



ACT 4 CONSENT

WP2 Обучение за повишаване на квалификацията на училищните педагози

План на урока

Модул 5 - Комуникация за съгласие

Разработено от RightChallenge



Co-funded by
the European Union

Модул	Модул 5 - Комуникация за съгласие
Целева група	Учители на ученици на възраст от 14 до 18 години
Цели	Разграничаване на ефективните и неефективните техники за комуникация при обсъждане на съгласието; Разработване на набор от най-добри практики за обсъждане на съгласието с учениците, които включват умения за активно слушане и комуникация.
Продължителност	Присъствени занимания - 2 часа (2 пъти по 45 минути) Самостоятелно учене - 3 часа (3x45 минути)
Резултати от обучението	<p><u>Знания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Разбиране на ролята на учителите и съветниците като фасилитатори на смислени диалози. - Развитие на практически умения за общуване с учениците относно съгласието. - Усъвършенстване на техниките за активно слушане с цел създаване на безопасна и подкрепяща среда за обсъждане на съгласието от страна на учениците. <p><u>Умения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Осъзнаване на значението на ефективната комуникация в обучението по съгласие. - Умения за водене на конструктивен диалог по теми, свързани със съгласието. - Насърчаване на открита и неосъдителна комуникация с учениците. <p><u>Нагласи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Оценяване на стойността на комуникацията в обучението по съгласие. - Развиване на положително отношение към техниките за активно слушане. - Отговорност за поддържане на безопасна и открита атмосфера за разговори, свързани със съгласието.
Теми	Комуникационни умения, техники за активно слушане, улесняване на диалога, създаване на безопасно пространство.

Подготовка	<ul style="list-style-type: none"> - Необходима ви е стая със столове и маси, компютри и проектор. Резервирайте я предварително. - След като сте подготвили програмата, информирайте участниците за целите на програмата, нейната продължителност и ред. - Осигурете почивки, когато е необходимо.
-------------------	---

План на урока (присъствени занимания)

N.	Теми/дейности	Продължителност (в минути)	Методи	Оборудване и материали
1	Въведение в модула - Цели: Приветствие, представяне на целите и резултатите от обучението в модула.	5 минути	Презентация	Лаптоп Проектор PowerPoint презентация
2	Съгласие и комуникация - Цели: Дефиниране на общуването (вербално и невербално) в човешките отношения, значението му в обучението по съгласие и ролята на учителите. <u>Теми:</u> - Какво е комуникация? - Невербална комуникация: Ролята на емоциите - Как да комуникираме по темата за съгласието: Ролята на учителите като фасилитатори в общуването по темата за съгласието. - Стиллове на общуване	20 минути	Представяне, Групова дискусия	Лаптоп Проектор PowerPoint презентация
3	Как да разговаряме с учениците за съгласието: Развитие на умения за общуване и активно слушане Цели: практикуване на практически комуникационни умения за обсъждане на съгласието,	60 минути	Представяне, Групова дискусия	Лаптоп Проектор PowerPoint презентация

	<p>упражнения за подобряване на уменията за активно слушане, стратегии за инициране и улесняване на дискусиите за съгласието, примерни разговори по темата и групови дейности, сценарии и ролеви игри</p> <p><u>Теми:</u> - Дейност 1: Размисъл върху видеоклипа "Чай и съгласие" (2015 г.) - Упражняване на практически комуникационни умения за обсъждане на съгласието - Стратегии за инициране и улесняване на дискусиите за съгласието - Казуси и ролеви игри</p>			
4	Оценка и заключение	5 минути	Представяне,	Лаптоп
5	2 допълнителни ресурса за по-нататъшно обучение		Групова дискусия	Проектор PowerPoint презентация
Обща продължителност		2 ч. (1 академичен час = 45 мин.)		
Образователни материали за присъствените занятия	PowerPoint презентация, План на урока			
Ресурси	Компютър, видеопроектор, екран, флипчарт, маркери			
Самостоятелно обучение (3 ч.)	<p>1. Цялостно сексуално образование - Дейност: Видео за цялостното сексуално образование - Научете повече за цялостното сексуално образование: Основни понятия и характеристики</p> <p>2. Стиллове на общуване</p>			

- Различни стилове на общуване

- Дейност: Размисъл за влиянието на стиловете на общуване, когато говорим за съгласие

3. Съвети за преподаване на съгласие в контекста на училищното образование

4. Дейност за обобщение

5. Дейност: Дневник за рефлексия

Присъствени занимания Съдържание (PPT N1)

1. Въведение в курса и модула

Цели: Приветствие, представяне на целите и резултатите от обучението в модула (5 минути).

"Добре дошли в модула за комуникация за съгласие! Днес ще предложим практически дейности, с които учителите да упражняват умения за ефективна комуникация и техники за активно слушане при разговори с учениците по темата за съгласието. Целта на този модул е да разграничи ефективните от неефективните техники за комуникация при обсъждане на съгласието и да ви представи набор от добри практики за обсъждане на съгласието с учениците, които включват умения за активно слушане и комуникация.

Невинаги е лесно да съобщим какво чувстваме и какво искаме, както на учениците, които трябва да говорят по тези въпроси, така и на преподавателите, които искат да общуват ефективно с младите хора. Ето защо общуването е важно умение, което трябва да се практикува и развива. Основната цел е да се усвоят ефективни техники за комуникация, за да говорите с учениците за съгласието, включително как да инициирате разговори, как да слушате активно и как да реагирате по подходящ начин на споделената информация.

В края на курса ще можете да разберете ролята на учителите и консултантите като фасилитатори на конструктивни диалози; да развиете практически умения за общуване с учениците по въпросите на съгласието; да усъвършенствате техниките за активно слушане, за да създадете безопасна и подкрепяща среда за учениците при обсъждане на съгласието (знания); да осъзнавате значението на ефективната комуникация в обучението по съгласие, да упражнявате конструктивни диалози по теми, свързани със съгласието, да насърчавате отворена и неосъждаща комуникация с учениците (умения); да оценявате стойността на комуникацията в обучението по съгласие, да развивате положително отношение към техниките за активно слушане и да бъдете

отворени да поддържате безопасна и открита атмосфера за разговори, свързани със съгласието (нагласи).

След представянето инициирайте дискусия с учителите, като ги попитате какво е комуникацията за тях и какво прави комуникацията ефективна или не, особено когато говорят по чувствителни въпроси с младите хора.

2. Съгласие и комуникация

Цели: Дефиниране на понятието "общуване", дефиниране на общуването (вербално и невербално) в човешките взаимоотношения, значението му в обучението по съгласие и ролята на учителите (20 минути)

Какво е комуникация?

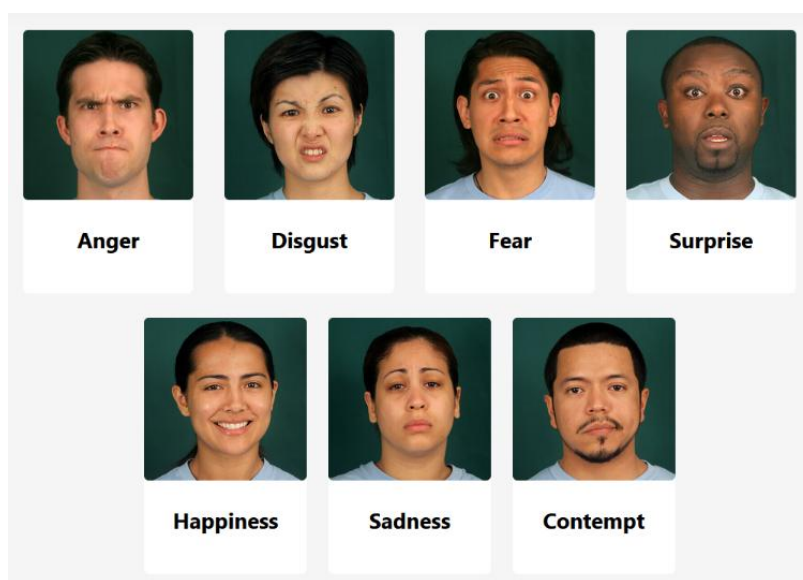
В речника по психология на Американска психологическа асоциация (APA) (2018 г.) комуникацията се определя като предаване на информация, което може да бъде вербално (устно или писмено) или невербално. Докато вербалната комуникация се състои в предаване на информация чрез използване на устна реч, невербалната комуникация включва използването на езика на тялото и изражението на лицето. Невербалната комуникация е съществен компонент на общуването и включва широк спектър от поведения, като например лицеви, гласови и постурални изражения, докосване и поглед (Hess, 2016).

Невербална комуникация: Ролята на емоциите

Един от акцентите в изследванията на невербалната комуникация е невербалното изразяване на емоциите (например Ekman, 1972; Ekman, 1970). Емоциите се възприемат като процес, повлиян от нашето еволюционно и лично минало, и се случват автоматично, тъй като не избираме да ги изпитваме. Нашите лицеви изражения са най-важният невербален начин, по който се

проявяват емоциите, тъй като те предават настроение, отношение, мнение, чувство или други послания чрез свиване на мускулите на лицето

. Съществуват седем идентифицирани универсални емоции, които всички изпитваме, независимо от различните ни езици, култури и етноси: гняв, отвращение, страх, изненада, щастие, тъга и презрение (Ekman, 1972; Ekman, 1970).



