių dažnumą, 44 proc. sumažino

lytinių partnerių skaičių, 40 proc. ėmė dažniau naudoti apsaugojimo priemonės, 53 proc. sumažino nesaugaus sekso atvejus. Pastebėtina, kad negiamų pasekmių šios programos praktiškai nesukėlė (pvz., nė viena jų nepaankstino lytinio debiuto). Todėl lytinio ugdymo skeptikų priekaištai, neva toks ugdymas paskatins vaikus ir paauglius užsiiminėti seksu ar anksčiau pradėti lytinį gyvenimą, yra visiškai nepagrįsti.

Tik toks ugdymas, kuriame integruojama mokslu grįsta lytiškumo informacija ir asmenybės brandos skatinimas, gali sukelti pozityvių pokyčių jaunuolių bendravimo, sveikatos, lytinio ir asmeninio gyvenimo srityse.

Daugiau skaitykite: <http://manoteises.lt/straipsnis/lytinis-ugdymas-kiek-dar-reikes-laukti/>

Nuostatų formavimasis ir kitimas

Pagrindinė nuostatų funkcija yra padėti žmogui prasmingai orientuotis jo socialinėje aplinkoje. Suformuotos nuostatos padeda mums pasirinkti žmones, su kuriais mums malonu bendrauti. Svarbu nepamiršti, kad nuostatos, keičiantis aplinkai ir mūsų patirčiai, taip pat keičiasi. Nuostatos padeda suprasti save pačius ir mus supančius žmones, o supratimas leidžia jausti tam tikrą kontrolę ir saugumą. Žmogus yra linkęs kreipti dėmesį ir atsiminti nuostatas atitinkančią, bei nuvertinti nuostatų neatitinkančią informaciją.

Nuostatas gali suformuoti tiek mūsų patirtis, tiek savo elgesio stebėjimas. Dažnai tėvai, mokytojai, partneriai formuoja mūsų nuostatas, į tam tikrą mūsų elgesį reaguodami paskatinimu, o į tam tikrą – baudimu.

Pagal: Legkauskas, Visvaldas. 2008. Socialinė psichologija.

Normatyvioje visuomenėje pateikiamos ir socializacijos metu perimamos nuostatos dažnai sudaro sąlygas fenomenui, kai susiformavusių nuostatų neatitinka žmogaus elgesys. Atsiradus disonansui tarp asmens minčių, nuostatų, vertybių ir turimos informacijos suderinamumo, žmogus išgyvena psichologinę įtampą, kuri motyvuoja jį neatitikimą sumažinti ir pasiekti suderinamumą.

Lyties tapatumas

Lyties tapatybė apibūdina unikalų kiekvieno asmens lyties pajautimą bei su tuo susijusį savęs (ne)priskyrimą konkrečiai lyčiai. Lyties tapatybė

formuojasi bei kinta biologinės lyties, socialinės lyties ir lytinės raiškos patirčių pagrindu. Lyties tapatybės pajautimas tam tikrais atvejais turi įtakos asmens santykiui su savo kūnu bei fizine išvaizda. Dėl šios priežasties gali būti atliekamos tam tikros fizinės išvaizdos koregavimo procedūros, potencialiai apimančios ir medicininės bei chirurgines procedūras (pavyzdžiui, transsekšualiam asmeniui atliekama lyties keitimo operacija).

Pagal: http://ivairovesnamai.lt/uploads/8/6/1/6/8616620/apklausa-duomen%C5%B3_analiz%C4%97.pdf

Multidimensinio lyties tapatumo modelio autoriai S. K. Egan ir D. G. Perry (2001) teigia, kad lyties tapatumą sudaro penki konstruktai: 1) priklausymo atitinkamai lyties kategorijai suvokimas; 2) suvoktas lyties tipiškas; 3) pasitenkinimas lyties vaidmeniu; 4) jaučiamas aplinkinių spaudimas atitikti lyties vaidmenį; 5) didesnis palankumas savo lyties grupei. Šis modelis apima ne tik paauglio žinias apie lytis, bet ir įsitikinimus apie lyties normas. Trys iš minėtų lyties tapatumo dimensijų – suvoktas lyties tipiškas, pasitenkinimas lyties vaidmeniu bei jaučiamas spaudimas atitikti normatyvinį lyties vaidmenį – turi ryškiausias sąsajas su psichosocialiniu prisitaikymu vėlyvojoje vaikystėje ir paauglystėje, todėl šis tyrimas buvo grindžiamas būtent šiomis trimis dimensijomis. Suvokto lyties tipiškas konstruktas išvestas remiantis ankstesnėmis teorijomis apie lyties tapatumo raidą. Vieni autoriai nustatė, kad vaikinių suvoktas lyties tipiškas aukštesnis nei merginų (Egan and Perry, 2001), o kiti – kad ir vaikinių, ir merginų suvoktas lyties tipiškas nesiskiria (Erentaitė, 2009). Pasitenkinimo lyties vaidmeniu konstruktas buvo konceptualizuotas remiantis duomenimis apie lyties tapatumo sutrikimą. Jis diagnozuojamas, kai individas jaučia nepasitenkinimą savo lyties vaidmeniu ir kai pasireiškia lyčiai netipiškas elgesys. S. K. Egan ir D. G. Perry (2001) savo tyrime nustatė, kad pasitenkinimas lyties vaidmeniu yra stabilus, tačiau vaikinai labiau nei merginos patenkinti savo lyties vaidmeniu (Egan and Perry, 2001; Erentaitė, 2009). Spaudimas atitikti normatyvinius lyties vaidmenis rodo, kiek vaikas jaučiasi verčiamas elgtis tipiška tam tikrai lyčiai. Didelis aplinkinių spaudimas yra susijęs su prastesne vaiko psichine savijauta, nes tokie vaikai yra labiau save ribojantys, kadangi negali laisvai rinktis jiems patinkančių užsiėmimų, drabužių ir t. t. Jie gali jausti, kad bus mylimi ir vertinami tik tuomet, jei pateisis aplinkinių lūkesčius. Spaudimas elgtis tipiška tam tikrai lyčiai taip pat susijęs su menku savęs vertinimu,

depresija, patiriamu distresu. Tyrimais atskleista, kad vaikinai daugiau nei merginos jaučia spaudimą iš aplinkinių atitikti normatyvinį lyties vaidmenį. Apibendrinant galima pasakyti, jog tyrimai rodo, kad visos lyties tapatumo dimensijos yra susijusios su geru vaiko ir paauglio funkcionavimu. Prasčiau su savo lytimi besitapatinantys, mažiau savo lyties vaidmeniu patenkinti ir/ arba didesnę spaudimą iš aplinkinių atitikti tam tikrai lyčiai būdingus normatyvinius lyčių vaidmenis jaučiantys vaikai patiria daugiau emocinių bei elgesio sunkumų, prasčiau save vertina nei su lyties tapatumo sunkumais nesusiduriantys vaikai. Lyties tapatumą, kaip ir kitus asmens tapatumo aspektus, galima suprasti kaip įvairių aplinkų sąveikoje besivystantį savasties ir tęstinumo jausmą.

