



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ

Rozumiem i wybieram

JAK KORZYSTAĆ Z ZASOBÓW INTERNETU,
ABY SOBIE NIE ZASZKODZIĆ

Cel zajęć: uświadomienie uczniom, jakie wartości są ważne w bliskich związkach między dwojgiem ludzi oraz skąd mogą czerpać rzetelną wiedzę na ten temat. Uczestnicy dowiedzą się w jakim celu są tworzone materiały pornograficzne oraz o tym, że nie są właściwym źródłem wiedzy o seksualności, a oglądanie ich może negatywnie wpływać na funkcjonowanie człowieka.

Zgoda rodziców: rekomendujemy, żeby prowadzący zajęcia uzyskał zgodę rodzica/opiekuna prawnego na udział dziecka w zajęciach.

Czas trwania: 90 minut.

Grupa: zajęcia przeznaczone dla młodzieży 15-18 lat. Można je przeprowadzać w szkole – wtedy wielkość grupy uzależniona jest od liczby uczniów w klasie. Zajęcia mogą być prowadzone również poza szkołą dla osób, które się nie znają. Zalecane jest aby grupy były jednolite wiekowo i liczyły nie więcej niż 25 uczestników.

Miejsce: klasa szkolna, świetlica, sala szkoleniowa.

Potrzebne materiały: tablica lub flipchart, kartki, flamastry, prezentacja, wydrukowane załączniki, plik z prezentacją multimedialną.

Wymagany sprzęt: komputer, rzutnik.

Prowadzący: najlepszymi realizatorami zajęć będą osoby pracujące na co dzień z młodzieżą: nauczyciele, pedagodzy, psycholodzy. Przed przeprowadzeniem zajęć prosimy zapoznać się z broszurą „Kontakt dzieci i młodzieży z pornografią” dostępną na stronie edukacja.fdds.pl.

Forma zajęć i metody pracy: dyskusja, praca w grupach, mini wykład, analiza przypadku. Scenariusz zawiera ćwiczenia uwzględniające podział uczniów na mniejsze grupy, co pozwoli na wyrażanie opinii w bardziej kameralnym środowisku.

Zgłoszenie realizacji zajęć/ewaluacja: prosimy o zgłoszenie zajęć i wypełnienie formularza ewaluacyjnego na stronie edukacja.fdds.pl Po wypełnieniu formularza będą mogli państwo otrzymać zaświadczenie o przeprowadzeniu zajęć.

Copyright © Minister Zdrowia 2017



Zadanie finansowane ze środków
Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020

Opracowanie scenariusza: Ewa Dziemidowicz, Joanna Klocek, Marta Wojtas – Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

Wstęp dla prowadzących zajęcia

Młodzi ludzie często podejmują decyzje dotyczące zagadnień związanych z systemem wartości i poglądami środowiska, w którym dorastają. Kwestie takie jak seksualność, religia czy np. przemoc rówieśnicza mogą wywoływać wiele różnych emocji, zarówno w klasie, jak i poza nią. Ważne jest, aby każdy uczeń mógł rozwinąć umiejętności pozwalające mu krytycznie spojrzeć na sytuację, w której się znajduje, i odnieść się do własnych poglądów na tego rodzaju problemy. Możliwość zaangażowania się w rozmowy na kontrowersyjne tematy w konstruktywnym otoczeniu wspiera rozwój i pomaga wypracować osobiste stanowisko wobec danego zagadnienia. Edukacja jest też kluczem do ochrony przed wieloma zagrożeniami. Wśród nich znajduje się dostęp dzieci i młodzieży do szkodliwych treści, w tym pornografii online.

