



Załączniki do rozporządzenia Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z dnia.....(poz. ...)

Załącznik nr 1

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach oraz w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np.: „pobieranie*/niepobieranie*” oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź, pozostawiając prawidłową. Przykład: „pobieranie*/niepobieranie*”.

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Urząd Gminy Izabelin			
2. Tryb, w którym złożono ofertę	Art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie			
3. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	1) pomocy społecznej, w tym pomocy rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywania szans tych rodzin i osób; 1a) wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej;			
4. Tytuł zadania publicznego	„Jak bezpiecznie dojrzewać – o zmianach w okresie rozwoju psychoseksualnego młodzieży”			
5. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	23.04.2018	Data zakończenia	30.06.2018

II. Dane oferenta (-ów)

1. Nazwa oferenta (-ów), forma prawna, numer Krajowego Rejestru Sądowego lub innej ewidencji, adres siedziby oraz adres do korespondencji (jeżeli jest inny od adresu siedziby)	Fundacja „Instytut Redukcji Stresu” KRS: 0000492985, REGON: 147064055 Ul.Langiewicza 35, 05-080 Izabelin		
2. Inne dodatkowe dane kontaktowe, w tym dane osób upoważnionych do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. numer telefonu, adres poczty elektronicznej, numer faksu, adres strony internetowej)	Justyna Karska 692142490 fundacja@stres-irs.org		

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Opis zadania publicznego proponowanego do realizacji wraz ze wskazaniem, w szczególności celu, miejsca jego realizacji, grup odbiorców zadania oraz przewidywanego do wykorzystania wkładu osobowego lub rzeczowego	<p>Program ma na celu wsparcie młodzieży w procesie dojrzewania poprzez przybliżenie perspektywy patrzenia na seksualność z uwzględnieniem profilaktyki zdrowotnej, znaczenia emocji, wartości oraz kwestii ponoszenia odpowiedzialności za własne decyzje.</p> <p>Program ma na celu podniesienie kompetencji rodziców we wspieraniu dzieci w wieku gimnazjalnym w radzeniu sobie z trudnościami związanymi z dojrzewaniem, zarówno od strony fizycznej, zdrowotnej jak i emocjonalnej.</p> <p>Edukacja seksualna to zadanie rodziców i szkoły, które polega na dostarczaniu wiedzy, uczeniu umiejętności wartościowania postaw oraz kształtowaniu zachowań prozdrowotnych związanych z płciowością człowieka. Zdarza</p>
--	--

¹⁾ Rodzaj zadania zawiera się w zakresie zadań określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

²⁾ Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.



2018-04-04 14:16:31
Urząd Gminy Izabelin

się, że rodzice z różnych przyczyn nie czują się na siłach by w odpowiednim czasie i odpowiedni sposób rozmawiać z dzieckiem na temat jego seksualności. Projekt ma na celu wsparcie rodziców w tym zadaniu poprzez dostarczenie im wiedzy jak radzić sobie w rozmowach na tematy osobiste do jakich można zaliczyć problemy okresu dojrzewania oraz bezpośrednią edukację dzieci w szkole. Rola rodziców jest nie do przecenienia jednak czasem na tematy wstydliwe łatwiej jest porozmawiać z obcą osobą a najważniejsze jest dobro dzieci.

Niektórzy rodzice młodzieży uczęszczającej do oddziałów gimnazjalnych szkoły w Izabelinie zaobserwowali lub usłyszeli od swoich dzieci, że mogą występować następujące zjawiska:

- obraźliwe zachowania werbalne o podtekście seksualnym skierowane do rówieśników i do siebie samych
- przekraczanie granic cielesnych innych osób w grupie rówieśniczej
- nieodpowiednie do wieku i miejsca jakim jest szkoła, stroje i makijaż
- powoływanie się na treści internetowe o wulgarnym wydźwięku