Paauglio tapatumo, taip pat ir lytinio, raidai itin svarbi artimiausia, t. y. šeimos, aplinka, tėvų auklėjimo pobūdis. Paauglystėje vykstant kognityvinei ir socialinei brandai, didėja ir laisvės poreikis, dėl kurio paaugliai neišvengiamai tolsta nuo tėvų. H. Lyttonas ir D. M. Romney (1991) tyrimu atskleidė, kad tėvai yra linkę paskatinti lyčiai tipišką elgesį. Pastebėta, kad jie vaikus labiau varžo ir yra griežtesni dėl disciplinos. Tuo tarpu merginos skatinamos už emocinę šilumą ir priklausomybę. Taigi tyrimai rodo, kad paauglio lyties tapatumas susijęs su tėvų auklėjimo stiliumi.

Apibendrinant tyrimus galima padaryti išvadą, kad normatyvūs (siekiantys įtvirtinti lyčių stereotipus) lūkesčiai bei spaudimas tapatumo paieškos procese prisideda prie neigiamos paauglių psichinės sveikatos bei kitų rodiklių, aprašomų kitame skyrelyje.

Pagal: O. Malinauskienė, R. Vosylis, R. Erentaitė, R. Žukauskienė. 2010. Vyresniųjų paauglių lyties tapatumo ir tėvų auklėjimo stiliaus ryšiai. Socialinis darbas, 9(2):136.

Lytinė (seksualinė) orientacija

Lyties tapatybė nusako, kaip žmogus suvokia ir išreiškia savo lytį. Tuo tarpu seksualinė orientacija nurodo, kam žmogus jaučia romantinius ir/arba seksualinius jausmus. Seksualumo spektras yra gana platus, tačiau pagrindines seksualines orientacijas galima išskirti šias: heteroseksuali (apibrėžianti asmens romantinius ir / ar seksualinius jausmus kitos lyties asmeniui, dažniausiai tai jausmai tarp žmogaus, kuris save tapatina su vyru, ir žmogaus, kuris save tapatina su moterimi), homoseksuali (apibrėžianti asmens

romantinius ir / ar seksualinius jausmus kitos lyties asmeniui, dažniausiai tai jausmai tarp žmogaus, kuris save tapatina su vyru, ir žmogaus, kuris save tapatina su moterimi), homoseksuali (apibrėžianti asmens romantinius ir / ar seksualinius jausmus tos pačios lyties asmeniui), biseksuali (apibrėžianti asmens romantinius ir / ar seksualinius jausmus vyrui arba moteriai.)

Pagal: http://ivairovesnamai.lt/uploads/8/6/1/6/8616620/apklausa_duomen%C5%B3_analiz%C4%97.pdf

Atlikti įvairūs tyrimai nedavė atsakymo, nuo ko priklauso asmens seksualinė orientacija, nes tiek prigimties, tiek aplinkos įtaka seksualinei orientacijai yra glaudžiai persipynusi. Dauguma žmonių nejaučia, kad jie patys kaip nors galėtų pasirinkti savo seksualinę orientaciją.

Plačiau: <https://www.facebook.com/notes/paulius-skrubis/apie-klausim%C4%85-kod%C4%97l-arba-kas-lemia-seksualin%C4%99-orientacij%C4%85/10203396486673254>

Taip pat daug klausimų kyla apie vaikų, augančių tos pačios lyties šeimoje, gerovę. Tos pačios lyties šeimų istorijų ir išverstų tyrimų galite rasti čia: <http://ivairiseima.lt/kategorija/lgbt-seimos/>

Lyčių stereotipai ir vaidmenys

Lyčių stereotipai ir vaidmenys – lūkesčiai, ko yra tikimasi iš vyro ir moters, kokios funkcijos ir socialinės užduotys jiems priskiriami. Stereotipai atspindi tokias lūkesčių tendencijas: vyrai turi būti savarankiški, nepriklausomi, veiklūs, racionalūs, ambicingi, siekiantys karjeros, o moterys – pasyvios, priklausomos, emocionalios, besirūpinančios vaikais ir namų ruoša.

Lyčių stereotipai įtvirtina heteronormatyvumą – tai kultūrinės bei socialinės normos, nurodančios, jog vyrų ir moterų heteroseksualumas yra vienintelė įmanoma priimtina, normali seksualinė orientacija bei sociokultūrinė norma, kai yra reprezentuojami nusistovėję lyčių vaidmenys. Kitais žodžiais tariant, įsivaizdavimas, kad egzistuoja vienintelė seksualinė orientacija, o vyrams ir moterims priskiriamos savybės supriešinamos (stiprus – silpna, jausmingas – nejautrus). Plačiau apie heteronormatyvios visuomenės pasekmes skaitykite toliau.

Lyčių stereotipų ir vaidmenų pasekmės

Skirtingose kultūrose skirtingu laikotarpiu lyčių vaidmenys buvo skirtingi. Skirtingoms kartoms būti „moterimi“ ar „vyru“ reiškė skirtingus dalykus, skirtingas buvo ir suvokimas. Besikeičianti socialinė situacija lemia, kaip moterys ir vyrai gyvena ir elgiasi. Lyčių vaidmenys yra išmokstami šeimoje, iš draugų, aplinkinių žmonių, mokyklos, darbo vietos, reklamos. Visuomenės lūkesčiai nubrėžia, kaip vyrai ar moterys turėtų elgtis tam tikrose situacijose, kaip turi atrodyti, jausti ir t.t.

Dažnai manoma, kad tradiciniai vyro ir moters vaidmenys yra nulemti biologinių ypatumų ir papildo vienas kitą. Tačiau tyrimai atskleidžia stublinamus moterų nelygybės mastus visur ten, kas susiję su darbu, užmokesčiu, valdžia ir statusu, jau nekalbant apie tai, kad moterys dažnai tampa seksualinės prievartos, smurto artimoje aplinkoje aukomis (pagal statistinius duomenis kas trečia moteris Lietuvoje patiria fizinį ar seksualinį smurtą artimoje aplinkoje) bei susiduria su žemu savęs vertinimu dėl aplinkoje vyraujančių grožio standartų.

Siekiant užtikrinti lyčių lygybę, svarbu atsižvelgti į moterų ir vyrų būties skirtumus, kuriems didelę įtaką daro ir socialinė patirtis, stereotipinės nuostatos, kultūrinės tradicijos.

Stereotipinis mąstymas apie moterų ir vyrų savybes riboja galimybes laivinti ir išreikšti visus mūsų gebėjimus, interesus bei įgūdžius. Toks mąstymas gali varžyti vyrų norą atlikti vadinamuosius moteriškus darbus (pavyzdžiui, rūpinimasis vaikais) ir apriboti moterų galimybes rinktis tokius darbus, kurie tradiciškai vadinami vyriškais (pavyzdžiui, inžinerija, verslas ar sportas). Stereotipai gali veikti ir tarpasmeninius santykius – pradedant nelygiaverčių buitės darbų pasiskirstymu ir baigiant įsigalėjusiais įsitikinimais, pavyzdžiui, jei merginos sako „ne“, reiškia „taip“.

