

Ce se poate face în termeni de educație sexuală, la diferite vârste, pentru a preveni comportamentele cu risc?



Dr. Consuela Codreanu

Contagio-Agora 7-8 iunie 2024

# Prevenirea comportamentelor cu risc

Informație

**Comportament cu risc** = orice activitate întreprinsă de o persoană, cu o frecvență / o intensitate crescută, care crește riscul de îmbolnăvire/ agravare sau de rănire.

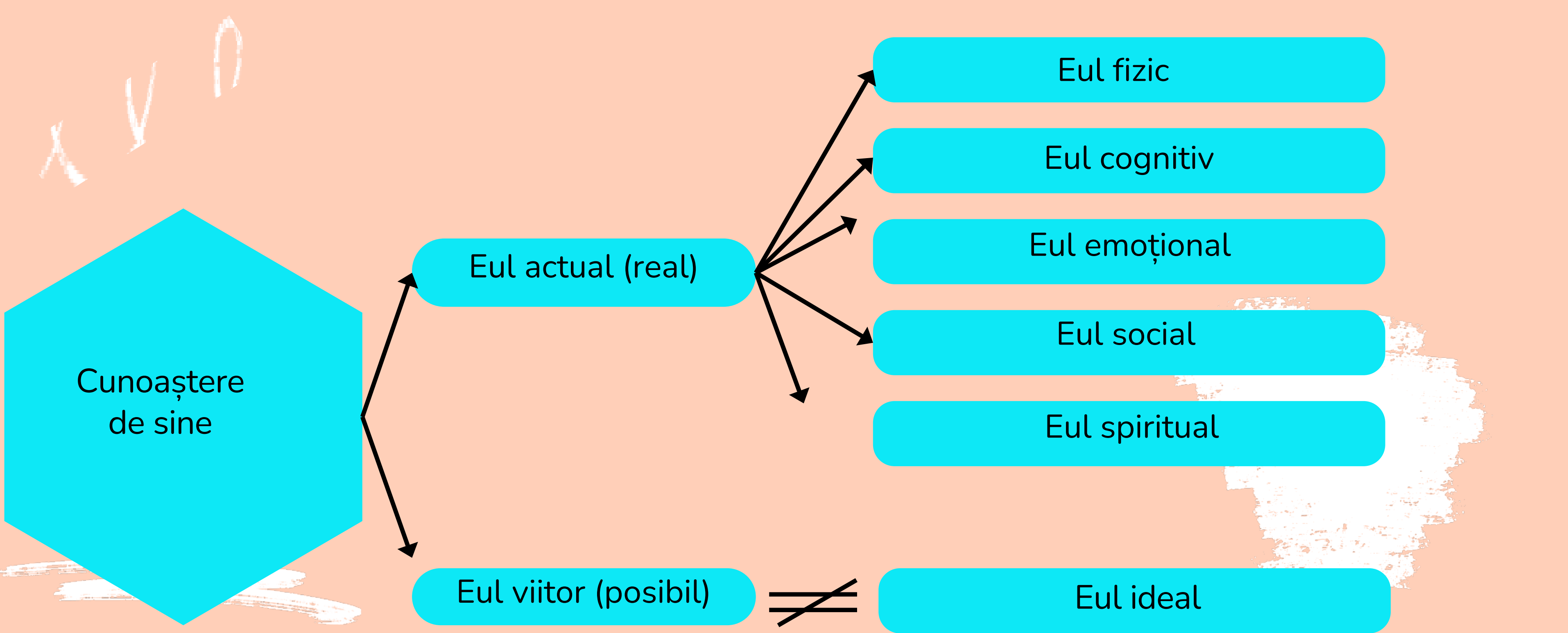
**Situație de risc** = o sumă a evenimentelor în care ne aflăm fără să depindă de acțiunea noastră. Ea nu poate fi prevenită, însă gradul riscului poate fi diminuat prin informare și măsuri specifice.