Фигура 1. Седем универсални емоции

(източник: <https://www.paulekman.com/resources/universal-facial-expressions/>)

Емоциите могат да се изразяват и чрез други канали за комуникация - вербални и невербални. Гласът е средство за вербална комуникация, който може да даде информация за емоционалното състояние на хората чрез акустичните си характеристики, като височина, продължителност и интензивност (Juslin & Scherer, 2005). Невербалната комуникация включва позата и погледа, които се считат за показателни за интензивността на емоцията (Ekman & Friesen, 1974; Fehr & Exline, 1987), и докосването, за което е установено, че предава емоции като гняв, страх, отвращение, любов, благодарност и съчувствие (Hertenstein et al., 2006).

През 1967 г. психологът Алберт Мехрабиан предлага модела за комуникация 7-38-55, който показва, че само 7% от чувствата и нагласите се предават с думи,

38% се предават чрез тона и гласа, а останалите 55% се изразяват чрез езика на тялото (Mehrabian & Ferris, 1967).

Така научните изследвания в областта на комуникацията показват, че трябва да обръщаме внимание на много повече от думите, които другите използват, когато общуваме с тях. Трябва да сме наясно и с това какво предаваме на другите чрез тона и езика на тялото си, а не само чрез думите си. Специално в контекста на общуването за съгласие това е от особено значение за създаването на среда без осъждане и подкрепа за младите хора. Учителите, които признават стойността на невербалната комуникация и я използват адекватно, ще предадат на учениците си интерес, загриженост, топлина и доверие. Използването на жестове ще направи стила им на преподаване жив и експресивен и ще привлече вниманието на учениците. Позата и ориентацията на тялото им ще съобщават на учениците дали са достъпни, възприемчиви и приятелски настроени. Близостта ще увеличи взаимодействието с учениците. Ако те се усмихват често, ще бъдат възприемани като по-симпатични, дружелюбни и достъпни.

Как да комуникираме за съгласието: Ролята на учителите като фасилитатори на конструктивни диалози

Образователните институции имат жизненоважна роля в обучението на младите хора по темата за сексуалното съгласие (Janssens et al., 2020). Учителите играят ключова роля в създаването на безопасна атмосфера за всички ученици, а знанията и увереността да се говори за сексуалността с учениците са от изключителна важност. Тук комуникацията заема особено важна роля. Учителите трябва да са наясно с невербалното поведение на учениците, за да станат по-добри приемници на разкритията на учениците, както и да им предоставят адекватно послание и съответно да насърчават психологическата близост между тях.

Комуникацията за съгласие е силно контекстуална и зависи от широк кръг фактори, като пол, вид връзка и вид сексуална активност (Willis et al., 2019). Това е сложен въпрос, който подчертава сложния спектър на съгласието между

закона и практиките в реалния живот, който трябва да бъде разгледан при преподаването на младите хора не само на определенията за съгласие, но и на контекста на реалния живот, за да се гарантира релевантност (Burton et al., 2023).

Данни от страни от Европейския съюз (ЕС) обаче разкриват, че не всички учители от страните от ЕС имат подходящо обучение (Michielsen & Ivanova, 2022). Всъщност много учители съобщават, че им липсват умения и увереност да преподават разнообразни теми или да използват интерактивни методи. Тази липса на адекватно обучение е потенциална пречка пред висококачественото и последователно прилагане на сексуалното образование (UNESCO, 2021). Едно проучване от Испания показва, че учителите се оплакват от липсата на обучение по сексуално образование по време на университетските си програми (Plaza-del-Pino et al., 2021). Други проучвания установяват, че обучението на учителите с образователни материали и програми в тази област повишава тяхната увереност и самоефикасност да комуникират с учениците си по темите за сексуалното образование (Schutte, 2021; Walker, 2020).

Подходи към сексуалното образование

В систематичен преглед на програмите в образователната среда за млади хора Burton et al. (2023) стига до заключението, че подходът, насочен към риска, е по-приетата стратегия, когато се говори за обучение за сексуално съгласие. Само една трета от програмите са фокусирани върху сексуално-позитивен подход, а в някои програми е възприет подход, основан на житейския опит.

- Подход, ориентиран към риска

Подходът, фокусиран върху риска, се фокусира върху рисковете и потенциалните негативни последици от сексуалната активност и набляга на личната отговорност (Burton et al., 2023; DiClemente et al., 2009; Kirby, 2001; Santelli et al. (2006). Този подход обикновено набляга на превенцията и на негативните последици. Той се фокусира върху следните ключови аспекти:

Акцент върху намаляването на риска:

- Практики за безопасен секс: Програмите често дават приоритет на обучението за използването на презервативи и други форми на контрацепция за предотвратяване на полово предавани болести и нежелана бременност.
- Отлагане на сексуалната активност: Насърчаване на тийнейджърите да отложат началото на сексуалната активност, за да намалят излагането на рискове.
- Намаляване на броя на партньорите: Подчертаване на значението на по-малкия брой сексуални партньори за намаляване на риска от болести, предавани по полов път.

Обучение по въпросите на полово предаваните болести и бременността:

- Предоставяне на подробна информация за предаването, превенцията и лечението на болести, предавани по полов път.
- Разясняване на последиците от нежеланата бременност и наличните възможности за контрацепция.

Развитие на уменията:

- Преподаване на умения за комуникация по темата и отказ, за да се помогне на тийнейджърите да се справят с натиска на връстниците си и да вземат информирани решения относно сексуалната си активност.
- Предоставяне на комуникационни умения за обсъждане на сексуалното здраве с партньори и доставчици на здравни услуги.

Достъп до ресурси:

- Гарантиране, че младите хора знаят къде и как да получат достъп до ресурси за сексуално здраве, като например клиники за изследване и лечение.
- Предлагање на информация и достъп до контрацепция.

- Сексуално-позитивен подход

Сексуално-позитивният подход набляга на положителните аспекти на сексуалността, включително значението на съгласието, удоволствието и здравословните взаимоотношения. Той се стреми да осигури по-цялостно разбиране на сексуалността, като надхвърля единствения фокус върху риска и превенцията, за да обхване и личното благополучие и уважението към

индивидуалния избор. Той включва позитивно ориентирана комуникация при даването и получаването на съгласие, като се отдалечава от модела, при който съгласието се идентифицира единствено с "не" (Burton et al., 2023; Hirst, 2013; Fine & McClelland, 2006). Този подход се фокусира върху следните ключови аспекти:

Цялостно образование:

- Всеобхватна информация: Предоставяне на точна и всеобхватна информация по широк кръг от теми, включително сексуална ориентация, полова идентичност и различни форми на сексуално изразяване.
- Фокус върху удоволствието: фокусът е върху това, че сексът следва да бъде положителна и приятна част от живота. Обсъжда се как младежите да имат здравословни сексуални преживявания по взаимно съгласие.

Акцент върху съгласието и комуникацията:

- Важността на взиманото съгласие: Подчертаване на значението на съгласието при всички сексуални контакти и обучение на младите хора как да съобщават границите си и да зачитат границите на другите.
- Здравословни взаимоотношения: Обучение за характеристиките на здравословните взаимоотношения, включително взаимно уважение, доверие и комуникация.

Намаляване на стигмата:

- Дестигматизиране на сексуалността: Работа за намаляване на срама и стигмата, свързани със сексуалността, което може да подобри психичното здраве и да насърчи хората да търсят информация и помощ, когато е необходимо.
- Положителен образ на тялото: Популяризиране на положителния образ на тялото и самоприемането.

Учене през целия живот:

- Продължаващо обучение: Насърчаване на продължаващо обучение и дискусии за сексуалността през целия живот, като се адаптира към различните етапи и преживявания.

- **Подход, основан на житейски умения**

Подходът към сексуалното образование, основан на житейски умения, се фокусира върху предоставянето на хората на необходимите умения за вземане на информирани, отговорни и здравословни решения по отношение на сексуалното им здраве и взаимоотношения. Този подход интегрира практически житейски умения като критично мислене, вземане на решения, комуникация и емоционална регулация, които са от съществено значение за управлението на различни аспекти на сексуалното и репродуктивното здраве (Burton et al., 2023; Botvin & Griffin, 2004; Fonner et al., 2014). То се фокусира върху следните ключови аспекти:

Критично мислене и вземане на решения:

- Информиран избор: Учене на учениците да анализират информацията, да обмислят последствията и да правят информиран избор по отношение на сексуалната активност и взаимоотношенията.
- Решаване на проблеми: Развиване на умения за решаване на проблеми, свързани със сексуалното здраве, като например договаряне на употребата на контрацептиви или справяне с натиска на връстниците.

Умения за общуване:

- Ефективна комуникация: Насърчаване на открит и честна комуникация за секса, взаимоотношенията и границите с партньори, връстници и възрастни.
- Асертивност: Учене на учениците да отстояват своите нужди и права, особено в ситуации, включващи съгласие и договаряне на безопасни сексуални практики.

