



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE



---

# ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

---

Project No: 2021-1-ES02-KA220-YOU-000028527

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ

"Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν."



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# Πίνακας Περιεχομένων

Εισαγωγή	1
Εκπαίδευση για την Πρόληψη των Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Ασθενειών	4
Εκπαίδευση για την Αποδοχή και την Σεξουαλική Ποικιλομορφία	15
Εκπαίδευση για την Διαχείριση της Σεξουαλικότητας στην Τεχνολογία	18
Συναισθηματική-Σεξουαλική Εκπαίδευση για την Πρόληψη της Σεξιστικής Βίας	25
Φύλλα Αξιολόγησης	47
Αναφορές	53



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# Εισαγωγή

## Σχετικά με το Seduca

SEDUCA είναι το ακρωνύμιο του Ευρωπαϊκού προγράμματος "Σεξουαλική αγωγή ενάντια στη σεξιστική βία", το οποίο υλοποιείται από πέντε οργανισμούς από τέσσερις διαφορετικές χώρες.

- Asociacion Deportiva Cultural De Investigacion Y Asesoramiento INNODXT (Πολιτιστικός Αθλητικός Σύλλογος Έρευνας και Συμβουλευτικής INNODXT - Ισπανία)
- Fundación Más Vida (Ίδρυμα Περισσότερη Ζωή - Ισπανία)
- Tehnička škola i prirodoslovna gimnazija Ruđera Boškovića (Ruđer Bošković Τεχνικό Σχολείο και Γυμνάσιο Φυσικών Επιστημών - Κροατία)
- Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (Α.Π.Θ. - Ελλάδα)
- Fundacja "Zielony Slon" (Ίδρυμα "Πράσινος Ελέφαντας" - Πολωνία)

Η σεξουαλική αγωγή αποτελεί νομική υποχρέωση σχεδόν σε όλες τις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, αλλά το περιεχόμενο και η ποιότητα διαφέρουν. Σύμφωνα με την έκθεση "Πολιτικές για τη σεξουαλική αγωγή στην ΕΕ" του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου (2013), οι χώρες της Βόρειας Ευρώπης και το Βέλγιο, η Ολλανδία και το Λουξεμβούργο παρέχουν σεξουαλική αγωγή υψηλής ποιότητας, ενώ οι χώρες της ανατολικής και νότιας Ευρώπης έχουν προγράμματα χαμηλής ποιότητας ή ανύπαρκτα. Αν και η σεξουαλική αγωγή ενσωματώνεται στο σχολικό πρόγραμμα στην Ελλάδα, την Ισπανία και την Κροατία, σπάνια υλοποιείται. Επιπλέον, σύμφωνα με έρευνα της Πύλης Σχολικής Εκπαίδευσης (School Education Gateway) για τη σεξουαλική αγωγή (2019), οι περισσότεροι εκπαιδευτικοί, γονείς και θεσμοί υποστηρίζουν τη σεξουαλική αγωγή στα σχολεία, ωστόσο δεν υπάρχει υποστήριξη για τους εκπαιδευτικούς για τη διαχείριση πληροφοριών και η εκπαίδευση περιορίζεται στο ανθρώπινο σώμα και την ανάπτυξή του, σύμφωνα με την ΠΡΟΤΑΣΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΚΟΙΝΟΒΟΥΛΙΟΥ, για την κατάσταση της υγείας και των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων στην Ένωση, στο πλαίσιο της υγείας των γυναικών (2019/2165 (INI)).



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Στο τμήμα που προωθεί την ολοκληρωμένη εκπαίδευση στη σεξουαλικότητα προς όφελος των νέων, παροτρύνοντας τα κράτη μέλη να εξασφαλίσουν πρόσβαση σε ολοκληρωμένη και επιστημονικώς σωστή εκπαίδευση στη σεξουαλικότητα για όλους τους μαθητές των δημοτικών και γυμνασίων, σύμφωνα με τα πρότυπα του ΠΟΥ, αυτό το έργο συμβάλλει στην ευρωπαϊκή προστιθέμενη αξία, παρέχοντας ψηφιακό υλικό και κατάλληλη εκπαίδευση για τη σεξουαλική αγωγή των νέων. Η έρευνά μας περιλαμβάνει μία πολυδιάστατη σύμπραξη, που αποτελείται τόσο από εκπαιδευτικά ιδρύματα (πανεπιστήμιο και ινστιτούτο) όσο και από Μη Τυπικά Εκπαιδευτικά Ιδρύματα (Συλλόγους).

***Το έργο βασίζεται στην ιδέα ότι η αποτελεσματική σεξουαλική αγωγή θα προλάβει συμπεριφορές που σχετίζονται με τη βία λόγω φύλου. Με βάση αυτό το σκεπτικό, τέθηκαν οι ακόλουθοι στόχοι:***

1. Αναγνώριση του περιεχομένου, της συχνότητας και της ποιότητας των προγραμμάτων σεξουαλικής αγωγής που απευθύνονται σε νέους (ηλικία 13-18 ετών) στις χώρες-εταίρους.
2. Διεξαγωγή έρευνας με σκοπό να αποδειχθεί ότι η αποτελεσματική σεξουαλική αγωγή προλαμβάνει τη σεξιστική βία.
3. Ανάπτυξη ενός οδηγού καλών πρακτικών σχετικά με τα δικαιώματα υγείας και σεξουαλικότητας των νέων.
4. Ανάπτυξη ενός σχεδίου αναγνώρισης που περιλαμβάνει τις **ανδροκρατικές** στάσεις που σχετίζονται με τη σεξιστική βία.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



5. Δημιουργία ενός εγχειριδίου πρόληψης και δράσης που εξηγεί τι να γίνει σε περίπτωση εμφάνισης τέτοιων στάσεων.
6. Εκπαίδευση εκπαιδευτικών τόσο της τυπικής όσο και της μη τυπικής εκπαίδευσης σχετικά με την εκπαίδευση στην ισότητα των φύλων, παρέχοντάς τους υλικό για αυτόν τον σκοπό.
7. Δημιουργία ενός προγράμματος υποστήριξης και πληροφόρησης για τις οικογένειες στον τομέα της σεξουαλικής αγωγής που διευκολύνει την παρέμβασή στο οικογενειακό περιβάλλον.
8. Συμμετοχή των νέων ανθρώπων στην υλοποίηση, εφαρμογή και ολοκλήρωση υλικών και εποικοδομητικών δραστηριοτήτων σχετικά με την ισότητα των φύλων.
9. Συμμετοχή των νέων ανθρώπων στην προώθηση των υλικών και των δραστηριοτήτων που δημιουργούνται, με στόχο να εμπλακούν σε τρεις κατευθύνσεις δράσης: αναγνώριση, δράση και αλλαγή συμπεριφοράς.
10. Εκπαίδευση μέσω αλληλεπίδρασης με τους νέους στη σχέση μεταξύ σεξ και τεχνολογίας.

Όλες οι προτεραιότητες προκύπτουν από την εμφανή ανάγκη να πραγματοποιηθούν προγράμματα εκπαίδευσης στον σεξουαλικό τομέα που θα βοηθήσουν στην πρόληψη σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών, ανεπιθύμητων εγκυμοσυνών και σεξιστικής βίας. Αυτή η έκθεση αφορά το πρώτο μέρος της έρευνας που πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο αυτού του έργου. Περισσότερες πληροφορίες για το έργο μπορούν να βρεθούν στην ιστοσελίδα του έργου ([seducaproject.eu](http://seducaproject.eu)) και στα κοινωνικά μέσα του.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# 1 Εκπαίδευση για την Πρόληψη Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Ασθενειών

## Στόχοι

### ► Γενικοί Στόχοι

- Μείωση των σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων μεταξύ των νέων-ομάδας στόχοι του εκπαιδευτικού έργου.
- Ευαισθητοποίηση σχετικά με τη σημασία της μείωσης των κινδύνων στις ερωτικές πρακτικές.

### ► Ειδικό Στόχοι

- Αντικειμενική πληροφόρηση σχετικά με τις διάφορες σεξουαλικές ασθένειες, τα συμπτώματά τους και τους τρόπους μετάδοσής τους.
- Κατανόηση της σημασίας της μείωσης των κινδύνων στις ερωτικές πρακτικές και, έτσι, πρόληψη οποιασδήποτε σεξουαλικά μεταδιδόμενης λοιμώξεως.
- Αναστοχασμός σχετικά με τις επικίνδυνες σεξουαλικές σχέσεις, βασιζόμενος στις ληφθείσες πληροφορίες και χρησιμοποιώντας κριτική σκέψη.
- Απόκτηση εργαλείων επικοινωνίας για τη διαπραγμάτευση της χρήσης προφυλακτικών.
- Γνώση των υπαρχόντων προφυλακτικών μέτρων για τη μείωση των κινδύνων από τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις και η εξάσκηση στην τοποθέτησή τους σε ανατομικά μοντέλα.
- Απομυθοποίηση ψευδών πεποιθήσεων και στερεοτύπων που σχετίζονται με τον HIV.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Περιεχόμενο

Είναι απαραίτητη η αντικειμενική πληροφόρηση των νέων σχετικά με τους κινδύνους ορισμένων ερωτικών πρακτικών, καθώς και σχετικά με τις αιτίες και τις συνέπειες των σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων. Ωστόσο, έχει αποδειχθεί ότι οι πληροφορίες μόνες τους δεν επιτυγχάνουν τον στόχο, αλλά είναι απαραίτητο να εργαστούμε στις στάσεις και τις δεξιότητες, πράγμα που επιτυγχάνεται μέσω συζητήσεων, δραστηριοτήτων ανασκόπησης και ομαδικής δυναμικής.

Με όλα αυτά θα ασχοληθούμε στα πλαίσια του τρέχοντος έργου, καθώς αυτό περιλαμβάνει τέσσερις συναντήσεις με κάθε ομάδα. Είναι μία διαδικασία που μας επιτρέπει να αναδείξουμε τη δυναμική και τα ερωτήματα στα οποία αναφερόμαστε, κάτι που ενθαρρύνει την ομάδα να αισθάνεται πιο άνετα με την ομάδα εκπαίδευσης και, συνεπώς, να κάνει περισσότερες ερωτήσεις και να συμμετέχει περισσότερο.

Είναι επίσης σημαντικό να τονίσουμε ότι ένα σημαντικό μέρος της πρώτης συνάντησης θα επικεντρωθεί στο να γνωριστούμε και να δημιουργήσουμε μια χαλαρή και εμπιστευτική ατμόσφαιρα μέσα από τη δυναμική των παρουσιάσεων, καθώς και μια στάσης ακρόασης και σεβασμού από την πλευρά του εκπαιδευτή.

Οι νεανικές ομάδες είναι κουρασμένες από το γεγονός ότι οι ενήλικες μιλούν μόνο για τη σεξουαλικότητα για να τους απαγορεύσουν να πραγματοποιήσουν ορισμένες πράξεις και να επαναλάβουν τους κινδύνους που εμπλέκονται. Επιτυγχάνεται μια πιο ανοιχτή στάση από την πλευρά τους και μεγαλύτερη προθυμία να εργαστούμε στις στάσεις και τις αντιλήψεις τους αν ξεκινήσουμε μιλώντας για την σεξουαλικότητα ως κάτι φυσιολογικό και θετικό. Έτσι, το υπόλοιπο της πρώτης συνάντησης θα επικεντρωθεί στο να μιλήσουμε για τη σεξουαλικότητα και ερωτικές πρακτικές με άλλα άτομα, προκειμένου να συζητήσουμε τους πιθανούς κινδύνους ανάλογα με την επιλεγμένη πρακτική.

Κατά τη διάρκεια των τεσσάρων συνομιλιών, θα χρησιμοποιηθεί μια συμμετοχική μεθοδολογία, βασισμένη στη ουσιαστική μάθηση των μαθητών, οπότε θα ζητήσουμε σε κάθε συνεδρία τι έχουν ακούσει και τι γνωρίζουν για κάθε σημείο που θα συζητηθεί, προκειμένου να παρέχουμε νέες γνώσεις με βάση αυτά, να τους προβληματίσουμε και να τους παρέχουμε επαληθευμένα δεδομένα.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Αυτό είναι το περιεχόμενο κάθε ενότητας

1η ΕΝΟΤΗΤΑ	3η ΕΝΟΤΗΤΑ
<ul style="list-style-type: none"><li>• Εισαγωγή στο έργο</li><li>• Εισαγωγική δραστηριότητα: Το κουβάρι</li><li>• Η ανθρώπινη σεξουαλική πράξη. Σεξουαλικότητα</li><li>• Διάφορες ερωτικές πρακτικές με άλλα άτομα</li><li>• Δραστηριότητα: Brainstorming</li><li>• Κίνδυνοι ανάλογα με τις ερωτικές πρακτικές που πραγματοποιούνται. Φωτεινός σηματοδότης</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Πρόληψη των ΣΜΝ. Αρχές και μέτρα πρόληψης</li><li>• Διάφορες μέθοδοι πρόληψης (προφυλακτικό πέους, προφυλακτικό κόλπου, προφυλακτικό δακτύλου και καλύμματα από λατέξ)</li><li>• Δυναμική: Χρήση και τοποθέτηση των διαφορετικών μεθόδων στα μοντέλα πέους και εξωτερικών γεννητικών οργάνων</li></ul>
2η ΕΝΟΤΗΤΑ	4η ΕΝΟΤΗΤΑ
<ul style="list-style-type: none"><li>• Σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις</li><li>• Μύθοι και στερεότυπα</li><li>• Αληθινές αλήθειες/ψευδή ψέματα</li><li>• Τρόποι μετάδοσης των ΣΜΝ</li><li>• Διαδραστικός κόσμος</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Όταν μετατρέπεται από ΣΜΝ σε ΣΜΕ</li><li>• Αγωγή των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων</li><li>• Δεξιότητες διαπραγμάτευσης στη χρήση μεθόδων πρόληψης</li><li>• Θέλω, δεν θέλω...</li><li>• Δεξιότητες επικοινωνίας μετά τη μόλυνση</li><li>• Αν ξαφνικά...</li><li>• Ολοκλήρωση</li></ul>



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Δραστηριότητες

### Δραστηριότητα 1: Το κουβάρι

**Άσκηση:** Ο/Η εκπαιδευτής/τρια αναφέρει το όνομά του/της και τι αναμένει από αυτήν τη ενότητα, ενώ δένει την άκρη ενός νήματος σε ένα από τους δείκτες του/της. Χωρίς να το αφήσει, πετάει το νήμα σε ένα άλλο άτομο που θα κάνει το ίδιο, και αυτό το άτομο σε ένα άλλο, και ούτω καθεξής, μέχρι όλη η ομάδα να έχει μιλήσει και να είναι ενωμένη μέσω ενός είδους δικτύου. Ρωτάει τι αποτέλεσμα έχει προκύψει και κάνει μερικές τροποποιήσεις παίρνοντας μερικά άτομα έξω από το δίκτυο, αναγκάζοντας τους υπόλοιπους να ξανατοποθετηθούν. Στη συνέχεια, συγκρίνει αυτό το δίκτυο με το θέμα των σχέσεων, σεξουαλικών σχέσεων και ΣΜΝ.

### Δραστηριότητα 2: Brainstorming

**Άσκηση:** Οι συμμετέχοντες ρωτούνται για τις διάφορες ερωτικές πρακτικές με τις οποίες είναι εξοικειωμένοι, ενώ ένας εθελοντής τις καταγράφει στον πίνακα. Θα προσθέσουμε και άλλες πρακτικές που δεν έχουν αναφερθεί. Δεν θα τις διαγράψουμε, γιατί μετά την εξέταση του θέματος των κινδύνων, ολόκληρη η ομάδα θα πρέπει να τοποθετήσει κάθε πρακτική στο χρώμα του φαναριού που θεωρούμε κατάλληλο.