Badania jakościowe prowadzone wśród dyrekcji szkół oraz uczniów i uczennic na temat zajęć z edukacji seksualnej w szkole, w roku 2016, pokazały, że: *„Dyrektorzy w zdecydowanej większości twierdzą, że wychowanie do życia w rodzinie jest potrzebne uczniom i uczennicom w szkołach, którymi kierują. Uzasadniają to przede wszystkim niedostatecznym poziomem socjalizacji seksualnej w domach rodzinnych uczniów, tym, że dzieci nie otrzymują dostatecznego wsparcia od rodziców w rozwiązywaniu trudnych problemów, z jakimi muszą się zmierzyć w okresie dorastania. Podkreślają, że jeśli szkoła nie wesprze w tym zakresie rodziców, to uczniowie będą skazani na niepewne źródła wiedzy, Internet i porady rówieśników.”* (Źródło: Bieńko M., Izdebski Z., Wąz K.(2016) *Edukacja seksualna w polskiej szkole. Perspektywa uczniów i dyrektorów.*)

Zdecydowana większość dorosłych Polaków widzi i popiera potrzebę prowadzenia zajęć z zakresu edukacji seksualnej w szkole -91,8%. (Izdebski Z. (2010) *Ryzykowna dekada.*).

Podczas badania przeprowadzonego przez prof. Zbigniewa Izdebskiego w roku 2005, na reprezentacyjnej próbie 3 200 osób dorosłych w wieku 18 – 49 lat respondentów zapytano między innymi, czy w okresie dorastania i dojrzewania rodzice rozmawiali z nimi na tematy związane z seksualnością. Blisko (48,1%) podała, że rodzice nie poruszali tego rodzaju zagadnień. Trend ten jest niezmienny, badania przeprowadzane z młodzieżą w latach 60tych XX wieku pokazywały podobny poziom niewiedzy wśród młodzieży jak w czasach dzisiejszych stąd wniossek, że wiele wciąż jest w tym temacie do poprawy. Na niekorzyść młodych ludzi wkraczających dziś w dorosłość działa fakt, że mają oni łatwy dostęp do niezliczonych źródeł **nierzetelnej** i szkodliwej wiedzy zarówno o zdrowiu, rozwoju fizycznym jak i szeroko pojętej seksualności człowieka w związku z rozwojem technologicznym. Badania CBOS z 2008 r. na potrzeby Kampanii na rzecz Świadomego Rodzicielstwa, w których 55% nastolatków przyznało się, że wiedzę o seksie czerpie głównie od rówieśników, 44% z Internetu, a 1/3 z kolorowych pisemek (można było wskazać więcej niż jedno źródło).

Przekazanie młodzieży rzetelnej wiedzy na temat dojrzewania i seksualności będzie chroniło ich przed podatnością na nieadekwatne do wieku i przekazujące nieprawdziwe treści źródła informacji.

Program kładzie nacisk na aspekt dojrzewania emocjonalnego. Często problemem jest nieumiejętność rozpoznawania własnych granic, nieumiejętność asertywnego bronięcia tych granic oraz przekraczanie granic innych osób. Wrażliwość każdego człowieka jest kwestią indywidualną, to co dla jednej osoby jest zabawne dla drugiej może być obraźliwe i krzywdzące dlatego ważne jest aby uczyć młodzież rozpoznawać co może być

przejawem przemocy w aspekcie seksualnym jak radzić sobie i jak reagować będąc świadkiem w takich sytuacjach.

NASK (Naukowa Akademicka Sieć Komputerowa) przebadła reprezentatywną grupę polskich gimnazjalistów. 5 % 16 -latków przyznało się, że przynajmniej raz rozebrało się przed kamerką w Internecie. To tak jakby w każdym gimnazjum w Polsce w każdej klasie trzeciej przynajmniej jedna osoba prezentował/a swoje roznegliżowane ciało w sieci na żywo. Zachowania takie mogą być wynikiem braku wiedzy na temat tego jak działają media, że „ślady w sieci” bardzo trudno jest usunąć, braku samoświadomości, ulegania presji rówieśników, nieumiejętności stawiania granic ale i braku wsparcia ze strony dorosłych.

