

Σχέδιο Μαθήματος για τη Σεξουαλική Εκπαίδευση



Σχέσεις

Ηλικία 15-18 ετών

Το εκπαιδευτικό υλικό έχει αντληθεί από τον ιστότοπο [Teaching Sexual Health](https://teachingsexualhealth.ca)

Η μετάφραση και η προσαρμογή του υλικού είναι προϊόν εθελοντικής εργασίας κατόπιν αδείας από τον οργανισμό AHS.

Οποιαδήποτε χρήση του υλικού πρέπει να συνοδεύεται και από αναφορά στην πηγή του.

«Αυτό το υλικό έχει προσαρμοστεί από το trainingsexualhealth.ca © 2022 Alberta Health Services ("AHS") με την άδεια του AHS. Ο AHS δεν ευθύνεται για τυχόν ανακρίβειες σε περιεχόμενο διαφορετικό από το περιεχόμενο της αρχικής αγγλικής έκδοσης. Απαγορεύονται όλες οι πράξεις παραβίασης πνευματικών δικαιωμάτων, συμπεριλαμβανομένης της αναπαραγωγής, μετάφρασης, μετάδοσης, αναδημοσίευσης και διανομής αυτού του υλικού χωρίς γραπτή άδεια του AHS.»

Μετάφραση – Προσαρμογή: Μαρία Πατεράκη (2022)

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μελέτη διαφόρων στάσεων, αξιών και συμπεριφορών για την ανάπτυξη ουσιαστικών διαπροσωπικών σχέσεων

- αναγνώριση θετικών στοιχείων των σχέσεων π.χ. εμπιστοσύνη, ολοκλήρωση, σεβασμός, ευθύνη
- περιγραφή των δεξιοτήτων, των στάσεων και των συμπεριφορών για την ανάπτυξη, τη διατήρηση και τη βελτίωση της υγείας και της θετικότητας των σχέσεων
- περιγραφή του τρόπου με τον οποίο οι ρόλοι και οι προσδοκίες που δημιουργούν αλλάζουν με την ηλικία, την ανάπτυξη και τις αλλαγές στη ζωή
- ανάπτυξη στρατηγικών για την αναγνώριση μη υγιών σχέσεων

Μελέτη της σχέσης ανάμεσα στη δέσμευση και την εγγύτητα σε όλα τα επίπεδα

- αναγνώριση των προσδοκιών και των δεσμεύσεων σε διάφορες σχέσεις
- εξήγηση του ρόλου της εμπιστοσύνης και των τρόπων παγίωσής της σε μια σχέση
- ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης της ζήλιας

Αξιολόγηση πηγών και υποστηρικτικών συστημάτων για κάθε διάσταση της προσωπικής υγείας και ευεξίας αλλά αυτής των άλλων ατόμων

- αναγνώριση υποστηρικτικών συστημάτων και πηγών για τις μη υγιείς σχέσεις και στρατηγικές για την επικοινωνία με αυτές και τη χρήση τους.

Τρόπος χρήσης

Αυτό το σχέδιο μαθήματος περιέχει διάφορες δραστηριότητες για να πετύχει τα παραπάνω μαθησιακά αποτελέσματα. Μπορείτε να επιλέξετε να κάνετε κάποιες ή όλες τις δραστηριότητες, λαμβάνοντας υπόψη σας τις ανάγκες των παιδιών και τον διαθέσιμο χρόνο. Μερικές δραστηριότητες βασίζονται στις προηγούμενες, αλλά όλες μπορούν να χρησιμοποιηθούν μόνες τους.

Για ένα γρήγορο μάθημα, συνδυάστε τις δραστηριότητες Α, Β, ΣΤ και Ζ.

Αν επιλέξετε να μην κάνετε όλες τις δραστηριότητες, χρησιμοποιήστε την επαγγελματική σας κρίση για να εκτιμήσετε ποια μαθησιακά αποτελέσματα έχετε καλύψει και για ποια ίσως χρειαστούν επιπλέον δραστηριότητες.

Δραστηριότητες για την τάξη και χρόνος

Α. Βασικοί Κανόνες (5-10 λεπτά)

Β. Υγιείς, Μη Υγιείς και Κακοποιητικές Σχέσεις (20-30 λεπτά)

Γ. Παιχνίδια Ρόλων (30-60 λεπτά)

Δ. Ρομαντικές Σχέσεις (15-20 λεπτά)

Ε. Παιχνίδι Ρόλων (30-60 λεπτά)

ΣΤ. Πηγές και Υποστήριξη (5-10 λεπτά)

Ζ. Κουτί Ερωτήσεων (5-10 λεπτά)

Απαιτούμενα υλικά

ΚΑΡΤΕΣ: Υγιείς/Μη Υγιείς/Κακοποιητικές Σχέσεις

ΔΙΑΦΑΝΙΕΣ: Υγιείς Σχέσεις, Μη Υγιείς Σχέσεις, Κακοποιητικές Σχέσεις

ΔΙΑΦΑΝΙΕΣ: Τύποι Επικοινωνίας, Στυλ Επικοινωνίας

ΕΝΤΥΠΟ: Σενάρια Σχέσεων 1-7

ΚΑΡΤΕΣ: Εξέλιξη της Σχέσης

ΕΝΤΥΠΟ: Μελέτη Περίπτωσης

ΔΙΑΦΑΝΙΕΣ: Πλάνο για την Ασφάλεια των Εφήβων

ΔΙΑΦΑΝΙΕΣ: Αν νομίζεις ότι ο/η φίλος/-η σου κακοποιείται, κακοποιεί

ΔΙΑΦΑΝΙΕΣ: Πηγές

Πληροφορίες για εκπαιδευτικούς

Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, οι σχέσεις παρέχουν ευκαιρίες για την ανάπτυξη του ατόμου και της αυτοεκτίμησής του. Οι φιλίες και οι ρομαντικές σχέσεις δίνουν στα παιδιά την ευκαιρία να αναπτύξουν δεξιότητες και συμπεριφορές που θα βοηθήσουν στην ανάπτυξη και στη διατήρηση υγιών σχέσεων.

Για να αναπτύξουν τα παιδιά στην εφηβεία υγιείς σχέσεις, πρέπει να είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πότε οι σχέσεις είναι υγιείς, μη υγιείς ή κακοποιητικές. Τα άτομα στην εφηβεία είναι ευάλωτα στην κακοποίηση μέσα σε μια σχέση, επειδή δεν έχουν πείρα και λόγω της επιρροής που ασκούν πάνω τους διάφοροι μύθοι, συμπεριλαμβανομένης της οπτικής που θέλει τη βία ως πράξη αγάπης. Η έρευνα δείχνει ότι το 10-25% των ατόμων στην εφηβεία βιώνει σωματική και λεκτική επιθετικότητα στις ρομαντικές τους σχέσεις και το 9% έχει βιώσει σωματική βία.

	Υγιείς	Μη Υγιείς	Κακοποιητικές
Έκφραση συναισθημάτων	Και τα δύο μέρη της σχέσης νιώθουν ασφαλή και αρκετά δυνατά ώστε να μπορούν να μοιραστούν, το ένα με το άλλο, τα συναισθήματά τους.	Το ένα μέρος της σχέσης δε νιώθει άνετα να πει στο άλλο πώς πραγματικά νιώθει.	Το ένα μέρος της σχέσης φοβάται να πει στο άλλο πώς νιώθει. Φοβάται ότι θα εισπράξει απόρριψη, ταπείνωση, απειλή ή θα ταπεινωθεί.
Επικοινωνία	Και τα δύο μέρη της σχέσης ακούν και σέβονται την οπτική, το ένα του άλλου. Αποφασίζουν μαζί.	Το ένα μέρος της σχέσης αγνοεί και δεν σέβεται τις απόψεις του άλλου.	Το ένα μέρος φέρεται στο άλλο με ασέβεια. Το ένα μέρος αγνοεί τις ιδέες και τα συναισθήματα του άλλου ή τα γελοιοποιεί.
Διαφωνίες	Και τα δύο μέρη της σχέσης έχουν ισότιμα λόγο στη σχέση. Δείχνουν σεβασμό το ένα στο άλλο, ακόμα κι όταν διαφωνούν. Βρίσκουν λύσεις μαζί, ώστε το καθένα να πάρει αυτό που χρειάζεται.	Οι διαφωνίες συχνά μετατρέπονται σε καυγάδες που περιλαμβάνουν φωνές, κριτική ή προσβολές.	Το ένα μέρος της σχέσης φοβάται να εκφράσει διαφωνία, επειδή δεν θέλει να εξαγριωθεί το άλλο μέρος ή να γίνει βίαιο. Η διαφωνία χρησιμοποιείται ως δικαιολογία για κακοποίηση.
Οικειότητα και σεξ	Και τα δύο μέρη της σχέσης είναι ειλικρινή για το πώς νιώθουν σε σχέση με τη σωματική επαφή και το σεξ. Κανένα από τα δύο μέρη δε νιώθει πίεση να κάνει κάτι που δεν θέλει.	Το ένα μέρος της σχέσης ντρέπεται να πει πώς νιώθει ή τι χρειάζεται. Το ένα μέρος της σχέσης ακολουθεί σε πράγματα με τα οποία δε νιώθει άνετα.	Το ένα μέρος της σχέσης αγνοεί τις ανάγκες και τις επιθυμίες του άλλου. Το ένα μέρος της σχέσης μπορεί να δεχθεί πιέσεις να κάνει πράγματα με τα οποία δε νιώθει άνετα ή φοβάται ή ντρέπεται.