### Δραστηριότητα 3: Αληθινές αλήθειες/ψευδή ψέματα

**Άσκηση:** Δημιουργούμε δύο περιοχές: μια που αντιστοιχεί στην Αληθινή Αλήθεια και μια που αντιστοιχεί στο Ψευδή Ψέμα. Ολόκληρη η ομάδα θα βρίσκεται έξω από αυτές τις περιοχές, και για κάθε δήλωσή μας, θα πρέπει να πηγαίνουν στη μία ή την άλλη ανάλογα με την κρίση τους. Θα τους παρέχουμε τη σωστή απάντηση. Μερικά παραδείγματα δηλώσεων είναι: "Την πρώτη φορά που κάνεις σεξ δεν υπάρχει κίνδυνος εγκυμοσύνης ή STIs", "Οι ομοφυλόφιλοι είναι οι πιο ευάλωτοι στα STIs", "Μπορώ να το ελέγξω με το να κάνω τεστ", "Έχω εμπιστοσύνη στον σύντροφό μου, οπότε δεν χρειάζεται να χρησιμοποιήσουμε προφυλακτικό για προστασία", "Αν χρησιμοποιήσω τη δημόσια τουαλέτα που έχει χρησιμοποιήσει ένας HIV-θετικός άνθρωπος, υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να μολυνθώ", "Αν ο σύντροφός μου είχε STI, θα μου το είχε πει"....

## Δραστηριότητα 4: Ο κόσμος της αλληλεπίδρασης

**Άσκηση:** Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε 5 ομάδες. Αναθέστε σε κάθε ομάδα έναν χρωματικό κωδικό που δείχνει την ύπαρξη ή όχι ΣΜΝ (η πράσινη ομάδα πρέπει να είναι η μεγαλύτερη). Οι ομάδες δε θα πρέπει να γνωρίζουν τι σημαίνει ο κάθε κωδικός. Πράσινο: υγιής. Ροζ: Χλαμύδια. Λευκό: έρπης των γεννητικών οργάνων. Πορτοκαλί: σύφιλη. Μπλε: HIV. Κάθε συμμετέχων θα κληθεί να γράψει το όνομά του και πέντε χαρακτηριστικά του στην επαγγελματική του κάρτα και να τη στερεώσει στο στήθος του με ένα κλιπ. Οι συμμετέχοντες θα περπατήσουν στην τάξη διαβάζοντας τις επαγγελματικές κάρτες των συμμαθητών του, και πρέπει να επιλέξουν με γνώμονα τα χαρακτηριστικά που επιθυμούν οι ίδιοι. Αφού επιλέξουν, θα πρέπει να ρωτήσουν αν θέλουν να ανταλλάξουν κάρτες. Θα πρέπει να τις κρατήσουν με τη σειρά που τις έλαβαν (δεν είναι απαραίτητο να τις ανταλλάξουν όλες). Πρέπει να επιμείνουμε ότι δεν είναι θέμα να πάρουμε μια κάρτα από κάθε χρώμα, αλλά να ανταλλάξουμε κάρτες αναλόγως τα προσωπικά χαρακτηριστικά που επιθυμούμε να έχουν οι άλλοι. Θα πρέπει επίσης να παρακολουθούν τη σειρά με την οποία τοποθετούνται οι κάρτες, καθώς αυτό θα υποδείξει το χρόνο μετάδοσης των ΣΜΝ και τον τρόπο εξάπλωσης της μόλυνσης. Θα καθοδηγήσουμε τη συζήτηση για να αναλογιστούμε ότι συχνά, η επιλογή των ανθρώπων με τους οποίους ερχόμαστε σε ερωτική επαφή βασίζεται σε αυτό που παρατηρούμε, σε αυτό που μας αρέσει με την πρώτη ματιά και σε αυτό που θέλουμε να βλέπουν οι άλλοι για εμάς.

## Δραστηριότητα 5: Τοποθέτηση διαφορετικών μεθόδων αντισύλληψης

**Άσκηση:** Θα χωρίσουμε την ομάδα σε διάφορες μικρές ομάδες και θα τους δώσουμε ένα καλούπι πέους και ένα καλούπι αιδοίου. Αφού εξηγήσουμε την κάθε μέθοδο αντισύλληψης, τα πλεονεκτήματά της και τον τρόπο χρήσης της, θα δώσουμε δακτυλιοειδή προφυλακτικά (προφυλακτικά για τα δάχτυλα), διάφραγμα, προφυλακτικά ανδρικά και γυναικεία καθώς και φακελάκια με λιπαντικό.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Δραστηριότητα 6: Θέλω, δεν θέλω...

**Άσκηση:** Χωρίστε την ομάδα σε τέσσερις ομάδες. Θα πρέπει να γράψουν σε ένα μεγάλο χαρτί τους λόγους με βάση αυτό το σχήμα για κάθε ομάδα:

H1: Άνδρες που θέλουν να το χρησιμοποιήσουν

H2: Άνδρες που δε θέλουν να το χρησιμοποιήσουν

M1: Γυναίκες που θέλουν να το χρησιμοποιήσουν

M2: Γυναίκες που δε θέλουν να το χρησιμοποιήσουν

Αφού γίνει αυτό, οι μικρές ομάδες θα κληθούν να εξατομικεύσουν και να υποστηρίξουν τους λόγους τους σε μια διαπραγμάτευση με δύο παραλλαγές:

1η) H1-M2

2η) H2-M1

Αυτά τα επιχειρήματα υπέρ και κατά μπορούν να παρουσιαστούν στην ομάδα ή να δραματοποιηθούν μέσω παιχνιδιού ρόλων, αναπαριστώντας διάφορες καταστάσεις διαπραγμάτευσης για ασφαλείς ερωτικές επαφές. Ορισμένες προτάσεις για συζήτηση: Πώς συμβαίνει αυτή η μορφή διαπραγμάτευσης στην πραγματική ζωή; Ποιες είναι οι συνέπειες μιας διαπραγμάτευσης που δεν πάει καλά; Ποιες άλλες πτυχές των ανθρώπων είναι εμφανίζονται σε μια τέτοια διαπραγμάτευση; Πότε είναι η καλύτερη στιγμή για να διαπραγματευτείτε; Κατά τη διάρκεια της άσκησης διαπραγμάτευσης, καλό είναι να δώσετε προσοχή στα επιχειρήματα υπέρ της μη χρήσης προφυλακτικών και να σκεφτείτε πώς θα μπορούσαν να αντιστραφούν.

## Δραστηριότητα 7: Και αν ξαφνικά...

**Άσκηση:** Σε κάθε άτομο της ομάδας του δίνεται μια κάρτα και του ζητείται να γράψει σε αυτήν τη λέξη που κατά τη γνώμη του προσδιορίζει καλύτερα τον τρόπο με τον οποίο η κοινωνία μας αντιδρά στα άτομα που ζουν με HIV ή AIDS. Καθώς γράφονται, θα τοποθετούνται σε ένα κουτί. Ο εκπαιδευτής θα τις ανακατέψει και θα τις μοιράσει σε όλους, ώστε κάθε άτομο να πάρει μία και να τη διαβάσει και στη συνέχεια να την καρφίτσώσει σε εμφανές σημείο. Θα τους ζητηθεί να φανταστούν ότι είναι άνθρωποι που έχουν μολυνθεί από τον ιό HIV και να κινηθούν στο δωμάτιο. Όταν συναντήσουν ένα άλλο άτομο, θα πρέπει να εκφράσουν με το πρόσωπο και το σώμα τους την αντίδραση που αναγράφεται στην κάρτα που φοράει το άτομο αυτό. Σκεφτόμαστε πάνω στο ερώτημα: Πώς αισθανθήκατε; Πώς θα ένιωθες εσύ;



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Αποτελέσματα

### Δραστηριότητα 1: Το κουβάρι

Επιδιωκόμενα αποτελέσματα: Παρουσιάζοντας τον εαυτό σας και σπάζοντας τον πάγο, νιώθετε την αίσθηση ότι ανήκετε στην ομάδα. Υπάρχει μεγαλύτερη σύνδεση από ό,τι μπορεί κάποιος να αντιληφθεί με το μάτι και το ίδιο ισχύει και για το θέμα που θα επεξεργαστούμε αυτές τις ημέρες σχετικά με τις ερωτικές πρακτικές, τους κινδύνους και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα. Θα κατανοήσουμε πως αυτό που αποφασίζει και κάνει ένα άτομο μπορεί να επηρεάσει την υπόλοιπη ομάδα (είτε πρόκειται για ζευγάρι είτε για ομάδα φίλων).

### Δραστηριότητα 2: Brainstorming

Αποτελέσματα: Αποτελεί ευκαιρία για σπάσιμο του πάγου, για να μάθουμε να ακούμε τον άλλον με σεβασμό αλλά και να μάθουμε τι γνώσεις διαθέτουν. Συνειδητοποίηση της ποικιλίας των ερωτικών πρακτικών που υπάρχουν και απενοχοποίηση της υπερβολικής έμφασης στις διεισδυτικές πρακτικές.

### Δραστηριότητα 3: Αληθινές αλήθειες/ψευδή ψέματα

Αποτελέσματα: Επικοινωνία των γνώσεων και των πεποιθήσεων που έχουν σχετικά με τα ΣΜΝ. Αντιμέτωπιση τους με πραγματικές πληροφορίες, οι οποίες δεν συμπίπτουν με πολλούς από τους μύθους και τους ισχυρισμούς των μέσων ενημέρωσης. Κατανόηση του γεγονότος ότι επηρεαζόμενοι από τις ιδέες ή τις προθέσεις άλλων νέων, δεν ακούνε τις πραγματικές τους πεποιθήσεις και προθέσεις και ότι αυτό μπορεί συχνά να τους οδηγήσει σε μια κακή απόφαση.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Δραστηριότητα 4: Ο κόσμος της αλληλεπίδρασης

Αποτελέσματα: Αναστοχασμός σχετικά με τη σχέση μεταξύ της εμφάνισης του κάθε ατόμου και των συναισθημάτων που τρέφουμε προς αυτό όσον αφορά το αν μπορεί να πάσχει από ΣΜΝ, τα οποία θα μπορούσαν να μας μεταδώσουν. Συνειδητοποίηση ότι συχνά η επιλογή των ανθρώπων με τους οποίους βρισκόμαστε ερωτικά βασίζεται σε αυτό που παρατηρούμε, σε αυτό που μας αρέσει με την πρώτη ματιά και σε αυτό που θέλουμε να βλέπουν οι άλλοι για εμάς. Να κατανοήσουμε τον μηχανισμό μετάδοσης μιας λοίμωξης και πως είναι κάτι πέρα από τον έλεγχο και την αντίληψή μας, βλέποντας έτσι πώς, έχοντας μια και μόνο σεξουαλική επαφή χωρίς προστατευτικό φραγμό, είναι πιθανό να προσβληθώ από ένα ΣΜΝ ή να το μεταδώσω σε ένα άλλο άτομο.

## Δραστηριότητα 5: Τοποθέτηση διαφορετικών μεθόδων αντισύλληψης

Αποτελέσματα: Γνωρίζοντας πώς πρέπει να χρησιμοποιούνται οι διάφορες μέθοδοι για να βοηθήσουν πραγματικά στην πρόληψη των ΣΜΝ, τα οφέλη τους και τα πιο συνηθισμένα λάθη που μπορούν να γίνουν. Απομάκρυνση του συνήθους φόβου και της αμηχανίας των πρώτων φορών με την εξάσκηση της τοποθέτησης.

## Δραστηριότητα 6: Θέλω, δεν θέλω...

Αποτελέσματα: Κατανόηση των επιχειρημάτων υπέρ και κατά της χρήσης μεθόδων αντισύλληψης, όπως τα προφυλακτικά. Αναστοχασμός σχετικά με τους λόγους για τους οποίους δεν θέλετε να χρησιμοποιείτε προφυλακτικά, αντιπαραβάλλοντας τις θετικές πτυχές της χρήσης προφυλακτικού. Απόκτηση εργαλείων για τη διαπραγμάτευση της χρήσης τους και δυνατότητα να αισθάνονται άνετα ακόμη και αν η απόφασή τους είναι διαφορετική από εκείνη του άλλου ατόμου ή της δικής τους ομάδας φίλων. Να κατανοήσουν ότι όταν λες ή δέχεσαι ένα "Όχι", δεν είναι ένα Όχι για σένα, αλλά ένα "Όχι, όχι έτσι- καλύτερα με προφυλακτικό, γιατί τότε θα είναι μια ασφαλής πρακτική, χωρίς κινδύνους, οπότε θα το απολαύσουμε περισσότερο".

## Activity 7: Και αν ξαφνικά...

Αποτελέσματα: Συμπάθεια προς τους ανθρώπους που υφίστανται κάποιου είδους διάκριση επειδή έχουν ένα σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα και κατανόηση ότι αυτό είναι κάτι που μπορεί να συμβεί σε πολλούς ανθρώπους αν δεν χρησιμοποιούμε μεθόδους αντισύλληψης. Προώθηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με την αρνητική κοινωνική αξιολόγηση που δέχονται πολλοί άνθρωποι με ΣΜΝ, ιδίως όσοι είναι οροθετικοί ή έχουν AIDS, και ενίσχυση του γεγονότος ότι δεν υπάρχει κανένας λόγος να δικαιολογείται αυτή η διάκριση.



# Καινοτομία

## Θεωρούμε καινοτόμες τις ακόλουθες πτυχές

# 1

Πρώτον, και όπως έχουμε ήδη περιγράψει στην ενότητα περιεχόμενα, η πρώτη συνάντηση είναι διαφορετική από τις συνήθεις συναντήσεις για το θέμα αυτό ώστε κατ' αυτόν τον τρόπο να ξεφεύγουμε από την τυπική πρόληψη μέσω του φόβου και της απαγόρευσης. Συνέπεια της πρακτικής αυτής είναι να μην επιτυγχάνονται τα αναμενόμενα αποτελέσματα, αλλά μάλλον ο νέος πληθυσμός να δυσπιστεί στις πληροφορίες που παρέχονται από την εκπαιδευτική ομάδα, νιώθοντας ανέγγιχτος απέναντι στη μόλυνση από ΣΜΝ. Επιπλέον, υπάρχει μια στάση αποκλεισμού και απόρριψης των ίδιων των συνεδριών. Για αυτό λόγο, δεσμευόμαστε να ξεκινήσουμε με τη δημιουργία διαλόγου, τονίζοντας τις θετικές πτυχές της σεξουαλικότητας, τις διαφορετικές ερωτικές πρακτικές που κάθε άτομο αποφασίζει να πραγματοποιήσει σε κάθε δεδομένη στιγμή και τη σημασία της επικοινωνίας και της διαπραγμάτευσης εντός του ζευγαριού. Από αυτό το σημείο και έπειτα, σε μια πιο δεκτική και χαλαρή ατμόσφαιρα, μπορούμε να συζητήσουμε τους πιθανούς κινδύνους ανάλογα με τις πρακτικές για να εμβαθύνουμε στα υπόλοιπα περιεχόμενα.

# 2

Δεύτερον, το έργο μας έχει μια ενεργή και συμμετοχική μεθοδολογία, σύμφωνα με την οποία κάθε συνάντηση θα υλοποιείται με μια διαφορετική ομαδική δυναμική, η οποία σχετίζεται με τα σημεία που εξετάζονται σε αυτήν. Παρόλο που εργαζόμαστε σύμφωνα με εννοιολογικούς και διαδικαστικούς στόχους, σε αυτό το έργο, θα δώσουμε μεγάλη έμφαση στους στόχους συμπεριφοράς. Και ένα ισχυρό στοιχείο για την επίτευξή τους είναι η δυναμική της ομάδας που παρουσιάζεται στο στοιχείο 6.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# 3

Τρίτον, και σε σχέση με τη δραστηριότητα 5, θα μιλήσουμε, θα δείτε και θα αγγίξετε, εκτός από τα προφυλακτικά για άνδρες, κολπικά προφυλακτικά, λατέξ, προστατευτικά στόματος και προφυλακτικά για τα δάχτυλα, επεκτείνοντας έτσι το φάσμα των μεθόδων προστασίας, και δίνοντας φωνή σε διαφορετικές ερωτικές πρακτικές, οι οποίες δεν περιλαμβάνουν απαραίτητα τη διείσδυση του πέους στον κόλπο ή τον πρωκτό. Από την μία πλευρά, υποβαθμίζουμε την υπερβολική βαρύτητα που δίνεται σε αυτόν τον τρόπο συνουσίας από την κοινωνία, μιλώντας για άλλους τρόπους απόλαυσης της οικειότητας με άλλους ανθρώπους. Και από την άλλη πλευρά, δίνουμε ορατότητα στη διαφορετικότητα, καθώς υπάρχουν άνθρωποι που δεν θα εισάγουν ποτέ τη συνουσία στις σεξουαλικές συναντήσεις τους, είτε λόγω του σεξουαλικού τους προσανατολισμού είτε λόγω των προτιμήσεών τους.