Dlatego tak istotne jest wspieranie młodzieży w tym trudnym okresie. Poprzez dostarczanie im rzetelnej wiedzy chronimy ich przed konsekwencjami uczenia się na własnych błędach. Seksualność człowieka jest tematem trudnym, jest tematem tabu i nie każdy potrafi o tym rozmawiać otwarcie. Jednakże czy o tym mówimy czy nie każdy dorasta i zmienia się. Ważne jest aby w tym procesie młody człowiek mógł znaleźć oparcie w zaufanych osobach czy źródłach informacji, ważne by mógł przejść przez ten okres godnie i świadomie.

W projekcie weźmie udział jedna grupa rodziców dzieci z wszystkich grup wiekowych, nie tylko gimnazjum, liczebność uczestników zależy od liczby chętnych osób, które przyjdą na wykład. Dla tej grupy zorganizowany zostanie jeden wykład dwu godzinny na temat tego jak rozmawiać z dziećmi o dojrzewaniu seksualnym oraz jakich błędów nie popełniać a także na temat zagrożeń związanych z brakiem tego rodzaju wsparcia.

Wykład zostanie poprzedzony akcją informacyjną w postaci mailingu poprzez dziennik elektroniczny, poprzez źródło mailingowe Rady Rodziców oraz na zebraniach szkolnych z rodzicami. W marcu odbył się wykład zorganizowany przez Szkołę w Izabelinie dla rodziców gimnazjalistów, w którym edukatorka opowiedziała na czym będzie polegał program, jakie zawiera on treści i czego rodzice i dzieci będą mogli się dowiedzieć.

Na udział dzieci w projekcie rodzice wyrazili pisemną zgodę.

W projekcie weźmie udział do około maksymalnie 110 dzieci, młodzieży gimnazjalnej, uczniów oddziałów gimnazjalnych Szkoły w Izabelinie. W sumie będzie to 7 grup młodzieży w wieku w większości pomiędzy 13-15 lat. Wezmą oni udział w dwóch spotkaniach po trzy godziny lekcyjne każda grupa w okresie do czerwca 2018, w sumie 6 godzin lekcyjnych przypadnie na każdą z grup. Podczas zajęć z młodzieżą obecny będzie pracownik szkoły, pedagog bądź psycholog. Zajęcia poprzedzone będą ankietą on-line dla uczestników w celu zbadania obszarów najbardziej potrzebujących omówienia z młodzieżą a także podczas zajęć będzie udostępniona skrzynka na wrzucanie pytań do edukatorki, które również wskażą tematy najistotniejsza dla danej grupy. Zakres wiedzy jest dostosowany do wieku dzieci.

Warsztaty odbędą się na terenie szkoły w Izabelinie za jej zgodą. Warsztaty będą realizowane przez edukatorki zatrudnione na podstawie umów cywilnoprawnych przez organizację.

Wkład osobowy dotyczył będzie kosztów obsługi administracyjnej i organizacyjnej zadania. Organizacja korzysta z własnego sprzętu biurowego, telefonów itp., rzutnik i flipchart znajdują się w zasobach szkoły.

Wykłady dla rodziców (dotyczy wszystkich grup wiekowych nie tylko gimnazjum):

Rezultatem jest przekazanie wiedzy na temat tego jak rozmawiać z dziećmi, jakie są najczęstsze błędy komunikacyjne, jakie są zagrożenia wynikające z braku zapewnienia rzetelnej wiedzy. Rodzice dowiedzą się gdzie mogą szukać wsparcia oraz gdzie dzieci mogą znaleźć pomoc w razie gdyby rozmowa z rodzicem była z jakiś przyczyn niemożliwa bądź trudna (organizacje pozarządowe, literatura, telefony zaufania...)