Darbų segregacija pagal lytį neigiamai veikia tuos individus, kurie įsidarbina darbuose, „neatitinkančiuose“ jų lyties. Pavyzdžiui, vyrai, kurie tampa auklėmis ar slaugėmis (lietuvių kalboje netgi nėra atitiktens, kuris išreikštų šių profesijų vyrišką giminę), dažnai susiduria su tuo, kad jų klientai, kolegos ir viršininkai pradeda abejoti jų vyriškumu. O kadangi moterys dažniau negu vyrai peržengia lyties ribą savo darbinėje veikloje, jos dažniau susiduria su įtarumu ir priešišku savo darbo vietoje. Pastebima tendencija, kad su

moterimis darbdaviai, klientai ir kolegos linkę bendrauti labiau remdamiesi jų lytimi nei individualiais bruožais ar atliekamu darbu. Darbuotojai, atliekantys darbus, neatitinkančius jų lyties, savo darbo vietoje yra tarsi „išskirtiniai“, „krentantys į akis“, todėl tampa visuotinio įdėmaus stebėjimo objektu. Tai juos skatina įtemptai siekti pasisekimo, kas kuria stresinę darbinę situaciją. Be to, jie susiduria su tokiu reiškiniu kaip „sienos statymas“ – tai yra, dominuojantys pagal lytį darbuotojai siekia pabrėžti skirtumus tarp savęs ir „skirtingo“ asmens ir elgtis su juo kaip su pašaliniu. Tyrėjai pastebėjo, kad moterys dažnai tampa išstumtomis tiek iš formalių, tiek iš neformalių informacijos tinklų (tokių, kaip tenisas savaitgaliais ar draugiškas pasisėdėjimas bare su bendradarbiu, viršininku ar klientu).

Pagal: http://www.lsc.vu.lt/assets/leidiniai/indexf209.html?show_content_id=503

Darbo rinkos segregacija lyties atžvilgiu neapsiriboja psichologinėmis pasekmėmis. Labai svarbi ekonominė šio reiškinio pasekmė – tai nevienodas vyrų ir moterų darbinės veiklos atlyginimas. Moterų atlygis už tą patį darbą pastaraisiais metais yra apie 14–17 % mažesnis nei vyrų.

Berniukai, vaikinai ir vyrai dažniausiai susiduria su tokiomis lyčių stereotipų pasekmėmis: vyrai 4 kartus dažniau nei moterys kenčia nuo narkotinių ir kitų medžiagų priklausomybės ir / arba alkoholio, 5 kartus dažniau žudosi, iš visų įvykdytų nusikaltimų – 90 proc. padaro vyrai, o kur dar negebėjimas užmegzti ryšio su savo vaiku, nelygiaverčių santykių kūrimas, savęs nerealizavimas. Vyriškumo norma visuomenėje susijusi su agresija, nes vienintelis būdas įrodyti savo vyriškumą yra smurtas. Vyrai, kurie išdrįsta parodyti savo jausmus ar švelnias savybes, susiduria su pažeminimu, panieka. Vienintelė emocija, kuria gali įrodyti, kad esi vyriškas ir galingas, yra agresyvumas. Esant įsigalėjusiems stereotipams, yra be proto sunku išbūti „tikru“ vyru: jei nepavyksta vienas iš lūkesčių – išlaikyti šeimą, būti stipriam ir pan., – sugriūna autoritetas, kuriuo buvo grįstas vyriškumas ir telieka vienintelė jo įrodymo forma – agresija, destrukcija, dažnai ir savidestrukcija.

Paauglystėje, keičiantis fizinei išvaizdai, merginos jaučia vis didesnę spaudimą atitikti visuomenėje vyraujančią socialinės lyties sampratą D. L. Toman ir M. V. Porche (2000) teigimu, paauglystėje didžiausią spaudimą atitikti socialinį lyties vaidmenį merginos jaučia dviejose srityse. Pirma, vyraujanti

moteriškumo ideologija numato tam tikrą merginų santykį su savo kūnu. Vakarų visuomenėse yra paplitęs sudaiktinantis požiūris į moterį, kai jos kūnas, kūno dalys ar seksualinės funkcijos suvokiamos kaip instrumentai, atsiejamos nuo asmenybės ir psichinio gyvenimo bei traktuojamos kaip reprezentuojančios moterį. Veikiamas sudaiktinimo, formuojasi ir merginų požiūris į save – pačios merginos palaipsniui internalizuoja nuolatinį sudaiktinimą iš išorės, tarsi perima trečiojo asmens perspektyvą ir, galvodamos apie save, labiau rūpinasi tuo, kaip atrodo, o ne kaip jaučiasi. Merginos pradeda nuolat stebėti save iš šalies ir vertinti, kiek jų kūnas atitinka visuomenėje vyraujančią idealaus, grakštaus, liekno moters kūno įvaizdį. Antroji sritis, susijusi su moteriškumo ideologija, – paauglių merginų santykiai su aplinkiniais. Vyraujanti moteriškumo samprata apibrėžia moteris kaip vengiančias konfliktų, slopinančias pyktį, visada malonias, paslaugias, vengiančias negatyvių reakcijų. Kadangi konfliktai, pyktis, neigiamos emocijos – neišvengiama kasdienio gyvenimo dalis, norėdamos išlikti moteriškos merginos turi savyje slopinti tikruosius jausmus, o aplinkiniams pateikti tik tą elgesį ir tuos jausmus, kurie visuomenėje laikomi moteriškais. Taip merginos „praranda balsą“ arba nutyli savąjį Aš ir joms kitų žmonių poreikiai tampa svarbesni už savo. Moterys tiki, kad bus mylimos tik tada, kai sugebės patenkinti kitų žmonių poreikius, o ne tada, kai parodys tikruosius norus ir jausmus. Paprastai savo netikrąjį Aš paaugliai apibūdina kaip „nutylėjimą to, ką iš tikrųjų galvoji“, „sakymą to, ką manai, kad kiti norėtų išgirsti“, „savo tikrosios nuomonės nutylėjimą“.

Pagal: Rasa Erentaitė, Oksana Malinauskienė. 2012. Moteriškumo ideologijos sąsajos su paauglių merginų depresiškumu, savęs vertinimu ir subjektyviu pasitenkinimu gyvenimu. Tarptautinis psichologijos žurnalas: biopsichosocialinis požiūris. 11, 49–74 p.