## Αντίκτυπο

Η ομάδα αντίκτυπου είναι πολύ ευρεία, καθώς το έργο αυτό θα παρέχει πληροφορίες και εργαλεία για επαγγελματίες που εργάζονται με νέους από 13 έως 17 ετών, στα διάφορα κέντρα που αναλύουμε: σχολεία, λύκεια (δευτεροβάθμια, επαγγελματικής κατάρτισης, εισαγωγικά στο πανεπιστήμιο), κέντρα νεολαίας, σχολεία εκπαίδευσης ελεύθερου χρόνου, σχολικές και πανεπιστημιακές εγκαταστάσεις και κατασκηνώσεις, βιβλιοθήκες παιχνιδιών, ενώσεις γονέων και οικογενειών, κέντρα ψυχολογίας και σεξολογίας.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## 2 Εκπαίδευση στην αποδοχή και τη σεξουαλική διαφορετικότητα

### Στόχοι

#### ► Γενικοί και ειδικοί στόχοι

- Η εισαγωγή στους τύπους χειραγώγησης και καταχρηστικής συμπεριφοράς στους νέους ηλικίας 13-15 ετών.
- Εφαρμογή των ψηφιακών εργαλείων ως μέρος της μαθησιακής διαδικασίας των νέων ατόμων.
- Προώθηση υγιών συμπεριφορών από τους νέους μεταξύ των συνομηλίκων τους



## Περιεχόμενο

1. Οι νέοι συγκεντρώνονται σε μια αίθουσα με το flipchart (οι καρτέκλες τοποθετούνται σε σχήμα κύκλου για να δημιουργηθεί η ατμόσφαιρα)
2. Γράφουμε στο flipchart τις λέξεις κατάχρηση και χειραγώγηση.
3. Ρωτάμε τους συμμετέχοντες τι είδη κακοποίησης και χειραγώγησης γνωρίζουν - 10 λεπτά
4. Επισημαίνουμε τα είδη της κακοποίησης: σωματική, σεξουαλική, οικονομική, ψυχολογική - 10 λεπτά
5. Οι νέοι χωρίζονται σε 4 μίνι-ομάδες και προσπαθούν να αναλύσουν και να κάνουν καταιγισμό ιδεών σχετικά με την κακοποίηση και τα είδη των συνεπειών της, τα θύματα και τους καταπιεστές, ενώ σκέφτονται επίσης τις καταστάσεις που θα μπορούσαν να τύχουν στους ίδιους - 20 λεπτά
6. Οι νέοι πραγματοποιούν σύντομες παρουσιάσεις σχετικά με τους τύπους κακοποίησης κάθε είδους στο miniflipchart 15 λεπτά
7. Μετά από αυτό κάνουμε μια σύντομη σύνοψη σχετικά με τους τύπους χειραγώγησης με τους νέους, μοιράζονται παραδείγματα που γνωρίζουν, σκεφτόμαστε ποιους τύπους κακοποίησης συναντάμε ως επί το πλείστον μέσα στις σχέσεις 5 λεπτά
8. Ζητείται από τους συμμετέχοντες να δημιουργήσουν TIK-TOK βίντεο σχετικά με τους τύπους χειραγώγησης.
9. Χωρίζονται σε μικρές ομάδες εργασίας σύμφωνα με τους ρόλους: έχουμε έναν σκηνοθέτη, σεναριογράφο, ηθοποιούς, χορευτές, τεχνική υποστήριξη, προωθητική υποστήριξη - 10 λεπτά
10. Οι συμμετέχοντες καταλήγουν σε 3 εκδοχές διαφόρων εκπαιδευτικών TIK-TOK βίντεο τα οποία θα αναδείξουν το θέμα - 20 λεπτά

Οι συμμετέχοντες έχουν 30 λεπτά για να παίξουν, να γυρίσουν και να εκδώσουν 3 ιδέες TIK-TOK οι οποίες θα προωθήσουν τη γνώση σχετικά με τα είδη κακοποίησης με σκοπό την πρόληψή τους. Οι συμμετέχοντες παρουσιάζουν τα βίντεό τους και αρχίζουν να τα προωθούν και να τα μοιράζονται μεταξύ των συνομηλίκων και των συμμαθητών τους και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης του σχολείου.

## Δραστηριότητες

Κατά τη διάρκεια της διδακτικής ενότητας οργανώνουμε μια παρουσίαση, οι συμμετέχοντες εργάζονται σε μίνι-ομάδες ενώ δημιουργούν επίσης και τα βίντεο

## Αποτελέσματα

Μέσα σε 120 λεπτά εκπαίδευσης οι συμμετέχοντες μαθαίνουν για τους τύπους της κακοποίησης, γίνονται πρεσβευτές και προωθητές αυτής της γνώσης.

## Καινοτομία

Η καινοτόμος πτυχή αυτής της διδακτικής ενότητας είναι το γεγονός ότι οι συμμετέχοντες έμαθαν για τους τύπους χειραγώγησης και ανέλαβαν την ευθύνη για την προώθηση και τη διάδοση αυτής της γνώσης με τη βοήθεια των ψηφιακών εργαλείων. Οι νέοι γίνονται πιο ενεργοί και αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες.

## Επίδραση

### Ο αντίκτυπος που αναμένεται από τις δραστηριότητες:

Οι νέοι εισάγονται στους τύπους κακοποίησης, μπορούν να τους διακρίνουν, κατανοούν τα σημάδια και μπορούν να αποτρέψουν καταχρηστικές συμπεριφορές απέναντί τους.

Οι νέοι αναπτύσσουν τις δεξιότητες αυτοπαρουσίασης και ομαδικής εργασίας

Οι νέοι μαθαίνουν τα εργαλεία προώθησης και διάδοσης

Οι νέοι γίνονται καλύτεροι χρήστες των ψηφιακών εργαλείων και μπορούν να τα χρησιμοποιούν για εκπαιδευτικούς σκοπούς



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## **3** Εκπαίδευση ως προς την αντιμετώπιση του σεξ στην τεχνολογία

### **Στόχοι**

1. Να γνωρίζετε την έννοια του sexting και να αναγνωρίζετε τους κινδύνους που συνεπάγεται.
2. Να προσδιορίσετε την έννοια του grooming και τη σημασία της.
3. Να γνωρίζετε τις διάφορες μορφές του διαδικτυακού εκφοβισμού.
4. Να γνωρίζετε τους τρόπους δράσης απέναντι στη διαδικτυακή σεξουαλική βία και τον σεξουαλικό διαδικτυακό εκφοβισμό.

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ

Όσον αφορά τα περιεχόμενα, θα τα αναπτύξουμε σε 4 μπλοκ, που σχετίζονται με τους στόχους που έχουν τεθεί

## ► 1-Από το sexting στη σεξουαλική εκμετάλλευση:

Σε αυτό το κεφάλαιο μέσα από τις δραστηριότητες που θα πραγματοποιήσουμε, θα προσπαθήσουμε να εξηγήσουμε τους κινδύνους της κοινής χρήσης φωτογραφιών σεξουαλικού περιεχομένου, οι οποίες από τη στιγμή που τις μοιράζεστε χάνουν την ιδιωτικότητά τους και μπορεί να αποτελέσουν ένα όπλο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τον σύντροφό σας για να σας εκβιάσει να σας ελέγξει, ή απλώς να σας απειλήσει.

## ► 2-Τι είναι το grooming?

Το grooming και, στην ψηφιακή του εξέλιξη, το διαδικτυακό grooming (παρενόχληση και σεξουαλική κακοποίηση το διαδίκτυο) είναι εγκληματικές μορφές παρενόχλησης που αφορούν έναν ενήλικα που έρχεται σε επαφή με ένα παιδί ή έναν έφηβο προκειμένου να κερδίσει σταδιακά την εμπιστοσύνη του και στη συνέχεια να εμπλακεί σε σεξουαλική δραστηριότητα.

Η πρακτική αυτή έχει διαφορετικά επίπεδα αλληλεπίδρασης και επικινδυνότητας: από τη συζήτηση για το σεξ και την απόκτηση ευαίσθητου υλικού, έως τη σεξουαλική επαφή. Πρόκειται για μια διαδικασία κατά την οποία δημιουργείται ένας δεσμός εμπιστοσύνης μεταξύ του θύματος και του θύτη. Η διαδικασία αυτή προσπαθεί να απομονώσει τον ανήλικο σιγά-σιγά και το επιτυγχάνει αποσυνδέοντάς το από το υποστηρικτικό του δίκτυο (οικογένεια, καθηγητές, φίλοι κ.λπ.) και δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα μυστικότητας και οικειότητας.

Στην περίπτωση του διαδικτυακού grooming, ο θύτης στέλνει, μέσω τεχνολογικών μέσων, σεξουαλικό υλικό στο αγόρι ή το κορίτσι. Επιπλέον, συνήθως προσποιείται ότι είναι ανήλικος και προσαρμόζει τη γλώσσα στην ηλικία του θύματος. Πρόκειται για μια βία που είναι εξίσου πραγματική με τη σωματική βία, αλλά από την οποία δεν μπορείς να ξεφύγεις.

### ► 3- Διαφορετικές μορφές διαδικτυακού εκφοβισμού

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός θεωρείται μια μορφή βίας και έχει γίνει ένας από τους κύριους κινδύνους μεταξύ του νέων.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός θεωρείται μια μορφή ή μέθοδος βίας που έχει γίνει ένας από τους κύριους κινδύνους μεταξύ του νεανικού πληθυσμού.

**Frapping:** πρόκειται για ένα είδος διαδικτυακού εκφοβισμού κατά το οποίο ο επιτιθέμενος παίρνει τον έλεγχο των κοινωνικών δικτύων, παριστάνοντας εμάς τους ίδιους και αναρτώντας ακατάλληλο περιεχόμενο.

**Παρακολούθηση στον κυβερνοχώρο ή κυβερνοπαρακολούθηση:** ένας από τους τύπους κυβερνοεκφοβισμού ή διαδικτυακής παρενόχλησης που έχει παρατηρηθεί περισσότερο στα κοινωνικά δίκτυα μέχρι στιγμής. Παρατηρείται όταν ο επιτιθέμενος "ελέγχει" όλα τα βήματα που κάνει το θύμα στα κοινωνικά δίκτυα. Το θύμα μπορεί να αισθάνεται "ανασταλμένο" και εκβιαζόμενο. Ορισμένες κοινωνικές πλατφόρμες έχουν αναλάβει δράση για να καταπολεμήσουν αυτό το είδος διαδικτυακού εκφοβισμού. Τέτοια είναι είναι η περίπτωση του Instagram, στο οποίο οι αλληλεπιδράσεις των άλλων χρηστών δεν μπορούν πλέον να ελέγχονται με έναν "εύκολο" τρόπο.

**Βία στον κυβερνοχώρο μεταξύ των φύλων:** έλεγχος, επιθέσεις, παρενόχληση, έκθεση... Όλα για λόγους φύλου. Οι επιτιθέμενοι για λόγους φύλου εκμεταλλεύονται επίσης τις κινήσεις του θύματος στο δίκτυο για να ενισχύσουν την παρενόχλησή της.

**Τύπος εκφοβισμού στον κυβερνοχώρο με αποκλεισμό:** ένα άλλο είδος εκφοβισμού που έχει εξαπλωθεί στο διαδίκτυο είναι ο εκφοβισμός με αποκλεισμό. Στις σχολικές τάξεις το συναντούσαμε όταν ένα παιδί ή ανήλικος δεν προσκαλούνταν στις κοινωνικές δραστηριότητες των άλλων. Στο δίκτυο γίνεται το ίδιο, αλλά επεκτείνεται σε ομάδες στο WhatsApp, βιντεοκλήσεις ή ομαδικά διαδικτυακά παιχνίδια. Μπορεί επίσης να συμβεί σε εργασιακό επίπεδο στον κόσμο των ενηλίκων, όταν δημιουργούνται ομάδες και ένας από τους εταίρους αποκλείεται σκόπιμα.

**Εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο μέσω ειδοποιήσεων:** πρόκειται για έναν άλλο τύπο εκφοβισμού στον κυβερνοχώρο που έχει αυξηθεί λόγω της ευρείας χρήσης των κοινωνικών δικτύων και του διαδικτύου γενικότερα. Οι επιτιθέμενοι σε αυτή την περίπτωση είναι αφοσιωμένοι στο να διαδώσουν τον αριθμό τηλεφώνου ή το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο επικοινωνίας του θύματος σε διάφορες πλατφόρμες



SEDUCA

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## ► 4-Τι να κάνετε αν είστε θύμα σεξουαλικής βίας στο διαδίκτυο;

**Μην μοιράζεστε τις προσωπικές σας πληροφορίες.**

- Αν σας παρενοχλήσουν, κρατήστε αποδεικτικά στοιχεία της παρενόχλησης.
- Είναι προτιμότερο να μη δίνετε σημασία στις προκλήσεις, αγνοήστε τες.
- Εάν δεχτείτε σοβαρές απειλές, μην σιωπάτε, ζητήστε βοήθεια.
- Μην γίνεστε συνένοχοι ενός διαδικτυακού θύτη.

## Δραστηριότητες

Οι δραστηριότητες θα σχετίζονται με τους προτεινόμενους στόχους και τα περιεχόμενα.

Συνεπώς έχουν ως εξής:

Δραστηριότητα 1	Δραστηριότητα 2
<p>Φτιάξτε ένα κόμικ για όλους τους μαθητές, μέσω του προγράμματος Pitchon, το οποίο σας επιτρέπει να δημιουργήσετε έναν χαρακτήρα, να τον σκηνοθετήσετε σε ένα κόμικ και να το μοιραστείτε. Θα το κάνουμε σε ζευγάρια αγοριών και κοριτσιών έτσι ώστε αφού το μοιραστούν, να μπορούν να προβληματιστούν για το νόημα της κατάστασης του sexting και μιλήσουν για τα δύο κόμικς.</p>	<p>Φτιάξτε ένα κολάζ με φωτογραφίες και συνθήματα που αναπαριστούν περιπτώσεις grooming με οπτικό τρόπο ώστε αργότερα να τα μεταφράσετε σε ένα ψηφιακό κολάζ που δημοσιεύεται ως "τοίχος της ντροπής" χρησιμοποιώντας το Canva για να το σχεδιάσετε και το Padlet για να το μοιραστείτε.</p>
Δραστηριότητα 3	Δραστηριότητα 4
<p>Αναπαραστήστε μέσω ενός παιχνιδιού ρόλων, τις διαφορετικές μορφές διαδικτυακού εκφοβισμού που υπάρχουν και στη συνέχεια πραγματοποιήστε ένα στρογγυλό τραπέζι στο οποίο να εκθέσετε πώς τα θύματα έχουν αισθανθεί και πώς οι επιτιθέμενοι έχουν αισθανθεί.</p>	<p>Ηχογραφήστε ένα podcast στο οποίο συγκεντρώνονται οι απόψεις των εμπειρογνομόνων που συνιστούν πώς να προλαμβάνετε, ώστε να μην πέφτετε θύματα σεξουαλικής παρενόχλησης στο διαδίκτυο, και τι να κάνετε αν αισθάνεστε σαν θύμα.</p>

Τέλος, οι μαθητές θα είναι σε θέση να αφηγηθούν ιστορίες που έχουν ζήσει, σχετικές με τη σεξουαλική παρενόχληση στο διαδίκτυο και θα παραποιήσουμε τη φωνή, μέσω ενός νέου podcast, στο οποίο οι μαθητές θα μπορούν να ακούσουν τις εμπειρίες των συμμαθητών τους, μέσα από την πλήρη ανωνυμία.