Rezultaty jakościowe zostaną zbadane na podstawie ankiet od uczestników wykładu badających wiedzę i sposób jej przekazania oraz raportu edukatorki prowadzącej wykład oraz opinii oceniającej sporządzonej przez organizatora uwzględniającej opinię przedstawicieli szkoły.

Rezultaty ilościowe zostaną potwierdzone na podstawie listy liczebności uczestników podpisanej przez pracownika szkoły obecnego podczas wykładu. Jest to wykład otwarty, nie będą prowadzone wcześniejsze zapisy, nazwiska uczestników nie będą zbierane przez organizację.

W sumie zostanie przeprowadzony jeden wykład trwający 2 godziny zegarowe dla wszystkich chętnych rodziców.

Warsztaty dla młodzieży:

Rezultatem jest przekazanie uczestnikom warsztatów wiedzy w zakresie zmian zachodzących w okresie dojrzewania psychoseksualnego w sferze fizycznej, emocjonalnej, psychicznej i seksualnej człowieka, w zakresie profilaktyki zdrowotnej, profilaktyki przemocy, wiarygodnych, rzetelnych i bezpiecznych źródeł wiedzy na temat dojrzewania psychoseksualnego oraz miejsc wsparcia dla młodzieży (organizacje pozarządowe, telefony zaufania, literatura).

Dzięki udziałowi w warsztatach młodzież będzie miała możliwość poszerzyć swoją świadomość i wiedzę w wymienionych powyżej obszarach, co może wesprzeć ją w trudnym okresie dorastania w kształtowaniu zachowań prozdrowotnych oraz radzenia sobie z przemocą a także w eliminacji zachowań ryzykownych i zagrażających zdrowemu rozwojowi psychoseksualnemu.

Rezultaty ilościowe będą monitorowane na podstawie liczebności uczestników na danych zajęciach potwierdzonych przez nauczyciela asystującego podczas zajęć lub wicedyrektora. oraz na podstawie pisemnego potwierdzenia ilości godzin lekcyjnych przeprowadzonych warsztatów przez dyrektora lub wicedyrektora placówki. Organizacja nie będzie zbierała imiennych list uczestników, zgody rodziców na udział dzieci w warsztatach zostają w posiadaniu szkoły.

Rezultaty jakościowe będą monitorowane na podstawie indywidualnych ankiet dla pracowników szkoły obecnych podczas warsztatów oceniających jakość warsztatów oraz potwierdzających ich zakres merytoryczny i sposób prowadzenia, raportu edukatorów prowadzących uwzględniającego wyniki testu przeprowadzonego wśród młodzieży.

W sumie zostanie przeprowadzonych 42 godzin lekcyjnych trwających 45 minut warsztatów z grupą plus czas w trakcie przerwy lekcyjnej gdzie edukator jest dostępny dla uczestników w kwestiach, których nie chce poruszać na forum grupy, dla wybranych uczniów klas 2 i 3 oddziałów gimnazjalnych Szkoły Podstawowej w Izabelinie. W warsztatach weźmie udział 7 grup uczniów. Każda grupa weźmie udział w dwóch spotkaniach, każde trwające 3 godziny lekcyjne. Co oznacza, że każda grupa odbędzie 6 godzin lekcyjnych warsztatów. Warsztaty odbędą się w czasie zajęć lekcyjnych w szkole.

Projekt obejmie do około 110 uczniów klas 2 i 3 gimnazjum przy szkole w Izabelinie. Liczebność każdej z grup będzie różna. zostały one podzielone przez pracowników szkoły na podstawie zgód rodziców, będą one liczyć średnio do około maksimum 14 uczestników każda

Warsztaty będą prowadzone przez edukatorki z wieloletnim doświadczeniem, wiodącym edukatorem jest Pani Paulina Trojanowska Malinowska. Jest psycholożką, od 6 lat prowadzi warsztaty z edukacji seksualnej dla dzieci, młodzieży, rodziców/opiekunów oraz profesjonalistów_ek na terenie całej Polski. Ukończyła m. in.: Seksuologię kliniczną na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym oraz Szkołę Trenerską INTRA.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego (w przypadku większej liczby kosztów istnieje możliwość dołączania kolejnych wierszy)