Badania pokazują, że duża grupa młodych osób ma styczność z materiałami pornograficznymi. Kontakt z tego typu materiałami może być intencjonalny i wynikać np. z ciekawości, chęci zdobycia wiedzy, zaimponowania innym albo z poszukiwania bodźców w celu rozładowania napięcia seksualnego. Młodzież może też trafiać na takie treści zupełnie przypadkowo. Warto wiedzieć, że materiały o charakterze seksualnym mogą być dla młodych osób bardzo silnym stymulatorem podniecenia seksualnego oraz różnych emocji, a oglądanie ich może się stać uzależniające. Jednocześnie są niewłaściwym źródłem informacji na temat życia seksualnego człowieka, mogą kształtować wiele nieprawdziwych przekonań i doprowadzić do działań na szkodę własną i innych. Z tego względu warto rozmawiać z młodzieżą i uczyć ją radzenia sobie z problemem, o którym nie ma możliwości podyskutować z osobami z otoczenia. Poruszanie kontrowersyjnych kwestii w odpowiedni sposób nie sprawia, że młodzi ludzie bardziej się nimi interesują, a raczej oswaja ich z zagadnieniem i pokazuje, że z dorosłymi można rozmawiać nawet o tym, co powszechnie uznawane jest za tabu.

I. Wstęp

Czas trwania: 3 minuty

Prowadzący informuje uczestników, że zajęcia będą dotyczyły związków i bliskości. Proponuje ustalenie i zapisanie kilku podstawowych zasad, które będą obowiązywać podczas zajęć, np.:

1. Kiedy inna osoba mówi, uważnie słucham.
2. Nie oceniam innych osób.
3. Szanuję poglądy innych.
4. W dyskusjach i ćwiczeniach odwołuję się do historii zaprezentowanej podczas zajęć.
5. Traktuję z szacunkiem i dyskrecją informacje oraz opinie ujawnione przez innych uczestników.
6. Podczas zajęć dzielę się tylko tymi przemyśleniami i doświadczeniami, którymi mam ochotę podzielić się z grupą.
7. Maksymalnie angażuję się w zajęcia.

II Ćwiczenie: Wymarzona relacja

Forma pracy: praca w grupach

Materiały: załącznik nr 1

Czas trwania: 22 minuty

Prowadzący dzieli uczestników na grupy, które otrzymują załącznik nr 1. Zadaniem każdej z grup jest zastanowienie się i porozmawianie o tym, jak wyglądałby ich wymarzony związek z drugą osobą, oraz zapisanie najważniejszych wniosków. Prowadzący przypomina uczestnikom, aby w trakcie zajęć dzielili się tylko tym, czym mają ochotę podzielić się z innymi. Ważne, żeby uczestnicy zwrócili uwagę na następujące aspekty relacji:

- Jak się czuję w obecności wymarzonego partnera/partnerki? Jak on/ona czuje się w mojej obecności?
- Jak okazujemy sobie uczucia – co robimy, co mówimy?
- Skąd wiem, że to jest dobra dla mnie relacja?
- Jakie wartości są dla mnie ważne w związku? Czym się kieruję?
- Co powinno się między nami wydarzać, żebym czuł/czuła się dobrze?

Prowadzący prosi przedstawiciela każdej z grup o podzielenie się 4–5 wnioskami z pracy. Następnie zbiera załączniki i przykleja je w widocznym miejscu w sali.

W podsumowaniu ćwiczenia, odnosząc się do wypracowanych przez uczestników treści, nawiązuje do teorii miłości Roberta Sternberga.

Wymienione aspekty udanego czy wymarzonego związku można pogrupować według teorii miłości Roberta Sternberga. Wyróżnił on trzy składowe miłości: namiętność, intymność i zaangażowanie.

Intymność, czyli bliskość, to pozytywne uczucia oraz działania, które im towarzyszą. Mogą to być:

- wzajemne zrozumienie i szacunek,
- dawanie i otrzymywanie uczuciowego wsparcia,
- dzielenie się przeżyciami,
- poczucie, że możemy na siebie wzajemnie liczyć,
- przeżywanie szczęścia, kiedy partner/partnerka jest obok nas,
- poczucie, że jesteśmy dla siebie nawzajem ważni.

Namiętność to silne emocje, pobudzenie, pragnienie i poszukiwanie fizycznej bliskości, potrzeby seksualne, pożądanie.

Zaangażowanie to działania, których celem jest przekształcenie miłości w trwałą relację, decyzja o byciu w relacji i utrzymywaniu związku.