Емоционални и социални умения:

- Емоционално регулиране: Помагане на младите хора да се справят с емоциите, свързани с взаимоотношенията и сексуалните преживявания.
- Съпричастност и уважение: Насърчаване на разбирането и зачитането на чувствата, гледните точки и границите на другите.

Самоуправление и поставяне на цели:

- Самооценка: Изграждане на увереност в управлението на сексуалното здраве и взаимоотношенията.
- Поставяне на цели: Насърчаване на учениците да си поставят и да преследват лични цели, свързани с тяхното сексуално и репродуктивно здраве.

Сексуално-позитивният подход към сексуалното образование се възприема като по-добър от младите хора (Thiessen et al., 2021). Сексуалната позитивност се определя като идеология, която насърчава по отношение на пола и сексуалността да бъдем непредубедени, да не осъждаме и да уважаваме личната автономия, при положение че има съгласие (Ivanski & Kohut, 2017). Освен това, тази перспектива се застъпва за непрекъснато, съобразено с възрастта обучение и достъп до цялостно сексуално образование (Ivanski & Kohut, 2017). Педагозите не трябва да фокусират комуникацията си само в хетеронормативна светлина, а да бъдат по-приобщаващи и отворени към други сексуални ориентации, а именно към LGBTQ+ общността (Thiessen et al., 2021).

Обсъждането на съгласието носи предизвикателства в училищния контекст. Например едно проучване установява, че младите хора съобщават, че в селските райони учителите познават лично учениците и техните семейства извън училище, което може да затрудни разкриването на информация от учениците пред учителите, тъй като те може да се чувстват неудобно. Това може да доведе до допълнителни предизвикателства в комуникацията на учителите по тези въпроси в по-малките общности (Thiessen et al., 2021).

Представянето на съгласието в реални житейски ситуации, насърчаване на саморефлексията и дискусиите, може да бъде полезно за нормализиране на използването на устно съгласие и предоставяне на младите хора на информация, която те могат да използват в ежедневието си (Thiessen et al., 2021).

Освен това, както беше споменато в предишните модули, няма общоприето определение за "сексуално съгласие" (Burton et al., 2023). В повечето изследвания се подчертава, че съгласието за участие в определена сексуална

дейност трябва да бъде устно, доброволно и утвърдително - т.нар. утвърдително съгласие (Friedman & Valenti, 2008; Sundaram & Saunston, 2016). Действителното съгласие обаче варира в широки граници по отношение на комуникацията, разбиранията и социалните норми (Hirsch et al., 2019).

Научете ефективни техники за комуникация, за да говорите с учениците за съгласието. От съществено значение е учителите да знаят как да започват разговори, как да слушат активно и да реагират по подходящ начин на разкритията на своите ученици. Основната цел е учителите и другите възпитатели да се превърнат във фасилитатори на смислени диалози с учениците, включително за съгласието.

Стилове на общуване

Стиловете на общуване могат да повлияят на общуването между учители и ученици, тъй като в зависимост от личния стил те могат да улеснят или затруднят развитието на взаимоотношенията. Можем да определим три вида стилове на междуличностно общуване: агресивен, пасивен и асертивен (Van der Hofstandt, 2005). Обикновено всеки човек използва комбинация от тези стилове; въпреки това всеки има доминиращ стил. От съществено значение е всеки да знае какъв е неговият доминиращ стил, за да модифицира поведението си, когато е необходимо, за да постигне целите си (De la Torre и др., 2021).

Характеристики на стиловете на общуване

Убедителни комуникатори

- Познават правата и интересите си и да ги защитават обективно и с уважение към себе си и другите, без да прибегват до манипулации или преструвки;
- Могат да изразяват своите чувства, идеи и мнения;
- Способни са да помагат на другите да се изразяват свободно;
- Умеят да разкриват чувствата и нуждите пред пасивните комуникатори;
- Могат да помогнат за управление на агресивни комуникатори.

Пасивни комуникатори

- Не могат да изразяват чувства, мисли и мнения свободно;
- Поставят чувствата и нуждите на другите на първо място, пренебрегвайки своите собствени;
- Избягват конфронтация;
- Трудно им е да кажат "не";
- Избягват зрителен контакт и имат лоша стойка.

Агресивни комуникатори

- Защиават позицията си на всяка цена;
- Не зачитат правата на другите;
- Поставят своите чувства и нужди на първо място за сметка на другите;
- Защиават се или се държат враждебно, когато имат конфликт с някого;
- Често обвиняват и заплашват.

Разбирането на начина, по който вие и другите хора общуват, помага за подобряване на комуникацията. Учителите, които разпознават своя стил на общуване и стойността на невербалната комуникация и я използват адекватно, ще предадат на учениците си интерес, загриженост, топлина и доверие. Тяхната стойка и ориентация на тялото ще съобщят на учениците дали са достъпни, възприемчиви и приятелски настроени. Следователно близостта ще увеличи взаимодействието с учениците. Напротив, проблемите в ефективното общуване с учениците могат да затруднят взаимоотношенията и да се постигне последователно съгласие за обучение с учениците. Всъщност ефективната и лошата комуникация могат да доведат до различни резултати:

Ефективна комуникация	Лоша комуникация
<ul style="list-style-type: none">- Води до споделяне на правилната информация;- Насърчава силни взаимоотношения;	<ul style="list-style-type: none">- Планираните резултати не са постигнати;- Води до слаби взаимоотношения;

- Намалява до минимум конфликтите и недоразуменията;
- Предразполага към даване и получаване на конструктивна обратна връзка.

- Увеличава риска от конфликти и недоразумения;
- Влияе на емоционалния отговор, като създава допълнителен стрес.

Дейност: Кой е вашият стил на общуване?

Учителят ще се обърне към учениците с молба да отговорят на въпроса кой е обичайният им стил на общуване, като след това ще разсъждават върху отговорите си.

Ресурс: Приложение Mentimeter

Сканирайте QR и научете своя стил на общуване!



Act4consent

What is your usual communication style?

Assertive

Passive

Agressive

Submit



3. Как да разговаряме с учениците за съгласието: Развитие на умения за общуване и активно слушане

Цели: практикуване на практически комуникационни умения за обсъждане на съгласието, упражнения за подобряване на уменията за активно слушане, стратегии за инициране и улесняване на дискусиите за съгласието, примерни разговори по темата и групови дейности, сценарии и ролеви игри. (60 минути)

Дейност 1: Размисъл върху видеоклипа "Чай и съгласие" (2015г.)

- Запознаване на учителите със следния видеоклип:

<https://www.youtube.com/watch?v=pZwvrXVavnQ>



Фигура 2. Снимка от видеоклипа "Чай и съгласие". Blue Seat Studios

Задайте на учителите няколко въпроса за размисъл:

- Какво мислите за представянето на концепцията за съгласието чрез метафора?
- Смятате ли, че съгласието е лесно като пиенето на чай?
- Смятате ли, че тази метафора е достатъчна, за да се разбере понятието „съгласие“?
- Смятате ли, че има и други начини да се иницират разговори за съгласието, без да се използва този вид съдържание?

Размисъл: В този видеоклип сексуалното съгласие се обяснява чрез метафората за принуждаване на човек да пие чай. Видеото е широко използвано в средните училища като източник за обучение по въпросите на съгласието. Това може да бъде проблематично, тъй като видеото е предназначено само да допълва, но не и да бъде основен източник на информация за учениците. Използването на метафори е полезно за разбирането на някои въпроси, но една метафора не може да бъде основният източник на информация за учениците, тъй като по своята същност метафорите са неясни. Следователно преподаването на съгласие с помощта на неясен и образен език не е достатъчно, за да достигне до младите хора.

Упражняване на практически комуникационни умения за обсъждане на съгласието

Съществуват основни комуникационни умения за постигане на ефективна комуникация. **Активното слушане** и **емпатията** заемат специално място в способността за общуване с другите.

Активно слушане

Едно от важните комуникационни умения е активното слушане (Gordon, 2003). Активното слушане е, когато използвате езика на тялото и думите си, за да покажете на някого, че го слушате. При активното слушане както думите, така и невербалното поведение целят говорещият да почувства, че разбирате и ви е грижа за това, което ви казва. Това включва установяване на контакт с очите, кимане, поглед, който е заинтересован, и задържане на вниманието върху другия човек, като по този начин се предава посланието, че "разбирам проблема ти; знам как се чувстваш по него; интересува ме това, което казваш; не те съдя", дори без да го казваш директно. Така активното слушане е нещо повече от просто слушане. То включва:

Обърнете внимание на ученика

Когато говорят по деликатни въпроси, като например съгласието, учителите трябва да слушат внимателно своите ученици. Това може да се постигне чрез

гледане директно към ученика, неразсейване с други стимули (напр. мобилен телефон) и обръщане на внимание на невербалните сигнали на учениците (напр. езика на тялото, тона и силата на гласа им).