Προσωπικός χρόνος	Και τα δύο μέρη της σχέσης μπορούν να περάσουν χρόνο χωριστά και να το θεωρούν ως ένα υγιές κομμάτι της σχέσης τους.	Το ένα μέρος της σχέσης πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά αν το άλλο θέλει να έχει προσωπικό χρόνο. Το ένα μέρος προσπαθεί να κρατήσει το άλλο για τον εαυτό του.	Το ένα μέρος της σχέσης δεν αφήνει το άλλο να έχει προσωπικό χρόνο, επειδή πιστεύει ότι αυτό αποτελεί απειλή για τη σχέση τους. Το ένα μέρος της σχέσης μπορεί να παρακολουθεί το άλλο και να το απομονώσει από το οικογενειακό και φιλικό του περιβάλλον.
Εμπιστοσύνη	Και τα δύο μέρη της σχέσης εμπιστεύονται το ένα το άλλο. Και τα δύο μέρη της σχέσης νιώθουν καλά το καθένα να περνάει χρόνο και με άλλους ανθρώπους.	Το ένα μέρος της σχέσης ζηλεύει όταν το άλλο μιλάει ή περνάει χρόνο με κάποιον άλλον άνθρωπο.	Το ένα μέρος κατηγορεί το άλλο ότι φλερτάρει ή έχει κάποια άλλη σχέση. Το ένα μέρος απαιτεί από το άλλο να μη μιλά σε άλλους ανθρώπους
Λεκτική επικοινωνία	Και τα δύο μέρη εκτιμούν τις διαφορές τους και προσπαθούν να μην είναι επικριτικά. Και τα δύο μέρη της σχέσης προσπαθούν πολύ να μην χρησιμοποιούν σκληρά λόγια μεταξύ τους ή όταν μιλούν το ένα για το άλλο σε τρίτα άτομα.	Έχουν υπάρξει κάποιες φορές που έχουν χρησιμοποιηθεί σκληρές λέξεις και το ένα μέρος έχει νιώσει ότι κινδυνεύει σωματικά. Δεν υπάρξει σαφές μοτίβο κακοποίησης.	Υπάρχει ένα μοτίβο αυξανόμενης και συνεχούς λεκτικής και ψυχολογικής κακοποίησης. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την καταστροφή προσωπικών αντικειμένων, βρισιές, απειλές για τραυματισμό ή θάνατο του άλλου μέρους ή κάποιου ατόμου της οικογένειάς του ή του κατοικίδιου του.
Βία	Δεν υπάρχει σωματική βία ή απειλή βίας στη σχέση. Κανένα μέρος δε νιώθει ότι κινδυνεύει η σωματική του ακεραιότητα. Και τα δύο μέρη συμπεριφέρονται με προστατευτικό τρόπο, το ένα προς το άλλο (π.χ. ασφαλέστερο σεξ).	Έχουν υπάρξει κάποιες φορές που το ένα μέρος νιώθει ότι κινδυνεύει η σωματική του ακεραιότητα. Δεν υπάρχει σαφές μοτίβο κακοποίησης ή βίας.	Υπάρχει ένα αυξανόμενο και συνεχές μοτίβο με σπρωξίματα, χαστουκίσματα, τραντάγματα, πνιγίματα, χτυπήματα ή εξαναγκασμού σε σεξουαλική επαφή.

Προετοιμαστείτε για αποκαλύψεις και για συναισθηματική δυσφορία

Θέτοντας το θέμα της σεξουαλικής κακοποίησης μπορεί να προκληθεί συναισθηματική δυσφορία σε κάποια παιδιά ή να υπάρξουν σημάδια ότι έχουν βιώσει σεξουαλική κακοποίηση ή έχουν υπάρξει μάρτυρες σε περιστατικό. Η διαχείριση επίμαχων θεμάτων ενθαρρύνει τα παιδιά να εξετάσουν τις πεποιθήσεις και τις εμπειρίες τους. Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να συμπεριφερθούν με ευαισθησία και διακριτικότητα όταν έχουν να διαχειριστούν ευαίσθητες πληροφορίες που αφορούν κάποιο συγκεκριμένο παιδί ή μπορεί να προκαλέσουν ντροπή ή συναισθηματική δυσφορία στο ίδιο ή στην οικογένειά του.

Για να διατηρήσετε τόσο την ασφάλεια όσο και τη συμμετοχή των παιδιών, βοηθάει να εξοικειωθείτε με την άσκηση φροντίδας με γνώση τραύματος¹ (Trauma-Informed Care), να κάνετε χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας και να γνωρίζετε τα συναισθήματα και τις ιστορίες τους. Είναι επίσης σημαντικό να δώσετε μεγάλη έμφαση στον σεβασμό του απορρήτου για όλα τα μέλη της τάξης.

- Σεβαστείτε και ενισχύστε το απόρρητο και την ευαισθησία στην τάξη και περιμένετε να δείτε πού θα οδηγήσουν οι συζητήσεις, ώστε να προστατεύσετε τα παιδιά από το να αποκαλύψουν ακατάλληλες προσωπικές πληροφορίες.
- Πριν ξεκινήσετε αυτά τα μαθήματα, συμβουλευτείτε κάποιο άτομο ειδικό (π.χ. σχολικό ψυχολόγο).
- Βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά κατανοούν ότι οι αποκαλύψεις για κακοποίηση δε μπορούν να παραμείνουν απόρρητες. Η αποκάλυψη είναι το πρώτο βήμα για να λάβει βοήθεια ένα παιδί που βιώνει κακοποίηση.
- Εξηγήστε στα παιδιά τι μπορούν να περιμένουν αν αποκαλύψουν την κακοποίηση π.χ. αναγνώριση, σεβασμός της αποκάλυψης, ανακατεύθυνση της συζήτησης εκτός τάξης και εγγύηση ότι θα συνδεθούν με πηγές υποστήριξης.

Σε περίπτωση που κάποιο από τα παιδιά χρειάζεται στήριξη, επικοινωνήστε με τις παρακάτω δομές:

- Γραμμή για τα Παιδιά 8001132000
- Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης – Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας 197
- Εθνική Γραμμή Παιδικής Προστασίας 1107
- Μαζί για το Παιδί 11525
- Εθνική Γραμμή SOS 1056

Ευρωπαϊκή Γραμμή Υποστήριξης Παιδιών 116111

Συμπεριληπτική γλώσσα

Η γλώσσα είναι περίπλοκη, εξελίσσεται και είναι ισχυρή. Σε αυτά τα μαθήματα, η συμπεριληπτική γλώσσα χρησιμοποιείται για να συμπεριλάβει όλα τα παιδιά, συμπεριλαμβανομένων αυτών με

¹ Αποτελεί μια προσέγγιση κατά την οποία η φροντίδα των ανθρώπων που φέρουν τραύμα ασκείται με τρόπο που αποκλείει τον εκ νέου τραυματισμό τους.

διαφορετική ταυτότητα φύλου, έκφραση φύλου και σεξουαλικό προσανατολισμό από τον κυρίαρχο. Κάτι τέτοιο περιλαμβάνει τη χρήση της λέξης «αυτά» ως αντωνυμία ενικού ουδέτερου γένους.

Το βιολογικό φύλο ενός ατόμου μπορεί να είναι αρσενικό, θηλυκό ή ίντερσεξ (όχι αυστηρά καθορισμένο ως αρσενικό ή θηλυκό)². Το βιολογικό φύλο είναι ανεξάρτητο από την ταυτότητα φύλου. Η ταυτότητα φύλου είναι η εσωτερική αίσθηση που έχει το άτομο για την ταυτότητά του ως θηλυκό, αρσενικό, και τα δύο ή κανένα, ανεξάρτητα από το φύλο που του αποδόθηκε κατά τη γέννηση³. Για πολλούς ανθρώπους, το κοινωνικό τους φύλο ταιριάζει με το φύλο που τους έχει αποδοθεί κατά τη γέννηση (cisgender). Για άλλους, η ταυτότητα φύλου τους δεν ταιριάζει με το φύλο που τους έχει αποδοθεί κατά τη γέννηση. Οι άνθρωποι αυτοί μπορεί να χρησιμοποιούν όρους όπως «διεμφυλικός/-η», «τρανς», non-binary, gender fluid, άφυλο (agender) ή άλλους, για να περιγράψουν την ταυτότητα φύλου τους. Εδώ, κυρίως χρησιμοποιείται ο όρος-ομπρέλα «τρανς» για να περιγράψει άτομα που η ταυτότητα φύλου τους διαφέρει από το φύλο που τους αποδόθηκε κατά τη γέννηση. Παρότι αυτός ο όρος-ομπρέλα δεν εκφράζει όλα τα άτομα, ο σκοπός είναι να είμαστε όσο πιο συμπεριληπτικοί γίνεται.

A. Βασικοί Κανόνες

Βεβαιωθείτε ότι έχουν καθοριστεί βασικοί κανόνες πριν από την έναρξη του μαθήματος. Για τις τάξεις που έχουν ήδη καθοριστεί βασικοί κανόνες, η επανεξέτασή τους μπορεί να διασφαλίσει ένα επιτυχημένο μάθημα.

B. Υγιείς, Μη Υγιείς, Κακοποιητικές Σχέσεις

Τα παιδιά ξεκαθαρίζουν το πώς κατανοούν τις σχέσεις και αναγνωρίζουν τα χαρακτηριστικά της υγιούς, μη υγιούς και κακοποιητικής σχέσης.