Taip pat verta peržiūrėti paskaitą apie lyčių vaidmenų stereotipų pasekmes: https://www.facebook.com/LiMSA.lt/posts/1443537975669061?hc_location=ufi

VEIKLŲ GALIMAS TVARKARAŠTIS:

LAIKAS	UŽDUOTIS	KOKIŲ PRIEMONIŲ REIKIA?
	Pasiruošimas užsiėmimui	Pasiruošta tema, Maži lapeliai, rašikliai kiekvienam moksleiviui, lipnūs lapeliai, dideli (flipčarto) lapai, technika, skirta žiūrėti filmui (projektorius, kolonėlės ir pan.)
	Apšilimas, saugios aplinkos sukūrimas. Nusiteikimas temai.	Prieš pradėdant žiūrėti filmo ištrauką, mokinių paprašoma užrašyti ant lapo, ką jiems reiškia, apie ką turėti būti lytiškumo ugdymas. Lytiškumo ugdymas -
	Filmo peržiūra	Paruoštas rodyti filmas, kompiuteris, ekranas, multimedijos projektorius. Rekomenduojama žiūrėti filmo ištrauką nuo pradžių iki 30:00 min. Rašikliai
	Filmo aptarimas	
	Metodas „Įkalinta lytis“	Reikės lipnių lapelių, rašiklių kiekvienam
	Diskusijos tęsinys remiantis filmu (pasirenkamai)	
	Refleksija ir apibendrinimas	
	Tęstinumo galimybės	Pasiruošta papildoma medžiaga, paruošta įranga, jei norėsite žiūrėti ištrauką iš filmo.

Užsiėmimo planas

5 min. Apšilimas.

Žaidimas, kuris įtraukia visus dalyvius – išjudina, padeda jaustis jaukiau. Daug apšilimo žaidimų galite rasti čia: <http://www.jrd.lt/uploads/dokumentai/Patyrimas.pdf>

10 min. Saugios aplinkos sukūrimas. Nusiteikimas temai.

Sukurti saugią aplinką padės taisyklių susikūrimas: kalbėti po vieną, ne kritikuoti kitą, o sakyti savo nuomonę, gerbti kitą, kalbėti po vieną ir pan.

Prieš pradėdant žiūrėti filmo ištrauką, mokinių paprašoma užrašyti ant mažų lapelių, kaip jie apibūdintų, kas yra ar apie ką turėtų būti lytiškumo ugdymas. Lapelius jie pasilieka ir įsitaisto žiūrėti filmą.

30 min. Filmo ištraukos peržiūra

Žiūrime filmo „Sex ed“ ištrauką nuo pradžių iki 00:30 min. Prieš pradėdant žiūrėti filmo ištrauką, verta trumpai pristatyti filmą, atkreipti dėmesį, kad jis apžvelgia lytinio švietimo istoriją Amerikoje XX amžiaus pradžioje.

15 min. Filmo aptarimas

Kokios mintys ir jausmai kilo žiūrint filmo ištrauką?

Filme buvo pateikta dalis lytiškumo ugdymo (lytinio švietimo) Amerikoje istorijos. Kokia lytiškumo ugdymo situacija Lietuvoje?

Ar pažiūrėję filmo ištrauką norėtumėte papildyti savo lytiškumo ugdymo sąvokos apibūdinimą, kurį užrašėte pradėdant užsiėmimą? (leidžiama dalyviams papildyti, kviečiama perskaityti, ką mokiniams reiškia lytiškumo ugdymas.)

Ar vienodai pateikiamas lytiškumo ugdymas merginoms ir vaikinams? Kaip pozicionuojami vaikinai (ko iš jų tikimasi)? o kaip – merginos? (ko iš jų tikimasi)? Kokių skirtumų pastebėjote? Kaip manote, kodėl? (šis klausimas skirtas pereiti prie metodo „Įkalinta lytis“, kurio metu mokiniai ieškos atsakymų „kodėl?“)

40 min. Metodas „Įkalinta lytis“

Iš kur sužinome, ką reiškia būti tikru vyru ar tikra moterimi? Ko tikimasi iš

mergaičių, ko – iš berniukų? Tam kviečiu jus paieškoti atsakymų kartu.

Mokytojas (-a) įveda dalyvius į diskusiją:

Koks pirmas klausimas pastojus ar ką tik pagimdžiusiai moteriai?

Taip – „kas gimė?“ Ir nuo to momento kažkas atsitinka – tėvai atitinkamai įrenginėja vaiko kambarį, perkame tam tikras dovanas, kurios tikty berniukui ar mergaitei.

Šitas procesas tęsiasi visą mūsų gyvenimą, todėl norėčiau pakviesti jus pasiimti po kelis lipnius lapelius ir rašiklį ir parašyti ant jų visus pasakymus, kuriuos vaikystėje, šeimoje ir pradinėse klasėse, o paskui – paauglystėje, mokykloje girdėjote vien dėl to, kad gimėte berniuku, mergaite. Surašykite viską, ką aplinkoje girdite sakant mergaitėms, merginoms, berniukams, vaikinams vien todėl, kad jie mergaitės, merginos, berniukai, vaikinai. Ko iš jūsų tikėjosi (-isi), reikalavo (-auja)?

Taip pat galima paprašyti dalyvių pagalvoti, iš kur ateina tos taisyklės, lūkesčiai, reikalavimai – ar tai jos / jie girdėjo asmeniškai iš artimų žmonių, darželyje, mokykloje, namie, televizijoje ir tt.

Dalyviai perskaito ir prikljuoja savo lapelius ant lapo „VYRAS“ arba „MOTERIS“.

Kokių jausmų ir minčių kyla išklausius asmeninių istorijų / patirčių?

Dalyviai pasidalija įspūdžiais. Vedantysis (-ioji) moderuoja toliau:

Kokios savybės priskiriamos vyrams, kokios moterims?

Vedantysis asmuo surašo vienoje didelio lapo pusėje, ko tikimasi iš moterų, kokios savybės joms priskiriamos, kitoje – ko iš vyrų. Svarbu akcentuoti, jog tai nereiškia, jog mes galvojame, kad vyrai ir moterys tokie yra ar turi būti, tai tik parodo, kokias žinutes mes gauname / girdime. Dalyviai gali susieti savo patirtį su filme vaizduojamomis situacijomis: moterų seksualumas matomas tik per vyrų prizmę, vaikinų seksualinis aktyvumas yra norma, o merginos yra gėdijamos, siejamos su lytiškai plintančių ligų nešėjomis, kekšėmis.

Iš kur mes gauname šias žinutes? Iš tradicinių pasakų, vadovėlių, žiniasklaidos, reklamų, filmų. Vedantysis (-čioji) gali parinkti vaizdinių pavyzdžių.

Pastebima, kad skirtingos grupės žmonių, kurioms duodama nedaug laiko apibūdinti, kas yra vyras ir moteris, paprastai sudaro gana panašių sąrašus. Taip yra todėl, kad mes iš bendrų šaltinių išmokstame, kokie turėtų būti vyrai ir moterys. Bendras tokių šaltinių pavadinimas yra „lyčių vaidmenys“. Tie vaidmenys mums yra pateikiami kaip standartinės dėžutės, į kurias turėtume „tilpti“. Dar kitaip šios dėžutės vadinamos socialine lytimi, t.y. socialinėmis normomis ir vaidmenimis, kurių iš mūsų tikisi visuomenė, kaip turi elgtis, atrodyti, ką jausti vyras ir moteris. Įvardijant, kad tai lyčių stereotipai, dėžutės, galima apibraukti tarsi vyro ir moters dėžutę. Stereotipai, kategorijos mums tarsi suteikia aiškumo, manome, kad taip labiau žinome, ko tikėtis. Tačiau kaip jums atrodo, ar įmanoma atitikti visus šiuos lūkesčius?