To tylko jedna z koncepcji opisujących złożone zjawisko miłości i relacji pomiędzy ludźmi. Emocjonalne porozumienie, które budujemy z innymi osobami, oraz to, jak w relacjach realizujemy bliskość i seksualność, są bardzo ważne. Teraz przyjrzymy się, w jaki sposób to się wydarza w naszym życiu.

III. Dyskusja: Inspiracje

Forma pracy: dyskusja i miniwykład

Czas trwania: 12 minut

Prowadzący zaprasza uczestników do dyskusji na forum dotyczącej tworzenia związków:

W poprzednim ćwiczeniu zastanawialiśmy się, jak chcielibyśmy, żeby wyglądał nasz wymarzony związek. Teraz zastanowimy się, skąd czerpiemy swoje inspiracje.

Pytania do dyskusji:

- Jak uczy się tworzyć związki?
- Skąd wiemy, jak ma wyglądać związek?

Przykładowe odpowiedzi:

- obserwujemy rodziców,
- obserwujemy znajomych,
- obserwujemy innych,
- z filmów,
- z książek,
- z internetu.

Prowadzący moderuje dyskusję, wprowadzając kolejne pytanie:

- Skąd czerpiemy wiedzę o intymności, seksualności, bliskości?

Przykładowe odpowiedzi:

- z programów TV,
- od rówieśników,
- od dorosłych,
- z internetu.

Prowadzący zaznacza, że bardzo często właśnie w internecie poszukujemy informacji dotyczących seksualności i relacji, ale niekoniecznie jest to odpowiednie źródło wiedzy z tej dziedziny. Pyta uczestników o ich opinie na ten temat.

Pytanie do dyskusji:

Co sądzicie o szukaniu informacji o seksualności w internecie?

W podsumowaniu prowadzący zwraca uwagę, że szukanie online informacji na temat seksualności jest powszechne, młodzi ludzie często też w poszukiwaniu wiedzy sięgają do materiałów pornograficznych.

Pornografia jest to wizerunek osób lub przedmiotów o cechach jednoznacznie seksualnych, utworzony z zamiarem wywołania pobudzenia seksualnego lub podniecenia u osób oglądających.

Badania pokazują, że 58% nastolatków w wieku 15–18 lat ma kontakt z pornografią. Młodzi ludzie poszukują w ten sposób informacji, ale też sięgają do materiałów pornograficznych z innych powodów, np. z nudów lub dla przyjemności. W kolejnym ćwiczeniu poznamy historię Tomka.

IV. Prezentacja: Historia Tomka

Forma pracy: prezentacja, praca w grupach

Materiały: wydruk historii Tomka (załącznik nr 2), jeden egzemplarz na dwie osoby

Czas trwania: 18 minut

Prowadzący dzieli uczestników na grupy, każdej rozdaje kilka wydruków z historią Tomka i prosi uczniów o zapoznanie się z nią.