# Prevenirea comportamentelor cu risc

Informație

Stimă  
de sine

Cunoaștere  
de sine



\*scop: copilul să știe cine este, ce îi place și ce nu, ce vrea pentru el, să-și poată identifica și exprima emoțiile și preferințele

Evaluările  
părinților

Copii mici



Grup de  
prietenii,  
profesori, alte  
persoane

Elevi

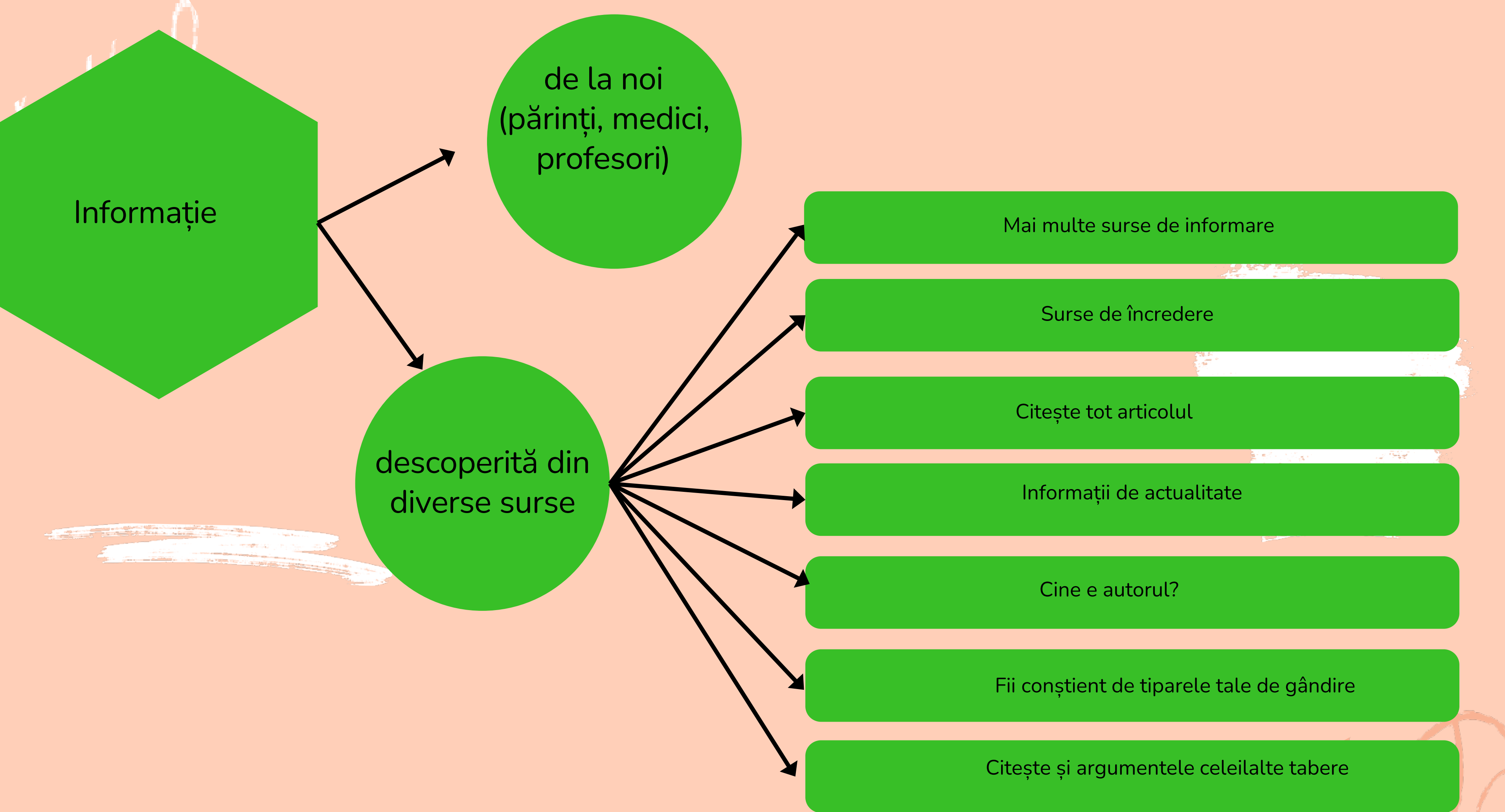


Stimă  
de sine

Eșecul  
adulților  
în a  
diferenția  
comportamentul de  
persoană

primește  
atenție  
validare  
încurajare  
respect  
e  
îmbrățișat

\*scop: o stimă de sine pozitivă și realistă dezvoltă capacitatea de a lua decizii responsabile și abilitatea de a face față presiunii grupului.