Дръжте отворено съзнанието

Учителите трябва да обмислят ситуацията от гледна точка на учениците, да се опитат да се поставят на тяхно място и да ги оставят да говорят, без да ги прекъсват с въпроси или контрааргументи, и да избягват прибързаните заключения.

Реагирайте адекватно

Предоставянето на обратна връзка е важна част от комуникацията в училище. Учителите трябва да реагират на притесненията и съмненията на учениците, както и на потенциалното разкриване на лични проблеми, по уважителен начин, като са честни и открити в отговора си. Учителите не трябва да предлагат своите мнения или решения, освен ако учениците не ги попитат.

Важен съвет

Какво да не правите, когато слушате:

Не прекъсвайте

Не прибързвайте с преценките

Не критикувайте

Не сменяйте темата

Емпатия

Учителите могат да разполагат с чудесно съдържание и важни послания, които да предадат на своите ученици. Ако обаче учителите не използват съпричастност, има голяма вероятност посланието да не стигне до младите хора и да не бъде възприето от тях. Емпатията е изключително важен инструмент, който използваме ежедневно, за да общуваме с другите и да споделяме мислите, чувствата и личния си опит (Rizzolatti et al., 2006). Тя определя колко добре общуваме с другите и улеснява способността ни да убеждаваме хората

да приемат дадена идея или чувство, или дори определен начин на действие. Умението да общуваме емпатично, да разбираме гледните точки на учениците и да адаптираме съответно комуникацията си е основно умение, когато говорим за съгласие с младите хора.

Един от начините да проявявате емпатия към учениците е да им обръщате цялото си внимание, когато ученикът говори, да поддържате контакт с очите и да кимате, за да покажете ангажираност (Gordon, 2003). Насърчаването на изразяването е друг начин за проявяване на съпричастност, като подтиквате учениците да споделят своите чувства и преживявания (Cooper, 2004). Емпатията може да бъде и моделирана, тъй като демонстрирането на емпатия във взаимодействието ви с учениците показва, че цените и практикувате разбиране и състрадание (Vorba, 2016).

Важен съвет

Емпатичното общуване означава да се адаптирате към това, което аудиторията ви трябва да чуе, как трябва да го чуе, къде трябва да го чуе и защо изобщо иска да го чуе.

Учителите, които използват тези умения в общуването си с учениците, ще създадат среда без осъждане и подкрепа, създавайки безопасно пространство, в което учениците се чувстват комфортно да говорят по деликатни теми като съгласието.

Стратегии за инициране и улесняване на дискусиите за съгласието

Юношеството е време на открития, но не всички тийнейджъри експериментират със сексуалните отношения. Въпреки това, независимо дали са ангажирани със

сексуална активност или не, всички тийнейджъри са изложени на сексуални проблеми чрез своите приятели или социалните медии. Ето защо е от основно значение значимите възрастни, в качеството си на учители, да говорят за сексуалността и съгласието с младите хора. Както вече споменахме, създаването на безопасно пространство чрез активно слушане и съпричастност е първата стъпка за разговори и учене по чувствителни теми. Учителите и другите възпитатели могат да възприемат някои стратегии за инициране и улесняване на дискусиите за съгласието (Zaloom, 2019).

Подгответе се да говорите за съгласие с младите хора

Учителите и възпитателите трябва да са в течение на най-новите изследвания и най-добрите практики по отношение на обучението за съгласие.

Разбирането на етапите на развитие е от решаващо значение за адаптиране на разговорите с учениците. Учителите и възпитателите трябва да адаптират езика и примерите си към възрастовата група, към която се обръщат. По-малките деца се нуждаят от по-прости и конкретни обяснения, докато тийнейджърите могат да се справят с по-нюансирани дискусии.

Разговорът за съгласието трябва да се води по директен, ясен и фактологичен начин, без морализаторство или осъждане. Учителите трябва да знаят какво да кажат и как да се справят с отговорите и въпросите. Това може да се постигне чрез практика. Първо, необходимо е учителите да се чувстват комфортно при използването на специфична терминология (напр. голота, сексуално насилие). Използването на думи, които са познати на младите хора, дори това да са жаргонни думи, може да помогне за изграждането на доверие и уважение.

Започнете разговора, като задавате въпроси на учениците

Попитайте учениците какво означава за тях съгласието. Попитайте ги как биха се съгласили устно с партньора си, ако искат да го целунат или прегърнат, например. Опитайте се да разберете кои невербални знаци те приписват на утвърдителното съгласие и на липсата на съгласие. Това ще помогне на учителите да разберат какво учениците вече знаят и какво е важно да се говори с тях.

Примерни теми за започване на разговор:

"Какво означава съгласието според вас?"

"Ако се интересувате от някого и искате да го целунете, какво бихте казали?"

"Откъде знаеш, че някой е готов да те целуне?"

"Защо е важно да получите ясно "да", преди да пристъпите към нещо?"

Използвайте примери, които не са свързани със сексуални отношения, за да помогнете за разбирането на съгласието

Понятието за съгласие има по-широко значение отвъд сексуалното съгласие. Използването на примери, които не са свързани със сексуалността, помага на младите хора да разберат концепцията за съгласие в ежедневни ситуации.

Например да попитате учениците как се чувстват, когато някой взима пържени картофи от чинията им, без да ги пита. Повечето от тях може да се чувстват притеснени от това поведение, но не разбират, че това е въпрос на съгласие. Някои може да кажат, че не се чувстват притеснени, когато споделят пържените си картофи, но се притесняват от това, че някой ги грабва, без да иска. Дори хората, които вземат пържените картофи, често приемат, че могат да ги вземат, без да питат, че не се нуждаят от разрешение, а понякога тази идея дори не им минава през ума и те просто действат импулсивно. Важно е да обясним на младите хора, че е необходимо съгласие дори в прости ситуации като тази.

Примерни теми за започване на разговор:

Примерът с пържените картофи (адаптирано от Zaloom, 2019 г.)

"Колко от вас обичат пържени картофи? В кафенето си купувате чиния с пържени картофи. Миришат толкова добре; кетчупът ви е отстрани, а после сядате на масата с приятелите си... и изведнъж техните ръце се стрелкат и започват да грабят от вашите пържени картофи. Колко от вас всъщност нямат нищо против това? Вдигнете ръце".

Можете да насърчите учениците да мислят за по-широките последици:

- "Защо е толкова важно да питаш, преди да вземеш нещо от някой?";

- "Колко от вас наистина казват нещо, когато това се случи, а на тях не им е приятно?";

- "Какво казвате?";
- "Как се повдига темата за съгласието?"

Дайте ясно определение за съгласие

Дайте ясно определение за съгласие и обяснете кога е необходимо съгласие. Младите хора трябва да разбират от ранна възраст, че съгласието не е необходимо само за секс. Общата физическа близост, включително целувки и прегръдки, изисква съгласие, както и изпращането на сексуални съобщения или изображения и дори неизползването на контрацептивни средства като презервативи.

Обсъждане на различните видове съгласие: обяснете вербалните и невербалните знаци и как да ги тълкувате. Подчертайте, че съгласието е непрекъснат процес и може да бъде оттеглено по всяко време.

Примерни стъпки за започване на разговор - обяснение на това какво е съгласие:

- Съгласието е споразумение, в което и двамата приемат и искат това, което се случва между тях.
- Съгласието е свързано с това да научите другите как да се отнасят с вас и да се вслушате в това как другите искат да се отнасят с вас. То е важно, защото начинът, по който се отнасяме един към друг, има значение.
- Съгласието трябва да се дава в реално време и постоянно, което означава, че трябва да обръщате внимание и да питате всеки път, когато се въвежда друго ниво на интимност по време на сексуалната активност.
- Дори и да сте дали съгласието си преди това, можете да промените мнението си и да спрете да давате съгласие по всяко време.
- Съгласието трябва да бъде дадено свободно, по доброволен начин. Съгласието не може да се зачете, ако някой е принуден да го даде, ако е под влиянието на психоактивни вещества (напр. алкохол и наркотици) или ако е в безсъзнание.
- Когато има съгласие, и двамата се чувстват сигурни и комфортно. Безопасността и комфортът (със себе си, с тялото си, с партньора си и със ситуацията) създават среда, в която и двамата могат свободно да участват във всички аспекти на разговора за съгласие.

- Мълчанието или липсата на отговор не е съгласие.
- Ако не оказвате физическа съпротива, това не е съгласие.
- Отговорността е на лицето, което търси, а не на лицето, което дава съгласие.

Образци за започване на разговор - Въпроси:

"Какви са примерите за въпроси по взаимно съгласие в следните ситуации: да поканите някого на среща, да решите как ще прекарате времето си заедно или да бъдете сексуално интимни с някого?"

"Каква е стойността на съгласието? Как се отнася то към здравословните взаимоотношения?"

"Какви са обстоятелствата, при които не може да се даде съгласие?"

"Кои са важните характеристики на сексуалната връзка?"