Lp.	Rodzaj kosztu	Koszt całkowity (zł)	do poniesienia z wnioskowanej dotacji ³⁾ (zł)	do poniesienia ze środków finansowych własnych, środków pochodzących z innych źródeł, wkładu osobowego lub rzeczowego ⁴⁾ (zł)
1	Prowadzenie warsztatów dla rodziców 2 godziny po 200zł	400	400	
2	Prowadzenie warsztatów dla dzieci 7 grup po 6 godzin na grupę po 200zł za godzinę	8400	8400	
3	Zakup materiałów do pracy na warsztatach takich jak: bloki do flipchartu, markery, taśma papierowa, kartki samoprzylepne, papier, długopisy, balony, sznurek papierowy i inne w razie potrzeby	700	700	
4	Zakup papieru i tonera do drukowania materiałów merytorycznych oraz ankiety	500	500	
5	Obsługa księgową, ewaluacja	1000		1000
6	Organizacja i koordynacja	1500		1500
Koszty ogółem:		12500	10000	2500

Oświadczam(-y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta;
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy pobieranie*/niepobieranie* świadczeń pieniężnych od adresatów zadania;
- 3) wszystkie podane w ofercie oraz załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 4) oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)*/zalega (-ją)* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 5) oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ja)*/zalega (-ją)* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne.

Justyna Karwka

(podpis osoby upoważnionej
lub podpisy osób upoważnionych
do składania oświadczeń woli w imieniu
oferenta)

Fundacja
Instytut Redukcji Stresu
ul. Langiewicza 35, 05-080 Izabelin C
NIP 118-209-62-29, Regon 147064055

Data 4.04.2018

Załącznik:

W przypadku gdy oferent nie jest zarejestrowany w Krajowym Rejestrze Sądowym – potwierdzona za zgodność z oryginałem kopia aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji.

1. statut
2. programy wykładów i warsztatów

³⁾ Wartość kosztów ogółem do poniesienia z dotacji nie może przekroczyć 10 000 zł.

⁴⁾ W przypadku wsparcia realizacji zadania publicznego.

rozgum do ofdy z dnia 9.4.2018

PROGRAM WYKLADU DLA RODZICÓW I OPIEKUNÓW

„Jak radzić sobie z dojrzewaniem psychoseksualnym dziecka
– porady dla rodziców i opiekunów.”

Autorka: Paulina Trojanowska - Malinowska

Temat I – Dlaczego warto rozmawiać z dzieckiem o seksualności?

Cele:

1. Przybliżenie argumentów za podejmowaniem rozmów z dzieckiem o seksualności człowieka.
2. Informacja na temat zagrożeń związanych z brakiem tego rodzaju wsparcia.

Temat III – „ABC” rozmowy z nastolatkiem_ą na temat seksualności

Cele:

1. Przekazanie kluczowych informacji związanych z dojrzewaniem psychoseksualnym młodzieży w XXI wieku.
2. Przybliżenie najczęściej zadawanych pytań przez młodzież w zakresie rozwoju psychoseksualnego.
3. Pokazanie metod prowadzenia rozmowy o seksualności z nastolatkami.

Temat IV – Wiedza i Wsparcie

Cele:

1. Przekazanie informacji o rzetelnych źródłach wiedzy i wsparcia dla rodziców i opiekunów nastolatków (organizacje pozarządowe, telefony zaufania, strony internetowe, literatura)

Fundacja
Instytut Redukcji Stresu
ul. Langiewicza 35, 05-080 Izabelin C
NIP 118-209-62-29, Regon 147064055

Johna Kursta

zatzawala do ofisy z dnia 4.4.2018

PROGRAM WARSZTATÓW PROFILAKTYCZNYCH DLA MŁODZIEŻY

„Jak bezpiecznie dojrzewać – o zmianach w okresie rozwoju psychoseksualnego młodzieży”