1. Ζητήστε από τα παιδιά να δώσουν τον ορισμό της σχέσης.
 - Η σχέση είναι η σύνδεση μεταξύ των ανθρώπων. Παρότι ερχόμαστε σε επαφή με πολλούς ανθρώπους καθημερινά, μόνο με λίγους από αυτούς θα συνδεθούμε ερωτικά ή φιλικά.
 - Σχηματίζουμε σχέσεις από τη στιγμή που ερχόμαστε στη ζωή, με τους γονείς, τα αδέρφια, τα άτομα του οικογενειακού μας κύκλου και με τα πρόσωπα φροντίδας.
 - Όσο μεγαλώνουμε, σχηματίζουμε σχέσεις με συνομήλικα άτομα, εκπαιδευτικούς και συναδέλφους.
 - Μερικοί άνθρωποι έχουν πολλές σχέσεις, μεγάλο κύκλο φίλων και γνωστών, ενώ άλλοι έχουν λίγες.
2. Ζητήστε από τα παιδιά να κάνουν μια λίστα με τα οφέλη που προσφέρουν οι σχέσεις.

² Ενημερωθείτε σχετικά με την ίντερσεξ κατάσταση και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι ίντερσεξ άνθρωποι, από την οργάνωση «Intersex Greece»: <https://intersexgreece.org.gr/>

³ Ενημερωθείτε σχετικά με ζητήματα σεξουαλικότητας και φύλου από την οργάνωση «Πολύχρωμο Σχολείο»: <https://rainbowschool.gr/>

- Η λίστα αυτή μπορεί να περιέχει την αγάπη, τη συντροφικότητα, την ασφάλεια, το μοίρασμα ενδιαφερόντων, την τρυφερότητα, το μοίρασμα ελπίδων, ονείρων και προβλημάτων, τη διασκέδαση, την υποστήριξη κ.α.
3. Γράψτε στον πίνακα ή σε τρία μεγάλα κομμάτια χαρτί τους τίτλους **Υγιής, Μη Υγιής και Κακοποιητική**.
 4. Μοιράστε τις κάρτες «Υγιής/Μη Υγιής/Κακοποιητική» στα παιδιά. Αν τα παιδιά είναι περισσότερα από τις κάρτες ομαδοποιήστε τα. Ζητήστε από τα παιδιά να τοποθετήσουν τις κάρτες κάτω από τον τίτλο στον οποίο ταιριάζουν καλύτερα.

Απαντήσεις

Υγιής	Μη Υγιής	Κακοποιητική
Είναι εντάξει όταν ο/η σύντροφός σου περνά χρόνο με φιλικά πρόσωπα ή την οικογένειά του/της χωρίς εσένα.	Ο/η σύντροφός σου έχει τη δύναμη να σε κάνει να νιώθεις άσχημα και τη χρησιμοποιεί.	Ο/η σύντροφός σου σε έχει βλάψει σωματικά από πρόθεση.
Είναι εντάξει για τον/τη σύντρόφό σου να περνάς μόνος/-η χρόνο με φιλικά πρόσωπα ή την οικογένειά σου.	Ο/η σύντροφός σου επανειλημμένως σου ζητά να κάνεις σεξουαλικές πράξεις που δεν θέλεις.	Φοβάσαι τον θυμό του/της συντρόφου σου και αποφεύγεις να τον/την κάνεις να θυμώσει.
Αρέσεις στον/στη σύντρόφό σου και σου το δείχνει και σου το λέει.	Όταν αρνείσαι να κάνεις συγκεκριμένες σεξουαλικές πράξεις, ο/η σύντροφός σου σε ταπεινώνει.	Έχεις σταματήσει να βλέπεις φιλικά πρόσωπα ή και την οικογένειά σου επειδή ο/η σύντροφός σου ζηλεύει.
Συναποφασίζετε για το πώς θα περάσετε τον κοινό σας χρόνο.	Ο/η σύντροφός σου σε έχει απειλήσει ότι θα σε χωρίσει.	Έχεις κάνει σεξουαλικές πράξεις που δεν ήθελες, επειδή ο/η σύντροφός σου σε πίεσε.
Συνήθως νιώθεις χαρούμενος/-η μέσα στη σχέση.	Ο/η σύντροφός σου πιστεύει πως η ζήλεια είναι ένδειξη αγάπης.	Ο/η σύντροφός σου απειλεί να βλάψει τον εαυτό του/της αν χωρίσετε.
Έχετε συναποφασίσει ότι είστε ζευγάρι και υπάρχει εμπιστοσύνη μεταξύ σας ότι θα τηρήσετε αυτό που συναποφασίσατε.	Πιστεύεις ότι μπορείς να εξαλείψεις τα προβλήματα του/της συντρόφου σου.	Ο/η σύντροφός σου απειλεί να δημοσιεύσει ιδιωτικές/γυμνές φωτογραφίες σου αν χωρίσετε.
Μπορείς να είσαι ειλικρινής για τα συναισθήματά σου και να μιλάς γι' αυτά ελεύθερα.	Ανησυχείς ότι η σχέση θα τελειώσει και θα έκανες τα πάντα για να μην.	Ο/η σύντροφός σου δημοσιεύει ιδιωτικές/γυμνές φωτογραφίες σου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης
Τόσο εσύ όσο και ο/η σύντροφός σου προστατεύετε από ΣΜΛ ή και από απρογραμματίστη εγκυμοσύνη.	Ο/η σύντροφός σου επανειλημμένως σου ζητά να κάνετε σεξ χωρίς προφυλάξεις.	Ο/η σύντροφός σου αφαίρεσε τις προφυλάξεις κατά τη διάρκεια του σεξ χωρίς να το γνωρίζετε.

5. Καθοδηγήστε μια ομαδική συζήτηση σχετικά με την τοποθέτηση των καρτών, χρησιμοποιώντας τις ακόλουθες ερωτήσεις ως οδηγό:

Τι χαρακτηρίζει μια υγιή σχέση; Δείξτε στα παιδιά τη διαφάνεια «Υγιείς σχέσεις».

Τι χαρακτηρίζει μια μη υγιή σχέση; Δείξτε στα παιδιά τη διαφάνεια «Μη υγιείς σχέσεις».

Γιατί κάποιο άτομο μπορεί να μη μιλήσει αν βρίσκεται σε μια μη υγιή ή κακοποιητική σχέση;
Μπορεί να νιώθει:

- ντροπή, ταπείνωση, ότι είναι ανόητο, ότι δεν αξίζει
- μόνο του και φόβο να μην πληγωθεί
- ότι φταίει
- φοβισμένο ότι θα μπλέξει
- φόβο ότι οι γονείς ή τα φιλικά πρόσωπα θα το κρίνουν ή θα το κατηγορήσουν ή θα νιώσουν απογοήτευση
- σύγχυση – μπορεί να πιστεύει ότι έτσι δείχνουν οι άνθρωποι την αγάπη τους
- Η έκφραση «ο έρωτας είναι τυφλός» συχνά ισχύει. Κάποιο άτομο μπορεί να νιώθει ότι είναι τόσο ερωτευμένο που δε μπορεί να δει το βάθος των προβλημάτων και να μένει στη σχέση για τους λόγους που ακολουθούν

Γιατί οι άνθρωποι μένουν σε μη υγιείς ή κακοποιητικές σχέσεις;

- Μπορεί να πιστεύουν ότι τα πράγματα θα βελτιωθούν, ότι τα προβλήματα είναι απλώς μια φάση που θα περάσει ή ότι μπορούν να αλλάξουν τον/τη σύντροφό τους.
- Μπορεί να έχουν δει αυτές τις συμπεριφορές σε άλλη σχέση, για παράδειγμα στο σπίτι τους, και να μην αντιλαμβάνονται ότι τα χαρακτηριστικά τους είναι μη υγιή.
- Μερικοί άνθρωποι νιώθουν ότι είναι πιο σημαντικό για εκείνους να έχουν έναν/μία σύντροφο παρά να φύγουν από μία μη υγιή σχέση. Μπορεί να φοβούνται να διακόψουν τη σχέση είτε γιατί νιώθουν πως δε μπορούν να ζήσουν χωρίς το άλλο άτομο είτε γιατί φοβούνται ότι το άλλο άτομο μπορεί να γίνει κακοποιητικό ή βίαιο τόσο σε εκείνους όσο και στους αγαπημένους τους ανθρώπους.
- Το άτομο που κακοποιεί μπορεί συχνά να δείχνει ή να εκφράζει ειλικρινή ντροπή ή μεταμέλεια για την κακοποιητική του συμπεριφορά, όμως συνεχίζει να την επαναλαμβάνει.

Αν ένα άτομο είναι σε μια μη υγιή σχέση τι μπορεί να κάνει γι' αυτό;

- Μπορεί να ζητήσει βοήθεια από κάποιο φιλικό πρόσωπο εμπιστοσύνης ή από κάποιο ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης. Αυτό αποτελεί ένα εξαιρετικό πρώτο βήμα.
- Είναι σημαντικό να μπορεί να αναγνωρίσει τα μη υγιή χαρακτηριστικά σε μία σχέση προτού γίνουν κακοποιητικά.
- Μπορεί να μιλήσει στον/στη σύντροφό του, να μοιραστεί τις ανησυχίες του, να θέσει ξεκάθαρα τα όριά του και να σκεφτεί τη διακοπή της σχέσης αν δεν αλλάξουν τα πράγματα.
- Είναι πιθανό να αλλάξει μια μη υγιή σχέση σε υγιή με υποστήριξη. Μπορεί η σχέση να μην είναι δυνατό να σωθεί και σε αυτή την περίπτωση να είναι πιο υγιές και για τα δύο μέρη της να τερματιστεί.