Historia Tomka

Tak naprawdę wszystko zaczęło się kilka miesięcy temu, kiedy Jankowi spodobała się Ola. Z wzajemnością. Wcześniej Janek najwięcej czasu spędzał właśnie z Tomkiem – znali się od podstawówki, lubili te same rzeczy, popołudniami albo spotykali się online i razem grali, rozmawiali, albo wychodzili gdzieś z innymi chłopakami. Ale odkąd Janek zaczął spotykać się z Olą, większość czasu spędza właśnie z nią, a kiedy widzi się z Tomkiem, to ciągle o niej opowiada – jaka jest wspaniała, jak super spędza się z nią czas, że można z nią o wszystkim porozmawiać i że czasem gadają ze sobą całą noc, że tak jak Janek uwielbia fantasy i umie wyszukiwać nikomu nieznaną opowiadania i książki, że potrafi rysować i że razem zaczęli tworzyć swoje uniwersum i jego bohaterów. Tomka wkurzają te opowieści, szczególnie że sam popołudniami się zwyczajnie nudzi. I któregoś dnia, gdy akurat nie miał nic innego do robienia online, poszukał w sieci pornografii. Od tamtej pory coraz częściej zagląda na takie strony. Najpierw starał się nie robić tego więcej niż raz czy dwa razy w tygodniu. Jednak bardzo szybko nie mógł się powstrzymać, żeby nie zaglądać częściej. Zdarza się, że robi to nawet codziennie. Bardzo dużo też myśli i fantazjuje o tym, co ogląda. Inaczej teraz patrzy na swoich znajomych, szczególnie na dziewczyny. No bo serio – żadna z nich nawet nie przypomina dziewczyn, które grają w oglądanych przez niego filmach i które są prawdziwymi kobietami. Może ewentualnie Aśka z 3c. Reszta jest taka zwykła. I też niewiele wiedzą o seksie, Tomek wątpi, żeby którakolwiek z nich wiedziała, jak to się robi. Widzi to po ich reakcjach, kiedy je zaczepia i żartuje z seksu. Żalotne są. Czasem, kiedy tak myśli, to słyszy w głowie, że sam też nie przypomina tych koleś z pornosów. I że powinien coś z tym zrobić, zacząć chodzić na siłkę albo coś. Tylko że oni są tak zbudowani, że on nie ma szans kiedykolwiek w ten sposób wyglądać. Pokłócił się też z Jankiem, ale to wina Janka. Tomek tylko zapytał, czy Olga daje radę w tódku, i poprosił, żeby poopowiadał szczegóły, a najlepiej pokazał jakieś fotki. W końcu od czego ma się kolegów. Janek się wkurzył, powiedział, że Tomek nic nie rozumie i jeżeli nie umie szanować Oli, to nie chce mieć z nim nic wspólnego. I od tamtej pory nie rozmawiają. Tomek widzi ich na przerwach, jak Janek niesie Oli plecak albo daje jej swoją bluzę, dotyka jej włosów, trzyma za rękę albo kładzie jej dłoń na plecach. Ona się do niego przytula albo o niego opiera, podnosi głowę, żeby na niego popatrzeć, i oboje wyglądają, jakby byli w swoim własnym świecie.

Tomek uważa, że zachowują się dziecinnie, pewnie nie uprawiają seksu i dlatego Janek się tak wkurzył. Musi nosić jej plecak i o nią dbać, i nawet nic z tego nie ma. Jakby Tomek był na jego miejscu, to zupełnie inaczej wykorzystałby tę sytuację. A tak w ogóle to po co ograniczać się do jednej dziewczyny?

Zadaniem każdej grupy jest zastanowienie się i odpowiedź na pytanie, w jaki sposób oglądanie pornografii wpłynęło na Tomka. Następnie każda z grup prezentuje na forum wyniki swojej pracy.

Prowadzący podsumowuje, że pornografia promuje różne zachowania dotyczące seksualności, intymności i związków, które zmieniają postrzeganie rzeczywistości i wpływają na to, jak kształtuje się seksualność odbiorcy takich materiałów. Tak jak u Tomka, który zaczął postrzegać związki i kobiety przez pryzmat tego, co oglądał w materiałach pornograficznych.

V. Ćwiczenie: Pornobiznes vs rzeczywistość

Forma pracy: miniwykład, interakcja

Materiały: slajdy (do pobrania ze strony edukacja.fdds.pl)

Czas trwania: 20 minut

Prowadzący zapowiada, że teraz przedstawi kilka faktów dotyczących pornografii. W trakcie omawiania slajdów dobrze jest odnosić się do tego, co pojawiało się wcześniej na lekcji, oraz zachęcać uczestników do dyskusji.

Slajd 1.

Czy wiecie, że:

Badania i raporty wskazują, że:

- 30% internetu zajmują strony z materiałami pornograficznymi,
- 88% scen pornograficznych zawiera akty agresji fizycznej,
- 94% scen pornograficznych zawiera agresję słowną,
- w 94% przypadków akty agresji dokonywane są wobec kobiet.