Edukatorka: Paulina Trojanowska – Malinowska

Wprowadzenie

Okres dojrzewania psychoseksualnego to ważny, jak i skomplikowany etap w życiu człowieka. To przede wszystkim czas zmian w każdej sferze funkcjonowania jednostki, biologicznej, psychicznej, społecznej, gdy z dziecka stajemy się osobą dorosłą. W XXI wieku nastolatki muszą mierzyć się z wyzwaniami, które były nieznane wcześniejszym pokoleniom, jak wszechobecny dostęp do Internetu, czy intensywne oddziaływanie mass mediów i pop kultury na życie codzienne. Współcześnie młodzież musi sobie radzić nie tylko z brakiem wiedzy na temat zmian związanych z dojrzewaniem psychoseksualnym, ale także mnogością błędnych informacji oraz szkodliwych wzorców płynących z przestrzeni wirtualnej i medialnej. Brak wsparcia, przekazu rzetelnych wiadomości przyczyniają się do podejmowania destrukcyjnych decyzji, jak i ryzykownych zachowań przez młode osoby. Stąd, edukacja stanowi kluczowy element profilaktyki oraz pomocy nastolatkom w okresie dorastania. Jak pisał profesor Andrzej Jaczewski, wybitny polski pediatra, pedagog i seksuolog: *„Dlaczego dzieje się tak, że ludzie, którym dane jest szczęście, którzy powinni z niego korzystać pełnymi garściami, cierpią? Co robić, aby tak nie było? Otoż przyczyn może być oczywiście wiele. Jedną z nich jest NIEWIEDZA. Nie wiem, czy jest to jedyna przyczyna. Nie wiem nawet, czy jest najważniejszą, najczęstszą przyczyną niepowodzeń, cierpień, nieporozumień. Ale jest z całą pewnością przyczyną, którą najłatwiej jest pokonać.”* (Andrzej Jaczewski, *Kultura seksualna młodzieży*, Warszawa 1979r

Cel warsztatu

Celem warsztatów jest edukacja młodzieży na temat zmian zachodzących w okresie dojrzewania psychoseksualnego, z naciskiem na następujące problematyki:

- a) profilaktyka zdrowotna,
- b) szacunek wobec siebie samego/samej i innych,
- c) wiarygodne źródła wiedzy i wsparcia.

Metody pracy

Warsztaty są prowadzone w oparciu o aktywne metody nauczania (np.: praca w podgrupach, dyskusje na forum grupowym, itp.). Podstawą współpracy na zajęciach jest kontrakt grupowy – zbiór wspólnie ustalonych zasad postępowania. Prowadząca udziela odpowiedzi na zgłaszane przez młodzież pytania zarówno podczas trwania lekcji, jak i na przerwach. Przez cały czas trwania zajęć w klasie jest obecny pracownik_czka szkoły (nauczyciel_ka, pani psycholog lub pani pedagog). Po każdym warsztacie osoba prowadząca sporządza raport podsumowujący spotkanie.

Ramowy program

Temat I – Dojrzewanie bio – psycho - seksualne

1. Wprowadzenie
2. Ustalenie z grupą wspólnych zasad pracy na zajęciach
3. Zaproszenie do otwartości w zadawaniu pytań osobie prowadzącej
4. Holistyczne podejście do seksualności człowieka
 - a. Podkreślenie znaczenia zdrowia, wartości, emocji, relacji oraz odpowiedzialności za własne decyzje w tej sferze życia. Dyskusja z grupą obejmująca zagadnienia:
 - Roli w sferze seksualnej człowieka, które pełnią: ciało, zachowanie, emocje, relacje międzyludzkie?
 - Znaczenia dla seksualności znajomości anatomii i fizjologii ciała, świadomość własnego zdrowia?
 - Roli jaką odgrywa nasz wygląd? Czy jest najważniejszy?
 - Z jakimi emocjami warto, aby kojarzyła się nam seksualność?
 - Jakie relacje sprzyjają pozytywnemu rozwojowi tej sfery życia?
 - b. Przeciwdziałanie przekazom medialnym ukazującym seksualność w sposób instrumentalny
 - c. Pokazanie współzależności istniejących w obszarze seksualności (np. jak nasze zdrowie oddziałuje na seksualność)
 - d. Uwrażliwienie na indywidualne podejście każdej jednostki do sfery seksualnej