6. Δείξτε στα παιδιά τις διαφάνειες με τίτλο «Κακοποιητικές Σχέσεις».
- Η συζήτηση με φιλικά πρόσωπα ή άλλα άτομα εμπιστοσύνης είναι σημαντική. Πολλές φορές η οπτική των φιλικών μας προσώπων μας επιτρέπει να ξέρουμε πώς βλέπουν τη σχέση.
 - Αν πιστεύεις ότι είσαι σε μια κακοποιητική σχέση, είναι σημαντικό να μιλήσεις σε κάποιο ενήλικο άτομο εμπιστοσύνης. Χωρίς βοήθεια οι κακοποιητικές σχέσεις δεν βελτιώνονται, χειροτερεύουν.
7. Ζητήστε από τα παιδιά να φέρουν παραδείγματα διαφόρων μορφών κακοποίησης, υπό τους ακόλουθους τίτλους:

Σωματική κακοποίηση: Η σκόπιμη χρήση οποιασδήποτε πράξης μπορεί να προκαλέσει πόνο ή τραυματισμό. Σπρώξιμο, κλωτσιές, χτυπήματα, μπουνιές, τσιμπήματα, τράβηγμα μαλλιών, πέταγμα πραγμάτων, απειλή τραυματισμού με όπλο.

Συναισθηματική/ψυχολογική κακοποίηση: Βρισιές, προσβολές, κατηγορίες, ταπείνωση, ουρλιαχτά ή φωνές, ασέβεια, πρόκληση ντροπής, εκρήξεις, ακραίες εναλλαγές διάθεσης, χειραγώγηση, κτητικότητα, απομόνωση, αποκάλυψη σε άλλα πρόσωπα/κομψασμοί σχετικά με τις λεπτομέρειες της ερωτικής σχέσης

Σεξουαλική κακοποίηση: Οποιοδήποτε ανεπιθύμητο άγγιγμα, σεξουαλικές πράξεις χωρίς συναίνεση, χλευασμός για την άρνηση πραγματοποίησης συγκεκριμένων σεξουαλικών πράξεων, απροφύλακτες σεξουαλικές πρακτικές, εξαναγκασμός του ατόμου σε ταπεινωτικές, εξευτελιστικές ή επώδυνες σεξουαλικές πράξεις, διαμοιρασμός βίντεο και φωτογραφιών με σεξουαλικό ή ταπεινωτικό περιεχόμενο

Εκφοβισμός: Καταστροφή αντικειμένων, καταστροφή προσωπικών αντικειμένων, απειλές για πρόκληση βλάβης στον/στη σύντροφο ή σε άτομα του φιλικού και του οικογενειακού περιβάλλοντος ή σε κατοικίδια, απειλές για αυτοκτονία, απειλητικοί μορφασμοί ή χειρονομίες, παρακολούθηση, επικοινωνία μέσω τηλεφώνου, μηνυμάτων και email που προκαλεί φόβο ή συναισθηματική δυσφορία, ενοχές, παιχνίδια του μυαλού.

8. Ρωτήστε τα παιδιά πόσο συνηθισμένοι πιστεύουν ότι είναι αυτοί οι τύποι κακοποίησης στις σχέσεις κατά την περίοδο της εφηβείας.
- Πρόσφατες έρευνες δείχνουν ότι το 9% των ατόμων ηλικίας 14-18 ετών έχει βιώσει βίαιες συμπεριφορές μέσα ερωτική σχέση, και το 10-25% έχει βιώσει σωματική και λεκτική επίθεση μέσα σε ερωτική σχέση.
 - Παρότι οι έφηβες γυναίκες δήλωσαν σε πολύ υψηλά ποσοστά την άσκηση βίας εναντίον τους μέσα σε ερωτική σχέση, κάθε σχέση με άτομα κάθε φύλου ή σεξουαλικού προσανατολισμού μπορεί να βιώσουν κακοποίηση.
9. Ζητήστε από τα παιδιά να σκεφτούν ποιες μπορεί να είναι μερικές από τις ενδείξεις που παραπέμπουν στην πιθανότητα κάποιο άτομο να βρίσκεται σε κακοποιητική σχέση:

Ένα άτομο που κακοποιείται μπορεί να:

- Έχει σωματικά τραύματα όπως μελανιές, πληγές, γρατσουνιές ή σπασμένα οστά και η ιστορία που θα σας πει για να δικαιολογήσει την κατάστασή του να μην σας πείθει.
- Κάνει ξαφνικές αλλαγές στον τρόπο που ντύνεται ή στον τρόπο που βάζεται.
- Σημειώνει σημαντικά μειωμένη επίδοση στο σχολείο ή να παρατήσει δραστηριότητες που συνήθιζε να κάνει.
- Εκφράζει συναισθηματικά ξεσπάσματα ή υπερβολικές αντιδράσεις για πράγματα που φαίνονται μικρά και ασήμαντα.
- Απομακρυνθεί από φιλικά πρόσωπα και από την οικογένειά του.
- Δυσκολεύεται να πάρει αποφάσεις.
- Εκφράζει ξαφνικές αλλαγές στη διάθεση ή στην προσωπικότητα (π.χ. να γίνεται αγχώδης ή να νιώθει θλίψη, να παρεκτρέπεται, να γίνεται μυστικοπαθής).
- Σημειώνει αλλαγές στην αυτοπεποίθηση
- Ζητά συχνά συγγνώμη, ακόμα και όταν δεν έχει κάνει κάτι λάθος
- Μαζεύεται ως αντίδραση σε μια ξαφνική μη βίαιη κίνηση (π.χ. σε μια ξαφνική κίνηση «κόλλα πέντε»)
- Σημειώνει αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες του ή στον ύπνο, να αποφεύγει τη βλεμματική επαφή.
- Κάνει χρήση αλκοόλ ή και άλλων ψυχοδραστικών ουσιών ή να έχει αυξήσει τη χρήση τους.

10. Ζητήστε από τα παιδιά να σκεφτούν ποιες συμπεριφορές θα μπορούσαν να είναι προειδοποιητικά σημάδια ότι ένα άτομο είναι κακοποιητικό και εν δυνάμει βίαιο:

- Πιέζει να γίνει μια σχέση πιο σοβαρή ή να υπάρξει σεξουαλική επαφή
- Εκφράζουν ακραία ζήλια και κτητικότητα και πιστεύουν ότι αυτές οι καταστροφικές εκδηλώσεις συναισθημάτων είναι έκφραση αγάπης
- Ελέγχει (π.χ. παίρνει όλες τις αποφάσεις, δεν λαμβάνει σοβαρά υπόψη τη γνώμη του άλλου ατόμου)
- Χειραγωγεί το άλλο άτομο μέσα από την καλλιέργεια ενοχής (π.χ. «αν με αγαπούσες πραγματικά θα..»)
- Κατηγορεί το άλλο άτομο για τα προβλήματα της σχέσης (π.χ. «εσύ φταις που βγαίνω εκτός εαυτού»)
- Ζητά συγγνώμη για τις βίαιες συμπεριφορές, υπόσχεται ότι δεν θα το κάνει ποτέ ξανά και πως θα αλλάξει
- Κρατά μακριά το άλλο άτομο από τον φιλικό και οικογενειακό κύκλο

Γ. Παιχνίδια Ρόλων

Τα παιδιά ασκούν δεξιότητες μέσω των οποίων θα αναπτύξουν, θα διατηρήσουν και θα ενισχύσουν την υγεία στις σχέσεις.

1. Παρουσιάστε τη δραστηριότητα τονίζοντας ότι η επικοινωνία είναι βασικό συστατικό όλων των σχέσεων. Επικοινωνία σημαίνει ανταλλαγή σκέψεων, ιδεών, συναισθημάτων μεταξύ δύο ή περισσότερων ατόμων. Οι άνθρωποι επικοινωνούν λεκτικά (μιλώντας ή γράφοντας) και μη

λεκτικά (στάση σώματος, εκφράσεις προσώπου). Η ενεργητική ακρόαση είναι επίσης σημαντικό κομμάτι της επικοινωνίας.