## Αποτελέσματα

Μια προσέγγιση βασισμένη στα δικαιώματα στην Ολοκληρωμένη Σεξουαλική Αγωγή επιδιώκει να εξοπλίσει τους νέους ανθρώπους με τις γνώσεις, τις δεξιότητες, τις συμπεριφορές και τις αξίες που χρειάζονται για να καθορίσουν και να απολαμβάνουν τη σεξουαλικότητά τους σωματικά και συναισθηματικά, σε ατομικό επίπεδο και στις σχέσεις τους.

Συγκεκριμένα, η ενότητα αυτή αποσκοπεί στο να καταστήσει τους νέους ενημέρους για τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους όσον αφορά τον τομέα της τεχνολογίας και των διαπροσωπικών σχέσεων μέσα από μία προσέγγιση σεβασμού και ενσυναίσθησης.

Όσον αφορά τις δραστηριότητες, η **δραστηριότητα 1** έχει ως στόχο οι νέοι να προβληματιστούν δημιουργικά σχετικά με το sexting, η **δραστηριότητα 2** έχει ως στόχο να προβληματιστούν οι νέοι σχετικά με τις περιπτώσεις grooming και τις επιπτώσεις τους, η **δραστηριότητα 3** έχει ως στόχο οι νέοι να βιώσουν την εμπειρία μέσα από ένα ελεγχόμενο περιβάλλον τον διαδικτυακό εκφοβισμό και να προβληματιστούν σχετικά με την εμπειρία αυτή με τους συνομηλίκους τους- και τέλος, η **δραστηριότητα 4** αποσκοπεί στο να γνωρίσουν οι νέοι τις απόψεις των ειδικών σχετικά με τη σεξουαλική παρενόχληση στο διαδίκτυο και πώς να την αποτρέψουν.



# Καινοτομία

**Οι καινοτόμες πτυχές των δραστηριοτήτων είναι ότι αποτελούν μέρος της διδασκαλίας βασισμένες σε ενεργητικές μεθοδολογίες, μια διδασκαλία με επίκεντρο τον μαθητή.**

Η γνωστική ψυχολογία έχει δείξει σταθερά ότι μία από τις σημαντικότερες δομές της μνήμης είναι η συνειρμική της δομή. Η γνώση δομείται σε δίκτυα συναφών εννοιών που ονομάζονται σημασιολογικά δίκτυα. Οι νέες πληροφορίες συνδέονται με το υπάρχον δίκτυο. Ανάλογα με τον τρόπο με τον οποίο γίνεται αυτή η σύνδεση, οι νέες πληροφορίες μπορεί ή μπορεί να μην χρησιμοποιηθούν για την επίλυση προβλημάτων ή την αναγνώριση καταστάσεων (Glaser 1991). Αυτό συνεπάγεται την αντίληψη της μάθησης ως διαδικασίας και όχι μόνο ως υποδοχής και συσσώρευσης πληροφοριών.

Ένα δεύτερο στοιχείο που υποστηρίζει τη χρήση ενεργητικών μεθοδολογιών διδασκαλίας είναι ότι η αυτοκατευθυνόμενη μάθηση, δηλαδή η ανάπτυξη μεταγνωστικών δεξιοτήτων, προάγει την καλύτερη και ευρύτερη μάθηση. Πρόκειται για την προώθηση δεξιοτήτων που επιτρέπουν στο μαθητή να κρίνει τη δυσκολία των προβλημάτων, να ανιχνεύει αν έχει κατανοήσει ένα κείμενο, να γνωρίζει πότε να χρησιμοποιεί εναλλακτικές στρατηγικές για την κατανόηση της τεκμηρίωσης και να γνωρίζουν πώς να αξιολογούν την πρόδοό τους στην απόκτηση της γνώσης (Brunning et al 1995). Κατά τη διάρκεια της αυτοκατευθυνόμενης μάθησης, οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες, συζητώντας συνεχώς, επιχειρηματολογώντας και αξιολογώντας αυτά που μαθαίνουν. Οι ενεργητικές μεθοδολογίες χρησιμοποιούν στρατηγικές για την υποστήριξη αυτής της διαδικασίας. Τέλος, οι μεθοδολογίες αυτές τονίζουν ότι η διδασκαλία πρέπει να λαμβάνει χώρα στο πλαίσιο προβλημάτων του πραγματικού κόσμου ή της επαγγελματικής πρακτικής. Καταστάσεις όσο το δυνατόν πιο κοντά στην επαγγελματικό πλαίσιο στο οποίο θα εξελιχθεί ο μαθητής στο μέλλον πρέπει να παρουσιάζονται.

Η πλαίσιωση της διδασκαλίας προάγει τη θετική στάση των μαθητών απέναντι στη μάθηση και την κινητοποίησή τους, η οποία είναι απαραίτητη για τη μάθηση με κατανόηση. Επιτρέπει επίσης τον μαθητή να αντιμετωπίσει πραγματικά προβλήματα, με επίπεδο δυσκολίας και πολυπλοκότητας ανάλογο με εκείνο που συναντάται στην πραγματική ζωή.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Αντίκτυπο

Ο ειδικός αντίκτυπος που αναμένεται να επιτευχθεί από τις δραστηριότητες αυτές είναι ότι οι νέοι που τις πραγματοποιούν αναπτύσσουν κριτική ευαισθητοποίηση των δικαιωμάτων και των υποχρεώσεών τους στον τομέα των κοινωνικών δικτύων και των προσωπικών τους σχέσεων.

Ο κύριος στόχος είναι να γνωρίζουν τους κινδύνους, τις στρατηγικές πρόληψης, τους τρόπους δράσης σε περίπτωση που υπάρξουν θύματα ή μάρτυρες και κυρίως να αναπτύξουν την απαραίτητη ενσυναίσθηση για να αποφύγουν να γίνουν μέρος του διαδικτυακού εκφοβισμού ή παρόμοιων διαδικασιών.

Σε σχέση με τους εκπαιδευτικούς, τους προπονητές και τους παρατηρητές, αυτοί θα ωφεληθούν από την ύπαρξη εργαλείων για την εκπαίδευση. Το να έχουν μια τράπεζα πόρων που είναι ήδη προετοιμασμένη για να εργαστούν πάνω σε αυτά τα θέματα μπορεί να είναι μία μεγάλη βοήθεια γι' αυτούς.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## 4 Συναισθηματική-Σεξουαλική Εκπαίδευση για την πρόληψη της σεξιστικής βίας

### Στόχοι

Τις τελευταίες δεκαετίες, αντιμετωπίζουμε όλο και περισσότερο διάφορες μορφές βίας. Αυτό που είναι τρομακτικό είναι η αύξηση της βίας στην οποία ο καθένας μπορεί να γίνει θύμα. Ο εκφοβισμός είναι μια μορφή επιθετικής συμπεριφοράς-μέρος των επικίνδυνων συμπεριφορών και χαρακτηρίζεται από την πρόθεση να τραυματίσει ένα άλλο άτομο. Η σύγχρονη έρευνα δείχνει μια αυξανόμενη συχνότητα εμφάνισης βίαιης συμπεριφοράς μεταξύ παιδιών και νέων, σε σχέσεις αλλά και στην κοινωνία γενικότερα. Θα πρέπει να αγκαλιάσουμε την προοπτική του κόσμου ως έναν κόσμο συντροφικότητας, ανεκτικότητας, πολυπολιτισμικότητας και διαλόγου. Οι χώρες που σέβονται αυτό έχουν καλύτερη ευημερία και ανάπτυξη. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η συνεχής μάθηση και εξάσκηση των δεξιοτήτων ζωής με τη βοήθεια της ενότητας Συναισθηματική-σεξουαλική αγωγή για την πρόληψη της σεξιστικής βίας είναι εξαιρετικά σημαντική σε όλα τα σχολεία.

Η συναισθηματική-σεξουαλική αγωγή είναι μια προσέγγιση στην εκπαίδευση που επικεντρώνεται στην ανάπτυξη μιας θετικής στάσης απέναντι στη σεξουαλικότητα και τα συναισθήματα. Ο στόχος αυτής της εκπαίδευσης είναι να παρέχει στους μαθητές πληροφορίες σχετικά με το ανθρώπινο σώμα, την αναπαραγωγική υγεία, τη σεξουαλικότητα και τις σχέσεις με σκοπό την πρόληψη της σεξουαλικής βίας. Μέσω αυτής της προσέγγισης, οι μαθητές θα πρέπει να αναπτύξουν την ικανότητα να αναγνωρίζουν και να σέβονται τις δικές τους όρια και των άλλων, να κατανοούν τη σημασία της συναίνεσης και της συγκατάθεσης στις σεξουαλικές σχέσεις, και να αναγνωρίζουν τη βία και την κακοποίηση. Η εκπαίδευση αυτή διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην πρόληψη της σεξιστικής βίας, διότι βοηθά τους μαθητές να κατανοήσουν καλύτερα πώς τα αρνητικά στερεότυπα για το φύλο και τη σεξουαλικότητα συμβάλλουν στη βία. Επίσης, αυτή η προσέγγιση στην εκπαίδευση μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές να αναγνωρίσουν και να κατανοήσουν τους κοινωνικούς κανόνες που υποστηρίζουν τη σεξουαλική κακοποίηση και να δημιουργούν θετικές και ποιοτικές σχέσεις με τους συντρόφους τους.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Οι νέοι ενθαρρύνονται να αναπτύξουν ενσυναίσθηση και σεβασμό για τους άλλους ανθρώπους και να ενισχύσουν τις δεξιότητες επικοινωνίας και κατανόησης σε ρομαντικές σχέσεις. Μπορεί να εφαρμοστεί σε διάφορα πλαίσια, συμπεριλαμβανομένων των σχολείων, των κοινοτήτων και των οικογενειών, και συνήθως περιλαμβάνει την εκμάθηση σχετικά με την αναπαραγωγική υγεία, την πρόληψη των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, την ανισότητα των φύλων, τα LGBTIQ δικαιώματα και την πρόληψη της σεξουαλικής βίας.

Οι πιο πρόσφατες έρευνες δείχνουν ότι η βία σε ρομαντικές σχέσεις μεταξύ των νέων εξακολουθεί να αποτελεί μεγάλο πρόβλημα. Σύμφωνα με έρευνα του Εθνικού Κέντρου για την ενδοοικογενειακή βία, σχεδόν 1,5 εκατομμύριο μαθητές λυκείου στις ΗΠΑ βίωσαν βία κατά τη διάρκεια του τελευταίου έτους του 2022. Αυτή η έρευνα δείχνει επίσης ότι η βία στις σχέσεις μεταξύ των νέων είναι πιο συχνή μεταξύ των κοριτσιών από ό,τι μεταξύ των αγοριών. Η έρευνα δείχνει επίσης ότι η βία στο διαδίκτυο, συμπεριλαμβανομένης της αποστολής προσβλητικών μηνυμάτων και της ανάρτησης προσβλητικού περιεχομένου στα κοινωνικά δίκτυα, έχει γίνει πιο συχνή μεταξύ των νέων σε σχέσεις. Αυτό μπορεί να έχει μακροπρόθεσμες συνέπειες για την ψυχική υγεία των νέων και την αυτοεκτίμησή τους. Είναι σημαντικό να ευαισθητοποιηθούν οι νέοι σχετικά με τι συνιστά μια ποιοτική σχέση και τι συνιστά βία σε μια σχέση. Είναι επίσης σημαντικό να εκπαιδεύονται οι νέοι για το πώς να αναγνωρίζουν και να αντιδρούν απέναντι στη βία σε μια σχέση και να εξασφαλιστεί ότι έχουν πρόσβαση σε ασφαλείς χώρους και υπηρεσίες εάν χρειάζονται βοήθεια.



Στη Δημοκρατία της Κροατίας, υπάρχουν μελέτες που δείχνουν υψηλό επίπεδο βίας σε στις σχέσεις των εφήβων. Σύμφωνα με έρευνα που διεξήχθη κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους 2016/2017 σε πέντε κομητείες, το 15,9% των εφήβων σε σχέση βίωσαν κάποια μορφή βίας σε μια σχέση, και η πιο κοινή μορφή βίας ήταν η συναισθηματική βία. Η έρευνα έδειξε ότι τα κορίτσια ήταν συχνότερα θύματα βίας σε μια σχέση από ό,τι τα αγόρια:

- Το 88% των κοριτσιών και το 64% των αγοριών πιστεύουν ότι η βία στις σχέσεις είναι ένα σοβαρό πρόβλημα (CESI, 2007)
- Το 90% των κοριτσιών και το 53% των αγοριών με κοινωνικά δυσπροσάρμοστη συμπεριφορά θεωρούν ότι αυτό αληθεύει
- Το 78% των μαθητών δηλώνουν ότι δεν υπάρχουν προγράμματα και δραστηριότητες στα σχολεία τους που ασχολούνται με την πρόληψη της βίας στις σχέσεις των εφήβων (CESI, 2007).
- Το 77% των κοριτσιών και το 84% των αγοριών με κοινωνικά δυσπροσάρμοστη συμπεριφορά δηλώνουν ότι ένα τέτοιο πρόγραμμα δεν υπάρχει στο ίδρυμα τους.

Στόχος αυτής της ενότητας είναι να δώσει στους νέους την ευκαιρία να συζητήσουν τα χαρακτηριστικά των ποιοτικών και των κακής ποιότητας σχέσεων και να περιγράψουν και να αντικρούσουν με επιχειρήματα επικίνδυνες συμπεριφορές στο διαδίκτυο και σε προσωπικό επίπεδο στις ρομαντικές σχέσεις. Η έμφαση δίνεται στις θετικές πλευρές της σχέσης και στο τι μπορούν να αποκομίσουν από τη σχέση και πώς μπορούν να βοηθήσουν έναν φίλο τους.

## Τίτλος εργαστηρίου

- Ποιοτικές σχέσεις
- Βίαιη συμπεριφορά στις ρομαντικές σχέσεις (μύθος ή πραγματικότητα;)
- Διαδικτυακή βία στις σχέσεις
- Δράστε!



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Στο πρώτο παιδαγωγικό εργαστήριο, οι μαθητές θα πρέπει να είναι προετοιμασμένοι για τις υπόλοιπες δραστηριότητες. Οι μαθητές θα τοποθετήσουν τις καρτέλες σε κύκλο και ο εκπαιδευτικός θα καθίσει επίσης σε κύκλο και θα προσπαθήσει να πάρει απαντήσεις στις ερωτήσεις: Τι νομίζετε, γιατί καθόμαστε έτσι; Έχει κανείς εμπειρία με αυτόν τον τρόπο εργασίας; Μπορείτε να μας περιγράψετε; Πώς ονομάζεται;

Επιπλέον, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να καθορίσει τους επικοινωνιακούς κανόνες συμπεριφοράς στα εργαστήρια με τους μαθητές. (π.χ. ενώ ο ένας μιλάει ο άλλος σιωπά, σηκώνουμε το χέρι μας αν θέλουμε να πούμε κάτι, αν δεν θέλουμε να συμμετέχουμε λέμε περαιτέρω, κ.λπ.) (10 λεπτά)

## 1. Εργαστήριο: Ποιοτικές Σχέσεις

### **Εισαγωγή**

Για να μπορέσουν να αναπτύξουν θετικές και υγιείς σχέσεις, οι νέοι πρέπει να αναγνωρίσουν πότε μια σχέση είναι καλής ποιότητας και πότε όχι. Τα προβλήματα μπορεί να ξεκινήσουν με κάτι φαινομενικά αθώο και να οδηγήσουν στη βία.