# Prevenirea comportamentelor cu risc - sub 5 ani (grădiniță)



**Eu sunt șeful/șefa corpului meu!  
Corpul meu este doar al meu!**

Pot să spun NU ! Dacă nu vreau să pup sau să îmbrățișez pe cineva.

Pot să bat palma, să dau noroc sau să le trimit un pupic în zbor.

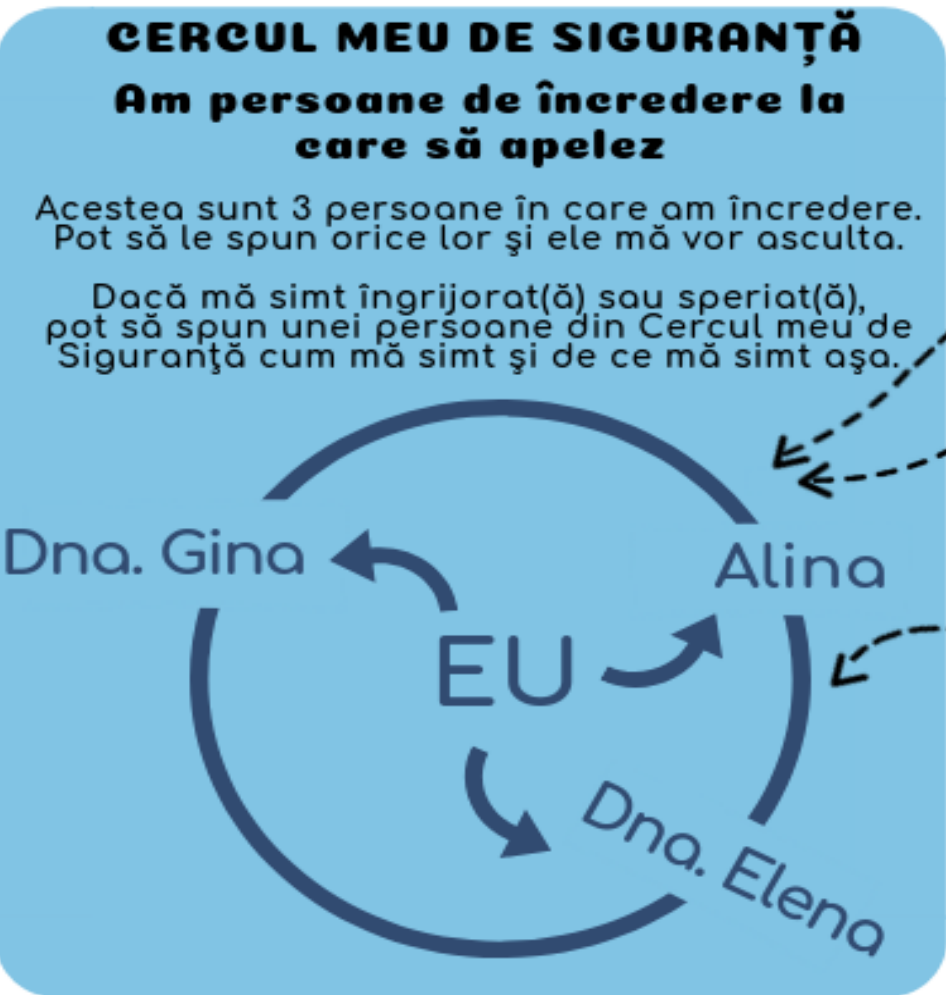
Eu sunt șeful/șefa propriului meu corp și ceea ce spun eu contează!



**CORPUL MEU ÎMI TRIMITE SEMNALE**

Dacă mă simt speriat/ă sau în nesiguranță, s-ar putea să transpir mult, să mă doară burta, să tremur și inima să îmi bată foarte repede.

Acestea sunt semnalele prin care corpul meu îmi spune că ceva nu este în regulă. Dacă mă simt așa în anumite situații, trebuie să îi spun neapărat unui adult din Cercul meu de Siguranță.