2. Παρουσιάστε τις διαφάνειες «Τύποι Επικοινωνίας» και συζητήστε τις διαφορές μεταξύ τους.
3. Συνοψίστε τις διαφορές χρησιμοποιώντας τη διαφάνεια «Στυλ Επικοινωνίας».
4. Εξηγήστε στα παιδιά ότι η παρακάτω δραστηριότητα θα τους επιτρέψει να ασκήσουν δεξιότητες μέσω των οποίων θα αναπτύξουν, θα διατηρήσουν και θα ενισχύσουν την υγεία στις σχέσεις με τη χρήση της δυναμικής επικοινωνίας.
5. Σχηματίστε ομάδες των 2-5 παιδιών.
6. Δώστε σε κάθε ομάδα μια κάρτα «Σενάρια Σχέσεων 1-7».
7. Εξηγήστε στις ομάδες ότι θα σχεδιάσουν και θα παρουσιάσουν ένα παιχνίδι ρόλων διάρκειας 1-3 λεπτών, το οποίο θα βασίζεται στην κάρτα τους και θα προβάλει παραδείγματα δυναμικής επικοινωνίας και διαπραγμάτευσης.
8. Κάθε παιχνίδι ρόλων ορίζει τουλάχιστον δύο χαρακτήρες, αλλά οι ομάδες μπορούν να προσθέσουν και άλλους αν θέλουν. Διευκρινίστε στα παιδιά αν περιμένετε να έχουν όλα τα μέλη της ομάδας ρόλο ή αν είναι εντάξει κάποια μέλη να συμβάλουν μόνον στη δημιουργία του σεναρίου.
9. Δώστε στις ομάδες 10-20 λεπτά για να σχεδιάσουν και προβάρουν το παιχνίδι ρόλου τους.
10. Ζητήστε από τις ομάδες να παρουσιάσουν στην τάξη το παιχνίδι ρόλου που ετοίμασαν. Ζητήστε τους να ξεκινήσουν διαβάζοντας το σενάριο και παρουσιάζοντας τους ρόλους και τα άτομα που θα τους παίξουν.
11. Μετά από τις παρουσιάσεις, χρησιμοποιήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε τη συζήτηση:
 - Γιατί η επικοινωνία με φιλικά πρόσωπα, την οικογένεια, τα άτομα στο εργασιακό περιβάλλον ή στο εκπαιδευτικό περιβάλλον, ορισμένες φορές μπορεί να είναι δύσκολη;
 - Ποιοι τρόποι μπορεί να είναι αποτελεσματικοί να μιλήσουμε για ένα δύσκολο θέμα;

Δ. Ρομαντικές Σχέσεις

Τα παιδιά θα εξερευνήσουν τη ιδέα των ερωτικών ή ρομαντικών σχέσεων και πώς μπορεί να εξελιχθούν.

1. Ζητήστε από τα παιδιά να δώσουν τον ορισμό του όρου «ερωτική ή ρομαντική σχέση».
 - Ερωτική σχέση συνήθως σημαίνει ότι δύο άτομα περνούν χρόνο μαζί έχοντας οικεία σχέση, η οποία περιλαμβάνει ρομαντική ή σεξουαλική έλξη.
 - Στις ρομαντικές σχέσεις συχνά αναπτύσσεται συναισθηματική και σωματική (σεξουαλικά) εγγύτητα με το πέρασμα του χρόνου.
2. Πιστεύετε ότι ασκείται πίεση στη σύναψη ερωτικής σχέσης; Αν ναι, από πού προέρχεται αυτό;
 - Κάποια άτομα στην εφηβεία αισθάνονται πιέσεις να κάνουν ερωτική σχέση, οι οποίες προέρχονται από τα μέσα, το φιλικό περιβάλλον ή για να γίνουν αποδεκτά από τα συνομήλικα άτομα. Δεν υπάρχει συγκεκριμένη ηλικία ή χρόνος για να αρχίσει κάποιο άτομο να έχει ερωτική σχέση.
 - Κάποια άτομα επιλέγουν να μην έχουν ερωτικές σχέσεις μέχρι να τελειώσουν το σχολείο, γιατί έχουν σε προτεραιότητα άλλα πράγματα όπως για παράδειγμα, τις σχολικές

επιδόσεις, τον αθλητισμό ή τις φιλικές σχέσεις. Κάποια άλλα μπορεί να ακολουθούν τους οικογενειακούς κανόνες βάσει των οποίων η σύναψη ερωτικών σχέσεων επιτρέπεται από μια ορισμένη ηλικία και έπειτα. Άλλα άτομα μπορεί να μην ενδιαφέρονται καθόλου για ερωτικές σχέσεις.

3. Ποιες προσδοκίες έχουν οι άνθρωποι από τις ερωτικές σχέσεις; Για παράδειγμα, ποιο μέρος κάνει την πρώτη κίνηση, ποιο μέρος πληρώνει στις εξόδους κτλ.
 - Κάθε άτομο έχει διαφορετικές προσδοκίες από τις ερωτικές σχέσεις. Η ανοιχτή επικοινωνία των μερών της ερωτικής σχέσης είναι ένας τρόπος να υπάρχει βεβαιότητα ότι κάθε μέρος κατανοεί τις προσδοκίες και του στόχους του άλλου.
 - Αν αναδυθούν στερεοτυπικές αντιλήψεις (π.χ. μόνο τα αγόρια προτείνουν σεξουαλική επαφή ή πιέζουν τους/τις συντρόφους τους) μπορεί να είναι βοηθητικό να θέσετε ερωτήσεις όπως, «Γιατί οι άνθρωποι περιμένουν να συμβεί κάτι τέτοιο; Από πού προέρχονται αυτές οι στερεοτυπικές αντιλήψεις ή αυτοί οι μύθοι; Ποια προβλήματα προκύπτουν από την επικράτηση αυτών των στερεοτύπων;»
4. Τι επηρεάζει τις ποιότητες που αναζητούν οι άνθρωποι στους/στις συντρόφους τους;
 - Οι απαντήσεις μπορεί να περιλαμβάνουν: γονείς/οικογενειακό περιβάλλον, τηλεόραση, ταινίες, περιοδικά, μουσική και συνομήλικα άτομα.
 - Πολλά παραδείγματα σχέσεων που βλέπουμε στα μέσα δεν είναι ρεαλιστικά και παρουσιάζουν μια εικόνα υπερ-ρομαντισμού.
 - Πολύ συχνά μαθαίνουμε από εμπειρίες άλλων τι είναι αυτό που πρέπει να θέλουμε και να μην θέλουμε από τις σχέσεις.
 - Τα μέσα παρουσιάζουν εικόνες ζευγαριών σε ταινίες, τηλεοπτικά προγράμματα και διαφημίσεις προωθώντας την ιδέα ότι όλα τα άτομα έχουν ερωτικές σχέσεις. Αυτές οι αναπαραστάσεις δεν ισχύουν πάντα στον πραγματικό κόσμο.
5. Δημιουργήστε μικρές ομάδες και ζητήστε από τα παιδιά να σκεφτούν, να απαντήσουν και να παρουσιάσουν τις απαντήσεις τους σε όλη την τάξη:

Γιατί οι άνθρωποι συνάπτουν ερωτικές σχέσεις; Οι απαντήσεις μπορεί να περιλαμβάνουν: για να περνούν καλά, για να γνωρίσουν καλύτερα ένα άτομο, γιατί επιθυμούν συναισθηματική και σωματική εγγύτητα.

Ποιο άτομο μπορεί να είναι ιδανικό για μια καλή ερωτική σχέση; Οι απαντήσεις μπορεί να περιλαμβάνουν: κάποιο με το οποίο έχεις κοινά ενδιαφέροντα ή αξίες, κάποιο με το οποίο είχες προηγουμένως φιλική σχέση, κάποιο το οποίο εγκρίνει το φιλικό και οικογενειακό περιβάλλον.

Ποια χαρακτηριστικά έχει μια καλή ερωτική σχέση; Οι απαντήσεις μπορεί να περιλαμβάνουν: να περνάς καλά και να σου δίνει την ευκαιρία να γνωρίσεις το άλλο άτομο. Είναι σημαντικό να παίρνονται από κοινού οι αποφάσεις για το πώς θα περνάει τον κοινό του χρόνο το ζευγάρι.

Τι πρέπει να σκεφτεί κάποιο άτομο πριν ξεκινήσει να συνάπτει ερωτικές σχέσεις; Θέστε τα ακόλουθα σημεία σε περίπτωση που δεν τεθούν από τα παιδιά:

- Τα ομαδικά ραντεβού μπορεί να είναι πιο διασκεδαστικά, πιο άνετα και πιο ασφαλή.

- Λάβετε σοβαρά υπόψη σας την επίδραση που έχει το αλκοόλ και άλλες ψυχοδραστικές ουσίες στη λήψη αποφάσεων, τόσο τις δικές σας όσο και του ατόμου με το οποίο έχετε ερωτική σχέση.
 - Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζετε και να επικοινωνείτε τα όριά σας σχετικά με τη σεξουαλική δραστηριότητα. Η γνώση των ορίων σας διευκολύνει την έκφρασή τους στο άτομο με το οποίο έχετε ερωτική σχέση, αλλά και την υπεράσπισή τους.
 - Είναι πολύ σημαντικό να είστε ειλικρινείς απέναντι στο άτομο με το οποίο έχετε ερωτική σχέση και να χρησιμοποιείτε στρατηγικές δυναμικής επικοινωνίας. Αν δεν θέλετε να συνεχίσετε να έχετε ερωτική σχέση με κάποιο άτομο εξηγήστε του τους λόγους απλά και ξεκάθαρα.
6. Χωρίστε τα παιδιά σε μικρές ομάδες των 4-6 ατόμων.
 7. Μοιράστε ένα σετ καρτών «Εξέλιξη της Σχέσης» σε κάθε ομάδα. Προσέξτε να κρατήσετε εκτός της κάρτα που γράφει «Αγάπη» για αργότερα στη συζήτηση (δείτε παρακάτω).
 8. Πείτε στα παιδιά ότι η κάρτα «Πρώτη Επαφή» καλύτερα να είναι πρώτη στη σειρά, γιατί δε μπορείς να ξεκινήσεις μια σχέση με κάποιο άτομο με το οποίο δεν είχες ποτέ επαφή.
 9. Ζητήστε από τα παιδιά να διαβάσουν και να συζητήσουν τις υπόλοιπες κάρτες και να τις βάλουν σε μια σειρά λειτουργώντας συνεργατικά.
 10. Ως τάξη, ξεκινήστε μια συζήτηση, χρησιμοποιώντας τις ακόλουθες ερωτήσεις ως οδηγό.