Komentarz nauczyciela:

Przemysł pornograficzny stanowi na świecie źródło ogromnego dochodu. Odbiorcy pornografii to jednocześnie klienci tej branży – im jest ich więcej, tym więcej pieniędzy trafia do producentów takich materiałów. Ci zatem starają się tworzyć takie treści, które nie tylko przyciągną, ale też zatrzymają jak najwięcej odbiorców, dlatego ciągle muszą proponować coś nowego, zaskakiwać i szokować. W tym celu m.in. pokazywane są sceny, które odbiegają od normy zwyczajnych zbliżeń intymnych. Badania tego typu treści wskazują, że zawierają one wiele przemocy fizycznej i psychicznej, stosowanej głównie wobec kobiet.

Slajd 2.

Czy wiecie, że:

- Ciała aktorów porno nie są naturalne.

Komentarz nauczyciela:

Ludzie nie wyglądają jak aktorzy, którzy grają w filmach porno. Aktorzy często przechodzą szereg operacji plastycznych, które mają uatrakcyjnić ich wygląd zewnętrzny, a nawet powiększyć organy płciowe. Często też są oni specjalnie przygotowywani do zagrania scen pornograficznych przez odpowiednie zabiegi kosmetyczne i depilację.

Slajd 3.

Czy wiecie, że:

- Seks w filmach pornograficznych nie jest bezpieczny.

Komentarz nauczyciela:

Wiele scen pokazuje czynności, które mogą prowadzić do trwałych uszkodzeń ciała. Sceny porno pokazują seks z wieloma partnerami, bez zabezpieczenia, co może skutkować zakażeniem się chorobami przenoszonymi drogą płciową. W pornografii nie szanuje się ciała i zdrowia drugiej osoby.

Slajd 4.

Czy wiecie, że:

- Aktorzy porno odgrywają role w filmie, udają.

Komentarz nauczyciela:

Sceny są przygotowane i inscenizowane tak, by pokazywały przyjemność i dobrą zabawę, podczas gdy czynności, które wykonują aktorzy, mogą być nieprzyjemne, bolesne, poniżające. Seks przedstawiony w pornografii nie odzwierciedla tego, co podoba się ludziom, w czym się dobrze czują. Dla aktorów udawanie jest po prostu pracą.

Slajd 5.

Czy wiecie, że:

- Oglądanie pornografii może negatywnie wpłynąć na życie seksualne i uzależnić.

Komentarz nauczyciela:

Kiedy ktoś regularnie ogląda pornografię, połączenie między tym, co widzi, a podnieceniem seksualnym może się utrwalić. Taka osoba może zacząć myśleć, że to jest to, co chciałaby robić w realu, zacząć szukać podobnych bodźców oraz odczuwać brak podniecenia, jeśli sytuacja nie przypomina obrazów znanych z pornografii. Może to prowadzić do uzależnienia.

Slajd 6.

Czy wiecie, że:

- Obopólna zgoda jest podstawą satysfakcjonującego życia seksualnego.

Komentarz nauczyciela:

Jeśli ktoś ogląda pornografię, może odnosić wrażenie, że wszyscy cały czas mają ochotę na seks oraz że w sytuacjach intymnych dopuszczalna jest przemoc. To nieprawda. Seks nie jest czynnością, którą wykonuje się na życzenie partnera – wszystko, co wydarza się między dwojgiem ludzi, powinno być poprzedzone rozmową i zgodą zaangażowanych osób. Jeżeli nie czujesz, że w 100% na coś się zgadzasz, to oznacza to brak zgody. Jeśli robisz rzeczy, na które nie masz ochoty, to jest to przemoc i powinnaś/powinieneś poszukać pomocy.

Slajd 7.

Czy wiecie, że:

- Seks jest ważny.

Komentarz nauczyciela:

W pornografii seks prezentowany jest tak, jakby człowiek mógł go uprawiać z kimkolwiek. Dla wielu ludzi seks jest formą wyrażania uczuć, bliskości z drugą osobą i zadowolenia ze związku.

Slajd 7.

Czy wiecie, że:

- Seks to coś więcej niż stosunek seksualny.

Komentarz nauczyciela:

W materiałach pornograficznych nie ma gry wstępnej, budowania napięcia i podniecenia. Pomimo że sam stosunek w pornografii potrafi trwać bardzo długo – co uzyskiwane jest m.in. dzięki odpowiedniemu montażowi oraz zażywaniu pewnych substancji – to tak naprawdę nie oddaje tego, czym jest seks. Seks to sztuka i całe ciało człowieka może być źródłem przyjemności, nie tylko strefy intymne.