**SECRETE**

Nu trebuie să țin niciodată secrete care mă fac să mă simt incomfortabil sau aiurea. Dacă cineva îmi cere să țin un secret care mă face să mă simt ciudat sau în nesiguranță, trebuie să îi spun unui adult din Cercul meu de Siguranță imediat!

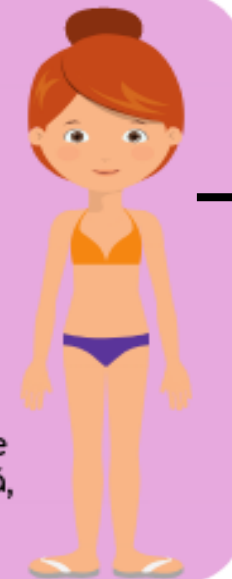


**PĂRȚILE INTIME**  
**- REGULA COSTUMULUI DE BAIE -**

Părțile mele intime sunt acele părți ale corpului meu care sunt acoperite de costumul de baie. Când vorbesc despre părțile intime ale corpului meu, folosesc întotdeauna denumirile lor medicale.

Nimeni nu poate să îmi atingă părțile intime. Nimeni nu are dreptul să îmi ceară să îi ating părțile intime.

Nimeni nu are voie să îmi arate poze cu părțile intime ale cuiva. Dacă vreunul din aceste lucruri se întâmplă, trebuie să îi spun unei persoane din Cercul meu de Siguranță.



\*scop: de a afla despre consimțământ și despre cercul de siguranță

EXCEPȚIE: La doctor și doar în prezența adulților de încredere

# Prevenirea comportamentelor cu risc 5-9 ani (ciclul primar)

Informație

## INFORMAȚII:

Anatomie (noțiuni de bază - Să știe să identifice părțile componente ale organelor sexuale proprii și ale celuilalt sex).

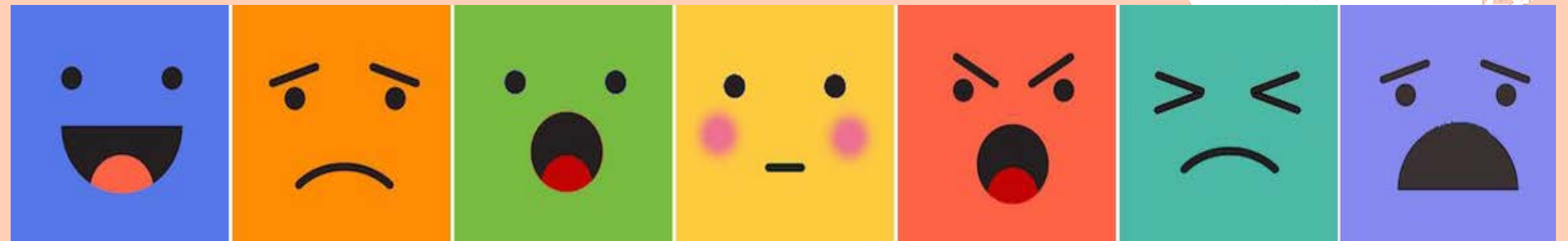
Fiziologie (ciclul menstrual, visele umede).

Igiena corectă

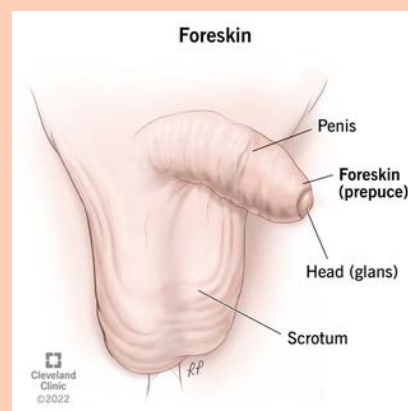
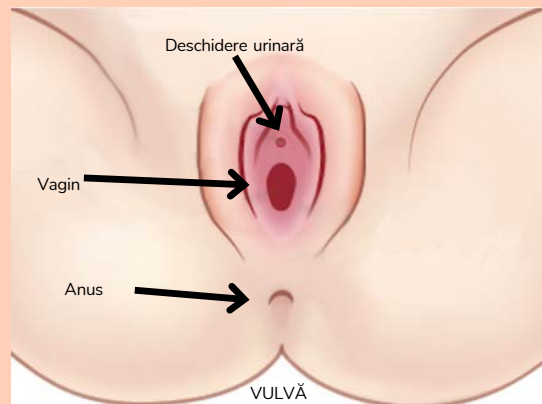
Deprinderea unor obiceiuri sănătoase.