Ar gali lyčių dėžutės, stereotipai būti pavojingos? Kuo?

Vedantysis asmuo gali pasiūlyti šį klausimą aptarti poromis ar mažose grupelėse.

Patyčios mokykloje, nes neatitinki tam tikros normos (pvz.: ilgi vaikinai plaukai) negali savęs realizuoti, daryti tai, ką nori, nes tai ne moteriai / vyrui, anoreksija, žemas savęs vertinimas, savižudybės, depresija, smurtas lyties pagrindu, nevienodas atlygis už tą patį darbą ir pan.

Kokius stereotipus tarpasmeniniuose santykiuose pastebite? Kokią įtaką jie daro paauglių bendravimui?

Svarbu įvardyti, kad stereotipai suformuoja nelygiaverčius santykius tarp vyrų ir moterų. Diskusijai paskatinti vedantysis(-ioji) gali užduoti tokius klausimus: *Kas moka už vakarienę? Kas pakviečia į pasimatymą? Kas plauna indus?*

Ar reikia apskritai atsisakyti dėžučių (lyčių stereotipų)? Kaip tai įmanoma padaryti? Kas jums padėtų?

Moksleiviai grupelėse surašo, ką galime daryti kitaip mes, ką – kiti. Jei nelieta laiko, galima nepristatyti grupelių darbo, tik suklijuoti pasiūlymus ant sienos. Nepamirškite stebėti laiką – aiškiai įvardykite, kiek skiriate laiko darbui grupelėje (apie 5 min.)

10 min. Diskusijos tęsinys remiantis filmu

Galima trumpai aptarti lytiškumo ugdymo situaciją JAV ir Lietuvoje, arba, jei neužtenka laiko aptarti, kuo svarbus lytiškumo ugdymas kiekvienam, ir pakviesti moksleivius surašyti klausimus, į kuriuos jie negauna atsakymų:

Žiūrėjome filmo ištrauką apie lytiškumo ugdymo istoriją per pastarąjį šimtmetį Amerikoje. Kas keitėsi? Ar vaikai gaudavo atsakymus į savo klausimus?

Kokią įtaką lytiškumo ugdymui Lietuvoje turi Katalikų bažnyčios įtaka?

Kuo svarbus lytiškumo ugdymas kiekvienam?

Ar tėvai kalbėjo (-a) su jumis šiomis temomis? Kaip manote, kodėl?

Kokio lytiškumo ugdymo norėtumėte dabar? Kokie klausimai jums būtų aktualūs? Apie ką trūksta informacijos?

Mokytojas (-a) surašo visus kilusius klausimus ant lentos (lapo). Jei moksleiviai nediršta garsiai išsakyti klausimų, juos galima surašyti ant lapelių ir sumesti į dėžę.

Šiuos klausimus bus galima panaudoti per kitą užsiėmimą (lytinio švietimo), ir kartu su vedančiuoju (-i) paieškoti atsakymų. Klausimų užrašymas taip pat yra puiki galimybė patiems paaugliams susimąstyti, kas jiems dabar aktualu ir kad nesant lytiškumo ugdymo jie negauna svarbios informacijos lytiškumo, brendimo, tarpasmeninių santykių klausimais.

15 min. Refleksija ir apibendrinimas

Refleksijos metu kiekvienas (-a) moksleivis pasako, apie ką susimąstė, ką suprato per užsiėmimą. Svarbu, kad kiti dalyviai klausytų, o ne komentų (tai reikėtų aptarti prieš refleksiją). Apibendrinant galima remtis moksleivių įžvalgomis, akcentuoti, kad kiekvienas mūsų prisidedame prie to, ar kuriame visuomenę, kurioje įtvirtinami lyčių stereotipai, ar tokią, kurioje vertiname žmogų tokį, koks jis yra, ar pripažįstame įvairovę. Mūsų nuostatos lytiškumo temomis taip pat prasideda nuo stereotipų, joms įtakos taip pat daro gautama informacija ir švietimas, visuomenėje vyraujantis požiūris, žmogaus reprodukcinių teisių (ne)užtikrinimas.

PASIŪLYMAI TĘSTINUMUI:

Turint dar bent 45 min. laiko galima pamoką pratęsti pristatant su lytiškumu susijusias sąvokas. Jei nuspręsite tam skirti atskirą užsiėmimą, galite duoti moksleiviams atlikti papildomas užduotis (apačioje).

45 min. Lyties tapatumas

O iš tikrųjų – kas gi yra ta lytis?

Vedantysis (-ioji) užrašo ant didelio popieriaus lapo BIOLOGINĖ LYTIS ir paaiškina šią sąvoką.

Biologinė lytis nustatoma pagal išorinius ir vidinius lytinius organus, chromosomų rinkinį ir hormonus. Anatomija žmones apibūdina kaip biologinius vyrus, biologines moteris ir tarplyčius (intersex) asmenis.

Plačiau, kaip paaiškinti sąvokas, rasite čia: <http://isgirsti.lt/jaunimui/lytis-biologine-ir-socialine/>

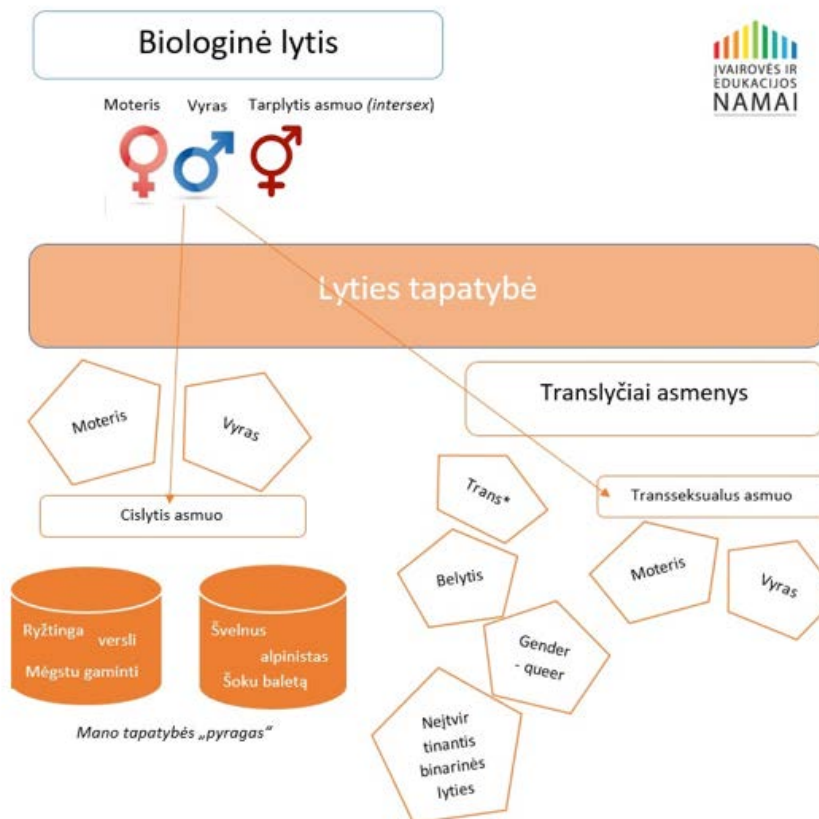
Tuo tarpu lyties tapatybė sudaro dalį savęs suvokimo, to, kaip mes patys suprantame save ir kaip mus mato kiti. Lyties tapatybė – tai, kas aš esu.