W podsumowaniu, opierając się na wnioskach z poprzednich ćwiczeń, prowadzący porównuje obraz związku, jaki wynika z naszych potrzeb i pragnień, z obrazem relacji, jaki promuje pornografia. Wskazuje, że pornografia zniekształca rzeczywistość i negatywnie wpływa na funkcjonowanie oraz może być źródłem nieprzyjemnych emocji, a dodatkowo może prowadzić do uzależnienia. Podkreśla, że osiągnięcie przyjemności możliwe jest w obydwu sytuacjach, jednak istnieje między nimi ogromna różnica. Przyjemność czerpana z oglądania pornografii jest mniej wartościowa niż ta płynąca z bliskości z drugą osobą, czasu spędzanego z kimś ważnym i tworzenia z kimś dobrego związku.

VI. Ćwiczenie: Szukanie informacji

Forma pracy: praca w grupach, dyskusja

Materiały: załącznik nr 3

Czas trwania: 12 minut

Prowadzący dzieli uczestników na dwie grupy i rozdaje im załącznik nr 3. Zadaniem każdej z grup jest zastanowienie się, które źródła informacji o seksie i seksualności podane w załączniku są najbardziej wiarygodne i dlaczego oraz do kogo najłatwiej, a do kogo najtrudniej byłoby im się zwrócić z pytaniami.

Następnie prowadzący wraz z uczestnikami omawiają wyniki ćwiczenia. Prowadzący podkreśla, że warto zdobywać i weryfikować informacje w wielu źródłach.

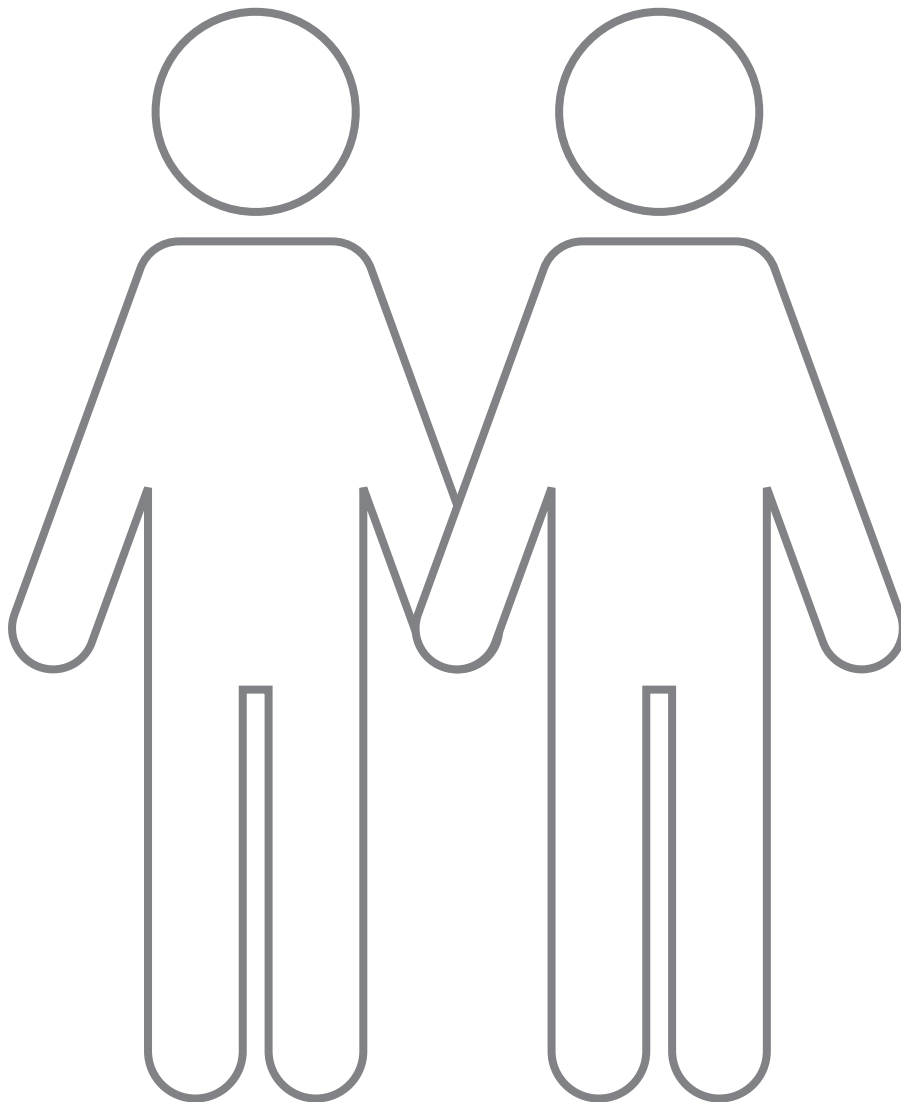
Źródła wymienione w załączniku:

- rodzice,
- Telefon Zaufania 116 111,
- organizacje zajmujące się określoną tematyką (np. Lambda, Ponton, Rzecznik Praw Dziecka),
- nauczyciele,
- nauczyciel WDŻ,
- starsze rodzeństwo,
- rówieśnicy [przy takiej odpowiedzi należy zwrócić uwagę, że warto rozmawiać z rówieśnikami na ważne tematy, jednak często młode osoby mogą czegoś nie wiedzieć lub mogą mieć nieprawdziwe informacje],
- zaufani dorośli,
- psycholog,
- pedagog szkolny,
- strony internetowe poświęcone seksualności.
- kanały na YouTube poświęcone edukacji seksualnej

VII. Zakończenie

Czas trwania: 3 minuty

Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach. Podkreśla, że temat seksu i związków może być trudny – nie jesteśmy przyzwyczajeni do rozmawiania o tym swobodnie, czasem się wstydzimy albo nawet mamy trudne doświadczenia związane ze sferą intymności. Możliwe, że w trakcie zajęć pojawiły się jakieś wątpliwości, uczucia albo dodatkowe pytania – jeżeli tak, to prowadzący może zachęcić do kontaktu ze sobą, ze szkolnym psychologiem albo z Telefonem Zaufania dla Dzieci i Młodzieży **116 111**. Na koniec podkreśla, jak bardzo ważne jest, żeby ze swoimi problemami nie zostawać samemu.



.....
JAK SIĘ CZUJĘ W OBECNOŚCI WYMARZONEGO PARTNERA/PARTNERKI?
JAK ON/ONA CZUJE SIĘ W MOJEJ OBECNOŚCI?

.....
JAK OKAZUJEMY SOBIE UCZUCIA – CO ROBIMY, CO MÓWIMY?

.....
SKĄD WIEM, ŻE TO JEST DOBRA DLA MNIE RELACJA?

.....
JAKIE WARTOŚCI SĄ DLA MNIE WAŻNE W ZWIĄZKU? CZYM SIĘ KIERUJĘ?

.....
CO POWINNO SIĘ MIĘDZY NAMI WYDARZAĆ, ŻEBYM CZUŁ/A SIĘ DOBRZE?