Τι πιστεύετε για τη σειρά την οποία έχουν οι κάρτες; Συμφωνούμε όλα τα άτομα με αυτή; Θα θέλαμε κάποιες αλλαγές; Αν ναι, ποιες;

- Δεν υπάρχει σωστός τρόπος για να αναπτυχθεί μια σχέση. Το κάθε άτομο είναι ξεχωριστό. Δεν θα συμφωνήσουν όλα τα μέλη μιας ομάδας με τη σειρά που η ομάδα τους έβαλε τις κάρτες.
- Υγιείς σχέσεις είναι αυτές στις οποίες οι άνθρωποι επικοινωνούν ξεκάθαρα και ειλικρινά και σέβονται αμοιβαία ο ένας τα όρια του άλλου. Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι η σχέση αναπτύσσεται πιο αργά απ' ό,τι θα ήθελε το ένα μέρος, ώστε να συναντήσει τα όρια του άλλου μέρους.

Όλες οι σχέσεις αναπτύσσονται με αυτό τον τρόπο;

- Πολλοί άνθρωποι επιλέγουν να παρακάμψουν μερικά από αυτά τα βήματα στις ερωτικές τους σχέσεις. Για παράδειγμα, πολλοί άνθρωποι δεν κάνουν σεξ στις ερωτικές τους σχέσεις και μερικές ερωτικές σχέσεις δεν φτάνουν ποτέ σε μακροχρόνια δέσμευση ή γάμο.

Τι προκύπτει από τη σύγκριση μεταξύ των τρόπων εξέλιξης; Υπάρχουν σημαντικές διαφορές;

Αν έχετε κρατήσει την κάρτα «Αγάπη» εκτός, παρουσιάστε τη τώρα και ρωτήστε:

Μπορεί οι άνθρωποι να νιώσουν αγάπη με την πρώτη ματιά; Πού χωράει η αγάπη μέσα στην εξέλιξη της σχέσης; Πού χωράει σε σχέση με τη σεξουαλική δραστηριότητα;

Πιστεύετε ότι η ομάδα έχτισε μια «αληθινή» σχέση ή μια «ιδανική» σχέση; Πιστεύετε πως η πλειονότητα των εφηβικών σχέσεων μοιάζουν ή όχι «αληθινές» / «ιδανικές»;

- Κάθε άτομο αναπτύσσει τις δικές του αξίες και έχει το δικαίωμα να έχει διαφορετικές αξίες από άλλα άτομα. Δεν υπάρχει καμία ανάγκη να έρθουν σε κάποια συμφωνία όλα τα μέλη της ομάδας, αντιθέτως, ο στόχος είναι να ξεκινήσει η παραγωγική σκέψη.

Τι συμβαίνει όταν βάζουμε την κάρτα «Σεξ» κοντά στην αρχή της σχέσης;

- Αυτό το θέμα μπορεί να έχει ήδη τεθεί πιο πάνω κατά τη συζήτηση γύρω από την παραπάνω ερώτηση περί αληθινής/ιδανικής σχέσης. Κάποιες σχέσεις μπορεί να είναι της μιας βραδιάς και να περιλαμβάνουν κάτι περισσότερο από σεξουαλικές πράξεις (πρωκτικό, στοματικό ή κολπικό σεξ). Τι σκέφτονται τα παιδιά γι' αυτό από την οπτική των συναισθημάτων και της ασφάλειας;

Πόσο χρόνο πιστεύετε ότι χρειάζεται για να γίνει το κάθε βήμα;

- Κάθε άτομο είναι διαφορετικό. Δεν υπάρχει συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα που πρέπει να τηρηθεί.

Πιστεύετε ότι οι κάρτες για την χρήση προστασίας από απρογραμμάτιστη εγκυμοσύνη και από ΣΜΛ είναι στη σωστή θέση;

- Υπάρχουν πιθανότητες οι ομάδες να έχουν βάλει αυτές τις κάρτες προς το τέλος της εξέλιξης μιας σχέσης. Προτρέψτε τα παιδιά να βάλουν την κάρτα «Συζήτηση για» πιο πάνω.
- Αν το ένα από τα δύο μέρη μιας σχέσης θέλει να επιλέξει την αποχή, είναι σημαντικό η συζήτηση αυτή να γίνει νωρίς στη σχέση.
- Ρωτήστε τι χρειάζεται να γίνει ώστε η συζήτηση αυτή να έρθει νωρίς στη σχέση.

Δύο από τις κάρτες αναφέρουν την προστασία από ΣΜΛ και από απρογραμμάτιστη εγκυμοσύνη. Είναι σημαντικό να έχετε υπόψη σας ότι κάποια από τα παιδιά μπορεί να βρίσκονται σε σχέσεις στις οποίες η εγκυμοσύνη δεν αποτελεί πιθανότητα. Η προστασία από ΣΜΛ, όμως, αφορά όλα τα άτομα ανεξάρτητα από τον τύπο σχέσης που διατηρούν.

Τα σχέδια μαθήματος που αφορούν τη συναίνεση εξερευνούν περαιτέρω θέματα που αφορούν την σημαντικότητα της συναίνεσης σε κάθε σεξουαλική δραστηριότητα και το συνεχές δικαίωμα του ενός μέρους μιας σχέσης να αρνηθεί ή να αλλάξει γνώμη και να αποσύρει τη συναίνεση του οποιαδήποτε στιγμή.

Η συζήτηση για την αγάπη αποτελεί μια καλή αφορμή για να μιλήσετε με τα παιδιά σχετικά με τη διαφορά της αγάπης από τον έρωτα. Ανεξάρτητα από το αν βασίζεται μια σχέση στην αγάπη ή στον έρωτα, οι υγιείς σχέσεις περιλαμβάνουν το αμοιβαίο ενδιαφέρον, την αμοιβαία εμπιστοσύνη και τον αμοιβαίο σεβασμό.

Ε. Παιχνίδι Ρόλων

Τα παιδιά αναγνωρίζουν τους τρόπους μέσω των οποίων μπορούν να υποστηρίξουν ένα άτομο του κοινωνικού τους κύκλου, το οποίο βρίσκεται σε μια μη υγιή σχέση.

1. Εξηγήστε στα παιδιά ότι το ακόλουθο παιχνίδι ρόλων θα τα βοηθήσει να αναγνωρίσουν τρόπους μέσω των οποίων μπορούν να υποστηρίξουν ένα άτομο του κοινωνικού τους κύκλου, το οποίο βρίσκεται σε μη υγιή σχέση.
2. Σχηματίστε ομάδες των 3-4 παιδιών.
3. Μοιράστε σε κάθε ομάδα το έντυπο «Μελέτη Περίπτωσης».
4. Εξηγήστε στα παιδιά ότι κάθε ομάδα θα πρέπει να παρουσιάσει ένα παιχνίδι ρόλων διάρκειας 1-3 λεπτών, όπως αναφέρεται στο έντυπο. Το παιχνίδι ρόλων θα πρέπει να παρέχει κατάλληλα παραδείγματα για τι πώς θα υποστηρίξουν το ένα από τα δύο μέρη.
5. Δώστε 5-10 λεπτά σε κάθε ομάδα για να σχεδιάσει και να προβάρει το παιχνίδι ρόλων.
6. Ζητήστε από κάθε ομάδα να ξεκινήσει λέγοντας στο υπόλοιπο κοινό ποιο από τα δύο μέρη διάλεξε να υποστηρίξει και στη συνέχεια να παρουσιάσει τους χαρακτήρες και τους ρόλους τους. Στη συνέχεια να παρουσιάσει το παιχνίδι ρόλων που ετοίμασε.
7. Μετά από όλες τις παρουσιάσεις, χρησιμοποιήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε μια συζήτηση:
 - Ποιες δεξιότητες υποστήριξης χρησιμοποιήθηκαν για να βοηθήσετε το μέρος που επιλέξατε;
 - Μπορείτε να προτείνετε άλλους τρόπους με τους οποίους θα μπορούσαν οι χαρακτήρες να διαχειριστούν την κατάσταση;
 - Πώς νιώσατε παρακολουθώντας το παιχνίδι ρόλων;
8. Συζητήστε τη διαφάνεια «Πλάνο για την Ασφάλεια των Εφήβων».
9. Συνοψίστε τη δραστηριότητα χρησιμοποιώντας τις διαφάνειες: **«Αν πιστεύεις ότι ο/η φίλος/η σου κακοποιείται»** και **«Αν πιστεύεις ότι ο φίλος/η σου γίνεται κακοποιητικός/η»**.
 - Έχετε υπόψη σας ότι παρότι μπορεί να είναι πιο υγιές και πιο ασφαλές για το ένα μέρος να αφήσει τη σχέση, αυτό ίσως επιλέξει να μείνει. Για τα πρόσωπα του φιλικού και οικογενειακού κύκλου αυτό μπορεί να είναι δύσκολο, αλλά η επιλογή δεν είναι δική τους.

ΣΤ. Πηγές και Υποστήριξη

Παρουσιάστε στα παιδιά τη διαφάνεια «Πηγές Υποστήριξης». Επιπλέον, μπορείτε να δημιουργήσετε έντυπα με αυτές τις πληροφορίες και να τα μοιράσετε στα παιδιά.