Vedantysis (-ioji) užrašo ant didelio popieriaus lapo LYTIES TAPATYBĖ ir paaiškina šią sąvoką.

Kokias žinote lyties tapatybes? Vyrų, moterų, translyčiai (trans, belytis, genderqueer ir pan.), transseksualūs asmenys (vyrų arba moterų).*

Plačiau, kaip paaiškinti sąvokas, galite rasti čia: <http://isgirsti.lt/jaunimui/lyties-tapatyb/>

Padėti suprasti gali ir ši schema:



Šaltinis: www.ivairovesnamai.lt

Kiekvienas mūsų kuriame savo tapatybės pyragą – vyras gali būti ir švelnus, ir stiprus, ir baletą šokti, rūpintis vaikais, lygiai taip pat ir moteris gali būti versli, ryžtinga, gali mėgti gaminti ir pan.

Čia rasite medžiagos, paneigiančios mitus ir nepagrįstas baimes apie translyčius žmones:

<http://lygybe.lt/lt/translyciu-asmenu-kelias-is-tamsos-i-sviesa>

Pristatykite ir seksualinės orientacijos sąvoką bei aptarkite, kokias seksualines orientacijas moksleiviai žino.

Moksleiviams gali kilti klausimų, skirkite laiko jiems aptarti, padiskutuoti, pasidalyti patirtimis, susieti lyčių stereotipų pasekmes su tais žmonėmis,

kurie neatitinka heteronormos, kaip tai paveikia jų kasdienybę. Galima pasidalyti homoseksualių paauglių istorijomis, galima pažiūrėti ir filmo „Sex-ed“ ištrauką, kurioje homoseksualūs žmonės dalijasi savo išgyvenimais (45:34 – 47:12 min.).

Papildomos užduotys:

40 min. Užduotis „Klausimų ratas“

Kiekvienas moksleivis užrašo klausimą, kuris jam aktualus, o galbūt apie ką yra girdėjęs kokios nors informacijos ar nuomonę, bet nėra tikras, koks turėtų būti atsakymas. Klausimas gali būti susijęs su aptartomis sąvokomis, lytiškumu.

Kai visi klausimai surašyti, jie sumetami į maišą / indą ir tuomet kiekvienas turi teisę atsakyti į vieną klausimą tarsi jis (-i) būtų ekspertas (-ė). Svarbu laikytis nustatytų grupės susitarimų, išlaikyti pagarbų toną ir santykį, remtis mokslu grįsta informacija bei skatinti moksleivių kritinį mąstymą.

Užduotis „Laiško rašymas“

Moksleiviai gauna laišką, skirtą psichologui (-ei), ir turi empatiškai, tarsi patys būtų psichologai, parašyti atsakymą. Laiškui rašyti galima skirti 10 min., aptarti – 30 min.

Laiško pavyzdys: <http://psichika.eu/blog/mane-traukia-ne-vien-vaikiniai-bet-ir-merginos/>

Aptarimui galima naudoti tokius klausimus:

Kaip jautėtės, perskaitę laišką?

Ką laiške norėjosi labiausiai akcentuoti?

Kaip jums atrodo, ar daug tokių žmonių, kurie nėra heteroseksualūs?

Su kokiais iššūkiais tokie žmonės susiduria?

Ar visos lesbietės yra „vyriškos“?

Gal kas norite perskaityti savo atsakymą į laišką?

Daugiau laiškų pavyzdžių galima rasti facebooko puslapyje isgirsti: <https://www.facebook.com/isgirsti/posts/1747682192116196:0>

Užsiėmimo planas „Lytinis švietimas jaunimui“ arba Lytinis švietimas – jaunimo teisė žinoti

Tikslinės grupės amžius: 16–19 m. (10–12 klasės)

Grupės dydis: iki 20 moksleivių

Trukmė: 1,5–2 val.

Susijusios teisės: teisė į švietimą, teisė į reprodukcinę sveikatą

UŽDAVINIAI:

Šios temos tikslas – skatinti moksleivius kritiškai vertinti lyčių vaidmenų stereotipus tarpasmeniniuose santykiuose, suteikti mokslu grįstos informacijos, užtikrinančios saugesnį lytinį elgesį, lavinti atsakingos lytinės elgsenos įgūdžius.

PATALPA / REIKALINGOS PRIEMONĖS:

Žiūrint filmą galima susėsti klasės stiliumi, bet diskutuojant rekomenduojama sėdėti puslankiu, patalpoje be stalų, kad dalyviai vienas kitą gerai matytų. Nepamirškite susikurti grupės susitarimų, kurie padės saugiai jaustis.

Užsiėmimui reikės šių priemonių:

- Techninės įrangos filmo peržiūrai (projektorius, kolonėlės)
- Rašikliai kiekvienam moksleiviui (-ei)

FILME APTARIAMA PROBLEMATIKA IR JOS KONTEKSTAS:

Ypač turtingos archyvinės medžiagos prisotintas filmas pateikia edukacinių JAV lytinio ugdymo filmų istoriją nuo 1910 m. iki šių dienų. Visais atvejais keistoki – kartais moralizuojantys, komiški ar mechaniški – šie filmai puikiai iliustruoja kintančias visuomenės moralės normas, skirtingų kultūrinių ir politinių jėgų įtaką siekiant formuoti požiūrį į lytinį gyvenimą.

Lytiškumas apima ne tik biologinius aspektus, bet ir tapatybės klausimus, tarpasmeninius santykius ir gebėjimą kurti intymius ryšius visą savo gyvenimą. Ne vienas iš mūsų apie lytiškumą sužinojome iš knygų, neįsivaikėme ir gėdinančio pokalbio su tėvais, gatvėje, iš draugų, o gal net iš pornografijos. Šis filmas parodo, kokią įtaką mums daro įgytos patirtys, galimybės, kurias

turėjome gauti informaciją lytiškumo ir seksualumo temomis, bei skatina susimąstyti, kokias galimybes galėtų suteikti mokslu grįstas lytiškumo ugdymas.

Šis filmas ypač aktualus tokiose šalyse, kaip Lietuva, kur prieš kelis dešimtmečius oficialiai „sekso nebuvo“. Šiuo metu Lietuvoje vis dar nėra privalomo mokslu grįsto Lytiškumo ugdymo mokyklose, kokybiškai pateikti jo turinį priešinasi Katalikų bažnyčios bei religinių organizacijų atstovai. Nors filmas vaizduoja JAV lytinio švietimo istoriją, joje atpažįstame ir Lietuvos situacijai būdingų bruožų.