Стимулиране на приемането на положително съгласие

Със сигурност говоренето за сексуално съгласие е по-сложно от пържените картофи (примерът по-горе), но основата е една и съща: съгласието означава да поискаш разрешение и да уважаваш отговора на другия човек, като този отговор трябва да бъде ясен. Т.нар. утвърдително съгласие, при което липсата на "не" или "не отговарям" не може да се счита за показатели за съгласие. Вместо това трябва да се насърчава утвърдителното съгласие и да се подчертава, че отговорността е на лицето, което търси съгласие, а не на лицето, което дава съгласие. Признава се, че съгласието трябва да бъде изразено, а не предполагаемо, и учениците трябва да бъдат насърчавани да разсъждават върху това как може да изглежда и да се чувства то.

Примерни теми за разговор:

Учителят може да представи пример, за да въведе понятието "утвърдително съгласие".

"Блейк и Ава са ученици в гимназията. Те флиртуват в класната стая един с друг, така че "случайно" да се видят. Един ден те са заедно в малка класна стая, където разпечатват задание. Стоят близо един до друг и има някакво случайно докосване и шеги, които ги разсмиват. Блейк поглежда към Ава и спира, за да се вгледа в изражението ѝ. Вижда нетърпеливо очакване. Тя се

приближава, слага ръце на кръста му и пристъпва напред. Лицата им се приближават едно към друго и той прошепва: "Това е добре?" Тя кимва, а устните им се събират в целувка." (Взето от Zaloom, 2019 г.)

- Учителите могат да насърчават учениците да разсъждават върху вербалните и невербалните сигнали, които показват както търсещият, така и даващият съгласие, и дали става дума за утвърдително съгласие или не.

Предоставяне на надеждна информация

Не се очаква учителите да разполагат с всички отговори на всеки въпрос на своите ученици. От основно значение обаче е учителите да предоставят точна информация, така че учениците да не се чувстват объркани или с грешна информация.

Да кажете "Не знам, но ще ви помогна да откриете отговора на въпроса си" е успокояващ начин учениците да се чувстват уверени и в същото време учителите да не дават грешна информация на учениците си и да покажат, че искрено искат да им помогнат. Освен това той насърчава учениците да намират информация от надеждни източници.

Да не пренебрегвате въпросите на учениците

Учителите трябва да вземат под внимание всички въпроси и да се отнесат сериозно към тях. Учителят трябва да им отговори по подходящ начин или да ги помоли да преформулират въпроса си. Малко хумор на правилните места, ако се чувства уместен, може да помогне на това, което може да изглежда като неловка или смуцаваща дискусия.

Нормализиране и моделиране на съгласието

Мисълта, че трябва да поискате съгласието на някого за сексуални действия, може да е непосилна за младите хора. Те трябва да почувстват, че да поискат съгласие е нормално, както и че е нормално да съобщават чувствата си и да водят смислени разговори с другите. Когато учителите водят открити разговори по честен и ясен начин, това им позволява да моделират как изглежда позитивното, уважително и здравословно общуване. Най-полезни са кратките и последователни разговори, провеждани редовно и постоянно.

Важно е учениците да почувстват, че искането на съгласие не е нещо трудно или неудобно. Учителите могат да предоставят на учениците примери за това как да започнат разговор за съгласието със своите партньори.

Примерни теми за разговор:

- "Уверете се, че въпросът ви се отнася към човека с уважение и че въпросът дава възможност за отговор с "да" или "не". Например, в случай че искате да отидете на среща с даден човек, можете да попитате: "Искаш ли да излезеш с мен в неделя?", "Бискаш ли да гледаме заедно филм в събота?". След това уважавайте отговора му, какъвто и да е той."

- Що се отнася до сексуалното съгласие, неутралните въпроси като "Добре ли си?", "Това добре ли е?" позволяват на другия да отговори както иска, което е положително. Въпроси като "Ще правиш ли секс с мен?" или "Знам, че и ти го искаш" обаче не са легитимни начини за искане на сексуално съгласие, тъй като другата страна може да се почувства принудена да каже "да".

- Израженията на лицето и езикът на тялото могат да дадат знак за съгласие. Ако обаче има някакво съмнение, е важно да се попита устно, тъй като съгласието трябва да е ясно и недвусмислено.

Как да реагирате при разкриване на сексуално насилие

Сексуалното насилие се отнася до физически сексуални действия, извършени от едно лице без съгласието на другото лице или когато другото лице не е в състояние да даде съгласие (Zaloom, 2019). То включва сексуален тормоз, сексуално посегателство, изнасилване, насилие от страна на интимния партньор и преследване. *Сексуалният тормоз* е нежелано поведение със сексуален характер, което може да включва редица поведения - от вербални коментари до физически действия (Fitzgerald et al., 1995). Според СЗО *сексуалното посегателство* включва "всеки сексуален акт без съгласие, включително изнасилване, нежелано сексуално докосване и вербален сексуален тормоз" (СЗО, 2022 г.). *Изнасилването* е тежка форма на сексуално посегателство, която се определя като сексуално проникване или полов акт без съгласието на жертвата. То включва насилване, принуждаване или манипулиране на някого към сексуални действия против волята му или когато той не е в състояние да даде съгласие поради различни фактори, като възраст, неспособност,

опиянение или страх (СЗО, 2022 г.). *Насилието от страна на интимния партньор* е поведение от страна на интимен партньор или бивш партньор, което причинява физическа, сексуална или психологическа вреда, включително физическа агресия, сексуална принуда, психологическо насилие и контролиращо поведение (WHO, 2022). *Преследването* се определя като умишлен модел на повтарящо се натрапчиво и застрашително поведение към определено лице, което кара целта да се чувства тормозена, заплашена и уплашена (Miller, 2012).

Важно е педагозите да помогнат на младите хора да разберат, че всяко действие, извършено без тяхното съгласие, се счита за сексуално насилие.

Свидетелство на млада жена, пострадала от насилие в училище (взето от Featherstone et al., 2024): *"Като училище, ориентирано към спорта, моето училище имаше токсична култура, която предпочиташе момчетата (особено тези, които играеха за училището) пред момичетата и техните преживявания. Бях изнасилена от ХХХХ, когато бях в 9. клас, на парти на пода в банята, без да мога да се движа, притисната към земята, а след това бях жертва на срам от проститутките и тормоз от страна на останалите ми връстници. Когато се оплаках на нашия декан на учениците, той продължи да разказва същото, като се позова на това, че това, за което намервах, никога не би се случило, защото тези момчета имат целия си живот пред себе си и не биха направили такава глупост. В противен случай деканът ми каза да направя по-добър избор в живота си".*

В случай че ученик разкрие някакъв вид сексуално насилие, има някои неща, които **могат да се направят** от учителите:

Слушайте: Осигурете на учениците цялото си внимание, като същевременно запазете спокойствие. Дайте им да разберат, че сте чули това, което са ви казали. Потвърдете, че са постъпили правилно, като са разкрили преживяванията си.

Вярвайте: Кажете на учениците: "Вярвам ти." Разкриването на сексуално насилие изисква смелост и сила.

Бъдете състрадателни: Казвайки неща като "Не си заслужавал това", помогнете на младите хора да разберат, че могат да разчитат на този възрастен да им помогне да преминат през тази ситуация. Важно е да разпознавате емоционалните промени, свързани със сексуалното посегателство

Подчертайте, че вината не е тяхна: Оцелелите обикновено обвиняват себе си. Напомнете им, че извършителят е този, който е отговорен за сексуалното посегателство. Учителите никога не трябва да пренасочват вината от извършителя към жертвата (напр. да питат как е бил облечен ученикът в тази ситуация или както в примера по-горе да кажат на жертвата, че трябва да направи по-добър избор в живота).

Трябва да знаете къде да получите помощ: важно е учителите да познават правните процедури и наличните услуги за подкрепа като цяло на практика в тяхната страна, за да помогнат на учениците и/или техните родители да се възползват от тях.

Разберете какви са намеренията на учениците: Попитайте учениците какво искат да направят/да постигнат/от каква подкрепа се нуждаят. Изяснете ролята и ограниченията си, особено по отношение на поверителността.

Какво не трябва да правите:

- Да говорите за собствените си преживявания, свързани с насилие.
- Да задавате твърде много въпроси, за да разберете подробности, и да се опитвате да разкриете прекалено много информация.
- Да отправяте коментари, които предполагат, че е имало нещо, което са могли да направят, за да се "защитят" (обвиняване на жертвата).
- Да се влияете емоционално от разкриването на информацията и да го покажете на учениците: Може да се чувствате ядосани или разочаровани от лицето или

неговия опит, но не трябва да го показвате на ученика, който разкрива ситуация на сексуално насилие.

- Не се опитвайте да "решите" проблема вместо тях.
- Да им казвате какво да правят.
- Да говорете негативно за извършителя.

"Мисля, че трябва да има информация какво да правите, ако ви нападнат. Те преподават как да се даде съгласие, но не се обръща толкова внимание на това какво се счита за съгласие. От личния ми опит знам, че някои момчета приемат определени действия за съгласие. Понякога те се държат така, сякаш ако сте правили други сексуални действия, им дължите секс. Или че им дължите оргазъм, така че ако кажете "не" на секса, тогава ви притискат да им направите ръчен или орален секс вместо това. А наистина трябва да има обучение, че трябва да се грижите за удоволствието на партньора си. Първите ми сексуални преживявания бяха ужасни, едностранчиви, егоистични. Това ме накара да мисля, че сексът винаги ще бъде такъв. Накара ме да се чувствам използвана. Това е разговор, който трябва да се проведе със сексуално активните тийнейджъри. Идеята, че ако им кажем как да правят добър секс, това ще накара повече деца да правят секс, е нелепа." - млада жена, (извлечено от Thiessen et al., 2021).