Z. Κουτί Ερωτήσεων

Απαντήστε στις ερωτήσεις που αφορούν το προηγούμενο μάθημα.

Ζητήστε από τα παιδιά να καταχωρίσουν νέες ερωτήσεις και συζητήστε τις στο επόμενο μάθημα.

Αυτό θα σας βοηθήσει να εξετάσετε τις ερωτήσεις και να προετοιμάσετε τις απαντήσεις.

Ενδοσκοπήση

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος:

- Τηρήθηκαν οι Βασικοί Κανόνες;
- Εφαρμόστηκαν καλές πρακτικές μέσα από την ομαδική συνεργασία και τη συζήτηση;
- Τι θα αλλάζατε στα μελλοντικά μαθήματα με αυτή την ομάδα;
- Τι θα αλλάζατε μελλοντικά σε αυτό το μάθημα;

Αξιολόγηση Παιδιών

Κατά το μάθημα, τα παιδιά:

Γνώσεις:

- Όρισαν τις έννοιες «σχέση» και «ερωτική ή ρομαντική σχέση»;
- Αναγνώρισαν τα χαρακτηριστικά των υγιών, μη υγιών και κακοποιητικών σχέσεων;
- Περιέγραψαν πώς οι σχέσεις εξελίσσονται και αλλάζουν με το πέρασμα του χρόνου;
- Αναγνώρισαν σημαντικές ποιότητες των ρομαντικών σχέσεων;

Δεξιότητες:

- Άσκησαν δεξιότητες για την ανάπτυξη, τη διατήρηση και την ενίσχυση της υγείας των σχέσεων;
- Ανέπτυξαν στρατηγικές που βοηθούν στην αναγνώριση μη υγιών σχέσεων;
- Ανέπτυξαν στρατηγικές που βοηθούν στην υποστήριξη κάποιου φιλικού προσώπου;

Συμπεριφορές:

- Αναγνώρισαν τα οφέλη των υγιών σχέσεων;
- Αναγνώρισαν ότι η σύναψη ερωτικών σχέσεων συμβαίνει με τους ρυθμούς του κάθε ατόμου;
- Περιέγραψαν στάσεις και συμπεριφορές που βοηθούν στην ανάπτυξη, στη διατήρηση και στην ενίσχυση της υγείας και της θετικότητας των σχέσεων;
- Συζήτησαν τους λόγους για τους οποίους τα άτομα στην εφηβεία μπορεί να μένουν σε σχέσεις και αποδέχτηκαν ότι οι μη υγιείς ή οι κακοποιητικές σχέσεις μπορεί να είναι επιζήμιες;
- Αποδέχτηκαν ότι κανένα άτομο δεν αξίζει να κακοποιείται;

**Είστε εντάξει όταν ο/η
σύντροφός σας αφιερώνει
χρόνο, χωρίς εσάς, σε
πρόσωπα του φιλικού και
οικογενειακού περιβάλλοντος**

**Ο/η σύντροφός σας έχει τη
δύναμη να σας κάνει να
νιώσετε άσχημα και τη
χρησιμοποιεί**

**Ο/η σύντροφός σας σας έχει
βλάψει σωματικά από
πρόθεση**

**Είναι εντάξει για τον/τη
σύντροφό σας να περνάτε
χρόνο, χωρίς εκείνον/-η, με
άτομα του φιλικού και
οικογενειακού σας
περιβάλλοντος**

**Ο/η σύντροφός σας
επανειλημμένως σας ζητά να
συμμετέχετε σε σεξουαλικές
πράξεις που δεν επιθυμείτε**

**Φοβάστε τον θυμό του/της
συντρόφου σας και
αποφεύγετε να τον/την
κάνετε να θυμώσει**

**Αρέσετε στον/στη σύντροφό
σας όπως είστε και σας το λέει
και σας το δείχνει**

**Όταν αρνείστε να συμμετέχετε
σε συγκεκριμένες σεξουαλικές
πράξεις, ο/η σύντροφός σας
σας ταπεινώνει**

**Έχετε απομακρυνθεί από το
φιλικό και οικογενειακό σας
περιβάλλον επειδή ο/η
σύντροφός σας ζηλεύει**

**Αποφασίζετε από κοινού για
το πώς θα περάσετε τον κοινό
σας χρόνο**

**Ο/η σύντροφός σας σας έχει
απειλήσει με χωρισμό**

**Έχετε συμμετάσχει σε
σεξουαλικές πράξεις που δεν
επιθυμούσατε επειδή
δεχθήκατε πιέσεις από τον/τη
σύντροφό σας**

**Συνήθως νιώθετε χαρά σε
αυτή τη σχέση**

**Ο/η σύντροφός σας πιστεύει
ότι η ζήλια είναι ένδειξη
αγάπης**

**Ο/η σύντροφός σας απειλεί να
βλάψει τον εαυτό του/της αν
χωρίσετε**

**Έχετε από κοινού συμφωνήσει
ότι είσαστε ζευγάρι και
υπάρχει εμπιστοσύνη ότι θα
τηρήσετε και οι δύο τη
συμφωνία**

**Πιστεύετε ότι μπορείτε να
εξαλείψετε τα προβλήματα
του/της συντρόφους σας**

**Ο/η σύντροφός σας σας
απειλεί ότι θα δημοσιεύσει
προσωπικές/γυμνές
φωτογραφίες σας αν τον/τη
χωρίσετε**

**Είστε ειλικρινείς για το πώς
νιώθετε και μιλάτε για τα
συναισθήματά σας ελεύθερα**

**Ανησυχείτε ότι η σχέση θα
τελειώσει και θα κάνετε τα
πάντα για να συνεχιστεί**

**Ο/η σύντροφός σας
δημοσιεύει στον λογαριασμό
του στα social media
ιδιωτικές/γυμνές σας
φωτογραφίες**

**Τόσο εσείς όσο και ο/η
σύντροφός σας προστατεύεστε
από ΣΜΛ ή και από
απρογραμμάτιστη
εγκυμοσύνη**

**Ο/η σύντροφός σας
επανειλημμένως σας ζητά να
κάνετε σεξ χωρίς προστασία**

**Ο/η σύντροφός σας αφαίρεσε
το προφυλακτικό κατά τη
διάρκεια του σεξ, χωρίς να το
γνωρίζετε**

Όνομα: _____

Σενάριο Σχέσης 1

Η Ελπίδα και ο Αλέξανδρος είναι φίλοι από την Τρίτη Δημοτικού. Η Ελπίδα ζήτησε από τον Αλέξανδρο να την καλύψει, λέγοντας ότι θα κοιμηθούν μαζί το βράδυ στο σπίτι του. Στην πραγματικότητα, η Ελπίδα σχεδιάζει να μείνει στο σπίτι του συντρόφου της, αλλά δεν θέλει να το μάθουν οι γονείς της. Ο Αλέξανδρος δεν θέλει να λέει ψέματα και νιώθει ότι στην προκειμένη περίπτωση η Ελπίδα τον χρησιμοποιεί.

Το παιχνίδι ρόλου πρέπει να περιλαμβάνει μια συζήτηση μεταξύ της Ελπίδας και του Αλέξανδρου. Μπορείτε να συμπεριλάβετε και άλλα άτομα.

Σαν ομάδα, γράψτε ένα σενάριο που θα παρουσιάζει τη διαχείριση αυτής της κατάστασης με δυναμικό τρόπο.

Όνομα: _____

Σενάριο Σχέσης 2

Η Δέσποινα και η Κωνσταντίνη είναι πολύ καλές φίλες. Πρόσφατα η Δέσποινα παρατήρησε ότι η Κωνσταντίνη έχει χάσει πολύ βάρος. Βλέπει πως η Κωνσταντίνη δίνει το φαγητό της και έχει ακούσει από τρίτα άτομα πως η Κωνσταντίνη ισχυρίζεται ότι είναι χοντρή. Η Δέσποινα ανησυχεί για τη φίλη της, όμως δεν ξέρει πώς θα αντιδράσει αν προσπαθήσει να φέρει το θέμα.

Το παιχνίδι ρόλου πρέπει να περιλαμβάνει μια συζήτηση μεταξύ της Δέσποινας και της Κωνσταντίνης. Μπορείτε να συμπεριλάβετε και άλλα άτομα.

Σαν ομάδα, γράψτε ένα σενάριο που θα παρουσιάζει τη διαχείριση αυτής της κατάστασης με δυναμικό τρόπο.

Όνομα: _____

Σενάριο Σχέσης 3

Ο Χρήστος δάνεισε στο Νικόλα κάποια χρήματα πριν από έξι εβδομάδες. Ο Χρήστος δεν ζήτησε πίσω τα χρήματα, όμως ξέρει ότι ο Νικόλας δουλεύει κάποιες ώρες την ημέρα σε ένα μαγαζί και νιώθει ότι έχει τη δυνατότητα να επιστρέψει το ποσό που δανείστηκε.

Το παιχνίδι ρόλου πρέπει να περιλαμβάνει μια συζήτηση μεταξύ του Χρήστου και του Νικόλα. Μπορείτε να συμπεριλάβετε και άλλα άτομα.

Σαν ομάδα, γράψτε ένα σενάριο που θα παρουσιάζει τη διαχείριση αυτής της κατάστασης με δυναμικό τρόπο.