## ACTIVITĂȚI:

EMOȚII: identificarea și exprimarea lor



Fericire Tristețe Surpriză Rușine Furie Dezgust Teamă



Fetele au vulvă, băieții au penis - insistăm pe folosirea acestor denumiri, prin repetare dispare jena.



# Prevenirea comportamentelor cu risc

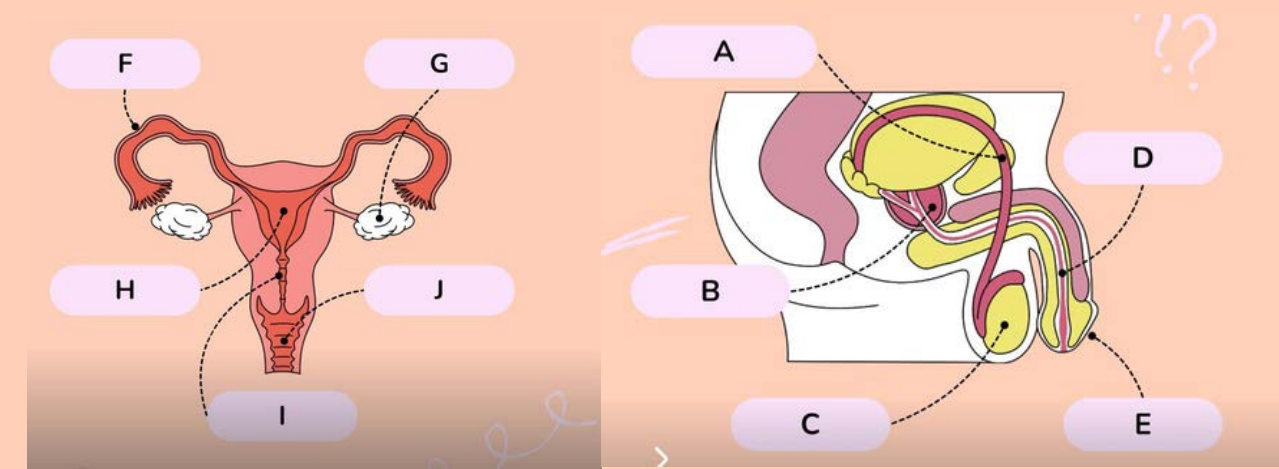
## - 10-14 ani (gimnaziu)

Informație

### INFORMAȚII:

Anatomie,  
Fiziologia reproducerii,  
Infecții cu transmitere sexuală,  
Contracepție

### ACTIVITĂȚI:



Este OK ca ceea ce vrei tu să fie diferit de ceea ce vrea grupul!

- Spune „NU” atunci când simți nevoia.
- Fii ferm(ă), vorbește clar și tare.
- Fii calm(ă).
- Privește în ochii persoanei cu care vorbești, să vadă că gândești cu adevărat ceea ce spui.
- Nu justifica excesiv decizia ta.

# Prevenirea comportamentelor cu risc - 10-14 ani (gimnaziu)

Informație

## ACTIVITĂȚI:

- Comportamente sănătoase / Comportamente riscante
- Jocuri de rol
- Etapele luării unei decizii

Foaie de lucru - REBUS

1. P  
2. R  
3. E  
4. Z  
5. E  
6. R  
7. V  
8. A  
9. T  
10. I  
11. V

1. Pielea care acoperă capul penisului.
2. O consecință a sexului neprotejat.
3. Funcția principală a organelor reproducătoare.
4. Celula sexuală care fecundează ovulul.
5. Întărirea penisului.
6. Organul reproducător feminin.
7. Totalitatea organelor genitale feminine ce se găsesc la exterior
8. Eliberarea lunară a învelișului uterului.
9. Organul în care se dezvoltă sarcina.
10. Eliberarea lunară a unui ovul.
11. Locul în care are loc actul sexual la femei.