### **Στόχος**

Ενθάρρυνση των νέων να αναγνωρίζουν ορισμένα σημάδια σχέσεων κακής ποιότητας

### **Αποτελέσματα**

Να διακρίνουν τα χαρακτηριστικά των ποιοτικών σχέσεων από τις κακής ποιότητας σχέσεις.  
Να εξηγούν τη σημασία των ποιοτικών σχέσεων. Να περιγράφουν τις στάσεις, τις συμπεριφορές και τις δεξιότητες που απαιτούνται για τη δημιουργία και τη διατήρηση ποιοτικών σχέσεων.

### **Προετοιμασία**

Ένα σετ κενών αυτοκόλλητων χαρτιών (post-it)

Δύο χαρτιά flipchart, με τίτλο ποιοτικές και κακής ποιότητας σχέσεις.

Σελοτέιπ

Μαρκαδόροι και στυλό



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### ***Εισαγωγική δραστηριότητα***

Ο εκπαιδευτικός λέει στους μαθητές να καταλήξουν σε δύο κατευθυντήριες ιδέες που ήταν ή είναι σημαντικές γι' αυτούς σήμερα στη ζωή τους και να τις μοιραστούν με τον διπλανό τους μαθητή. Αφού αυτό, ο καθένας θα παρουσιάσει το ζευγάρι του χρησιμοποιώντας αυτά που άκουσε...

### ***Κεντρική δραστηριότητα***

Τοποθετήστε δύο χαρτιά flipchart στην τάξη σε ορισμένη απόσταση, ώστε οι μαθητές να μην σπρώχνουν γύρω τους.

### ***Δώστε οδηγίες***

Δημιουργούμε φιλίες και σχέσεις με διάφορους ανθρώπους, για παράδειγμα με καθηγητές, γονείς, αδέρφια, συμμαθητές, φίλους ή φίλες. Ορισμένες από τις σχέσεις μας κάνουν ευτυχισμένους και αυτό μας κάνει να αισθανόμαστε καλά. Εξαιτίας άλλων, νιώθουμε λιγότερο ευτυχισμένοι, νιώθουμε άβολα, ακόμη και άσχημα, οπότε αναρωτιόμαστε: "Συμβαίνει κάτι λάθος εδώ;" - Έτσι, μερικές φορές πρέπει να κάνουμε ένα βήμα πίσω και να αξιολογήσουμε τη σχέση μας. Συχνά, όταν είμαστε σε μια σχέση, δεν μπορούμε να αναγνωρίσουμε τα προειδοποιητικά σημάδια, όπως θα μπορούσαμε να κάνουμε παρατηρώντας τη σχέση του φίλου ή της φίλης μας.

Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε ομάδες των πέντε ατόμων και δώστε σε κάθε ομάδα 10 κενά σημειώματα post-it. Εντός της ομάδας, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να συμφωνήσουν για το τι θα γράψουν σε αυτά. Πέντε συμπεριφορές σε μια ποιοτική σχέση και πέντε συμπεριφορές σε μια κακής ποιότητας σχέση θα πρέπει να γραφτούν σε πέντε χαρτάκια. Μετά από πέντε λεπτά, κάθε ομάδα κολλάει κομμάτια χαρτιού στο χαρτί flipchart των ποιοτικών σχέσεων και των σχέσεων κακής ποιότητας.

Αφού κολληθούν όλα τα κομμάτια χαρτιού στο χαρτί flipchart, διαβάστε δυνατά τις συμπεριφορές και από τα δύο φύλλα και δείτε αν οι συμμετέχοντες συμφωνούν με όλα και τι έκανε μια ιδιαίτερη εντύπωση σε αυτούς.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Ακολουθεί η συζήτηση**

- Ποιο πιστεύετε ότι είναι το κύριο χαρακτηριστικό μιας ποιοτικής σχέσης; Πώς μοιάζει μια τέτοια σχέση; Πώς συμπεριφέρονται οι άνθρωποι σε μια τέτοια σχέση μεταξύ τους;
- Ποιο είναι το χαρακτηριστικό των σχέσεων χαμηλής ποιότητας; Πώς μοιάζει μια τέτοια σχέση; Πώς συμπεριφέρονται οι άνθρωποι σε μια τέτοια σχέση ο ένας προς τον άλλον;
- Μια σχέση κακής ποιότητας μπορεί να μετατραπεί σε σχέση κακοποίησης. Ποια είναι τα προειδοποιητικά σημάδια; Γιατί είναι δύσκολο για ένα άτομο να αναγνωρίσει ότι βρίσκεται σε μια χαμηλής ποιότητας σχέση; Γιατί οι άνθρωποι παραμένουν σε τέτοιες σχέσεις; Τι μπορεί να κάνει ένα άτομο που βρίσκεται σε σχέση χαμηλής ποιότητας;

### **Τελευταία Δραστηριότητα**

Γράψτε τρία πράγματα που μπορείτε να εφαρμόσετε στη ζωή σας και στις σχέσεις σας... (χρησιμοποιήστε, για παράδειγμα, ένα νοητικό μετρητή ή σε χαρτί). Μετά τα αποτελέσματα, συμπεράνετε ποιες συμπεριφορικές αλλαγές έχουν υποδειχθεί.

---

---

---

---

**Αξιολόγηση (τα παραδείγματα βρίσκονται στο τέλος των εργαστηρίων)**

## 2.Εργαστήριο: Βίαη συμπεριφορά στις ρομαντικές σχέσεις (μύθος ή πραγματικότητα;)

### **Εισαγωγή στο θέμα:**

Πολλοί μύθοι, ευρέως διαδεδομένες πεποιθήσεις, στάσεις και παρανοήσεις συνδέονται με τη βία. Ακόμη και σήμερα, οι άνθρωποι συνεχίζουν να πιστεύουν σε αυτούς και να ενεργούν σύμφωνα με αυτούς, έτσι ώστε, κατά κάποιον τρόπο, οι μύθοι είναι ισχυρότεροι από τα γεγονότα. Περιέχουν παραπληροφόρηση σχετικά με το γιατί συμβαίνει η ρομαντική συντροφική βία, και πολλοί από αυτούς τους μύθους είναι ευρέως διαδεδομένοι σε όλο τον κόσμο. Οι μύθοι μπορεί να αποτελέσουν πρόσθετο βάρος σε μια κατάσταση όπου προσπαθούμε να αντιταχθούμε στη βία. Από την άλλη πλευρά, η κατανόησή τους είναι απαραίτητη για να μπορέσουμε να αναπτύξουμε αποτελεσματικές στρατηγικές για την αντιμετώπιση της βίας στις σχέσεις, σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο.

Επιπλέον, ορισμένοι μύθοι είναι τόσο διαδεδομένοι που είναι σημαντικό να μάθουμε τι πρέπει να κάνουμε όταν τους συναντάμε. Αν οι άνθρωποι συνειδητοποιήσουν ότι η συμπεριφορά τους είναι βίαη, μπορεί να εξετάσουν το ενδεχόμενο να αλλάξουν τη συμπεριφορά που προηγουμένως θεωρούσαν αποδεκτή και ακίνδυνη.

### **Στόχος:**

Να διεγείρετε τη συζήτηση σχετικά με τις σεξιστικές στάσεις και πεποιθήσεις

### **Αποτελέσματα:**

Προσδιορισμός και διαφοροποίηση μεταξύ του τι είναι μύθος και τι είναι πραγματικότητα σε βίαιες ρομαντικές σχέσεις. Διαχείριση της αλλαγής των αρνητικών στάσεων σχετικά με τη βία στις ρομαντικές σχέσεις. Να συνειδητοποιήσουν τις προκαταλήψεις που σχετίζονται με τη βία και να εφαρμόσουν συμπεριφορές που πηγάζουν από γεγονότα ενάντια στο υπόβαθρο των μύθων.

### **Προετοιμασία:**

Φύλλο εργασίας

Ένα αυτοκόλλητο χαρτί (post-it)

Ένα κουτί με καθρέφτη



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Εισαγωγική δραστηριότητα**

Ο/Η εκπαιδευτής/-τρια δίνει οδηγίες στους συμμετέχοντες: "Γράψτε τρεις προτάσεις για τον εαυτό σας!" Η μία πρόταση θα πρέπει να είναι ψευδής και οι άλλες δύο προτάσεις θα πρέπει να είναι αληθείς. Μετά από αυτό, σηκωθείτε, κινηθείτε τριγύρω στην αίθουσα, βρείτε ένα άτομο με το οποίο μπορείτε να σχολιάσετε αυτά που και οι δύο σας γράψατε". Η διάρκεια της δραστηριότητας είναι πέντε έως δέκα λεπτά. Μετά από δέκα λεπτά, η δραστηριότητα τελειώνει και τα ζευγάρια παρουσιάζουν τι μόλις συνέβη, πώς ένιωσαν και αν μάντεψαν τι ήταν αλήθεια και τι όχι σε σχέση με τα άτομα με τα οποία ήρθαν σε επαφή.

### **Κεντρική δραστηριότητα**

- Πριν από την έναρξη της άσκησης, κολλήστε ένα χαρτί με το σύμβολο + (συμφωνώ) στη μία πλευρά του δωματίου και ένα σύμβολο - (διαφωνώ) στην αντίθετη άκρη του δωματίου.
- Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σηκωθούν και να μετακινήσουν τα πράγματα που θα μπορούσαν να παρεμποδίσουν την ελεύθερη κίνηση.
- Εξηγήστε πώς θα διαβάσετε τώρα τις δηλώσεις που σχετίζονται με τη θέση της γυναίκας στη κοινωνία, και θα τις τοποθετήσουν στο χώρο, ανάλογα με το πόσο πολύ ο/η καθένας/-μία από αυτούς/-ές συμφωνεί με τη δήλωση. Αν συμφωνούν, θα σταθούν όσο πιο κοντά μπορούν στο + σημάδι και το αντίστροφο. Όσοι είναι αναποφάσιστοι παραμένουν στη μέση, αλλά χωρίς το δικαίωμα σχολιασμού.
- Διαβάστε την πρώτη δήλωση και περιμένετε να πάρουν θέση. Κάποιος/-α εξηγεί γιατί πήρε τη συγκεκριμένη θέση. Πρέπει να πείσει την υπόλοιπη ομάδα ότι έχει δίκιο και ότι οι υπόλοιποι πρέπει να τους ακολουθήσουν. Μετά τη συζήτηση, καλέστε όσους θέλουν να αλλάξουν τη θέση τους.
- Διαβάστε τη δεύτερη δήλωση και επαναλάβετε τη διαδικασία.
- Όταν ο/η εκπαιδευτικός/-τρια έχει διαβάσει όλες τις δηλώσεις, συνεχίζει τη συζήτηση στην ομάδα.

### **Ερωτήσεις για τη συζήτηση**

Πώς αισθανθήκατε κατά τη διάρκεια της άσκησης; Ήταν δύσκολο να αποφασίσετε; Γιατί; Είναι δύσκολο να παραμείνετε στη μέση χωρίς τη δυνατότητα σχολιασμού; Πόσο πολύ ακούμε στην πραγματικότητα τα επιχειρήματα των άλλων; Ήταν αποτελεσματικά τα επιχειρήματα που βασίζονται σε γεγονότα ή σε συναισθήματα;



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Δώστε έμφαση στο τέλος**

Οι μύθοι σχετικά με τη βία στις ρομαντικές συντροφικές σχέσεις επιρρίπτουν την ευθύνη για τη βία στο θύμα ή σε κάποιον άλλο παράγοντα, όπως το αλκοόλ, ο θυμός ή η ψυχική διαταραχή. Ως αποτέλεσμα, οι μύθοι αποσπούν την προσοχή από το τι κάνει ο θύτης, το άτομο που είναι 100% υπεύθυνο για την καταχρηστική συμπεριφορά.

Αν κατανοήσουμε τους μύθους και τις πραγματικότητες της βίας, μπορούμε πιο εύκολα να επικεντρωθούμε στην ευθύνη του ατόμου που κακοποιεί. Αυτή η εστίαση στην ευθύνη του θύτη είναι κρίσιμο σημείο κάθε κατευθυνόμενης δράσης για την προστασία του θύματος και τη δημιουργία μιας κοινωνίας χωρίς ανοχή στη βία.

Σημείωση για τον/την εκπαιδευτικό: Οι συμμετέχοντες θα εκφράσουν τη γνώμη τους στο εργαστήριο. Δεν είναι πάντα εύκολο να παίρνετε μια θέση και να επιμένετε σε αυτήν. Κάποιοι/-ες μπορεί να νιώθουν μοναξιά και κάποιοι/-ες μπορεί να νιώθουν απειλούνται. Η άσκηση θα αυξήσει την αυτογνωσία σχετικά με το ρόλο που διαδραματίζουν ως μέλη της κοινωνίας. Μπορούμε επίσης να συζητήσουμε ποιες δράσεις μπορούν να αναληφθούν για τη βελτίωση της θέσης του νεαρού γυναικείου πληθυσμού.

### **ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 1**

- Οι βιαστές είναι άγνωστοι μανιακοί στους σκοτεινούς δρόμους
- Μερικές φορές το ίδιο το θύμα είναι ένοχο για τη σεξουαλική βία
- Τα θύματα βιασμού είναι συνήθως νεαρά και ελκυστικά κορίτσια
- Η κατάχρηση αλκοόλ και ναρκωτικών είναι αιτίες βίας
- Η ζήλια είναι σημάδι αγάπης
- Οι γυναίκες είναι εξίσου βίαιες με τους άνδρες
- Οι άνδρες που είναι βίαιοι δεν μπορούν να κάνουν τίποτα γι' αυτό
- Αν το θύμα εγκαταλείψει τον θύτη, η βία θα σταματήσει
- Όταν δύο άνθρωποι βγαίνουν ραντεβού, δεν μπορεί να ειπωθεί πώς έγινε ο βιασμός
- Οι άνδρες δεν μπορούν να είναι θύματα σεξουαλικής βίας

## **Γεγονότα**

- Οι βιαστές είναι συχνά σύντροφοι, φίλοι, συγγενείς, γνωστοί ή γείτονες. Ο βιασμός συχνά συμβαίνει στο σπίτι και είναι προσχεδιασμένος.
- Η βία δεν είναι ποτέ λάθος του θύματος, ανεξάρτητα από το πώς ντύνεται, συμπεριφέρεται ή βγαίνει έξω τη νύχτα. Κανείς δεν θέλει να πέσει θύμα βιασμού. Την ευθύνη και την ενοχή φέρει ο δράστης.
- Κάθε γυναίκα μπορεί να πέσει θύμα βιασμού, ανεξάρτητα από την εμφάνιση, την ηλικία ή τη συμπεριφορά της. Η σεξουαλική βία είναι μια πράξη εξουσίας και ελέγχου και δεν έχει καμία σχέση με τη σεξουαλική έλξη. Οι βιαστές επιλέγουν ως θύματα εκείνους πάνω στους οποίους έχουν εξουσία.
- Τα ναρκωτικά και το αλκοόλ δεν αποτελούν αιτίες της βίας, διότι αυτή συμβαίνει ακόμη και όταν αυτοί οι παράγοντες δεν υπάρχουν. Είναι κοινωνικά αποδεκτό να κατηγορούμε το αλκοόλ ή τα ναρκωτικά για βίαιες συμπεριφορές.
- Η ζήλια εμφανίζεται όταν ένας νεαρός άνδρας ή μια νεαρή γυναίκα πιστεύει ότι η σχέση τους απειλείται από ένα τρίτο πρόσωπο, είτε αυτό είναι αλήθεια είτε όχι. Αποτελεί ένδειξη ανασφάλειας όσον αφορά τον εαυτό σας και τον σύντρόφό σας. Είναι συχνά ένας τρόπος ελέγχου και η ζήλια δεν πρέπει να συγχέεται με την εκδήλωση αγάπης.
- Οι άνδρες είναι συχνότερα δράστες βίας. Τόσο οι άνδρες όσο και οι γυναίκες μπορεί να είναι επιθετικοί, αλλά οι γυναίκες είναι λιγότερο βίαιες. Οι άνδρες είναι πιο πιθανό να επιδείξουν σωματική επιθετικότητα και είναι συχνότερα οι δράστες σοβαρών σωματικών επιθέσεων.
- Οι βίαιοι άνδρες χρειάζονται επαγγελματική βοήθεια για να αποκτήσουν τον έλεγχο της συμπεριφοράς τους. Η βίαιη συμπεριφορά είναι μια ανάρμοστη αντιμετώπιση του στρες, του θυμού, του φόβου και της απογοήτευσης.
- Η βία δεν σταματά όταν η σύντροφος φεύγει. Αυτός ο μύθος περιέχει την πεποίθηση ότι μια γυναίκα έχει τον έλεγχο της βίας που υφίσταται και ότι αν θέλει να σταματήσει, μπορεί απλώς να "εγκαταλείψει" τον θύτη, γεγονός που προϋποθέτει την ευθύνη της. Οι γυναίκες δεν έχουν αρκετή υποστήριξη από την κοινωνία όταν θέλουν να τερματίσουν μια βίαιη σχέση.
- Ο βιασμός είναι βιασμός ανεξάρτητα από τη σχέση μεταξύ του θύματος και του δράστη. Οι περισσότεροι δράστες είναι γνωστοί στο θύμα. Κατά την περίοδο της εφηβείας, στο 70% των των περιπτώσεων, οι δράστες είναι σύντροφοι ή πρώην σύντροφοι.
- Οι άνδρες μπορεί να είναι θύματα σεξουαλικής βίας. Σύμφωνα με πρόσφατα στοιχεία, ένας στους οκτώ άνδρες έχει μια ανεπιθύμητη εμπειρία. Σε αυτές τις περιπτώσεις, οι δράστες είναι ως επί το πλείστον άνδρες.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **3. Εργαστήριο: Διαδικτυακή βία στις ρομαντικές σχέσεις**