PASIRUOŠIMAS:



Prieš šį užsiėmimą rekomenduojama perskaityti medžiagą, pateiktą pirmame užsiėmime, bei susipažinti su šiomis temomis:

Kodėl jaunimui reikalingas lytinis švietimas?

Geriausiai į šį klausimą atsako statistika, parodanti vyraujančią situaciją Lietuvoje.

Tyrimo (2011), kuriame dalyvavo du šimtai 15–19 m. respondentų, rezultatai atskleidė tokią situaciją. Lietuvoje paauglės merginos lytinį gyvenimą pradeda būdamos septyniolikos, o vaikinai – 16-os metų. Lietuvos paaugliai žino 3–4 kontracepcijos metodus. Tačiau dauguma Lietuvos merginų atskleidė nežinančios, kokia kontracepcijos priemonė joms labiausiai tinka. Remiantis tyrimo duomenimis, tarp jaunuolių iki šiol yra plačiai paplitę mitai apie kontracepciją. Lietuvoje net 42 proc. paauglių pasitiki lytinio akto nutraukimo metodu, nors tyrimai rodo, kad toks apsaugojimo būdas itin nepatikimas. Šeši procentai apklaustųjų vis dar mano, jog nuo nėštumo patikimai gali apsaugoti maudymasis duše ar vonioje po lytinio akto.

47 proc. merginų ir 40 proc. vaikinių mylėdamiesi nesinaudojo nė viena kontracepcijos priemone. 29 proc. merginų taip elgėsi manydamos, jog pastoti nerizikuoja, ir net 39 proc. vaikinių nurodė, kad atsakomybę perkėlė ant merginos pečių ir apsaugos priemonėmis nepasirūpino. Tik 23 proc. jaunimo sakė, kad turi užtektinai žinių apie kontracepciją, o tai yra žemiausias rodiklis lyginant su tyrimo duomenimis Europos šalyse.

Tarptautinio tyrimo rezultatus galima rasti čia: <https://www.your-life.com/static/media/pdf/press/wcd-survey-2011-media-report-2011.pdf>

Kaip kalbėtis su jaunimu „nepatogiomis“ temomis?

http://www.askproject.eu/upload/deliverables/toolkit/new/LT_D7_Toolkit.pdf

Lytiškai plintančios infekcijos

Lytinio keliu plintančiomis infekcijomis užsikrečiama per nesaugius vaginalinius, analinius ar oralinius lytinius santykius. Dauguma lytinio keliu plintančių infekcijų yra pernešamos besiliečiant gleivinėms. Gleivinės – tai epitelinės dangos sritys, esančios makštyje, išangėje, po apyvarpe ir burnoje. Užsikrėtus viena lytinio keliu plintančia infekcija, užsikrėsti kita yra lengviau, nes gleivinė jau pažeista.

Plačiau apie lytiškai plintančias ligas skaitykite čia: <http://tavogyvenimas.lt/lytiskai-plintancios-infekcijos/>

Svarbiausia informacija apie ŽIV galima rasti čia: <http://www.ulac.lt/ligos/%C5%BD/ziv-zmogaus-imunodeficino-virusas>

Kontraceptinės priemonės

Su kontraceptinių priemonių įvairove galite susipažinti čia:

<https://www.atsargus.lt/saugus-seksas/kontraceptines-priemones/>

Apie hormoninę kontracepciją sklando labai daug mitų. Ką sako specialistai, galima pasitikrinti čia: <http://tavogyvenimas.lt/neplanuoto-nestumo-prevencija/mitai-apie-hormonine-kontracepcija/#1484653971090-a4370b12-b151>

Paaugliai turi žinoti, kad siekiant išvengti nepageidaujamo nėštumo, lytiškai plintančių ligų saugotis turi tiek vaikinai, tiek merginos. Vaikinai visada turi naudoti prezervatyvą, nes tik jis apsaugo nuo lytiškai plintančių infekcijų tiek vaikiną, tiek merginą. Pasaulio sveikatos organizacija apsaugojimui nuo neplanuoto nėštumo 15–19 m. merginoms rekomenduoja naudoti hormoninę kontracepciją, nes ji saugi ir patikima. Tai gali būti tabletės, pleistras ar žiedas. Paauglei merginai susipažinus su kontraceptinėmis priemonėmis ir nusprendus naudotis hormonine kontracepcija būtina pasikonsultuoti su

gydytoju ginekologu, kuris parinks tinkamiausią hormoninę kontracepcijos priemonę ir išrašys receptą jai įsigyti.

VEIKLŲ GALIMAS TVARKARAŠTIS:

LAIKAS	UŽDUOTIS	KOKIŲ PRIEMONIŲ REIKIA?
	Pasiruošimas užsiėmimui	Susipažinti su pateikta papildoma medžiaga, skirta pasiruošimui, peržiūrėti numatytą filmo ištrauką, užsiėmimo planą
	Saugios aplinkos sukūrimas	Didelis popieriaus lapas ar lenta, flomasteris
	Apšilimas ir nusiteikimas darbui	Paruošti žaidimo „Bingo“ lapeliai ir rašiklis kiekvienam (-ai)
	Pasiruošimas filmo ištraukos peržiūrai	
	Filmo ištraukos peržiūra	Pasiruoštas rodyti filmas, kompiuteris, ekranas, multimedijų projektorius. Rekomenduojama žiūrėti filmo ištrauką nuo 54:07 iki 1:10:00.
	Filmo aptarimas, temos plėtojimas	
	Refleksija ir apibendrinimas	
	Tęstinumo galimybės	Patalpa, kurioje yra erdvės judėjimui; du lapai – ant vieno užrašyta „Taip“, ant kito „Ne“

Užsiėmimo planas

10 min. Saugios aplinkos sukūrimas.

Sukurti saugią aplinką padės taisyklių susikūrimas: kalbėti po vieną, ne kritikuoti kitą, o sakyti savo nuomonę, gerbti kitą, kalbėti po vieną ir pan.

15 min. Apšilimas ir nusiteikimas darbui

Žaidimas, kuris įtraukia visus dalyvius – išjudina, padeda jaustis jaukiau. Daug apšilimo žaidimų galite rasti čia: <http://www.jrd.lt/uploads/dokumentai/Patyrimas.pdf>

Nusiteikti darbui gali padėti žaidimas „Bingo“. Lape nupiešti 6 langeliai, kuriuose įrašyta po teiginį, susijusį su brendimu, požiūriu į lytinį gyvenimą, lytinį švietimą. (Pavyzdžiui: *Mano lytinis brendimas prasidėjo, kai man buvo 14 m.; Šiuo metu aš esu įsimylėjęs (-us); Pritariu, kad lytinis švietimas yra privalomas kiekvienam paaugliui (-ei); Manau, kad prezervatyvais turi pasirūpinti tiek mergina, tiek vaikinai; Aš žinau bent tris kontracepcijos būdus ir pan.; Man patinka nešioti trumpus plaukus).*

Davus signalą, dalyviai turi uždavinėti vienas kitam klausimus, kad rastų tą, kuris pritaria parašytam teiginiui. Jei randa tokį žmogų, prie to langelio užrašo jo vardą. Kas pirmas (-a) surenka visus 6 langelius su vardais, tas šaukia „Bingo“ ir yra skelbiamas nugalėtoju (-a).