36

Material de sprijin  
ETAPELE LUĂRII DECIZIILOR (bilețele)

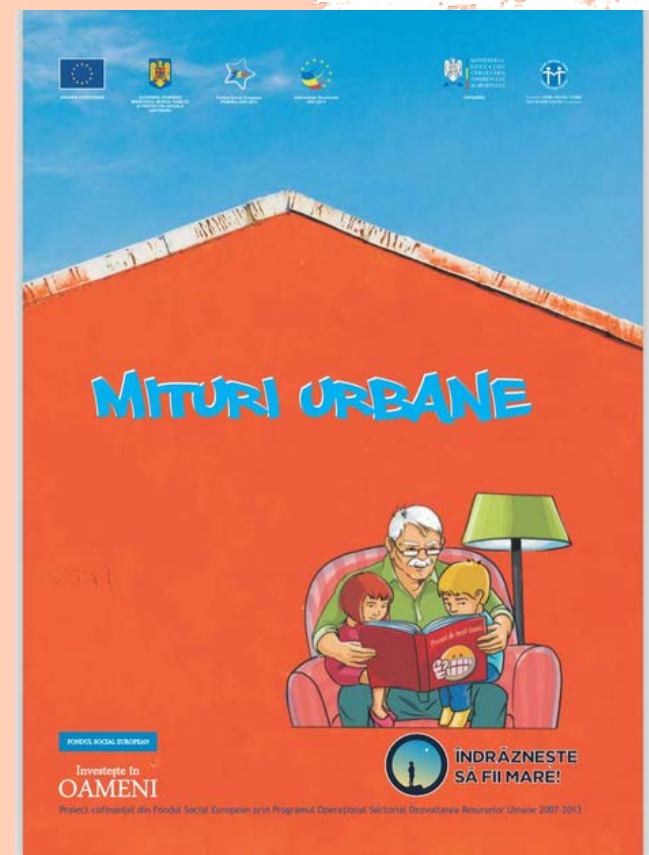
Descriu situația/ stabilesc ce decizie am de luat.
Explic alegerea mea.
Mă informez.
Obțin permisiunea.
Clarific ce este important pentru mine.
Iau în considerare riscurile.
Fac o listă cu soluții.
Fac un plan.
Mă gândesc la avantaje și dezavantaje pentru fiecare soluție în parte.
Stabilesc un termen realist.
Iau o decizie.

# Prevenirea comportamentelor cu risc - 15-18 ani (liceu)

Informație

## Subiecte abordate:

- Autocunoaștere, valori, stima de sine
- Identitate sexuală
- Comunicare în relații/ reciprocitate
- Anatomia (detaliată)
- Fiziologia și igiena sistemelor reproducătoare
- Planificare familială și metode contraceptive
- Infecții transmisibile sexual
- Demontarea miturilor