#### **Εισαγωγή στο θέμα:**

Σε αυτό το εργαστήριο, θα ορίσουμε τι είναι η διαδικτυακή σεξουαλική παρενόχληση (ΔΣΕ) και το εύρος των συμπεριφορών που περιλαμβάνει. Μέσα από συζήτηση και διαδραστικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες θα προβληματιστούν πάνω στους τύπους συμπεριφοράς που μπορεί να έχουν παρατηρήσει στο διαδίκτυο, θα διερευνήσουν το θέμα της συναίνεσης και πώς μας βοηθά να ορίσουμε τη σεξουαλική παρενόχληση στο διαδίκτυο. Όταν αναγνωρίζεται η ΔΣΕ, οι νέοι άνθρωποι αποκτούν μεγαλύτερη επίγνωση του τρόπου με τον οποίο η συμπεριφορά τους μπορεί να επηρεάσει τους άλλους.

#### **Στόχος:**

Να εξοικειωθούν οι μαθητές με την έννοια της διαδικτυακής σεξουαλικής παρενόχλησης και τις συνέπειες στις οποίες μπορεί να οδηγήσει.

#### **Αποτελέσματα:**

Να ορίσουν τον όρο διαδικτυακή σεξουαλική παρενόχληση.

Αναγνώριση παραδειγμάτων σεξουαλικής παρενόχλησης στο διαδίκτυο

Κατανόηση του συναισθηματικού αντίκτυπου που μπορεί να έχει η διαδικτυακή σεξουαλική παρενόχληση σε αυτούς που εμπλέκονται.

#### **Προετοιμασία**

Χαρτιά μεγέθους A4 και A3

Στυλό και φαρδιά κολλητική ταινία



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Εισαγωγική δραστηριότητα**

Όταν ακούμε τη λέξη διαδικτυακή βία ή σεξουαλική παρενόχληση στο διαδίκτυο ή σε κοινωνικά δίκτυα, ποιες σκέψεις, ιδέες ή συναισθήματα μας έρχονται στο μυαλό όταν ακούμε αυτόν τον όρο; Γράφουμε στον πίνακα και μπορούμε επίσης να χρησιμοποιήσουμε κάποιο ψηφιακό εργαλείο που δείχνει τα αποτελέσματα άμεσα.

Σε ζευγάρια, σχολιάστε τι είναι η σεξουαλική παρενόχληση και δώστε μερικά παραδείγματα; Πραγματοποιήστε την δραστηριότητα για τρία έως πέντε λεπτά... Ελέγξτε τις απαντήσεις με τους μαθητές που θέλουν να απαντήσουν. Μετά από αυτό, δείξτε τη διαφάνεια ή πείτε την ή δείξτε την γραμμένη σε ένα μεγαλύτερο κομμάτι χαρτί...

Ως διαδικτυακή σεξουαλική παρενόχληση ορίζεται η ανεπιθύμητη σεξουαλική συμπεριφορά σε οποιαδήποτε ψηφιακή πλατφόρμα και αναγνωρίζεται ως μια μορφή σεξουαλικής βίας. Περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών που χρησιμοποιούν ψηφιακό περιεχόμενο (εικόνες, βίντεο, αναρτήσεις, μηνύματα, σελίδες) και λαμβάνει χώρα σε μια ποικιλία πλατφορμών (ιδιωτικών ή δημόσιων). Η σεξουαλική παρενόχληση στο Διαδίκτυο περιλαμβάνει:

- ακατάλληλη κοινοποίηση προσωπικών εικόνων ή βίντεο
- χρήση εξαναγκασμού και απειλών
- σεξουαλική βία μεταξύ συνομηλίκων
- Ανεπιθύμητη σεξουαλικοποίηση.

### **Κεντρική δραστηριότητα**

Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/τις μαθητές/τριες σε δύο ομάδες. Τοποθετεί μια λωρίδα στη μέση της αίθουσας. Στη μία πλευρά της ταινίας, βάλτε ένα χαρτί που γράφει παρενόχληση και στην άλλη πλευρά, όχι παρενόχληση. Τα παραδείγματα διαβάζονται στους/στις μαθητές/τριες και τους δίνεται η ευκαιρία να επιλέξουν καταστάσεις. Ο/Η εκπαιδευτικός διαβάζει τις καταστάσεις και οι μαθητές/τριες επιλέγουν μια πλευρά.

Κάποιος/α εξηγεί γιατί πήρε τη συγκεκριμένη πλευρά. Διαβάστε τη δεύτερη δήλωση και επαναλάβετε τη διαδικασία.

Όταν ο/η εκπαιδευτικός έχει διαβάσει όλες τις δηλώσεις, συνεχίζει τη συζήτηση στην ομάδα.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Ερωτήσεις για συζήτηση:**

Πώς αισθανθήκατε κατά τη διάρκεια της άσκησης; Ήταν δύσκολο να αποφασίσετε; Γιατί;

### **ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 2 (Καταστάσεις - διασκέδαση και φλερτ ή παρενόχληση και βία)**

1. Η Nataša αλληλογραφούσε για κάποιο χρονικό διάστημα με έναν νεαρό άνδρα που της άρεσε. Ήλπιζε ότι η φιλία τους θα μπορούσε να εξελιχθεί σε σχέση. Ο νεαρός άνδρας της ζήτησε φωτογραφίες του γυμνού σώματός της, αλλά καθώς δεν ήταν σίγουρη αν αυτό ήταν εντάξει, απέφυγε να του απαντήσει. Εκείνος της ζητούσε επίμονα τέτοιες φωτογραφίες και εκείνη τον μπλόκαρε.
2. Ο Ιβάν δημοσίευσε αρκετές selfies και στη συνέχεια έλαβε ανώνυμα σχόλια που περιέγραφαν το σώμα του με πολύ σεξουαλικό τρόπο και του πρότειναν σεξουαλικά χρωματιστές προτάσεις.
3. Η Andrea γεννήθηκε ως κορίτσι, αλλά αισθάνεται σαν αγόρι. Θέλει να της απευθύνονται ως Aidan και να τον αποκαλούν "αυτός" και "αυτόν" στο σχολείο. Ο Έινταν έχει αλλάξει το όνομα στο διαδικτυακό του προφίλ. Σε αρκετούς ανθρώπους άρεσε η αλλαγή και κάποιοι ρώτησαν για την αλλαγή στα σχόλια.
4. Η Klara έλαβε μια εικόνα ενός γυμνού ανδρικού γεννητικού οργάνου. Ο αποστολέας είναι φίλος ενός φίλου. Η Κλάρα δείχνει την εικόνα στη φίλη της, γελούν και οι δύο και εκείνη διαγράφει την εικόνα.
5. Ο φίλος της Μάγια φιλούσε ένα άλλο άτομο ενώ έβγαине με τη Μάγια. Αυτό την έκανε πολύ αναστατωμένη και αρχίζει να μοιράζεται φωτογραφίες του γυμνού του σώματος επειδή θέλει να τον πληγώσει.
6. Ο συμμαθητής του Mari κάνει αστεία για τον Mari εδώ και πολύ καιρό, αναφέροντας ότι του αρέσει ο δάσκαλός τους. Δημιούργησαν επίσης έναν λογαριασμό στο Instagram στον οποίο δημοσίευσαν κοινές φωτογραφίες του Mari και του δασκάλου και πρόσθεταν emojis που υποδηλώνουν ότι πρόκειται για σεξουαλικές δραστηριότητες.
7. Ο Γιαν βλέπει μια κοπέλα που είναι δύο χρόνια νεότερή του. Οι φίλοι του δημοσιεύουν σχόλια που τον αποκαλούν "παιδόφιλο".
8. Ο Peter φωτογραφίζεται προσποιούμενος ότι φιλάει έναν από τους φίλους του. Κάποιος προσθέτει καρδιές σε αυτή τη φωτογραφία και την στέλνει σε όλους στο σχολείο με το σχόλιο ότι είναι "αηδιαστικές".
9. Κάποιος δημιούργησε ένα ψεύτικο προφίλ με το όνομα του Ιγκόρ και ζήτησε από άλλους ανθρώπους να του στείλουν γυμνές φωτογραφίες από αυτό το προφίλ. Ο Ιγκόρ είπε ότι δεν το έκανε, αλλά κανείς δεν τον πίστεψε.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



10. Η Marija έβγαλε μια selfie με την καλύτερή της φίλη. Προσθέτει το σχόλιο "Σ' αγαπώ αγελάδα xxx" στη φωτογραφία.
11. Ο Λούκα δημοσιεύει ένα βίντεο με τον ίδιο να παίζει ποδόσφαιρο. Μια κοπέλα που του αρέσει του στέλνει ένα μήνυμα "Φαίνεσαι ωραίος" και εκείνος απαντά "Ευχαριστώ, αλλά εσύ είσαι αυτή που πάντα φαίνεται ωραία".
12. Ο Damir και η Laura έχουν μόλις αρχίσει να είναι ζευγάρι. Αλληλογραφούν πολύ και φλερτάρουν αρκετά στα μηνύματά τους. Ο Damir γράφει στη Laura ότι είναι "καυτή".
13. Κάποιος κατέγραψε ένα βίντεο στο σχολείο στο οποίο μια ομάδα φίλων του σχολείου αναγκάζει τη Λάνα, ένα κορίτσι της κατώτερης τάξης, να αγγίξει τα γεννητικά όργανα του Τομ. Το βίντεο αρχίζει να κυκλοφορεί σε όλο το σχολείο.
14. Στην Αιμιλία αρέσει η φίλη της Λία και πιστεύει ότι η Λία αισθάνεται το ίδιο, αλλά δεν είναι σίγουρη. Η Αιμιλία δεν μπορεί να μιλήσει γι' αυτό με τη Λία να την κοιτάζει στα μάτια, αλλά είναι πιο εύκολο γι' αυτήν στο διαδικτυακό περιβάλλον. Η Λία χαίρεται που η Αιμιλία θέλει να μιλήσει γι' αυτό.
15. Μια φήμη διαδίδεται στο σχολείο ότι ο Ηρνογε είναι ομοφυλόφιλος. Αυτή η φήμη τον ενοχλεί πολύ. Προκειμένου να σταματήσει το κουτσομπολιό, δηλώνει "άνδρες" στην κατηγορία "ενδιαφέρεται για" στο προφίλ του. Τα στιγμιότυπα της ανακοίνωσης μοιράζονται, αλλά λίγο αργότερα οι φήμες σταματούν.

### **ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ**

1. Παρενόχληση. Τα αιτήματα ήταν ανεπιθύμητα και συνεχίστηκαν ακόμη και αφού η Nataša δεν απάντησε σε αυτά.
2. Παρενόχληση. Ο Ιβάν δεν συμφώνησε να δέχεται τέτοια σχόλια, θεωρώντας ότι δεν τον γνώριζε καν ποιος ήταν το πρόσωπο που του έστειλε τα σχόλια.
3. Εξαρτάται. Γιατί άρεσε στον κόσμο η αλλαγή του ονόματος; Τι είδους σχόλια ήταν αυτά που δημοσιεύτηκαν; Εάν τα σχόλια αποτελούν διακρίσεις ή είναι τρανσφοβικά (κακόβουλα λόγια για αλλαγή φύλου), τότε πρόκειται για παρενόχληση. Εάν στα σχόλια εκφράζεται υποστήριξη, είναι πιθανόν να μην πρόκειται για παρενόχληση.
4. Εξαρτάται. Φαίνεται ότι η φωτογραφία δεν ενόχλησε την Klara, αλλά η φωτογραφία είναι ανεπιθύμητη. Αλλά είναι παρενόχληση στην περίπτωση που την έδειξε σε μια φίλη της χωρίς την άδεια του αποστολέα;
5. Παρενόχληση. Η Maja μοιράστηκε σκόπιμα τις φωτογραφίες για να πληγώσει σκόπιμα τον πρώην φίλο της.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



7. Παρενόχληση. Ο όρος "παιδόφιλος" είναι μια λέξη με πολύ ισχυρή αρνητική σημασία και σε αυτή την περίπτωση χρησιμοποιήθηκε για να ντροπιάσει τον Jan λόγω της σχέσης του με ένα νεότερο κορίτσι.
8. Παρενόχληση. Η γλώσσα που χρησιμοποιείται είναι πολύ αρνητική και ομοφοβική (γλώσσα που δείχνει μη αποδοχή των ατόμων με ομοφυλοφιλικό προσανατολισμό).
9. Παρενόχληση. Ο Ιγκόρ δεν συμφώνησε με το άνοιγμα ενός ψεύτικου λογαριασμού με το όνομά του και αυτή η πράξη τον έφερε σε δύσκολη θέση.
10. Δεν πρόκειται για παρενόχληση. Από τα συμφραζόμενα, μπορεί να συναχθεί το συμπέρασμα ότι η σεξουαλική χροιά χρησιμοποιήθηκε σε φιλικό τόνο.
11. Δεν πρόκειται για παρενόχληση. Τα σχόλια αποτελούν μέρος μιας συζήτησης όπου εκφράζεται αμοιβαίος σεβασμός και δεν είναι ανεπιθύμητα.
12. Δεν αποτελεί παρενόχληση. Τα σχόλια αποτελούν μέρος μιας συζήτησης όπου εκφράζεται αμοιβαίος σεβασμός και δεν είναι ανεπιθύμητα.
13. Παρενόχληση. Η Λάνα εξαναγκάστηκε να αγγίξει τον Τομ και δεν συναίνεσε στο να κοινοποιηθεί το βίντεο.
14. Δεν πρόκειται για παρενόχληση. Τα σχόλια αποτελούν μέρος της συζήτησης στην οποία εκφράζουν και τα δύο μια πράξη εξουσίας και ελέγχου και δεν έχει καμία σχέση με τη σεξουαλική έλξη. Οι βιαστές επιλέγουν ως θύματα εκείνους πάνω στους οποίους έχουν εξουσία.
15. Παρενόχληση. Ο Ηrnoje είναι αναστατωμένος για τις φήμες και είναι ανεπιθύμητες. Δεν έδωσε τη συγκατάθεσή του για την κοινοποίηση των στιγμιότυπων οθόνης.