Сценарии на случаи и ролеви игри

- Дейност: Групова дискусия

Обсъдете в група следния казус:

Алисия, 16-годишна ученичка, и Джоузеф, 17-годишен ученик, се срещат от няколко месеца. Те учат в една и съща гимназия и често прекарват времето си заедно след училище. Една вечер, докато са в дома на Джоузеф, те започват да се целуват и нещата започват да се развиват. Алисия се чувства несигурна и се колебае дали да продължи, но Джоузеф е нетърпелив да правят секс и се опитва да убеди Алисия, като подчертава, че са в

сериозна връзка. Алисия е неуверена и се чувства притисната, но не иска да разочарова Джоузеф.

Въпроси за размисъл:

1. За Алисия:

- Как се чувства Алисия в тази ситуация? Чувства ли се Алисия комфортно и има ли желание да участва в сексуална активност?
- Какви са границите на Алисия и как Алисия може да ги съобщи ясно на Джоузеф?

2. За Джоузеф:

- Уважава ли Джоузеф чувствата и границите на Алисия?
- Как Джоузеф може да гарантира, че Алисия се чувства в безопасност и не е подложена на натиск?

3. И за двете:

- Как могат да гарантират, че отношенията им се основават на взаимно уважение и разбирателство?
- Какви стъпки могат да предприемат, за да подобрят комуникацията и да гарантират, че и двамата се чувстват чути и уважавани?

- Дейност: Сесия за ролеви игри

- Разпределете учителите по двойки, за да разиграят сценарии, свързани със съгласието, като единият учител влиза в ролята на преподавател, а другият - на ученик.

- Помолете другите участници да наблюдават ролевите игри и да предоставят конструктивна обратна връзка относно комуникацията, езика на тялото и справянето с въпросите, свързани със съгласието.

- Организирайте групово дискусия, в която участниците да споделят прозрения, най-добри практики и области за подобрене въз основа на ролевата игра.

Сценарий: *Сара и Алекс, двама 16-годишни ученици, се срещат от няколко*

месеца. Те прекарват свободното си време в спалнята на Сара, след като са учили за тест по математика с друга приятелка, която вече си е тръгнала. Те са сами в къщата. Алекс започва да инициира сексуална активност, като целува Сара и се опитва да свали дрехите ѝ. Сара се колебае и се отдръпва, чувствайки се несигурна и неудобно да продължи напред. Алекс забелязва колебанието на Сара, но продължава да се занимава със сексуални действия, като предполага, че тя просто е срамежлива. Сара, която се чувства притисната и не е сигурна как да отстоява границите си, се съгласява с него въпреки неудобството си. Няколко дни по-късно Сара решава да се отвори с учителя, с когото се чувства комфортно.

Обсъждане - Този сценарий подчертава няколко важни аспекта на сексуалното съгласие:

Комуникация: Алекс започва сексуална активност, без да я обсъжда изрично със Сара или да получи нейното съгласие. Съгласието изисква ясно, доброволно и ентузиазизирано съгласие от всички участващи страни.

Невербални знаци: Невербални сигнали: колебанието и отдръпването на Сара са невербални сигнали, които показват нейния дискомфорт и несигурност. От съществено значение е да разпознавате и уважавате тези сигнали, тъй като те предават важна информация за готовността на лицето да участва в сексуална активност.

Натиск и принуда: Въпреки колебанията на Сара, Алекс продължава да се стреми към сексуална активност, предполагайки, че тя просто е срамежлива. Това поведение пренебрегва чувствата и границите на Сара и може да се счита за принудително, тъй като оказва натиск върху нея да се подчини на желанията на Алекс.

Асертивност и граници: Сара се бори да отстоява границите си и да съобщава на Алекс за неудобството си. Изключително важно е хората да се чувстват овластени да отстояват границите си и да съобщават за своите нужди и предпочитания в сексуални ситуации, дори ако се чувстват неудобно или неловко.

Текущо съгласие: Съгласието е непрекъснат процес, който може да бъде оттеглен по всяко време. Дори и да е дадено първоначално съгласие, от съществено значение е непрекъснато да проверявате партньора си и да се уверите, че той се чувства комфортно и желае да продължи.

При този сценарий Алекс трябва да направи пауза и да провери дали Сара се чувства добре от сексуалната активност, като я попита директно дали се чувства добре от нея и уважи решението ѝ, ако тя покаже колебание или дискомфорт. От друга страна, Сара трябва да се чувства овластена да отстоява границите си ясно и настойчиво, дори ако това означава да спре или забави сексуалната активност. Ефективната комуникация, взаимното уважение и ангажиментът за разбиране и зачитане на границите на другия са от съществено значение, за да се гарантира, че сексуалните контакти са по взаимно съгласие и с уважение.

4. Оценка и заключение

Въпроси с избор между няколко отговора

1. Кой е най-важният аспект на преподаването на съгласие на учениците?

- а) Подчертаване на правните последици от дейности без съгласие.
- б) Да се гарантира, че учениците разбират, че съгласието трябва да бъде ясно, без принуда, съзнателно и постоянно.
- в) Учене на учениците да избягват връзките изобщо.
- г) Фокусиране само върху вербалната комуникация.

2. Кой подход е най-ефективен, когато обсъждате съгласието с учениците?

- а) Изнасяне на лекции без възможност за въпроси.
- б) Интерактивни дейности и открити дискусии.
- в) Показване само на видеоклипове за съгласие.
- г) Даване на учениците на писмени материали, които да прочетат сами.

3. Как преподавателите трябва да се справят с културните различия в разбирането на съгласието?

- а) Пренебрегване на културните различия и прилагане на универсален подход.
- б) Признаване и зачитане на културните различия, като същевременно се преподава значението на взаимното уважение и ясната комуникация.
- в) Научете учениците, че техните културни възгледи са погрешни.
- г) Избягвайте изобщо да обсъждате културните различия.

4. Кой е ключовият аспект на асертивното общуване?

- а) Избягване на изразяването на емоции.
- б) Поставяне на нуждите на другите над своите.
- в) Зачитане на собствените и чуждите права.
- г) Контролиране и доминиране в разговорите.

5. Кое от изброените НЕ е ключов компонент на преподаването на съгласие?

- а) Обсъждане на значението на зачитането на личните граници.
- б) Преподаване на учениците на законовата възраст за съгласие.
- в) Насърчаване на учениците да участват в сексуални действия.
- г) Ролеви сценарии за практикуване на комуникация за съгласие.

Вярно или грешно

- Образованието за съгласие трябва да се фокусира само върху романтичните и сексуалните отношения. (Невярно)
- Важно е да научите учениците, че съгласието трябва да се получава всеки път, дори и в рамките на продължаваща връзка. (Вярно)
- Натискът от страна на връстници е приемлива причина за даване на съгласие. (Невярно)
- Обучението по въпросите на съгласието може да помогне за намаляване на случаите на сексуално насилие и посегателство. (Вярно)
- Валидно е само устното съгласие. (Невярно)

5. Допълнителни ресурси за по-нататъшно обучение

Препоръчителна литература (на английски език)

Пътят към цялостното сексуално образование - доклад за глобалното състояние (ЮНЕСКО, 2021 г.):

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000377963>

Видео

Сексуалното образование трябва да започне със съгласието| Kaz | TEDWomen 2021:

https://www.ted.com/talks/kaz_sex_education_should_start_with_consent?subtitle=en

Научна статия (на английски език)

Burton, O., Rawstorne, P., Watchirs-Smith, L., Nathan, S., & Carter, A. (2023).

Преподаване на сексуално съгласие на млади хора в образователни среди:

Вж. *Sex Education*. <https://doi.org/10.1080/14681811.2021.2018676>

Съдържание на самостоятелното учене (PPT № 2)

1. Цялостно сексуално образование

Дейност 1: Видеоклип за цялостно сексуално образование

- Запознайте се със следния видеоклип от ЮНЕСКО (2022 г.)

Пътят към цялостното сексуално образование (ЮНЕСКО, 2022 г.):

<https://www.youtube.com/watch?v=vAfTH-z-KBc>

Въпроси за размисъл:

- В практиката си прилагате ли на практика цялостно сексуално образование?
- Какви според вас са плюсовете и минусите на този подход?
- Какво смятате, че трябва да се направи, за да се постигне цялостно сексуално образование в целия свят?
- Смятате ли, че учителите във вашето училище са готови да прилагат този подход?

Научете повече за цялостното сексуално образование: Основни понятия и характеристики

Цялостното сексуално образование в училище играе жизненоважна роля за насърчаване на здравето и благосъстоянието на децата и младите хора (UNESCO, 2021).