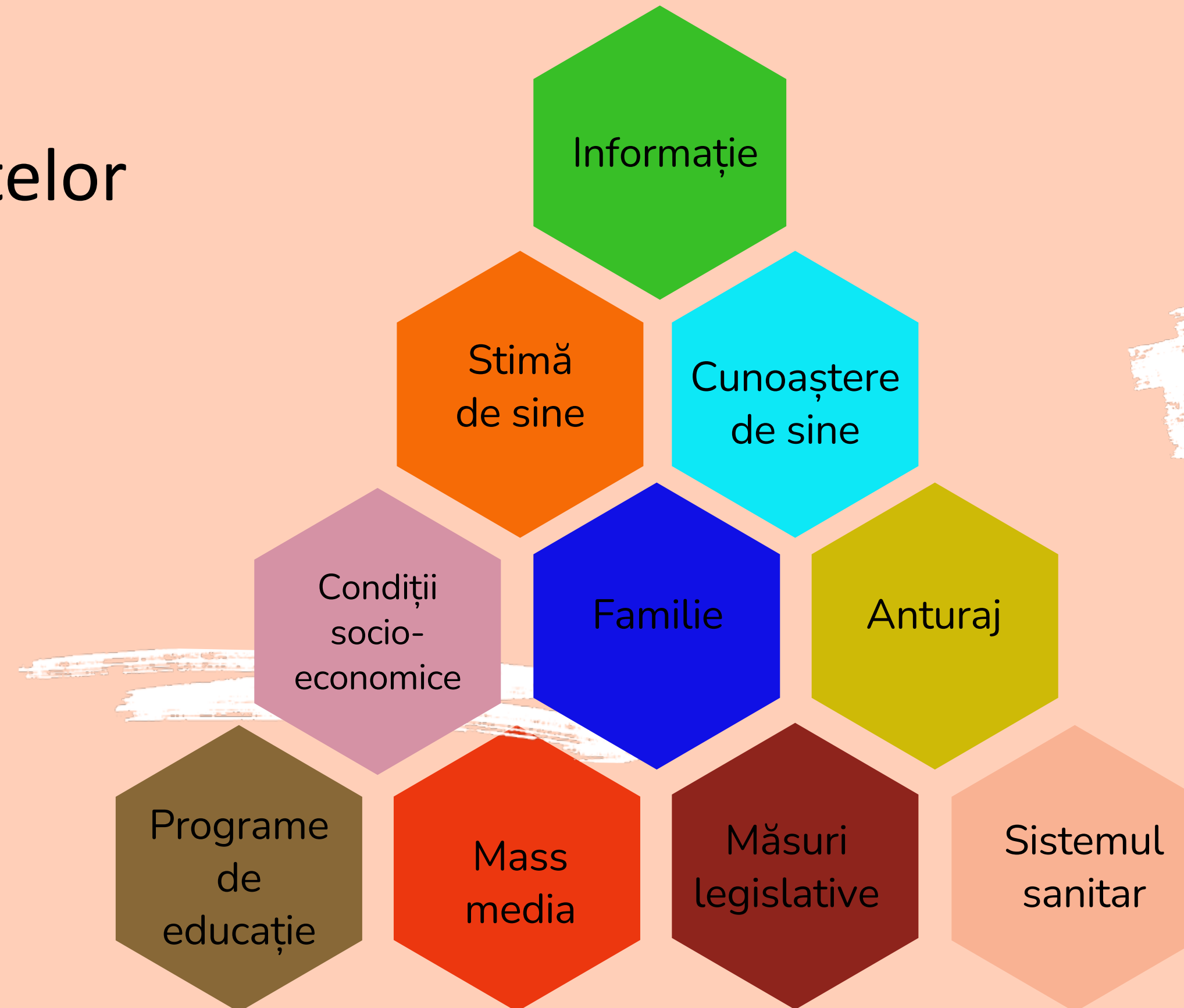
# Prevenirea comportamentelor cu risc - 15-18 ani (liceu)