### **Σημείωση για τον/την εκπαιδευτικό**

Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου, οι συμμετέχοντες ενδέχεται να κάνουν υποθέσεις που βασίζονται σε στερεότυπα. Είναι σημαντικό να τους υποστηρίξετε στη διαδικασία αμφισβήτησης τέτοιων θέσεων και απόψεων. Οι συμμετέχοντες ενδέχεται να έχουν ασυνείδητες πεποιθήσεις που υποστηρίζουν την αντίληψη της κατηγορίας των θυμάτων ή εξευτελισμού τους, ιδίως όταν ασχολούνται με παραδείγματα που αφορούν γυναικεία άτομα σε περιπτώσεις διαδικτυακής σεξουαλικής παρενόχλησης.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Τελική δραστηριότητα**

Εμπόριο χαρακτηριστικών. Κάθε ένας από τους συμμετέχοντες λείει ένα χαρακτηριστικό που θα ήθελε να πουλήσει και ένα που θα ήθελε να αγοράσει. Η δραστηριότητα διεξάγεται σε κύκλο.

### **Σημείωση για τους εκπαιδευτικούς**

Αυτό το εργαστήριο μπορεί να είναι η πρώτη φορά που οι νέοι συνειδητοποιούν μέσω της συζήτησης ότι υπάρχουν έμφυλοι ρόλοι και προσδοκίες. Είναι σημαντικό να τους υποστηρίξουμε να κατανοήσουν πώς η κοινωνία μπορεί να επηρεάσει τις προσωπικές στάσεις και προσδοκίες. Απόδοση ευθυνών στο θύμα συμβαίνει όταν οι άλλοι κατηγορούν το θύμα για ό,τι του συνέβη. Τα θύματα μπορούν επίσης να κατηγορούν τους εαυτούς τους για ό,τι τους συνέβη. Εξηγήστε στους μαθητές γιατί αυτό συμβαίνει.

Κοινωνικά πρότυπα - οι νέοι μπορούν να ακούσουν για παρενόχληση μέσω προφίλ ή περιπτώσεων κακοποίησης μέσω των μέσων ενημέρωσης ή στην τοπική κοινότητα να μιλήσουν για κάποιες περιπτώσεις.

Παράδειγμα - οι ειδήσεις μπορεί να αναφέρονται στο θύμα σαν να είναι ένοχο επειδή ήταν σε αυτό το μέρος εκείνη τη στιγμή ή επειδή φορούσε ένα συγκεκριμένο ρούχο, ενώ η συμπεριφορά εκείνου που διέπραξε τη βία δεν αμφισβητείται.

Αυτοπροστασία - ο ανθρώπινος εγκέφαλος τείνει να αναζητά την προβλεψιμότητα. Αν κάτι απροσδόκητο και κακό συμβεί σε κάποιον χωρίς ιδιαίτερο λόγο, οι άνθρωποι μπορεί να νιώσουν ότι απειλούνται και ότι κάτι παρόμοιο θα μπορούσε να συμβεί και στους ίδιους. Η επίρριψη ευθυνών στο θύμα μπορεί επομένως να είναι και μια ασυνείδητη επιθυμία να αποστασιοποιηθούν από την απειλή ότι το ίδιο θα μπορούσε να συμβεί και σε αυτούς.

Πίεση από τους συνομηλίκους - οι νέοι θέλουν να βρίσκονται σε μια ομάδα με ισχυρούς νέους συνομηλίκους. Για να αποφύγουν τον κίνδυνο να αποκλειστούν από την ομάδα των συνομηλίκων, οι νέοι μπορεί να εμπλακούν σε θυματοποίηση κατηγορώντας το θύμα για να αποδείξουν ότι δεν είναι οι ίδιοι/ες το θύμα.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## 4. Εργαστήριο: Δράστε!

### **Εισαγωγή στο θέμα:**

Για να σταματήσουμε τη βία στις ρομαντικές σχέσεις, αν την παρατηρήσουμε, είναι απαραίτητο να σκεφτούμε σχετικά με το πώς μπορούμε να παρέμβουμε και να εφαρμόσουμε αποτελεσματικές στρατηγικές.

### **Στόχος:**

Να ευαισθητοποιήσουμε τους μαθητές και να τους καταστήσουμε ενήμερους ότι, ως παρατηρητές, έχουμε την ευθύνη να αναλάβουμε κάποιου είδους δράση και να αντιδράσουμε αλλάζοντας τη συμπεριφορά: "Δεν με αφορά" σε "Τι μπορώ να κάνω;"

### **Αποτελέσματα:**

Επιλέξτε συγκεκριμένες τεχνικές για την αμφισβήτηση των στάσεων και της συμπεριφοράς των συμμαθητών/τριών σας που δεν αποδέχονται τη βία.

Διαχειριστείτε τη διαδικασία της διακοπής της βίας στις ρομαντικές σχέσεις.

Από το ρόλο του παρατηρητή, επινοήστε τρόπους για να βοηθήσετε και να αποτρέψετε περαιτέρω βία.

### **Προετοιμασία:**

Χαρτιά σε Flipchart

Στυλό και αυτοκόλλητη ταινία

Φύλλο εργασίας – Σενάριο

### **Εισαγωγική δραστηριότητα**

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε ομάδες ανάλογα με το ζώδιό τους. Μέσα σε τρία έως πέντε λεπτά, θα πρέπει να προετοιμάσουν μια επίδειξη σχετικά με ορισμένα χαρακτηριστικά του ζωδίου τους χωρίς λόγια. Μετά από μερικά παραδείγματα, ο/η εκπαιδευτικός ξεκινά μια συζήτηση σχετικά με το πώς ήταν και πώς ένιωθαν.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Κεντρική δραστηριότητα**

Ένας από τους καλύτερους τρόπους για να ξεπεράσουμε τους φόβους που μας κρατούν σιωπηλούς είναι να έχουμε στρατηγικές μπροστά μας εκ των προτέρων που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε για να παρέμβουμε αν χρειαστεί. Με αυτόν τον τρόπο, θα είμαστε έτοιμοι να δράσουμε όποτε είναι απαραίτητο.

Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους μαθητές σε έξι ομάδες διαφορετικού φύλου και μοιράζει έξι προετοιμασμένα σενάρια στα οποία απαιτείται παρέμβαση. Θα πει: "Προσπαθήστε να φανταστείτε τον εαυτό σας σε αυτή την κατάσταση, μιλήστε στην ομάδα, γράψτε τις απαντήσεις και τι θα κάνατε. Έχετε δέκα λεπτά γι' αυτό. Μετά από αυτό, επιστρέψτε στον κύκλο. Θα μιλήσουμε για τις στρατηγικές στις οποίες καταλήξατε". Ενώ οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να τους βοηθά και να τους καθοδηγεί να δημιουργήσουν συγκεκριμένους καταλόγους στρατηγικών.

Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να εμμένει σε αυτές τις στρατηγικές μέσω των οποίων θα καθοδηγήσει τους μαθητές:

- Ζητήστε διευκρινίσεις - Οι άνθρωποι που εκφράζουν τις συμπεριφορές μιας βίαιης κουλτούρας αναμένουν οι άλλοι να συμφωνήσουν μαζί τους, να γελάσουν, να συμμετάσχουν. Αν ζητήσουμε διευκρινίσεις, αλλάζουμε την δυναμική και την κατεύθυνση της επικοινωνίας.
- Δώστε στο θύμα ένα πρόσωπο - Αποκαθιστούμε την ανθρώπινη μορφή στο ταπεινωμένο άτομο. Αν υπενθυμίσουμε σε κάποιον/α ότι για την αδελφή, τη μητέρα ή τη φίλη του/της θα μπορούσε να γίνει λόγος με αυτόν τον τρόπο ή να της φέρονται έτσι, είναι συχνά αρκετό για να δει ότι οι γυναίκες είναι ζωντανά ανθρώπινα όντα.
- Μην κατηγορείτε... μιλήστε ξεκάθαρα - Χρησιμοποιούμε τις προτάσεις "Εγώ...". Αντί για: "Είσαι σεξιστής, και αυτό είναι το πιο ηλίθιο πράγμα που έχω ακούσει ποτέ", μπορούμε να πούμε: "Πιστεύω ότι κανένας δεν αξίζει να του φέρονται έτσι".
- Χρησιμοποιήστε χιούμορ - Η αποτελεσματική χρήση του χιούμορ μπορεί να μειώσει τις εντάσεις. Είναι σημαντικό να μη σαμποτάρουμε το μήνυμα που θέλουμε να μεταφέρουμε.
- Χωρίς λόγια - Αυτό μπορεί να είναι μια αποτελεσματική στρατηγική με τους νέους, αν το συνδέσουμε με το παράδειγμα των γονέων, οι οποίοι έχουν τη δυνατότητα να μεταφέρουν τη δυσαρέσκειά τους σε παιδιά με ένα απλό βλέμμα. Δεν χρειάζονται λόγια.



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



• **Αναζητήστε άτομα που μοιάζουν με εσάς** - σύμφωνα με έρευνα, το 90% των νέων ανδρών κατά καιρούς αισθάνονται άβολα εξαιτίας του τρόπου με τον οποίο κάποιοι άνδρες γύρω τους μιλούν για τα κορίτσια ή με τον τρόπο με τον οποίο τους φέρονται, αλλά σχεδόν κανένας τους δεν αντιδρά, επειδή πιστεύουν ότι αυτοί είναι οι μόνοι που αισθάνονται άβολα. Ο στόχος αυτής της στρατηγικής είναι να πείτε στους άλλους ότι δεν είναι οι μόνοι που αισθάνονται έτσι. Για παράδειγμα, μπορείτε να απευθυνθείτε στην ομάδα και να ρωτήσετε: "Είμαι ο μόνος που νιώθει άβολα με αυτό;"

• **Ζητήστε ή προσφέρετε βοήθεια** - Εάν γίνουμε μάρτυρες ενός βίαιου περιστατικού και είμαστε μόνοι μας, δεν πρέπει να παρεμβαίνουμε. Μπορεί να κληθεί η αστυνομία ή να ζητηθεί η βοήθεια άλλων ανθρώπων. Μπορούμε επίσης να ανακοινώσουμε ότι είμαστε παρόντες και να μιλήσουμε με το θύμα. Ωστόσο, θα πρέπει να θυμόμαστε ότι είναι προτιμότερο να μιλήσουμε με το άτομο αφού τελειώσει το περιστατικό.

### ***O εκπαιδευτικός μοιράζεται τα σενάρια και κάθε ομάδα επιλέγει ένα:***

Φήμες λένε ότι ένας γνωστός σας κοιμήθηκε με μια κοπέλα χωρίς τη συγκατάθεσή της. Μιλάτε γι' αυτό με δύο από τους καλύτερους φίλους σας. Ο ένας από αυτούς υπερασπίζεται τον φίλο και λέει για την κοπέλα: "Το ζήτησε... Κοιμάται με όλους... Κοίτα πώς ντύνεται...". Ποιοι είναι οι λόγοι για να παρέμβετε και ποιοι για να μην παρέμβετε σε αυτή την κατάσταση; Τι θα κάνατε; Τι θα λέγατε; Πώς νομίζετε ότι θα παρεμβαίνατε;

Είστε με παρέα. Ένας από τους φίλους σας ετοιμάζεται να φύγει. Λέει ότι δεν μπορεί να μείνει άλλο γιατί τον περιμένει η φίλη του. Ένας άλλος αρχίζει να τον πειράζει: "Πόσο χαμηλά έχεις βυθιστεί; Σε γυρίζει γύρω από το μικρό του δάχτυλο! Γιατί τον αφήνεις να σε τραβάει τη μύτη σου; Ένας από αυτούς έβαλε μέσα: "Αν με έλεγχε έτσι, θα την έσπαγα!" Ποιοι είναι οι λόγοι για να παρέμβετε και ποιοι για να μην παρέμβετε σε αυτή την κατάσταση; Τι θα κάνατε εσείς; Τι θα λέγατε; Πώς νομίζετε ότι θα παρεμβαίνατε;

1. Είστε σε ένα πάρτι και καθώς φεύγετε, βλέπετε έναν τύπο να ρίχνεται σε μια κοπέλα που είναι μεθυσμένη και δεν μπορεί καν να περπατήσει. Εκείνη φαίνεται απρόθυμη να πάει μαζί του. Ποιοι είναι οι λόγοι για να επέμβετε και ποιοι για να μην επέμβετε σε αυτή την κατάσταση; Εσείς τι θα κάνατε; Τι θα λέγατε; Πώς νομίζετε ότι θα παρεμβαίνατε;

2. Μπαίνετε σε μια καφετέρια και ακούτε ένα ζευγάρι να τσακώνεται. Ξαφνικά, ο άντρας σπρώχνει την γυναίκα στον τοίχο. Κανένας από τους παρευρισκόμενους δεν κάνει τίποτα. Λίγο αργότερα, η κατάσταση βγαίνει εκτός ελέγχου. Ένας άνδρας γίνεται όλο και πιο βίαιος απέναντι σε μια γυναίκα.... Ποιοι είναι οι λόγοι που πρέπει να παρέμβετε και ποιοι είναι οι λόγοι να μην παρέμβετε σε αυτήν την κατάσταση; Τι θα κάνατε; Τι θα λέγατε; Πώς νομίζετε ότι θα παρεμβαίνατε;



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



3. Βρίσκεστε στο θέατρο με την φίλη σας. Φαίνεστε δακρυσμένοι. Σας είπε κάποτε πριν ότι ο φίλος της φωνάζει και την βρίζει, την προσβάλλει και την ταπεινώνει. Θέλει πάντα να ξέρει πού βρίσκεται και με ποιον. Φαίνεται ότι έχει μώλωπες στο μπράτσο του. Ποιοι είναι οι λόγοι για να παρέμβετε και ποιοι για να μην παρέμβετε σε αυτή την κατάσταση; Τι θα κάνατε; Τι θα λέγατε; Πώς νομίζετε ότι θα παρεμβαίνατε;

4. Είναι Σάββατο και είστε έξω με φίλους. Ο φίλος σας βλέπει μια σέξι κοπέλα, σχολιάζει το σώμα της και την παρενοχλεί. Ποιοι είναι οι λόγοι για να επέμβετε και ποιοι για να μην επέμβετε σε αυτή την περίπτωση; Εσείς τι θα κάνατε; Τι θα λέγατε; Πώς νομίζετε ότι θα παρεμβαίνατε;

### **Σημείωση για τον εκπαιδευτικό**

Μέσω αυτής της δραστηριότητας επιδιώκεται να βοηθηθούν οι νέοι να αναπτύξουν στοχαστικούς τρόπους αντιμετώπισης. Ένα θετικό μήνυμα θα πρέπει πάντα να διατηρείται κατά νου: να ξεπερνάτε τους φόβους σας και να βρίσκετε έναν τρόπο να δράσετε. Ομοίως, μην ξεχνάτε ότι δεν ενθαρρύνουμε με κανέναν τρόπο τους συμμετέχοντες να εμπλακούν σε επικίνδυνες συμπεριφορές. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να αντιστέκονται στο να καταλήξουν σε στρατηγικές επειδή έχουν συνηθίσει να μην ανταποκρίνονται. Είναι σημαντικό να φανταστούν μια υποθετική κατάσταση. Εμείς ενθαρρύνουμε τους μαθητές να μην καταπολεμούν τη βία με βία.

### **Βεβαιωθείτε ότι κάθε μαθητής έχει τα ακόλουθα στο κινητό του τηλέφωνο:**

#### **Πώς να βοηθήσετε έναν φίλο:**

**ΜΙΛΗΣΤΕ:** Αν ακούσετε έναν φίλο να λέει κάτι άσχημο για κάποιον ή να συζητάει να κάνει κάτι βίαιο, πείτε το σωστό πράγμα. Μπορείτε επίσης να ζητήσετε τη βοήθεια ενός ενήλικα.

**ΠΑΡΕΜΒΕΙΤΕ:** Αν κάποιος συμπεριφέρεται άσχημα σε ένα άλλο άτομο, είτε λεκτικά (π.χ. προσβολές) είτε σωματικά (π.χ. καυγάδες), δράστε για να σταματήσετε αυτό που συμβαίνει ή καλέστε έναν ενήλικα για βοήθεια.