"Цялостното сексуално образование е основан на учебната програма процес на преподаване и учене за познавателните, емоционалните, физическите и социалните аспекти на сексуалността. То има за цел да предостави на децата и младите хора знания, умения, нагласи и ценности, които да им дадат

възможност да осъзнаят своето здраве, благополучие и достойнство; да развиват уважителни социални и сексуални отношения; да обмислят как техният избор се отразява на собственото им благополучие и това на другите; да разбират и да осигуряват защита на правата си през целия си живот. ОЗД може да се провежда във формална или неформална среда". (ЮНЕСКО, 2021 г., стр. 1).

Цялостното сексуално образование се характеризира с това, че трябва да бъде научно точно, приобщаващо и подходящо за възрастта и развитието, да се основава на учебната програма, да бъде цялостно, да се основава на подхода, основан на правата на човека и равенството между половете, да бъде съобразено с културата и контекста и да може да развива житейски умения, необходими за подпомагане на здравословния избор.

Полезни връзки, за да научите повече за CSE:

<https://www.unesco.org/en/health-education/cse>

ЮНЕСКО (2018 Г.). Цялостно сексуално образование: Образование за здравословно бъдеще: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000376721>

СЗО (2018 Г.). Международно техническо ръководство за сексуално образование: (на разположение на английски, френски, испански, китайски и руски език): <https://www.who.int/publications/m/item/9789231002595>

2. Стиллове на общуване

Запомняне на стилловете на общуване

Представете различните стиллове на общуване, включително асертивен, пасивен и агресивен (вече споменати в присъствените занятия).

Дейност: Размисъл за влиянието на стиловете на общуване, когато говорим за съгласие

Представете следния сценарий на учителите:

Представете си, че 17-годишна ученичка ви разказва за следната ситуация, която се е случила между нея и друг ученик: *"Не казах "да", но и не казах "не". Той знаеше, че не съм сигурна, но въпреки това продължи. Не осъзнавах, че той е този, който извършва нещо нередно в ситуацията. Чувствам се виновна, защото трябваше да кажа по-ясно, че не съм сигурна"*.

Упражнение:

- Като имате предвид този сценарий, помислете как би реагирал учителят, който следва трите различни стила на общуване (т.е. асертивен, пасивен и агресивен). Моля, включете вербални и невербални сигнали.

- Помислете как всеки стил на общуване може да повлияе на взаимодействието и кои стилове са най-благоприятни за получаване и зачитане на съгласието. Помислете как всеки стил на общуване би повлиял на ученика, който разкрива тази информация.

3. Съвети за преподаване на съгласие в контекста на училищното образование

Преподаването на съгласието в контекста на училищното образование е от решаващо значение за насърчаване на уважителни взаимоотношения и предотвратяване на злоупотреби. Ето някои съвети за ефективно преподаване на съгласие:

Съвет #1. Започнете рано и в подходяща възраст

Въведете концепцията за съгласието в ранна възраст, като използвате подходящ за възрастта език и сценарии. Ранното започване на обучението за съгласие помага на децата да разберат границите и да уважават автономията на другите. При малките деца се съсредоточете върху понятия като искане на съгласие, преди да докоснете някого или да споделите играчки.

Съвет #2. Използвайте ясен и разбираем език

Използвайте ясен и разбираем език, за да обясните какво е съгласието и защо е важно. Ясният и разбираем език помага на децата да разберат концепцията без объркване. Например обяснете, че съгласието означава да поискате разрешение и да уважавате отговора, независимо дали е "да" или "не".

Съвет #3. Включете ролеви игри

Използвайте ролеви игри, за да се упражнявате да искате и да давате съгласие в различни сценарии. Ролевите игри помагат на учениците да усвоят съгласието чрез практика и затвърждават идеята, че съгласието се отнася за много области на живота, а не само за сексуални ситуации.

Съвет № 4. Обърнете внимание на стереотипите, основани на пола

Опровергайте стереотипите, свързани с пола, и насърчавайте равенството в дискусиите за съгласието. Разглеждането на половите стереотипи е от съществено значение за създаването на среда, в която всички ученици се чувстват овластени да дават или отказват съгласие. Проучванията показват, че традиционните роли на половете могат да възпрепятстват способността за ефективно общуване относно съгласието.

Съвет № 5. Говорете за автономността на тялото

Подчертайте значението на автономността на тялото и правото на контрол върху собственото тяло. Преподаването на автономност на тялото помага на децата да разберат, че имат право да вземат решения за собственото си тяло и че другите трябва да уважават тези решения.

Съвет № 6. Използвайте сценарии и примери

Предоставяне на реални сценарии и примери за илюстриране на съгласието в различни контексти. Използването на сценарии помага на учениците да приложат концепцията за съгласието в ежедневни ситуации, което я прави по-близка и разбираема. Примерите могат да включват искане на съгласие за заемане на предмети, прегръщане на някого или споделяне на лична информация.

Ресурси като този в следния комикс могат да помогнат на младите хора да разберат по-добре концепцията за съгласие, тъй като чрез примери от ежедневието се показва как лесно се преминават границите при даване на съгласие и защо жертвите на сексуални посегателства не трябва да бъдат обвинявани.



an everyday feminism comic
Visit us at: everydayfeminism.com

Фигура 3. "Какво би станало, ако се отнасяме към всяко съгласие така, както обществото се отнася към сексуалното съгласие?", Everyday Feminism Magazine (2015): <https://everydayfeminism.com/2015/06/how-society-treats-consent/>

Примерни теми за разговор:

- "Как можете да свържете разбирането си за съгласие в ежедневието със сексуалното съгласие?"
- "Какво е усещането, когато някой не уважава правото ви да избирате сами? Как можете да реагирате?"

Съвет № 7. Насърчавайте откритата комуникация

Създайте среда, в която учениците се чувстват комфортно да обсъждат съгласието и да задават въпроси. Откритата комуникация е ключът към ефективното обучение по съгласие. Учениците трябва да се чувстват в безопасност, за да изразяват мислите и притесненията си, без да бъдат осъждани. Тази откритост може да помогне за изясняване на недоразуменията и да затвърди значението на съгласието.

Съвет № 8. Интегриране в по-широка учебна програма

Интегриране на обучението за съгласие в по-широки учебни програми за здраве, сексуално образование и социално-емоционално обучение. Образованието за съгласието не трябва да бъде самостоятелна тема, а да бъде интегрирано в по-широката учебна програма, за да се засили неговата важност и приложимост в различните предмети.

Съвет № 9. Ангажирайте родителите и лицата, полагащи грижи за децата

Ангажирайте родителите и настойниците в обучението по съгласие, за да затвърдите обучението у дома. Включването на родителите и настойниците помага да се създаде последователно послание относно съгласието и затвърждава обучението. Семинари, информационни сесии и материали за възрастни могат да помогнат на родителите да подкрепят разбирането на съгласието от страна на децата им.

Съвет № 10. Редовен преглед и продължаващо обучение

Редовно преглеждайте и подсилвайте знанията си по темата за съгласието, за да гарантирате разбирането и запазването му. Редовното затвърждаване помага за поддържане на осведомеността и разбирането на съгласието. Периодичното повтаряне на темата може да помогне на учениците да я интегрират в ежедневието и взаимоотношенията си.

4. Дейност: Размисъл върху сценариите

Помислете как бихте постъпили в тези ситуации, ако лицето, което разкрива тази информация, е ваш ученик, ученик от гимназията (адаптирано по Featherstone et al., 2024):

Сценарий 1: Кристина е 16-годишна ученичка, която разкрива следното пред учител за предишна връзка: *"Никога не сме правили секс, но когато правехме сексуални неща, почти в 90 % от случаите разговорът протичаше по следния начин: "Не ми се иска, може ли да се гушкаме или да гледаме филм", а той казваше "Хайде, моля те, знаеш, че те обичам" или "Но ти обеща", или "Имам нужда от това", или нещо подобно, като по същество ме манипулираше да кажа "да". Той ме караше да се чувствам виновна, докато не се поддадох".*

Сценарий 2: Алекс (17 г.) и Джейми (17 г.) са ученици от гимназията, които се срещат от шест месеца. И двамата са популярни и уважавани ученици, участващи в различни извънкласни дейности. Неотдавна са започнали да обсъждат възможността да преминат на следващо ниво в отношенията си, като за пръв път започнат сексуална активност. Алекс и Джейми посещават парти, организирано от техен приятел. И двамата са пили, но никой от тях не е под сериозно въздействие на алкохола. Намират отделна стая и започват да се целуват. Алекс пита Джейми дали искат да продължат. Джейми изглежда колеблив, но не отказва вербално. Алекс тълкува мълчанието на Джейми като съгласие и продължава. На следващия ден Джейми се чувства неудобно заради случилото се и разговаря с учителка.

5. Дейност: Дневник за рефлексия

Цел: Да накарате учителите да напишат записки в дневника, в които да отразяват своите мисли, чувства и потенциални стратегии за насърчаване на образованието за съгласие в тяхната преподавателска практика.

Моля, опишете вашите заключителни мисли, чувства и потенциални стратегии за насърчаване на обучението за съгласие във вашата преподавателска практика.