PASIRUOŠIMAS FILMO PERŽIŪRAI:

Jei tai jau ne pirmas užsiėmimas, galite paprašyti prisiminti, apie ką buvo filmo ištrauka, žiūrėta praėjusį kartą. Šioje filmo ištraukoje matysime situaciją 8-ame dešimtmetyje – sustiprėjo moterų judėjimas, atsirado laimėtų bylų, prisidedančių prie reprodukcinį teisių užtikrinimo, didėjo feminizmo įtaka. Šiuo laikotarpiu keitėsi lytinis švietimas, skirtas moterims – daugiau dėmesio labiau lygiaverčiui ir mažiau nuo vyro priklausomam moterų vaizdavimui. Saugus seksas tapo itin aktualus 8-ojo dešimtmečio pabaigoje dėl seksualinės revoliucijos ir ŽIV paplitimo, kaip matysime, tuo metu Amerikoje atsirado labai daug lytinio švietimo programų.

15 min. Filmo ištraukos peržiūra

Žiūrime filmo „Sex ed“ ištrauką nuo 54:07 iki 1:10:00.

30 min. Filmo aptarimas ir temos plėtojimas

Kokios mintys ir jausmai kilo žiūrint filmo ištrauką?

Kokį lytinį švietimą gavote jūs?

Ar atpažinote situaciją iš savo gyvenimo?

Kokius atpažinote vyraujančius lyčių stereotipus? Kokią įtaką jie daro mūsų suvokimui apie tarpasmeninius santykius?

Kaip atsakytumėte į klausimą, kada jaunimas yra pasiruošęs lytiniam santykiams?

Kokie susilaikymo grįsto švietimo privalumai ir trūkumai?

Ką apima lytiškumo ugdymas?

Kaip visuomenėje vyraujantis socialinis, politinis, ekonominis kontekstas paveikia tai, kokį lytiškumo ugdymą turime Lietuvoje?

Ar reikalingas lytinis švietimas paaugliams? Kodėl?

Kokias kontracepcijos priemones žinote?

Kokios apsaugos priemonės tinka jauniems žmonėms, dar nesukūrusiems šeimoms?

Diskusiją toliau moderuoti galima pasinaudojus klausimais, kuriuos mokiniai užrašė pirmo užsiėmimo metu.

15 min. Refleksija ir apibendrinimas

Refleksijos metu kiekvienas (-a) moksleivis pasako, apie ką susimąstė, ką suprato per užsiėmimą. Svarbu, kad kiti dalyviai klausytų, o ne komentuotų (tai reikėtų aptarti prieš refleksiją). Apibendrinant galima remtis moksleivių įžvalgomis, akcentuoti kad kiekvienas moksleivis turi teisę į mokslu grįstą lytinį švietimą, kad gebėjimas atpažinti ir kritiškai įvertinti lyčių vaidmenis mums padeda kurti lygiaverčius ir pagarba grįstus santykius, gaunama informacija leidžia turėti atsakingos lytinės elgsenos žinių, kai reikės jomis pasinaudoti, skatina gerbti savo ir kito privatumą, gebėti pasakyti „ne“ bei lavinti atsparumą, turėti savo nuomonę, gebėti ją išsakyti.

PASIŪLYMAI TĘSTINUMUI:



Jeigu dalyviams sunku diskutuoti arba jeigu turite papildomą pusvalandį, galite atlikti šį metodą:

30 min. Metodas „Mitai ir faktai“

Erdvė, salė padalijama į dvi dalis – vienoje pusėje parašyta „Taip“, kitoje „Ne“. Vedantysis (-čioji) skaito faktus, o moksleiviai juda po erdvę, ir, jei pritaria perskaitytam teiginiui, eina į tą pusę, kur parašyta „Taip“, o jei nepritaria – į tą pusę, kur parašyta „Ne“. Čia pateikiami pavyzdžiai, teiginių vedantysis (-ioji) jų gali sugalvoti pats, pritaikyti prie iškilusių temų ar klausimų:

Prezervatyvą reikia naudoti tik jei nenori turėti vaikų.

Užsimaunat vyrišką prezervatyvą, reikia palikti šiek tiek vietos (oro) viršuje.

Pirmųjų lytinių santykių metu pastoti neįmanoma.

Jei jau vieną kartą buvau užsikrėtęs (-us) lytiškai plintančia liga, antrą kartą nebesusirgsiu.

Oralinis seksas yra pats saugiausias.

Nutrauktas lytinis aktas nėra apsisaugojimo priemonė – tiek nuo nėštumo, tiek nuo ligų.

Spiralės tinka tik jau gimdžiusioms moterims.

ŽIV galima užsikrėsti perpilant kraują, naudojantis tuo pačiu švirktu ir per lytinius santykius.

Homoseksualiems paaugliams mylintis nereikia saugotis, nes jie neturi neplanuoto nėštumo rizikos.

Perskaičius teiginį, vedantysis (-čioji) palaukia, kol moksleiviai užims savo pozicijas, tuomet išklauso nuomonę – tiek stovinčiųjų vienoje, tiek kitoje pusėje, tiek galbūt atsistojusių per vidurį. Pabaigoje arba iškart po kiekvieno teiginio (kai moksleiviai išsakys savo nuomonę) vedantysis (-čioji) pateikia atsakymus, faktus, mokslu grįstą informaciją, padaro apibendrinimą apie tai, kad lytinio švietimo žinios priklauso nu to, kokias galimybes jaunimas

turi jį gauti. Galima pateikti statistikos, kokie žinių lytiškumo temomis patikrinimo rezultatai tarp paauglių Lietuvoje ir kitose šalyse.

REKOMENDUOTINA LITERATŪRA:



D. Paulauskas. Žodis, kurio negalima minėti. Obuolys. 2017

Lyčių lygybė: politikos, teorijos strategijos. Lygių galimybių centras. 2012

<http://gap.lt/wp-content/uploads/2014/06/ly%C4%8Di%C5%B3-lygyb%C4%97.pdf>

Metodinės rekomendacijos dėl seksualinio priekabiavimo dėl lyties bei nurodymo diskriminuoti prevencijos. Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba. 2012

<http://www.lygybe.lt/data/public/uploads/2015/11/metodines-rekomendacijos-del-seksualinio-priekabiavimo-ir-priekabiavimo-del-lyties-bei-nurodymo-diskriminuoti-prevencijos.pdf>

Metodiką parengė: edukologė, lytiškumo ugdymo specialistė
Vilma Gabrieliūtė.