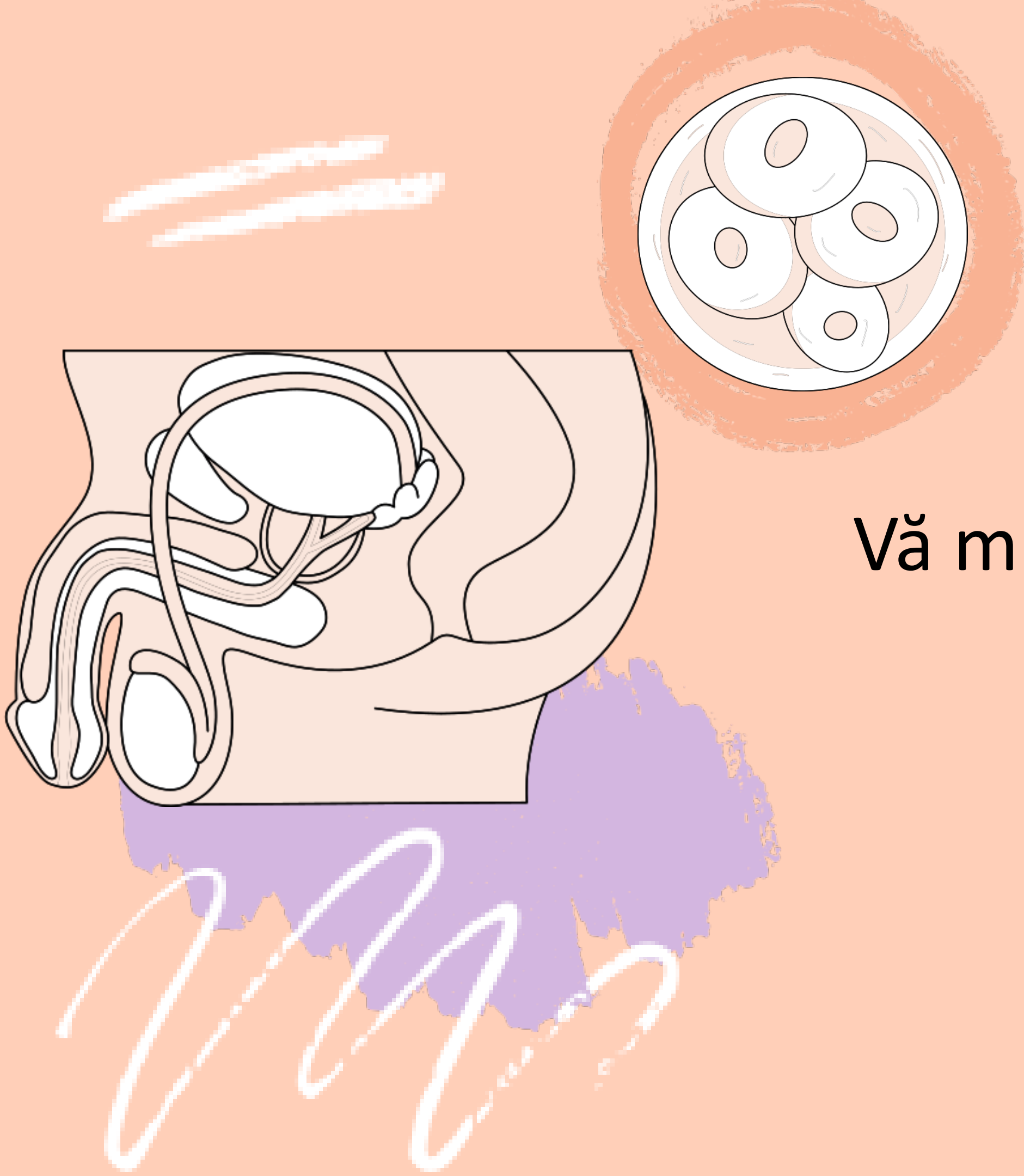
Informație

## Material de sprijin - SPUNE "NU" PRESIUNII Listă cu afirmații:

Afirmații	Posibile răspunsuri
Toată lumea face sex, numai tu nu vrei.	Nu sunt toată lumea; Cred că nu toată lumea o face.
Dacă mă iubești, vei face sex cu mine.	Dacă mă iubești, îmi vei respecta dorințele și sentimentele și nu mă vei forța.
Dacă nu vei face sex cu mine, te voi părăsi.	Dacă asta simți, atunci îți voi duce dorul, dacă așa trebuie să fie.
Știu că vrei să o faci, ți-e frică doar de ceea ce o să zică lumea.	Dacă aș fi vrut să o fac, nu aș fi avut această discuție cu tine.
Maturizează-te, doar n-o să fii un copil pentru totdeauna.	Asta nu înseamnă că ești matur. Matur ești atunci când iei o decizie și o respecti.
Hai să o facem, știi că vreau să ne căsătorim cândva.	Mai e mult până atunci, cine știe cu cine mă voi căsători.
Am mai făcut-o înainte, care este problema acum?	Am dreptul să mă răzgândesc. Am decis să mai aștept până când o voi face din nou.
Doar nu vrei ca restul să spună că nu ești o femeie/ un bărbat adevărat/ă.	A face sex nu dovedește că ești bărbat/ femeie adevărat/ă.
Nu vrei să încerci să vezi cum e?	Cred că e un motiv slab pentru a face sex, sunt prea multe riscuri doar pentru a afla cum e. Nu, mulțumesc!
Trebuie neapărat să o fac.	Nu, nu trebuie. Știu că nimic nu ți se va întâmpla. Dacă eu pot aștepta, atunci poți și tu.

# Prevenirea comportamentelor cu risc





Vă mulțumesc!