Някои въпроси за размисъл:

- Опишете метода, който бихте използвали, за да преподавате съгласие на учениците от гимназията.
- Защо е важно обучението по въпросите на съгласието да се провежда в ранна възраст?
- Как учителите могат да създадат безопасна и открита среда за обсъждане на съгласието в класната стая?
- Каква роля играят емпатията и уважението в разбирането и практикуването на съгласието?
- Дайте пример за дейност в класната стая, която помага на учениците да разберат концепцията за съгласие.

ИЗТОЧНИЦИ

American Psychological Association (APA). Dictionary of Psychology, 2018: <https://dictionary.apa.org/>

Borba, M. (2016). *UnSelfie: Why Empathetic Kids Succeed in Our All-About-Me World*. Touchstone.

Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2004). Life skills training: Empirical findings and future directions. *The Journal of Primary Prevention*, 25(2), 211–232. <https://doi.org/10.1023/B:JOPP.0000042391.58573.5b>

Burton, O., Rawstorne, P., Watchirs-Smith, L., Nathan, S., & Carter, A. (2023). Teaching sexual consent to young people in education settings: A narrative systematic review. *Sex Education*. <https://doi.org/10.1080/14681811.2021.2018676>

Cooper, B. (2004). Empathy, Interaction and Caring: Teachers' Roles in a Constrained Environment. *Pastoral Care in Education*, 22(3), 12-21. <https://doi.org/10.1111/j.0264-3944.2004.00299.x>

De la Torre, G. G., Ramallo, M. A., Gonzalez-Torre, S., Mora Prat, A., Rueda-Marroquin, A., Sallago-Marcos, A., Toro-Barrios, Z., & Garcia, M. A. (2021). Communication styles and attention performance in primary school children. *Behavioral sciences*, 11(12), 172. <https://doi.org/10.3390/bs11120172>

DiClemente, R. J., Salazar, L. F., Crosby, R. A., & Rosenthal, S. (2009). Prevention and control of sexually transmitted infections among adolescents: The importance of a socio-ecological perspective - A commentary. *Public Health*, 123(3), e1-e2. <https://doi.org/10.1016/J.PUHE.2004.10.015>

Ekman, P. (1972). Universals and cultural differences in facial expressions of emotions. In Cole, J. (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 207-282). University of Nebraska Press.

Ekman, P. (1970). Universal facial expressions of emotions. *California Mental Health Research Digest*, 8(4), 151-158.

Ekman, P., & Friesen, W.V. (1974). Nonverbal behavior and psychopathology. In R. J. Friedman, & M. M. Katz (Eds.), *The psychology of depression: Contemporary theory and research* (pp. 203–232). Winston & Sons.

Featherstone, L., Byrnes, C., Maturi, J., Minto, K., Mickelburgh, R., & Donaghy, P. (2024). Communicating consent in schools and online. *The Limits of Consent*. Palgrave Socio-Legal Studies. Palgrave Macmillan, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-031-46622-9_4

Fehr, B.J., & Exline, R.V. (1987). Nonverbal behavior and communication. In A. W. Siegman, & S. Feldstein (Eds), *Social visual interaction: A conceptual and literature review* (pp. 225–325). Erlbaum.

Fine, M., & McClelland, S. I. (2006). Sexuality education and desire: Still missing after all these years. *Harvard Educational Review*, 76(3), 297–338. <https://doi.org/10.17763/haer.76.3.w5042g23122n6703>

Fitzgerald, L. F., Gelfand, M. J., & Drasgow, F. (1995). Measuring sexual harassment: Theoretical and psychometric advances. *Basic and Applied Social Psychology*, 17(4), 425-445. https://doi.org/10.1207/s15324834basp1704_2

Fonner, V. A., Armstrong, K. S., Kennedy, C. E., O'Reilly, K. R., & Sweat, M. D. (2014). School based sex education and HIV prevention in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *PloS one*, 9(3), e89692. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0089692>

Friedman, J., & Valenti, J. (2008). *Yes means yes!: Visions of female sexual power and a world without rape*. Basic Books.

Gordon, T. (2003). *Teacher Effectiveness Training: The Program Proven to Help Teachers Bring Out the Best in Students of All Ages*. Three Rivers Press.

Hertenstein, M.J., Keltner, D., App, B., Bulleit, B.A., & Jaskolka, A.R. (2006). Touch communicates distinct emotions. *Emotion*, 6, 528–533. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.3.528>

Hess U. (2016). Nonverbal communication. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of Mental Health - 2nd edition* (pp. 208-218). Academic Press.

Hirsch, J. S., Khan, S. R., Wamboldt, A., & Mellins, C. A. (2019). Social dimensions of sexual consent among cisgender heterosexual college students: Insights from ethnographic research. *The Journal of Adolescent Health*, 64(1), 26–35. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.06.011>

Hirst, J. (2013). 'It's got to be about enjoying yourself': Young people, sexual pleasure, and sex and relationships education. *Sex Education*, 13, 423 - 436. <https://doi.org/10.1080/14681811.2012.747433>

Ivanski, C., & Kohut, T. (2017). Exploring definitions of sex positivity through thematic analysis. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 26(3), 216-225. <https://doi.org/10.3138/cjhs.2017-0017>

Janssens, A., Blake, S., Allwood, M., Ewing, J., & Barlow, A. (2020). Exploring the content and delivery of relationship skills education programmes for adolescents: A systematic review. *Sex Education*, 20(5), 494–516. <https://doi.org/10.1080/14681811.2019.1697661>

Juslin, P.N., & Scherer, K.R. (2005). Vocal expression of affect. In J.A. Harrigan, R. Rosenthal, & K.R. Scherer (Eds.), *The new handbook of methods in nonverbal behavior research* (pp. 65–135). Oxford University Press.

Kirby, D. (2001). Emerging answers: Research findings on programs to reduce teen pregnancy. *American Journal of Health Education*, 32(6), 348–355. <https://doi.org/10.1080/19325037.2001.10603497>

Mehrabian, A., & Ferris, S. R. (1967). Inference of attitudes from nonverbal communication in two channels. *Journal of Consulting Psychology*, 31(3), 248-252.

Michielsen, K. & Ivanova, O. (2022). *Comprehensive sexuality education : why is it important?*, European Parliament, Directorate-General for Internal Policies of the Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2861/278864>

Miller, L. (2012). Stalking: Patterns, motives, and intervention strategies. *Aggression and Violent Behavior*, 17 (6), 495-506. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.07.001>

Plaza-del-Pino, F.J., Soliani, I., Fernández-Sola, C., Molina-García, J.J., Ventura-Miranda, M.I., Pomares-Callejón, M.Á., López-Entrambasaguas, O.M., Ruiz-Fernández, M.D. (2021). Primary school teachers' perspective of sexual education in Spain. A qualitative study. *Healthcare*, 9(3), 287. <https://doi.org/10.3390/healthcare9030287>

Rizzolatti, G., Fogassi, L., & Gallese, V. (2006). Mirror in the mind. *Scientific American*, 295(5), 54-61.

Santelli, J. S., et al. (2006). Abstinence-only education policies and programs: A position paper of the society for adolescent medicine." *Journal of Adolescent Health*, 38(1), 83-87. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.06.002>

Schutte, L. (2017). *Implementation strategy for the school-based sex education program Long Live Love: A dynamic process* [Doctoral dissertation, Maastricht University]. <https://doi.org/10.26481/dis.20170712ls>

Setty, E. (2023). Young people and sexual consent: Contextualising 'miscommunication' amid 'grey areas' of ambiguity and ambivalence. *Sex Education*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/14681811.2023.2259321>

Sundaram, V., & Saunston, H. (2016). *Global perspective and key debates in sex and relationships education: Addressing issues of gender, sexuality, plurality, and power*. Palgrave Pivot London.

Thiessen, B., Williamson, L., & Buchanan, C. M. (2021). Be proactive not reactive: Understanding gaps in student sexual consent education. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 30(3), 349-360. <https://doi.org/10.3138/cjhs.2021-0003>

UNESCO (2018). *Comprehensive sexuality education: Education for a healthy future*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000376721>

UNESCO (2021). *The journey towards comprehensive sexuality education. Global status report*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379607>

Walker, R., Drakeley, S., Welch, R., Leahy, D., Boyle, J. (2020). Teachers' perspectives of sexual and reproductive health education in primary and secondary schools: A systematic review of qualitative studies. *Sex Education*, 627-644. <https://doi.org/10.1080/14681811.2020.1843013>

World Health Organization (WHO) (2018). *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach*. Retrieved from <https://www.who.int/publications/m/item/9789231002595>

World Health Organization (WHO) (2022). *Sexual assault*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sexual-assault>.

Van der Hofstandt Román, C. J. (2005). *El libro de las habilidades de comunicación: Cómo mejorar la comunicación personal*. Editora Díaz de Santos.

Zaloom, S. (2019). *Sex, teens, and everything in between: The new and necessary conversations today's teenagers need to have about consent, sexual harassment, healthy relationships, love, and more*. Sourcebooks, Inc.



ACT 4 CONSENT