Όνομα: _____

Σενάριο Σχέσης 4

Η Λυδία θέλει πολύ να κάνει ένα διάλειμμα από το σχολείο για ένα χρόνο για να ταξιδέψει και να δουλέψει στην Ευρώπη, πριν πάει στο πανεπιστήμιο. Ανησυχεί ότι οι γονείς της θα το δουν ως χάσιμο χρόνου και χρημάτων, όμως είναι αποφασισμένη να τους μιλήσει

Το παιχνίδι ρόλου πρέπει να περιλαμβάνει μια συζήτηση μεταξύ της Λυδίας και των γονιών της. Μπορείτε να συμπεριλάβετε και άλλα άτομα.

Σαν ομάδα, γράψτε ένα σενάριο που θα παρουσιάζει τη διαχείριση αυτής της κατάστασης με δυναμικό τρόπο.

Όνομα: _____

Σενάριο Σχέσης 5

Ο Άρι και ο Γιώργος είναι καλοί φίλοι. Κάθε μέρα ο Γιώργος περνάει από το σπίτι του Άρι, με το μηχανάκι του, και πηγαίνουν μαζί στο σχολείο. Την τελευταία βδομάδα ο Γιώργος αργεί μισή ώρα καθημερινά. Ο Άρι είναι θυμωμένος γιατί χάνει το μάθημα, αλλά δεν είναι εύκολο να πάρει ούτε λεωφορείο, αλλά ούτε να πάει στο σχολείο περπατώντας.

Το παιχνίδι ρόλου πρέπει να περιλαμβάνει μια συζήτηση μεταξύ του Άρι και του Γιώργου. Μπορείτε να συμπεριλάβετε και άλλα άτομα.

Σαν ομάδα, γράψτε ένα σενάριο που θα παρουσιάζει τη διαχείριση αυτής της κατάστασης με δυναμικό τρόπο.

Όνομα: _____

Σενάριο Σχέσης 6

Η Κατερίνα και η Ελένη έχουν ρομαντική σχέση τους τελευταίους λίγους μήνες. Η Κατερίνα θέλει να επικοινωνούν με μηνύματα μέχρι αργά το βράδυ τις καθημερινές. Η Ελένη έχει πολλή δουλειά για το σχολείο και άλλες εξωσχολικές δραστηριότητες και νιώθει την ανάγκη να κοιμάται νωρίς, ώστε να μπορεί να ξεκουράζεται. Η Κατερίνα δεν πηγαίνει στο σχολείο και μπορεί να κοιμάται μέχρι αργά, αφού η δουλειά της ξεκινά το απόγευμα.

Το παιχνίδι ρόλου πρέπει να περιλαμβάνει μια συζήτηση μεταξύ της Κατερίνας και της Ελένης. Μπορείτε να συμπεριλάβετε και άλλα άτομα.

Σαν ομάδα, γράψτε ένα σενάριο που θα παρουσιάζει τη διαχείριση αυτής της κατάστασης με δυναμικό τρόπο.

Όνομα: _____

Σενάριο Σχέσης 7

Ο Γιάννης, η Χριστίνα και η Γιώτα πρόκειται να κάνουν ως ομάδα μια εργασία για το μάθημα της Κοινωνικής και Πολιτικής Αγωγής. Από κοινού αποφάσισαν πώς θα χωρίσουν την εργασία και ποιο άτομο θα κάνει τι. Η Γιώτα, όμως, δεν έχει κάνει το κομμάτι που της αναλογεί και χρησιμοποιεί συνεχώς δικαιολογίες. Η ημερομηνία παράδοσης της εργασίας είναι πολύ κοντά.

Το παιχνίδι ρόλου πρέπει να περιλαμβάνει μια συζήτηση μεταξύ του Γιάννη, της Χριστίνας και της Γιώτας. Μπορείτε να συμπεριλάβετε και άλλα άτομα.

Σαν ομάδα, γράψτε ένα σενάριο που θα παρουσιάζει τη διαχείριση αυτής της κατάστασης με δυναμικό τρόπο.

Πρώτη επαφή
(Τα άτομα κοιτάζονται ή
χαιρετούν το ένα το άλλο)

Φλερτ

Κουβέντα γύρω από κοινά
ενδιαφέροντα

Τα άτομα περνούν χρόνο μαζί
κάνοντας πράγματα που είναι
στα κοινά τους ενδιαφέροντα
(αθλήματα, μουσική, τέχνη
κτλ)

**Επικοινωνία με γραπτά
μηνύματα**

Αποκλειστικότητα

**Έξοδος με άλλα φιλικά
ζευγάρια**

Έξοδος χωρίς άλλα άτομα

**Εμπιστοσύνη
(Τα άτομα μπορούν να
μοιράζονται μυστικά και να
είναι αξιόπιστα)**

Φιλιά

Αγγίγματα
(Κράτημα χεριών,
αγκάλιασμα)

Πιο ερωτικά αγγίγματα
(Άγγιγμα του στήθους ή των
γεννητικών οργάνων μέσα
από τα ρούχα)

Συναισθηματική οικειότητα
(Προσωπική σχέση που
χαρακτηρίζεται από αγάπη,
ζεστασιά, εγγύτητα,
τρυφερότητα)

Σεξ
(Στοματικό, πρωκτικό ή
κολπικό)

Αγάπη

**Απόκτηση και χρήση
προστασίας από ΣΜΛ ή και
απρογραμματίστη
εγκυμοσύνη**

**Συζήτηση γύρω από θέματα
προστασίας από ΣΜΛ ή και
από απρογραμματίστη
εγκυμοσύνη**

Σκέψη για απόκτηση παιδιών

**Μακροχρόνια δέσμευση ή
γάμος**

Κοινοί στόχοι
(Παρόμοια όνειρα και
απόψεις για τη ζωή)

Αποδοχή άνευ όρων
(Να γνωρίζει το ένα άτομο τα
δυνατά και τα αδύνατα
σημείο του άλλου και να
εξακολουθεί να το θέλει)

Όνομα: _____

Μελέτη Περίπτωσης

Ο Γιώργος και η Μαίρη γνωρίστηκαν στο φροντιστήριο. Μέσα από τη συνεργασία τους γνωρίστηκαν καλύτερα. Αφού έγιναν φίλοι, κατάλαβαν ότι νιώθουν έλξη ο ένας για τον άλλον. Άρχισαν να έχουν σχέση και να περνούν όλο και περισσότερο χρόνο μαζί, σταδιακά.

Μερικούς μήνες μετά, άτομα από το φιλικό τους περιβάλλον παρατήρησαν αλλαγές στη σχέση τους. Παρατήρησαν ότι ο Γιώργος ταπεινώνει τη Μαίρη συχνά και απαιτούσε να τον ακούει σε ό,τι της έλεγε, χωρίς εκείνος να έχει διάθεση να ακούσει εκείνη. Επίσης, παρατήρησαν ότι σπανίως ήταν χωριστά. Όταν η Μαίρη δεν ήταν μαζί με τον Γιώργο, εκείνος της έστελνε συνεχώς μηνύματα ή την έπαιρνε τηλέφωνο. Η Μαίρη έδειχνε αγχωμένη όταν ήταν κοντά στον Γιώργο και ανησυχούσε μήπως πει κάτι που θα τον θυμώσει. Τα φιλικά τους πρόσωπα άρχισαν να μιλούν στη Μαίρη για τη σχέση.

Μετά από αυτή τη συζήτηση η Μαίρη είπε στον Γιώργο πώς νιώθει. Ο Γιώργος ζήτησε συγγνώμη και δήλωσε πως δε μπορεί να φανταστεί τη ζωή του χωρίς τη Μαίρη. Υποσχέθηκε πως θα αλλάξει και δήλωσε ότι δεν είχε την πρόθεση να της κάνει κακό.

Τα πράγματα δεν άλλαξαν προς το καλύτερο. Αντιθέτως, ο Γιώργος ασκούσε όλο και περισσότερο έλεγχο στη Μαίρη. Επιπλέον, την πίεζε να κάνουν σεξ.

Η Μαίρη απομακρύνθηκε από τους φίλους και της φίλες της και ακύρωνε τη συμμετοχή της σε ό,τι κανόνιζαν.

Οι φίλοι και οι φίλες και των δύο ανησυχούσαν πολύ για την κατάσταση. Αποφάσισαν ότι είναι στιγμή να γίνει μια συζήτηση.

- 1. Ως ομάδα, αποφασίστε αν θα δραματοποιήσετε (παιχνίδι ρόλων) τη συζήτηση μεταξύ της Μαίρης και των φίλων της ή μεταξύ του Γιώργου και των φίλων του.**
- 2. Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις για να προετοιμαστείτε για τη συζήτηση, βάσει του πώς πιστεύετε ότι θα απαντήσει ο χαρακτήρας σας.**
 - Ποιες είναι οι βασικές ανησυχίες σας για τη σχέση;
 - Πώς νιώθετε για τη σχέση;
 - Τι χρειάζεται να αλλάξει στη σχέση;
 - Πρέπει να συνεχιστεί η σχέση;
 - Ο Γιώργος πιέζει τη Μαίρη να κάνουν σεξ. Τι πιστεύετε ότι πρέπει να κάνει η Μαίρη; Πώς επηρεάζει αυτή η απόφαση τη σχέση;
 - Πώς θα εκφράσετε τη γνώμη σας για τη σχέση μέσα στη συζήτηση;
- 3. Προετοιμάστε ένα παιχνίδι ρόλων διάρκειας 1-3 λεπτών το οποίο παρουσιάζει με κατάλληλο και ρεαλιστικό τρόπο παραδείγματα υποστήριξης τόσο της Μαίρης ή του Γιώργου.**