5. Zapoznanie młodzieży ze zmianami zachodzącymi w okresie dojrzewania w sferze fizycznej, emocjonalnej, psychicznej i seksualnej
 - a. Zapoznanie z anatomią i fizjologią ciała kobiety i mężczyzny, ze szczególnym uwzględnieniem narządów płciowych
 - b. Przybliżenie wiedzy na temat zmian jakie zachodzą w ciele i psychice w okresie dojrzewania
 - c. Uwrażliwienie na różnorodność tempa dojrzewania wśród młodzieży
 - d. Zwiększenie poziomu zrozumienia płci przeciwnej
 - e. Profilaktyka zachowań agresywnych, przemocy w środowisku młodzieży, związanych z okresem dojrzewania psychoseksualnego

6. Profilaktyka zdrowotna:
 - a. Przekazanie informacji na temat „nerwy” oraz symptomów wskazujących na konieczność kontaktu z lekarzem_ką
 - b. Zachęcenie młodzieży do zwracania się o pomoc do dorosłych w sytuacji pojawienia się problemów zdrowotnych
 - c. Przybliżenie wiedzy na temat wizyty u ginekologa_żki, urologa_żki
 - d. Popularyzacja badań profilaktycznych
 - e. Przekazanie informacji na temat samobadania piersi oraz samobadania jąder

Temat II – Dojrzewanie a funkcjonowanie społeczne - podstawy asertywności i profilaktyki przemocy

1. Przybliżenie wiedzy na temat 3 rodzajów postaw (asertywnej, agresywnej, uległej), jakie prezentujemy w kontaktach społecznych oraz wartości, które za nimi stoją
 - a. Wzmacnianie postawy asertywnej u młodzieży - Ćwiczenie asertywnego komunikowania się i reagowania na agresję słowną

2. Profilaktyka przemocy:
 - a. Kształtowanie umiejętności identyfikowania przemocy
 - b. Poznanie kluczowych mechanizmów przemocy
 - c. Uwrażliwienie na reagowanie wobec przemocy

3. Przemoc -- cienka granica między żartem a krzywdą
 - a. Podniesienie świadomości i wrażliwości na temat różnic indywidualnych w doświadczaniu przemocy
 - b. Zwrócenie uwagi na znaczenie i „siłę” słowa w sytuacjach przemocowych
 - c. Ćwiczenie umiejętności:
 - radzenia sobie z agresywną krytyką, wulgaryzmami
 - radzenia sobie w sytuacjach wystąpienia przemocy
 - d. Kształtowanie wizerunku samego siebie/ samej siebie w oparciu o język, którego używam

Temat III – Wiedza i Wsparcie

1. Przekazanie informacji o rzetelnych źródłach wiedzy na temat dojrzewania psychoseksualnego oraz wsparciu dla młodzieży (organizacje pozarządowe, telefony zaufania, strony internetowe, literatura)
2. Wyjaśnienie znaczenia korzystania z wiarygodnych źródeł wiedzy i wsparcia w zakresie dojrzewania psychoseksualnego
3. Uwrażliwienie i zachęcenie do krytycznego myślenia wobec przekazów płynących z mediów i Internetu.

*Andrzej Jacewski, *Kultura seksualna młodzieży*, Warszawa 1979r.

Programei stymulmet rekomendacyę
Nady Rodniców szkoly
w drobne uchwety

Fundacja
Instytut Redukcji Stresu
ul. Langiewicza 35, 05-080 Izabelin C
NIP 118-209-62-29, Regon 14706-1055

Jolne Karce