HISTORIA TOMKA

Tak naprawdę wszystko zaczęło się kilka miesięcy temu, kiedy Jankowi spodobała się Ola. Z wzajemnością. Wcześniej Janek najwięcej czasu spędzał właśnie z Tomkiem – znali się od podstawówki, lubili te same rzeczy, popołudniami albo spotykali się online i razem grali, rozmawiali, albo wychodzili gdzieś z innymi chłopakami. Ale odkąd Janek zaczął spotykać się z Olą, to większość czasu spędza właśnie z nią, a kiedy widzi się z Tomkiem, to ciągle o niej opowiada – jaka jest wspaniała, jak super spędza się z nią czas, że można z nią o wszystkim porozmawiać, i że czasem gadają ze sobą całą noc, że tak jak Janek uwielbia fantasy i potrafi wyszukać nikomu nie znane opowiadania i książki, potrafi rysować i że razem zaczęli tworzyć swoje uniwersum i jego bohaterów. Tomka wkurzają te opowieści, szczególnie, że sam popołudniami się zwyczajnie nudzi. I któregoś dnia, jak akurat nie miał nic innego do robienia online, poszukał w sieci pornografii. Od tamtej pory coraz częściej zagląda na takie strony. Najpierw starał się nie robić tego więcej niż raz czy dwa razy w tygodniu. Jednak bardzo szybko nie mógł się powstrzymać, żeby nie zaglądać częściej. Zdarza się, że robi to nawet codziennie. Bardzo dużo też myśli i fantazjuje o tym, co ogląda. Inaczej teraz patrzy na swoich znajomych, szczególnie na dziewczyny. No bo serio – żadna z nich nawet nie przypomina dziewczyn, grających w filmach które ogląda i które są prawdziwymi kobietami. Może ewentualnie Aśka z 3c. Reszta jest taka zwykła. I też nie wiele wiedzą o seksie, Tomek wątpi, żeby którakolwiek z nich wiedziała jak to się robi. Widzi to po ich reakcjach, kiedy je zaczepia, i żartuje z seksu. Żałosne są. Czasem jak tak myśli, to słyszy w głowie, że sam też nie przypomina tych kolesi z pornosów. I że powinien coś z tym zrobić, zacząć chodzić na siłkę albo coś. Tylko, że oni są tak zbudowani, że on nie ma szans tak kiedykolwiek wyglądać.

Pokłócił się też z Jankiem, ale to wina Janka. Tomek tylko zapytał czy Olka daje radę w łóżku i żeby poopowiadał szczegóły, a najlepiej pokazał jakieś fotki. W końcu, od czego ma się kolegów. Janek się wkurzył, powiedział, że Tomek nic nie rozumie, i jeżeli nie umie szanować Oli, to nie chce mieć z nim nic wspólnego. I od tamtej pory nie rozmawiają. Tomek widzi ich na przerwach, jak Janek niesie Oli plecak, albo daje jej swoją bluzę, dotyka jej włosów, trzyma za rękę, albo kładzie jej dłoń na plecach. Ona się do niego przytula, albo o niego opiera, podnosi głowę, żeby na niego popatrzeć, i oboje wyglądają jakby byli w swoim własnym świecie.

Tomek uważa, że zachowują się dziecinne, pewnie nie uprawiają seksu i dlatego Janek się tak wkurzył. Musi nosić jej plecak i o nią dbać i nawet nic z tego nie ma. Jakby Tomek był na jego miejscu to zupełnie inaczej wykorzystałby tę sytuację. A tak w ogóle to, po co ograniczać się do jednej dziewczyny.

Rodzice	Telefon Zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111	Organizacje zajmujące się tematyką seksualności (np. Lambda, Ponton)
Nauczyciele	Nauczyciel WDŻ	Starsze rodzeństwo
Rówieśnicy	Zaufani dorośli	Psycholog
Pedagog szkolny	Strony internetowe poświęcone seksualności	Kanały na YouTube poświęcone edukacji seksualnej

CZY WIECIE, ŻE:

- Badania i raporty wskazują, że:
- 30% internetu zajmują strony z materiałami pornograficznymi
 - 88% scen pornograficznych zawiera akty agresji fizycznej
 - 48% scen pornograficznych zawiera agresję słowną
 - w 94% przypadków akty agresji skierowane są do kobiet

1

CZY WIECIE, ŻE:

Ciała aktorów porno nie są naturalne.

2

CZY WIECIE, ŻE:

Seks w filmach pornograficznych nie jest bezpieczny

3

CZY WIECIE, ŻE:

Aktorzy porno odgrywają w filmie role i udają.

4

CZY WIECIE, ŻE:

Oglądanie pornografii może negatywnie wpłynąć na życie seksualne i uzależnić.

5

CZY WIECIE, ŻE:

Obopólna zgoda jest podstawą satysfakcjonującego życia seksualnego.

6

CZY WIECIE, ŻE:

Seks jest ważny.

7

CZY WIECIE, ŻE:

Seks to coś więcej niż stosunek seksualny.

8