**ΜΙΛΗΣΤΕ ΑΡΓΟΤΕΡΑ:** Μερικές φορές είναι καλύτερο να περιμένετε και να μιλήσετε αργότερα, ιδιαιτέρως. Με αυτόν τον τρόπο η συζήτηση θα είναι πιο ανοιχτή.

**ΜΙΛΗΣΤΕ ΣΕ ΕΝΑΝ ΕΝΗΛΙΚΑ:** Μερικές φορές είναι καλύτερο να απευθυνθείτε σε έναν δάσκαλο, προπονητή, μέλος της οικογένειας που μπορεί να βοηθήσει.

**ΖΗΤΗΣΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ:** Αν κάποιος κινδυνεύει, ζητήστε αμέσως βοήθεια ή καλέστε την αστυνομία. Μην προσπαθήσετε να παρέμβετε εάν ο καυγάς είναι εκτός ελέγχου.





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### **Τελική δραστηριότητα (Βία στις ρομαντικές σχέσεις των νέων - κουίζ):**

#### **Ο εκπαιδευτικός δίνει τις οδηγίες:**

Αυτό το σύντομο κουίζ θα μπορούσε να σας βοηθήσει να διακρίνετε και να ξέρετε αν είστε θύμα ή θύτης στη βία των ρομαντικών σχέσεων. Απαντήστε σε ερωτήσεις που μπορούν να τους βοηθήσουν να προβληματιστούν σχετικά με την τρέχουσα σχέση τους.

#### **Έχετε πέσει θύμα κακοποίησης; Απαντήστε σε αυτές τις ερωτήσεις:**

- Φοβάστε το άτομο με το οποίο έχετε σχέση;
- Φοβάστε να εκφράσετε τη διαφωνία σας μαζί του/της;
- Ζητάτε συνεχώς συγγνώμη για τη συμπεριφορά του ατόμου με το οποίο έχετε σχέση, ιδίως όταν σας φέρεται με άσχημο τρόπο;
- Σας χτυπάει, σας κλωτσάει, σας σπρώχνει, σας πετάει πράγματα;
- Σας ανάγκασε ποτέ να κάνετε σεξ ενώ δεν το θέλατε;
- Σας σπρώχνει και σας απωθεί (π.χ. στον τοίχο) με μεγάλη δύναμη;
- Φοβάστε να τερματίσετε τη σχέση επειδή ο σύντροφός σας απειλεί να σας κάνει κακό;
- Αποφεύγετε να βλέπετε φίλους και συγγενείς εξαιτίας της ζήλιας του ατόμου
- με τον οποίο είστε σε σχέση;
- Σας προσβάλλει το άτομο με το οποίο είστε σε σχέση;
- Απαιτεί από εσάς να μένετε στο σπίτι;
- Σας φωνάζει;
- Θυμώνει αν διαφωνείτε μαζί του/της;

Παρουσιαστής: "Αν απαντήσατε ΝΑΙ σε οποιαδήποτε από αυτές τις ερωτήσεις, μπορεί να βρίσκεστε σε μια κακοποιητική σχέση. Ίσως ήρθε η ώρα να ζητήσετε βοήθεια από κάποιον που εμπιστεύεστε ή επαγγελματική βοήθεια".

### **Αξιολόγηση**

#### **Συμπέρασμα:**

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι η Συναισθηματική-Σεξουαλική Αγωγή δεν είναι μια απλή έκθεση των παιδιών και των νέων στην ανατομία και τη φυσιολογία των σεξουαλικών οργάνων, αλλά μια σύνθετη διαδικασία που βασίζεται σε επιστημονικές και ψυχολογικές γνώσεις σχετικά με την ανθρώπινη σεξουαλικότητα και τις διαπροσωπικές σχέσεις

# Φύλλα αξιολόγησης

## Φύλλο αξιολόγησης 1 (ενότητα 1)

### 1) Πώς μπορώ να προλάβω ένα ΣΜΝ;

- Κάνοντας σεξ μόνο με ένα άτομο
- Χρησιμοποιώντας δύο προφυλακτικά ταυτόχρονα σε περίπτωση που το ένα είναι πολύ λεπτό
- Χρησιμοποιώντας μια μέθοδο φραγμού
- Έχοντας σεξουαλική επαφή που δεν περιλαμβάνει συνουσία ή διείσδυση του πέους

### 2) Ο κίνδυνος μετάδοσης μπορεί να εκτιμηθεί με βάση:

- Την ένταση της πρακτικής, την κατανάλωση ουσιών και τη χρήση ή μη προστατευτικών μεθόδων
- Τη διάρκεια, το είδος και την ένταση της πρακτικής, την κατανάλωση ουσιών, το πρόσωπο με το οποίο το κάνετε και αν είναι η πρώτη φορά ή όχι
- Τη διάρκεια, την ένταση και το είδος της πρακτικής, την κατανάλωση ουσιών και τη χρήση ή όχι μεθόδων προστασίας
- Την εμπιστοσύνη που έχετε με το άλλο πρόσωπο και το είδος της πρακτικής που πραγματοποιείτε

### 3) Τα ΣΜΝ είναι λοιμώξεις μεταβλητής σοβαρότητας που μεταδίδονται με σωματική επαφή σε

- ερωτικές σχέσεις, και μπορεί να προκληθούν από:
- Παράσιτα, μύκητες, βακτήρια, εμβόλια ή ιοί
- Παράσιτα, βακτήρια ή ιοί
- Βακτήρια, εμβόλια, μύκητες, παράσιτα ή ιοί
- Παράσιτα, βακτήρια, μύκητες, πρωτόζωα ή ιοί

### 4) Πώς μπορώ να είμαι σίγουρος ότι το άτομο με το οποίο πρόκειται να κάνω σεξ δεν έχει ΣΜΝ που μπορεί να μεταδοθεί σε μένα;

- Κοιτάζοντας την εμφάνισή του/της: καλό χρώμα δέρματος, απουσία μαύρων κύκλων και κούρασης...
- Παρατηρώντας τον/την για αρκετές εβδομάδες και βλέποντας ότι είναι ένα υγιές άτομο και δεν έχει έρθει σε σεξουαλική επαφή κατά τη διάρκεια αυτού του χρονικού διαστήματος
- Κάνοντας μια ιατρική εξέταση για να αποκλειστούν τυχόν σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα και επαναλαμβάνοντας την αργότερα εάν έχουν περάσει λιγότεροι από έξι μήνες από την τελευταία σας σεξουαλική επαφή
- Δεδομένου ότι δεν μου είναι ξεκάθαρο, αποφεύγω τις διεισδυτικές πρακτικές στη σεξουαλική επαφή, και κάνουμε άλλες πρακτικές, όπως στοματικό σεξ ή τρίψιμο των γεννητικών οργάνων



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**5) Όταν εμφανίζονται οι σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις, ονομάζονται Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (ΣΜΝ). Έχουν διαφορετικά συμπτώματα ανάλογα με το ποιο από αυτά είναι. Επιλέξτε από αυτή την επιλογή τη φράση στην οποία εμφανίζεται κάποιο σύμπτωμα που δεν αντιστοιχεί σε κανένα ΣΜΝ:**

- Πόνος κατά την ούρηση, αιμορραγία μετά τη διείσδυση, μη φυσιολογική έκκριση υγρού από τον κόλπο και το πέος, πρήξιμο της βαλάνου του πέους, κονδυλώματα στα γεννητικά όργανα ή στο στόμα...
- Αιμορραγία μετά τη διείσδυση, ανώμαλη έκκριση υγρού από τον κόλπο και το πέος, πρήξιμο της βαλάνου του πέους...
- Πόνος κατά την ούρηση, ανεξέλεγκτη αύξηση της σεξουαλικής επιθυμίας, διόγκωση της βαλάνου του πέους
- Έρπης γύρω από τις θηλές, εξασθένιση του ανοσοποιητικού συστήματος

## **Φύλλο αξιολόγησης 2 (ενότητα 2)**

Μετά τη δραστηριότητα θέσαμε στους συμμετέχοντες τις ακόλουθες ερωτήσεις:

Τι μάθατε κατά τη διάρκεια αυτών των δραστηριοτήτων;

- Διαπιστώσατε κάποιες καταχρηστικές συμπεριφορές μεταξύ των συνομηλίκων σας, από την πραγματική σας εμπειρία, τι είδους;
- Πώς θα αντιδράσετε την επόμενη φορά που θα παρατηρήσετε κάποιες καταχρηστικές συμπεριφορές;
- Τι μπορείτε να κάνετε προκειμένου να αλλάξετε την κατάσταση μεταξύ των συνομηλίκων σας
- Πώς θα προωθούσατε υγιείς συμπεριφορές;

### **Οι ερωτήσεις για τον έλεγχο των γνώσεων των συμμετεχόντων:**

#### **1. Σε ποια περίπτωση μπορεί να λάβει χώρα η σεξουαλική κακοποίηση**

- α) Στην οικογένεια
- β) Στο σχολείο
- γ) στην εργασία
- δ) Στο δρόμο
- ε) Σε όλα αυτά

#### **2. Τι χαρακτηρίζει την ψυχολογική κακοποίηση;**

- α) η παρακολούθηση των κοινωνικών επαφών ενός άλλου ατόμου
- β) ο σχολιασμός των ανατομικών μερών του σώματος ενός ατόμου
- γ) η κλοπή
- δ) μείωση της πρόσβασης στο φαγητό

**3. Κάποτε κάποιος σχολίασε το μήκος του φορέματος ενός κοριτσιού. Ποια θα ήταν η πιο κατάλληλη αντίδραση;**

- α) να το αγνοήσει
- β) να κλάψει
- γ) να εξηγήσει στον καταπιεστή γιατί το σχόλιό του δεν είναι κατάλληλο

**4. Τι χαρακτηρίζει τη σεξουαλική κακοποίηση;**

- α) συνεχής κριτική
- β) ξυλοδαρμός
- γ) ανοιχτή κριτική για το σώμα και τις σεξουαλικές προτιμήσεις των άλλων

**5. Ποιος από τους τύπους κακοποίησης είναι ο πιο διαδεδομένος και ο πιο δύσκολα αποδείξιμος;**

- α) η ψυχολογική κακοποίηση
- β) σεξουαλική κακοποίηση
- γ) σωματική κακοποίηση

**Φύλλο αξιολόγησης 3 (ενότητα 3)**

**Sexting**

Το sexting είναι η ανταλλαγή σεξουαλικά ρητών ή υπαινικτικών:

- a. Κειμένων
- b. Φωτογραφιών
- c. Βίντεο
- d. Οποιοδήποτε από αυτά

Μόλις σταλεί, ένα κείμενο, μια φωτογραφία, ένα e-mail ή ένα βίντεο δεν μπορεί ποτέ:

- a. Να προβληθεί από οποιονδήποτε άλλον εκτός από τον προοριζόμενο παραλήπτη.
- b. Να ανακληθεί ή να αναιρεθεί
- c. Να αναρτηθεί σε ιστότοπο κοινωνικής δικτύωσης
- d. Κανένα από αυτά



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Grooming

### Τι είναι το διαδικτυακό grooming;

- Όταν κάποιος προσποιείται ότι είναι κάποιος που δεν είναι για να συνάψει ακατάλληλες σχέσεις
- Το να παρακολουθείτε πώς να φτιάχνετε τα μαλλιά σας μέσω διαδικτυακών βίντεο
- Το να μην έχετε ενεργοποιήσει τις ρυθμίσεις απορρήτου σας
- Κάνοντας φίλους με άτομα στο διαδίκτυο

## Εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο

### Τι κάνετε αν εσείς ή κάποιος που γνωρίζετε δέχεστε διαδικτυακό εκφοβισμό;

- Διαγράψτε τα μηνύματα
- Ενημερώστε κάποιον
- Κρατήστε το για τον εαυτό σας
- Τσακωθείτε με το άτομο αυτό

## Διαδικτυακή σεξουαλική βία

### Τι πρέπει να κάνετε αν δείτε κάποιον να δέχεται σεξουαλική παρενόχληση;

- Να το πείτε σε έναν δάσκαλο ή άλλο έμπιστο ενήλικα
- Μην ανησυχείτε γι' αυτό. Συμβαίνει συνέχεια.
- Κοιτάξτε αλλού για να μη σας συμβεί.
- Πλησιάστε τον παραβάτη και ξεκινήστε καυγά.

## Φύλλο αξιολόγησης 4 (ενότητα 4)

Η αξιολόγηση του εργαστηρίου πραγματοποιείται με τέτοιο τρόπο ώστε οι συμμετέχοντες να εκφράζουν την αξιολόγησή τους γραπτώς, με μία πρόταση. Στη συνέχεια σηκώνονται και περπατούν προς τη μουσική και ανταλλάσσουν με τους άλλους τα χαρτιά στα οποία έγραψαν την αξιολόγησή τους για το εργαστήριο. Με αυτόν τον τρόπο, όλοι διαβάζουν την αξιολόγηση του καθενός.

## Φύλλο αξιολόγησης 5 (ενότητα 4)

Βαθμολογήστε το εργαστήριο με βάση τα στοιχεία από το 1 έως το 5:

- Ενδιαφέρον γεγονός
- Χρησιμότητα
- Εκπαιδευτικότητα
- Εφαρμοστικότητα
- Απόδοση

## Φύλλο αξιολόγησης 6 (ενότητα 4)

Η αξιολόγηση του εργαστηρίου πραγματοποιείται με τέτοιο τρόπο ώστε ο εκπαιδευτής να πετάει μια μπάλα σε έναν από τους συμμετέχοντες και το άτομο αυτό πρέπει να απαντήσει στις ακόλουθες ερωτήσεις:

- Τι έμαθα σήμερα;
- Πώς με βοηθάει στη ζωή και την εργασία μου;
- Ποια νέα ερωτήματα προκύπτουν για μένα;
- Όταν απαντήσει, πετάει την μπάλα στον επόμενο συμμετέχοντα





**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Φύλλο αξιολόγησης 7 (ενότητα 4)

**1. Αξιολογήστε τη χρησιμότητα των δεξιοτήτων και των γνώσεων που παρέχονται κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου**

- α) πολύ χρήσιμες
- β) χρήσιμες
- γ) δεν ήταν χρήσιμες

**2. Ποιο μέρος του εργαστηρίου σας άρεσε περισσότερο;**

- α) η ομαδική εργασία
- β) ο διάλογος μεταξύ του εκπαιδευτή και των συμμετεχόντων
- γ) η κοινωνικοποίηση στο τέλος του εργαστηρίου

**3. Είστε ικανοποιημένοι με τον τρόπο διεξαγωγής του εργαστηρίου από τον εκπαιδευτή;**

- α) ναι, πολύ καλός
- β) είναι δύσκολο να πω
- γ) Όχι

**4. Οι προτάσεις, τα σχόλια, οι ιδέες σας:**

**5. Πόσο δραστήριοι ήσασταν;**

**6. Πώς αισθανθήκατε;**

---

---

---

---

---

---

---

---



**SEDUCA**

SEX EDUCATION AS THE BEST WEAPON  
AGAINST GENDER VIOLENCE

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ

1. Bijelić, N. i Cesar, S., Nasilne veze su bezveze, Priručnik za vršnjačke edukatore i edukatorice, CESI, Zagreb, 2014.
2. Popović, G., Susreti s učenicima u srednjim školama, Priručnik za razrednike, Tempo d.o.o., Đakovo, 2008.
3. Skupina autora, Rodnom jednakošću protiv nasilja u intimnim partnerskim vezama, Knjižica III, Priručnik za nastavnike i nastavnice, CESI, Zagreb, dopunjeno izdanje 2015.
4. Skupina autora, Rodnom jednakošću protiv nasilja u intimnim partnerskim vezama, Knjižica IV, Aktivnosti za učenike i učenice, CESI, Zagreb, dopunjeno izdanje 2015.
5. Skupina autora, Zdravstveni odgoj, Priručnik za nastavnike i stručne suradnike u srednjoj školi, MZOŠ, AZOO, Zagreb, 2013.